

ความรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองและการดูแลบุตร ของมารดาหลังคลอดด้วยรุ่น หอผู้ป่วยสูติกรรมสามัญ  
โรงพยาบาลมหาสารคาม

**Knowledge and Behavior in postpartum self-care and child care among Teenage Mothers at Post Partum Ward at Mahasarakham Hospital**

อรัญญา ทองก้อน,<sup>1</sup>พร้อมจิตร์ ห่อนบุญเหิม,<sup>2</sup>จารูวรรณ ก้าวหน้าไกล,<sup>3</sup>กฤษณา จอดนอก,<sup>4</sup> รำไพ เกตุจิระโชติ<sup>5</sup>  
Aranya Jodnok,<sup>1</sup>Promjit Hornboonherm,<sup>2</sup>Jaruwan Kaownakai,<sup>3</sup>Kritsana Jordnork,<sup>4</sup>Rumpai Ketjirachot<sup>5</sup>

**บทคัดย่อ**

การวิจัยเชิงพรรณานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองและการดูแลบุตร ของมารดาหลังคลอดด้วยรุ่น กลุ่มตัวอย่างเป็นมารดาหลังคลอดด้วยรุ่น แผนกสูติกรรมสามัญ โรงพยาบาลมหาสารคาม จำนวน 125 คน เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามความรู้ในการดูแลตนเองและแบบสอบถามความรู้ในการดูแลบุตร ค่าความเชื่อมั่นเมื่อใช้ KR 20 เท่ากับ 0.79 และ 0.80 ตามลำดับ แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเองและแบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลบุตร ค่าความเชื่อมั่นเมื่อใช้สัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค เท่ากับ 0.86 และ 0.79 ตามลำดับ ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุ 17-19 ปี (80.80%) อาชีพแม่บ้าน(38.40%) จบการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น (55.20%) รายได้น้อยกว่า 5, 000 บาท (96.80%) ตั้งครรภ์ครั้งแรก (89.60%) สถานภาพสมรสแต่งงานอยู่ด้วยกัน (55.20%) ไม่เคยมีประสบการณ์การเลี้ยงทารก (66.40%) เคยได้รับความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองหลังคลอดและการดูแลบุตร (65.60%) ระดับความรู้ในการดูแลตนเองและดูแลบุตรอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X}=16.8, \bar{X}=12.61$ ) คะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองและพฤติกรรมการดูแลบุตรอยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X}=43.76, \bar{X}=50.86$ )

**คำสำคัญ:** ความรู้ในการดูแลตนเองและบุตร, พฤติกรรมการดูแลตนเองและบุตร, มารดาหลังคลอดด้วยรุ่น

---

<sup>1,3</sup> อาจารย์คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม 44150

<sup>2</sup> รองศาสตราจารย์ ดร.คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม 44150

<sup>4,5</sup> พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลมหาสารคาม อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม 44150

<sup>1,3</sup> Lecturer, Faculty of Nursing, Mahasarakham University, Kantharawicha District, Maha sarakham 44150

<sup>2</sup> Associate Professor Dr., Faculty of Nursing, Mahasarakham University, Kantharawicha District, Maha sarakham 44150

<sup>4,5</sup> Nurse, Mahasarakham Hospital, Meung District, Maha sarakham 44150

## Abstrac

This descriptive study was aimed to study knowledge self-care behavior and child care among teenage mothers. The sample consisted of 125 teenage mothers at the Post partum Ward at Mahasarakham Hospital. The data were collected by using the questionnaire knowledge of self-care and child care. Questionnaires with KR 20 0.79 and 0.80. Using other questionnaire were behavior self-care and child care with Cronbach's Alpha Method 0.86 and 0.79. The findings showed that most sample's aged were 17-19 years old (80.80%), were housewife (38.40%), junior secondary school (55.20%), income less than 5,000 Baht (96.80%), primigravida (89.60%), married and cohabitated (55.20%). Most sample did not have experience of child care (66.40%), received information about self-care and child care (65.60%). Level of knowledge about self-care and child care were medium ( $\bar{X}=16.8, \bar{X}=12.61$ ) and level of self-care behavior and child care behavior were medium ( $\bar{X}=43.76, \bar{X}=50.86$ ).

