

## แนวทางเวชปฏิบัติการดูแลหญิงหลังคลอด

### ๑. ความหมาย

การดูแลหญิงหลังคลอด หมายความว่า การทำเวชปฏิบัติด้วยศาสตร์และศิลป์ของการแพทย์แผนไทยเพื่อช่วยฟื้นฟูสุขภาพของหญิงหลังคลอดให้คืนสู่สภาพปกติ

### ๒. จุดมุ่งหมาย

เพื่อช่วยให้เลือดลมหมุนเวียนดี กล้ามเนื้อและร่างกายโดยทั่วไปอ่อนคลาย พักผ่อนได้ดี มีความรู้สึกสดชื่น เคลื่อนไหวร่างกายได้สะดวกขึ้น ลดอาการปวดท้องน้อยและอาการปวดเมื่อยตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ป้องกันหรือลดการเกิดตะคริว ช่วยขับน้ำคาวปลา ช่วยให้มีมดลูกเข้าอู่เร็วขึ้น บรรเทาอาการท้องผูก ช่วยเพิ่มน้ำนมและทำให้น้ำนมไหลสะดวกขึ้น ผิวพรรณดี และมีความพร้อมในการดูแลบุตร

### ๓. ข้อบ่งชี้และเวลาที่เริ่มให้บริการ

- ๓.๑ หญิงหลังคลอดปกติหรือคลอดโดยใช้อุปกรณ์ช่วยคลอดแล้ว ๗ วัน แต่ไม่เกิน ๓ เดือน
- ๓.๒ หญิงหลังคลอดด้วยวิธีการผ่าตัดหน้าท้อง รวมกรณีผ่าตัดทำหมันหลังคลอดแล้ว ๑ เดือน แต่ไม่เกิน ๓ เดือน

#### หมายเหตุ

กรณีที่ต้องการให้บริการหลังคลอดให้กับหญิงหลังคลอดปกติภายใน ๗ วันแรกหลังคลอด ต้องได้รับความเห็นชอบจากบุคลากรผู้มีสิทธิ์ตรวจประเมินและสั่งการรักษา

### ๔. บุคลากรผู้ตรวจประเมินและสั่งการรักษา ได้แก่

- ๔.๑ ผู้มีใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพเวชกรรม (แพทย์แผนปัจจุบัน)
- ๔.๒ ผู้มีใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพการแพทย์แผนไทย
  - ๔.๒.๑ ประเภทเวชกรรมไทย
  - ๔.๒.๒ ประเภทการผดุงครรภ์ไทย
- ๔.๓ ผู้มีใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพการแพทย์แผนไทยประยุกต์

หมายเหตุ ในช่วงพ.ศ.๒๕๕๖-๒๕๖๐ หากยังไม่มีบุคคลดังกล่าวในรพ.สต. บุคคลซึ่งได้รับมอบหมายให้ประกอบโรคศิลปะสาขาการแพทย์แผนไทยหรือสาขาการแพทย์แผนไทยประยุกต์ ตามระเบียบกระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. ๒๕๔๕ สามารถตรวจประเมินและสั่งการรักษาได้

### ๕. บุคลากรผู้ให้บริการ ได้แก่

- ๕.๑ ผู้มีใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพการแพทย์แผนไทย
  - ๕.๑.๑ ประเภทเวชกรรมไทย
  - ๕.๑.๒ ประเภทการนวดไทย (ทำการประกอบโรคศิลปะเฉพาะประเภทของตน)
  - ๕.๑.๓ ประเภทการผดุงครรภ์ไทย (ทำการประกอบโรคศิลปะเฉพาะประเภทของตน)
- ๕.๒ ผู้มีใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพการแพทย์แผนไทยประยุกต์
- ๕.๓ ผู้ได้รับการอบรมหลักสูตรการแพทย์แผนไทยของกระทรวงสาธารณสุขหรือหลักสูตรที่ได้รับการรับรองจากคณะกรรมการวิชาชีพสาขาการแพทย์แผนไทยหรือสาขาการแพทย์แผนไทยประยุกต์ตามระเบียบกระทรวงสาธารณสุข พ.ศ.๒๕๔๕ ที่สามารถให้บริการนวด เพื่อการรักษาพยาบาล การฟื้นฟูสุขภาพได้ (กระทำภายใต้ขอบเขตที่กำหนดไว้)

**๖. การตรวจประเมินและสั่งการรักษา**

บุคลากรผู้ตรวจประเมินและสั่งการรักษาจะต้องศึกษาหรือสอบถามข้อมูลการตั้งครรภ์และการคลอด การให้นมบุตร การรับประทานอาหาร การขับถ่าย การพักผ่อนนอนหลับ สภาพทางจิตใจ โรคประจำตัวและยาที่ใช้เป็นประจำ จากผู้รับบริการหรือจากเวชระเบียนหรือใบส่งต่อ รวมทั้งต้องตรวจร่างกายผู้รับบริการเพื่อประเมินสภาพทั่วไปและสภาพหลังคลอด ที่สำคัญคือ

