



วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชัยนาท
คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

การปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice)
ประจำปีการศึกษา 2565

นางสาวสุทาร์ตน์ ชูรส
สาขาวิชาการพยาบาลมารดา ทารกและการผดุงครรภ์

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชัยนาท
คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก
สาขาวิชาการพยาบาลมารดา ทารกและการผดุงครรภ์
แบบเสนอแผนการพัฒนาการปฏิบัติการพยาบาล/การปฏิบัติงานในฐานะผู้เชี่ยวชาญ/ผู้ชำนาญการของ
อาจารย์
(Faculty Practice of Individual Development Plan)

ตอนที่ 1 รายละเอียดการขอไปปฏิบัติการพยาบาลในฐานะผู้เชี่ยวชาญ/ผู้ชำนาญการของอาจารย์

1. ชื่อ - สกุล นางสาวสุทาร์ตน์ ชูรส ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ(ด้านการสอน).....
2. ความเชี่ยวชาญเฉพาะในการปฏิบัติการพยาบาล/ การปฏิบัติงาน (การดูแลผู้ป่วยเฉพาะโรค)
หญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลชัยนาทนเรนทร
3. ความเป็นมาและความสำคัญ

เบาหวานขณะตั้งครรภ์ (Gestational Diabetes Mellitus: GDM) คือ เบาหวานที่ได้รับการวินิจฉัยครั้งแรกในขณะตั้งครรภ์โดยรวมเบาหวานที่เกิดขึ้นขณะตั้งครรภ์และเบาหวานที่เกิดขึ้นก่อนการตั้งครรภ์ หากหญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติได้ อาจทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนที่พบบ่อยด้านมารดา เช่น การคลอดยาก คลอดติดไหล่ การแท้งบุตร ภาวะความดันโลหิตสูง การคลอดก่อนกำหนด และการตกเลือดหลังคลอด เป็นต้น สำหรับภาวะแทรกซ้อนด้านทารกที่พบบ่อย เช่น ทารกอยู่ในภาวะเครียด ทารกตัวโต มีภาวะน้ำตาลในเลือดต่ำ ภาวะตัวเหลือง ทารกพิการแต่กำเนิด อาการหายใจลำบากแรกเกิด และภาวะตายคลอด เป็นต้น โดยการรักษาที่สำคัญ คือการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมารับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การผ่อนคลายความเครียด และการรักษาด้วยอินซูลิน ซึ่งการรักษาด้วยอินซูลินจะทำให้หญิงตั้งครรภ์เกิดความเครียด ความวิตกกังวล ดังนั้นการเตรียมความพร้อมการเปลี่ยนผ่านสู่การเป็นเบาหวานของหญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ และรักษาด้วยอินซูลิน โดยให้การดูแลช่วยเหลือ และให้การพยาบาล พร้อมทั้งให้กำลังใจอย่างต่อเนื่อง จนกระทั่งเปลี่ยนแปลงตนเองไปสู่บทบาทใหม่ที่ไม่เคยประสบมาก่อน จนสามารถปรับพฤติกรรมควบคุมเบาหวานได้ตรงกับบริบทของตนเองอย่างต่อเนื่อง และสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ในเกณฑ์ปกติได้

4. เป้าหมาย

เพื่อเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญ ความรู้ความสามารถในการดูแลหญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์

5. วัตถุประสงค์

เพื่อควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ และป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อน เช่น การคลอดก่อนกำหนด คลอดติดไหล่ และทารกอยู่ในภาวะเครียด เป็นต้น

6. ระยะเวลา

วันจันทร์-ศุกร์ ทุกสัปดาห์ เดือนธันวาคม 2565 เวลา 08.00-15.00 น.

7. แผนการดำเนินงาน

- พบหัวหน้าแผนกฝากครรภ์เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ในการพัฒนาการปฏิบัติการพยาบาล/การปฏิบัติงานในฐานะผู้เชี่ยวชาญ/ผู้ชำนาญการของอาจารย์
- ศึกษาสถานการณ์ในแผนกฝากครรภ์ ร่วมกับทีมพยาบาลที่แผนกฝากครรภ์ และศึกษาข้อมูลทั่วไปของกลุ่มหญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์

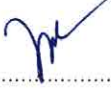
- ประเมินระดับน้ำตาลในเลือดของหญิงที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์โดยใช้เกณฑ์ ดังนี้ (American Diabetes Association, 2019b; International Diabetes Federation, 2017; สบท.2565) ดังนี้

