

**มาตรฐาน
งานอนามัยแม่และเด็ก
สำหรับสถานพยาบาลเครือข่าย
ระดับจังหวัด**

กองทุนแม่และเด็ก กรมอนามัย

- ฐานข้อมูลงานแม่และเด็ก
- คณะกรรมการแม่และเด็กระดับจังหวัด
- การแลกเปลี่ยนข้อมูล
- การบริหารทรัพยากรร่วมกัน
- ระบบการส่งต่อ

ข้อมูลที่สรุปผลทารกก่อนรับการประเมิน

- จำนวนทารกที่เกิดในรอบปี
- อัตราทารกที่มีน้ำหนักแรกเกิดน้อยกว่า2500กรัม(ระบบสาเหตุที่ทารกเกิดก่อนกำหนด และเกิดครบกำหนด หรือ Small for gestational age)
- อัตราทารกที่ขาดออกซิเจนรุนแรงแรกเกิด (Birth asphyxia)
- อัตราการเริ่มต้นการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในชั่วโมงแรกหลังเกิด(ระบบแยกตามวิธีการคลอด เช่น การคลอดทางช่องคลอด การผ่าตัดคลอด หรือการคลอดด้วยหัตถการอื่น ๆ)
- อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวในวันที่จำหน่ายคุณแม่ลูกออกจากโรงพยาบาล
- อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวของทารกอายุ 0-6 เดือน
- อัตราการให้อาหารทารกอายุ 0-6 เดือนในหอผู้ป่วยหลังคลอด NICU และในคลินิกเด็กสุขภาพดี
- อัตราทารกและเด็ก 0-5 ปีที่มีพัฒนาการสมวัย (ตามเกณฑ์ DSPM)



การส่งเสริมอนามัยหญิงหลัง คลอดและทารกแรกเกิด

ร.ศ. พ.ญ. กุสุมา ชูศิลป์

ภาควิชากุมารเวชศาสตร์

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

มาตรฐานอนามัยแม่และเด็ก:

ระยะหลังคลอด(พ.ศ.2561)

- กระบวนการโรงเรียนพ่อแม่อย่างน้อย2 ครั้ง
- ความรู้และการปฏิบัติของมารดา ได้แก่ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การดูแลทารกแรกเกิด
- การปฏิบัติตัวของมารดาหลังคลอดและการคลุมกำบัง
- ภาวะโภชนาการของมารดาหลังคลอด
- การประเมินภาวะเครียดของมารดา

แบบสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่

ผู้รับการสัมภาษณ์: ผู้รับผิดชอบ หรือผู้ให้บริการในแผนกสูติกรรม กุมารเวชกรรม และเวชกรรมสังคม รวมทั้งสูติแพทย์และกุมารแพทย์ รวมกันอย่างน้อย 10 ท่าน จากหน่วยบริการ

1= ANC, 2= LR, 3= PP, 4= NICU, 5= WCC,
6= Lactation clinic, 7= เวชกรรมสังคม

ข้อ 1 แนวคิดนโยบายงานแม่และเด็กของ โรงพยาบาล:

- **ท่านคิดว่าองค์ประกอบการพัฒนามีอะไรบ้าง?**
- **กรณาบอกสาเหตุการตายของมารดาในโรงพยาบาลของท่าน
ตามการรายงานสถิติของโรงพยาบาล**
- **กรณาบอกสาเหตุการตายของทารกระยะปริกำเนิดใน
โรงพยาบาลของท่าน ตามการรายงานสถิติของโรงพยาบาล**
- **ท่านได้ปฏิบัติตามพ.ร.บ ควบคุมการส่งเสริมการตลาดผลิตภัณฑ์
อาหารทารกและเด็กเล็ก พ.ศ. 2560 อย่างไรบ้าง? ตอบถูกอย่าง
น้อย 2 ข้อ ถือว่า ผ่าน**
- **อธิบายเหตุผลที่ไม่ให้นมขวด ดูดหัวนมยาง หรือใช้หัวนมยางใน
ระยะแรกหลังเกิด**

ข้อมูลการฝึกอบรมเจ้าหน้าที่และบุคลากร

- ความรู้และทักษะที่เกี่ยวข้องกับงานแม่และเด็กในรอบปีที่ผ่านมา**
- การรับร้้นโยบายงานอนามัยแม่และเด็กของโรงพยาบาล และการวางแผนแนวปฏิบัติในหน่วยบริการ เพื่อตอบสนองนโยบายของโรงพยาบาล และโครงการโรงพยาบาลสายสัมพันธ์แม่ลูก**
- การฝึกอบรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของเจ้าหน้าที่ในแต่ละหน่วยบริการ**

