



วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา
ผลการดำเนินการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์ (Faculty practice)
ปีการศึกษา 2567

ชื่อ อาจารย์ ปิยะรัตน์ แสงบำรุง เชี่ยวชาญ ภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์

หน่วยให้บริการ แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลมหาราช นครราชสีมา

เรื่อง การส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการดูแลตนเองหญิงตั้งครรภ์มีภาวะเบาหวานชนิดไม่พึ่งพาอินซูลิน

หลักการและเหตุผล

เบาหวานในระยะตั้งครรภ์เป็นภาวะเบาหวานที่วินิจฉัยขณะตั้งครรภ์ เป็นภาวะแทรกซ้อนทางอายุรศาสตร์ที่สำคัญในสตรีตั้งครรภ์ ก่อให้เกิดอันตรายต่อทั้งมารดาและทารก นอกจากนี้การตั้งครรภ์เองก็ทำให้โรครุนแรงมากขึ้น อุบัติการณ์ของเบาหวานขณะครรภ์ประมาณร้อยละ 3-14 และพบมากขึ้นเมื่อสตรีตั้งครรภ์อายุมากขึ้น แต่ส่วนใหญ่จะเริ่มวินิจฉัยได้ตั้งแต่ต้นไตรมาสที่ 3 หรือ ช่วง 24-28 สัปดาห์ การตรวจคัดกรองสตรีตั้งครรภ์ที่มีความเสี่ยงต่อการเป็นเบาหวานจะช่วยให้อินซูลินได้เร็วขึ้นค่าน้ำตาลในเลือดที่สูงส่งผลกระทบต่อสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์และทารกในครรภ์ เช่นก่อให้เกิดภาวะครรภ์เป็นพิษ คลอดก่อนกำหนด การคลอดติดขัด ตกเลือดหลังคลอด และติดเชื้อหลังคลอด ส่วนทารกอาจมีภาวะตัวโตว่าปกติ มีภาวะน้ำตาลในเลือดต่ำ เลือดซัน บิลิรูบินในเลือดสูงและตายในครรภ์ ดังนั้นสตรีตั้งครรภ์ทุกคนควรได้รับการคัดกรองเบาหวาน ด้วยการซักประวัติ การประเมินปัจจัยเสี่ยงทางคลินิก และการตรวจระดับน้ำตาลในเพื่อคัดกรองเบาหวานตั้งแต่ครั้งแรกของการมาฝากครรภ์หรือเร็วที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ หากผลการคัดกรองเบาหวานครั้งแรกปกติควรได้รับการคัดกรองเบาหวานอีกครั้งเมื่ออายุครรภ์ประมาณ 24-28 สัปดาห์ สตรีตั้งครรภ์ที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ควรมีการดูแลตนเองอย่างถูกต้องเหมาะสมในเรื่อง การออกกำลังกาย ภาวะโภชนาการ และบางรายอาจต้องใช้ยาอินซูลินเพื่อควบคุมระดับน้ำตาลในกระแสเลือดโดยมีเป้าหมายให้ค่าระดับน้ำตาลก่อนอาหารไม่เกิน 105 มก./ดล. หรือ 2 ชม. หลังอาหารไม่เกิน 120 มก./ดล. เพื่อเป็นการควบคุมน้ำตาลให้ได้ดีตลอดการตั้งครรภ์ ตรวจติดตามสุขภาพทารกในครรภ์เป็นระยะๆตลอดการตั้งครรภ์ ป้องกันภาวะแทรกซ้อน ยุติการตั้งครรภ์ในเวลาที่เหมาะสม และเมื่อเข้าสู่ระยะคลอดและระยะหลังคลอดควรเฝ้าระวังอาการน้ำตาลในเลือดต่ำหรือสูง การป้องกันการติดเชื้อ และสังเกตอาการผิดปกติที่ต้องมาพบแพทย์ ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้สตรีตั้งครรภ์และทารกในครรภ์มีสุขภาพดี ป้องกันการเกิดภาวะแทรกซ้อนอื่น ๆ และอันตรายที่อาจเกิดขึ้น

อาจารย์พยาบาลเป็นผู้ที่มีเชี่ยวชาญด้านการจัดการเรียนการสอน จึงควรมีส่วนร่วมกับพยาบาลในคลินิก ร่วมกันสร้างแนวทางการพัฒนาความรู้เกี่ยวกับแนวทางการส่งเสริมพฤติกรรมมารับประทานอาหารและการออก

