

แผนพัฒนารายบุคคลเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์พยาบาล (Faculty Practice)

ปีการศึกษา 2567 (ระหว่างวันที่ 3 กุมภาพันธ์ - 30 พฤษภาคม 2568)

วิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี

ชื่อ-สกุล อาจารย์จันทร์เพ็ญ อามพัฒน์ **ความเชี่ยวชาญ** การส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ ในกลุ่มมารดาหลังคลอดที่ได้รับการวินิจฉัยเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ และมีภาวะอ้วนตั้งแต่ระดับที่หนึ่ง

หน่วยให้บริการ สูติกรรมชั้น 4 โรงพยาบาลพระปกเกล้า จังหวัดจันทบุรี

ความเป็นมา เนื่องจากปีการศึกษา 2566 มีมารดาหลังคลอดที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ (Gestational Diabetes Mellitus: GDM) มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่มมารดาที่มีภาวะเบาหวาน ร่วมกับภาวะอ้วน มีโอกาสที่จะไม่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวได้ เนื่องจากการที่ร่างกายมีภาวะน้ำตาลในเลือดสูงจากการเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ ร่วมกับมีภาวะอ้วน ส่งผลให้การสร้างแลคโตเจนซิสและการสร้างโปรแลคตินล่าช้าหรือลดลง เมื่ออยู่ในระยะหลังคลอดการสร้างน้ำนมแม่จึงลดลงหรือล่าช้า อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาหลังคลอดกลุ่มนี้จึงลดลงหรือไม่ประสบความสำเร็จ

เป้าหมาย เพิ่มพูนสมรรถนะ/ความเชี่ยวชาญด้านการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในกลุ่มมารดาที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์และมีภาวะอ้วนตั้งแต่ระดับที่หนึ่ง

วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วย และความเชี่ยวชาญของตนเอง)

1. เพื่อนำความเชี่ยวชาญด้านการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ดูแลส่งเสริมและแก้ไขปัญหา น้ำนม/เต้านมในกลุ่มมารดาที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ และมีภาวะอ้วนตั้งแต่ระดับที่หนึ่ง
2. เพื่อพัฒนาสมรรถนะความเชี่ยวชาญทางคลินิกเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในกลุ่มมารดาที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ และมีภาวะอ้วนตั้งแต่ระดับที่หนึ่ง

ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ และความเชี่ยวชาญของตนเอง)

1. มารดาหลังคลอดในกลุ่มมารดาที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ และมีภาวะอ้วนตั้งแต่ระดับที่หนึ่ง ได้รับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดโอกาสไม่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. อาจารย์มีสมรรถนะความเชี่ยวชาญทางคลินิกเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในกลุ่มมารดาที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ และมีภาวะอ้วนตั้งแต่ระดับที่หนึ่ง

<p>การให้บริการ ตามความเชี่ยวชาญ วันที่/ เวลา</p>	<p>วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วยและเน้นผลลัพธ์ ทางการพยาบาลที่ดีขึ้น)</p>	<p>การปฏิบัติการพยาบาล (Direct Care หรือ Consultation กับพยาบาล)</p>
<p>เดือน กุมภาพันธ์ - พฤษภาคม 2568 เวลา 13.00-17.00 น.</p>	<p>1. เพื่อนำความเชี่ยวชาญด้าน การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จากประสบการณ์สอนในภาคปฏิบัติ รวมทั้งการศึกษาวิจัย และหลักฐาน เชิงประจักษ์ไปประยุกต์ใช้ในการดูแล ส่งเสริมและกระตุ้นการเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่ในกลุ่มมารดาที่มีภาวะ เบาหวานขณะตั้งครรภ์ และมีภาวะ อ้วนตั้งแต่ระดับที่หนึ่ง ให้ประสบ ความสำเร็จ</p> <p>2. เพื่อพัฒนาสมรรถนะ ความเชี่ยวชาญทางคลินิกเกี่ยวกับ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ในกลุ่มมารดาที่มีภาวะเบาหวาน ขณะตั้งครรภ์ และมีภาวะอ้วนตั้งแต่ ระดับที่หนึ่ง</p>	<p>1. ประเมินความรู้และประสบการณ์ของมารดาที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ และมี ภาวะอ้วนตั้งแต่ระดับที่หนึ่ง เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่</p> <p>2. ให้ความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตนเพื่อเตรียมร่างกาย เช่น การรับประทานอาหาร การนอนหลับพักผ่อน การเตรียมเต้านม และทักษะต่างๆ เช่น ท่าในการให้นม การบีบ เก็บน้ำนม เป็นต้น</p> <p>3. สนับสนุนด้านจิตใจ เพื่อคลายความวิตกกังวลที่จะส่งผลต่อการสร้าง/หลังน้ำนม</p> <p>4. ให้การพยาบาลเพื่อแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับน้ำนม/เต้านม ที่เกิดจากความไม่เข้าใจของ กลุ่มมารดาที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ และมีภาวะอ้วนตั้งแต่ระดับที่หนึ่ง</p> <p>5. ร่วมกับทีมพยาบาลในการติดตามการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในกลุ่มมารดาที่มี ภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์และมีภาวะอ้วนตั้งแต่ระดับที่หนึ่ง ในระหว่างพักรักษาตัวใน โรงพยาบาล</p> <p>6. สรุปและบันทึกผล ส่งต่อข้อมูลให้กับพยาบาลในกรณีที่พบว่าเสี่ยงต่อการไม่ประสบ ความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่</p>

