

การทำแผนพัฒนารายบุคคล ( Individual Development Plan ) ตามความเชี่ยวชาญของอาจารย์พยาบาล  
ปีการศึกษา 2566

ภาควิชา/ ชื่ออาจารย์	ความเชี่ยวชาญ/ หน่วยให้บริการ	เป้าหมาย ( เน้นการเพิ่มพูนสมรรถนะ ของอาจารย์ )	วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วย)	ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ )
<b>สาขาวิชาการพยาบาลเด็กและวัยรุ่น</b>				
นางสาวกฤษฎาภรณ์ ลอบำรุง	การพยาบาลทารกเกิดก่อนกำหนด น้ำหนักตัวน้อย (Preterm low birthweight)	เพื่อเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญ ในการส่งเสริมการเลี้ยงบุตร ก่อนกำหนดน้ำหนักตัวน้อย (Breast feeding for preterm low birthweight)	1. ส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วย นมมารดาของทารกเกิดก่อน กำหนดน้ำหนักตัวน้อย ด้วย บันได 10 ขั้น (Ten steps for sick babies)	1. ลดโอกาสในการติดเชื้อในทารก เกิดก่อนกำหนดน้ำหนักตัวน้อย เช่น ถ้าใส่ท่อเสป่นำตาย (NEC), การติดเชื้อ ในกระแสเลือด และการติดเชื้อ ในโรงพยาบาล 2. ส่งเสริมให้ทารกได้รับนมแม่ ต่อเนื่องอย่างน้อย 6 เดือน 3. มารดามีความรู้เกี่ยวกับนมแม่ใน ทารกเกิดก่อนกำหนดน้ำหนักตัวน้อย 4. มารดาสามารถการรับกับน้ำหนัก และเก็บรักษานมแม่ได้ถูกต้อง

การทำแบบบันทึก ผลการทำ Faculty Practice รายบุคคล ( Individual Development Plan ) สาขาวิชาการพยาบาลเด็กและวัยรุ่น

1. ชื่อ นางสาวกฤษฎาภรณ์ ลอบ้างง ความเชี่ยวชาญ การพยาบาลทารกเกิดก่อนกำหนดน้ำหนักตัวน้อย (Preterm low birthweight)
2. หมายให้บริการ หรือผู้ป่วยทารกแรกเกิดป่วย (เด็ก 3) โรงพยาบาลสระบุรี เป้าหมาย เพื่อเพิ่มพูนความช่วยเหลือชาวอยู่ในการส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของทารกเกิดก่อนกำหนดน้ำหนักตัวน้อย

3. เวลาการนำความเชี่ยวชาญไปให้บริการ เดือน พฤศจิกายน 2566 เวลา 08.30-16.30 น. (ในวันไม่ติดภารกิจการสอนภาคทฤษฎี/ภาคปฏิบัติ)