- ๖.๑ ตรวจความดันโลหิต อัตราชีพจรและการหายใจ อุณหภูมิร่างกาย
- ๖.๒ ตรวจดูลักษณะ กลิ่น สีของน้ำคาวปลา
- ๖.๓ ตรวจดูลักษณะของแผลบริเวณช่องคลอด กรณีคลอดปกติ
- ๖.๔ ตรวจหน้าท้อง เพื่อประเมินลมในท้อง ขนาดและระดับของมดลูก และแผลหน้าท้อง กรณีผ่าตัดหน้าท้อง ตรวจดูเต้านม ลานนม หัวนม และการไหลของน้ำนม

**๗. กิจกรรมการดูแลหญิงหลังคลอด**

แบ่งเป็น กิจกรรมหลักและกิจกรรมอื่นๆ

**๗.๑ กิจกรรมหลัก** หมายถึง กิจกรรมที่ต้องจัดให้กับหญิงหลังคลอดที่มารับบริการทุกราย ใช้เวลาประมาณ ๒ ชั่วโมง ครอบคลุมกิจกรรม ๗ ประเภท คือ

- ๑) การนวดไทย
- ๒) การประคบสมุนไพร
- ๓) การนึ่ง/การนวด/การพันหม้อเกลือ
- ๔) การอบไอน้ำสมุนไพร/การเข้ากระโจม
- ๕) การนึ่งถ่าน (กรณีหญิงหลังคลอดปกติและแผลฝีเย็บยังไม่แห้ง)
- ๖) การสอนพันผ้าหน้าท้อง
- ๗) การให้คำแนะนำเกี่ยวกับยาสมุนไพร และการปฏิบัติตัวหลังคลอด การดูแลความสะอาดของร่างกาย และเต้านม หลักการให้นมทารกและการดูแลทารก อาหารที่ควรรับประทานและไม่ควรรับประทาน การออกกำลังกาย

**หมายเหตุ** ประเภทกิจกรรมหลักที่เลือกให้บริการขึ้นกับการวินิจฉัยของบุคลากรผู้ตรวจประเมินและสั่งการรักษา ร่วมกับความต้องการของหญิงหลังคลอดผู้รับบริการ

**๗.๒ กิจกรรมอื่นๆ** หมายถึง กิจกรรมที่อาจจัดให้บริการหรือไม่ก็ได้ขึ้นอยู่กับความต้องการของหญิงหลังคลอดผู้รับบริการและ/หรือความพร้อมของสถานบริการสาธารณสุข และให้เป็นส่วนที่หญิงหลังคลอดผู้รับบริการจะต้องจ่ายค่าบริการเอง และไม่สามารถเบิกค่าบริการจากกองทุนฯ ครอบคลุมกิจกรรม ๒ ประเภทคือ

- ๑) การพอกผิวและขัดผิวด้วยสมุนไพร
- ๒) การอาบน้ำสมุนไพร

**หมายเหตุ** การให้บริการกิจกรรมหลักแก่หญิงหลังคลอดให้ทำได้ไม่เกินวันละ ๑ ครั้ง ติดต่อกันทุกวัน อย่างน้อย ๔ ครั้ง รวมไม่เกิน ๕ ครั้ง ในกรณีที่หญิงหลังคลอดไม่สะดวกมารับบริการ ติดต่อกันทุกวัน จะต้องรับบริการทั้งหมดภายในระยะเวลาไม่เกิน ๙๐ วันหลังการบริการ ครั้งแรก

หากบุคลากรผู้ตรวจประเมินและสั่งการรักษาพิจารณาเห็นว่ามีความจำเป็น อาจพิจารณาจ่ายยาจากสมุนไพรให้กับหญิงหลังคลอดผู้รับบริการได้

**๘. ข้อห้าม**

ข้อห้าม (ทั่วไป) หากพบว่าหญิงหลังคลอดที่เป็นโรคหรือมีอาการหรืออาการแสดงดังต่อไปนี้  
ห้ามให้บริการการดูแลหญิงหลังคลอด