รวมชั่วโมงการให้บริการพยาบาลตามความเชี่ยวชาญ ไม่น้อยกว่า 80 ชั่วโมง

ผลการดำเนินการ Faculty Practice รายบุคคล (Individual Development Plan) ภาควิชาการพยาบาลมารดาทารกและการผดุงครรภ์

1. ชื่อ ผู้ช่วยศาสตราจารย์จันทร์เพ็ญ อามพัฒน์ **ความเชี่ยวชาญ** การส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ **หน่วยให้บริการ** สูติกรรม ชั้น 4 โรงพยาบาลพระปกเกล้า จังหวัดจันทบุรี
2. เป้าหมาย เพิ่มพูนสมรรถนะ/ความเชี่ยวชาญด้านการพยาบาลการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในกลุ่มมารดาที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ และมีภาวะอ้วนตั้งแต่ระดับที่หนึ่ง โดยใช้เทคนิคสร้างแรงจูงใจ Motivational Interviewing (MI)
3. เวลาการนำความเชี่ยวชาญไปให้บริการ เดือน ก.พ. - เดือน พ.ค. 68 เวลา 13.00-17.00 น.

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่.....เวลา.....	วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วยและเน้นผลลัพธ์ทางการพยาบาลที่ดีขึ้น)	การปฏิบัติการพยาบาล (Direct Care) หรือ Consultation กับพยาบาล	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)
วันที่ 3, 4, 5 ก.พ. 68 วันที่ 17, 18, 19 ก.พ. 68 เวลา 13.00-17.00 น. วันที่ 3, 4, 5 มี.ค. 68 วันที่ 17, 18, 19 มี.ค. 68 เวลา 13.00-17.00 น. วันที่ 7, 8, 9 เม.ย. 68 วันที่ 21, 22, 23 เม.ย. 68 เวลา 13.00-17.00 น. วันที่ 5, 6, 7 พ.ค. 68 วันที่ 12, 13, 14 พ.ค. 68 เวลา 13.00-17.00 น.	1. เพื่อนำความเชี่ยวชาญด้านการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จากประสบการณ์สอนในภาคปฏิบัติ รวมทั้งการศึกษาวิจัย และหลักฐานเชิงประจักษ์ไปประยุกต์ใช้ในการดูแลส่งเสริมและกระตุ้นการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในกลุ่มมารดาหลังคลอดที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ และมีภาวะอ้วนตั้งแต่ระดับที่หนึ่ง ให้ประสบความสำเร็จ	1. ทวนสอบความรู้/ประสบการณ์ของมารดาหลังคลอดเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 2. ให้ความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตนเพื่อเตรียมร่างกาย เช่น การรับประทานอาหาร การนอนหลับพักผ่อน การเตรียมเต้านม และทักษะต่างๆ เช่น ทำในการให้นม การบีบเก็บน้ำนม เป็นต้น 3. สนับสนุนด้านจิตใจ เพื่อคลายความวิตกกังวลที่จะส่งผลต่อการสร้าง/หลังน้ำมน้ำนม/เต้านม	มารดาหลังคลอดในกลุ่มมารดาที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ และมีภาวะอ้วนตั้งแต่ระดับที่หนึ่งได้รับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดโอกาสไม่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พร้อมทั้งได้รับคำแนะนำ ได้รับกำลังใจ จนสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวได้สำเร็จใน 1 เดือนแรกหลังคลอด จำนวน 20 ราย หลังจากประเมินด้วย LATCH score ได้คะแนนการประเมิน อย่างน้อย 8 คะแนน 10 ราย และได้คะแนนการประเมินเต็ม 10 คะแนน 10 ราย

