

# แนวทางการจัดการภาวะฉุกเฉินทางสาธารณสุขในชุมชน

นพ.दनัย ส้งข์ทรัพย์ พบ.

วว.สุติศาสตร์และนรีเวชวิทยา

อว.เวชศาสตร์ป้องกัน แชนงสุขภาพจิตชุมชน

- แนวทางการคุมกำเนิดในสตรีไม่พร้อมตั้งครรภ์
- การฝากครรภ์คุณภาพ
- แนวทางการส่งเสริมสุขภาพ ของสตรีตั้งครรภ์
- การดูแลแม่หลังคลอดด้วยการแพทย์แผนไทย
- แนวทางการจัดการภาวะฉุกเฉินทางสูติศาสตร์

# แนวทางการคุมกำเนิดในสตรีไม่พร้อมตั้งครรภ์

เคยตั้งครรภ์สำเร็จ

ไม่เคยตั้งครรภ์ หรือไม่เคยตั้งครรภ์สำเร็จ

## ชนิดของการคุมกำเนิด

ยาเม็ดคุมกำเนิด : ฮอร์โมนเดี่ยว

ฮอร์โมนผสม

ยาฉีดคุมกำเนิด : ฮอร์โมนเดี่ยว

ฮอร์โมนผสม

แผ่นแปะคุมกำเนิด

ยาฝังคุมกำเนิด

ถุงยางอนามัย

ห่วงคุมกำเนิด

## ยาเม็ดคุมกำเนิด

ชนิดฮอร์โมนเดี่ยว : ใช้ในระยะให้นมบุตร

ชนิดฮอร์โมนผสม : ไม่แนะนำให้ใช้ในระยะให้นมบุตร

## ยาฉีดคุมกำเนิด

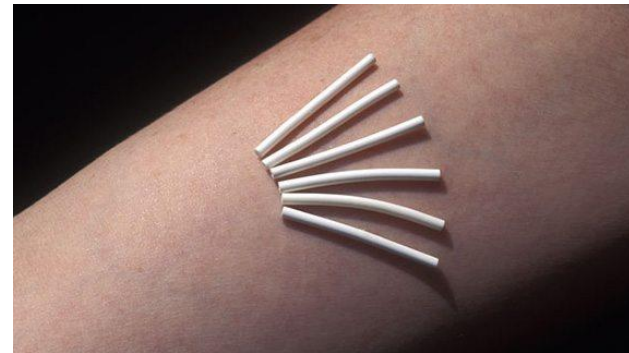
ชนิดฮอร์โมนเดี่ยว : เหมาะสำหรับระยะให้นมบุตร  
เหมาะสำหรับสตรีเคยตั้งครรภ์สำเร็จมาก่อน

ชนิดฮอร์โมนผสม : เหมาะสำหรับสตรีไม่เคยตั้งครรภ์มาก่อน  
หรือสตรีไม่เคยตั้งครรภ์สำเร็จ

