

ผลงาน DMKM รายบุคคล

๑.เรื่อง : ครรภ์นี้เสี่ยงไหม

๒.ชื่อ-นามสกุล : นางสาวอัญมณีพรรณ สายทอง นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

๓.ชื่อหน่วยงาน : กองอนามัยมารดาและทารก

๔.หลักการและเหตุผล

การฝากครรภ์คุณภาพ หมายถึง หญิงตั้งครรภ์และคู่ได้รับบริการตามกิจกรรมที่กำหนดไว้ในแต่ละครั้ง อย่างครบถ้วน หญิงตั้งครรภ์มาฝากครรภ์ก่อน ๑๒ สัปดาห์ และต่อเนื่องตลอดการตั้งครรภ์ การฝากครรภ์เป็นจุดเริ่มต้นแห่งการพัฒนาคุณภาพประชากร เริ่มตั้งแต่ออยู่ในครรภ์เพื่อการตั้งครรภ์และการคลอดเป็นไปอย่างราบรื่น มารดาและทารกปลอดภัยจากภาวะแทรกซ้อนและมีสุขภาพแข็งแรง

ตรวจคัดกรองสตรีตั้งครรภ์สามารถทำในลักษณะดังนี้ คือ

การตรวจคัดกรองสตรีตั้งครรภ์ทุกราย คือ การตรวจกรองที่ทำในสตรีตั้งครรภ์ทุกรายโดยไม่เลือกว่าเป็นการตั้งครรภ์เสี่ยงสูงหรือไม่ เช่น การตรวจขนาดและลักษณะของเม็ดเลือดแดง การตรวจหมู่เลือด ABO และ Rh การตรวจการติดเชื้อซิฟิลิส เชื้อไวรัสตับอักเสบบี การตรวจเชื้อไวรัสเอดส์ การตรวจปัสสาวะดูไข่ขาวและน้ำตาลกลูโคสในปัสสาวะ เป็นต้น ในประเทศไทยมีความชุกของโรคธาลัสซีเมียสูง จึงควรตรวจกรองโรคธาลัสซีเมียในสตรีตั้งครรภ์ทุกราย

การตรวจคัดกรองเฉพาะสตรีตั้งครรภ์ที่มีความเสี่ยงสูง คือ การตรวจคัดกรองที่ทำในสตรีตั้งครรภ์เฉพาะรายที่เป็นการตั้งครรภ์เสี่ยงสูงต่อการเกิดโรคนั้น ๆ เช่น การตรวจคัดกรองโรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์ การทำนายการเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด เป็นต้น

ดังนั้น การจัดทำ Infographic เพื่อเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ความรู้แก่หญิงตั้งครรภ์ ครอบครัว และประชาชนทั่วไป ในการเฝ้าระวังสุขภาพของตนเองและสมาชิกในครอบครัวต่อไป

๕.วัตถุประสงค์

๕.๑ เพื่อสื่อสารประชาสัมพันธ์ข้อมูลความเสี่ยงของการตั้งครรภ์ต่อมารดา ที่อาจส่งผลกระทบต่อทารกในครรภ์

๕.๒ เพื่อเพิ่มความตระหนักรู้ (Health literacy) ให้แก่หญิงตั้งครรภ์ ครอบครัว และประชาชนให้สามารถรับรู้ความเสี่ยงของการตั้งครรภ์ของตนเอง หรือสมาชิกในครอบครัว

