

แผนพัฒนารายบุคคลเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์พยาบาล (Faculty Practice)

ปีการศึกษา 2568 (ระหว่างเดือนธันวาคม 2568 ถึงเดือนเมษายน 2569)

วิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี

ชื่อ- สกุล นางสาวกฤษณี สุวรรณรัตน์ ความเชี่ยวชาญ การพยาบาลคู่สมรสที่ต้องการมีบุตรเพื่อเพิ่มโอกาสการตั้งครรภ์

หน่วยให้บริการ แผนกฝากครรภ์และวางแผนครอบครัว โรงพยาบาลพระปกเกล้า จังหวัดจันทบุรี

ความเป็นมา

ปัจจุบันสังคมไทยเผชิญกับปัญหาอัตราการเกิดลดลงอย่างต่อเนื่อง คู่สมรสจำนวนมากประสบความยากลำบากในการมีบุตรตามธรรมชาติ ส่งผลกระทบ
ทั้งต่อคุณภาพชีวิตของครอบครัวและต่อโครงสร้างประชากรในระยะยาว การพยาบาลในประเด็นการส่งเสริมภาวะเจริญพันธุ์ (Fertility Care) จึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง
บทบาทของอาจารย์พยาบาลไม่เพียงแต่เน้นการสอนและการวิจัยเท่านั้น แต่ยังครอบคลุมถึงการเพิ่มพูนความเชี่ยวชาญด้านการปฏิบัติการพยาบาล (Faculty Practice)
เพื่อให้เกิดการบูรณาการความรู้เชิงวิชาการกับประสบการณ์จริง การให้บริการพยาบาลแก่คู่สมรสที่ต้องการมีบุตรเป็นหนึ่งในแนวทางสำคัญ ที่ช่วยให้อาจารย์พยาบาลได้
พัฒนาทักษะการให้คำปรึกษา การประเมินสุขภาพร่างกายและจิตใจ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม และการประสานงานกับทีมสหวิชาชีพ

การปฏิบัติการพยาบาลดังกล่าวไม่เพียงช่วยเพิ่มโอกาสในการตั้งครรภ์ของคู่สมรส แต่ยังเป็นการสร้างองค์ความรู้ใหม่ พัฒนาทักษะเชิงปฏิบัติของอาจารย์
พยาบาล และสามารถถ่ายทอดต่อสู่นักศึกษาพยาบาล ตลอดจนเป็นประโยชน์ต่อระบบบริการสุขภาพและสังคมโดยรวม

เป้าหมาย เพิ่มพูนสมรรถนะ/ ความเชี่ยวชาญด้านการพยาบาลคู่สมรสที่ต้องการมีบุตรเพื่อเพิ่มโอกาสการตั้งครรภ์

วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วย และความเชี่ยวชาญของตนเอง)

1. เพื่อให้คู่สมรสที่ต้องการมีบุตรมีความรู้และพฤติกรรมเพื่อเพิ่มโอกาสการตั้งครรภ์ที่ถูกต้องเหมาะสม

ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ และความเชี่ยวชาญของตนเอง)

1. เพิ่มโอกาสการตั้งครรภ์ในคู่สมรสที่ต้องการมีบุตร

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ วันที่/ เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล
การพยาบาลคู่สมรสที่ต้องการ มีบุตรเพื่อเพิ่มโอกาส การตั้งครรภ์ เดือนธันวาคม 2568 ถึง เดือนเมษายน 2569 ทุกวันพฤหัสบดี เวลา 08.00-16.00 น. (7 ชั่วโมง/ วัน)	เพื่อให้คู่สมรสที่ต้องการมีบุตร มีความรู้และพฤติกรรม เพื่อเพิ่มโอกาสการตั้งครรภ์ ที่ถูกต้องเหมาะสม	การพยาบาลคู่สมรสที่ต้องการมีบุตรเพื่อเพิ่มโอกาสการตั้งครรภ์ 1. การประเมินภาวะสุขภาพ (Assessment) • 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) 2. การวินิจฉัยทางการพยาบาล (Nursing Diagnosis) เช่น • มีความรู้ไม่เพียงพอเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเพื่อเตรียมตั้งครรภ์ • มีพฤติกรรมเสี่ยงที่อาจลดโอกาสการตั้งครรภ์ • มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการมีบุตร 3. การวางแผนการพยาบาล (Planning) • กำหนดเป้าหมายร่วมกับคู่สมรส เช่น การปรับพฤติกรรมสุขภาพ การเพิ่มความรู้เกี่ยวกับช่วงเจริญพันธุ์ และการลดความเครียด • วางแผนการให้คำปรึกษาและการติดตามต่อเนื่อง