- ๘.๑ หลังรับประทานอาหารอิมใหม่ ๆ ภายในครึ่งชั่วโมง
- ๘.๒ มีไข้เกิน ๓๗.๕ องศาเซลเซียส
- ๘.๓ มีโรคติดเชื้อเฉียบพลัน
- ๘.๔ โรคติดต่อร้ายแรงทุกชนิด เช่น วัณโรค
- ๘.๕ มีอาการตกเลือด
- ๘.๖ น้ำคาวปลา มีกลิ่นเหม็นรุนแรง
- ๘.๗ กระจกเชิงกรานแตก ร้าว แยกจากการคลอด
- ๘.๘ มีภาวะซึมเศร้าภายหลังการคลอด
- ๘.๙ เป็นโรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง เบาหวานที่ยังควบคุมไม่ได้
- ๘.๑๐ มีรอยโรคผิวหนังที่มีการติดเชื้อหรือสามารถติดต่อได้

**หมายเหตุ** หากหญิงหลังคลอดผู้รับบริการมีข้อห้ามทั่วไปที่กล่าวถึงข้างต้นและยังไม่ได้อยู่ในการดูแลของผู้ประกอบวิชาชีพเวชกรรม (แพทย์แผนปัจจุบัน) ให้แนะนำหรือส่งต่อให้ผู้ประกอบวิชาชีพเวชกรรม

**ข้อห้ามเพิ่มเติมเฉพาะการนวดไทย**

- โรคกระดูกพรุนรุนแรง
- หญิงตั้งครรภ์ที่มีอาการครรภ์เป็นพิษ (Toxemia of Pregnancy)
- บริเวณที่ผ่าตัดภายในระยะเวลา ๑ เดือน

**ข้อห้ามเพิ่มเติมเฉพาะการประคบสมุนไพร**

- หญิงตั้งครรภ์ที่แพ้สมุนไพร หรือมีอาการไม่พึงประสงค์จากสมุนไพร

**ข้อห้ามเพิ่มเติมเฉพาะการนึ่ง/การนวด/การทัพบมือเกลือ**

- หญิงหลังคลอดที่แพ้สมุนไพร หรือมีอาการไม่พึงประสงค์จากสมุนไพร

**ข้อห้ามเพิ่มเติมเฉพาะการอบไอน้ำสมุนไพร/การเข้ากระโจม**

- ๑) หลังฟื้นไข้หรือท้องเสียใหม่ ๆ หรืออ่อนเพลีย อดนอน อดอาหาร
- ๒) มีความดันโลหิตต่ำ
- ๓) มีประวัติโรคลมชัก
- ๔) โรคหอบหืดขณะมีอาการ
- ๕) ระบุห้ามใช้หรือใช้ที่ระบุ
- ๖) มีการอักเสบจากบาดแผลต่างๆ
- ๗) วิงเวียนศีรษะ คลื่นไส้ อาเจียน
- ๘) ผู้ที่มีแผลผ่าตัดหรือแผลคลอดที่ยังไม่หายสนิท
- ๙) หญิงหลังคลอดที่แพ้สมุนไพร หรือมีอาการไม่พึงประสงค์จากสมุนไพร
- ๑๐) หญิงหลังคลอดที่เป็นโรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง โรคหอบหืด โรคลมชัก โรคไต โรคเบาหวาน

**๙. ข้อควรระวัง****๙.๑ ข้อควรระวังเมื่อให้การบำบัดด้วยการนวดไทย**

เมื่อให้การบำบัดหญิงหลังคลอดผู้รับบริการที่มีโรค อากา หรืออาการแสดงต่อไปนี้ ต้องทำด้วยความระมัดระวัง

- ๙.๑.๑ มีความผิดปกติของการแข็งตัวของเลือด มีประวัติเลือดออกผิดปกติรวมทั้งกินยาละลายลิ่มเลือด
- ๙.๑.๒ โรคเบาหวาน ภาวะกระดูกพรุน และหลีกเลี่ยงไม่นวดบริเวณต่อไปนี้
  - ๑) บริเวณที่มีโรคหลอดเลือด เช่น หลอดเลือดแดงโป่ง หลอดเลือดแดงหรือดำอักเสบ หลอดเลือดแดงแข็ง หลอดเลือดดำที่มีลิ่มเลือดอุดตัน
  - ๒) บริเวณข้อที่หวม เคลื่อน หรือหลุด
  - ๓) บริเวณที่มีการผ่าตัด ใส่เหล็ก หรือข้อเทียม
  - ๔) บริเวณที่แผลหรือแผลผ่าตัดที่หายยังไม่สนิท
  - ๕) บริเวณที่มีผิวหนัง ผื่นที่แตกง่าย
  - ๖) บริเวณที่ปลูกถ่ายผิวหนัง
  - ๗) บริเวณที่มีกระดูกแตก หัก ปรี ร้าวที่ยังติดไม่ดี
  - ๘) บริเวณที่เป็นมะเร็ง หรือมีแผลเปิด แผลเรื้อรัง
  - ๙) บริเวณที่มีการบาดเจ็บภายใน ๔๘ ชั่วโมง