๖. วิธีการ/ขั้นตอนการดำเนินงานตามกระบวนการ

๖.๑ ทบทวนความรู้ที่เกี่ยวข้อง

๖.๒ สรุปและจัดทำเนื้อหา

๖.๓ ตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญ

๖.๔ จัดจ้างทำ Infographic

๖.๕ เผยแพร่ผ่านเว็บไซต์สำนักส่งเสริมสุขภาพ

๗.สรุปและข้อเสนอแนะ

ครรภ์นี้เสี่ยงไหม

ทารกแรกเกิดอาจมีความผิดปกติ หากคุณแม่มีภาวะครรภ์เสี่ยงดังต่อไปนี้

๑. อายุของคุณแม่

- ตั้งครรภ์โดยที่มีอายุน้อยกว่า ๑๗ ปี
- ตั้งครรภ์เมื่ออายุมากกว่า ๓๕ ปี

๒. คุณแม่เคยมีประวัติการตั้งครรภ์ผิดปกติ

- เคยมีทารกเสียชีวิตในครรภ์ หรือเสียชีวิตเมื่อแรกเกิด
- เคยแท้งเอง มากกว่า ๓ ครั้งติดต่อกัน
- ทารกแรกคลอดมีน้ำหนักน้อยกว่า ๒,๕๐๐ กรัม หรือมากกว่า ๔๐๐๐ กรัม
- มีภาวะครรภ์เป็นพิษ (มีอาการดังต่อไปนี้ อย่างน้อย ๑ อาการ น้ำหนักตัว เพิ่มขึ้น, บวม, ปวดศีรษะ, ความดันโลหิตสูง, จุกแน่นใต้ชายโครง, ลูกดิ่งน้อยลง และท้องไม่โตตามอายุครรภ์) ในท้องก่อนหน้า
- เคยมีประวัติคลอดก่อนกำหนด
- มีประวัติตั้งครรภ์แฝด ภาวะรกเกาะต่ำ ภาวะรกเสื่อม ภาวะน้ำคร่ำน้อย

๓. คุณแม่มีโรคประจำตัว หรือมีปัญหาสุขภาพโรคประจำตัวของคุณแม่มีผลต่อสุขภาพระหว่างการตั้งครรภ์ อาทิ

- โรคความดันโลหิตสูง
- โรคเบาหวาน
- โรคหอบหืด
- โรคตับ
- โรคไต
- โรคหัวใจ
- โรคติดเชื้อต่างๆ โดยเฉพาะโรคติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ เช่นโรคเอดส์ โรคเริม โรคซิฟิลิส เป็นต้น

๔. พฤติกรรมการใช้ชีวิตของคุณแม่

- ดื่มเหล้า
- ดิทยาเสพติด หรือใช้สารเสพติดอื่นๆ

ภาวะครรภ์เสี่ยงมีอันตรายต่อทั้งตัวคุณแม่และทารกเป็นอย่างมาก ดังนั้น ควรปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด รวมไปถึงการตรวจครรภ์ให้ตรงตามนัดทุกครั้ง



ครรภ์นี้ เสี่ยงไหม



การรกแรกเกิดอาจมีความผิดปกติ หาก**คุณแม่มีภาวะครรภ์เสี่ยง** ดังต่อไปนี้



อายุของคุณแม่

- ตั้งครรภ์โดยที่มีอายุน้อยกว่า 17 ปี
- ตั้งครรภ์เมื่ออายุมากกว่า 35 ปี

คุณแม่เคยมีประวัติการตั้งครรภ์ผิดปกติ

- เคยมีการเสียชีวิตในครรภ์ หรือเสียชีวิตเมื่อแรกเกิด
- เคยแท้งเอง มากกว่า 3 ครั้งติดต่อกัน
- การรกแรกคลอดมีน้ำหนักน้อยกว่า 2,500 กรัม หรือมากกว่า 4,000 กรัม
- มีภาวะครรภ์เป็นพิษ(มีอาการดังต่อไปนี้ อย่างน้อย 1 อาการ น้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น, บวม, ปวดศีรษะ, ความดันโลหิตสูง, จุดแน่นใต้ชายโครง, ลูกดิ่งน้อยลง และท้องไม่โตตามอายุครรภ์) ในท้องก่อนหน้า
- เคยมีประวัติคลอดก่อนกำหนด
- มีประวัติตั้งครรภ์แฝด ภาวะรกเกาะต่ำ ภาวะรกเสื่อม ภาวะน้ำคร่ำน้อย



คุณแม่มีโรคประจำตัว หรือมีปัญหาสุขภาพ

- โรคประจำตัวของคุณแม่มีผลต่อสุขภาพระหว่างการตั้งครรภ์ อาทิ
- โรคความดันโลหิตสูง
 - โรคเบาหวาน
 - โรคหอบหืด
 - โรคตับ
 - โรคไต
 - โรคหัวใจ
 - โรคติดเชื้อต่างๆ โดยเฉพาะโรคติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ เช่น โรคเอดส์ โรคเริม โรคซิฟิลิส เป็นต้น



พฤติกรรมการใช้ชีวิตของคุณแม่

- สูบบุหรี่
- ดื่มเหล้า
- ตัดยาเสพติด หรือใช้สารเสพติดอื่นๆ

ภาวะครรภ์เสี่ยงมีอันตรายต่อทั้งตัวคุณแม่และการเป็นอย่างมาก ดังนั้น ควรปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด รวมไปถึงการตรวจครรภ์ให้ตรงตามนัดทุกครั้ง