



บริการดูแลมารดาและทารกหลังคลอด

คุณภาพ (PP)

รองศาสตราจารย์ แพทย์หญิง กุสุมา ชูศิลป์

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น



แนวปฏิบัติ
หอผู้ป่วยหลังคลอด

การดูแลสุขภาพมารดาหลังคลอด

การดูแลสุขภาพทารกแรกเกิด

การจัดกระบวนการเรียนพ่อแม่

การให้บริการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

คลินิกนมแม่

WHO recommendations on
maternal and newborn care for
a positive postnatal experience

ข้อเสนอแนะองค์การอนามัยโลก ค.ศ. 2022

ให้การดูแลมารดาและทารก

เป็นประสบการณ์เชิงบวก



ระยะหลังคลอด

- ช่วงเวลาที่ทันทีหลังเกิด
ถึง 6 สัปดาห์ (42 วัน)หลังเกิด
-



การดูแลมารดา: การประเมินมารดา

- การประเมินการเปลี่ยนแปลงทางสรีระของมารดา
ใน 24 ชั่วโมงแรก เช่น
 - เลือดออกทางช่องคลอด
 - การบีบตัวของมดลูก
 - ยอดมดลูก
 - อุณหภูมิร่างกายและการเต้นของหัวใจ
 - ความดันโลหิต
 - การปัสสาวะภายใน 6 ชั่วโมง

บริการมารดาหลังคลอด

- มีทะเบียน (ชื่อ-สกุล ที่อยู่ เบอร์โทรศัพท์) ทุกคน
- มีเจ้าหน้าที่ช่วยเหลือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- จัดตั้งคลินิกนมแม่ที่มีผู้รับผิดชอบอย่างน้อย 1 คน
- การดูแลแผลผ่าตัดการดูแลแผลฝีเย็บ น้ำคาวปลา การขับถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ ของมารดาหลังคลอด
- มารดาถ่ายปัสสาวะเองใน 4 - 6 ชั่วโมงหลังคลอด
- ภาวะโภชนาการของมารดาหลังคลอด
- ประเมินภาวะเครียดของมารดาอย่างน้อย 1 ครั้ง



นวัตกรรมด้านสุขภาพจิต

- ใช้เครื่องมือที่เชื่อถือได้คัดกรองสภาวะซึมเศร้าและกังวล ร่วมกับการวินิจฉัยและการรักษา ในมารดาที่ตรวจพบความผิดปกติ
- ช่วยป้องกันมารดาตั้งแต่ระยะฝากครรภ์จนถึงหลังคลอดจากสภาวะซึมเศร้าและกังวล

การบริการด้านโภชนาการ

- ให้ยาเสริมธาตุเหล็กอย่างเดียวหรือร่วมกับกรดโฟลิก นาน 6-12 สัปดาห์หลังคลอด เพื่อลดความเสี่ยงภาวะโลหิตจาง
- ไม่แนะนำให้เสริมวิตามินเอ เพื่อป้องกันความเจ็บป่วยหรือการเสียชีวิตของมารดาและทารก

การออกกำลังกายและพฤติกรรมอยู่หนึ่ง

- มารดาหลังคลอดทุกคนที่ไม่มีข้อห้าม ควรควรออกกำลังกาย:
 - อย่างสม่ำเสมอตลอดระยะเวลาหลังคลอด
 - อย่างน้อย 150 นาทีตลอดสัปดาห์
 - เพื่อช่วยกำลังของกล้ามเนื้อ และยืดหยุ่นร่างกาย
- มารดาหลังคลอดทุกคนควรจำกัดเวลาการอยู่หนึ่ง แต่ออกกำลังกายเบา ๆ เพื่อสุขภาพ

การคุมกำเนิด

- สร้างความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีคุมกำเนิดในระยะหลังคลอด

คู่มือมารดาหลังคลอด และการดูแลทารก



การดูแลมารดาหลังคลอด

- การเปลี่ยนแปลงของร่างกายหลังคลอด
- คำแนะนำเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวหลังคลอด
- การดูแลรักษาความสะอาดของร่างกาย
- อาการผิดปกติที่ต้องกลับมาพบแพทย์
- ประโยชน์ของการออกกำลังกายหลังคลอด
- เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ดีที่สุด

มาตรฐานบริการดูแลมารดาและ ทารก

หลังคลอดคุณภาพ (PP)

งานอนามัยแม่และเด็ก

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2565

มารดาหลังคลอด

1. มีกรอบแนวคิด นโยบาย เป้าหมาย และการพัฒนาบริการดูแลมารดาและทารกหลังคลอดคุณภาพที่น่าเสนอ เป็นลายลักษณ์อักษร
2. มีทะเบียน (ชื่อ-สกุล ที่อยู่ เบอร์โทรศัพท์) ทุกคน
3. มีการดูแลแผลผ่าตัด การดูแลแผลฝีเย็บ น้ำคาวปลา การขับถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ ของมารดาหลังคลอด
4. จัดโภชนาการที่เหมาะสมสำหรับมารดาหลังคลอด
5. ประเมินและช่วยเหลือภาวะเครียดของมารดาหลังคลอดอย่างเหมาะสม
6. ต้องจัดให้มี Rooming-in ให้มารดาและทารกอยู่ในห้องเดียวกันตลอด 24 ชั่วโมง

ข้อเสนอแนะการประเมินมารดา:

ภายใน 0-24 ชั่วโมงแรก

- ภาวะเลือดออกทางช่องคลอด
- การแข็งตัวของมดลูกและยอดมดลูก
- วัดอุณหภูมิกาย การเต้นของหัวใจ
- วัดความดันโลหิต สอบถามอาการปวดศีรษะ
- การขับถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ
- การตรวจบาดแผล ปวดหลัง น้ำคาวปลา
- การเจ็บเต้านม

