

# คูฉบับ



ที่ ขร ๕๘๕๐๑/๒๓๘

สำนักงานเทศบาลตำบลเมืองชุม  
อ.เวียงชัย จ.เชียงราย ๕๗๒๑๐

๒๐ เมษายน ๒๕๖๖

เรื่อง ขออนุเคราะห์อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ร่วมดำเนินการขับเคลื่อนโครงการสร้างเสริมสุขภาพเชิงรุก เพื่อลดภาวะคลอดก่อนกำหนดเทศบาลตำบลเมืองชุม

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเมืองชุม และผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดอนแก้ว

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. รายงานจำนวนหญิงตั้งครรภ์ จำนวน ๑ ชุด  
๒. เอกสารประชาสัมพันธ์ จำนวน ๑ ชุด

ด้วยเทศบาลตำบลเมืองชุม ได้ดำเนินการมาตรการขับเคลื่อนโครงการสร้างเสริมสุขภาพเชิงรุก เพื่อลดภาวะคลอดก่อนกำหนด เทศบาลตำบลเมืองชุม เพื่อลดภาวะคลอดก่อนกำหนด เพื่อขับเคลื่อนและบูรณาการการทำงานร่วมกันในระบบส่งเสริมสุขภาพและดูแลสุขภาพหญิงตั้งครรภ์ เพื่อลดอัตราการคลอดก่อนกำหนดของประเทศ นั้น

ดังนั้นเทศบาลตำบลเมืองชุมจึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน ให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ร่วมดำเนินการให้ความรู้แก่หญิงตั้งครรภ์ เกี่ยวกับความรู้อันตรายจากการคลอดกำหนด ทุกสัปดาห์ และประชาสัมพันธ์มาตรการขับเคลื่อนโครงการสร้างเสริมสุขภาพเชิงรุก เพื่อลดภาวะคลอดก่อนกำหนด ผ่านช่องทางเว็บไซต์เทศบาลฯ แอปพลิเคชันไลน์ กลุ่มสร้างเสริมสุขภาพเชิงรุก เทศบาลตำบลเมืองชุม ให้ประชาชนทราบโดยทั่วกัน และแจ้งข้อมูลหญิงตั้งครรภ์ในพื้นที่ ณ สำนักงานเทศบาลตำบลเมืองชุม หรือโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลในพื้นที่ โดยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี และขอขอบคุณท่านมา ณ โอกาสนี้ รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วยนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

ว่าที่ร้อยตรี

(ชัยยา พงออยแหวน)

นายกเทศมนตรีตำบลเมืองชุม

งานบริหารงานทั่วไป  
สำนักปลัดเทศบาล  
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๗๖-๘๔๖๑  
www.mueangchum.go.th

ร่าง.....  
พิมพ์.....  
ทาน.....  
ตรวจ.....

“ยึดมั่นธรรมาภิบาล บริการเพื่อประชาชน”

แบบข้อมูลทะเบียนหญิงตั้งครรภ์ในพื้นที่ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นตามโครงการสร้างเสริมสุขภาพเชิงรุก เพื่อลดภาวะคลอดก่อนกำหนด  
ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๗