คำถาม

- ข้อ 6 ในรอบปีที่ผ่านมา ท่านได้รับการอบรม ประชุมวิชาการ เพื่อส่งเสริมการดำเนินงานอนามัยแม่และเด็ก หรือ การประชุมวิชาการ ในเรื่องใดบ้าง?
- ข้อ 7 ท่านเคยได้รับการฝึกอบรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างไรบ้าง?
ตอบอย่างน้อย 1 ข้อ ถือว่า ผ่าน
 - การฝึกอบรม/ การได้รับความรู้และทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ก่อนมาปฏิบัติงาน ภายใน 2 ปี
 - การอบรมฟื้นฟูความรู้และทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระหว่างการปฏิบัติงาน ภายใน 2 ปี
 - การฝึกอบรมหลักสูตรBFHI 20 ชั่วโมงภายใน 2 ปี

ความรู้และทักษะการช่วยเหลือการ ช่วยเหลือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

- **กรณาบอกประโยชน์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อมารดา**
 - มดลูกเข้าอู่เร็ว หรือ ลดภาวะตกเลือดหลังคลอด
 - น้ำหนักมารดาลดเร็วหลังคลอด
 - ช่วยคุมกำเนิดตามธรรมชาติ หรือ ประจำเดือนหลังคลอดมาช้า
 - ลดโอกาสเป็นมะเร็ง เช่น มะเร็งเต้านมหรือรังไข่
 - ลดโอกาสเป็นโรคเบาหวาน (ต่อเนื่องจาก GDM หรือ ก่อนวัย)

กรุณาอธิบายกลไกการสร้างและหลั่งน้ำนมที่ เกี่ยวข้องกับกระบวนการโอบกอดลูกเนื้อแนบเนื้อและ การดูดนมครั้งแรกในช่วงแรกหลังเกิด ตอบ ถูกอย่างน้อย 3 ข้อ

- โอบกอดลูกเนื้อแนบเนื้อภายใน 5 นาทีหลังลูกเกิด(มารดาที่ถูกผ่าตัดคลอด เริ่มตอบสนองต่อลูก ได้)
- การกอดลูกให้ผิวลูกและแม่สัมผัสกัน และลูกดูดนมแม่ ช่วยกระตุ้นสัญญาณประสาท ที่ไปกระตุ้นสมองมารดาส่วน Hypothalamus
- สมอง Hypothalamus กระตุ้นต่อมใต้สมอง (Pituitary gland) ส่วนหน้า ให้หลั่งฮอร์โมนโปรแลกติน (Prolactin)
- Prolactin กระตุ้นเซลล์สร้างน้ำนม (ชั้นใน) ในต่อมสร้างน้ำนมให้เริ่มสร้างหัวน้ำนมระยะหลังคลอด

กรรณาทธิบายกลไกการสร้างและหลั่งน้ำนมที่ เกี่ยวข้องกับกระบวนการโอบกอดลูกเนื้อแนบเนื้อและ การดูดนมครั้งแรกในช่วงแรกหลังเกิด ตอบ ถูกอย่างน้อย 3 ข้อ

- สมอง Hypothalamus กระตุ้นต่อมใต้สมอง (Pituitary gland) ส่วน
หลังให้หลังฮอร์โมนออกซิโทซิน (Oxytocin)
- Oxytocin กระตุ้นเซลล์กล้ามเนื้อในชั้นนอกของต่อมสร้างน้ำนม
(Myoepithelium) ให้บีบตัว ขับหัวน้ำนมที่อยู่ในต่อมสร้างน้ำนม พุ่งลง
สู่ท่อนมฝอย และไหลผ่านท่อนมจนถึงหัวนม และถูกดูดสู่ปากของลูก
- ยิ่งโอบกอดเนื้อแนบเนื้อนานกว่าครึ่งชั่วโมง หรือ นานจนลูกดูดนมแม่
ด้วยตนเอง ยิ่งหลั่งหัวน้ำนมเร็วขึ้น

กรุณาอธิบายผลเสียของการให้นมผสม หรือน้ำ ต่อความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หรือ สุขภาพของทารก ตอบถูกอย่างน้อย 4 ข้อ ถือว่า ผ่าน