นโยบาย

มีกรอบแนวคิด นโยบาย เป้าหมาย และการพัฒนา
บริการดูแลมารดาและทารกหลังคลอดคุณภาพ

- ❖ นโยบายครอบคลุมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามบันได 10 ขั้น/พรบ.นมผงที่
นำเสนอเป็นลายลักษณ์อักษร
- ❖ ปิดประกาศไว้ที่บริเวณหอผู้ป่วยหลังคลอดคุณภาพ /บริเวณที่ต้องสื่อสารกับผู้รับบริการ
โดยตรง

ให้ความรู้ตามกระบวนการโรงเรียนพ่อแม่อย่างน้อย 1 ครั้ง

- สำรวจสถานที่ให้ความรู้โรงเรียนพ่อแม่
- ขอดูแผนการสอน/สื่อการสอน ครบตามเรื่องที่กำหนด
- ขอดูภาพกิจกรรมการสอนโรงเรียนพ่อแม่
- ประเมินผลการศึกษา
- ประเมินการสอนโรงเรียนพ่อแม่(มีทะเบียนร.ร.พ่อแม่/ มีการ
- ประเมินความรู้หลังให้ความรู้)
- สามีและญาติมีส่วนร่วม
- ประเมินความรู้หญิงหลังคลอดและให้นมบุตร

สุ่มถามมารดาเกี่ยวกับความรู้และการปฏิบัติ

- ใช้แบบสอบถามมารดาหลังคลอด
- วิธีการคลอด อายุทารกขณะสัมภาษณ์มารดาทั้งมารดาที่มีลูกปกติและมารดาที่มีลูกอยู่ในความดูแลเป็นพิเศษ
- การโอบกอดลูกเนื้อแนบเนื้อและการดูดนมครั้งแรกภายในชั่วโมงแรกหลังเกิด(บันไดขั้นที่4) เน้นระยะเวลาที่เริ่มปฏิบัติ และช่วงเวลาที่ปฏิบัติ
- วิธีทำให้น้ำนมยังคงมีปริมาณเพียงพอ แม้ว่าแม่และลูกจะต้องแยกจากกัน
- การคุมกำเนิดและการนัดตรวจหลังคลอด

สู่สมถามมารดาเกี่ยวกับความรู้และการปฏิบัติ

- การให้นมมารดาหลังคลอด
- สู่สมถามมารดา พร้อมเหตุผล เกี่ยวกับ
 - ให้น้ำ นมผสม หรืออาหารอื่นแก่ทารกแรกคลอดนอกจากนมแม่
 - มารดาและทารกอยู่ในห้องเดียวกันตลอด 24 ชม.
 - ทารกได้ดูดนมมารดาบ่อยครั้งตามต้องการ
 - ทารกได้ดูดหัวนมยางหรือหัวนมหลอก

คำถามมารดาเกี่ยวกับความรู้และการปฏิบัติ

- คำถามมารดา พร้อมเหตุผล เกี่ยวกับ
 - ระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวและการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อเนื่องร่วมกับอาหารตามวัย
 - การรับบริการในคลินิกนมแม่ หรือในระบบสาธารณสุขหลังจากจำหน่ายออกจากหอผู้ป่วยหลังคลอด(มีบุคลากรสาธารณสุข เป็นผู้นำในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่)
 - การปฏิบัติเกี่ยวกับโภชนาการมารดาหลังคลอด
 - การประเมินความเครียดหลังคลอด อย่างน้อย 1 ครั้ง (ส่งดูจาก chart ผู้ป่วย หรือสมุดสีชมพู)

มาตรฐานหลังคลอด (ต่อ)

7. มีกระบวนการโรงเรียนพ่อแม่ในหอผู้ป่วยหลังคลอด

8. มีการกำหนดข้อบ่งชี้ทางการแพทย์ในการให้น้ำ นมผสม หรืออาหารแก่ทารกแรกเกิด นอกจากนมแม่

9. ต้องสนับสนุนให้ทารกได้ดูดนมแม่บ่อยครั้งตามต้องการ (ด้วยการสังเกตสัญญาณหิว)

10. พิจารณาให้ทารกดูดหัวนมยาง/หัวนมหลอก เมื่อมีความจำเป็นทางการแพทย์

11. มีคลินิกนมแม่ที่มีผู้เชี่ยวชาญประจำอย่างน้อย 1 คน เพื่อการติดตามการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ให้การปรึกษาช่วยเหลือมารดา กรณีที่มีปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และมีระบบการติดตามสื่อสารกับแม่ เพื่อช่วยให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างต่อเนื่องหลังจากจำหน่ายออกจากโรงพยาบาล

กระบวนการโรงเรียนพ่อแม่ ในหอผู้ป่วยหลังคลอด

- มีสถานที่ สื่ออุปกรณ์ สื่อการสอน/แผนการสอนที่ทันสมัยและเหมาะสมกับบริบทของท้องถิ่น
- มีบุคลากรที่มีความรู้ ความสามารถในการให้คำปรึกษา และทักษะการช่วยเหลือมารดาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- รูปแบบการให้ความรู้/ การประเมินผลแบบมีส่วนร่วมของมารดาหลังคลอดสามี และญาติ

การให้คำปรึกษา/ การให้ความรู้สุขศึกษา

ให้ครอบคลุมเนื้อหาอย่างน้อย 5 เรื่อง

- การเฝ้าระวังภาวะแทรกซ้อนและการปฏิบัติตัวหลังคลอด,
- การดูแลทารกแรกเกิด,
- การเฝ้าระวังการเจริญเติบโตและการส่งเสริมพัฒนาการเด็กด้วยเครื่องมือ DSPM,
- ความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน
- การวางแผนครอบครัว โดยรูปแบบการให้ความรู้/ การประเมินผลแบบมีส่วนร่วมของมารดา หลังคลอด สามี และญาติ