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดขึ้น/ผู้รับบริการ)
<p>การดูแลทารกเกิดก่อนกำหนดน้ำหนักตัวน้อยได้รับนมมารดา</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้ทารกก่อนกำหนดน้ำหนักตัวน้อยได้รับนมแม่เร็วที่สุดและไม่เกิดภาวะแทรกซ้อนที่เกิดจากการได้รับนมแม่ไม่เพียงพอ</li> <li>2. เพื่อให้มารดาหลังคลอดมีความรู้เกี่ยวกับนมแม่ในทารกเกิดก่อนกำหนด</li> <li>3. เพื่อให้มารดาหลังคลอดสามารถปรับบิบน้ำนมและเก็บรักษานมแม่ได้ถูกต้อง</li> <li>4. พัฒนาระบบปฏิบัติการให้นมมารดาในทารกเกิดก่อนกำหนดน้ำหนักตัวน้อยในหอผู้ป่วย</li> </ol>	<p>บันไดขั้นที่ 1 การให้ข้อมูลนมแม่ในทารกป่วย (inform decision)                      บันไดขั้นที่ 2 การช่วยกระตุ้นการให้นมให้เร็วและต่อเนื่อง (Establishment and maintenance of milk supply)                      บันไดขั้นที่ 3 การบริหารจัดการน้ำนมแม่ (Human milk management)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ลดโอกาสในการติดเชื้อ เช่น ลำไส้อักเสบเฉียบพลัน (NEC), การติดเชื้อในกระแสเลือด และการติดเชื้อในโรงพยาบาล</li> <li>2. ส่งเสริมให้ทารกได้รับนมแม่ต่อเนื่องอย่างน้อย 6 เดือน</li> <li>3. มารดาที่มีความรู้เกี่ยวกับนมแม่ในทารกเกิดก่อนกำหนดน้ำหนักตัวน้อย</li> <li>4. มารดาสามารถปรับบิบน้ำนมและเก็บรักษานมแม่ได้ถูกต้อง</li> </ol>
<p>-เดือน พฤศจิกายน 2566 วันที่ 27,28,29,30 เวลาให้บริการ 10.00 – 16.30 น. (6.30 ชั่วโมง/วัน)</p>	<p>เพื่อศึกษาสถานการณ์การให้นมแม่ในทารกเกิดก่อนกำหนดและเด็กป่วยในหอผู้ป่วยทารกแรกเกิดป่วย (เด็ก 3)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ศึกษาข้อมูลปฏิบัติการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในเด็กป่วยของหอผู้ป่วยเด็ก 3</li> <li>2. ศึกษาแนวทางการปฏิบัติงานและบทบาทของพยาบาลเกี่ยวกับ การส่งเสริมนมแม่ในทารกเกิดก่อนกำหนดและเด็กป่วยในหอผู้ป่วยเด็ก 3</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ได้ทราบถึงสถานการณ์การให้นมแม่ในทารกเกิดก่อนกำหนดและเด็กป่วยในหอผู้ป่วยทารกแรกเกิดป่วย (เด็ก 3) ว่ามีการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ใน</li> </ol>

<p>การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ</p>	<p>วัตถุประสงค์ )</p>	<p>การปฏิบัติการพยาบาล</p>	<p>ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดขึ้นผู้รับบริการ)</p>
<p>รวม 26 ชั่วโมง</p>		<p>3. ทบทวนงานวิจัยและแหล่งข้อมูลจากมูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย เกี่ยวกับ “การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในทารกและเด็กป่วย”</p>	<p>เด็กป่วยและทารกเกิดก่อนกำหนดน้ำหนักตัวน้อยตามแนวทางบันได 10 ขั้น (Ten steps for sick babies) แต่ยังไม่มีความรู้และส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในเด็กป่วย</p> <p>2. ได้แนวทางการและจัดทำคู่มือให้ความรู้เกี่ยวกับ Ten steps for sick babies</p>
<p>-เดือน ธันวาคม 2566 วันที่ 1,6,7,8 เวลาให้บริการ 10.00 – 16.30 น. (6.30 ชั่วโมง/วัน) รวม 26 ชั่วโมง</p>		<p>ให้การพยาบาลแก่มารดาในรายที่มีบุตรเกิดก่อนกำหนดน้ำหนักตัวน้อย (อายุครรภ์น้อยกว่า 37 สัปดาห์และมึ้น้ำหนักแรกเกิด &lt; 2,500 กรัม)</p> <p>บันไดขั้นที่ 1 การให้ข้อมูลนมแม่ในทารกป่วย (inform decision)</p> <p><b>นมแม่เป็นเสมือนยารักษาโรคและวัคซีน</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ลดภาวะเสี่ยงต่อการติดเชื้อระบบทางเดินหายใจ 72%</li> <li>- ลดอัตราการเสียชีวิตเพราะอุจจาระร่วง 77%</li> </ul> <p>เด็กไม่ได้รับนมแม่เสี่ยงโรคอุจจาระร่วงมากกว่าเด็กกินนมแม่ 63%</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ลดความเสี่ยงการติดเชื้อในช่องหู 23 - 50%</li> <li>- ลดความรุนแรงของอาการป่วยด้วยโรคหอบหืดลมฝอยอักเสบที่เกิดจากเชื้อไวรัส RSV 74%</li> <li>- ลดความเสี่ยงและความรุนแรงในการติดเชื้อระบบทางเดิน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ได้ประเมินความรู้ก่อนการให้ข้อมูลแก่มารดา</li> <li>- ได้ให้ข้อมูลนมแม่ในเด็กป่วยทารกก่อนกำหนดน้ำหนักตัวน้อยแก่มารดาจำนวน 10 ราย</li> </ul>

