



วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา
แผนการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty practice)
ปีการศึกษา 2568

ชื่อ – สกุล.....นางน้ำฝน วระลัย.....

ความเชี่ยวชาญ.....การดูแลมารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงขณะตั้งครรภ์

หน่วยให้บริการ.....หอผู้ป่วย สูติกรรม 2 โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา.....

หลักการและเหตุผล

ภาวะความดันโลหิตสูงขณะตั้งครรภ์ (Hypertensive Disorders of Pregnancy: HDP) เป็นปัญหาสุขภาพที่น่าเป็นห่วงในระดับโลก โดยพบว่าร้อยละ 79.3 ของหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะ HDP เป็นภาวะความดันโลหิตสูงจำเพาะกับการตั้งครรภ์ (gestational hypertension) (Mathew et al., 2023) ภาวะนี้มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างน่าตกใจ โดยเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 487 จาก 6.15 ล้านรายในปี 1990 เป็น 36.10 ล้านรายในปี 2021 (Sun et al., 2025) ภาวะความดันโลหิตสูงขณะตั้งครรภ์ถือเป็นภาวะแทรกซ้อนที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง เนื่องจากก่อให้เกิดความเสี่ยงต่อทั้งมารดาและทารก ต่อเนื่องถึงในระยะหลังคลอด (Garovic et al., 2022) ความเสี่ยงในการเกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ เช่น ความดันโลหิตสูงอย่างต่อเนื่อง ภาวะหัวใจล้มเหลว หรือโรคหลอดเลือดสมอง ยังคงอยู่ในระดับสูง ด้วยเหตุนี้ มารดาหลังคลอดที่เคยมีประวัติความดันโลหิตสูงจึงจำเป็นต้องได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง และต้องมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องในการดูแลตนเองเพื่อลดความเสี่ยงดังกล่าว (Hwang et al., 2015)

ภาวะความดันโลหิตสูงขณะตั้งครรภ์อาจคงอยู่ได้เป็นเวลานานหลังคลอด โดยเฉพาะในกรณีที่มีความรุนแรง เช่น อีแกลมป์เซียและครรภ์เป็นพิษ (Ditisheim et al., 2018) หลักฐานทางวิชาการชี้ให้เห็นว่าความดันโลหิตสูงสามารถคงอยู่ได้นานถึง 12 สัปดาห์หลังคลอด (Fajardo et al., 2020) หรือแม้กระทั่งยาวนานถึง 6 เดือนหลังคลอด (Ishaku et al., 2021) โดยการคงอยู่ของความดันโลหิตสูงนี้พบได้สูงโดยเฉพาะในประเทศที่มีรายได้ต่ำและปานกลาง ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงความจำเป็นในการพัฒนาระบบการดูแลสุขภาพที่มีประสิทธิภาพสำหรับกลุ่มมารดาหลังคลอดกลุ่มนี้จากประสบการณ์การปฏิบัติการพยาบาลในสาขาการพยาบาลมารดา ทารก และการผดุงครรภ์ พบว่ามารดาหลังคลอดจำนวนไม่น้อยขาดความตระหนักถึงความสำคัญของการตรวจสอบติดตามอาการต่างๆ โดยเฉพาะการวัดความดันโลหิต ซึ่งถือเป็นสิ่งสำคัญยิ่งสำหรับผู้ที่มีประวัติความผิดปกติของความดันโลหิตสูงในระหว่างการตั้งครรภ์ (HDP) (Kovell et al., 2024) นอกจากนี้ ยังพบว่ามารดาหลังคลอดหลายคนไม่เข้าใจถึงความจำเป็นของการรับประทานยาอย่างต่อเนื่อง ซึ่งมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการจัดการกับภาวะเรื้อรังที่อาจเกิดขึ้นหลังคลอด มารดาเหล่านี้ต้องเผชิญกับความท้าทายหลายประการ เช่น ความวิตกกังวลและการขาดการเข้าถึงข้อมูลที่ต้องการ ส่งผลให้เกิดความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนเกี่ยวกับการสังเกตอาการที่ผิดปกติและการดูแลติดตาม (Interrante et al., 2022) ยิ่งไปกว่านั้น ข้อจำกัดด้านเวลาและภาระความรับผิดชอบที่เพิ่มขึ้นหลังคลอด

กลับมาอยู่บ้าน อาทิ การดูแลบุตรและหน้าที่ต่างๆ ในครัวเรือน กลายเป็นอุปสรรคสำคัญที่ทำให้มารดาหลังคลอดไม่สามารถมาพบแพทย์ตามนัดหมายได้ (Vinter, 2016) สถานการณ์เหล่านี้สะท้อนให้เห็นถึงความจำเป็นในการพัฒนาระบบการดูแลและการให้ความรู้แก่มารดาหลังคลอดอย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ในปัจจุบัน องค์กรด้านสุขภาพได้นำเทคโนโลยีดิจิทัลมาใช้สนับสนุนการบริการทางการแพทย์และการพยาบาลอย่างกว้างขวาง ส่งผลให้บุคลากรจำเป็นต้องพัฒนาทักษะด้านการเข้าถึง วิเคราะห์ และสร้างข้อมูลสารสนเทศ เพื่อให้การบริการมีประสิทธิภาพสูงสุด (ศิริลักษณ์ ดีเลิศไพบุลย์, 2566) เทคโนโลยีดิจิทัลและสื่อสังคมออนไลน์ยังมีบทบาทสำคัญต่อชีวิตประจำวันของมารดา โดยเป็นช่องทางทำให้ความรู้และคำปรึกษาที่สะดวกและเข้าถึงง่าย งานวิจัยพบว่ามารดาหลังคลอดใช้แพลตฟอร์มออนไลน์เพื่อค้นหาข้อมูลการเลี้ยงดูบุตร รับการสนับสนุนที่เชื่อถือได้ และแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับชุมชนออนไลน์ ซึ่งช่วยเพิ่มความมั่นใจและสนับสนุนการตัดสินใจของมารดา (Alamiyah et al., 2021; Alamiyah, 2020) ผลการศึกษาล่าสุดยังชี้ว่า นวัตกรรมสุขภาพดิจิทัลช่วยเพิ่มการมีส่วนร่วมของมารดา อำนวยความสะดวกในการดูแลหลังคลอด และส่งเสริมการฟื้นตัวของมารดาและทารกอย่างมีประสิทธิภาพ (Prihatini, 2024)