กำลังกายของหญิงตั้งครรภ์ที่เป็นเบาหวานในระยะตั้งครรภ์ เพื่อเป็นแนวทางการดูแลสตรีตั้งครรภ์ที่เป็นเบาหวานให้มีประสิทธิผลและประสิทธิภาพ เพราะการดูแลรักษาสตรีตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานความสำคัญอยู่ที่การประเมินความเสี่ยงและการดูแลควบคุมระดับน้ำตาลให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ เพื่อลดการเกิดภาวะแทรกซ้อนและผลลัพธ์ที่ไม่พึงประสงค์

เป้าหมาย

1. เพื่อเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญในการดูแลหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานชนิดไม่พึ่งพาอินซูลิน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานชนิดไม่พึ่งพาอินซูลิน ในด้านการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย

ตัวชี้วัดความสำเร็จ

1. หญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานชนิดไม่พึ่งพาอินซูลิน มีความรู้ ความเข้าใจ และสามารถปรับพฤติกรรมสุขภาพด้านการรับประทานอาหาร การออกกำลังกายอยู่ในระดับดี ค่าคะแนนเฉลี่ยมากกว่า 3.51 จากคะแนนเต็ม

ระยะเวลา สิงหาคม 2567 - ตุลาคม 2567 ทุกวันจันทร์ เวลา 08.00-12.00 น.

กลุ่มเป้าหมาย ผู้รับบริการหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานชนิดไม่พึ่งพาอินซูลิน จำนวน 15 ราย

แผนการดำเนินงาน

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
<p>การส่งเสริมพฤติกรรม</p> <p>การดูแลตนเองหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานชนิดไม่พึ่งพาอินซูลิน</p> <p>ทุกวันจันทร์</p> <p>- 26 ส.ค. 2567 เวลา 08.00-12.00 น.</p> <p>- 2, 9 ก.ย. 2567 เวลา 08.00-12.00 น.</p> <p>- 7, 21 ต.ค. 2567 เวลา 08.00-12.00 น.</p>	<p>1. เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานชนิดไม่พึ่งพาอินซูลิน ในด้านการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย ด้วยตนเองอย่างเหมาะสม</p>	<p>1. ทักทายสร้างสัมพันธภาพ ชี้แจงวัตถุประสงค์การพยาบาล</p> <p>2. ชักประวัติ คัดกรองหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานชนิดไม่พึ่งพาอินซูลิน</p> <p>3. ประเมินความรู้ พฤติกรรมสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานชนิดไม่พึ่งพาอินซูลิน ในด้านการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย ก่อนได้รับการส่งเสริมตามโปรแกรม</p> <p>4. ตรวจสอบครรภ์</p>	<p>หญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานจำนวน 15 ราย เข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมพฤติกรรม การดูแลตนเอง โดยผลการติดตามพบว่า 12 ราย สามารถปรับพฤติกรรมได้ดีขึ้น และควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ และ 3 รายขาดการติดตามหลังการให้บริการเนื่องจากการย้ายสถานบริการฝากครรภ์และคลอด</p>

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
<p>(หญิงตั้งครรภ์ 1 คน ใช้ เวลาคนละ 4 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง จำนวน 15 คน รวม 80 ชั่วโมง</p>		<p>5. ให้ความรู้เรื่องการปรับเปลี่ยน พฤติกรรมมารับประทานอาหาร การออกกำลังกาย สำหรับหญิง ตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานชนิดไม่ พึ่งพาอินซูลิน</p> <p>6.แนะนำช่องทางในการติดต่อ สื่อสาร หรือส่งข้อมูลให้หญิง ตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานชนิดไม่ พึ่งพาอินซูลิน โดยการติดตามผ่าน แอปพลิเคชัน Line</p> <p>7. นัดการฝากครรภ์ครั้งต่อไป 2 สัปดาห์สำหรับอายุครรภ์ 24-35 สัปดาห์ และ 1 สัปดาห์ สำหรับ อายุครรภ์ 36 สัปดาห์ขึ้นไป</p> <p>8. ลงบันทึกการพยาบาลตาม แบบฟอร์มการฝากครรภ์</p> <p>ครั้งที่ 2 -3</p> <p>1. ปฏิบัติการพยาบาลตามข้อ 1 2. ประเมินความรู้ และการปฏิบัติ พฤติกรรมสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์ ที่มีภาวะเบาหวานชนิดพึ่งพา อินซูลิน ในด้านการรับประทาน อาหาร และการออกกำลังกาย เพื่อ ติดตามผล</p> <p>3. ตรวจครรภ์</p> <p>5. ให้ความรู้เพิ่มเติมตามผลการ ประเมินในข้อ 2</p>	