การจัดตั้งคลินิกนมแม่

- Prenatal Consultations
- Outpatient Consultations for mom and baby after hospital discharge
- Prevention of breastfeeding challenges
- In-patient Consultations:
- Breastfeeding support facilities:
- Telephone advice for mothers
- Prenatal breastfeeding class



คู่มือมาตรฐานหลังคลอด
และการดูแลทารก

ฉบับภาษาไทย



การดูแลทารกแรกเกิด

- การอาบน้ำลูก
- การดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับเด็กเล็ก
- อาการตัวเหลืองในทารกแรกเกิด
- การสังเกตอาการผิดปกติของทารกแรกเกิดและการแก้ไข
- การให้ภูมิคุ้มกันโรค (วัคซีน)

การดูแลทารกในหอผู้ป่วยหลังคลอด

1. มีการดูแลทารกแรกเกิดตามมาตรฐาน

1.1 การดูแลอุณหภูมิกาย

- มีคู่มือ/แนวปฏิบัติการดูแลอุณหภูมิกายทารกแรกเกิดและการแก้ไขเมื่อมีภาวะผิดปกติ (วิธีการวัด, วิธีการประเมินอุณหภูมิกายและการแก้ไข)
- ให้ทารกนอนในตำแหน่งที่ไม่มีกระแสลมจากลมธรรมชาติ พัดลมหรือเครื่องทำความเย็นพัดผ่าน
- แต่งกายทารกให้เหมาะสมกับอุณหภูมิในตึกหลังคลอด ในฤดูกาลที่อากาศร้อน ไม่ห่มผ้าให้ทารก ในฤดูกาลอากาศเย็นให้สวมหมวก ถุงมือ และถุงเท้า หรือห่มผ้า ปิดประตูและหน้าต่างในตึกหลังคลอด



การดูแลอุณหภูมิกาย

- การวัดอุณหภูมิกายเมื่อมาถึงหอผู้ป่วย
- ภาวะอุณหภูมิกายต่ำ (Hypothermia) ต่ำกว่า 36.5 องศาเซลเซียส
- ปัจจัยเสี่ยง เช่น เกิดก่อนกำหนด ผ่านการช่วยกัซิป ไม่ได้รับการโอบกอด เนื้อแนบเนื้อภายในชั่วโมงแรกหลังเกิด ผ่าตัดคลอด หรือคลอดบุตรช่วงกลางคืน
- ส่วนน้อยที่สัมพันธ์กับโรคติดเชื้อรุนแรง(Sepsis) drug withdrawal

ภาวะแทรกซ้อนของอุณหภูมิร่างกายต่ำภายใน 6 ชั่วโมง แรกหลังเกิดถึง 3 วัน

- น้ำตาลต่ำในเลือด (Hypoglycemia)
- ภาวะกรดในเลือด (Metabolic syndrome)
- หายใจหอบจาก Respiratory distress syndrome
- ภาวะตัวเหลือง (hyperbilirubinemia),
- scleroderma, pulmonary hemorrhage,
- Disseminated Intravascular Coagulopathy (DIC)

การรักษาภาวะอุณหภูมิร่างกายต่ำ

- ช่วยให้ร่างกายอบอุ่นด้วยตุ๋บที่ปิดสนิท overhead radiant warmer ห้องที่อุ่น หรือ โอบกอดเนื้อแนบเนื้อ
- เช็ดตัวให้แห้งและห่อตัวด้วยผ้าอุ่น
- เลื่อนเวลาการอาบน้ำ
- ให้พลังงานและให้ดูดนมแม่
- แก้ไขสาเหตุ

การป้องกันภาวะอุณหภูมิร่างกายต่ำ

- ตั้งอุณหภูมิห้องคลอดให้เหมาะสม
- ผ้าที่ห่อทารกต้องอุ่น
- สวมหมวก นอนใน radiant warmer
- โอบกอดลูกเนื้อแนบเนื้อ
- ปิดพัดลม
- เริ่มต้นการให้นมแม่โดยเร็วหลังเกิด
- Kangaroo Mother care



การดูแลการกในหอผู้ป่วยหลังคลอด

1. มีการดูแลการกแรกเกิดตามมาตรฐาน

1.2 การดูแลและการป้องกันการติดเชื้อในทารกแรกเกิด

ตรวจสอบสถานที่และอุปกรณ์

- 1. มีสถานที่ล้างมือในบริเวณที่ดูแลทารกแรกเกิดสำหรับบุคลากรและมารดา
- 2. มีน้ำยาฟอกมือที่ติดตั้งอย่างเหมาะสมในบริเวณที่ล้างมือ ขวดบรรจุน้ำยาฟอกมือต้องทำความสะอาดตามข้อกำหนดของ infectious control (IC) แต่ละโรงพยาบาล
- 3. มีผ้า/กระดาษเช็ดมือที่ใช้ครั้งเดียว
- 4. มีการตรวจสอบอุปกรณ์การแพทย์ที่ปราศจากเชื้อและพร้อมใช้กับทารก

ตรวจสอบสถานที่ อุปกรณ์ การปฏิบัติ

- ให้เล่าวิธีการปฏิบัติและสังเกต
 - เกณฑ์ผ่าน : มี= 1, ไม่มี= 0
- ตรวจสอบการปฏิบัติ
 - ทารกแรกเกิดต้องไม่อยู่ปนกับผู้ป่วยเด็กและผู้ใหญ่
 - มีข้อปฏิบัติเกี่ยวกับการล้างมือที่ถูกต้องในกาปฏิบัติงาน
 - อุปกรณ์ที่ใช้กับทารกต้องใช้เฉพาะคน