Malcolm Knowles ได้เสนอทฤษฎีการเรียนรู้สำหรับผู้ใหญ่ (Andragogy) โดยระบุสมมติฐานพื้นฐาน 6 ข้อ (Knowles, 1990) ซึ่งเหมาะสมกับการออกแบบสื่อดิจิทัลสำหรับมารดาหลังคลอด เนื่องจากเป็นกลุ่มผู้เรียนผู้ใหญ่ที่มีลักษณะเฉพาะ โดยหลักการสำคัญของ Andragogy คือ 1) ความต้องการรู้ (Need to Know) มารดาหลังคลอดต้องการความรู้ที่เฉพาะเจาะจงเกี่ยวกับการดูแลตนเองและลูกในสถานการณ์ปัจจุบัน, 2) ประสบการณ์ของผู้เรียน (Learner's Experience) ประสบการณ์การตั้งครรภ์และคลอดที่แตกต่างกันของแต่ละคนเป็นพื้นฐานการเรียนรู้, 3) ความพร้อมเรียนรู้ (Readiness to Learn) มารดาหลังคลอดมีความพร้อมสูงในการเรียนรู้เพื่อแก้ปัญหาที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ, 4) การมุ่งเน้นปัญหา (Problem-Centered Orientation) มารดาต้องการความรู้ที่สามารถนำไปใช้แก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้, 5) แรงจูงใจภายใน (Internal Motivation) มารดามีแรงจูงใจสูงในการเรียนรู้เพื่อสุขภาพตนเองและลูก และ 6) การกำหนดทิศทางตนเอง (Self-Direction) มารดาต้องการมีส่วนร่วมในการวางแผนและประเมินผลการเรียนรู้ของตนเอง

การพัฒนาความเชี่ยวชาญการดูแลสตรีหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงขณะตั้งครรภ์ โดยใช้สื่อดิจิทัลบนแพลตฟอร์มเฟซบุ๊ก ภายใต้กรอบแนวคิด Andragogy จะช่วยส่งเสริมความรู้และทักษะการดูแลตนเองของมารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูง ลดความเสี่ยงและภาวะแทรกซ้อน รวมถึงลดภาระค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพ การพัฒนาสื่อดังกล่าวต้องอาศัยความเชี่ยวชาญด้านการพยาบาลมารดาและทารก เพื่อให้เนื้อหาถูกต้องและเหมาะสม งานวิจัยของ Gupta et al. (2024) ชี้ว่า มารดาใช้สื่อดิจิทัลเพื่อแสวงหาข้อมูลและการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งช่วยให้ตัดสินใจด้านสุขภาพได้ดีขึ้น การบูรณาการเทคโนโลยีดิจิทัลจึงเป็นแนวทางสำคัญในการยกระดับคุณภาพการดูแลมารดาหลังคลอดอย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ ความเชี่ยวชาญทางการพยาบาลยังมีบทบาทสำคัญในการพัฒนากระบวนการติดตามและประเมินผล เช่น การสร้างแบบประเมินความรู้และความสามารถในการดูแลตนเองหลังคลอด การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อนำมาพัฒนาคุณภาพการดูแล และการเชื่อมต่อบริการดูแล

ต่อเนื่องระหว่างโรงพยาบาลและชุมชน ซึ่งจะช่วยลดอัตราภาวะแทรกซ้อนหลังคลอดและเพิ่มคุณภาพชีวิตของมารดาอย่างมีนัยสำคัญ ด้วยเหตุนี้ การพัฒนาความเชี่ยวชาญของบุคลากรทางการแพทย์ในการดูแลมารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงขณะตั้งครรภ์ผ่านการใช้สื่อดิจิทัลบนแพลตฟอร์มสังคมออนไลน์ และการบูรณาการเทคโนโลยีดิจิทัลเข้ากับการให้ความรู้ด้านสุขภาพภายใต้กรอบแนวคิด Andragogy จะช่วยยกระดับการดูแลสุขภาพมารดาและทารกแรกเกิดได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นนวัตกรรมที่ตอบสนองต่อสภาพปัญหาในปัจจุบัน และช่วยเสริมสร้างศักยภาพของมารดาในการดูแลตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพและปลอดภัยยิ่งขึ้น

เป้าหมาย

1. เพื่อเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญในการพยาบาลมารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงขณะตั้งครรภ์