ช่วงเวลาการตรวจ	ค่าเป้าหมายของระดับน้ำตาลในเลือดของหญิงที่มีภาวะเบาหวานจากการตั้งครรภ์
ก่อนรับประทานอาหาร	≤ 95 mg/ dl
1 ชั่วโมง หลังรับประทานอาหาร	≤ 140 mg/ dl
2 ชั่วโมง หลังรับประทานอาหาร	≤ 120 mg/ dl

- ประเมินปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการเป็นเบาหวานของหญิงตั้งครรภ์ และปัจจัยที่เกี่ยวข้องในการเปลี่ยนผ่านเข้าสู่การเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์
- ประเมินพฤติกรรมควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด
- นำโปรแกรมเตรียมความพร้อมการเปลี่ยนผ่านสู่การเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ของกึ่งกาญจน์ จรูญรัตน์พิเชียร, 2565 มาใช้เป็นรายบุคคล

ลงชื่อ ผู้จัดทำแผน
(นางสาวสุธารัตน์ ชูรส)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ(ด้านการสอน)

ลงชื่อ ผู้รับรอง
(นางหทัยรัตน์ บุษยพรรณพงศ์)

ตำแหน่ง หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลมารดาทารกและการผดุงครรภ์

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชัยนาท

คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข

แบบรายงานผลการพัฒนาการปฏิบัติการพยาบาล/ การปฏิบัติงานในฐานะผู้เชี่ยวชาญ/ผู้ชำนาญการของอาจารย์ ประจำปีการศึกษา 2565 (Faculty Practice of Individual Development Report)

1. ชื่อ - นามสกุล อาจารย์สุชากรรัตน์ ชูรส
2. สาขาวิชา สาขาวิชาการพยาบาลมารดา ทารกและการผดุงครรภ์
3. กลุ่มเป้าหมาย (ผู้ป่วย/ ผู้รับบริการ) หญิงที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์
4. สถานที่ปฏิบัติการพยาบาล แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลชัยนาทนเรนทร
5. ระยะเวลาปฏิบัติการพยาบาล (Faculty Practice) วันจันทร์-ศุกร์ ทุกสัปดาห์ เดือนธันวาคม 2565 เวลา 08.00-15.00 น.

ผลการดำเนินงานการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ประจำปีการศึกษา 2565

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 1 วันที่ 5 ธ.ค. 65 08.00-15.00น.	7 ชม.	1. ให้ปฏิบัติการพยาบาลรายกรณี ณ แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาล ชัยนาทนเรนทร เพื่อจัดการรายกรณีที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ ในกลุ่มที่รักษาด้วยอินซูลิน อ่านและฟังภาษาไทยได้ 2. นำโปรแกรมเตรียมความพร้อมการเปลี่ยนผ่านสู่การเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ของกิ่งกาญจน์ จุฑารัตนพิเชียร, 2565 โดยมีรายละเอียดดังนี้ 2.1 เมื่อแพทย์มีคำสั่ง ให้การรักษาโดยใช้อินซูลิน พยาบาลได้สร้างสัมพันธภาพกับหญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ มีการบรรยาย สาธิต เกี่ยวกับภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ ประกอบด้วย กิจกรรมที่ 1: การประเมินความพร้อมของบุคคลในการเปลี่ยนผ่าน การรับรู้ให้ความหมาย การเป็นเบาหวาน และการใช้อินซูลิน) มีการประเมินปัญหาของหญิงตั้งครรภ์ เพื่อประเมินความพร้อมและปัจจัยที่เกี่ยวข้องในการเปลี่ยนผ่านเข้าสู่สภาวะใหม่ ทั้งที่ได้จากการซักประวัติ การสัมภาษณ์ ประเมินวัฒนธรรม ความเชื่อ ค่านิยม ภาวะวิกฤติที่เคยประสบการเผชิญปัญหา และผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น นอกจากนี้ยังมีการประเมินความรู้ การรับรู้ต่อเหตุการณ์ และภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ เพื่อให้เป็นข้อมูลพื้นฐานและเป็นแนวทางในการให้ข้อมูลเพิ่มเติมที่มีความจำเพาะ ต่อหญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ในแต่ละราย	- หญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ จำนวน 1 ราย ได้รับการจัดการรายกรณีผ่านโปรแกรมเตรียมความพร้อมการเปลี่ยนผ่านสู่การเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ - มีความรู้เรื่องเบาหวานขณะตั้งครรภ์ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดหลังรับประทานอาหาร 2 ชม. ไม่เกิน 120 mg/ dl - หญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ จำนวน 4 ราย ได้รับการจัดการรายกรณีผ่านโปรแกรมเตรียมความพร้อมการเปลี่ยนผ่านสู่การเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ - ทั้ง 4 ราย มีความรู้เรื่องเบาหวานขณะตั้งครรภ์ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย มี 1 ราย ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดหลังรับประทานอาหาร 2 ชม. ไม่เกิน 120 mg/ dl - หญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ จำนวน 2 ราย ได้รับการจัดการรายกรณีผ่านโปรแกรมเตรียมความพร้อมการเปลี่ยนผ่านสู่การเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์
ครั้งที่ 2 วันที่ 6 ธ.ค. 65 08.00-15.00 น.	7 ชม.		
ครั้งที่ 3 วันที่ 7 ธ.ค. 65 08.00-15.00น.	7 ชม.		