ปัจจัยเสี่ยงการติดเชื้อในทารกแรกเกิด

- การติดเชื้อที่พบบ่อย เช่น bacteremia/sepsis, pneumonia, and meningitis จากปัจจัยเสี่ยง
- เกิดก่อนกำหนด
- น้ำคร่ำแตกก่อนกำหนดนาน
- มารดามีไข้ (chorioamnionitis, maternal septicemia transient bacteremia)
- ครรภ์แฝด ลูกคนก่อนติดเชื้อ
- การช่วยกั๊วชีพแรกเกิด หรือมีความพิการ

การป้องกันการติดเชื้อทารกแรกเกิด

- การดูแลสุขภาพ โภชนาการ และ การรักษาภาวะติดเชื้อของมารดา เช่น การอักเสบของปากมดลูก การติดเชื้อทางเดินปัสสาวะ
- Intrapartum antibiotic prophylaxis
- การล้างมือระยะหลังคลอด
- การทำความสะอาดบริเวณสายสะดือที่ถูกตัด
- การป้อนหัวนม

อาการแสดงการติดเชื้อ

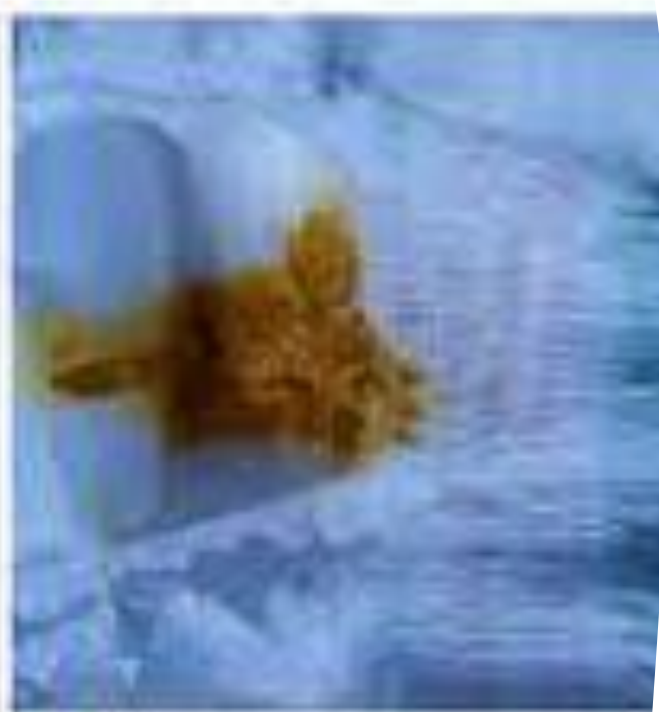
- อุณหภูมิกายต่ำ หรือมีไข้
- lethargy, and perhaps a poor Moro reflex.
- ไม่ค่อยกินนม ท้องอืด ลำไส้บีบรัดน้อย
- ถ่ายเหลว หรือ อุจจาระร่วง
- น้ำหนักไม่เพิ่ม
- น้ำตาลต่ำในเลือด
- หยุดหายใจเป็นช่วง หรือชัก

การดูแลทารกในหอผู้ป่วยหลังคลอด

1. มีการดูแลทารกแรกเกิดตามมาตรฐาน

1.3 การขับถ่าย

- 1) มีการบันทึกการขับถ่ายปัสสาวะ และอุจจาระครั้งแรกของทารก และระบุจำนวนครั้งของการขับถ่ายตลอด 24 ชั่วโมง
- 2) เจ้าหน้าที่ต้องตรวจสอบว่า
 - ทารกแรกเกิด ร้อยละ 97 จะถ่ายปัสสาวะภายใน 24 ชั่วโมง ที่เหลือจะถ่ายปัสสาวะภายใน 48 ชั่วโมง
 - ทารกแรกเกิด จะถ่ายขี้เทาครั้งแรกภายใน 24 ชั่วโมง และมีการเปลี่ยนเป็น transitional stool และ yellow stool ภายใน 2 – 3 วันแรกเกิด



การขับถ่ายอุจจาระ ของทารกแรกเกิด

- ถ่ายขี้เทาดำและเหนียวครั้งแรกใน 24 ชั่วโมง
หลังเกิด
- อุจจาระช่วงเปลี่ยนเป็นน้ำชั้นดำสีเขียว วันที่ 2-
3 ออกมาทีละน้อยๆ
- อุจจาระสีเหลืองหลังอายุ 3 วัน

1.4 การดูแลทั่วไป

- 1) ทารกแรกเกิดได้รับวัคซีนป้องกันวัณโรคและตับอักเสบบี
- 2) ทารกแรกเกิดได้รับการคัดกรองภาวะพร่องไทรอยด์เมื่ออายุมากกว่า 48 - 96 ชม. อธิบายและให้คำแนะนำแม่เกี่ยวกับเหตุผลในการเจาะเลือดและการนำทารกมาพบแพทย์ทันทีเมื่อได้รับแจ้งผลเลือดที่ผิดปกติ
- 3) ประเมินน้ำหนักทารกทุกวัน และพิจารณาการแก้ไขภาวะน้ำหนักลดเกินเกณฑ์
- 4) แนะนำการทำความสะอาดเสื้อผ้าก่อนนำมาใช้กับทารกแรกเกิด
- 5) การดูแลและส่งต่อทารกแรกเกิดที่มีภาวะผิดปกติพร้อมมารดาได้อย่างปลอดภัย