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้มารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงในขณะตั้งครรภ์ สามารถดูแลตนเองและทารกเมื่อกลับบ้านได้
2. เพื่อให้มารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงในขณะตั้งครรภ์ปลอดภัยจากภาวะแทรกซ้อนในระยะหลังคลอด ได้แก่ ไม่มีภาวะชัก (eclampsia) และอาการฉ่ำหลังคลอด (postpartum blue)

ตัวชี้วัดความสำเร็จ

1. มารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงในขณะตั้งครรภ์มีความรู้ ความสามารถดูแลตนเองและทารกเมื่อกลับบ้านได้ ในระดับดี ค่าคะแนนเฉลี่ยมากกว่า 3.51 จากคะแนนเต็ม 5
2. มารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงในขณะตั้งครรภ์ ไม่มีภาวะชัก (eclampsia) และ อาการฉ่ำหลังคลอด (postpartum blue)

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. มารดาหลังคลอดและครอบครัวสามารถลดค่าใช้จ่ายในการรักษาสุขภาพในกรณีที่เกิดภาวะแทรกซ้อนหลังคลอด
2. หน่วยบริการลดอัตราค่าใช้จ่ายต่อหัวในการดูแลมารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงในการเข้ารับการรักษาซ้ำด้วยเนื่องจากภาวะแทรกซ้อน และบุคลากรผู้ให้การพยาบาลมีคู่มือการให้การพยาบาล คู่มือการให้คำแนะนำในการดูแลตนเอง สำหรับ มารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูง

ระยะเวลา เดือน พฤศจิกายน 2568 ถึง กุมภาพันธ์ 2569 ทุกวัน จันทร์-พุธ เวลา 16.00-18.00 น.
ให้การพยาบาล วันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง คนละ 3 ครั้ง รวม 6 ชั่วโมง/คน
จำนวน 15 คน รวมทั้งสิ้น 90 ชั่วโมง (45 วัน)

แผนการดำเนินงาน

การให้บริการตาม ความเชี่ยวชาญ วันที่/ เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล
<p>เดือน พย. 2568 วันที่ 3/4/5, 10/11/12, 17/18/19, 24/25/26 4 คน</p>	<p>1.เพื่อให้มารดาหลังคลอด ที่มีภาวะความดันโลหิตสูง ขณะตั้งครรภ์ สามารถ ดูแลตนเองและทารกเมื่อ กลับบ้านได้</p>	<p>ครั้งที่ 1 หลังคลอด day1</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ทักทายสร้างสัมพันธภาพ บอกรายละเอียดวัตถุประสงค์ของการให้การพยาบาล 2. การประเมินและติดตามอาการหลังคลอด ได้แก่ ประเมินภาวะสุขภาพมารดาหลังคลอด 13 B, การประเมินอาการเตือน เช่น ปวดศีรษะรุนแรง สายตาพร่ามัว เจ็บชายโครงขวา คลื่นไส้อาเจียน 3. ประเมินระดับความรู้สึกตัว รีเฟล็กซ์ ประเมินอาการบ่งชี้ความดันสูงรุนแรง หรือ impending eclampsia, การดูแลสารน้ำ, การดูแลแผลผ่าตัดคลอดหรือแผลที่ฝีเย็บ 4. ให้ยาลดความดันโลหิตหลังคลอด ให้ Magnesium sulfate พร้อมประเมิน side effect 5. ให้การพยาบาลทารกแรกเกิดประจำวันและส่งเสริมมารดาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ด้วยการสาธิต – สาธิตย้อนกลับ 6. ประเมินความต้องการเรียนรู้และความพร้อมในการดูแลตนเองและทารกในระยะหลังคลอด ความเชื่อ แรงจูงใจ ความสามารถใช้สื่อออนไลน์ และให้ทำแบบทดสอบก่อนให้ความรู้ 7. ให้ความรู้เรื่องการดูแลตนเองของมารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูง โดยผ่านสื่อในแพลตฟอร์มเฟซบุ๊ก คลิปวิดีโอ ประกอบด้วย เนื้อหา 1.การสังเกตอาการเตือนของภาวะแทรกซ้อนหลังคลอด ในเรื่อง ปวดศีรษะตาพร่ามัว จุกแน่นลิ้นปี่ ความหงุดหงิด อยากร้องไห้โดยไม่มีสาเหตุ เบื่ออาหาร 2.การ
<p>เดือน ธค. 2568 วันที่ 1/2/3, 8/9/10, 15/16/17, 22/23/24, 29/30/31 5 คน</p>	<p>2.เพื่อให้มารดาหลังคลอด ที่มีภาวะความดันโลหิตสูง ในขณะตั้งครรภ์ปลอดภัย จากภาวะแทรกซ้อนใน ระยะหลังคลอด ได้แก่ ไม่มี ภาวะชัก (eclampsia) และอารมณ์เศร้าหลัง คลอด (postpartum blue)</p>	
<p>เดือน มค. 2569 5/6/7, 12/13/14, 19/20/21, 26/27/28 4 คน</p>		
<p>เดือน กพ. 2569 2/3/4, 9/10/11 2 คน</p>		