# แผ่นแปะคุมกำเนิด



# ยาฝังคุมกำเนิด

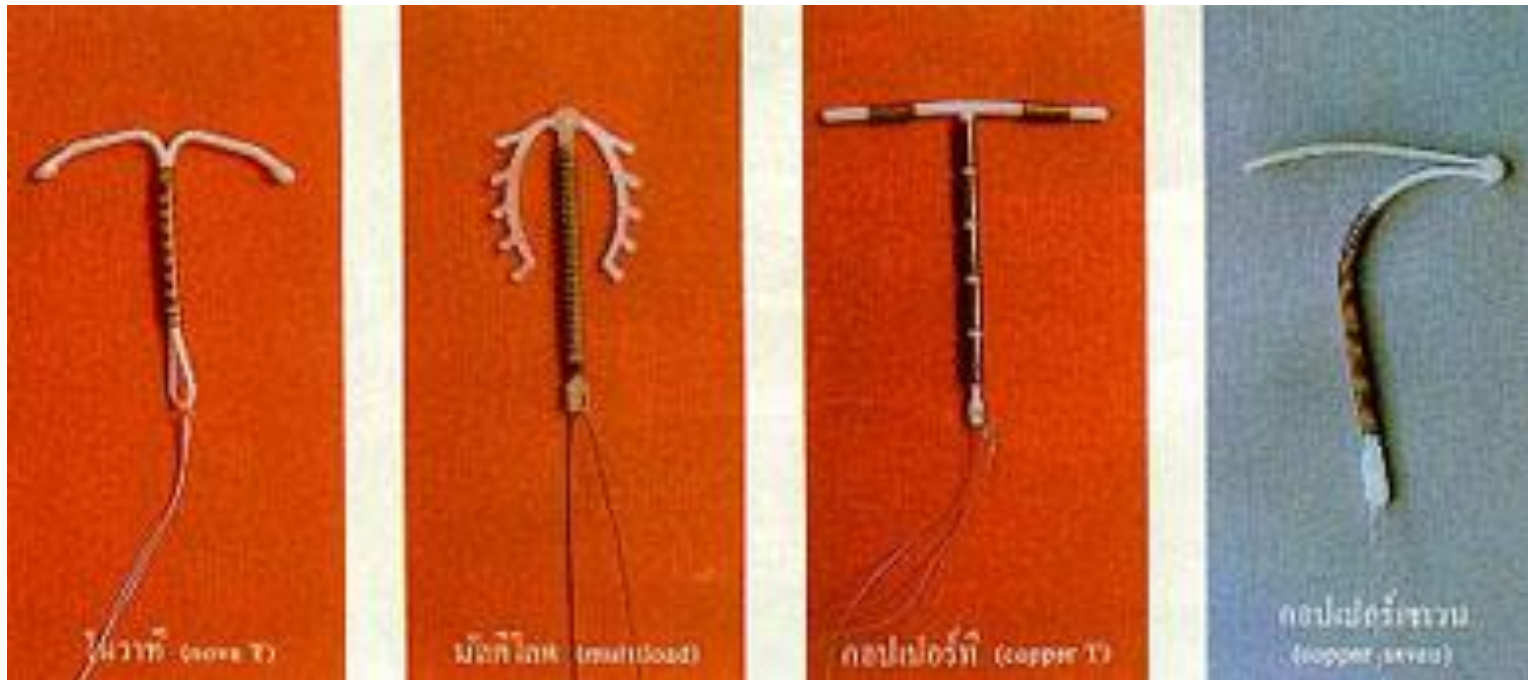




# ถุงยางอนามัย



# ห่วงคุมกำเนิด



## *การฝากครรภ์คุณภาพ*

หมายถึง : การจัดระบบบริการในการดูแลสุขภาพหญิงตั้งครรภ์และทารกในครรภ์  
ที่พิสูจน์แล้วว่า เป็นประโยชน์ต่อหญิงตั้งครรภ์ และทารกในครรภ์

[http://www.hpc.go.th/director/data/standardUpload/LR\\_profile\\_090217\\_105208.pdf](http://www.hpc.go.th/director/data/standardUpload/LR_profile_090217_105208.pdf)

## การฝากครรภ์คุณภาพ

- 1.ฝากครรภ์ครั้งแรกอายุครรภ์ก่อนหรือเท่ากับ 12 สัปดาห์
- 2.ซักประวัติ อดีต ปัจจุบัน โรคต่างๆ
- 3.คัดกรองความเสี่ยงหญิงตั้งครรภ์
- 4.ตรวจคัดกรองโรคถ่ายทอดทางพันธุกรรม
- 5.ตรวจร่างกาย ตรวจครรภ์ ตรวจทางห้องปฏิบัติการ ให้วัคซีน
- 6.จ่ายยาเสริมธาตุเหล็ก โฟเลต ไอโอดีน
- 7.การให้ความรู้มาตรฐานโรงเรียนพ่อแม่รายกลุ่ม
- 8.จัดให้มีช่องทางติดต่อระหว่างผู้รับบริการ และเจ้าหน้าที่ได้ 24 ชั่วโมง