ที่	จังหวัด	อำเภอ	ต.ท.	ชื่อ-สกุล	หมายเลขบัตรประชาชน ประชาชน	อายุ	ที่อยู่	หมายเลขโทรศัพท์	อาชีพการงาน ปัจจุบัน	จังหวัดแม่ฮ่องสอน			สถานพยาบาล		จำนวนหญิงตั้งครรภ์ คลอดตามกำหนด (๑๗-๔๐ สัปดาห์)	จำนวนหญิงตั้งครรภ์ ก่อนกำหนด (ต่ำกว่า ๓๖ สัปดาห์)	น้ำหนักทารก (ต่ำกว่า ๓.๕ กก.) (น้ำหนักมากกว่า ๓.๕ กก.)
										กม.บ. ๑๖ สัปดาห์ (ก่อน ๓ เดือน)	กม.บ. ๑๖ สัปดาห์ (หลัง ๓ เดือน)	ไม่มีการตั้งครรภ์	โรงพยาบาล เอกชน/คลินิก	สถานพยาบาลที่เข้ารับ บริการ (ชื่อและที่ตั้ง)			
๑	เชียงใหม่	เชียงใหม่	ทต.เมืองชุม	น.ส.ปิยวรรณ สิงห์งาม	๑-๕๗๗๐๗-๐๐๑๕๕๕-๕๐-๐	๓๒ ปี	๑๕๕ หมู่ ๑ ต.เมืองชุม	๐๕๗-๐๕๖๒๖๒๖๒	คลอดแล้ว	/	/	/	/	๕	๐	๐	
๒	เชียงใหม่	เชียงใหม่	ทต.เมืองชุม	น.ส.กัญญาณี กัญญา	๑-๕๗๗๕๕-๐๐๑๖๖๖-๓๕-๓	๓๕ ปี	๑๓๕ หมู่ ๑ ต.เมืองชุม	๐๕๕-๗๖๖๖๖๖๖๖	คลอดแล้ว	/	/	/	/				
๓	เชียงใหม่	เชียงใหม่	ทต.เมืองชุม	น.ส.กัญญาณี กัญญา	๑-๕๗๗๕๕-๐๐๑๓๖๖-๕๕-๖	๓๖ ปี	๑๖๖ หมู่ ๒ ต.เมืองชุม	๐๕๕-๕๕๕๕๕๕๖๖	คลอดแล้ว	/	/	/	/				
๔	เชียงใหม่	เชียงใหม่	ทต.เมืองชุม	น.ส.รุ่งวิภา มหานัน	๑-๕๗๗๕๕-๐๐๑๕๕๕-๖๓-๖	๓๒ ปี	๒๐๗ หมู่ ๓ ต.เมืองชุม	๐๕๕-๕๕๕๕๕๕๖๖	คลอดแล้ว	/	/	/	/				
๕	เชียงใหม่	เชียงใหม่	ทต.เมืองชุม	น.ส.เกศนา น.ครอง	๑-๕๗๗๕๕-๐๐๑๕๕๕-๖๐-๕	๒๕ ปี	๑๕๕ หมู่ ๑ ต.เมืองชุม	๐๕๗-๒๖๖๖๖๖๖๖	คลอดแล้ว	/	/	/	/				
๖	เชียงใหม่	เชียงใหม่	ทต.เมืองชุม	น.ส.อภิษฎา กัญญา	๑-๕๗๗๕๕-๐๐๑๕๕๕-๕๑-๑	๒๕ ปี	๒๕๕ หมู่ ๑ ต.เมืองชุม	๐๕๕๖๖๖๖๖๖๖๖๖	คลอดแล้ว	/	/	/	/				
๗	เชียงใหม่	เชียงใหม่	ทต.เมืองชุม	น.ส.กัญญา กัญญา	๑-๕๗๗๕๕-๐๐๑๕๕๕-๕๗-๓	๒๖ ปี	๑๖๖ หมู่ ๑๕ ต.เมืองชุม	๐๕๕๖๖๖๖๖๖๖๖๖	คลอดแล้ว	/	/	/	/				

รายละเอียดการช่วยเหลือหญิงตั้งครรภ์ เช่น การจัดหาเตียง - ส่ง หญิงตั้งครรภ์ หรือสนับสนุนค่าอุปโภคบริโภค เป็นต้น