การให้บริการตาม ความเชี่ยวชาญ วันที่/ เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล
		<p>รับประทานอาหารและยา 3.การพักผ่อน 4. การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และการดูแลประจำวัน</p> <p>8. นัดมารดาหลังคลอด เพื่อให้การพยาบาลครั้งต่อไปในวันรุ่งขึ้น</p> <p>9. ลงบันทึกทางการพยาบาล ตามแบบฟอร์มของทางโรงพยาบาล</p> <p>ครั้งที่ 2 หลังคลอด ภายใน 72 ชั่วโมง</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ทักทายสร้างสัมพันธภาพ บอกวัตถุประสงค์ของการให้การพยาบาล 2. การประเมินและติดตามอาการหลังคลอด: ประเมินภาวะสุขภาพมารดาหลังคลอด 13 B 3. ประเมินความดันโลหิตซ้ำเพื่อดูแนวโน้มว่าคงที่ดีขึ้น หรือไม่ดีขึ้น (ถ้ายัง $\geq 140/90$ รายงานแพทย์เพื่อพิจารณาพร้อมติดตามผลการพิจารณา) 4. ประเมินอาการเตือนที่เป็นสัญญาณของ postpartum preeclampsia ที่พบบ่อย ได้แก่ ปวดศีรษะมาก ตาพร่ามัว จุกแน่นใต้ลิ้นปี่ บวมมากผิดปกติ 5. ประเมินผลข้างเคียงจากการได้รับยาลดความดัน เช่น หน้ามืด เวียนศีรษะ ใจสั่น 6. ประเมินการดูแลทารกประจำวันและให้คำแนะนำเพิ่มเติม /สาธิตเพิ่มเติม 7. ให้ความรู้เรื่องการดูแลตนเองของมารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงในขณะตั้งครรภ์ เพิ่มเติมในหัวข้อ เช่น การปฏิบัติตนเพื่อลดความเครียด การดูแลทั่วไปสำหรับหลังคลอด แผลผ้าคลอด/แผลฝีเย็บ การสังเกตุน้ำคาวปลา การสังเกตระดับยอดมดลูก การดูแลเต้านม หัวนม การบริหารร่างกายหลังคลอด การมีเพศสัมพันธ์ และการดูแลทารก

การให้บริการตาม ความเชี่ยวชาญ วันที่/ เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล
		<p>หลังคลอด เรื่อง การอาบน้ำทารก การได้รับ วัคซีน (ต่อเนื่องจากครั้งที่ 1) และการมาตรวจ หลังคลอดตามนัด โดยผ่านสื่อในแพลตฟอร์ม เฟซบุ๊ก</p> <p>8. ลงบันทึกทางการพยาบาล ตามแบบฟอร์มของ ทางโรงพยาบาล</p> <p>ครั้งที่ 3 หลังคลอด หลังจาก 72 ชั่วโมงก่อนจำหน่าย</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ทักทายสร้างสัมพันธภาพ บอกวัตถุประสงค์ ของการให้การพยาบาล 2. ประเมินภาวะสุขภาพมารดาทารก 3. ให้การพยาบาลตามผลการประเมินภาวะ สุขภาพมารดาและทารก 4. ให้ทำแบบประเมิน ความสามารถดูแลตนเอง และทารกของมารดา 5. ตรวจสอบผลการทำแบบประเมินและให้ คำแนะนำ/สาธิตเพิ่มเติมในข้อที่ค่าคะแนนต่ำ กว่า 3 6. เปิดโอกาสให้สอบถามและให้คำแนะนำเพิ่มเติม เกี่ยวกับการดูแลตนเองเมื่อกลับไปบ้านที่ยังไม่ เข้าใจ 7. ดำเนินการเพิ่มเข้าสู่การเป็นสมาชิกกลุ่มเฟซบุ๊ก ซึ่งเป็นระบบปิดสำหรับกลุ่มเฉพาะมารดา ให้ เวลามารดาทดลองทำ ผ่านเพจ “บ้านอบอุ่น มารดาหลังคลอด” พร้อมอธิบายการขอรับ คำปรึกษาและขออนุญาตการติดตามผลทาง messenger 8. ลงบันทึกทางการพยาบาล ตามแบบฟอร์มของ ทางโรงพยาบาล 9. ขอบคุณและให้กำลังใจแก่มารดาหลังคลอด

หน้าฝน วรรณาลัย

(....นางน้ำฝน วรรณาลัย.....)

ผู้เสนอ

(...นางสาวปัทมาภรณ์ คงขุนทด...)

หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลมารดา ทารก และการผดุงครรภ์ ผู้ลงนามรับรอง

(ผศ.ดร.นิสากร วิบูลชัย)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา ผู้ลงนามเห็นชอบ



วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา
 ผลการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty practice)
 ปีการศึกษา 2568

ชื่อ - สกุล.....นางน้ำฝน วรเวชชัย.....

ความเชี่ยวชาญ.....การดูแลมารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงขณะตั้งครรภ์

หน่วยให้บริการ.....หอผู้ป่วย สูติกรรม 2 โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา.....

