

แผนพัฒนารายบุคคลเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์พยาบาล (Faculty Practice)

ปีการศึกษา 2568 (ระหว่างเดือนธันวาคม 2568 ถึงเดือนเมษายน 2569)

วิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี

ชื่อ-สกุล นางกรรณิการ์ พรงาม ความเชี่ยวชาญ การพยาบาลคู่สมรสที่ต้องการมีบุตรเพื่อเพิ่มโอกาสการตั้งครรภ์

หน่วยให้บริการ แผนกฝากครรภ์และวางแผนครอบครัว โรงพยาบาลพระปกเกล้า จังหวัดจันทบุรี

ความเป็นมา

ปัจจุบันสังคมไทยเผชิญกับปัญหาอัตราการเกิดลดลงอย่างต่อเนื่อง คู่สมรสจำนวนมากประสบความยากลำบากในการมีบุตรตามธรรมชาติ ส่งผลกระทบทั้งต่อคุณภาพชีวิตของครอบครัวและต่อโครงสร้างประชากรในระยะยาว การพยาบาลในประเด็นการส่งเสริมภาวะเจริญพันธุ์ (Fertility Care) จึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง บทบาทของอาจารย์พยาบาลไม่เพียงแต่เน้นการสอนและการวิจัยเท่านั้น แต่ยังครอบคลุมถึงการเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญด้านการปฏิบัติการพยาบาล (Faculty Practice) เพื่อให้เกิดการบูรณาการความรู้เชิงวิชาการกับประสบการณ์จริง การให้บริการพยาบาลแก่คู่สมรสที่ต้องการมีบุตรเป็นหนึ่งในแนวทางสำคัญ ที่ช่วยให้อาจารย์พยาบาลได้พัฒนาทักษะการให้คำปรึกษา การประเมินสุขภาพร่างกายและจิตใจ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม และการประสานงานกับทีมสหวิชาชีพ

การปฏิบัติการพยาบาลดังกล่าวไม่เพียงช่วยเพิ่มโอกาสในการตั้งครรภ์ของคู่สมรส แต่ยังเป็นการสร้างองค์ความรู้ใหม่ พัฒนาทักษะเชิงปฏิบัติของอาจารย์พยาบาล และสามารถถ่ายทอดต่อสู่นักศึกษาพยาบาล ตลอดจนเป็นประโยชน์ต่อระบบบริการสุขภาพและสังคมโดยรวม

เป้าหมาย เพิ่มพูนสมรรถนะ/ ความเชี่ยวชาญด้านการพยาบาลคู่สมรสที่ต้องการมีบุตรเพื่อเพิ่มโอกาสการตั้งครรภ์

วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วย และความเชี่ยวชาญของตนเอง)

1. เพื่อให้คู่สมรสที่ต้องการมีบุตรมีความรู้และพฤติกรรมเพื่อเพิ่มโอกาสการตั้งครรภ์ที่ถูกต้องเหมาะสม

ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ และความเชี่ยวชาญของตนเอง)

1. เพิ่มโอกาสการตั้งครรภ์ในคู่สมรสที่ต้องการมีบุตร

<p>การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ วันที่/ เวลา</p>	<p>วัตถุประสงค์</p>	<p>การปฏิบัติการพยาบาล</p>
<p>การพยาบาลคู่สมรสที่ต้องการ มีบุตรเพื่อเพิ่มโอกาส การตั้งครรภ์ เดือนธันวาคม 2568 ถึง เดือนเมษายน 2569 ทุกวันพฤหัสบดี เวลา 08.00-16.00 น. (7 ชั่วโมง/ วัน)</p>	<p>เพื่อให้คู่สมรสที่ต้องการมีบุตร มีความรู้และพฤติกรรม เพื่อเพิ่มโอกาสการตั้งครรภ์ ที่ถูกต้องเหมาะสม</p>	<p>การพยาบาลคู่สมรสที่ต้องการมีบุตรเพื่อเพิ่มโอกาสการตั้งครรภ์</p> <p>1. การประเมินภาวะสุขภาพ (Assessment)</p> <ul style="list-style-type: none"> • ชักประวัติสุขภาพทั่วไปและสุขภาพการเจริญพันธุ์ของทั้งสามีและภรรยา (ประจำเดือน, การคุมกำเนิดในอดีต, ประวัติการตั้งครรภ์/แท้งบุตร) • ประเมินพฤติกรรมสุขภาพ เช่น การนอนหลับ การออกกำลังกาย การสูบบุหรี่ ดื่มสุรา การทำงาน • ประเมินภาวะโภชนาการ น้ำหนัก ส่วนสูง และค่าดัชนีมวลกาย (BMI) • ประเมินสุขภาพจิต ความเครียด ความวิตกกังวล และความสัมพันธ์ในครอบครัว • ตรวจร่างกายพื้นฐานและส่งตรวจทางห้องปฏิบัติการตามความเหมาะสม (เช่น ฮอร์โมน, การทำงานของอสุจิ) <p>2. การวินิจฉัยทางการพยาบาล (Nursing Diagnosis) เช่น</p> <ul style="list-style-type: none"> • มีความรู้ไม่เพียงพอเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเพื่อเตรียมตั้งครรภ์ • มีพฤติกรรมเสี่ยงที่อาจลดโอกาสการตั้งครรภ์ • มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการมีบุตร <p>3. การวางแผนการพยาบาล (Planning)</p> <ul style="list-style-type: none"> • กำหนดเป้าหมายร่วมกับคู่สมรส เช่น การปรับพฤติกรรมสุขภาพ การเพิ่มความรู้เกี่ยวกับช่วงเจริญพันธุ์ และการลดความเครียด • วางแผนการให้คำปรึกษาและการติดตามต่อเนื่อง <p>4. การปฏิบัติการพยาบาล (Implementation)</p> <ul style="list-style-type: none"> • การให้ความรู้ <ul style="list-style-type: none"> ○ อธิบายวงจรการตกไข่และระยะเวลาที่เหมาะสมต่อการมีเพศสัมพันธ์

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ วันที่/ เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล
		<ul style="list-style-type: none"> ○ แนะนำโภชนาการที่เหมาะสม การควบคุมน้ำหนัก และการหลีกเลี่ยงสิ่ง กระทบต่อการเจริญพันธุ์ เช่น บุหรี่ สุรา คาเฟอีน ● การส่งเสริมสุขภาพ <ul style="list-style-type: none"> ○ ส่งเสริมการออกกำลังกายที่เหมาะสม ○ แนะนำการใช้โฟลิกแอซิดและวิตามินที่จำเป็น ● การดูแลด้านจิตใจ <ul style="list-style-type: none"> ○ ให้คำปรึกษาและสนับสนุนด้านอารมณ์ ○ สอนเทคนิคการผ่อนคลายความเครียด เช่น การหายใจลึก การทำสมาธิ ● การประสานงาน <ul style="list-style-type: none"> ○ ส่งต่อไปยังแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านมีบุตรยากหากพบภาวะผิดปกติ <p>5. การประเมินผล (Evaluation)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ประเมินความรู้และความเข้าใจของคู่สมรสเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเพื่อการมีบุตร ● ประเมินการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น การเลิกสูบบุหรี่ การปรับอาหาร และ การออกกำลังกาย ● ประเมินความพร้อมทางร่างกายและจิตใจของคู่สมรส

รวมชั่วโมงการให้บริการพยาบาลตามความเชี่ยวชาญตามที่วางแผนไว้98..... ชั่วโมง