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ	วัตถุประสงค์ )	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดขึ้นผู้รับบริการ)
		<p>ปีสภาวะ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ลดการติดเชื้อแบคทีเรียในสมองและในเลือด</li> <li>- ส่งเสริมพัฒนาการสมองและตา</li> <li>- ช่วยให้ผู้ถูกมีอาการเจ็บโตสมวัย</li> <li>- ลดความเสียหายต่อการเกิดโรคเรื้อรัง เช่น หอบหืด โรคเบาหวาน โรคอ้วน</li> <li>- ลดอัตราการตายของทารก</li> <li>- มีส่วนประกอบของสารอาหารที่เหมาะสมและเหมาะสมสำหรับทารกน้ำหนักน้อย/ทารกป่วย</li> <li>- มีเอโนไซม์และส่วนประกอบที่ส่งเสริมการพัฒนาและการเคลื่อนที่ของทางเดินอาหาร ป้องกันการเกิดลำไส้อักเสบ ช่วยในการย่อยอาหารของทารก</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ ประโยชน์ต่อแม่หลังคลอดที่มีภาวะแทรกซ้อน</li> <li>■ อาหารที่ควรงดหรือระมัดระวัง</li> <li>■ อาหารและโภชนาการสำหรับคุณแม่ที่ให้นมบุตร</li> </ul> <p><b>บันไดขั้นที่ 2</b> การช่วยยกระดับการให้นมให้มาเร็วและต่อเนื่อง (Establishment and maintenance of milk supply)</p> <p>เน้นให้แม่รับประทานนมให้ถูกโดยเฉพาะน้ำนมสีเหลือง (Colostrum) เพื่อช่วยรักษาสุขภาพ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ถ้าแม่ให้เต้านมก่อนปั๊มหรือปั๊มนม</li> <li>2. ปั๊มนมด้วยมือหรือปั๊มนมด้วยเครื่องปั๊มไฟฟ้า เริ่มให้เร็วโดย</li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>- แม่ที่คลอดปกติ ควรเริ่มปั๊ม/ปั๊มนม ภายใน 2 ชั่วโมง</li> <li>- แม่ที่ผ่าตัดคลอด ควรเริ่มปั๊ม/ปั๊มนม ภายใน 4 ชั่วโมง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ให้นมที่ปริมาณน้ำนม</li> <li>- เพื่อให้มารดาได้บันทึกปริมาณน้ำนมที่ปั๊มได้ และปริมาณน้ำนมที่นำมาส่งให้บุตร</li> </ul>

