

ผลงาน DMKM รายบุคคล

1. เรื่อง : 12 ย่างก้าว พัฒนาการขวบปีแรก
2. ชื่อ-นามสกุล : นายแพทย์สุรรัตน์ ผิวสว่าง ตำแหน่ง นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ (ด้านเวชกรรม)
3. ชื่อหน่วยงาน : กองอนามัยมารดาและทารก
4. หลักการและเหตุผล

พัฒนาการเด็กที่สมวัย จะต้องเริ่มตั้งแต่ 1,000 วันแรกของชีวิต หรือนับตั้งแต่การปฏิสนธิจนถึงช่วยปฐมวัย เนื่องจากร่างกายของมนุษย์มีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องในช่วงแรกของชีวิต ประกอบไปด้วยพัฒนาการทางด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ กล้ามเนื้อมัดเล็ก ด้านภาษา และด้านการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

สถิติขององค์การอนามัยโลกพบว่า ร้อยละ 15-20 ของเด็กทั่วโลก มีพัฒนาการที่ผิดปกติ และข้อมูลจากวารสารทางการแพทย์เดอะแลนเซ็ทระบุว่า เด็กปฐมวัยเกือบ 250 ล้านคนในประเทศกำลังพัฒนา เสี่ยงต่อการมีพัฒนาการไม่สมวัยหรือล่าช้า การศึกษาของ รศ.พญ.นิตยา คชภักดี กล่าวถึงหน้าต่างแห่งโอกาสพัฒนาเด็ก (Window of Opportunity) โดยชี้ให้เห็นว่า หากประเมินเด็กได้เร็วก่อนอายุ 6 ปี และได้รับการกระตุ้นพัฒนาการที่เหมาะสม เด็กจะกลับมามีพัฒนาการที่สมวัยปกติ

การเฝ้าระวังพัฒนาการเด็กโดยพ่อแม่ผู้ปกครอง มีความสำคัญอย่างยิ่งในการตรวจพบปัญหา และให้การช่วยเหลือดูแลส่งเสริมให้เด็กมีการพัฒนาไปตามวัยอย่างถูกต้องเหมาะสมตั้งแต่ระยะเริ่มแรก เพราะหากปล่อยให้พลละเลยไม่มีกระบวนการดูแล จะทำให้เด็กเสียโอกาสในการพัฒนาตามวัย รวมทั้งอาจเกิดปัญหาพัฒนาการที่ยุ่งยากซับซ้อน เป็นภาระต่อครอบครัว สังคม และประเทศชาติ

การพัฒนาการเด็กให้เต็มศักยภาพ เพื่อเป็นประชากรที่มีคุณภาพในอนาคต จึงมีความจำเป็นและต้องการความร่วมมือจากทุกภาคส่วน ทุกประเทศทั่วโลกมีความพยายามในการพัฒนาเด็กด้วยหลากหลายวิธีการ มีเครื่องมือที่ใช้ในการเฝ้าระวัง คัดกรอง ติดตามพัฒนาการเด็กที่หลากหลาย แต่ปัญหาหนึ่งในการใช้เครื่องมือ คือ การที่ผู้ปกครองรู้สึกว่าการเฝ้าระวังพัฒนาการแต่ละแบบมีความซับซ้อน ยุ่งยากในการใช้ กอปรกับภาระหน้าที่การทำงานเพื่อหารายได้ให้กับครอบครัว ทำให้หลายๆครอบครัว ไม่ได้ให้ความสำคัญกับพัฒนาการเด็กในช่วงปฐมวัยเท่าที่ควร

กองอนามัยมารดาและทารก ในฐานะที่เป็นหน่วยงานกำกับดูแลตั้งแต่หญิงตั้งครรภ์ จนถึงทารกที่หลังคลอดในหนึ่งขวบปีแรกนั้น เห็นถึงความสำคัญในการสื่อสารประชาสัมพันธ์ข้อมูลการเฝ้าระวังพัฒนาการเด็กในช่วงขวบปีแรก โดยการใช้เครื่องมือที่ง่ายในการจดจำ เข้าถึงง่าย ฟังแล้วเข้าใจ นำไปใช้ในการเฝ้าระวังปัญหาพัฒนาการเด็กได้อย่างรวดเร็ว และส่งต่อเพื่อการรักษาได้อย่างถูกต้องเหมาะสมต่อไป