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ วันที่ / เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล	ผลจากการให้บริการ
		<p>6. นัดการฝากครรภ์ครั้งต่อไป 2 สัปดาห์สำหรับอายุครรภ์ 24-35 สัปดาห์ และ 1 สัปดาห์ สำหรับอายุครรภ์ 36 สัปดาห์ขึ้นไป</p> <p>7. ลงบันทึกการพยาบาลตามแบบฟอร์มการฝากครรภ์</p> <p>ครั้งที่ 4</p> <p>1. ปฏิบัติการพยาบาลตามข้อ 1</p> <p>1. ตรวจครรภ์</p> <p>2. ประเมินความรู้ และการปฏิบัติ พฤติกรรมสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์ ที่มีภาวะเบาหวานชนิดไม่พึ่งพาอินซูลิน ในด้านการรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย</p> <p>3. นัดการฝากครรภ์ครั้งต่อไป 2 สัปดาห์สำหรับอายุครรภ์ 24-35 สัปดาห์ และ 1 สัปดาห์ สำหรับอายุครรภ์ 36 สัปดาห์ขึ้นไป</p> <p>4. ทบทวนช่องทางในการติดต่อสื่อสาร หรือส่งข้อมูลให้หญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานชนิดไม่พึ่งพาอินซูลิน โดยการติดตามผ่านแอปพลิเคชัน Line</p> <p>5. ลงบันทึกการพยาบาลตามแบบฟอร์มการฝากครรภ์</p>	

การจัดการผลลัพธ์ที่เกิดจากการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์

การดำเนินการปฏิบัติการพยาบาลตามความเชี่ยวชาญในการดูแลหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานชนิดไม่พึ่งพาอินซูลิน ร่วมกับการแอปพลิเคชัน Line ในการสื่อสาร และติดตาม พบว่า หญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานชนิดไม่พึ่งพาอินซูลิน จำนวน 15 ราย ไม่สามารถติดตามผลได้ จำนวน 3 ราย เนื่องจากย้ายสถานที่ฝากครรภ์และสถานที่คลอด เหลือผู้รับบริการที่อยู่ร่วมโครงการและติดตามผลได้ทั้งหมดจำนวน 12 ราย และผู้รับบริการทั้ง 12 ราย สามารถปรับพฤติกรรมในด้านการรับประทานอาหาร ด้านการออกกำลังกาย การใช้ยาอินซูลิน และสามารถควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ได้ ร้อยละ 60 และการสื่อสารผ่านแอปพลิเคชัน Line โดยจัดตั้งเป็นกลุ่มเฉพาะ สามารถอำนวยความสะดวกในการ ให้คำปรึกษา ให้กำลังใจแลกเปลี่ยนประสบการณ์การดูแลตนเอง ส่งผลให้หญิงตั้งครรภ์มีความมั่นใจในการดูแลตนเองเป็นอย่างมาก

การใช้ความรู้จากการปฏิบัติการพยาบาลเพื่อพัฒนาการเรียนการสอน/การบริการวิชาการ/วิจัย

ด้านการเรียนการสอน ความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับจากการปฏิบัติการพยาบาลตามความเชี่ยวชาญสามารถนำมาใช้ในการพัฒนาการเรียนการสอนอย่างเป็นระบบ โดยนำไปใช้ในการเรียนการสอนในรายวิชา มารดา ทารก และการผดุงครรภ์ 2 บทที่ 3 ด้วยการเติมเต็มเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลในการให้คำแนะนำ และนำกรณีของหญิงตั้งครรภ์มาปรับปรุง นำไปใช้เป็นสื่อการสอน ในรูปแบบกรณีศึกษา การใช้ปัญหาเป็นหลัก การเรียนแบบมีส่วนร่วม และจัดเก็บเป็นธนาคารเคสกรณีศึกษา