- การสืบสนการอมดูดหัวนมและลานนม จากการให้ดูดหัวนมยางและขวด
- เพิ่มโอกาสแม่เจ็บหัวนม/หัวนมแตก ดูดนมแม่ไม่ถูกต้อง (กลไกการดูดนมขวดแตกต่างจากการดูดนมแม่จากเต้า)
- ลดการดูดนมบ่อยครั้งตามต้องการ (ลดการกระตุ้นการสร้างและหลั่งน้ำนม)
- นมแม่ถูกสร้างและหลั่งน้อยลง ลดโอกาสการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยุโรป 6 เดือน
- นมผสมเพิ่มโอกาสเกิดโรคภูมิแพ้
- น้ำลดความเป็นกรดในกระเพาะ สร้างจุลินทรีย์ที่มีประโยชน์ในลำไส้ลดลง

คู่มือสัมภาษณ์มารดาเกี่ยวกับการฝาก
ครรภ์และการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

เกณฑ์บันไดขั้นที่3: ข้อมูลระยะฝากครรภ์
(Step 3: Antenatal information)

แผนการสอนหญิงตั้งครรภ์

- ความสำคัญ/ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 180 วันแรก
- การโอบกอดเนื้อแนบเนื้อโดยเร็วหลังเกิด
- การเริ่มต้นดูดนมแม่ครั้งแรกในชั่วโมงแรกหลังเกิด
- พื้นฐานของ ทำอุ้มการจัดท่าทารก และการอมดูดหัวนมและลานนม
- การสังเกตสัญญาณหิวของลูก
- กลไกการสร้างและหลั่งน้ำนม
- วิธีช่วยให้มีน้ำนมเพียงพอ

ผลลัพธ์การรับบริการการฝากครรภ์คุณภาพ

• คำถามในการสัมภาษณ์

“คุณเคยได้รับการให้สุขศึกษาหรือให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระยะฝากครรภ์ในหัวข้อใดบ้าง?”

• คำตอบ

- ความสำคัญของการโอบกอดลูกเนื้อแนบเนื้อ
- การให้ลูกหลังเกิดอยู่กับแม่
- การให้นมลูกบ่อยครั้งตามต้องการ

ผลลัพธ์การรับบริการการฝากครรภ์คุณภาพ

- คำถาม

“ถ้าคุณ ได้เลี้ยงลูกที่เกิดครบกำหนดด้วยนมแม่ ลูกของคุณ ได้รับประโยชน์อะไรบ้าง?”

- คำตอบ

- ภูมิคุ้มกันโรคจากนมแม่ ลดโอกาสเกิดโรคท้องเสีย
- ลดโอกาสหูชั้นกลางอักเสบบ่อยครั้ง ปอดอักเสบ
- มี DHA ที่ช่วยการเจริญเติบโตของสมองและจอประสาทตา
- ลดโรคภูมิแพ้ โรคอ้วน โรคเบาหวาน
- การเรียนรู้ดี เข้าวินิจฉัยาดี อารมณ์ดี

แบบประเมินทารก แรกเกิดในห้องคลอด

- มีบริการดูแลทารกแรกเกิดในห้องคลอดอย่างถูกต้องตามมาตรฐาน

การเริ่มต้นการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

- สังเกต เล่า/ปฏิบัติกับมารดา
 - มีการนำลูกให้แม่โอบกอดเนื้อแนบเนื้อและปล่อยให้ลูกได้ดูดนมแม่ครั้งแรก ภายในชั่วโมงแรกหลังเกิด หรือในกรณีที่ผ่าตัดคลอด ให้เริ่มทันทีที่แม่ตอบสนองต่อลูกได้
- มีสถิติหรือการบันทึกการปฏิบัติที่ตรวจสอบได้

การดูแลอุณหภูมิกายทารกแรกเกิดในห้องคลอด

- **ควบคุมอุณหภูมิห้องให้อยู่ระหว่าง 26 - 28 องศาเซลเซียส**
 - มีเครื่องวัดและการบันทึกอุณหภูมิประจำวัน
- **ไม่มีกระแสลมจากลมธรรมชาติ พัดลม หรือ เครื่องทำความเย็น พัดผ่านตำแหน่งที่ทารกนอน**
 - การสังเกต และ คำบอกเล่าวิธีปฏิบัติของเจ้าหน้าที่
- **มีแหล่งให้ความอบอุ่นแก่ทารก**
 - เครื่องให้ความอบอุ่นโดยการแผ่รังสี
 - วิธีการปฏิบัติที่ถูกต้องและพร้อมใช้
 - ให้ความร้อนบริเวณที่ทารกนอนได้ไม่ต่ำกว่า 35 องศาเซลเซียส
 - อุณหภูมิผิวหนังของทารกระหว่าง 37 ± 0.2 องศาเซลเซียส