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 4 วันที่ 8 ธ.ค. 65 08.00-15.00น.	7 ชม.	กิจกรรมที่ 2: การเตรียมเพื่อการเปลี่ยนผ่านเข้าสู่สถานะใหม่ 1. การสร้างทัศนคติเกี่ยวกับการเป็นเบาหวาน และการรักษาด้วยอินซูลิน โดยให้ข้อมูลว่าการเป็นเบาหวานสามารถรักษาได้ และการใช้อินซูลินจะเกิดผลดีต่อการรักษาอย่างไร พร้อมให้หญิงตั้งครรภ์ที่เป็นเบาหวาน สะท้อนความคิดเห็น ความวิตกกังวล และปัญหาในการรักษาภาวะเบาหวานด้วยอินซูลิน ภายหลังจากที่มีการประเมินปัญหาแล้ว พยาบาลได้มีการเพิ่มเติม ส่วนที่บกพร่อง เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์ได้เกิดทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับการเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ 2. ให้ความรู้เรื่องเบาหวาน การควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด และทักษะในการใช้อินซูลิน 1) ให้ความรู้เกี่ยวกับวิธีการควบคุมระดับน้ำตาลในการใช้ยาอินซูลิน 2) ให้ความรู้เกี่ยวกับวิธีการควบคุมระดับน้ำตาล (power point) และการภายในเลือด ด้วยการบริหารประกอบภาพนิ่ง (power point) และการสาธิต เนื้อหาประกอบด้วย การรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย ซึ่งเนื้อหาการรับประทานอาหารสำหรับหญิงตั้งครรภ์นั้น คือ การแนะนำการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ และมีคุณภาพ สามารถควบคุมปริมาณอาหารได้เหมาะสม เพื่อที่จะไม่ให้รับน้ำตาลเข้าสู่ร่างกายเกินไป มีการสาธิตการเลือกรับอาหารแลกเปลี่ยนจากแผ่นภาพ รวมถึงวิธีการอ่านฉลากที่ถูกต้อง สำหรับการออกกำลังกายนั้น แนะนำการเลือกออกกำลังกายที่ถูกต้อง เหมาะสมกับตนเอง และไม่หักโหม ให้ความรู้เกี่ยวกับวิธีการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดหญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์นั้น เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการควบคุมภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ที่ถูกต้อง มีแนวทางการปฏิบัติพฤติกรรมที่ดี ส่งผลทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสม 2) ให้ความรู้เรื่องอินซูลินและสร้างทักษะในการใช้ปากกาฉีดยาด้วยตนเอง โดยวิธีการบรรยายประกอบภาพสาธิต และวีดิทัศน์ เรื่องประโยชน์ของอินซูลินในการรักษาระดับน้ำตาลในเลือด อากาการข้างเคียงของอินซูลิน ภาวะน้ำตาลต่ำ อาการและการแก้ไข วิธีการฉีดอินซูลินด้วยตนเอง และมีทักษะการฉีดอินซูลินโดยการฉีดยาเหมือนอย่าง เพื่อสร้างความมั่นใจให้ตนเองก่อนฉีดยาจริง จากนั้นให้หญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ฝึกฉีดยาด้วยตนเอง เพื่อให้ได้รับประสบการณ์พร้อมกล่าวคำ	- ทั้ง 2 ราย มีความรู้เรื่องเบาหวานขณะตั้งครรภ์ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมารับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดหลังรับประทานอาหาร 2 ชม. ไม่เกิน 120 mg/ dl - หญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ จำนวน 1 ราย ได้รับการจัดการรายการกรณีผ่านโปรแกรมเตรียมความพร้อมการเปลี่ยนผ่านสู่การเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ - มีความรู้เรื่องเบาหวานขณะตั้งครรภ์ การปรับเปลี่ยน พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดหลังรับประทานอาหาร 2 ชม. ไม่เกิน 120 mg/ dl - หญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ จำนวน 1 ราย ได้รับการจัดการรายการกรณีผ่านโปรแกรมเตรียมความพร้อมการเปลี่ยนผ่านสู่การเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ - มีความรู้เรื่องเบาหวานขณะตั้งครรภ์ การปรับเปลี่ยน พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดหลังรับประทานอาหาร 2 ชม. ไม่เกิน 120 mg/ dl - หญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ จำนวน 2 ราย ได้รับการจัดการรายการกรณีผ่านโปรแกรมเตรียมความพร้อมการเปลี่ยนผ่านสู่การเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ - ทั้ง 2 ราย มีความรู้เรื่องเบาหวานขณะตั้งครรภ์ การปรับเปลี่ยน พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดหลังรับประทานอาหาร 2 ชม. ไม่เกิน 120 mg/ dl - หญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ จำนวน 4 ราย ได้รับการจัดการรายการกรณีผ่านโปรแกรมเตรียมความพร้อมการเปลี่ยนผ่านสู่การเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ - ทั้ง 4 ราย มีความรู้เรื่องเบาหวานขณะตั้งครรภ์ การปรับเปลี่ยน พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย มี 2 ราย ไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดหลังรับประทานอาหาร 2 ชม. ไม่เกิน 120 mg/ dl
ครั้งที่ 5 วันที่ 9 ธ.ค. 65 08.00-15.00น.	7 ชม.		
ครั้งที่ 6 วันที่ 12 ธ.ค. 65 08.00-15.00น.	7 ชม.		
ครั้งที่ 7 วันที่ 13 ธ.ค. 65 08.00-15.00 น.	7 ชม.		