1.5 การดูแลภาวะตัวเหลืองในทารกแรกเกิด

- 1) มีคู่มือและแนวปฏิบัติในการประเมินและรักษาภาวะตัวเหลืองเน้นการรายงานแพทย์ทันทีที่ทารกมีภาวะตัวเหลืองภายใน 24 ชั่วโมงแรกหลังเกิด
- 2) ประเมินระดับบิลิรูบิน อย่างน้อย 1 ครั้ง ด้วยการสังเกต/ การวัดทางผิวหนัง/ การเจาะเลือด
- 3) การสอนมารดาในการสังเกตการเปลี่ยนแปลงของภาวะตัวเหลืองหลังจำหน่ายออกจากโรงพยาบาล

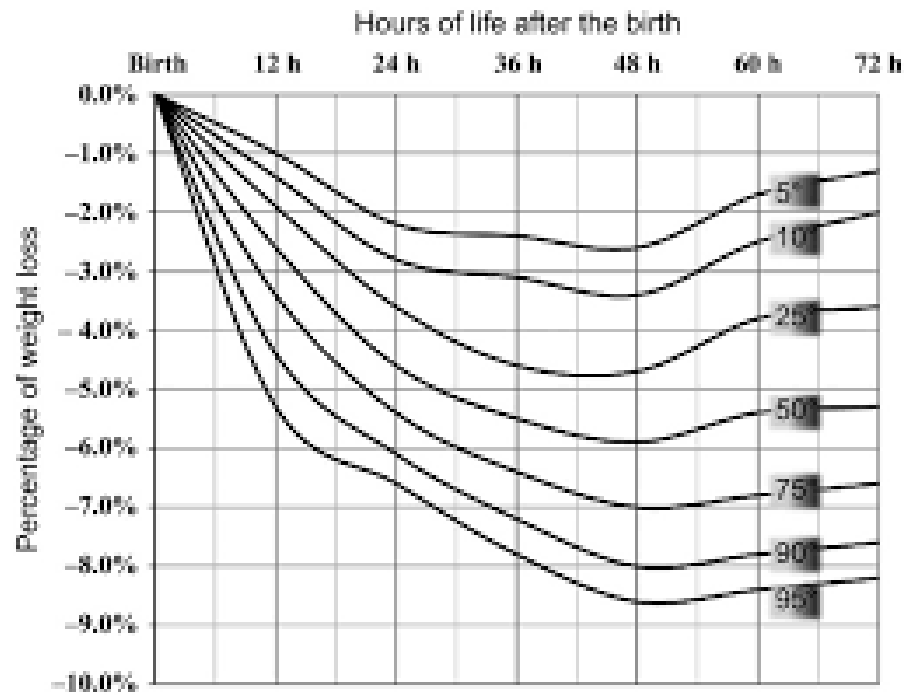
การดูแลทารกในหอผู้ป่วยหลังคลอด

1. มีการดูแลทารกแรกเกิดตามมาตรฐาน

1.6 การให้ทารกแรกเกิดได้รับน้ำนมแม่อย่างเพียงพอ

- 1) มีแนวปฏิบัติเพื่อให้มารดามีน้ำนมเพียงพอ
- 2) มีการบันทึกการให้ลูกดูดนมบ่อยครั้งตามต้องการ อย่างน้อย 8 ครั้งต่อวัน
- 3) มีการประเมินสภาวะทารกและการดูดนมแม่
- 4) การแก้ไขความถูกต้องของการดูดนมเมื่อมีปัญหา และภาวะได้รับน้ำนมเพียงพอ
- 5) ประเมินภาวะน้ำหนักแรกเกิดลด (ไม่ควรลดเกิน 3% ใน 24 ชั่วโมงแรก หรือเกิน 6% ในวันที่ 2 หรือ 3 หลังเกิด)

ภาวะน้ำหนักแรกเกิดลดลง



ขนาดของน้ำหนักแรกเกิดลด

- เกณฑ์ปกติ $6.4 \pm 2.5\%$
- เกินเกณฑ์ปกติ $9.4\% \pm 1.1\%$ (range: 8.1-13.6%)
- ปัจจัยที่เกี่ยวข้อง เช่น เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว ผ่าตัดคลอด ทารกตัวโต มารดาอ้วน หรือ เบาหวานขณะตั้งครรภ์
- น้ำหนักลดเกิน6% ต้องหาสาเหตุและเพิ่มการให้นมแม่

นมแม่ไม่เพียงพอ

- กังวลนมแม่ไม่พอ
- เต้านมสร้างนมน้อย เช่น เนื้อเยื่อสร้างน้ำนมน้อย เคยผ่าตัดเต้านม
- ความผิดปกติของฮอร์โมนและต่อมไร้ท่อ
- ไข้ยาคุมกำเนิด
- ปัญหาการดูดนม หรือกายวิภาคเต้านมผิดปกติ
- ไม่ดูดนมแม่ช่วงกลางคืน
- การเสริมของเหลวนอกเหนือนมแม่
- ดูดนมไม่บ่อยครั้ง
- แม่ได้ยา ลูกมีภาวะตัวเหลือง

การดูแลทารกในหอผู้ป่วยหลังคลอด

1. มีการดูแลทารกแรกเกิดตามมาตรฐาน

1.6 การให้ทารกแรกเกิดได้รับน้ำนมแม่อย่างเพียงพอ

- 6) ต้องมีแนวปฏิบัติการดูแลภาวะน้ำหนักร่างกายแรกเกิดลดเกินเกณฑ์
- 7) มีแนวทาง/ข้อกำหนดการเสริมน้ำกลูโคสหรือนมผสมเมื่อมีข้อบ่งชี้ทางการแพทย์ตามความจำเป็น (น้ำหนักร่างกายแรกเกิดลดเกิน 10%)
- 8) มีแนวปฏิบัติการแก้ไขปัญหาหัวนมและเต้านม รวมทั้งการบีบนมและวิธีการให้นมตามข้อบ่งชี้ทางการแพทย์ เพื่อคงสภาพการสร้างและหลั่งน้ำนม



