

พ.ญ.พิมลพรรณ ต่างวิวัฒน์ กลุ่มอนามัยแม่และเด็ก

หลักสูตรอนามัยแม่และเด็กในเรือนจำ

วัตถุประสงค์รายวิชา

1. ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถอธิบายวิธีการดูแลส่งเสริมสุขภาพหญิงตั้งครรภ์
2. ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถอธิบายประโยชน์และวิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
3. ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถอธิบายวิธีการส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาการเด็กปฐมวัย

มาตรฐานรายวิชา

- ประเมินสถานะสุขภาพและส่งเสริมสุขภาพหญิงตั้งครรภ์ได้
- ช่วยเหลือหญิงหลังคลอดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำเร็จ
- ประเมินสถานะสุขภาพและส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาการเด็กปฐมวัยได้

คำอธิบายรายวิชา

อนามัยแม่และเด็ก คือ การดูแลสุขภาพของหญิงทั้งก่อน ระหว่าง และหลังตั้งครรภ์ ให้มีการตั้งครรภ์ที่ปลอดภัย และคลอดมีคุณภาพ แม่และทารกปลอดภัย ปราศจากภาวะแทรกซ้อน มีสุขภาพแข็งแรงพร้อมทั้งมีบุตรที่สมบูรณ์แข็งแรง และได้รับการเลี้ยงดูอย่างมีคุณภาพส่งเสริมได้กินนมแม่จนถึง 6 เดือน และกินนมแม่ควบคู่อาหารตามวัย จนถึง 2 ปี หรือนานกว่านั้น พร้อมทั้งดูแลต่อเนื่องเพื่อให้เด็กเติบโตมีพัฒนาการสมวัย ทั้งสุขภาพะทางกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา

เนื้อหาวิชา

1.การฝากครรภ์

การฝากครรภ์ เป็นการส่งเสริมสุขภาพให้หญิงตั้งครรภ์และสามีได้รับความรู้ให้ดูแลสุขภาพของตนเอง รวมถึงได้รับการดูแล สุขภาพของหญิงตั้งครรภ์และทารกในครรภ์ เพื่อให้การตั้งครรภ์และการคลอดมีคุณภาพ แม่และทารก แข็งแรงปลอดภัย ปราศจากภาวะแทรกซ้อน โดยเริ่มฝากครรภ์ทันทีที่รู้ตัวว่าท้องหรือก่อนอายุครรภ์ 12 สัปดาห์ และไปตรวจตามนัด อย่างสม่ำเสมอ

ประโยชน์ของการฝากครรภ์

- 1) เพื่อคัดกรองภาวะเสี่ยง ตรวจหาโรคติดเชื้อและโรคทางพันธุกรรม โดยแพทย์จะทำการตรวจวินิจฉัยโรค บางอย่างที่สามารถเกิดขึ้นในระหว่างการตั้งครรภ์ และเป็นอันตรายต่อหญิงตั้งครรภ์และทารกในครรภ์ ได้ เช่น ภาวะโลหิตจาง ความดันโลหิตสูง เบาหวาน ธาลัสซีเมีย ดาวน์ซินโดรม ซิฟิลิส เอชไอวี ไวรัสตับอักเสบบี หากพบความผิดปกติจะได้รับ คำปรึกษาและการดูแลช่วยเหลือ
- 2) เพื่อส่งเสริมสุขภาพร่างกายและจิตใจ หญิงตั้งครรภ์จะได้รับการตรวจสุขภาพร่างกายและคัดกรองสุขภาพจิต ได้รับคำแนะนำในการปฏิบัติตัวระหว่างตั้งครรภ์จนถึงคลอด ได้รับวัคซีนเสริมสร้างภูมิคุ้มกันโรค เช่น บาดทะยัก ไข้หวัดใหญ่ ได้รับยาเสริมวิตามิน เช่น กรดโฟลิก ธาตุเหล็ก และไอโอดีน ส่งผลให้หญิงตั้งครรภ์และทารกมีสุขภาพ สมบูรณ์แข็งแรงจนกระทั่งคลอด
- 3) ดูแลทารกในครรภ์ ได้รับคำแนะนำสำหรับการดูแลทารกในครรภ์ เพื่อให้เติบโต สมบูรณ์แข็งแรงมีน้ำหนัก ที่เหมาะสม อาการผิดปกติที่ควรสังเกต เพื่อช่วยลดการแท้งบุตร การคลอดก่อนกำหนด ทารกเสียชีวิตในครรภ์ เป็นต้น

อาการผิดปกติที่ต้องรีบมาพบแพทย์ทันที

- 1) ทารกในครรภ์ดิ้นน้อยลงหรือหยุดดิ้น
- 2) ปวดศีรษะมาก ตาพร่ามัว จุกแน่นยอดอก บวมที่เท้ากดบวม
- 3) ปัสสาวะแสบขัดหรือลำบาก
- 4) เลือดออกจากช่องคลอด
- 5) มีน้ำเดินใสๆ ไหลออกจากช่องคลอด
- 6) เจ็บที่หลังแล้วปวดร้าวมาถึงด้านหน้าบริเวณหัวไหล่และท้องน้อย อาการปวดท้องอยากถ่ายอุจจาระ