<p>การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ วันที่.....เวลา.....</p>	<p>วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วยและเน้น ผลลัพธ์ทางการพยาบาลที่ดีขึ้น)</p>	<p>การปฏิบัติการพยาบาล (Direct Care) หรือ Consultation กับ พยาบาล</p>	<p>ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)</p>
	<p>2. เพื่อพัฒนาสมรรถนะ ความเชี่ยวชาญทางคลินิก เกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่ ในกลุ่มมารดาหลัง คลอดที่มีภาวะเบาหวานขณะ ตั้งครรภ์ และมีภาวะอ้วนตั้งแต่ ระดับที่หนึ่ง</p>	<p>5. ประเมินการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม หลังจาก สร้างแรงจูงใจ เพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนม แม่</p> <p>5.1 ข้อคำถามในการประเมิน</p> <ul style="list-style-type: none"> - ความตระหนักและแรงจูงใจในปัญหา: การ ให้ข้อมูลและการตั้งคำถาม เช่น ตอนนีการไหล ของน้ำนมเป็นอย่างไร? ถ้าปล่อยไว้เช่นนี้ จะมี ผลตามมาอย่างไร? ถ้าน้ำนมมาเยอะอย่างที่ ต้องการ จะมีอะไรดี ๆ เกิดขึ้นได้บ้าง? - ระดับความพร้อมในการเปลี่ยนแปลง ที่ เป็นอยู่เห็นว่าเป็นปัญหาหรือไม่ ถ้าเห็น เคยลง มือแก้ปัญหาแล้วหรือยัง? ทำแล้ว ได้ผลอย่างไร? เคยทำได้อย่างต่อเนื่อง? - ความสามารถในการเปลี่ยนแปลง: ความรู้ ความเข้าใจว่าต้องเปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง? และ เปลี่ยนแปลงอย่างไร? <p>สามารถทำได้หรือไม่ ? ตัวช่วย ?</p> <p>สรุปแนวทางการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วย นมแม่ในมารดาหลังคลอดที่มีภาวะเบาหวาน</p>	

<p>การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ วันที่.....เวลา.....</p>	<p>วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วยและเน้น ผลลัพธ์ทางการพยาบาลที่ดีขึ้น)</p>	<p>การปฏิบัติการพยาบาล (Direct Care) หรือ Consultation กับ พยาบาล</p>	<p>ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)</p>
		<p>ขณะตั้งครรภ์ และมีภาวะอ้วนตั้งแต่ระดับที่ หนึ่ง</p> <p>1. การให้ความรู้และสร้างความเข้าใจ ให้ข้อมูลเกี่ยวกับประโยชน์ของนมแม่ต่อการ ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของทารก และลด ความเสี่ยงการเกิดเบาหวานในอนาคต อธิบาย ประโยชน์ต่อตัวมารดา เช่น ลดโอกาสเกิด เบาหวานชนิดที่ 2 ควบคุมน้ำหนัก และลด ความเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือด</p> <p>2. การเริ่มให้นมแม่เร็วและต่อเนื่อง ส่งเสริม ให้มารดาได้ให้นมแม่ภายใน 1 ชั่วโมงหลัง คลอด หากไม่มีข้อห้ามทางการแพทย์ สนับสนุนให้มารดาให้นมแม่อย่างเดียว ใน 6 เดือนแรก และต่อเนื่องร่วมกับอาหารตาม วัยจนอย่างน้อย 2 ปี</p> <p>3. การสนับสนุนด้านทักษะและเทคนิค สอนท่าทางการให้นมที่ถูกต้องเพื่อลดความ เจ็บปวดและเพิ่มประสิทธิภาพการดูดนม แนะนำวิธีบีบหรือปัมน้ำนมและการเก็บรักษา เพื่อป้องกันปัญหาน้ำนมไม่เพียงพอ ฝ้าระวัง</p>	