เป้าหมาย

1. เพื่อเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญในการพยาบาลมารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงขณะตั้งครรภ์

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้มารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงในขณะตั้งครรภ์ สามารถดูแลตนเองและทารกเมื่อกลับบ้านได้
2. เพื่อให้มารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงในขณะตั้งครรภ์ปลอดภัยจากภาวะแทรกซ้อนในระยะหลังคลอด ได้แก่ ไม่มีภาวะชัก (eclampsia) และอาการแคะร้างหลังคลอด (postpartum blue)

ผลการดำเนินงาน

การให้บริการตาม ความเชี่ยวชาญ วันที่/ เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
<p>เดือน พย. 2568 วันที่ 3/4/5, 10/11/12, 17/18/19, 24/25/26 4 คน</p> <p>เดือน ธค. 2568 วันที่ 1/2/3, 8/9/10, 15/16/17, 22/23/24, 29/30/31 5 คน</p> <p>เดือน มค. 2569 5/6/7, 12/13/14, 19/20/21,</p>	<p>1. เพื่อให้มารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงในขณะตั้งครรภ์ สามารถดูแลตนเองและทารกเมื่อกลับบ้านได้</p> <p>2. เพื่อให้มารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงขณะตั้งครรภ์ปลอดภัยจากภาวะแทรกซ้อนในระยะหลังคลอด ได้แก่ ไม่มีภาวะชัก (eclampsia) อารมณ์ซึมเศร้าหลังคลอด (postpartum blue)</p>	<p>ครั้งที่ 1 หลังคลอด day1</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ทักทายสร้างสัมพันธภาพ บอกวัตถุประสงค์ของการให้การพยาบาล 2. การประเมินและติดตามอาการหลังคลอด ได้แก่ ประเมินภาวะสุขภาพมารดาหลังคลอด 13 B, การประเมินอาการเตือน เช่น ปวดศีรษะรุนแรง สายตาพร่ามัว เจ็บชายโครงขวา คลื่นไส้ อาเจียน 3. ประเมินระดับความรู้สึกตัว รีเฟล็กซ์ ประเมินอาการบ่งชี้ความดันสูงรุนแรง หรือ impending eclampsia, การดูแลสารน้ำ, การดูแลแผลผ่าตัดคลอดหรือแผลที่ฝีเย็บ 4. ให้อาสาความดันโลหิตหลังคลอด ให้ Magnesium sulfate พร้อมประเมิน side effect 5. ให้การพยาบาลทารกแรกเกิดประจำวัน และส่งเสริมมารดาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ด้วยการสาธิต – สาธิตย้อนกลับ 	<p>มีมารดา รับการปฏิบัติการพยาบาล 15 ราย ผลการปฏิบัติพบว่า</p> <p>ครั้งที่ 1 หลังคลอด day1</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. มารดาหลังคลอดทั้ง 15 คนให้ความร่วมมือในการรับพยาบาล มีสัมพันธภาพที่เหมาะสมกับผู้ให้การพยาบาล และเข้าใจวัตถุประสงค์ของการดูแลในระยะหลังคลอด 2. จากการประเมินภาวะสุขภาพมารดาหลังคลอดตามหลัก 13 B พบว่าสัญญาณชีพอยู่ในเกณฑ์ที่ต้องเฝ้าระวังตามภาวะโรค มดลูกหดรัดตัวได้ดี เลือดออกทางช่องคลอดไม่มากผิดปกติ และไม่พบอาการเตือนรุนแรง ได้แก่ ปวดศีรษะรุนแรง สายตาพร่ามัว เจ็บชายโครงขวา หรือ คลื่นไส้ อาเจียน 3. มารดาหลังคลอดมีระดับความรู้สึกตัวดี รีเฟล็กซ์อยู่ในเกณฑ์ปกติ ไม่พบอาการบ่งชี้ภาวะความดันโลหิตสูงรุนแรงหรือ impending eclampsia ได้รับการดูแลด้านสารน้ำอย่างเหมาะสม แผลผ่าตัดคลอดหรือแผลฝีเย็บสะอาดแห้ง และไม่พบสัญญาณการติดเชื้อ

การให้บริการตาม ความเชี่ยวชาญ วันที่/ เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
<p>26/27/28 4 คน</p> <p>เดือน กพ. 2569 2/3/4, 9/10/11 2 คน</p>		<p>6. ประเมินความต้องการเรียนรู้และความพร้อมในการดูแลตนเองและทารกในระยะหลังคลอด ความเชื่อ แรงจูงใจ ความสามารถใช้สื่อออนไลน์ และให้ทำแบบทดสอบก่อนให้ความรู้</p> <p>7. ให้ความรู้เรื่องการดูแลตนเองของมารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูง โดยผ่านสื่อในแพลตฟอร์มเฟซบุ๊ก คลิป วิดีโอ ประกอบด้วยเนื้อหา 1.การสังเกตอาการเตือนของภาวะแทรกซ้อนหลังคลอด ในเรื่อง ปวดศีรษะ ตาพร่ามัว จุกแน่นลิ้นปี่ ความหงุดหงิด อายากร้องไห้ โดยไม่มีสาเหตุ เบื่ออาหาร 2.การรับประทานอาหารและยา 3.การพักผ่อน 4.การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และการดูแลประจำวัน</p> <p>8. นัดมารดาหลังคลอด เพื่อให้การพยาบาลครั้งต่อไปในวันรุ่งขึ้น</p> <p>9. ลงบันทึกทางการพยาบาล ตามแบบฟอร์มของทางโรงพยาบาล</p>	<p>4. หลังได้รับยาลดความดันโลหิตและ Magnesium sulfate ไม่พบอาการไม่พึงประสงค์ที่สำคัญ และสามารถแจ้งอาการผิดปกติได้</p> <p>5. ทารกแรกเกิดได้รับการพยาบาลประจำวัน ตามมาตรฐาน มารดาสามารถจัดทำให้นมบุตรได้ถูกต้อง และสาธิตย้อนกลับได้</p> <p>6. มารดามีความพร้อมและแรงจูงใจในการเรียนรู้ สามารถใช้สื่อออนไลน์ได้ และได้ทำแบบทดสอบก่อนรับความรู้</p> <p>7. หลังได้รับความรู้เรื่องการดูแลตนเองของมารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูง ผ่านสื่อเฟซบุ๊กและคลิปวิดีโอ มารดาสามารถบอกอาการเตือนของภาวะแทรกซ้อนหลังคลอด อธิบายแนวทางการรับประทานอาหารและยา การพักผ่อน และการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ และแสดงความตั้งใจในการปฏิบัติตนอย่างต่อเนื่อง</p> <p>8. มารดายอมรับการนัดหมายสำหรับการพยาบาลครั้งถัดไป</p> <p>9. ได้บันทึกการพยาบาลครบถ้วนตามแบบฟอร์มของโรงพยาบาล</p>