**Keywords:** self-care and child care knowledge, self-care behavior and child care behavior, teenage mother

## บทนำ

มารดาในระยะหลังคลอดจะมีการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายซึ่งเป็นภาวะสำคัญที่ต้องเผชิญ ทั้งยังต้องปรับตัวเพื่อเตรียมพร้อมที่จะดูแลบุตร การดูแลมารดาหลังคลอดจะมุ่งเน้นการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น เพื่อให้มารดาและทารกมีสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ ซึ่งในการส่งเสริมสุขภาพ เป็นการส่งเสริมให้มารดาหลังคลอดสามารถดูแลตนเองและสามารถเลี้ยงดูบุตรได้อย่างมีประสิทธิภาพ วัยรุ่นเป็นวัยที่เริ่มมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก จึงมีพัฒนาการอย่างรวดเร็วทั้งทางร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ วัยรุ่นเป็นวัยที่มีพฤติกรรมอยากรู้ อยากเห็น โดยเฉพาะในเรื่องเพศ และจากการศึกษาปัจจุบันนี้พบว่าวัยรุ่นไทยมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่ออายุน้อย จากข้อมูลการสำรวจอนามัยการเจริญพันธุ์ในปี พ.ศ. 2552 พบว่าวัยรุ่นหญิงมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่ออายุ 12 ปี ส่วนวัยรุ่นชายมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกอายุ 13 ปี<sup>1</sup> วัยรุ่นถือว่าการมีเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องปกติธรรมดา และยังพบว่าวัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานมากขึ้น จากรายงานสำรวจของสถาบันวิจัยประชากรและสังคมมหาวิทยาลัยมหิดลในปี พ.ศ. 2546 ด้านพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นในประเทศไทย พบว่าอายุเฉลี่ยของวัยรุ่นที่เริ่มมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกคือ อายุ 16 ปี<sup>2</sup> และในประเทศที่กำลังพัฒนาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นจะพบว่าเป็นปัญหาหนึ่งของสังคม<sup>3</sup> เมื่อวัยรุ่นตั้งครรภ์และคลอดบุตร นอกจากร่างกาย

จะมีการเปลี่ยนแปลงแล้วมารดาวัยรุ่นจะต้องปรับบทบาทของความเป็นมารดาและยังต้องรักษาบทบาทการเป็นภรรยาไว้ อีกทั้งยังต้องมีความรู้ในการดูแลตนเองและดูแลบุตร มารดาหลังคลอดวัยรุ่นมักเกิดความรู้สึกยุ่งยากและไม่มั่นใจ ทั้งยังขาดความรู้และประสบการณ์ในการดูแลตนเองหลังคลอดและการดูแลบุตร ส่งผลให้มีการปฏิบัติตัวที่ไม่ถูกต้องในการดูแลตนเองและดูแลบุตร ซึ่งจะทำให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพของมารดาและบุตร และเกิดปัญหาอื่น ๆ ตามมา การดูแลมารดาหลังคลอดวัยรุ่นจึงมุ่งเน้นการให้ความรู้ในการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น เพื่อให้มารดาและทารกมีสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์<sup>5</sup>

จากความสำคัญของปัญหาดังกล่าว ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาความรู้และพฤติกรรมในการดูแลตนเองและการดูแลบุตรของมารดาหลังคลอดวัยรุ่น เพื่อนำผลการวิจัยมาใช้เป็นแนวทางในการจัดโปรแกรมการสอน และให้ความรู้ที่สอดคล้องกับกลุ่มมารดาหลังคลอดวัยรุ่น ตลอดจนเป็นการพัฒนาคุณภาพการบริการ ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนางานอนามัยแม่และเด็กต่อไป

## วัตถุประสงค์

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา

1. ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองและการดูแลบุตร ของมารดาหลังคลอดวัยรุ่น

2.พฤติกรรมการดูแลตนเองและการดูแลบุตรของมารดา  
หลังคลอดด้วยรุ่น

**กรอบแนวคิดในการวิจัย**

ในการวิจัยครั้งนี้ คณะผู้วิจัยใช้กรอบทฤษฎีการพยาบาลของโอเร็ม<sup>6</sup> ซึ่งกล่าวไว้ว่า ความต้องการการดูแลตนเองที่จำเป็น เป็นกิจกรรมที่บุคคลจะกระทำเพื่อตนเองหรือกิจกรรมที่ต้องการให้กระทำเพื่อบุคคล ส่วนกิจกรรมการดูแลตนเองที่ต้องกระทำเพื่อสนองตอบความต้องการการดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไป ได้แก่ การคงไว้ซึ่งการได้รับอากาศ น้ำ อาหาร การจัดการเกี่ยวกับกระบวนการขับถ่าย และการขับของเสียให้เป็นปกติ การคงไว้ซึ่งความสมดุลระหว่างกิจกรรมและการพักผ่อน,การใช้เวลาเป็นส่วนตัว และการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม,การป้องกันอันตรายต่อชีวิต การทำหน้าที่ และความผาสุกและส่งเสริมภาวะปกติของการทำหน้าที่และพัฒนาการตามปกติของตนให้ถึงขีดสุด