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 8 วันที่ 14 ธ.ค. 65 08.00-15.00น.	7 ชม.	ชมเชยหากหญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง เพื่อให้หญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ ได้เกิดความมั่นใจในการฉีดยาอินซูลินด้วยตนเอง 3. ให้ครอบครัวได้มีส่วนร่วมในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด พยาบาลให้ครอบครัวได้พูดระบายความรู้สึก เมื่อตนเองได้เข้ามามีส่วนร่วมในการช่วยเหลือหญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ โดยการให้ความรู้กับครอบครัวในเรื่องภาวะเบาหวาน และการเตรียมอาหารสำหรับหญิงตั้งครรภ์ที่เป็นเบาหวานทั้งในมือปกติ และมีโรคเรื้อรัง พร้อมให้ครอบครัวได้มีส่วนร่วมในการวางแผน เพื่อควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด และมีหน้าที่ในการกระตุ้นเตือนหญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ ในการปฏิบัติพฤติกรรมในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดที่ต้อง ทั้งขณะอยู่ที่โรงพยาบาล และเมื่อกลับบ้าน กิจกรรมที่ 3: การใช้บทบาทเสริม บทบาทพยาบาลที่ได้ให้คำแนะนำ ดังนี้ 1) มีการติดตามการฉีดยาอินซูลินด้วยตนเองของหญิงตั้งครรภ์ที่เป็นเบาหวานอย่างต่อเนื่องหากพบว่ามีปัญหาในการฉีดยาอินซูลิน พยาบาลจะแนะนำการฉีดยาอินซูลินให้ถูกต้อง พร้อมทั้งพูดให้กำลังใจ เพื่อส่งเสริมความมั่นใจให้กับหญิงตั้งครรภ์ 2) เตรียมความพร้อมหญิงตั้งครรภ์ พยาบาลจะให้คำแนะนำเพิ่มเติมและติดตามให้การช่วยเหลือ เมื่อกลับไปบ้าน โดยพยาบาลสร้างกลุ่มไลน์ แนะนำวิธีการติดต่อสื่อสารผ่านทางแอปพลิเคชันไลน์ พยาบาลจะใช้เป็นช่องทางในการให้คำปรึกษาแก่หญิงตั้งครรภ์ที่เป็นเบาหวาน หากมีปัญหาหรือมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการควบคุมเบาหวานขณะตั้งครรภ์สามารถสอบถามพยาบาลได้ทางกลุ่มไลน์เพื่อใช้เป็นช่องทางในการแลกเปลี่ยนความรู้ซึ่งกันและกัน ระหว่างหญิงตั้งครรภ์ ซึ่งจะทำให้หญิงตั้งครรภ์เกิดการเรียนรู้ และปรับตัวได้มากขึ้น เมื่อต้องเปลี่ยนแปลงตนเองไปสู่บทบาทใหม่ที่ไม่เคยประสบมาก่อน 3) ติดตามผลของพฤติกรรมในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ครั้งที่ 1 เป็นการติดตามผ่านทางโทรศัพท์ โดยการติดตามพฤติกรรมควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด โดยการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การสังเกตอาการผิดปกติ การประเมินติดตามระดับน้ำตาลในเลือดด้วยตนเอง การรักษาเบาหวาน และการดื่มน้ำ	ผลลัพธ์ที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ จำนวน 1 ราย ได้รับการจัดการรายการนี้ผ่านโปรแกรมเตรียมความพร้อมการเปลี่ยนผ่านสู่การเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ - มีความรู้เรื่องเบาหวานขณะตั้งครรภ์ การปรับเปลี่ยน พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดหลังรับประทานอาหาร 2 ชม. ไม่เกิน 120 mg/dl - หญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ จำนวน 2 ราย ได้รับการจัดการรายการนี้ผ่านโปรแกรมเตรียมความพร้อมการเปลี่ยนผ่านสู่การเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ - ทั้ง 2 ราย มีความรู้เรื่องเบาหวานขณะตั้งครรภ์ การปรับเปลี่ยน พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดหลังรับประทานอาหาร 2 ชม. ไม่เกิน 120 mg/dl
ครั้งที่ 9 วันที่ 15 ธ.ค. 65 08.00-15.00น.	7 ชม.		- หญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ จำนวน 2 ราย ได้รับการจัดการรายการนี้ผ่านโปรแกรมเตรียมความพร้อมการเปลี่ยนผ่านสู่การเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ - ทั้ง 2 ราย มีความรู้เรื่องเบาหวานขณะตั้งครรภ์ การปรับเปลี่ยน พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดหลังรับประทานอาหาร 2 ชม. ไม่เกิน 120 mg/dl
ครั้งที่ 10 วันที่ 16 ธ.ค. 65 08.00-15.00น.	7 ชม.		- หญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ จำนวน 2 ราย ได้รับการจัดการรายการนี้ผ่านโปรแกรมเตรียมความพร้อมการเปลี่ยนผ่านสู่การเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ - ทั้ง 2 ราย มีความรู้เรื่องเบาหวานขณะตั้งครรภ์ การปรับเปลี่ยน พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดหลังรับประทานอาหาร 2 ชม. ไม่เกิน 120 mg/dl
ครั้งที่ 11 วันที่ 19 ธ.ค. 65 08.00-15.00น.	7 ชม.		- หญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ จำนวน 1 ราย ได้รับการจัดการรายการนี้ผ่านโปรแกรมเตรียมความพร้อมการเปลี่ยนผ่านสู่การเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ - มีความรู้เรื่องเบาหวานขณะตั้งครรภ์ การปรับเปลี่ยน พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดหลังรับประทานอาหาร 2 ชม. ไม่เกิน 120 mg/dl
ครั้งที่ 12 วันที่ 20 ธ.ค. 65 08.00-15.00น.	7 ชม.		- หญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ จำนวน 2 ราย ได้รับการจัดการรายการนี้ผ่านโปรแกรมเตรียมความพร้อมการเปลี่ยนผ่านสู่การเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ - ทั้ง 2 ราย มีความรู้เรื่องเบาหวานขณะตั้งครรภ์ การปรับเปลี่ยน พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย สามารถ