การให้บริการตาม ความเชี่ยวชาญ วันที่/ เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
		<p>ครั้งที่ 2 หลังคลอด ภายใน 72 ชั่วโมง</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ทักทายสร้างสัมพันธภาพ บอกวัตถุประสงค์ของการให้การพยาบาล 2. การประเมินและติดตามอาการหลังคลอด: ประเมินภาวะสุขภาพมารดาหลังคลอด 13 B 3. ประเมินความดันโลหิตซ้ำเพื่อดูแนวโน้มว่าคงที่ ดีขึ้น หรือไม่ดีขึ้น (ถ้ายัง $\geq 140/90$ รายงานแพทย์เพื่อพิจารณาพร้อมติดตามผลการพิจารณา) 4. ประเมินอาการเตือนที่เป็นสัญญาณของ postpartum preeclampsia ที่พบบ่อย ได้แก่ ปวดศีรษะมาก ตาพร่ามัว จุกแน่นใต้ลิ้นปี่ บวมมากผิดปกติ 5. ประเมินผลข้างเคียงจากการได้รับยาลดความดัน เช่น หน้ามืด เวียนศีรษะ ใจสั่น 6. ประเมินการดูแลทารกประจำวันและให้คำแนะนำเพิ่มเติม / สารีตเพิ่มเติม 7. ให้ความรู้เรื่องการดูแลตนเองของมารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูง ในขณะที่ตั้งครรภ์ เพิ่มเติมในหัวข้อ เช่น การปฏิบัติตนเพื่อลดความเครียด การ 	<p>ครั้งที่ 2 ระยะหลังคลอด ภายใน 72 ชั่วโมง</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. มารดาหลังคลอดให้ความร่วมมือในการรับการพยาบาล เข้าใจวัตถุประสงค์ของการดูแล และสามารถสื่อสารความต้องการได้ 2. จากการประเมินสุขภาพหลังคลอดตามหลัก 13 B พบว่ามารดาส่วนใหญ่อยู่ในระยะฟื้นตัวตามเกณฑ์ มดลูกหดรัดตัวเหมาะสม เลือดออกไม่มากผิดปกติ และไม่พบสัญญาณการติดเชื้อ 3. การติดตามความดันโลหิตซ้ำพบว่ามารดาบางรายยังมีค่าความดันโลหิต $\geq 140/90$ มม.ปรอท และได้รับการรายงานแพทย์เพื่อพิจารณาการดูแลต่อเนื่อง 4. ไม่พบอาการเตือนรุนแรงของภาวะ postpartum preeclampsia มารดาสามารถบอกและสังเกตอาการผิดปกติได้ 5. มารดาไม่พบผลข้างเคียงสำคัญจากยาลดความดันโลหิต และสามารถรับประทานยาได้ถูกต้อง 6. มารดาสามารถดูแลทารกในกิจวัตรประจำวันได้เหมาะสม และได้รับคำแนะนำเพิ่มเติมในประเด็นที่จำเป็น

การให้บริการตาม ความเชี่ยวชาญ วันที่/ เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
		<p>ดูแลทั่วไปสำหรับหลังคลอด แผลผ่าคลอด/แผลฝีเย็บ การสังเกตุน้ำคาวปลา การสังเกตระดับยอดมดลูก การดูแลเต้านม หัวนม การบริหารร่างกายหลังคลอด การมีเพศสัมพันธ์ และการดูแลทารกหลังคลอด เรื่อง การอาบน้ำทารก การได้รับวัคซีน (ต่อเนื่องจากครั้งที่ 1) และการมาตรวจหลังคลอดตามนัด โดยผ่านสื่อในแพลตฟอร์มเฟซบุ๊ก</p> <p>8. ลงบันทึกทางการพยาบาล ตามแบบฟอร์มของทางโรงพยาบาล</p> <p>ครั้งที่ 3 หลังคลอด หลังจาก 72 ชั่วโมงก่อนจำหน่าย</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ทักทายสร้างสัมพันธภาพ บอกวัตถุประสงค์ของการให้การพยาบาล 2. ประเมินภาวะสุขภาพมารดาทารก 3. ให้การพยาบาลตามผลการประเมินภาวะสุขภาพมารดาและทารก 4. ให้ทำแบบประเมิน ความสามารถดูแลตนเองและทารกของมารดา 	<p>7. หลังได้รับความรู้เพิ่มเติมผ่านสื่อเฟซบุ๊ก มารดาเข้าใจการดูแลตนเองหลังคลอด การดูแลแผล การสังเกตอาการผิดปกติ การดูแลเต้านม การฟื้นฟูร่างกาย การดูแลทารก และตระหนักถึงความสำคัญของการมาตรวจหลังคลอดตามนัด</p> <p>8. ได้บันทึกการพยาบาลครบถ้วนตามแบบฟอร์มของโรงพยาบาล เพื่อการติดตามผลอย่างต่อเนื่อง</p> <p>ครั้งที่ 3 ระยะเวลาหลังคลอด หลัง 72 ชั่วโมงก่อนจำหน่าย</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. มารดาหลังคลอดให้ความร่วมมือในการรับการพยาบาล และเข้าใจวัตถุประสงค์ของการดูแลก่อนจำหน่าย 2. จากการประเมินภาวะสุขภาพมารดาและทารก พบว่าสภาพทั่วไปอยู่ในเกณฑ์เหมาะสม ไม่มีภาวะแทรกซ้อนที่เป็นอุปสรรคต่อการจำหน่าย