การดูแลอุณหภูมิกายทารก

- ใช้ผ้าที่แห้ง อุ่น ปราศจากเชื้อ เช็ดตัวจนแห้ง
- ให้ออนใต้ Radiant warmer
- วางบนหน้าอกแม่
- ลดการสูญเสียความร้อนทางศีรษะ เช่น สวมหมวก
- ในกรณีที่เด็กที่คลอดจากมารดา
- ติดเชื้อ HIV และตับอักเสบบี ทำความสะอาดทารกด้วยน้ำอุ่นในห้องคลอด หรือห้องผ่าตัด
- มีอุปกรณ์หรือวิธีการเพื่อให้ความอบอุ่นแก่ทารกเวลาส่งต่อไปหอผู้ป่วย
- นอนบนผ้าที่มีถุงบรรจุฉนวนพีชที่ทำให้อุ่นแล้วรองอยู่ด้านล่าง

การดูแลการหายใจ ทารกแรกเกิดในห้องคลอด

- มีอุปกรณ์ช่วยเหลือทารกที่พร้อมใช้ ครบ และหยิบใช้สะดวก
- ตรวจสอบเครื่องดูดน้ำคัตหลังที่สามารถปรับแรงดูดให้ อยู่ที่ 100 มม.ปรอท
- ข้อต่อดูดซีเทาในหลอดลมคอ (meconium aspirator)
- ยาและสารน้ำที่จำเป็นในการช่วยกู้ชีพ เช่น adrenaline 1:1,000, NSS (0.9% NaCl 100 ml
- การดูแลภายใต้เครื่อง Radiant warmer
- เครื่องวัดระดับออกซิเจน (O2 Sat)ทางผิวหนัง
- การใช้Transfer incubator

การช่วยเหลือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในห้องคลอด ให้เล่าวิธีการปฏิบัติ และสังเกตหากมีการปฏิบัติ

- การให้ข้อมูลแก่มารดาที่รอคลอด เช่นเดียวกับANC
- การเริ่มต้น:
 - หลีกเลี้ยงการแยกทารกจากมารดา ยกเว้นมีข้อบ่งชี้ทางการแพทย์
 - เริ่มภายใน 5 นาที หลังคลอดปกติทางช่องคลอด
 - เริ่มเมื่อมารดาที่ผ่าตัดคลอดสามารถตอบสนองต่อลูกได้
- การโอบกอดลูกเนื้อแนบเนื้ออย่างถูกต้อง
 - ปลอ่ยให้แม่โอบกอดลูกนาน 1 ชั่วโมง หรือให้ลูกดูดนมหัวนมและลานนมด้วยตนเอง
 - ไม่ขัดขวาง หรือทำห้ตถการใด ๆ กับลูกโดยไม่จำเป็น



มาตฐานอนามัย
มารดาในหอผู้ป่วยหลัง
คลอด



1. นโยบาย

- คุณภาพบริการครอบคลุมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามบันได 10 ขั้น/พรบ.นมผงที่นำเสนอเป็นลายลักษณ์อักษร
- ปิดประกาศไว้ที่บริเวณหอผู้ป่วยหลังคลอดคุณภาพ /บริเวณที่ต้องสื่อสารกับผู้รับบริการโดยตรง
- มีทะเบียน (ชื่อ-สกุล ที่อยู่ เบอร์โทรศัพท์) ของมารดาหลังคลอดทุกคน
- ให้ความรู้ตามกระบวนการโรงเรียนพ่อแม่

2. ความรู้และการปฏิบัติของมารดา

- การปฏิบัติบันไดขั้นที่4 การโอบกอดลูกเนื้อแนบเนื้อและการให้ลูกดูดนมแม่ครั้งแรกในชั่วโมงแรกหลังเกิด
- การปฏิบัติบันไดขั้นที่5 วิธีทำให้น้ำนมยังคงมีปริมาณเพียงพอ แม้ว่าแม่และลูกจะต้องแยกจากกัน
- ขอบ่งชี้การให้นมผสม หรืออาหารอื่นแก่ทารกแรกคลอดนอกจากนมแม่
- มีRooming-in ให้มารดาและทารกอยู่ในห้องเดียวกันตลอด 24 ชั่วโมง/วัน
- การคุมกำเนิดและการตรวจหลังคลอด

2. ความรู้และการปฏิบัติของมารดา

- สนับสนุนให้ทารกได้ดูดนมมารดาตามที่ลูกต้องการ
- เหตุผลที่มีให้ทารกดูดหัวนมยางและหัวนมปลอม หรือหัวนมหลอก
- มีการจัดตั้งคลินิกนมแม่
- มีบุคลากรสาธารณสุข เป็นผู้นำในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2. ความรู้และการปฏิบัติของมารดา