**๙.๒ ข้อควรระวังเมื่อให้การบำบัดด้วยการประคบสมุนไพร**

เมื่อให้การบำบัดหญิงหลังคลอดผู้รับบริการที่มีโรค อากา หรืออาการแสดงต่อไปนี้ ต้องทำด้วยความระมัดระวัง

- ๙.๒.๑ โรคอัมพฤกษ์ อัมพาต
- ๙.๒.๒ โรคเบาหวาน
- ๙.๒.๓ ผู้ป่วยโรคลมตะกั้ง (ลมปะกั้ง) ขณะที่มีอาการอาเจียน
 

ผู้ให้การบำบัดต้องระวังไม่ให้ลูกประคบที่นิ่งแล้วมีความร้อนมากเกินไป เพราะอาจทำให้เกิดแผลไหม้ ผุพอง และหลีกเลี่ยงไม่ประคบบริเวณต่อไปนี้

  - ๑) บริเวณที่ผิวหนัง
  - ๒) บริเวณที่มีอาการชา
  - ๓) บริเวณที่มีกระดูกแตกหัก ปรี ร้าวที่ยังไม่ติดดี
  - ๔) บริเวณที่เป็นมะเร็ง
  - ๕) บริเวณที่เป็นแผลเปิด หรือเลือดออกใหม่ ๆ
  - ๖) บริเวณที่มีการอักเสบ หรือที่ได้รับอุบัติเหตุในช่วง ๒๔ ชั่วโมงแรก หากประคบอาจทำให้วมมากขึ้น ควรประคบด้วยความเย็น

**๙.๓ ข้อควรระวังเมื่อให้การบำบัดด้วยการนึ่ง/การนวด/การทาบหม้อเกลือ**

เมื่อให้การบำบัดหญิงหลังคลอดผู้รับบริการ ต้องทำด้วยความระมัดระวัง เนื่องจากหม้อเกลือที่ยกลงมาจากเตาไฟใหม่ ๆ จะมีความร้อนมาก ดังนั้นต้องไม่วางหรือกดแช่หม้อเกลืออยู่กับที่เป็นเวลานาน และห้ามนวด/ทาบหม้อเกลือที่มดลูกที่ลอยตัวและไม่ทาบหม้อเกลือถึงใต้อก

**๙.๔ ข้อควรระวังเมื่อให้การบำบัดด้วยการอบไอน้ำสมุนไพร/เข้ากระโจม**

เมื่อให้การบำบัดหญิงหลังคลอดที่รับบริการที่มีโรค อากาศ หรืออาการแสดงต่อไปนี้ จะต้องทำด้วยความระมัดระวังและหลีกเลี่ยงการกระทำดังต่อไปนี้

๙.๔.๑ สตรีหลังคลอดไม่เกิน ๑ สัปดาห์

**๑๐. การประเมินผลการรักษา**

บันทึกผลการดูแลรักษาทุกครั้งที่ได้รับบริการ และเมื่อให้บริการครบทุกครั้งตามคำสั่งการรักษาแล้ว ให้สรุปการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นหลังการบำบัดเทียบกับก่อนการบำบัด รวมทั้งประเมินผลความพึงพอใจของผู้รับบริการ (มาตราค่า ๑ ถึง ๕ โดย ๑ = ไม่พอใจมาก ๒ = ไม่พอใจ ๓ = พอใจ ๔ = พอใจมาก ๕ = พอใจมากที่สุด)

**๑๑. การส่งต่อ**

หากผู้รับบริการที่มีข้อห้ามทั่วไปที่กล่าวถึงข้างต้นและยังไม่ได้ดำเนินการดูแลของผู้ประกอบวิชาชีพเวชกรรม (แพทย์แผนปัจจุบัน) ให้แนะนำหรือส่งต่อผู้ป่วยให้ผู้ประกอบวิชาชีพเวชกรรม

**๑๒. อื่นๆ**

๑๒.๑ การบริการที่ทำหลังคลอดเกินกว่า ๓ เดือนไม่สามารถเบิกค่าบริการเพิ่มเติม จากกองทุนแพทย์แผนไทย สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ

๑๒.๒ หากบุคลากรผู้ตรวจประเมินและสั่งการรักษาพิจารณาเห็นว่ามีอาการจำเป็น อาจพิจารณาจ่ายยาจากสมุนไพรให้กับหญิงหลังคลอดผู้รับบริการได้ กรณีสั่งจ่ายยาจากสมุนไพรในบัญชียาหลักแห่งชาติ จะได้รับงบค่าบริการเพิ่มเติมจากกองทุนแพทย์แผนไทย ในส่วนสนับสนุนการใช้ยาจากสมุนไพรในบัญชียาแห่งชาติ

๑๒.๓ การเบิกจ่ายเป็นไปตามเงื่อนไขและแนวทางที่ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ หรือ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติเขต กำหนด