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ วันที่/ เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล
		4. การปฏิบัติการพยาบาล (Implementation) • การให้ความรู้ ◦ อธิบายวงจรการตกไข่และระยะเวลาที่เหมาะสมต่อการมีเพศสัมพันธ์ ◦ แนะนำโภชนาการที่เหมาะสม การควบคุมน้ำหนัก และการหลีกเลี่ยงสิ่ง กระทบต่อการเจริญพันธุ์ เช่น บุหรี่ สุรา คาเฟอีน • การส่งเสริมสุขภาพ ◦ ส่งเสริมการออกกำลังกายอย่างเหมาะสม ◦ แนะนำการใช้โฟลิกแอซิดและวิตามินที่จำเป็น • การดูแลด้านจิตใจ ◦ ให้คำปรึกษาและสนับสนุนด้านอารมณ์ ◦ สอนเทคนิคการผ่อนคลายความเครียด เช่น การหายใจลึก การทำสมาธิ • การประสานงาน ◦ ส่งต่อไปยังแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านมีบุตรยากหากพบภาวะผิดปกติ 5. การประเมินผล (Evaluation) • ประเมินความรู้และความเข้าใจของคู่สมรสเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเพื่อการมีบุตร • ประเมินการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น การเลิกสูบบุหรี่ การปรับอาหาร และ การออกกำลังกาย • ประเมินความพร้อมทางร่างกายและจิตใจของคู่สมรส

รวมชั่วโมงการให้บริการพยาบาลตามความเชี่ยวชาญตามที่วางแผนไว้98..... ชั่วโมง

กิจกรรม	ระยะเวลา (Timeline)				
	ธันวาคม 2568	มกราคม 2569	กุมภาพันธ์ 2569	มีนาคม 2569	เมษายน 2569
ศึกษาแนวทางการพยาบาล คู่สมรสที่ต้องการมีบุตร เพื่อเพิ่มโอกาสการตั้งครรภ์/ การลงไปศึกษาสถานการณ์ ในแผนกที่จะไปทำ faculty จริง (PLAN)	ไม่ต้องใส่ระยะเวลา เพราะเป็นการศึกษาสถานการณ์ ไม่ใช่ Direct care				
ดำเนินการ กิจกรรมตามที่ วางแผนไว้ (DO)					
ประเมินผล การให้การพยาบาล ตามความเชี่ยวชาญที่ระบุไว้ (CHECK)					
การพัฒนาปรับปรุง จากการประเมินผล/ การนำผลไปใช้ (ACT)					

การทำแบบบันทึก ผลการทำ Faculty Practice รายบุคคล (Individual Development Plan) สาขาวิชาการพยาบาลมารดาทารกและการผดุงครรภ์

1. ชื่อ- สกุล ผู้ช่วยศาสตราจารย์กฤษณี สุวรรณรัตน์ ความเชี่ยวชาญ การพยาบาลคู่สมรสที่ต้องการมีบุตรเพื่อเพิ่มโอกาสการตั้งครรภ์
หน่วยให้บริการ แผนกฝากครรภ์และวางแผนครอบครัว โรงพยาบาลพระปกเกล้า จังหวัดจันทบุรี
2. เป้าหมาย เพิ่มพูนสมรรถนะ/ ความเชี่ยวชาญด้านการพยาบาลคู่สมรสที่ต้องการมีบุตรเพื่อเพิ่มโอกาสการตั้งครรภ์
3. เวลาการนำความเชี่ยวชาญไปให้บริการ เดือนธันวาคม 2568 ถึงเดือนเมษายน 2569

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ วันที่.....เวลา.....	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล (Direct Care)	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)
การพยาบาลคู่สมรสที่ต้องการ มีบุตรเพื่อเพิ่มโอกาส การตั้งครรภ์ เดือนธันวาคม 2568 ถึง เดือนเมษายน 2569 ทุกวันพฤหัสบดี เวลา 08.00-16.00 น. (7 ชั่วโมง/ วัน) รวม 98 ชั่วโมง	เพื่อให้คู่สมรสที่ต้องการมีบุตร มีความรู้และพฤติกรรม เพื่อเพิ่มโอกาสการตั้งครรภ์ ที่ถูกต้องเหมาะสม	การพยาบาลคู่สมรสที่ต้องการมีบุตรเพื่อเพิ่มโอกาส การตั้งครรภ์ 1. การประเมินภาวะสุขภาพ (Assessment) • ชักประวัติสุขภาพทั่วไปและสุขภาพการเจริญพันธุ์ ของทั้งสามีและภรรยา (ประจำเดือน, การ คุมกำเนิดในอดีต, ประวัติการตั้งครรภ์/แท้งบุตร) • ประเมินพฤติกรรมสุขภาพ เช่น การนอนหลับ การ ออกกำลังกาย การสูบบุหรี่ ดื่มสุรา การทำงาน • ประเมินภาวะโภชนาการ น้ำหนัก ส่วนสูง และค่า ดัชนีมวลกาย (BMI) • ประเมินสุขภาพจิต ความเครียด ความวิตกกังวล และความสัมพันธ์ในครอบครัว • ตรวจร่างกายพื้นฐานและส่งตรวจทาง	คู่สมรสที่ต้องการมีบุตร จำนวน 5 คู่ ได้ให้สัมภาษณ์ถึง ความรู้และพฤติกรรมของตนเอง โดยพบว่าปัญหา/อุปสรรคส่วน ใหญ่ ได้แก่ ฝ่ายชายสูบบุหรี่ ดื่มสุรา สัมผัสสารเคมีเป็นประจำ ส่วนใหญ่ทำสวนผลไม้ ความถี่ในการมีเพศสัมพันธ์ ไม่สม่ำเสมอ ส่วนใหญ่ไม่ได้ ออกกำลังกายและพักผ่อน ไม่เพียงพอ มีดัชนีมวลกายที่มาก และไม่เคยสังเกตมูกหรือตรวจ การตกไข่ เป็นต้น จึงได้ให้