- ๑. การจัดหาเตียง - ส่ง หญิงตั้งครรภ์
- ๒. สนับสนุนค่าอุปโภคบริโภค เป็นต้น



## เรื่องที่ 3 ชีวิตอยู่อยู่ในมือแม่ (พฤติกรรมของแม่)



### สตรีตั้งครรภ์ทุกท่านจะมีแปลงโครงสร้างสรีระ แต่วิถีชีวิตไม่เปลี่ยนแปลง

จากการศึกษาข้อมูลงานวิจัย พบว่า หญิงตั้งครรภ์ก่อนกำหนดเป็นหญิงกลุ่มวัยทำงาน เช่น ค้าขาย เกษตรกรรม รับจ้าง เป็นต้น และต้องทำหน้าที่เป็นแม่บ้านอีกด้วย เช่น ล้างจาน ทำความสะอาดบ้าน หุงข้าว ทำกับข้าว ซักผ้าและรีดผ้า เลี้ยงบุตรคนโต เป็นต้น พฤติกรรมบางอย่าง เช่น เปลี่ยนท่านั่งของ เป็นท่านั่งบ่อยครั้ง เดินขึ้นบันไดหลายครั้งต่อวัน หากต้องเดินทาง มาทำงานทุกวันไม่ว่าโดยสวัสดิภาพหนะใดใด เช่น มอเตอร์ไซด์ จักรยาน รถไฟฟ้า เป็นต้น หากการเดินทางนั้นต้องเกร็ง บริเวณหน้าท้องบ่อยครั้ง เมื่อรถเลี้ยว หรือวิ่งอยู่บนถนนที่ขรุขระ เป็นประจำบ่อยครั้ง อาจเกิดการกระทบกระเทือนต่อบุตรในครรภ์ ก่อให้เกิดอาการเจ็บครรภ์ก่อนกำหนด ซึ่งยังไม่รวมกับพฤติกรรม ขณะทำงาน เช่น การก้มปัสสาวะ การนั่งหรือยืนทำงานนานๆ ความเครียดจากการทำงาน เป็นต้น หากสตรีตั้งครรภ์เผชิญปัญหา หลายด้าน สิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดความเครียด เห็นอย่างง่าย ทำให้ประสิทธิภาพการทำงานลดลงและยังทำให้มีอาการไม่สบาย ได้แก่ เวียนหัว ปวดศีรษะ ปวดหลัง ขาบวม อารมณ์หงุดหงิด วิตกกังวล เป็นต้น นำไปสู่ การแท้ง การคลอดก่อนกำหนด ทรก นำหนักน้อย (อ้างถึง คุณสุภาพร แสตนศรี)

“หากหญิงตั้งครรภ์ปรับวิธีการทำงาน  
และการใช้ชีวิตได้เหมาะสม ก็สามารถป้องกัน  
ภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดได้”

## เรื่องที่ 4 สัญญาณเตือนคลอดก่อนกำหนด



จากการศึกษาหญิงคลอดบุตรก่อนกำหนดในโครงการวิจัย พบว่า ประมาณ ร้อยละ 62 ของหญิงคลอดก่อนกำหนดไม่เคยมีความรู้เรื่องภาวะคลอดก่อนกำหนดมาก่อน และเมื่อมีอาการเจ็บครรภ์ก่อนกำหนด หรือ อาการผิดปกติอื่นๆ มักเดินทางเข้ามารับการรักษาในโรงพยาบาลล่าช้า จนมีอาการเจ็บครรภ์รุนแรงมากขึ้น จึงตัดสินใจเข้ามารับการรักษา เป็นเหตุให้แพทย์ไม่สามารถให้การยับยั้ง หากมาเร็วและไม่มีความรุนแรงขณะนั้น แพทย์สามารถรักษาต่อจนสามารถตั้งครรภ์ครบกำหนดคลอดได้

“หากมีสัญญาณเตือน ดังต่อไปนี้ ต้องรีบไปพบแพทย์ทันที!  
ท้องแข็ง ท้องบวม ปวดบั้นเอว เจ็บหน่วงท้องน้อย  
มีน้ำไหล มีเลือดออก แม้ไม่เจ็บท้อง