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ	วัตถุประสงค์ )	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดขึ้นกับผู้ใช้บริการ)
		<p>3. บินนมด้วยมือหรือใช้เครื่องปั๊ม ใต้ได้ 8-10 ครั้งต่อวัน (ทุก 2-3 ชั่วโมง)</p> <p>4. บินน้ำนม/บีนนม 15-30 นาที เนื่องจากมีผลต่อการสร้างน้ำนม</p> <p>5. บินที่กปรึภมาณน้ำนมที่ได้ในแต่ละครั้งทีบับ/บีนในรอบ 24 ชั่วโมง</p> <p>6. การตีนมบับน้ำนม/บีนนมกลางดึก เป็นสิ่งจำเป็น เพื่อช่วยให้น้ำนมพอเพียง</p> <p>* คุณแม่ที่ใช้เครื่องบีนนม ควรบีนน้ำนมด้วยมือตามหลัง เพื่อเอาน้ำนมส่วนที่ค้างออก</p>	<p>-มารดาสามารถบริหารจัดการนมเพื่อนำมาส่งให้บุตร โดยมีวิธีการเก็บรักษานมแม่ตามคำแนะนำในคู่มือการส่งเสริมการขายผลิตภัณฑ์นมแม่</p>
<p>- เดือน มกราคม 2567 วันที่ 3, 4, 5, 29, 30, 31</p> <p>เวลาให้บริการ 10.00 – 12.00 น. (2 ชั่วโมง/วัน)</p> <p>รวม 12 ชั่วโมง</p>		<p><b>ขั้นตอนที่ 3</b> การบริหารจัดการน้ำนมแม่ (Human milk management)</p> <p><b>วิธีการเก็บรักษานมแม่</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ใช้ภาชนะที่ผ่านการฆ่าเชื้อแล้ว โดยการต้มหรือนึ่งนาน 15 นาที ในน้ำเดือด ห้ามลวก แนะนำให้ใช้เป็นขวดแก้ว ขวดพลาสติกหรือถุงเก็บน้ำนมโดยเฉพาะ</li> <li>2. ถ้างมก่อนการบีนนมหรือบีนนมเสมอ</li> <li>3. ระบุชื่อ นามสกุล เจ้าของน้ำนม วัน เดือน ปี เวลา ที่เก็บน้ำนม</li> </ol> <p><b>ระยะที่ 1</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. พัฒนากะบวนการทำงาน (flow) ในการส่งเสริมและติดตามนมแม่</li> <li>2. จัดทำคู่มือการส่งเสริมการขายผลิตภัณฑ์นมแม่</li> </ol> <p>ประกอบด้วย</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การประกวดกระตุ้นและการบีนเก็บน้ำนม</li> <li>- การเก็บรักษาน้ำนม</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ได้จัดทำ flow การส่งเสริมและติดตามนมแม่และจัดทำคู่มือการส่งเสริมการขายผลิตภัณฑ์นมแม่</li> <li>2. จัดทำแบบประเมินนมแม่เป็นแบบ check list รายสัปดาห์</li> <li>3. ได้ใช้แบบประเมินความรู้เรื่อง</li> </ol>

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ	วัตถุประสงค์ )	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดขึ้นกับผู้ใช้บริการ)
<p>- เดือน กุมภาพันธ์ 2567 วันที่ 1, 2 เวลาให้บริการ 10.00 - 15.00 น. (5 ชั่วโมง/วัน) รวม 10 ชั่วโมง</p>	<p>- เพื่อประเมินความรู้ของมารดา ก่อนให้ข้อมูลการให้นมแม่ใน เต็กป่วย - เพื่อให้ความรู้แก่พยาบาลและ มารดาส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วย นมแม่</p>	<p>- การชนส่งน้ำนม - การทำความสะอาดอุปกรณ์เก็บน้ำนม 3. จัดทำแบบประเมินนมแม่เป็นแบบ check list รายสัปดาห์ 4. สร้างแบบประเมินความรู้เรื่องนมแม่ของมารดา</p> <p>1. ประเมินความรู้มารดาในการเลี้ยงบุตรครั้งแรก โดยการทำ แบบสอบถามก่อนให้ความรู้ 2. ให้ความรู้แก่พยาบาล ดังนี้ 2.1 วิธีการสอนส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 2.2 แบบประเมินความรู้และแบบประเมินการเก็บน้ำนมตาม แบบประเมิน 3. ให้ความรู้แก่มารดา ดังนี้ 3.1 ให้ความรู้มารดาเป็นรายบุคคล โดยใช้คู่มือเป็นสื่อการสอน และแจกแผ่นพับพร้อมกับการสอนเป็น QR code เรื่องความสำคัญของนมแม่ในทารกเกิดก่อนกำหนดน้ำหนักตัว น้อย (ให้มารดาสแกนคิวอาร์โค้ด) มีรายละเอียด ดังนี้ - การเก็บเก็บน้ำนม (interval) พร้อมให้เก็บที่ก้นน้ำนม - การทำความสะอาด/การชนส่งนมมาให้ทารก - การปฏิบัติตัว และการทำ bonding/Kangaroo mother care - อาหารสำหรับมารดา 3.2 ประเมินต้นนม สอนสถิติการเก็บเก็บน้ำนมแม่ด้วยวิธีเก็บ เก็บน้ำนมด้วยมือและเครื่องปั๊มนม 4. กระตุ้นให้มารดาเก็บเก็บน้ำนมใน 1-4 วันแรกหลังคลอด ซึ่งเป็นน้ำนมช่วง colostrum</p>	<p>นมแม่ของมารดา</p> <p>- คะแนนหลังให้ความรู้แก่มารดา สูงกว่าก่อนให้ความรู้ - มารดาสามารถเก็บเก็บน้ำนม และนำมาส่งให้บุตรเพียงพอต่อ ความต้องการต่อวัน</p>
<p>เดือน เมษายน 2567 วันที่ 17, 18, 19 เวลาให้บริการ 15.00 - 17.00 น. (2 ชั่วโมง/วัน) รวม 6 ชั่วโมง</p>			

