

## แนวปฏิบัติการดูแลทารกแรกเกิดน้ำหนักน้อย โดยใช้แนวคิด Family-Centered Care

วารุณี สุวรรณกุล

### หลักการและเหตุผล

ทารกแรกเกิดน้ำหนักน้อยมีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อน เช่น ภาวะตัวเย็น การติดเชื้อ การเจริญเติบโตล่าช้า และการกลับเข้ารับการรักษาซ้ำ การเตรียมความพร้อมมารดาในการดูแลบุตรที่บ้านโดยใช้แนวคิดการดูแลที่เน้นครอบครัวเป็นศูนย์กลาง จะช่วยเสริมสร้างความมั่นใจ ความสามารถในการดูแล และความปลอดภัยของทารก

### คำจำกัดความ

**ทารกแรกเกิดน้ำหนักน้อย:** ทารกที่มีน้ำหนักแรกเกิดน้อยกว่า 2,500 กรัม

**การเตรียมความพร้อมมารดา:** กระบวนการให้ความรู้ การฝึกทักษะ และประเมินความสามารถของมารดาในการดูแลทารกที่บ้าน

### วัตถุประสงค์ของแนวปฏิบัติการดูแลทารกแรกเกิดน้ำหนักน้อย

1. เพื่อให้มารดามีความรู้และทักษะในการดูแลทารกน้ำหนักน้อยที่บ้าน
2. เพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น
3. เพื่อส่งเสริมการเลี้ยงดูทารกอย่างต่อเนื่องและปลอดภัย

### กลุ่มเป้าหมาย

มารดาของทารกแรกเกิดน้ำหนักน้อยที่มีอาการคงที่ที่อยู่โรงพยาบาล หรือมารดาที่พาทารกมารับการตรวจติดตามอาการที่หอผู้ป่วยนอก หรือมารดาที่ต้องดูแลทารกด้วยตนเองที่บ้าน (โรงพยาบาล – หอผู้ป่วยนอก(OPD) – ที่บ้าน)

### แนวคิดที่ใช้: Family-Centered Care (FCC)

Family-Centered Care (FCC) คือ แนวคิดการดูแลสุขภาพที่มองว่า *ครอบครัวเป็นส่วนหนึ่งของการดูแลผู้ป่วย* โดยยึดผู้ป่วยและครอบครัวเป็นศูนย์กลาง ทีมสุขภาพทำงานร่วมกับครอบครัวอย่างเป็นหุ้นส่วน เคารพคุณค่า ความเชื่อ วัฒนธรรม และศักยภาพของครอบครัว เพื่อให้การดูแลเกิดความต่อเนื่อง เหมาะสม และมีคุณภาพสูงสุด

### สาระสำคัญของ FCC

1. **Partnership:** ครอบครัวมีส่วนร่วมในการตัดสินใจและการดูแล
2. **Information sharing:** ให้ข้อมูลครบถ้วน ชัดเจน และเข้าใจง่าย
3. **Respect & dignity:** เคารพความเชื่อ บทบาท และบริบทครอบครัว
4. **Participation & empowerment:** เสริมพลังให้ครอบครัวดูแลผู้ป่วยได้อย่างมั่นใจ

## สาระสำคัญของแนวปฏิบัติการดูแลทารกแรกเกิดน้ำหนักตัวน้อย

### 1. การให้อาหารและการขับถ่าย

- 1.1 ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นหลัก
- 1.2 แนะนำความถี่ในการให้นมทุก 2-3 ชั่วโมง
- 1.3 สอนการสังเกตสัญญาณการดูดนมอย่างมีประสิทธิภาพ
- 1.4 ประเมินการขับถ่ายและพฤติกรรมหลังดูดนม

### 2. การควบคุมอุณหภูมิร่างกายทารก

- 2.1 ส่งเสริมการดูแลแบบผิวแนบผิว (Kangaroo Mother Care)
- 2.2 แนะนำการแต่งกายและการห่อตัวที่เหมาะสม
- 2.3 ให้ความรู้เกี่ยวกับสัญญาณตัวเย็นและตัวร้อน

### 3. การป้องกันการติดเชื้อ

- 3.1 เน้นการล้างมือก่อนสัมผัสทารก
- 3.2 การดูแลสะดืออย่างถูกวิธี
- 3.3 จำกัดผู้สัมผัสทารก

### 4. การสังเกตอาการผิดปกติ

- 4.1 แนะนำสัญญาณอันตรายที่ต้องรีบมาพบแพทย์
- 4.2 ให้ช่องทางติดต่อเมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน

### 5. การติดตามต่อเนื่อง

- 5.1 แนะนำการชั่งน้ำหนัก
- 5.2 การนัดติดตามหลังจำหน่าย
- 5.3 การบันทึกข้อมูลสุขภาพทารก

**แนวทางการตรวจสอบการประเมินความพร้อมของมารดาในการดูแลทารกแรกเกิดด้วยตนเองที่บ้าน**

**คำอธิบาย** ผู้ประเมินให้ความรู้และ/หรือสอนมารดาตามแนวทางการดูแลทารกแรกเกิด ใส่เครื่องหมาย  ในช่อง  
 สำคัญที่สอนมารดา เขียนผลลัพธ์การพยาบาล ลงชื่อผู้ปฏิบัติและวันเดือนปีที่ปฏิบัติ ให้ครบถ้วน

**จุดให้บริการ**

- ที่โรงพยาบาล (สามารถสอนได้ตั้งแต่แรกรับทารก ระหว่างนอนรักษา และวันที่จำหน่าย)
- ดึกผู้ป่วยนอก (OPD)
- ที่บ้าน

ชื่อทารก..... เพศ..... น้ำหนัก.....กรัม

ชื่อมารดา..... เบอร์โทรที่ติดต่อได้.....

ลำดับ	สาระสำคัญที่สอนมารดา	ผลลัพธ์การพยาบาล	ลงชื่อผู้ปฏิบัติ/ วันเดือนปี
1	<b>การให้อาหารและการขับถ่าย</b> <input type="checkbox"/> ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นหลัก <input type="checkbox"/> แนะนำความถี่ในการให้นมทุก 2-3 ชั่วโมง <input type="checkbox"/> สอนการสังเกตสัญญาณการดูดนมอย่างมีประสิทธิภาพ <input type="checkbox"/> ประเมินการขับถ่ายและพฤติกรรมหลังดูดนม <input type="checkbox"/> อื่นๆ ..... .....	<input type="checkbox"/> มารดาเข้าใจ บอกได้หรือปฏิบัติตามสิ่งที่แนะนำได้ <input type="checkbox"/> แนะนำเพิ่มเติมเกี่ยวกับ..... ..... ..... ..... .....	..... .....
2	<b>การควบคุมอุณหภูมิร่างกายทารก</b> <input type="checkbox"/> ส่งเสริมการดูแลแบบผิวแนบผิว (Kangaroo Mother Care) <input type="checkbox"/> แนะนำการแต่งกายและการห่อตัวที่เหมาะสม <input type="checkbox"/> ให้ความรู้เกี่ยวกับสัญญาณตัวเย็นและตัวร้อน <input type="checkbox"/> อื่นๆ ..... .....	<input type="checkbox"/> มารดาเข้าใจ บอกได้หรือปฏิบัติตามสิ่งที่แนะนำได้ <input type="checkbox"/> แนะนำเพิ่มเติมเกี่ยวกับ..... ..... ..... ..... .....	..... .....

ลำดับ	สาระสำคัญที่สอนมารดา	ผลลัพธ์การพยาบาล	ลงชื่อผู้ปฏิบัติ/ วันเดือนปี
3	<b>การป้องกันการติดเชื้อ</b> <input type="checkbox"/> เน้นการล้างมือก่อนสัมผัสทารก <input type="checkbox"/> การดูแลสะดืออย่างถูกวิธี <input type="checkbox"/> จำกัดผู้สัมผัสทารก <input type="checkbox"/> อื่นๆ ..... .....	<input type="checkbox"/> มารดาเข้าใจ บอกได้หรือปฏิบัติตามสิ่งที่แนะนำได้ <input type="checkbox"/> แนะนำเพิ่มเติมเกี่ยวกับ ..... ..... .....	..... .....
4	<b>การสังเกตอาการผิดปกติ</b> <input type="checkbox"/> แนะนำสัญญาณอันตรายที่ต้องรีบมาพบแพทย์ <input type="checkbox"/> ให้ช่องทางติดต่อเมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน <input type="checkbox"/> อื่นๆ ..... .....	<input type="checkbox"/> มารดาเข้าใจ บอกได้หรือปฏิบัติตามสิ่งที่แนะนำได้ <input type="checkbox"/> แนะนำเพิ่มเติมเกี่ยวกับ ..... ..... .....	..... .....
5	<b>การติดตามต่อเนื่อง</b> <input type="checkbox"/> แนะนำการชั่งน้ำหนัก <input type="checkbox"/> การนัดติดตามหลังจำหน่าย <input type="checkbox"/> การบันทึกข้อมูลสุขภาพทารก <input type="checkbox"/> อื่นๆ ..... .....	<input type="checkbox"/> มารดาเข้าใจ บอกได้หรือปฏิบัติตามสิ่งที่แนะนำได้ <input type="checkbox"/> แนะนำเพิ่มเติมเกี่ยวกับ ..... ..... .....	..... .....

นัดติดตามโดย  พบหน้า (face-to-face)  โทรศัพท์ ในวันที่.....