## แนวคิดการเผยแพร่สื่อประชาสัมพันธ์ ภายใต้แคมเปญ



**เรียนรู้ ร่วมแรง ร่วมรังค์**  
ป้องกันภาวะคลอดก่อนกำหนด  
THAI MATERNAL AND CHILD HEALTH NETWORK

จัดทำโดย  
กระทรวงมหาดไทย

คณะกรรมการอำนวยการโครงการเครือข่ายสุขภาพ  
มารดาและการตั้งครรภ์ไทย ในพระราชูปถัมภ์  
สมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร

สามารถติดตามข้อมูลประชาสัมพันธ์



www.tmchnetwork.com

Facebook: โครงการเครือข่ายสุขภาพมารดาและการ

พ.ศ. 2566



# หลักการ IIA: เหตุผล



ทารกแรกเกิดที่มีอายุครรภ์น้อยกว่า 37 สัปดาห์ที่เรียกว่าทารกเกิดก่อนกำหนด มีโอกาสเสียชีวิตและพบภาวะแทรกซ้อน ทำให้ทารกมีความพิการในช่วงหลังคลอด บางรายจะมีพัฒนาการล่าช้า หากทารกเหล่านั้นมีความพิการ ครอบครัวและภาครัฐต้องเสียค่าใช้จ่ายเพื่อการฟื้นฟูสภาพร่างกายและดูแลรักษาต่อเนื่องไม่น้อยกว่า 4 - 5 ปี

จากการทำวิจัยที่ได้รับการสนับสนุนจากกองทุนที่ปีงกรนักรบุตร พบว่า ประมาณร้อยละ 50 - 60 ของการคลอดก่อนกำหนดเกิดขึ้นในสตรีตั้งครรภ์ที่ไม่มีโรค หรือ ภาวะแทรกซ้อนขณะตั้งครรภ์ บางคนเกิดจากพฤติกรรมของสตรีตั้งครรภ์ก่อให้เกิดภาวะเจ็บครรภ์ก่อนกำหนด เนื่องจากสตรีตั้งครรภ์เหล่านั้นยังขาดความรู้เรื่องการป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากภาวะคลอดก่อนกำหนด จึงเข้ามารับการรักษาล่าช้าเป็นเหตุให้การยังยั้งภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดก็ไม่ประสบผลสำเร็จ

ด้วยเหตุนี้โครงการเครือข่ายสุขภาพมารดาและทารกเพื่อครอบครัวไทย ในพระราชูปถัมภ์ สมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร จึงต้องการขับเคลื่อนความรู้ผ่านแคมเปญ “เรียนรู้ ร่วมแรง รณรงค์ ป้องกันภาวะคลอดก่อนกำหนด” เพื่อส่งมอบไปให้แก่ประชาชนทุกคน ไม่ว่าจะเป็นคนในครอบครัว เพื่อน เพื่อนบ้าน ผู้ร่วมงาน สังคมและชุมชน เพราะเมื่อเกิดเหตุการณ์ที่ไม่พึงประสงค์กับบุคคลใกล้ตัว จะสามารถเกิดความรู้สึกตระหนักถึงอันตรายของภาวะคลอดก่อนกำหนดและตัดสินใจไปพบแพทย์โดยเร็ว อันจะส่งผลให้สามารถรักษาภาวะคลอดก่อนกำหนดได้อย่างรวดเร็วต่อไป