## เกณฑ์การฝากครรภ์คุณภาพ

- ครั้งที่ 1 เมื่ออายุครรภ์น้อยกว่า หรือเท่ากับ 12 สัปดาห์
- ครั้งที่ 2 เมื่ออายุครรภ์ 18 สัปดาห์ บวก/ลบ 2 สัปดาห์
- ครั้งที่ 3 เมื่ออายุครรภ์ 26 สัปดาห์ บวก/ลบ 2 สัปดาห์
- ครั้งที่ 4 เมื่ออายุครรภ์ 32 สัปดาห์ บวก/ลบ 2 สัปดาห์
- ครั้งที่ 5 เมื่ออายุครรภ์ สัปดาห์ บวก/ลบ 2 สัปดาห์

# แนวทางการส่งเสริมสุขภาพ ของสตรีตั้งครรภ์

- อาหาร
- วัคซีน และ ยาเสริม
- การทำงาน และ การออกกำลังกาย
- การพักผ่อน

# ความต้องการสารอาหารในแต่ละวันของหญิงตั้งครรภ์

เพื่อความสมดุลของการกินอาหาร หญิงตั้งครรภ์ (รวมไปถึงคนทั่วไป) ควรแบ่งสัดส่วนของแหล่งพลังงานที่ควรได้รับดังนี้ พลังงานจากโปรตีน 15% จากไขมัน 30% และจากคาร์โบไฮเดรต 50-55% ของพลังงานทั้งหมดที่ร่างกายต้องการในแต่ละวัน พลังงานเฉลี่ยที่หญิงตั้งครรภ์ควรได้รับต่อวันคือ 2,100 กิโลแคลอรี



**ภาพชุดอาหารทดแทนสำหรับหญิงตั้งครรภ์**

หมวดอาหาร บริโภคต่อวัน	อาหารสำหรับหญิงตั้งครรภ์			อาหารทดแทน			
	แป้ง	ไขมัน	โปรตีน				
ธัญพืช ๖ ส่วน							
ผัก ๖ ส่วน							
นมสด ๕ ส่วน							
เนื้อสัตว์ หรือ ไข่หมักไข่							
นม ๖ แก้ว							
น้ำมัน ๕ ส่วน							

ข้อมูลอาหารทดแทนสำหรับหญิงตั้งครรภ์... (รายละเอียดเพิ่มเติมเกี่ยวกับปริมาณและวิธีการใช้)

## วัคซีน และ ยาเสริม

วัคซีน : TT or dT

ยาเสริม : Element iron 60mg

Folate 250mg

Iodine 200-250mg



**การทำงาน และ การออกกำลังกาย  
การพักผ่อน**

# *การดูแลแม่หลังคลอดด้วยการแพทย์แผนไทย*

## ความหมาย

การดูแลหญิงหลังคลอด หมายความว่า การทำเวชปฏิบัติด้วยศาสตร์และศิลป์ของการแพทย์แผนไทยเพื่อ ช่วยฟื้นฟูสุขภาพของหญิงหลังคลอดให้คืนสู่สภาพปกติ

# การดูแลแม่หลังคลอดด้วยการแพทย์แผนไทย

## ข้อบ่งชี้และเวลาที่เริ่มให้บริการ

๓.๑ หญิงหลังคลอดปกติหรือคลอดโดยใช้อุปกรณ์ช่วยคลอดแล้ว ๗ วัน  
แต่ไม่เกิน ๓ เดือน

๓.๒ หญิงหลังคลอดด้วยวิธีการผ่าตัดหน้าท้อง รวมกรณีผ่าตัดทำหมันหลัง  
คลอดแล้ว ๑ เดือนแต่ไม่เกิน ๓ เดือน