ด้านการบริการวิชาการ จากประสบการณ์และความเชี่ยวชาญที่เกิดขึ้นสามารถนำไปผลิตคู่มือสำหรับ หญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานชนิดไม่พึ่งพาอินซูลิน เผยแพร่ให้กับผู้สนใจในหน่วยฝากครรภ์ รพ.มหาราช นครราชสีมา และวางแผนขยายกลุ่มผู้รับบริการเป็นเพิ่มเติมเป็นหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานชนิดพึ่งพาอินซูลินในลำดับถัดไป

บททวนการดำเนินงาน

1.การทบทวนแผนการดำเนินงาน พบว่า สามารถดำเนินการได้ มีหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานชนิดพึ่งพาอินซูลินมารับบริการได้ตามแผนที่กำหนดจำนวนทั้งสิ้น 12 คน คิดเป็นร้อยละ 80 การดำเนินงานบรรลุความสำเร็จตามตัวชี้วัดที่กำหนด คือ

หญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเบาหวานชนิดไม่พึ่งพาอินซูลิน มีความรู้ ความเข้าใจ และสามารถปรับพฤติกรรมสุขภาพด้านการรับประทานอาหาร การออกกำลังกายได้ อยู่ในระดับดี ค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 3.51 – 3.60 จากคะแนนเต็ม 5

ดังนั้นเพื่อการยกระดับความสำเร็จจึงวางแผนพัฒนาการติดตาม โดยการใช้ Line Official Account ในการติดตาม ให้กำลังใจการสอบถาม และการให้คำปรึกษา จึงเพิ่มเอกสารคู่มือไว้ใน Line Official Account เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์สามารถเปิดดูได้ตามต้องการ

2. ทบทวนการจัดการผลลัพธ์ที่เกิดจากการจัดการพยาบาลพบว่า การบูรณาการความรู้ทางวิชาการกับการใช้เทคโนโลยีช่วยให้การดูแลผู้รับบริการมีความต่อเนื่องและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ผู้รับบริการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีขึ้นและสามารถดูแลตนเองได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ การทบทวนผลการปฏิบัติยังนำไปสู่การพัฒนากระบวนการจัดการเรียนการสอน ด้วยการเพิ่มเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลในการให้คำแนะนำ รวมถึงนำข้อมูลที่ได้ไปพัฒนางานบริการวิชาการต่อเนื่อง ส่งผลให้อาจารย์สามารถเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญในการปฏิบัติการพยาบาล และสามารถเชื่อมโยงการเรียนการสอนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สรุปสิ่งที่ได้รับจากการให้บริการตามความเชี่ยวชาญและแนวทางการพัฒนา

การปฏิบัติการพยาบาลตามความเชี่ยวชาญช่วยส่งเสริมทักษะเชิงลึกในการให้การพยาบาลหญิงตั้งครรภ์มีภาวะเบาหวานชนิดไม่พึ่งพาอินซูลิน โดยเฉพาะการนำเทคโนโลยีมาใช้ ส่งผลให้อาจารย์มีความสามารถยิ่งขึ้นในการใช้เทคโนโลยีในการจัดการเรียนการสอน เช่น การจัดทำช่องทางการสื่อสารผ่านแอปพลิเคชัน Line คู่มือการให้ความรู้ในการส่งเสริมการปรับพฤติกรรมของหญิงตั้งครรภ์ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการจัดการเรียนการสอน และการบริการวิชาการ ซึ่งสามารถต่อยอดเป็นงานวิจัยหรือนวัตกรรม เพื่อเผยแพร่ เพื่อนำไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาการเรียนการสอน และการพัฒนาตนเองในวิชาชีพ พัฒนาชุมชนและสังคมได้ต่อไป

.....

(นางสาวปิยะรัตน์ แสงบำรุง)

อาจารย์สาขาวิชามารดา ทารก และการผดุงครรภ์

.....

(นางสาวปัทมาภรณ์ คงขุนทด)

หัวหน้าสาขาวิชามารดา ทารก และการผดุงครรภ์

.....

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดร. นิสากร วิบูลย์ชัย)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา

ผู้อนุมัติ