

## ผลงาน DMKM รายบุคคล

1. เรื่อง : ข้อดีของการคลอดธรรมชาติ
2. ชื่อ-นามสกุล : นางจุฬารรณ เชมทอง
3. ชื่อหน่วยงาน : กองอนามัยมารดาและทารก
4. หลักการและเหตุผล

ประเทศไทยมีอัตราการผ่าตัดคลอดในปี 2566 คิดเป็นร้อยละ 42.37 ซึ่งการผ่าตัดคลอดเป็นการคลอดโดยผ่าตัดทางหน้าท้องและมดลูก เมื่อเงื่อนไขของมารดาและ/หรือทารกในครรภ์ไม่เหมาะสำหรับการคลอดทางช่องคลอด เช่น ทารกในครรภ์มีส่วนน้ำหนัก น้ำหนักโดยประมาณของทารกมากกว่า 4 กิโลกรัม ปากมดลูกไม่พร้อมสำหรับการคลอดและมีความจำเป็นต้องการชักนำให้เกิดการคลอด แต่ในหญิงตั้งครรภ์บางรายเลือกวิธีการผ่าตัดคลอดโดยไม่มีเงื่อนไขที่ต้องพิจารณาเป็นพิเศษ การผ่าตัดคลอดอาจส่งผลเสียในภายหลังแก่หญิงหลังคลอด เช่น คุณแม่ที่เคยผ่าคลอดจะมีความเสี่ยงต่อการเกิดมดลูกแตกในตำแหน่งที่เคยผ่าตัด อาจเกิดพังผืดในช่องท้อง หรืออาจเกิดอาการรกเกาะลึกที่แผลมดลูกได้ ถ้าหากตรวจพบความเสี่ยงเหล่านี้ ควรทำการฝากครรภ์ตั้งแต่เริ่มตั้งครรภ์ สำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์ที่มีความสงสัยตั้งแต่เริ่มตั้งครรภ์เรื่องของการคลอด โดยเฉพาะรูปแบบการผ่าตัดคลอด (Caesarean Section) อันตรายและความเจ็บปวดจากการผ่าคลอด หรือหากเคยผ่าคลอดมาก่อนสามารถผ่าคลอดซ้ำได้หรือไม่ ข้อสงสัยอื่นๆ เกี่ยวกับการดูแลตัวเองทั้งก่อนและหลังผ่าคลอด รวมถึงคำแนะนำเกี่ยวกับการผ่าคลอด และสิ่งที่คุณแม่ควรรู้ก่อนตัดสินใจเลือกการผ่าคลอด เพื่อศึกษาเปรียบเทียบข้อดี ข้อเสียกับการคลอดทางช่องคลอดที่ช่วยหลีกเลี่ยงภาวะแทรกซ้อนในอนาคตที่เกี่ยวกับแผลผ่าตัดคลอด เงื่อนไขสำหรับการเลือกวิธีคลอดทางช่องคลอด เช่น มารดาตั้งครรภ์เดี่ยว ทารกในครรภ์มีส่วนน้ำหนัก มารดาที่มีอายุครรภ์ 37 สัปดาห์หรือมากกว่า โดยการวางแผนเลือกวิธีคลอดสามารถทำได้โดยการหาข้อมูลและปรึกษาหารือกับแพทย์ผู้ดูแล สภาวะของหญิงตั้งครรภ์จากการประเมินโดยแพทย์ตลอดการตั้งครรภ์ เพื่อให้แน่ใจว่ายังสามารถคลอดทางช่องคลอดได้ หากสภาวะของหญิงตั้งครรภ์เปลี่ยนไปและไม่เอื้อต่อการคลอดทางช่องคลอด แพทย์จะแจ้งและหารือกับหญิงตั้งครรภ์เพื่อประเมินว่าการวางแผนผ่าตัดคลอดอย่างปลอดภัยต่อหญิงตั้งครรภ์และทารก