- การดูแลแผลผ่าตัด การดูแลฝีเย็บ น้ำคาวปลา การขับถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะของมารดาหลังคลอด
- การประเมินภาวะโภชนาการของมารดาหลังคลอด
- การประเมินภาวะเครียดของมารดาหลังคลอด
- การคุมกำเนิดและการตรวจหลังคลอด

คู่มือมาตรฐานหลังคลอด
และการดูแลทารก



การดูแลทารกแรกเกิด

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

โรงเรียนพ่อแม่ในระยะหลังคลอด

- การฝึก/ การประเมินการให้นมลูก ในหอผู้ป่วยหลังคลอด
- การใช้สมุดบันทึกสุขภาพ ในการสังเกตอาการผิดปกติของมารดา และทารก
- วางแผนการติดตามทารกในคลินิกนมแม่ และในคลินิกเด็กสุขภาพดี
- ทารกอายุ 1 1/2 ถึงอายุ 2 เดือน: มารดาสามารถบีบนมและฝึกป้อนนมลูกด้วยแก้ว การให้วัคซีนและการป้องกันโรคติดเชื้อที่พบบ่อย การดูแลสุขภาพจิตของมารดา
- ทารกอายุ 4 เดือน : เตรียมการให้นมแม่ขณะแม่ไปทำงาน การส่งเสริมพัฒนาการลูก โดยเน้น การกิน กอด เล่น เล่า นอน และ ฝ้าดูพื้น

โรงเรียนพ่อแม่ในระยะหลังคลอด

- ทารกอายุ 6 เดือน : การให้อาหารตามวัย วิธีติดตามการเจริญเติบโตและพัฒนาการของลูก เน้น**กิจกรรม** การกิน กอด เล่น เล่า และเฝ้าดูฟัน รวมทั้งการสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรค
- **ทารกอายุ 9-18 เดือน** : การให้อาหารตามวัย การดูแลช่องปากลูก รัก วินัยการกินและการเล่น การเล่านิทาน และการสอนจริยธรรมให้ลูก

โรงเรียนพ่อแม่ในระยะหลังคลอด


- **ทารกอายุ 19-30 เดือน :** สอนการคิดบวก การรู้จักการให้ และการรับ การคิดด้วยการเล่น การสอนจริยธรรมและคุณธรรม ฝึกการเล่านิทาน ฝึกลูกในการช่วยเหลือตนเอง การป้องกันอุบัติเหตุ และการดูแลสุขภาพของลูก
- **ทารกอายุ 31-60 เดือน :** สอนการคิดบวก และการให้อภัย รู้จักรับรู้จักให้ รู้จักเล่น เล่นเกมส์ แสดงบทบาทสมมติ สอนวินัยและกตिका การให้รางวัลลูก การให้ลูกทำกิจวัตรและช่วยเหลือตนเอง เช่น การนอน การช่วยงานบ้าน การล้างมือ การแปรงฟัน การขับถ่าย การป้องกันอุบัติเหตุ การดูแลอนามัยช่องปาก และการเฝ้าระวังการเจริญเติบโต

รู้จักสมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก

- สมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็กเป็นเอกสารของครอบครัว
- เป็นแหล่งความรู้ด้านสุขภาพของมารดาและทารก ที่สามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างต่อเนื่อง
- ประกอบด้วยความรู้สำหรับผู้สอนด้านมารดา ได้แก่
 - บทบาทของพ่อแม่และครอบครัว
 - 5 โรคที่ต้องตรวจเพื่อลูกน้อยปลอดภัย ปลอดภัย
 - โภชนาการ/การประเมินภาวะโภชนาการหญิงตั้งครรภ์
 - การเฝ้าระวังครรภ์ผิดปกติ/ น้ับลูกขึ้น

รู้จักสมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก

- ประกอบด้วยความรู้สำหรับผู้สอน ด้านการเลี้ยงดูบุตร
 - ทนสมองของลูกรัก
 - ส่งเสริมการเจริญเติบโตและพัฒนาการตามวัย
 - ฝึกกิจกรรม กิน กอด เล่น เล่า ฝึกเข้านอน และเฝ้าดูฟัน
 - การให้อาหารตามวัย
 - อาการผิดปกติของทารกแรกเกิด
 - การเฝ้าระวังการบาดเจ็บในเด็ก
 - ส่งเสริมความปลอดภัยและป้องกันการจมน้ำ



ขอบคุณที่ช่วยกันสร้าง
สมองเด็กไทย ให้ฉลาดและ
ก้าวไกลในโลกลูกโลก