**วิธีการศึกษา**

**รูปแบบการศึกษา** ใช้วิธีการวิจัยเชิงพรรณนา

( Descriptive research)

**ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง** ประชากรกลุ่ม

ตัวอย่าง ได้แก่ มารดาหลังคลอดด้วยรุ่น อายุ 11-19 ปี ณ แผนกสูติกรรมสามัญ โรงพยาบาลมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม ในระหว่างวันที่ 15 ตุลาคม 2554 – 15 กรกฎาคม 2555 โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงจำนวน 125 คน

**เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย**

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ประกอบด้วย

**ส่วนที่ 1** แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ได้แก่ อายุ อาชีพ ระดับการศึกษา สถานะภาพสมรส รายได้ของครอบครัว ประสบการณ์การเลี้ยงทารก การได้รับความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองหลังคลอดและการดูแลบุตร จำนวน 7 ข้อ

**ส่วนที่ 2** แบบสอบถามเกี่ยวกับความรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองและดูแลบุตร จำนวน 63 ข้อ ประกอบด้วย

2.1 แบบสอบถามเกี่ยวกับความรู้ในการดูแลตนเอง

2.2 แบบสอบถามเกี่ยวกับความรู้ในการดูแลบุตร

2.3 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมในการดูแลตนเอง

2.4 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมในการดูแลบุตร

แบบสอบถามความรู้ในการดูแลตนเองและความรู้ในการดูแลบุตร ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง เป็นแบบสอบถามการประมาณค่า 2 ระดับ

**เกณฑ์การให้คะแนน**

ข้อคำถามที่เป็นบวก หรือถูก

ใช่ ให้คะแนน 1 คะแนน

ไม่ใช่ ให้คะแนน 0 คะแนน

ข้อคำถามที่เป็นลบ หรือผิด ได้แก่

ใช่ ให้คะแนน 0 คะแนน

ไม่ใช่ ให้คะแนน 1 คะแนน

**เกณฑ์การแปลผล**

การแปลความหมายค่าคะแนนเฉลี่ย เป็น 3 ระดับ โดยใช้เกณฑ์การแปลผล mean,SD ดังนี้

คะแนน (mean+SD) หมายถึง ความรู้อยู่ในระดับมาก

คะแนน (mean+SD)-(mean-SD) หมายถึง ความรู้อยู่ในระดับปานกลาง

คะแนน (mean-SD) หมายถึง ความรู้อยู่ในระดับน้อย

แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเองและการดูแลบุตร

โดยผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง เป็นแบบสอบถามมาตราส่วนการ

ประมาณค่า 4 ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน

ข้อคำถามที่มีความหมายทางบวก ให้คะแนน ดังนี้

ปฏิบัติประจำ ให้คะแนน 4 คะแนน

ปฏิบัติบ่อย ๆ ให้คะแนน 3 คะแนน

ปฏิบัติบางครั้ง ให้คะแนน 2 คะแนน

ไม่เคยปฏิบัติเลย ให้คะแนน 1 คะแนน

ข้อคำถามที่มีความหมายทางลบ ให้คะแนน ดังนี้

ปฏิบัติประจำ ให้คะแนน 1 คะแนน

ปฏิบัติบ่อย ๆ ให้คะแนน 2 คะแนน

ปฏิบัติบางครั้ง ให้คะแนน 3 คะแนน

ไม่เคยปฏิบัติเลย ให้คะแนน 4 คะแนน

การแปลความหมายค่าคะแนนเฉลี่ย เป็น 3 ระดับ โดยใช้เกณฑ์การแปลผล mean,SD ดังนี้

คะแนน (mean+SD) หมายถึง การปฏิบัติอยู่ในระดับมาก

คะแนน (mean+SD)-(mean-SD) หมายถึง การปฏิบัติอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนน (mean-SD) หมายถึง การปฏิบัติอยู่ในระดับน้อย

#### การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้ผ่านการตรวจสอบความถูกต้องและความเที่ยงตรงตามเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ 3 คน ภายหลังจากแก้ไขปรับปรุงได้นำไปหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือในมารดาหลังคลอดจำนวน 30 ราย ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความรู้ในการดูแลตนเองและการดูแลบุตร 0.79 และ 0.8 ตามลำดับ แบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเองและการดูแลบุตร 0.86 และ 0.79 ตามลำดับ

#### ข้อกำหนดเชิงจริยธรรม

ก่อนเริ่มสัมภาษณ์และเก็บข้อมูลทุกครั้ง ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยอ่านเอกสารขอคำยินยอม ( consent form) ให้กลุ่มตัวอย่างฟังก่อน สอบถามความเข้าใจและถามความสมัครใจของกลุ่มตัวอย่างในการให้ข้อมูล ถ้ากลุ่มตัวอย่างเต็มใจให้สัมภาษณ์ กลุ่มตัวอย่างจะลงชื่อตนเองและลงวันที่เพื่อเป็นการยืนยัน ว่าได้ฟังรายละเอียดโครงการแล้วและยินยอมให้สัมภาษณ์ โดยกลุ่มตัวอย่างสามารถบอกยกเลิกการให้สัมภาษณ์หรือตอบแบบสอบถามได้ตามความต้องการของตนเอง ข้อมูลในการศึกษาจะไม่ระบุชื่อผู้ตอบ และจะเก็บไว้เป็นความลับ ผลการศึกษาจะรายงานในภาพรวมทั้งหมดของงานวิจัยเท่านั้น

**การเก็บข้อมูล** ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยให้กลุ่มตัวอย่างที่สามารถอ่านออกเขียนได้ทำแบบสอบถามสำหรับผู้ที่ไม่อ่านหนังสือไม่ออกผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยจะอ่านให้ฟังและให้กลุ่มตัวอย่างเลือกคำตอบ การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

#### ผลการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างมีทั้งหมด 125 คน ส่วนใหญ่มีอายุ 17-19 ปี (80.80%) ประกอบอาชีพแม่บ้านมากที่สุด (38.40%) การศึกษาจบมัธยมศึกษาตอนต้น (55.20%) รายได้น้อยกว่า 5,000 บาท (96.80%) ตั้งครรภ์ครั้งแรก (89.60%) สถานภาพสมรสแต่งงานแล้วอยู่ด้วยกัน (55.20%) ไม่เคยมีประสบการณ์การเลี้ยงทารก (66.40%) เคยได้รับความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองหลังคลอดและการดูแลบุตร (65.60%) รายละเอียดตั้ง Table 1

มารดาหลังคลอดมีความรู้ในการดูแลตนเองอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด จำนวน 94 คน (75.20%) มีความรู้ในการดูแลตนเองอยู่ในระดับน้อย จำนวน 24 คน (19.20%) มีความรู้ในการดูแลตนเองอยู่ในระดับมาก จำนวน 7 คน (5.6%)

มารดาหลังคลอดมีความรู้ในการดูแลบุตรอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด จำนวน 68 คน (54.40%) มีความรู้ในการดูแลบุตรอยู่ในระดับมาก จำนวน 35 คน (28.00%) มีความรู้ในการดูแลบุตรอยู่ในระดับน้อย จำนวน 22 คน (17.60%) รายละเอียดตั้ง Table 2,3

มารดาหลังคลอดมีคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด จำนวน 82 คน (65.60%) มีพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ในระดับมาก จำนวน 23 คน (18.40%) มีพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ในระดับน้อย จำนวน 20 คน (16.00%)

มารดาหลังคลอดมีคะแนนพฤติกรรมการดูแลบุตรอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด จำนวน 80 คน (64.00%) มีพฤติกรรมการดูแลบุตรอยู่ในระดับมาก จำนวน 24 คน (19.20%) มีพฤติกรรมการดูแลบุตรอยู่ในระดับน้อย จำนวน 21 คน (16.80%) รายละเอียดตั้ง Table 4,5

**Table 1** General characteristics of subjects ( n=125 )

	Number	Percentage
<b>Age</b>		
11-13 years	0	0.00
14-16 years	24	19.20
17-19 years	101	80.80
<b>Occupation</b>		
Housewife	48	38.40
Employee	31	24.80
Student	23	18.40
Agricultural pursuit	13	10.40
Trade	9	7.20
State enterprise	1	0.80