## การดูแลแม่หลังคลอดด้วยการแพทย์แผนไทย

การตรวจประเมินและสั่งการรักษา

บุคลากรผู้ตรวจประเมินและสั่งการรักษาจะต้องศึกษาหรือสอบถามข้อมูลการตั้งครรภ์และการคลอด การให้นมบุตร การรับประทานอาหาร การขับถ่าย การพักผ่อนนอนหลับ สภาพทางจิตใจ โรคประจำตัวและยาที่ใช้เป็นประจำ จากผู้รับบริการหรือจากเวชระเบียนหรือใบส่งต่อ รวมทั้งต้องตรวจร่างกายผู้รับบริการเพื่อประเมินสภาพทั่วไปและสภาพหลังคลอด

## การดูแลแม่หลังคลอดด้วยการแพทย์แผนไทย

ประเมินสภาพทั่วไปและสภาพหลังคลอด ที่สำคัญคือ

๑ ตรวจความดันโลหิต อัตราชีพจรและการหายใจ อุณหภูมิร่างกาย

๒ ตรวจดูลักษณะ กลิ่น สีของน้ำคาวปลา

๓ ตรวจดูลักษณะของแผลบริเวณช่องคลอด กรณีคลอดปกติ

๔ ตรวจหน้าท้อง เพื่อประเมินลมในท้อง ขนาดและระดับของมดลูก

และแผลหน้าท้อง กรณีผ่าตัดหน้าท้อง ตรวจดูเต้านม ลานนม หัวนม

และการไหลของน้ำนม

# การดูแลแม่หลังคลอดด้วยการแพทย์แผนไทย

## กิจกรรมการดูแลหญิงหลังคลอด

แบ่งเป็น กิจกรรมหลักและกิจกรรมอื่นๆ

กิจกรรมหลัก หมายถึง กิจกรรมที่ต้องจัดให้กับหญิงหลังคลอดที่มารับบริการทุกราย ใช้เวลาประมาณ ๒ ชั่วโมง ครอบคลุมกิจกรรม ๗ ประเภท คือ

๑) การนวดไทย

๒) การประคบสมุนไพร

๓) การนึ่ง/การนวด/การทับหม้อเกลือ

๔) การอบไอน้ำสมุนไพร/การเข้ากระโจม

๕) การนึ่งถ่าน (กรณีหญิงหลังคลอดปกติและแผลฝีเย็บยังไม่แห้ง)

๖) การสอนพันผ้าหน้าท้อง

๗) การให้คำแนะนำเกี่ยวกับยาสมุนไพร และการปฏิบัติตัวหลังคลอด การดูแลความสะอาดของร่างกาย และเต้านม หลักการให้นมทารกและการดูแลทารก อาหารที่ควรรับประทานและไม่ควรรับประทาน การออกกำลังกาย

# การดูแลแม่หลังคลอดด้วยการแพทย์แผนไทย

## กิจกรรมอื่นๆ

หมายถึง กิจกรรมที่อาจจัดให้บริการหรือไม่ก็ได้ขึ้นอยู่กับความต้องการของหญิงหลังคลอด ผู้รับบริการและ/หรือความพร้อมของสถานบริการสาธารณสุข และให้เป็นส่วนที่หญิงหลังคลอด ผู้รับบริการจะต้องจ่ายค่าบริการเอง และไม่สามารถเบิกค่าบริการจากกองทุนฯ คลอบคลุมกิจกรรม ๒ ประเภทคือ

- ๑) การพอกผิวและขัดผิวด้วยสมุนไพร
- ๒) การอาบน้ำสมุนไพร

# การดูแลแม่หลังคลอดด้วยการแพทย์แผนไทย

## หมายเหตุ

การให้บริการกิจกรรมหลักแก่หญิงหลังคลอดให้ทำได้ไม่เกินวันละ ๑ ครั้ง  
ติดต่อกันทุกวัน อย่างน้อย ๔ ครั้ง รวมไม่เกิน ๕ ครั้ง ในกรณีที่หญิงหลังคลอด  
ไม่สะดวกมารับบริการ ติดต่อกันทุกวัน จะต้องรับบริการทั้งหมดภายใน  
ระยะเวลาไม่เกิน ๙๐ วันหลังการบริการครั้งแรก