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ วันที่.....เวลา.....	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล (Direct Care)	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)
		ห้องปฏิบัติการตามความเหมาะสม (เช่น ฮอร์โมน, การทำงานของอสุจิ) 2. การวินิจฉัยทางการพยาบาล (Nursing Diagnosis) เช่น • มีความรู้ไม่เพียงพอเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเพื่อเตรียมตัวตั้งครรภ์ • มีพฤติกรรมเสี่ยงที่อาจลดโอกาสการตั้งครรภ์ • มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการมีบุตร 3. การวางแผนการพยาบาล (Planning) • กำหนดเป้าหมายร่วมกับคู่สมรส เช่น การปรับพฤติกรรมสุขภาพ การเพิ่มความรู้เกี่ยวกับช่วงเจริญพันธุ์ และการลดความเครียด • วางแผนการให้คำปรึกษาและการติดตามต่อเนื่อง 4. การปฏิบัติการพยาบาล (Implementation) • การให้ความรู้ ○ อธิบายวงจรการตกไข่และระยะเวลาที่เหมาะสมต่อการมีเพศสัมพันธ์ ○ แนะนำโภชนาการที่เหมาะสม การควบคุมน้ำหนัก และการหลีกเลี่ยงสิ่งกระทบต่อ	คำแนะนำตามปัญหาและความต้องการของคู่สมรสที่ต้องการมีบุตร และได้ทวนสอบกลับซึ่งคู่สมรสสามารถตอบกลับได้ถูกต้องทั้งหมด

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ วันที่.....เวลา.....	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล (Direct Care)	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)
		การเจริญพันธุ์ เช่น บุหรี่ สุรา คาเฟอีน • การส่งเสริมสุขภาพ ○ ส่งเสริมการออกกำลังกายอย่างเหมาะสม ○ แนะนำการใช้โฟลิกแอซิดและวิตามินที่จำเป็น • การดูแลด้านจิตใจ ○ ให้คำปรึกษาและสนับสนุนด้านอารมณ์ ○ สอนเทคนิคการผ่อนคลายความเครียด เช่น การหายใจลึก การทำสมาธิ • การประสานงาน ○ ส่งต่อไปยังแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านมีบุตร ยากหากพบภาวะผิดปกติ 5. การประเมินผล (Evaluation) • ประเมินความรู้และความเข้าใจของคู่สมรสเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเพื่อการมีบุตร • ประเมินการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น การเลิกสูบบุหรี่ การปรับอาหาร และการออกกำลังกาย • ประเมินความพร้อมทางร่างกายและจิตใจของคู่สมรส	

สรุปสิ่งที่ได้รับการให้บริการพยาบาลตามความเชี่ยวชาญและแนวทางการพัฒนา

1. ได้ทราบความรู้และพฤติกรรมที่ส่งเสริมและที่เป็นอุปสรรคต่อการตั้งครรภ์ของคู่สมรสที่ต้องการมีบุตร และได้แนวทางการพยาบาลคู่สมรสที่ต้องการมีบุตรไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนภาคปฏิบัติต่อไป

การนำไปใช้ประโยชน์

ด้านการจัดการเรียนการสอน (นำความรู้ที่ได้ไปจัดการเรียนการสอนหัวข้อไหน ให้ระบุในแผนการสอน)

นำไปใช้ในการสอนภาคปฏิบัติ ปีการศึกษา 2569 ภาคการศึกษาที่ 1 วิชา 0104302305 ปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและการผดุงครรภ์ 1 Clinical teaching เรื่อง การประเมินภาวะมีบุตรยาก (การซักประวัติ การวิเคราะห์ความเสี่ยงและการให้คำแนะนำส่งเสริมการมีบุตร) ช่วงวันที่ 2 มิถุนายน ถึงวันที่ 21 สิงหาคม 2569

ด้านการบริการวิชาการ -

ด้านการวิจัย/ ตำรา/ บทความวิชาการ -

ลงชื่อ

กนกนที ศุวรรณรัตน์

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์กฤษฎิ์ สุวรรณรัตน์)

ตำแหน่ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์

ลงชื่อ

วิเชียรประภา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์อารีรัตน์ วิเชียรประภา)

ตำแหน่ง หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลมารดาทารกและการผดุงครรภ์

หมายเหตุ รายงานการนำไปใช้ประโยชน์จากผลการปฏิบัติ Faculty Practice ให้ระบุว่ามีใครเข้าร่วมบ้าง เช่น หัวหน้าหอผู้ป่วย หัวหน้ารพสต. พยาบาลวิชาชีพ เป็นต้น