ดังนั้น การสื่อสารประชาสัมพันธ์ข้อมูลเกี่ยวกับข้อดี ความเสี่ยงต่อมารดา ความเสี่ยงต่อทารก มีความสำคัญกับการตัดสินใจการวางแผนเลือกวิธีคลอด ด้วยวิธีคลอดธรรมชาติหรือผ่าตัดคลอดของหญิงตั้งครรภ์ ผู้ให้บริการฝากครรภ์ควรให้ข้อมูลกับหญิงตั้งครรภ์และครอบครัวทุกราย

## 5.วัตถุประสงค์

5.1 เพื่อสื่อสารประสัมพันธ์ข้อมูลข้อดี ความเสี่ยงต่อมารดา ความเสี่ยงต่อทารกของการคลอดธรรมชาติ

5.2 เพื่อเพิ่มความตระหนักรู้ (Health literacy) ทั้งผู้ให้แกหญิงตั้งครรภ์และครอบครัวในการตัดสินใจเลือกวิธีการคลอด

## 6. วิธีการ/ขั้นตอนการดำเนินงานตามกระบวนการ

6.1 ทบทวนความรู้ที่เกี่ยวข้อง

6.2 สรุปและจัดทำเนื้อหา

6.3 ตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญ

6.4 จัดจ้างทำ Infographic

6.5 เผยแพร่ผ่านเว็บไซต์สำนักส่งเสริมสุขภาพ

## 7.สรุปและข้อเสนอแนะ

### ข้อดีของการคลอดธรรมชาติ

- การพักรักษาตัวของแม่ในโรงพยาบาลสั้นกว่าและฟื้นตัวเร็วกว่าได้รับประสบการณ์การคลอดทาง
- ช่องคลอดสามารถอุ้มประคองบุตรของท่านได้ทันที เพิ่มโอกาสประสบความสำเร็จ
- ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และประโยชน์อื่นที่เกี่ยวข้องในช่วง3 เดือนแรก
- ลดความเสี่ยงที่เกี่ยวข้องกับการผ่าตัด (ตกเลือด)
- ฟื้นตัวเร็วขึ้นและเพิ่มความคล่องตัวหลังคลอด
- ลดความเสี่ยงของภาวะแทรกซ้อนในระหว่างตั้งครรภ์ในอนาคต(มดลูกแตก รกเกาะต่ำ หรือรกเกาะแน่น

### ข้อเสนอแนะ

- ควรมีการจัดให้ความรู้เกี่ยวกับข้อดี ความเสี่ยงต่อมารดา ความเสี่ยงต่อทารกเพื่อเป็นข้อมูลการตัดสินใจวางแผนเลือกวิธีคลอดด้วยวิธีคลอดธรรมชาติหรือผ่าตัดคลอดแก่ครอบครัวและหญิงตั้งครรภ์ทุกคน

## 8.ช่องทางการเผยแพร่

[https://multimedia.anamai.moph.go.th/infographics/info600\\_pregnant\\_8/](https://multimedia.anamai.moph.go.th/infographics/info600_pregnant_8/)



กรมอนามัย  
DEPARTMENT OF HEALTH

# ข้อดี ของการคลอด ธรรมชาติ

- 1 การพักรักษาตัวของแม่ในโรงพยาบาลสั้นกว่า และฟื้นตัวเร็วกว่า
- 2 ได้รับประสบการณ์การคลอดทางช่องคลอดสามารถอุ้มประคองบุตรของท่านได้ทันที
- 3 เพิ่มโอกาสประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และประโยชน์อื่นที่เกี่ยวข้องในช่วง 3 เดือนแรก
- 4 ลดความเสี่ยงที่เกี่ยวข้องกับการผ่าตัด (ตกเลือด)
- 5 ฟื้นตัวเร็วขึ้นและเพิ่มความคล่องตัวหลังคลอด
- 6 ลดความเสี่ยงของภาวะแทรกซ้อนในระหว่างตั้งครรภ์ในอนาคต (มดลูกแตก รกเกาะต่ำ หรือรกเกาะแน่น)



ที่มา : คู่มือการฝากครรภ์สำหรับบุคลากรสาธารณสุข