การดูแลทารกในหอผู้ป่วยหลังคลอด

2. การเก็บข้อมูล วิเคราะห์ วางแผน

2.1 เก็บข้อมูลและวิเคราะห์ ได้แก่ อุณหภูมิกายต่ำ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ตัวเหลือง การติดเชื้อที่สะดือ

โรงเรียนพ่อแม่ TSH ข้อมูลการส่งต่อ

2.2 มีการนำข้อมูลหรือตัวชี้วัดสำคัญของหน่วยงานมาใช้เฝ้าระวังหรือวิเคราะห์เพื่อปรับปรุงพัฒนางาน

คู่มือสัมภาษณ์มารดา
ในหอผู้ป่วยหลังคลอด

โครงการงานแม่และเด็กคุณภาพในโรงพยาบาลและเครือข่าย

เกี่ยวกับคุณภาพบริการห้องคลอด และระยะหลังคลอด

เกณฑ์ในการสัมภาษณ์มารดา ในหอผู้ป่วยหลังคลอด

- จำนวนมารดาหลังคลอดที่ถูกสัมภาษณ์ ควรมีอย่างน้อย 10 ราย
- สัดส่วนระหว่างมารดาคลอดปกติ(คลอดทางช่องคลอด และมารดาที่ผ่าตัดคลอด ให้คำนวณตาม อัตราการผ่าตัดคลอดที่รายงานล่าสุด
- **ขณะสัมภาษณ์ลูกอายุก็ชั่วโมง**
- มารดาที่มีบุตรอายุ ตั้งแต่24 ชั่วโมงขึ้นไป ถ้าเป็นไปได้ให้สัมภาษณ์ในวันที่จำหน่ายออกจากโรงพยาบาล
- ไม่สัมภาษณ์มารดาที่มีลูกอายุตั้งแต่14 วันขึ้นไป
- มารดายังคงเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ขณะสัมภาษณ์

วิธีเขียนคำตอบในแบบสัมภาษณ์

- ก.ระบุคำตอบ
 - ไม่ใช่ = ไม่ผ่าน ทำเครื่องหมายผิด (×)
 - ใช่ = ผ่าน ทำเครื่องหมายถูก (✓)
- ข.เขียนคำตอบเป็น จำนวนหรือตัวเลข หรือ ใส่รหัสคำตอบที่กำหนดไว้ในคู่มือ แล้วระบุ
 - ไม่ผ่าน ด้วยเครื่องหมายผิด (×) และ
 - ผ่านด้วยเครื่องหมายถูก(✓)

รายละเอียดคำถามที่สัมภาษณ์มารดา

- **วิธีการคลอด:**

○คลอดปกติ =1 ผ่าตัดคลอด =2 ถ้าผ่าตัดคลอดระบุข้อบ่งชี้

- **ข้อบ่งชี้การผ่าตัดคลอด(Indication= I)**

○I.1=เคยผ่าตัดคลอด I.2=ท่าก้น I.3=ครรภ์แฝด

○I.4= Cephalopelvic disproportion

○I.5=Placenta previa I.6=APH อื่น ๆ

○I.7=Preeclampsia/eclampsia I.7= Fetal non assuring I.8=อื่น ๆระบุ

คำถามเกี่ยวกับการคลอด

- **สภาวะมารดาระหว่างการคลอดเป็นอย่างไร?**

○1=ปกติ 2=ผิดปกติ ระบุ.....

- **ยาหรือวิธีวางยาในการผ่าตัดที่มารดาได้รับระหว่างการคลอด**

○1=ไม่ได้รับยาใด ๆ 2=ได้รับประเภทยาบรรเทาการปวด

○3=ได้ยาฉีดบรรเทาการปวด 4=ได้ยาแรงคลอด

○5=วิธีวางยา 5.1 Epidural block 5.2 Spinal block 5.3ดมยาสลบ

○6=ยารักษา Pre-eclampsia/Eclampsia

○7 =อื่น ๆ ระบุ

สุขภาพของลูกกระยะปรีกำเนิดเป็นอย่างไร?

- **รหัสคำตอบ**

- 1=ปกติดี
- 2= เคยได้ออกซิเจนแรกเกิดอย่างเดียว
- 3=ได้รับการช่วยหายใจแรกเกิด
- 4=หายใจผิดปกติ
- 5=เคยแยกไปสังเกตอาการ
- 6 =อื่น ๆ ระบุ.....

คุณแม่และครอบครัว ได้เข้าร่วมโรงเรียนพ่อแม่ หรือการสอน เป็นกลุ่ม/รายครอบครัวของหอผู้ป่วยหลังคลอดในหัวข้อใดบ้าง?

- 1=ข้อมูลการปฏิบัติตัวของมารดาหลังคลอด
- 2=ข้อมูลที่แสดงอันตรายต่อสุขภาพของมารดา
- 3=แนวปฏิบัติการเลี้ยงดูทารกหลังเกิด รวมทั้งการฉีดวัคซีนตามเกณฑ์อายุ
- 4=ความสำคัญของการเยี่ยมบ้านของเจ้าหน้าที่ในเครือข่ายสาธารณสุข
- 5=วิธีปฏิบัติให้ถูกสุขลักษณะ เช่น การล้างมือก่อนบีบนม

หัวข้อโรงเรียนพ่อแม่ หรือสอนเป็นกลุ่ม

- 6=ข้อมูลที่แสดงอันตรายต่อสุขภาพของทารกและการขอความช่วยเหลือเร่งด่วน เช่น ภาวะตัวเย็น ไข้ หายใจผิดปกติ ตัวเหลืองรุนแรง
- 7=ข้อแนะนำในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และวิธีการให้อาหารทารก
- 8=การดูแลด้านโภชนาการของมารดา การใช้ยา การหลีกเลี่ยงสารอันตรายต่อสุขภาพของมารดาและทารก
- 9=การดูแลด้านจิตใจของมารดา การพักผ่อน นอนหลับและการออกกำลังกาย
- 10=การคุมกำเนิดและการวางแผนการมีบุตร
- 11=ความสำคัญของการตรวจตามนัดของมารดาและทารก
- 12 อื่นๆ

คุณแม่ได้รับความรู้ในเรื่องการดูแลสุขภาพทารกในหอผู้ป่วยหลังคลอดในประเด็นใดบ้าง?