# การดูแลแม่หลังคลอดด้วยการแพทย์แผนไทย

## ข้อห้าม

ข้อห้าม (ทั่วไป) หากพบว่าหญิงหลังคลอดที่เป็นโรคหรือมีอาการหรืออาการแสดงดังต่อไปนี้ ห้ามให้บริการการดูแลหญิงหลังคลอด

- ๑ หลังรับประทานอาหารอิ่มใหม่ๆ ภายในครึ่งชั่วโมง
- ๒ มีไข้เกิน ๓๗.๕ องศาเซลเซียส
- ๓ มีโรคติดเชื้อเฉียบพลัน
- ๔ โรคติดต่อร้ายแรงทุกชนิด เช่น วัณโรค
- ๕ มีอาการตกเลือด

# การดูแลแม่หลังคลอดด้วยการแพทย์แผนไทย

## ข้อห้าม

ข้อห้าม (ทั่วไป) หากพบว่าหญิงหลังคลอดที่เป็นโรคหรือมีอาการหรืออาการแสดงดังต่อไปนี้ ห้ามให้บริการการดูแลหญิงหลังคลอด

๖ น้ำคาวปลา มีกลิ่นเหม็นรุนแรง

๗ กระจกเชิงกรานแตก ร้าว แยกจากการคลอด

๘ มีภาวะซึมเศร้าภายหลังการคลอด

๙ เป็นโรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง เบาหวานที่ยังควบคุมไม่ได้

๑๐ มีรอยโรคผิวหนังที่มีการติดเชื้อหรือสามารถติดต่อได้

# **การดูแลแม่หลังคลอดด้วยการแพทย์แผนไทย**

## **ข้อห้ามเพิ่มเติมเฉพาะการนวดไทย**

๑ โรคกระดูกพรุนรุนแรง

๒ หญิงตั้งครรภ์ที่มีอาการครรภ์เป็นพิษ (Toxemia of Pregnancy)

บริเวณที่ผ่าตัดภายในระยะเวลา ๑ เดือน

## **ข้อห้ามเพิ่มเติมเฉพาะการประคบสมุนไพร**

หญิงตั้งครรภ์ที่แพ้สมุนไพร หรือมีอาการไม่พึงประสงค์จากสมุนไพร

# การดูแลแม่หลังคลอดด้วยการแพทย์แผนไทย

ข้อห้ามเพิ่มเติมเฉพาะการนึ่ง/การนวด/การทับบม้อเกลือ

หญิงหลังคลอดที่แพ้สมุนไพร หรือมีอาการไม่พึงประสงค์จากสมุนไพร

# *การดูแลแม่หลังคลอดด้วยการแพทย์แผนไทย*

## **การทับหม้อเกลือ**

<https://www.youtube.com/watch?v=J>

FchmVOFEdc&feature=share&fbclid=IwA

R35Iz4gRlF2O7xuiXMRDZjbYI7Kl6gcz-

Y5vtaHBRdayAJTTTda0zEivB0

## แนวทางการจัดการภาวะฉุกเฉินทางอุตสาหกรรม

- ปวดท้อง
- ตกเลือด
- การคลอติดขัด

# แนวทางการจัดการภาวะฉุกละหุนทางสูติศาสตร์

## ปวดท้อง

- first Trimester
- Second Trimester
- Third Trimester

# *แนวทางการจัดการภาวะฉุกเฉินทางสูติศาสตร์*

## ตกเลือด

- First Trimester : abortion
- Second Trimester : abortion
- Third Trimester : Premature contraction,  
Preterm labour



# *แนวทางการจัดการภาวะฉุกเฉินทางสูติศาสตร์*

## การคลอดติดขัด

- Abnormal Presentation
- Cephalo-pelvic Disproportion (CPD)