5. วัตถุประสงค์

5.1 เพื่อสื่อสารความสำคัญในการเฝ้าระวังพัฒนาการในเด็กขวบปีแรกอย่างเข้าใจ และง่ายในการจดจำ เพื่อการรับรู้ถึงปัญหาพัฒนาการและการเข้ารับการรักษาอย่างถูกต้องเหมาะสม

5.2 เพื่อเพิ่มความตระหนักรู้ (Health literacy) ให้แก่พ่อแม่ผู้ปกครอง ที่มีหน้าที่ในการดูแลเด็ก

6. วิธีการ/ขั้นตอนการดำเนินงานตามกระบวนการ

6.1 ทบทวนความรู้ที่เกี่ยวข้อง

6.2 สรุปและจัดทำเนื้อหา

6.3 ตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญ

6.4 จัดทำ Infographic

6.5 เผยแพร่ผ่านเว็บไซต์สำนักส่งเสริมสุขภาพ

7. สรุปและข้อเสนอแนะ

พัฒนาการเด็กในช่วง 12 เดือนแรกของชีวิต

- 1 เดือน: เด็กเบิ่งตามอง - เด็กสามารถมอง จ้องหน้าผู้ปกครองได้
- 2 เดือน: ยิ้มเยื้องฝ่องใส - ยิ้มและสบตากับผู้ปกครองได้
- 3 เดือน: หันหัวยั่วไป - เด็กเริ่มยกศีรษะขึ้นจากพื้นราบได้
- 4 เดือน: แม่ไม่ต้องยก - เด็กสามารถชันคอพ่นพ่นได้
- 5 เดือน: ครว่อกนอนเหม่อ - พลิกคว่ำได้เอง
- 6 เดือน: Transfer มือเดียว - เด็กสามารถยื่นมือ หยิบของด้วยฝ่ามือได้
- 7 เดือน: นั่งเดี่ยวเรื่องย่อย - นั่งทรงตัวได้เอง ไม่ต้องพยุง
- 8 เดือน: หนุน้อยคืบคลาน - เด็กสามารถคลานได้เอง
- 9 เดือน: ยืนนานต้องเหนียว - เด็กสามารถเกาะยืนได้
- 10 เดือน: ยืนเหยียวยังได้ - เด็กสามารถยืนเองได้มั่นคง
- 11 เดือน: เดินไกลต้องเกาะ - เด็กสามารถเกาะเดินได้
- 12 เดือน: ย่างเหยาะอาจหาญ - เด็กสามารถเดินเองได้ โดยไม่ต้องเกาะ

ข้อเสนอแนะ

- ควรมีการจัดให้ความรู้เกี่ยวกับพัฒนาการเด็กในหลายๆช่วงวัย ที่มีความน่าสนใจ และง่ายต่อการจดจำนำไปใช้ได้อย่างเหมาะสม โดยอ้างอิงจากแหล่งที่มาที่มีความน่าเชื่อถือ

8. ช่องทางการเผยแพร่

อยู่ระหว่างดำเนินการเผยแพร่ทางเว็บไซต์ และเฟสบุ๊กกรมอนามัย

12 อย่างก้าว พัฒนาการขวบปีแรก

กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

- 1 เดือน**
เด็กเบิ่งตามอง
มอง จ้องหน้าผู้ปกครอง
- 2 เดือน**
ยิ้มย่องผ่องใส
ยิ้มและสบตา
- 3 เดือน**
หันหัวยั่วไป
เริ่มยกศีรษะได้
- 4 เดือน**
แม่ไม่ต้องยก
ชันคอออกพ้นพื้น
- 5 เดือน**
คว่ำกนอนเหม่อ
พลิกคว่ำได้เอง
- 6 เดือน**
Transfer มือเดียว
ยื่นมือ หยิบของด้วยฝ่ามือ
- 7 เดือน**
นั่งเดี่ยวเรื่องย่อย
นั่งทรงตัวได้เอง ไม่ต้องพยุง
- 8 เดือน**
หมูน้อยคืบคลาน
คลานได้เอง
- 9 เดือน**
ยืนนานต้องเหนียว
เกาะยืนได้
- 10 เดือน**
ยืนเหยียวยังได้
ยืนเองได้มั่นคง
- 11 เดือน**
เดินไกลต้องเกาะ
เกาะเดินได้
- 12 เดือน**
ย่างเหยาะอาจหาญ
เดินได้เอง

กองอนามัยมารดาและทารก กรมอนามัย 88/22 หมู่ 4 ต. ถวายบุรี อ. คลองขจร อ. เมือง จ. นครบุรี 11000