ครั้งที่ วัน เดือน ปี (เวลา)	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการปฏิบัติการพยาบาล	ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยจากการปฏิบัติการพยาบาล
ครั้งที่ 13 วันที่ 21 ธ.ค. 65 08.00-15.00น.	7 ชม.	โรงพยาบาล มีการสอบถามถึงปัญหา อุปสรรค พร้อมทั้งให้หาสาเหตุที่ไม่สามารถปฏิบัติการได้เพื่อหาแนวทางในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมายได้ เพื่อให้เป็นแนวทางในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ทั้งนี้มีการแสดงความชื่นชม ในกรณีที่เกิดขึ้นเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง ติดตามผลของพฤติกรรมควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ครั้งที่ 2 เป็นการติดตามผ่านทางโทรศัพท์ โดยการสะท้อนความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาพฤติกรรมควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของหญิงตั้งครรภ์ เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์ได้สามารถจัดการกับตนเอง จนควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ ติดตามผลของพฤติกรรมควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ครั้งที่ 3 และติดตามระดับน้ำตาลในเลือด 2 ชั่วโมงหลังรับประทานอาหาร เป็นการวางแผนติดตามเป็นรายบุคคล ที่แผนกฝากครรภ์ซึ่งเป็นการนัดตามปกติ ในคลินิกฝากครรภ์กลุ่มเสี่ยงได้มีการประเมินเกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรคเกี่ยวกับพฤติกรรม ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของหญิงตั้งครรภ์ ในช่วง 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา พร้อมสอบถามครอบครัวถึงปัญหา ของการมีส่วนร่วมในการควบคุมระดับน้ำตาลในช่วงที่กลับไปอยู่บ้าน รวมทั้งให้หญิงตั้งครรภ์และครอบครัว ได้มีการเปรียบเทียบผลการปฏิบัติการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด กับเป้าหมายที่ตนเองกำหนดไว้และการวางแผนดูแลตนเองต่อไป	ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดหลังรับประทานอาหาร 2 ชม. ไม่เกิน 120 mg/ dl - หญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ จำนวน 2 ราย ได้รับการจัดการรายกรณีผ่านโปรแกรมเตรียมความพร้อมการเปลี่ยนผ่านสู่การเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ - ทั้ง 2 ราย มีความรู้เรื่องเบาหวานขณะตั้งครรภ์ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดหลังรับประทานอาหาร 2 ชม. ไม่เกิน 120 mg/ dl - หญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ จำนวน 1 ราย ได้รับการจัดการรายกรณีผ่านโปรแกรมเตรียมความพร้อมการเปลี่ยนผ่านสู่การเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ - มีความรู้เรื่องเบาหวานขณะตั้งครรภ์ การปรับเปลี่ยน พฤติกรรมการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดหลังรับประทานอาหาร 2 ชม. ไม่เกิน 120 mg/ dl
รวมชั่วโมงปฏิบัติการ พยาบาลตามความ เชี่ยวชาญ	98 ชม.		รวมจำนวนหญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ ที่ได้รับการดูแล จำนวน 26 ราย ญาติผู้ดูแลจำนวน 12 ราย - หญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ 23 ราย และไม่สามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้จำนวน 3 ราย

7. สรุปผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น

- 1) ตลอดจนการปฏิบัติงาน Faculty Practice มีหญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ จำนวน 26 ราย แบ่งเป็น GDMA1 จำนวน 3 ราย GDMA2 จำนวน 11 ราย Overt DM จำนวน 12 ราย ญาติผู้ดูแลจำนวน 12 ราย
- 2) มีการดำเนินการเพื่อส่งเสริมสุขภาพหญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ โดยการเตรียมความพร้อมการเปลี่ยนผ่านสู่การเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมารับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย ในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ
- 3) ได้ฝึกทักษะความเชี่ยวชาญในการจัดการรายกรณี ที่ส่งเสริมให้หญิงที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ได้รับการดูแลตามมาตรฐานของการรักษาระดับสากล

8. ปัญหา - อุปสรรค (ถ้ามี)

- 1) ในการให้กิจกรรมทางการพยาบาลบางครั้งหญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ มีการกิจจต้องทำให้เกิดการเร่งรีบ
- 2) การเยี่ยมชมทางโทรศัพท์หรือด้วยแอปพลิเคชันไลน์ บางครั้งหญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ไม่รับโทรศัพท์ และสัญญาณในการติดต่อทางแอปพลิเคชันไลน์ไม่เสถียร

9. แนวทางการพัฒนา/ ปรับปรุง

- 1) เพิ่มเทคนิควิธีการพยาบาลเพื่อการจัดการรายกรณีที่มีความหลากหลาย ตามความซับซ้อนของหญิงตั้งครรภ์ และญาติผู้ดูแล
- 2) เพิ่มจำนวนกลุ่มหญิงที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดไม่ได้ และมีโรคร่วมอื่น

ลงชื่อ..... ..... ผู้ปฏิบัติการพยาบาล

(นางสาวสุพารัตน์ ชูล)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ(ด้านการสอน)

ลงชื่อ..... ..... ผู้ตรวจสอบ

(นางหทัยรัตน์ บุญพรณพงศ์)

หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลมรุตารากและการผดุงครรภ์

ลงชื่อ..... ..... ผู้รับรอง

(นางสาวปริญดา ศรีราพิพัฒน์)

รองผู้อำนวยการด้านวิชาการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีน ชัยนาท