**1** อันตรายของการคลอดก่อนกำหนด

**2** ฝากครรภ์ก่อนคลอดดีกว่า

**3** ชีวิตลูกอยู่ในมือแม่ (พฤติกรรมของแม่)

**4** สันนิบาณเดือนคลอดก่อนกำหนด

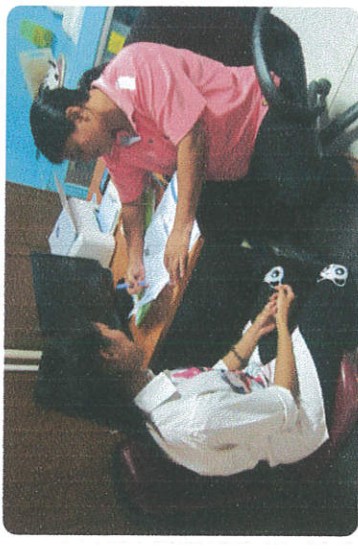
- ### 4 ประเด็นหลักในการสื่อสารสู่สังคม
1. อันตรายของการคลอดก่อนกำหนด
  2. ฝากครรภ์ก่อนคลอดดีกว่า
  3. ชีวิตลูกอยู่ในมือแม่ (พฤติกรรมของแม่)
  4. สันนิบาณเดือนคลอดก่อนกำหนด



## แนวคิดหลักภายใต้แคมเปญ เรื่องที่ 1 อันตรายของการคลอดก่อนกำหนด

ทารกเกิดก่อนกำหนดส่วนใหญ่ได้รับการดูแลต่อเองในโรงพยาบาลเป็นระยะเวลาสั้น เช่น ทารกที่มีโรคปอดเรื้อรัง บางรายต้องใช้เครื่องให้ออกซิเจนตลอดเวลา อย่างน้อย 6 เดือน ถึง 2 ปี ทารกมีโรคจอตาเจริญเติบโตผิดปกติในทารกเกิดก่อนกำหนด ทำให้เสี่ยงต่อการมีสายตาลีอนรางหรือตาบอด หากไม่ได้รับการวินิจฉัยและรักษาอย่างเหมาะสม ทารกมีภาวะเลือดออกในโพรงสมองอาจมีผลต่อพัฒนาการและการเจริญเติบโต หากเป็นโรคกล้ามเนื้ออ่อนแรงและได้รับการผ่าตัดเอาลำไส้ส่วนต่ายออกไป อาจไม่สามารถกินนมได้ช่วงเวลาหนึ่ง อากาฯข้างต้นมักพบได้ในการเกิดก่อนกำหนดที่มีน้ำหนักน้อยกว่า 2,000 กรัม หากสตรีตั้งครรภ์ที่มีอาการผิดปกติจากการดำเนินชีวิตประจำวัน ให้คิดเสมอว่าอาจเกิด “ภาวะคลอดก่อนกำหนด” ให้รีบไปพบแพทย์ในโรงพยาบาลใกล้บ้านทันที

## เรื่องที่ 2 ฝากครรภ์ก่อนคลอดดีกว่า



ผู้หญิงหลายคนอาจมีความเสี่ยงซ่อนอยู่ เมื่อตั้งครรภ์ อาจมีผลต่อสุขภาพของตนเอง เช่น พันธุ โลกิตติจา ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ บางรายมีประวัติการผ่าตัดคลอด ผ่าตัดมดลูกและปีกมดลูก ประวัติความเจ็บป่วยในพ่อแม่-พี่น้อง-ครอบครัว อาจมีผลต่อบุตรในครรภ์ได้ หากสงสัยว่าตั้งครรภ์ สตรีตั้งครรภ์ทุกท่านควรเข้ามาฝากครรภ์ทันทีที่ทราบหรือ ภายใน 12 สัปดาห์แรก เพื่อให้แพทย์ต้นทางความเสี่ยง และความเสี่ยงในสตรีตั้งครรภ์ แพทย์จะได้นำความเสี่ยงที่พบมารักษา รวมถึงได้รับคำแนะนำ เพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนต่อไป หากมาช้ากว่าอายุครรภ์ 20 สัปดาห์ มีผลต่อการคำนวณอายุครรภ์ผิดพลาด ไม่สามารถกำหนดอายุครรภ์เมื่อครบ 37 สัปดาห์ ได้ถูกต้อง นอกจากนี้โอกาสที่จะได้รับการดูแลรักษาโรคหรือภาวะแทรกซ้อนล่าช้าออกไปด้วย