การให้บริการตาม ความเชี่ยวชาญ วันที่/ เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
		<ol style="list-style-type: none"> 5. ตรวจสอบผลการทำแบบประเมินและให้คำแนะนำ/สาธิตเพิ่มเติมในข้อที่ค่าคะแนนต่ำกว่า 3 6. เปิดโอกาสให้สอบถามและให้คำแนะนำเพิ่มเติมเกี่ยวกับการดูแลตนเองเมื่อกลับไปบ้านที่ยังไม่เข้าใจ 7. ดำเนินการเพิ่มเข้าสู่การเป็นสมาชิกกลุ่มเฟซบุ๊กซึ่งเป็นระบบปิดสำหรับกลุ่มเฉพาะมารดา ให้เวลามารดาทดลองทำผ่านเพจ “บ้านอบอุ่น มารดาหลังคลอด” พร้อมอธิบายการขอรับคำปรึกษาและขออนุญาตการติดตามผลทาง messenger 8. ลงบันทึกทางโรงพยาบาล ตามแบบฟอร์มของทางโรงพยาบาล 9. ขอขอบคุณและให้กำลังใจแก่มารดาหลังคลอด 	<ol style="list-style-type: none"> 3. มารดาและทารกได้รับการพยาบาลตามผลการประเมินสุขภาพ และมีการฟื้นตัวเป็นไปตามระยะหลังคลอด 4. มารดาได้ทำแบบประเมินความสามารถในการดูแลตนเองและทารกครบถ้วน และแสดงระดับความสามารถตามเกณฑ์ที่กำหนด 5. รายการประเมินที่มีค่าคะแนนต่ำกว่า 3 ได้รับคำแนะนำและสาธิตเพิ่มเติม ส่งผลให้มารดามีความเข้าใจและสามารถปฏิบัติได้เหมาะสมมากขึ้น 6. มารดามีโอกาสซักถามประเด็นที่ยังไม่เข้าใจเกี่ยวกับการดูแลตนเองและทารกเมื่อกลับบ้าน และได้รับคำแนะนำเพิ่มเติมตามความจำเป็น 7. มารดาได้รับการเพิ่มเข้าสู่กลุ่มเฟซบุ๊กระบบปิดผ่านเพจ “บ้านอบอุ่น มารดาหลังคลอด” ทราบแนวทางการขอคำปรึกษา ยินยอมให้ติดตามผลทาง messenger และสามารถทดลองใช้งานได้ 8. ได้บันทึกการพยาบาลครบถ้วนตามแบบฟอร์มของโรงพยาบาล เพื่อใช้เป็นข้อมูลสำหรับการดูแลต่อเนื่อง

การให้บริการตาม ความเชี่ยวชาญ วันที่/ เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
			9. มารดาได้รับการเสริมแรงทางบวกก่อน จำหน่าย และแสดงความมั่นใจในการดูแล ตนเองและทารกเมื่อกลับบ้าน

การจัดการผลลัพธ์ที่เกิดจากการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์

การดำเนินการปฏิบัติการพยาบาลตามความเชี่ยวชาญในการดูแลมารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงในขณะตั้งครรภ์ ร่วมกับการใช้เทคโนโลยี เฟซบุ๊ก พบว่า มารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูง จำนวน 15 ราย สามารถดูแลตนเองและทารกได้ ไม่เกิดปรากฏการณ์ภาวะแทรกซ้อน นอกจากนั้นการใช้เทคโนโลยีเฟซบุ๊ก ในการให้คำปรึกษา และติดตามส่งผลให้มารดาหลังคลอดมีความมั่นใจในการดูแลตนเองและมาตรวจตามนัดหลัง คลอดครบทุกคน ตามเวลาที่แพทย์นัด

การใช้ความรู้จากการปฏิบัติการพยาบาลเพื่อพัฒนาการเรียนการสอน/การบริการวิชาการ/วิจัย