- การดูแลทางเดินหายใจให้โล่งและระวังการหายใจที่ผิดปกติ
- การระมัดระวังอุณหภูมิร่างกายของทารกจากสิ่งแวดล้อม
- การป้องกันการติดเชื้อ เช่น การล้างมือ การทำความสะอาดสะดือ
- การขับถ่ายอุจจาระ และปัสสาวะ
- วิธีการอาบน้ำ การแต่งตัวของทารก
- การได้รับวัคซีน
- ปัญหาสุขภาพที่พบบ่อย เช่น ตัวเหลือง

คุณแม่เคยได้รับคำแนะนำจากการคุมกำเนิดหลังคลอดด้วยวิธีใดบ้าง ?

- เกณฑ์ผ่าน: ตอบถูกอย่างน้อย 1 วิธีในการคุมกำเนิดของตนเอง
- 0=ไม่เคยได้คำแนะนำ
- 1=ยาฉีดคุมกำเนิด (DMPA)
- 2=ใช้ถุงยางอนามัย
- 3=ใส่ห่วงคุมกำเนิดที่มีทองแดง
- 4=การทำหมันหญิง
- 5=การรับประทานยาคุมกำเนิด
- 6=การคุมกำเนิดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน6เดือนเต็มอย่างถูกต้อง

คุณแม่ช่วยอธิบายอาการผิดปกติของลูกที่ต้องรีบรายงาน หรือกลับมาพบแพทย์โดยเร็วหลังจำหน่ายออกจาก โรงพยาบาล

- 1=หายใจลำบาก 2=ซึม 3=หายใจเร็ว 4=. ไข้
- 5=ไม่ดูดนม 6=ท้องอืด อาเจียน 7=. ตัวเหลือง
- 8=ถ่ายเหลว ถ่ายบ่อย ไม่ขับถ่าย 9=. ชีด
- 10=เลือดออกจากสะดือ สะดือแฉะ
- 11=อื่น ๆ ระบุ

คุณแม่ช่วยอธิบายเหตุผลการตรวจเลือดของลูกก่อน
กลับบ้าน เมื่ออายุอย่างน้อย 48 ชม.

- เกณฑ์ผ่าน: ตอบถูกอย่างน้อย 1 ข้อ
- 1=การวัดระดับ TSH เพื่อคัดกรองภาวะขาดฮอร์โมนไทรอยด์ หรือโรคเอ๋อที่ทำให้ปัญญาอ่อน
- 2=การวัดระดับระดับPhenylalanine เพื่อคัดกรองโรคPKU

คุณแม่ได้รับคำแนะนำให้มาตรวจหลังคลอดเมื่อใด? ด้วย เหตุผลข้อใด?

- เกณฑ์ผ่าน: ตอบถูกข้อ1 และข้ออื่น ๆ อีก2ข้อ
- 1=นัดตรวจ 4-6 สัปดาห์ขึ้นกับวิธีการคลอดและความผิดปกติระหว่างการคลอดและระยะหลังคลอด
- 2=ให้มั่นใจว่าร่างกายทุกส่วนกลับสู่ภาวะปกติ
- 3=ตรวจภายใน ตรวจแผลฝีเย็บ/แผลผ่าตัดคลอด
- 4=ได้คำแนะนำต่อเนื่องในการดูแลสุขภาพมารดา
- 5=ตรวจการติดเชื่อมดลูก และมะเร็งปากมดลูก
- 6=ประเมินเต้านมและการมีน้ำนม
- 7=ได้คุมกำเนิด
- 8=ติดตามครรภ์เป็นพิษ โรคเบาหวาน ใช้ การขั้บถ่าย รีดสีดวงทวาร

การเฝ้าระวังCode

- เคยได้รับของแจกจากบริษัทนม/ตัวแทนบริษัทหรือจากเจ้าหน้าที่ ในระยะฝากครรภ์และหลังคลอดหรือไม่?
- ไม่รับการสนับสนุนหรือของขวัญ (เช่นกระเป๋า เอกสาร ของใช้ ตัวอย่างนมผสม ขวดนม หรือจุกนม)จากบริษัทผลิตภัณฑ์นม
- ไม่ให้บริษัทติดต่อกับหญิงตั้งครรภ์ มารดาให้นมบุตรหรือครอบครัวที่มีเด็กเล็ก

เคยได้รับเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

- ขณะอยู่ในห้องคลอดคุณแม่ได้โอบกอดลูกครั้งแรกหรือไม่? ถ้าได้ทำช่วยอธิบายว่าเมื่อใด? อย่างไร? และนานเท่าใด?
- การช่วยเหลือให้ลูกได้ดูดนมแม่ภายใน 1 ชั่วโมงแรกหลังเกิด
- ขณะอยู่ในหอผู้ป่วยหลังคลอด เจ้าหน้าที่ได้เสนอความช่วยเหลือแก่คุณแม่เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เมื่อใด?
- ขอให้คุณแม่แสดงการอุ้มลูก จัดท่าลูก และให้ลูกดูดนมแม่อย่างถูกต้องตามการเลือกปฏิบัติของแม่ช่วงหลังคลอด
- คุณแม่ช่วยอธิบายวิธีปฏิบัติที่กระตุ้นการสร้างน้ำนมแม่ในระยะหลังคลอด