<p>การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ วันที่.....เวลา.....</p>	<p>วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วยและเน้น ผลลัพธ์ทางการพยาบาลที่ดีขึ้น)</p>	<p>การปฏิบัติการพยาบาล (Direct Care) หรือ Consultation กับ พยาบาล</p>	<p>ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)</p>
		<p>ปัญหา เช่น หัวนมแตก คัดตึง หรือท่อน้ำนมอุดตัน</p> <p>4. การเฝ้าระวังสุขภาพมารดาและทารก ประเมินระดับน้ำตาลในเลือดมารดาหลังคลอดอย่างต่อเนื่อง ควบคู่กับการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สังเกตอาการภาวะน้ำตาลในเลือดต่ำในทารกและติดตามการเจริญเติบโต ใช้การบันทึกข้อมูลและการติดตามเพื่อประเมินความต่อเนื่องของการให้นมแม่</p> <p>5. การสนับสนุนด้านจิตใจและครอบครัว ให้คำปรึกษาอย่างเป็นมิตร ลดความกังวลของมารดาเกี่ยวกับภาวะเบาหวานและการเลี้ยงลูก กระตุ้นให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการช่วยดูแลมารดาและทารก เพื่อให้มารดามีเวลาพักและให้นมได้เต็มที่</p> <p>6. การเชื่อมโยงบริการสุขภาพและชุมชน จัดระบบติดตามต่อเนื่องหลังออกจากโรงพยาบาล เช่น การเยี่ยมบ้านหรือคลินิกนมแม่ ประสานกับหน่วยบริการสุขภาพระดับปฐม</p>	

<p>การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ วันที่.....เวลา.....</p>	<p>วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วยและเน้น ผลลัพธ์ทางการพยาบาลที่ดีขึ้น)</p>	<p>การปฏิบัติการพยาบาล (Direct Care) หรือ Consultation กับ พยาบาล</p>	<p>ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)</p>
<p>รวม 96 ชั่วโมง</p>		<p>ภูมิ (รพ.สต. หรือศูนย์สุขภาพชุมชน) เพื่อ สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง 6. ร่วมกับทีมพยาบาลในการติดตามการ ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในกลุ่มมารดา หลังคลอดที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ และ มีภาวะอ้วนตั้งแต่ระดับที่หนึ่ง 7. สรุปและบันทึกผล ส่งต่อข้อมูลให้กับ พยาบาลในกรณีที่พบว่าเสี่ยงต่อการไม่ประสบ ความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่</p>	

สรุปสิ่งที่ได้รับจากการให้บริการพยาบาลตามความเชี่ยวชาญและแนวทางการพัฒนา

1. ได้รับประสบการณ์และพัฒนาทักษะวิชาชีพ ในการให้คำแนะนำ สนับสนุน และแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่กลุ่มมารดาหลังคลอดที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ และมีภาวะอ้วนตั้งแต่ระดับที่หนึ่ง ซึ่งช่วยเพิ่มความเชี่ยวชาญในการพยาบาลมารดาและทารก
2. เกิดความภาคภูมิใจและแรงบันดาลใจในวิชาชีพ จากการได้มีส่วนช่วยให้มารดาหลังคลอดที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ และมีภาวะอ้วนตั้งแต่ระดับที่หนึ่ง มีความมั่นใจและสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างต่อเนื่อง อันส่งผลดีต่อสุขภาพมารดาและทารก

การนำไปใช้ประโยชน์

ด้านการวิจัย

- นำประสบการณ์ไปเป็น โจทย์วิจัย เช่น ปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาหลังคลอดที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ และมีภาวะอ้วนตั้งแต่ระดับที่หนึ่ง
- พัฒนานวัตกรรมหรือโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่เหมาะสมกับมารดาหลังคลอดที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ และมีภาวะอ้วนตั้งแต่ระดับที่หนึ่ง
- ใช้ข้อมูลและผลลัพธ์ที่ได้จากการปฏิบัติงานเป็น ฐานข้อมูลเชิงประจักษ์ (evidence-based) เพื่อขยายผลต่อการดูแลกลุ่มเป้าหมายอื่น

ลงชื่อ



(นางจันทร์เพ็ญ อามพัฒน์)

ตำแหน่ง อาจารย์

ลงชื่อ



(นางอารีรัตน์ วิเชียรประภา)

ตำแหน่ง หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลมารดาทารกและการผดุงครรภ์