วิทยาลัยพยาบาลศรีมหาสารคาม

แบบรายงานการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice)

ประจำปีการศึกษา 2568

ตามที่ ข้าพเจ้า นางสาวสุปิยา วิริไฟ ตำแหน่ง อาจารย์ได้รับอนุมัติให้เดินทางไปราชการเพื่อการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty Practice) ประจำปีการศึกษา 2568 โดยมีความเชี่ยวชาญในการสาขา การพยาบาลมารดาทารกและการผดุงครรภ์ ในรูปแบบการพัฒนาความเชี่ยวชาญทางการพยาบาล ดังนี้

1. รูปแบบการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์พยาบาล (Faculty practice)

☐ 1. ทำงานร่วมกับ APN หรือพยาบาลผู้ชำนาญการขึ้นไป ในหน่วยบริการ

ระบุ .....

☐ 2. ทำงานร่วมกับผู้บริหารในการพัฒนารูปแบบการบริการ การบริหารการพยาบาล คุณภาพงานบริการพยาบาลเพื่อรับบริการกลุ่มเป้าหมาย หรือการพัฒนาบุคลากร/กำลังคน

ระบุ .....

☑ 3. ทำงานร่วมกับ APN หรือพยาบาลผู้ชำนาญการขึ้นไป ทำวิจัย ใช้ผลงานวิจัย พัฒนาแนวปฏิบัติทางการพยาบาล หรือพัฒนาความรู้จากกรณีศึกษาในสถานการณ์จริง

ระบุ การพัฒนาความเชี่ยวชาญในการให้การพยาบาลหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเสี่ยงและภาวะแทรกซ้อน หัวข้อ การพยาบาลหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์

☐ 4. สร้างความรู้จากการปฏิบัติและการวิจัย ตีพิมพ์ผลงานวิชาการร่วมกับฝ่ายการพยาบาล เป็นต้น

ระบุ .....

☐ 5. Individual Development Plan (IDP) ของอาจารย์แต่ละท่านที่สามารถออกแบบการเพิ่มพูนประสบการณ์ปฏิบัติการพยาบาลที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย

ระบุ .....

ขอรายงานผลการดำเนินงาน ดังนี้

1. **บรรลุตามวัตถุประสงค์หรือเป้าหมาย**

   ☑ **บรรลุ (อธิบายพอสังเขป)**

- เพิ่มพูนและแสดงความเชี่ยวชาญทางการพยาบาลในสาขาการพยาบาลมารดาทารกและการผดุงครรภ์: การพยาบาลหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์

-ได้แนวทางในการพยาบาลหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์

☐ **ไม่บรรลุ ระบุเหตุผล เนื่องจาก**

....

2. รายงานปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์พยาบาล (Faculty practice)

วัน เวลา (จำนวนชั่วโมง)	หน่วยบริการสุขภาพ	การดำเนินกิจกรรม	ผลลัพธ์ของการปฏิบัติ/สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อการนำไปใช้
9 ต.ค. 2568	คลินิกฝากครรภ์	-ศึกษาข้อมูลเพื่อค้นหาปัจจัยเสี่ยงหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ในกลุ่มหญิงตั้งครรภ์ที่มารับบริการที่โรงพยาบาลมหาสารคาม -ประชุมชี้แจงการวางแผนการทำงานร่วมกับเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องในคลินิกฝากครรภ์	**1. ปัจจัยเสี่ยงหลักที่ค้นพบ** -ปัจจัยทางประชากรศาสตร์: อายุมารดามากกว่า 35 ปี, ประวัติครอบครัวเป็นเบาหวาน -ปัจจัยทางสุขภาพ: ดัชนีมวลกาย (BMI) สูงก่อนตั้งครรภ์, ประวัติเป็น GDM ในการตั้งครรภ์ก่อนหน้า -ปัจจัยทางสังคม: ระดับการศึกษา, รายได้ครัวเรือน, การเข้าถึงบริการสุขภาพ -ปัจจัยพฤติกรรม: รูปแบบการบริโภคอาหาร, กิจกรรมทางกาย, การควบคุมน้ำหนัก **2. ข้อมูลที่สำคัญเฉพาะพื้นที่** -รูปแบบการดำรงชีวิตและวัฒนธรรมการกินของประชากรในจังหวัดมหาสารคาม -ความพร้อมใช้งานและการเข้าถึงบริการสุขภาพ -ความรู้และทัศนคติของหญิงตั้งครรภ์เกี่ยวกับการป้องกัน GDM
15 ต.ค. 2568	คลินิกฝากครรภ์	ส่งเสริมสุขภาพ หญิงตั้งครรภ์แรกวัยรุ่น อายุ 18 ปี อายุครรภ์ 14 สัปดาห์	การประเมินปัญหาการประเมินปัญหา พบว่า ประวัติครอบครัวเป็นเบาหวาน และยังขาดความรู้ในการปฏิบัติตัวระหว่างตั้งครรภ์ แต่การตรวจครรภ์ยังสัมพันธ์กับอายุครรภ์อยู่ การดูแลที่เหมาะสมคือ

วัน เวลา (จำนวนชั่วโมง)	หน่วยบริการสุขภาพ	การดำเนินกิจกรรม	ผลลัพธ์ของการปฏิบัติ/สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อการนำไปใช้
			1. การป้องกันและคัดกรองภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์ การประเมินความเสี่ยง ตรวจประเมิน BMI และการเพิ่มน้ำหนักที่เหมาะสม วัดความดันโลหิตทุกครั้งที่มาฝากครรภ์ ตรวจปัสสาวะหาน้ำตาลและโปรตีน 2. ส่งเสริมการปฏิบัติตัวในประเด็นการรับประทานอาหารประเภท โปรตีน ผักใบเขียว 3. การรับประทานยาเสริมธาตุเหล็กขณะตั้งครรภ์ 4. การติดตามน้ำหนักของหญิงตั้งครรภ์ 5. ติดตามการนัดครั้งถัดไปเพื่อติดตามการ เพิ่มน้ำหนักตัว และน้ำหนักของทารกในครรภ์ ติดตามการปฏิบัติตัวตามแนะนำ
16 ต.ค. 2568	คลินิกฝากครรภ์	ส่งเสริมสุขภาพ หญิงตั้งครรภ์แรก อายุ 17 ปี อายุครรภ์ 20 สัปดาห์	การประเมินปัญหาของการตั้งครรภ์ พบว่า -Urine sugar +1 - มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ เนื่องจากตนเองไม่พร้อมและรู้สึกกังวลใจว่าพ่อแม่ตนเองจะรับการตั้งครรภ์ไม่ได้ - ยังขาดความรู้ในการปฏิบัติตัวระหว่างตั้งครรภ์ -HF เท่ากับสะดือ -FHS อยู่ในเกณฑ์ปกติ 152 ครั้ง/นาที การดูแลที่เหมาะสมคือ

วัน เวลา (จำนวนชั่วโมง)	หน่วยบริการสุขภาพ	การดำเนินกิจกรรม	ผลลัพธ์ของการปฏิบัติ/สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อการนำไปใช้
			1. ประเมิน ST 5 ได้ 4 คะแนน 2. ประสานทีมจิตเวชในการประเมินความเครียด และดูแลต่อเนื่อง 3. ตรวจ Urine sugar ซ้ำ ประมิน 4. ประเมิน GCT เมื่อ 24-32 สัปดาห์ 3. ส่งเสริมการปฏิบัติตัวในประเด็นการรับประทานอาหาร การพักผ่อน การนอนหลับ การผ่อนคลายความเครียด สรุปผล การนัดติดตามครั้งต่อไป ติดตามความวิตกกังวล
22 ต.ค. 2568	คลินิกฝากครรภ์	ส่งเสริมสุขภาพ หญิงตั้งครรภ์ที่สอง อายุ 36 ปี อายุ 30 สัปดาห์ เป็น Overt DM	การประเมินปัญหาของการตั้งครรภ์ พบว่า -Urine sugar +1 - BS=100 mg% -น้ำหนักตัวเพิ่มขึ้นตามเกณฑ์ -มีความความวิตกกังวลเรื่องบุตรจะไม่แข็งแรง -ยังควบคุมอาหารได้ไม่ดี ชอบทานน้ำหวาน -FHS อยู่ในเกณฑ์ปกติ 152 ครั้ง/นาที ให้คำแนะนำคือ 1.อาหารที่ควรหลีกเลี่ยงอาหารที่มีน้ำตาลสูง 2.อาหารที่แนะนำ คาร์โบไฮเดรตเชิงซ้อน โปรตีนคุณภาพสูง ผักและผลไม้ 3.การออกกำลังกายอย่าง

วัน เวลา (จำนวนชั่วโมง)	หน่วยบริการสุขภาพ	การดำเนินกิจกรรม	ผลลัพธ์ของการปฏิบัติ/สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อการนำไปใช้
			สม่ำเสมอ 4.ติดตามสุขภาพทารกในครรภ์ 5.ติดตามน้ำตาลในเลือดตลอดระยะเวลาตั้งครรภ์
24 ต.ค. 2568	คลินิกฝากครรภ์	ส่งเสริมสุขภาพ หญิงตั้งครรภ์ครรภ์ที่สอง อายุครรภ์ 34 สัปดาห์ เป็น GDMA 1 เคยมีประวัติผ่าตัดคลอดทางหน้าท้องด้วยทารกท่าผิดปกติ	การประเมินปัญหาของการตั้งครรภ์ พบ BS=110 mg% Urine sugar negative ยังควบคุมอาหารได้ไม่ดี ตรวจครรภ์ปกติ FHS อยู่ในเกณฑ์ปกติ 152 ครั้ง/นาที ให้คำแนะนำคือ 1.อาหารที่ควรหลีกเลี่ยงอาหารที่มีน้ำตาลสูง 2.อาหารที่แนะนำ คาร์โบไฮเดรตเชิงซ้อน โปรตีนคุณภาพสูง ผักและผลไม้ 3.การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ 4.ติดตามสุขภาพทารกในครรภ์ 5.ติดตามน้ำตาลในเลือดตลอดระยะเวลาตั้งครรภ์ 6.การประเมินน้ำหนักมารดาและทารกในครรภ์ 7.วางแผนการดูแลหญิงตั้งครรภ์ที่มีประวัติการผ่าตัดคลอด การส่งต่อหญิงตั้งครรภ์เพื่อวางแผนการผ่าตัดคลอด และการสังเกตอาการเจ็บครรภ์คลอด
6 พ.ย. 2568	คลินิกฝากครรภ์	ปฏิบัติการพยาบาลในการส่งเสริมสุขภาพ หญิงตั้งครรภ์แรก อายุ 28 ปี อายุครรภ์ 16สัปดาห์	การประเมินปัญหาการประเมินปัญหา พบว่า -ประวัติครอบครัวเป็นเบาหวาน

วัน เวลา (จำนวนชั่วโมง)	หน่วยบริการสุขภาพ	การดำเนินกิจกรรม	ผลลัพธ์ของการปฏิบัติ/สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อการนำไปใช้
			-ขาดความรู้ในการปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์ -ตรวจครรภ์โตกว่าอายุครรภ์ ให้คำแนะนำคือ 1.รับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ในปริมาณเหมาะสม เพิ่มขึ้น 300-500 แคลอรี่ต่อวัน เน้นโปรตีนคุณภาพสูง เช่น เนื้อ ปลา ไข่ นม ถั่วต่างๆ 2.หลีกเลี่ยงอาหารหวานมาก อาหารแปรรูป และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 3.รับประทานผักใบเขียวเข้ม ผลไม้ที่มีไฟเบอร์สูง เพื่อควบคุมน้ำตาลในเลือด 4.ดื่มนมแคลเซียมสูง วันละ 2-3 แก้ว 5.ออกกำลังกายเบาๆ เช่น เดิน โยคะคนท้อง วันละ 30 นาที 6.หลีกเลี่ยงบุหรี่ แอลกอฮอล์ และสารเสพติด 7.ตรวจระดับน้ำตาลในเลือดตามที่แพทย์แนะนำ โดยเฉพาะในช่วงสัปดาห์ที่ 24-28 8.ส่งพบแพทย์เพื่อประเมินอายุครรภ์ 9.การติดตามน้ำหนักของหญิงตั้งครรภ์
7 พ.ย. 2568	คลินิกฝากครรภ์	ติดตามส่งเสริมสุขภาพ หญิงตั้งครรภ์แรกวัยรุ่น อายุ 18 ปี อายุครรภ์ 18 สัปดาห์	การประเมินปัญหาการประเมินปัญหา พบว่า -ประวัติครอบครัวเป็นเบาหวาน

วัน เวลา (จำนวนชั่วโมง)	หน่วยบริการสุขภาพ	การดำเนินกิจกรรม	ผลลัพธ์ของการปฏิบัติ/สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อการนำไปใช้
			-การตรวจครรภ์ยังสัมพันธ์กับอายุครรภ์อยู่ -Urine Sugar negative -ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพเพิ่มขึ้น การดูแลที่เหมาะสมคือ ให้คำแนะนำคือ 1.รับประทานอาหารครบ 5 หมู่ในปริมาณเหมาะสม เพิ่มขึ้น 300-500 แคลอรี่ต่อวัน เน้นโปรตีนคุณภาพสูง เช่น เนื้อปลา ไข่ นม ถั่วต่างๆ 2.หลีกเลี่ยงอาหารหวานมาก อาหารแปรรูป และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 3.รับประทานผักใบเขียวเข้ม ผลไม้ที่มีไฟเบอร์สูง เพื่อควบคุมน้ำตาลในเลือด 4.ดื่มนมแคลเซียมสูง วันละ 2-3 แก้ว 5.ออกกำลังกายเบาๆ เช่น เดิน โยคะคนท้อง วันละ 30 นาที 6.หลีกเลี่ยงบุหรี่ แอลกอฮอล์ และสารเสพติด 7.ตรวจระดับน้ำตาลในเลือดตามที่แพทย์แนะนำ โดยเฉพาะในช่วงสัปดาห์ที่ 24-28 8.การติดตามน้ำหนักของหญิงตั้งครรภ์ 9. ติดตามการนัดครั้งถัดไปเพื่อติดตามการ เพิ่มน้ำหนักตัว และ

วัน เวลา (จำนวนชั่วโมง)	หน่วยบริการสุขภาพ	การดำเนินกิจกรรม	ผลลัพธ์ของการปฏิบัติ/สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อการนำไปใช้
			น้ำหนักของทารกในครรภ์ ติดตามการปฏิบัติตัวตามแนะนำ
13 พ.ย. 2568	คลินิกฝากครรภ์	ส่งเสริมสุขภาพ หญิงตั้งครรภ์แรก อายุ 32 ปี อายุครรภ์ 34 สัปดาห์ เป็น GDMA 2	การประเมินปัญหาของการตั้งครรภ์ พบ -BS=98 mg% -Urine sugar negative -ยังควบคุมอาหารได้ไม่ดี -ตรวจครรภ์ปกติ สัมพันธ์กับอายุครรภ์ -FHS อยู่ในเกณฑ์ปกติ 150 ครั้ง/นาที -ได้รับ Insulin ให้คำแนะนำคือ 1.รับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ในปริมาณเหมาะสม เน้นโปรตีนคุณภาพสูง เช่น เนื้อปลา ไข่ นม ถั่วต่างๆ 2.หลีกเลี่ยงอาหารหวานมาก อาหารแปรรูป และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 3.รับประทานผักใบเขียวเข้ม ผลไม้ที่มีไฟเบอร์สูง เพื่อควบคุมน้ำตาลในเลือด 4.ดื่มนมแคลเซียมสูง วันละ 2-3 แก้ว 5.ออกกำลังกายเบาๆ เช่น เดิน โยคะคนท้อง วันละ 30 นาที 6.หลีกเลี่ยงบุหรี่ แอลกอฮอล์ และสารเสพติด 7.ตรวจระดับน้ำตาลในเลือดตามที่แพทย์แนะนำ

วัน เวลา (จำนวนชั่วโมง)	หน่วยบริการสุขภาพ	การดำเนินกิจกรรม	ผลลัพธ์ของการปฏิบัติ/สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อการนำไปใช้
			8.การติดตามน้ำหนักของหญิงตั้งครรภ์ 9. NST 10.แนะนำการเตรียมตัวคลอด 11.ติดตามการนัดครั้งถัดไปเพื่อติดตามการ น้ำตาลในเลือด และน้ำหนักของทารกในครรภ์ และสุขภาพทารกในครรภ์
18 พ.ย. 2568	คลินิกฝากครรภ์	ส่งเสริมสุขภาพ หญิงตั้งครรภ์แรก อายุ 35 ปี อายุครรภ์ 36 สัปดาห์ เป็น GDMA 1	การประเมินปัญหาของการตั้งครรภ์ พบ -BS=92 mg% -Urine sugar negative -ตรวจครรภ์ปกติ สัมพันธ์กับอายุครรภ์ -FHS อยู่ในเกณฑ์ปกติ 148 ครั้ง/นาที ให้คำแนะนำคือ 1.รับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ในปริมาณเหมาะสม เน้นโปรตีนคุณภาพสูง เช่น เนื้อปลา ไข่ นม ถั่วต่างๆ 2.หลีกเลี่ยงอาหารหวานมาก อาหารแปรรูป และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 3.รับประทานผักใบเขียวเข้ม ผลไม้ที่มีไฟเบอร์สูง เพื่อควบคุมน้ำตาลในเลือด 4.ดื่มนมแคลเซียมสูง วันละ 2-3 แก้ว 5.ออกกำลังกายเบาๆ เช่น เดิน โยคะคนท้อง วันละ 30 นาที

วัน เวลา (จำนวนชั่วโมง)	หน่วยบริการสุขภาพ	การดำเนินกิจกรรม	ผลลัพธ์ของการปฏิบัติ/สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อการนำไปใช้
			6.หลีกเลี่ยงบุหรี่ แอลกอฮอล์ และสารเสพติด 7.ตรวจระดับน้ำตาลในเลือดตามที่แพทย์แนะนำ 8.การติดตามน้ำหนักของหญิงตั้งครรภ์ 9. NST 10.แนะนำการเตรียมตัวคลอด 12.ติดตามการนัดครั้งถัดไปเพื่อติดตามการ น้ำตาลในเลือด และน้ำหนักของทารกในครรภ์ และสุขภาพทารกในครรภ์
19 พ.ย. 2568	คลินิกฝากครรภ์	ติดตามและส่งเสริมสุขภาพ หญิงตั้งครรภ์แรก อายุ 28 ปี อายุครรภ์ 20 สัปดาห์ ที่ขาดความรู้ในการปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์ ตรวจครรภ์โตกว่าอายุครรภ์ และประวัติครอบครัวเป็นเบาหวาน	การประเมินปัญหาการประเมินปัญหา พบว่า -Urine sugar negative -ตรวจครรภ์ปกติ สัมพันธ์กับอายุครรภ์ -FHS อยู่ในเกณฑ์ปกติ 146 ครั้ง/นาที ให้คำแนะนำคือ 1.รับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ในปริมาณเหมาะสม เพิ่มขึ้น 300-500 แคลอรี่ต่อวัน เน้นโปรตีนคุณภาพสูง เช่น เนื้อ ปลา ไข่ นม ถั่วต่างๆ 2.หลีกเลี่ยงอาหารหวานมาก อาหารแปรรูป และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 3.รับประทานผักใบเขียวเข้ม ผลไม้ที่มีไฟเบอร์สูง เพื่อควบคุมน้ำตาลในเลือด

วัน เวลา (จำนวนชั่วโมง)	หน่วยบริการสุขภาพ	การดำเนินกิจกรรม	ผลลัพธ์ของการปฏิบัติ/สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อการนำไปใช้
			4.ดื่มนมแคลเซียมสูง วันละ 2-3 แก้ว 5.ออกกำลังกายเบาๆ เช่น เดิน โยคะคนท้อง วันละ 30 นาที 6.หลีกเลี่ยงบุหรี่ แอลกอฮอล์ และสารเสพติด 7.ตรวจระดับน้ำตาลในเลือดตามที่แพทย์แนะนำ โดยเฉพาะในช่วงสัปดาห์ที่ 24-28 8.ส่งพบแพทย์เพื่อประเมินอายุครรภ์ 9.การติดตามน้ำหนักของหญิงตั้งครรภ์ 10.ติดตามการนัดครั้งถัดไปเพื่อติดตามการ น้ำตาลในเลือด และน้ำหนักของทารกในครรภ์ และสุขภาพทารกในครรภ์
22 ธ.ค. 2568	คลินิกฝากครรภ์	ส่งเสริมสุขภาพ หญิงตั้งครรภ์ครรภ์ที่สอง อายุ 38 ปี อายุครรภ์ 32 สัปดาห์ เป็นGDMA1 เคยมีประวัติผ่าตัดคลอดทางหน้าท้องด้วย CPD	การประเมินปัญหาของการตั้งครรภ์ พบ -BS=98 mg% -Urine sugar negative -ยังควบคุมอาหารได้ไม่ดี -ตรวจครรภ์ปกติ -FHS อยู่ในเกณฑ์ปกติ 146 ครั้ง/นาที ให้คำแนะนำคือ 1.อาหารที่ควรหลีกเลี่ยงอาหารที่มีน้ำตาลสูง 2.อาหารที่แนะนำ คาร์โบไฮเดรตเชิงซ้อน โปรตีนคุณภาพสูง ผักและผลไม้

วัน เวลา (จำนวนชั่วโมง)	หน่วยบริการสุขภาพ	การดำเนินกิจกรรม	ผลลัพธ์ของการปฏิบัติ/สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อการนำไปใช้
			3.การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ 4.ติดตามสุขภาพทารกในครรภ์ 5.ติดตามน้ำตาลในเลือดตลอดระยะเวลาตั้งครรภ์ 6.การประเมินน้ำหนักมารดาและทารกในครรภ์ 7.วางแผนการดูแลหญิงตั้งครรภ์ที่มีประวัติการผ่าตัดคลอด การส่งต่อหญิงตั้งครรภ์เพื่อวางแผนการผ่าตัดคลอด และการสังเกตอาการเจ็บครรภ์คลอด
24 ธ.ค. 2568	คลินิกฝากครรภ์	ส่งเสริมสุขภาพ หญิงตั้งครรภ์ครรภ์ที่สอง อายุ 28 ปี อายุครรภ์ 32 สัปดาห์ เป็นGDMA1 ให้ประวัติว่ามีอาการปวดเกร็งบริเวณหน้าท้อง	การประเมินปัญหาของการตั้งครรภ์ พบ -BS=92 mg% -Urine sugar negative -ตรวจครรภ์ปกติ ไม่มี contraction -NST reactive -FHS อยู่ในเกณฑ์ปกติ 146 ครั้ง/นาที ให้คำแนะนำคือ 1.อาหารที่ควรหลีกเลี่ยงอาหารที่มีน้ำตาลสูง 2.อาหารที่แนะนำ คาร์โบไฮเดรตเชิงซ้อน โปรตีนคุณภาพสูง ผักและผลไม้ 3.การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ 4.ติดตามสุขภาพทารกในครรภ์ 5.ติดตามน้ำตาลในเลือดตลอด

วัน เวลา (จำนวนชั่วโมง)	หน่วยบริการสุขภาพ	การดำเนินกิจกรรม	ผลลัพธ์ของการปฏิบัติ/สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อการนำไปใช้
			ระยะเวลาตั้งครรภ์ 6.การประเมินน้ำหนักมารดาและทารกในครรภ์ 7. แนะนำการสังเกตอาการเจ็บครรภ์คลอด 8.แนะนำการเตรียมตัวคลอด
25 ธ.ค. 2568	คลินิกฝากครรภ์	ส่งเสริมสุขภาพ หญิงตั้งครรภ์ครรภ์ที่สอง อายุ 34 ปี อายุครรภ์ 28 สัปดาห์ เป็นGDMA1 เคยมีประวัติผ่าตัดคลอดทางหน้าท้องด้วยplacenta previa	การประเมินปัญหาของการตั้งครรภ์ พบ -BS=99 mg% -Urine sugar negative -ตรวจครรภ์ปกติ -FHS อยู่ในเกณฑ์ปกติ 146 ครั้ง/นาที ให้คำแนะนำคือ 1.อาหารที่ควรหลีกเลี่ยงอาหารที่มีน้ำตาลสูง 2.อาหารที่แนะนำ คาร์โบไฮเดรตเชิงซ้อน โปรตีนคุณภาพสูง ผักและผลไม้ 3.การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ 4.ติดตามสุขภาพทารกในครรภ์ 5.ติดตามน้ำตาลในเลือดตลอดระยะเวลาตั้งครรภ์ 6.การประเมินน้ำหนักมารดาและทารกในครรภ์ 7.วางแผนการดูแลหญิงตั้งครรภ์ที่มีประวัติการผ่าตัดคลอด
26 ธ.ค. 2568	คลินิกฝากครรภ์	ส่งเสริมสุขภาพ หญิงตั้งครรภ์แรก อายุ 24 ปี อายุครรภ์ 16 สัปดาห์ ที่ขาดความรู้ในการปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์	การประเมินปัญหาการประเมินปัญหา พบว่า -Urine sugar negative

วัน เวลา (จำนวนชั่วโมง)	หน่วยบริการสุขภาพ	การดำเนินกิจกรรม	ผลลัพธ์ของการปฏิบัติ/สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อการนำไปใช้
		ตรวจครรภ์โตกว่าอายุครรภ์ และประวัติครอบครัวเป็นเบาหวาน	-ตรวจครรภ์ปกติ สัมพันธ์กับอายุครรภ์ -FHS อยู่ในเกณฑ์ปกติ 144 ครั้ง/นาที ให้คำแนะนำคือ 1.รับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ในปริมาณเหมาะสม เพิ่มขึ้น 300-500 แคลอรี่ต่อวัน เน้นโปรตีนคุณภาพสูง เช่น เนื้อ ปลา ไข่ นม ถั่วต่างๆ 2.หลีกเลี่ยงอาหารหวานมาก อาหารแปรรูป และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 3.รับประทานผักใบเขียวเข้ม ผลไม้ที่มีไฟเบอร์สูง เพื่อควบคุมน้ำตาลในเลือด 4.ดื่มนมแคลเซียมสูง วันละ 2-3 แก้ว 5.ออกกำลังกายเบาๆ เช่น เดิน โยคะคนท้อง วันละ 30 นาที 6.หลีกเลี่ยงบุหรี่ แอลกอฮอล์ และสารเสพติด 7.ตรวจระดับน้ำตาลในเลือดตามที่แพทย์แนะนำ โดยเฉพาะในช่วงสัปดาห์ที่ 24-28 8.ส่งพบแพทย์เพื่อประเมินอายุครรภ์ 9.การติดตามน้ำหนักของหญิงตั้งครรภ์ 10.ติดตามการนัดครั้งถัดไปเพื่อติดตามการ น้ำตาลในเลือด และ

วัน เวลา (จำนวนชั่วโมง)	หน่วยบริการสุขภาพ	การดำเนินกิจกรรม	ผลลัพธ์ของการปฏิบัติ/สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อการนำไปใช้
			น้ำหนักของทารกในครรภ์ และสุขภาพทารกในครรภ์
11 ม.ค. 2569	คลินิกฝากครรภ์	ส่งเสริมสุขภาพ หญิงตั้งครรภ์แรก อายุ 32 ปี อายุครรภ์ 34 สัปดาห์ เป็น GDMA 2	การประเมินปัญหาของการตั้งครรภ์ พบ -BS=102 mg% -Urine sugar +1 -ยังควบคุมอาหารได้ไม่ดี -ตรวจครรภ์ปกติ สัมพันธ์กับอายุครรภ์ -FHS อยู่ในเกณฑ์ปกติ 150 ครั้ง/นาที -ได้รับ Insulin ให้คำแนะนำคือ 1.รับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ในปริมาณเหมาะสม เน้นโปรตีนคุณภาพสูง เช่น เนื้อปลา ไข่ นม ถั่วต่างๆ 2.หลีกเลี่ยงอาหารหวานมาก อาหารแปรรูป และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 3.รับประทานผักใบเขียวเข้ม ผลไม้ที่มีไฟเบอร์สูง เพื่อควบคุมน้ำตาลในเลือด 4.ดื่มนมแคลเซียมสูง วันละ 2-3 แก้ว 5.ออกกำลังกายเบาๆ เช่น เดิน โยคะคนท้อง วันละ 30 นาที 6.หลีกเลี่ยงบุหรี่ แอลกอฮอล์ และสารเสพติด 7.ตรวจระดับน้ำตาลในเลือดตามที่แพทย์แนะนำ

วัน เวลา (จำนวนชั่วโมง)	หน่วยบริการสุขภาพ	การดำเนินกิจกรรม	ผลลัพธ์ของการปฏิบัติ/สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อการนำไปใช้
			8.การติดตามน้ำหนักของหญิงตั้งครรภ์ 9. NST 10.แนะนำการเตรียมตัวคลอด 11.ติดตามการนัดครั้งถัดไปเพื่อติดตามการ น้ำตาลในเลือด และน้ำหนักของทารกในครรภ์ และสุขภาพทารกในครรภ์
12 ม.ค. 2569	คลินิกฝากครรภ์	ส่งเสริมสุขภาพ หญิงตั้งครรภ์ครรภ์ที่สอง อายุ 34 ปี อายุครรภ์ 28 สัปดาห์ เป็นGDMA1 เคยมีประวัติคลอดยาก	การประเมินปัญหาของการตั้งครรภ์ พบ -BS=104 mg% -Urine sugar negative -ตรวจครรภ์ปกติ -FHS อยู่ในเกณฑ์ปกติ 146 ครั้ง/นาที ให้คำแนะนำคือ 1.อาหารที่ควรหลีกเลี่ยงอาหารที่มีน้ำตาลสูง 2.อาหารที่แนะนำ คาร์โบไฮเดรตเชิงซ้อน โปรตีนคุณภาพสูง ผักและผลไม้ 3.การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ 4.ติดตามสุขภาพทารกในครรภ์ 5.ติดตามน้ำตาลในเลือดตลอดระยะเวลาตั้งครรภ์ 6.การประเมินน้ำหนักมารดาและทารกในครรภ์
19 ม.ค. 2569	คลินิกฝากครรภ์	ส่งเสริมสุขภาพ หญิงตั้งครรภ์แรก อายุ 31 ปี อายุครรภ์ 32 สัปดาห์ เป็น GDMA 2	การประเมินปัญหาของการตั้งครรภ์ พบ -BS=106 mg%

วัน เวลา (จำนวนชั่วโมง)	หน่วยบริการสุขภาพ	การดำเนินกิจกรรม	ผลลัพธ์ของการปฏิบัติ/สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อการนำไปใช้
			-Urine sugar +1 -ยังควบคุมอาหารได้ไม่ดี -ตรวจครรภ์ปกติ สัมพันธ์กับอายุครรภ์ -FHS อยู่ในเกณฑ์ปกติ 152 ครั้ง/นาที -ได้รับ Insulin ให้คำแนะนำคือ 1.รับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ในปริมาณเหมาะสม เน้นโปรตีนคุณภาพสูง เช่น เนื้อปลา ไข่ นม ถั่วต่างๆ 2.หลีกเลี่ยงอาหารหวานมาก อาหารแปรรูป และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 3.รับประทานผักใบเขียวเข้ม ผลไม้ที่มีไฟเบอร์สูง เพื่อควบคุมน้ำตาลในเลือด 4.ดื่มนมแคลเซียมสูง วันละ 2-3 แก้ว 5.ออกกำลังกายเบาๆ เช่น เดิน โยคะคนท้อง วันละ 30 นาที 6.หลีกเลี่ยงบุหรี่ แอลกอฮอล์ และสารเสพติด 7.ตรวจระดับน้ำตาลในเลือดตามที่แพทย์แนะนำ 8.การติดตามน้ำหนักของหญิงตั้งครรภ์ 9. NST 10.แนะนำการเตรียมตัวคลอด 11.ติดตามการนัดครั้งถัดไปเพื่อ

วัน เวลา (จำนวนชั่วโมง)	หน่วยบริการสุขภาพ	การดำเนินกิจกรรม	ผลลัพธ์ของการปฏิบัติ/สิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อการนำไปใช้
			ติดตามการ น้ำตาลในเลือด และน้ำหนักของทารกในครรภ์ และสุขภาพทารกในครรภ์
รวม 84 ชั่วโมง			

3. ผลลัพธ์ของงานและความเชี่ยวชาญที่เพิ่มขึ้น

3.1 การประเมินและวินิจฉัย ในการทำความเข้าใจเกี่ยวกับปัจจัยเสี่ยง เช่น อายุมารดา ประวัติครอบครัว สูง การตีความผลการตรวจคัดกรอง OGTT (Oral Glucose Tolerance Test) การติดตามระดับน้ำตาลในเลือด

3.2 การจัดการทางโภชนาการ การให้คำแนะนำเกี่ยวกับการควบคุมอาหารที่เหมาะสม การคำนวณแคลอรี่และการกระจายมื้ออาหาร การสอนการตรวจระดับน้ำตาลด้วยตนเอง การติดตามภาวะแทรกซ้อน ภาวะแทรกซ้อนต่อมารดา เช่น ความดันโลหิตสูง การติดเชื้อ ภาวะแทรกซ้อนต่อทารก เช่น **macrosomia** การเจริญเติบโตผิดปกติ

ขอรับรองว่าข้อมูลการปฏิบัติการพยาบาลในหน่วยบริการของข้าพเจ้าเป็นจริงทุกประการ และได้ส่งหลักฐานผลลัพธ์การทำ Faculty practice ประกอบแนบมาด้วยแล้ว

ลงชื่อ.....
(นางสาวสุปิยา วิริไฟ)
ตำแหน่ง อาจารย์

ขอรับรองว่า ..... ได้ปฏิบัติ Faculty practice ครบถ้วนตามตารางการปฏิบัติงานและครบถ้วนตามวัตถุประสงค์

ลงชื่อ.....
(.....)
หัวหน้าสาขาวิชา

ลงชื่อ.....
(.....)
ผู้ร่วมกิจกรรมจากหน่วยบริการสุขภาพ