คุณแม่ช่วยอธิบายตัวชี้วัด/ลักษณะที่แสดงว่าลูกได้รับนม แม่อย่างเพียงพอ

- 1=ดูดนมแรงและเริ่มช้าลง 2=มือที่กำลังเริ่มเหยียดนิ้ว
- 3=แสดงความอึดโดยใช้ลิ้นดันหัวนม แยกปาก
- 4=หันหน้ามองไปรอบ ๆ และปล่อยหัวนมจากปาก
- 5=ลูกร้องน้อยลง อารมณ์ดีขึ้น ผล็อยหลับ
- 6=ลูกสะอึก 7=นอนหลับนาน 8=ลูกเรอ แหวะนม
- 9.ปัสสาวะใสอย่างน้อย 4 ครั้ง/วัน
- 10. อุจจาระสีเหลืองอย่างน้อย 3ครั้ง/วัน
- 11. น้ำหนักแรกเกิดลดไม่เกินเกณฑ์ปกติ

ขอให้คุณแม่แสดงหรืออธิบายวิธีเตรียมตัวและเทคนิคการบีบ น้ำนมแม่ด้วยมืออย่างถูกต้อง

- 1=ล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่
- 2=จัดเตรียมภาชนะที่สะอาดไว้รองรับนมแม่ ถ้าเก็บหัวน้ำนมเตรียมภาชนะขนาด 5มลหรือ
ช้อนที่ป้อนทารกได้ทันที
- 3=นั่งในท่าที่สบายและผ่อนคลาย มีความเป็นส่วนตัว คิดถึงลูกหรือมีเสื้อผ้าของลูกที่สัมผัสได้
- 4=หายใจเข้าลึก และผ่อนคลายหายใจเบาๆสลับไปมา

ขอให้คุณแม่แสดงหรืออธิบายวิธีเตรียมตัวและเทคนิคการบีบ น้ำนมแม่ด้วยมืออย่างถูกต้อง

- 5=โน้มตัวไปข้างหน้าขณะใช้มือประคองเต้านมเป็นรูปตัวซี(C) วางนิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้บริเวณขอบนอกของลานนมหรือห่างจากหัวนมประมาณ3-4 ซม
- 6=กดนิ้วทุกนิ้วเข้าหาหน้าอกของแม่
- 7=บีบนมโดยใช้นิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้โดยไม่รูดนิ้วมาบนลานนม
- 8=หยุดบีบและคลายนิ้ว โดยวางนิ้วที่จุดเดิม

ขอให้คุณแม่แสดงหรืออธิบายวิธีเตรียมตัวและเทคนิคการบีบ น้ำนมแม่ด้วยมืออย่างถูกต้อง

- 9=กด บีบ คลายซ้ำ 3-4 รอบก่อนย้ายไปที่จุดใหม่โดยนิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้อยู่ตรงข้ามกัน
เสมอ วนจนรอบลานนม
- 10=ใช้เวลาในการบีบนมในแต่ละครั้งประมาณ20-30 นาที อาจจะบีบและหยุดช่วงสั้น ๆ
ระหว่างนั้น
- 11= หลังบีบรอบลานนม 3-4 ครั้ง มีน้ำนมไหลพุ่ง รู้สึกผ่อนคลายในเต้านม ไม่รู้สึกเจ็บเต้านม

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

- ลูกของคุณแม่เคยได้นมแม่อย่างเดียวยตลอดเวลาที่อยู่ในโรงพยาบาลหรือไม่?
เกณฑ์ผ่าน: ตอบอย่างน้อย1ข้อของข้อ1ถึงข้อ3
- ในขณะที่คุณแม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ลูกเคยได้รับน้ำ น้ำกลูโคส นมผสม เครื่องดื่มหรืออาหารอื่น ๆ นอกเหนือจากนมแม่ด้วยเหตุผลใด? ระบุชนิดของสิ่งที่เสริม และ
- ตรวจสอบเหตุผลทางการแพทย์
- เกณฑ์ผ่าน: มีข้อบ่งชี้ทางการแพทย์ที่บันทึกไว้ในเวชระเบียน

การอยู่ด้วยกันตลอด 24 ชั่วโมง

- ตั้งแต่ลูกเกิด/เมื่อแม่ตอบสนองต่อลูกได้หลังผ่าตัดคลอด คุณแม่เคยได้แยกจากลูกนานเท่าใด?

เกณฑ์ผ่าน: ต้องไม่เกิน 1 ชั่วโมง หรือมีเหตุผลทางการแพทย์เมื่อแยกเกิน 1 ชั่วโมง

- ตั้งแต่ลูกเกิดคุณแม่สังเกตว่าลูกแสดงความหิวอย่างไรบ้าง?

เกณฑ์ผ่าน: ตอบถูกอย่างน้อย 2 ข้อ

- คุณแม่ได้รับคำแนะนำจากเจ้าหน้าที่ว่าควรจะให้นมลูกบ่อยครั้งอย่างไร?

เกณฑ์ผ่าน: ตอบถูกอย่างน้อย 2 ข้อ

การให้นมวิธีอื่น

- คุณแม่เคยได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับความเสี่ยงของการใช้ขวดนม ห้วนมยาง หรือห้วนมหลอก
อย่างไรบ้าง?

เกณฑ์ผ่าน: ตอบข้อมูลเกี่ยวกับความเสี่ยงถูกต้องอย่างน้อย 2 ข้อ

- คุณแม่พึงพอใจการช่วยเหลือของเจ้าหน้าที่ในการช่วยเหลือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับใด?

ขอบคุณที่ช่วยหนู
รอด ไม่พิการ และสมบูรณ์ดี