ด้านการเรียนการสอน ความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับจากการปฏิบัติการพยาบาลตามความเชี่ยวชาญสามารถนำมาใช้ในการพัฒนาการเรียนการสอนอย่างเป็นระบบ โดยนำไปใช้ในการเรียนการสอนในรายวิชาการพยาบาลมารดา ทารก และการผดุงครรภ์ 2 บทที่ 4 เรื่องกระบวนการพยาบาล แบบองค์รวมโดยใช้หลักฐานเชิงประจักษ์ ความปลอดภัยและความเอื้ออาทรในการพยาบาลมารดาและทารกที่มีภาวะเสี่ยงและมีปัญหาสุขภาพ ในระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด และระยะหลังคลอด ในหัวข้อ ความผิดปกติของการไหลเวียนเลือด ความดันโลหิตสูง ด้วยการเติมเต็มเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลในการให้คำแนะนำ และนำกรณีของมารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงในขณะตั้งครรภ์ มาปรับปรุง นำไปใช้เป็นสื่อการสอน ในรูปแบบกรณีศึกษา การใช้ปัญหาเป็นหลัก การเรียนแบบมีส่วนร่วม และจัดเก็บเป็นธนาคารเคสกรณีศึกษา

ด้านการบริการวิชาการ จากประสบการณ์และความเชี่ยวชาญที่เกิดขึ้นสามารถนำไปผลิตคู่มือสำหรับ มารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงในขณะตั้งครรภ์ เผยแพร่ให้กับผู้สนใจในหน่วยสูติกรรม หลังคลอดรพ.มหาราช นครราชสีมา

ทบทวนการดำเนินงาน

1.การทบทวนแผนการดำเนินงาน พบว่า สามารถดำเนินการได้ตามแผน มีมารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงในขณะตั้งครรภ์มารับบริการได้ตามแผนที่กำหนดจำนวนทั้งสิ้น 20 คน คิดเป็นร้อยละ100 การดำเนินงานบรรลุความสำเร็จตามตัวชี้วัดที่กำหนด คือ

1. มารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงในขณะตั้งครรภ์มีความรู้ ความสามารถดูแลตนเองและทารกเมื่อกลับบ้านได้ ในระดับดี ค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 3.51-4.50 จากคะแนนเต็ม 5
2. มารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงในขณะตั้งครรภ์ทุกคน ไม่มีภาวะแทรกซ้อน ภาวะชัก (eclampsia) และ อารมณ์ซึมเศร้าหลังคลอด (postpartum blue) คิดเป็น ร้อยละ 100

ดังนั้นเพื่อการยกระดับความสำเร็จจึงวางแผนพัฒนาการติดตาม โดยการใช้เฟซบุ๊กจากระบบปิดเป็นระบบเปิดสาธารณะและแยกประเด็นการดูแลตนเองของมารดาที่มีภาวะความดันโลหิตสูงหลังคลอดเป็น 1 หน่วย และการดูแลทารกที่เกิดจากมารดาที่มีภาวะความดันโลหิตสูงหลังคลอดอีก 1 หน่วย เพื่อให้ประโยชน์แก่ผู้สนใจในระบบโซเชียลเน็ตเวิร์กต่อไป

2. ทบทวนการจัดการผลลัพธ์ที่เกิดจากการจัดการพยาบาลพบว่า การบูรณาการความรู้ทางวิชาการกับการใช้เทคโนโลยีช่วยให้การดูแลผู้รับบริการมีความต่อเนื่องและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ผู้รับบริการมีความสนใจและได้รับความรู้ในการดูแลตนเอง ส่งผลให้สามารถดูแลตนเองได้อย่างเหมาะสมและดูแลทารกได้

นอกจากนี้ การทบทวนผลการปฏิบัติยังนำไปสู่การพัฒนากระบวนการจัดการเรียนการสอนเพื่อพัฒนานวัตกรรมการเรียนการสอนรูปแบบใหม่ ด้วยการเติมเต็มเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลในการให้คำแนะนำ รวมถึงนำข้อมูลที่ได้ไปพัฒนางานบริการวิชาการต่อเนื่อง ส่งผลให้อาจารย์สามารถเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญในการปฏิบัติการพยาบาล และสามารถเชื่อมโยงการเรียนการสอนกับการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลในการเรียนการสอน ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สรุปสิ่งที่ได้รับจากการให้บริการตามความเชี่ยวชาญและแนวทางการพัฒนา

การปฏิบัติการพยาบาลตามความเชี่ยวชาญช่วยส่งเสริมทักษะเชิงลึกในการให้การพยาบาลมารดาหลังคลอดที่มีภาวะความดันโลหิตสูงในขณะตั้งครรภ์ โดยเฉพาะการนำเทคโนโลยีมาใช้ ส่งผลให้อาจารย์มีความสามารถยิ่งขึ้นในการใช้เทคโนโลยีในการจัดการเรียนการสอน เช่น การจัดทำแอปพลิเคชันเฟซบุ๊ก เพจการให้ความรู้บนโซเชียลเน็ตเวิร์กซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการจัดการเรียนการสอน และการบริการวิชาการ ซึ่งสามารถต่อยอดเป็นงานวิจัยหรือนวัตกรรม เพื่อเผยแพร่ เพื่อนำไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาการเรียนการสอน และการพัฒนาตนเองในวิชาชีพ พัฒนาชุมชนและสังคมได้ต่อไป

น้ำฝน วรรณลัย

(นางน้ำฝน วรรณลัย)

อาจารย์ สาขาวิชาการพยาบาลมารดาทารกและการผดุงครรภ์

.....

(นางสาวปีทมภรณ์ คงขุนทด)

หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลมารดาทารกและการผดุงครรภ์ ผู้ลงนามรับรอง

.....

(ผศ.ดร.นิสากร วิบูลชัย)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา ผู้ลงนามรับรอง