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ	วัตถุประสงค์ )	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)
เดือน พฤษภาคม 2567 วันที่ 8, 10, 15, 17, 24, 29, 31 เวลาให้บริการ 10.00 - 12.00 น. (2 ชั่วโมง/วัน) รวม 14 ชั่วโมง	เพื่อติดตามอุบัติการณ์การติดเชื้อในหอผู้ป่วยทารกแรกเกิด ป่วยหลังการให้ความรู้แก่ มารดาในส่งเสริมการเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่ในทารกเกิดก่อน กำหนดน้ำหนักตัวน้อย	<p>5. ประเมินความรู้และการปฏิบัติเกี่ยวกับนมแม่ก่อนและหลังการ สอนเป็นรายสัปดาห์</p> <p>6. ติดตามปริมาณน้ำนม 500 ml/day หรือ 3500 ml/week ใน สัปดาห์ที่ 2 และ 500 ml/day ในสัปดาห์ที่ 5 หรือเมื่อจำหน่าย</p> <p>7. ประเมินและตามผลรายเดือน (ประเมินบุคลากรและความรู้ และการปฏิบัติตัวที่ถูกต้องของมารดา)</p> <p>ระยะที่ 3 ติดตามอุบัติการณ์การเกิดการติดเชื้อในหอผู้ป่วยทารกแรกเกิด ป่วยเด็ก 3 เช่น ถ้าใส่ยักเสบน่าตาย (NEC), การติดเชื้อในกระแส เลือด และการติดเชื้อในโรงพยาบาล (VAP, CRABSI)</p>	รอดำเนินการเก็บข้อมูล

**รวมชั่วโมงให้บริการตามความเชี่ยวชาญ 98 ชั่วโมง**

สรุปสิ่งที่ได้รับการให้บริการตามความเชี่ยวชาญและแนวทางการพัฒนา

สรุปสิ่งที่ได้รับการให้บริการตามความเชี่ยวชาญ

1. ได้พัฒนาความเชี่ยวชาญการส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของทารกเกิดก่อนกำหนดน้ำหนักตัวน้อย
2. ได้ร่วมพัฒนาแนวปฏิบัติการส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของทารกเกิดก่อนกำหนดน้ำหนักตัวน้อย
3. ได้เห็นสถานการณ์จริงที่นำไปพัฒนาการสอบณภาคปฏิบัติด้านการพยาบาลทารกเกิดก่อนกำหนดน้ำหนักตัวน้อย

## แนวทางการพัฒนา

1. ศึกษาการจัดการและการดำเนินงานของการของหอผู้ป่วยเกี่ยวกับบทบาทของพยาบาลในการส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของทารกเกิดก่อนกำหนดน้ำหนักตัวน้อย
2. นำดำเนินการให้คำแนะนำผู้ดูแลทารกเกิดก่อนกำหนดเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของทารกเกิดก่อนกำหนดน้ำหนักตัวน้อย
3. ร่วมกันวิเคราะห์ปัญหาและหาแนวทางร่วมกันในการให้คำแนะนำมารดาของทารกเกิดก่อนกำหนดน้ำหนักตัวน้อย

อาจารย์ ..... 

(นางสาวกฤษฎาภรณ์ ลอบำรุง)

อาจารย์ประจำสาขาการพยาบาลเด็กและวัยรุ่น

ผู้ลงนามรับรอง ..... 

(นางสาวสุรีย์ จินเรือง)

หัวหน้าสาขาการพยาบาลเด็กและวัยรุ่น

ผู้ลงนามรับรอง ..... 

(นางพเยาว์ พงษ์ศักดิ์ชาติ)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สระบุรี