**Table 1** General characteristics of subjects ( n=125 )

	Number	Percentage
<b>Highest education</b>		
Primary school	10	8.00
Junior secondary school	69	55.20
Senior secondary school	42	33.60
Diploma	1	0.80
No education	3	2.40
<b>Status</b>		
Cohabitate	69	55.20
Separate	3	3.40
Banned	53	41.40
<b>Income</b>		
< 5,000 Baht	121	96.80
5,000-10,000 Baht	-	-
10,000-20,000 Baht	-	-
> 20,000 Baht	4	3.20
<b>Gestation</b>		
1 pregnancy	112	89.60
2 pregnancy	12	9.60
3 pregnancy	1	0.80
<b>Experience of child care</b>		
Yes	42	33.60

No	83	66.40
Received information about self-care and child care		
Yes	82	65.60
No	43	34.40

**Table 2** Percentage of knowledge self-care and child care of teenage mothers

	n	Percentage
Knowledge of self-care		
High	7	5.60
Medium	94	75.20
Low	24	19.20
Knowledge of child care		
High	35	28.00
Medium	68	54.40
Low	22	17.60

**Table 3** Full score, high score, low score, mean, SD of knowledge self-care and child care of teenage mothers

	full score	high score	low score	mean	SD	level
Knowledge of self-care	20	20	11	16.80	1.96	Medium
Knowledge of child care	15	15	8	12.61	1.30	Medium

**Table 4** Percentage of self-care behavior and child care of teenage mothers

	n	Percentage
Behavior of self-care		
High	23	18.40
Medium	82	65.60
Low	20	16.00
Behavior of child care		
High	24	19.20
Medium	80	64.00
Low	21	16.80

**Table 5** Full score, high score, low score, mean, SD of self-care behavior and child care of teenage mothers

	full score	high score	low score	mean	SD	level
Behavior of self-care	52	52	31	43.76	4.85	Medium
Behavior of child care	60	60	40	50.86	4.90	Medium

**อภิปรายผล**

มารดาหลังคลอดด้วยรุ่นส่วนใหญ่เป็นแม่บ้าน การศึกษาชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีรายได้น้อยกว่า 5,000 บาท ส่วนใหญ่ตั้งครรถ์ครั้งแรกและไม่เคยมีประสบการณ์ในการเลี้ยงทารก กลุ่มตัวอย่างบางส่วน เคยได้รับความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองหลังคลอดและการดูแลบุตร จากแพทย์และพยาบาล เจ้าหน้าที่ในทีมสุขภาพ และจากญาติ

มารดาหลังคลอดด้วยรุ่นส่วนใหญ่มีความรู้ในการดูแลตนเองอยู่ในระดับปานกลาง (75.20%) อาจเป็นเพราะว่ามารดาหลังคลอดด้วยรุ่นที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ตั้งครรถ์ครั้งแรก ยังขาดประสบการณ์ในการคลอด และการดูแลตนเองหลังคลอด อีกทั้งส่วน

ใหญ่เรียนจบชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น แม้ว่ามารดาจะเคยได้รับความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองในขณะตั้งครรถ์และในระยะหลังคลอดจากแพทย์และพยาบาล รวมทั้งจากญาติ หรือผู้ที่เคยผ่านการคลอดบุตรมาก่อน แต่ความรู้ที่ได้รับในระหว่างตั้งครรถ์อาจจะไม่เพียงพอหรือมารดาอาจจะลืม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ จิราพร ไชยวงศ์<sup>1</sup> ได้ศึกษาผลการถ่ายทอดความรู้โดยตรงแบบตัวต่อตัว ต่อการดูแลตนเองของมารดาหลังคลอด ในสถานบริการสุขภาพพิเศษ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ผลการศึกษาพบว่า ในขณะที่อยู่โรงพยาบาลมารดายังไม่พร้อมในการดูแลตนเอง ขาดความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองภายหลังคลอด โดยเฉพาะในเรื่องการดูแลแผลฝีเย็บและการสังเกตน้ำคาวปลา และจากงานวิจัยของ พรพรรณ รัตนปทุมวรรณ<sup>2</sup> ได้ศึกษาการส่งเสริมศักยภาพการดูแลตนเองของหญิงหลังคลอด อำเภอพิมาย จังหวัดนครราชสีมา ผลการศึกษาพบว่า หญิงหลังคลอดที่ได้รับกิจกรรมแทรกแซงมีความรู้และพฤติกรรมการดูแลตนเองดีกว่าก่อนได้รับกิจกรรมแทรกแซง

อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ดังนั้นเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดในการดูแลมารดาหลังคลอด การให้ความรู้ในการดูแลตนเองแก่มารดาหลังคลอด ยังเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นอย่างมาก ซึ่งอาจจะดำเนินการโดยจัดโปรแกรมการสอนสุขศึกษา โดยให้สุขศึกษารายกลุ่ม มีเอกสารแผ่นพับแจก เปิดวีซีดีคำแนะนำในการปฏิบัติตัวหลังคลอด รวมทั้งการสอน การสาธิตและให้ความรู้เป็นรายบุคคล

มารดาหลังคลอดด้วยรุ่นส่วนใหญ่มีความรู้ในการดูแลบุตรอยู่ในระดับปานกลาง (54.40%) ความรู้ที่ได้รับส่วนใหญ่จากแพทย์ พยาบาล เจ้าหน้าที่อนามัย และญาติ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ พะเยาว์ เงินคล้าย<sup>3</sup> ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาตามแนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจเพื่อการดูแลตนเองและการเลี้ยงดูบุตรของมารดาด้วยรุ่น ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับโปรแกรมสุขศึกษามีความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตร และพฤติกรรมการเลี้ยงดูบุตร สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ทั้งนี้มารดาด้วยรุ่นที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นมารดาหลังคลอดครรถ์แรก ยังขาดประสบการณ์ในการดูแลทารกแรกเกิด ดังนั้นการได้รับความรู้จากบุคลากรทางการแพทย์พยาบาล และบุคลากรอื่นๆในทีมสุขภาพ รวมทั้งการสนับสนุนจากครอบครัว ยังมีความจำเป็นในการดูแลมารดาหลังคลอด เพื่อให้มารดาหลังคลอดมีความมั่นใจในการดูแลบุตรของตนเอง เพราะมารดาหลังคลอดนอกจากจะดูแลตนเองให้พ้นจากอาการเหนื่อยล้าจากการคลอดแล้ว ยังต้องมีหน้าที่อีกอย่างหนึ่งคือการดูแลบุตร ดังนั้นในการดูแลมารดาหลังคลอด การให้ความรู้แก่มารดาหลังคลอดในด้านการดูแลบุตรเป็นสิ่งทีบุคลากรในทีมสุขภาพจะต้องให้ความสำคัญเช่นเดียวกับการให้ความรู้ในการดูแลตนเองของมารดาหลังคลอด เช่น การจัดโรงเรียนพ่อแม่เป็นบริการของกระทรวงสาธารณสุขที่มุ่งหวังจะพัฒนาคุณภาพพ่อแม่ให้มีความ

พร้อมทาง ด้านความรู้ เจตคติ และทักษะในการดูแลตนเองและทารก เพื่อให้มารดาสามารถดูแลตนเองและบุตรให้มีพัฒนาการสมบุรณ์ตามวัย โดยใช้กระบวนการสอนในรูปแบบต่าง ๆ มาใช้เป็นแนวทางในการดำเนินการ<sup>10</sup>

มารดาหลังคลอดวัยรุ่นส่วนใหญ่มีคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ในระดับปานกลาง (65.60%) อาจจะเป็นเพราะ มารดาหลังคลอดที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ตั้งครรถ์ครั้งแรก ยังขาดประสบการณ์ในการดูแลตนเองหลังคลอด อีกทั้งในระยะหลังคลอด ร่างกายของมารดาหลังคลอดมีความอ่อนล้าจากการคลอดบุตร การเจ็บแผล อาการปวดมดลูก และความเหนื่อยล้าจากการสูญเสียโลหิตจากการคลอดบุตร ปัจจัยเหล่านี้อาจจะส่งผลให้มารดาหลังคลอดไม่สามารถดูแลตนเองได้ดีเท่าที่ควร ซึ่งไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของกชกร ไพรัตน์<sup>11</sup> ได้ศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของมารดาหลังคลอดที่มารับบริการ ณ คลินิกวางแผนครอบครัววิทยาลัยแพทยศาสตร์ กรุงเทพมหานครและวชิรพยาบาล พบว่า มารดาหลังคลอดมีพฤติกรรมการดูแลตนเองอยู่ในระดับสูง อย่างไรก็ตามการดูแลช่วยเหลือในการทำกิจกรรมต่าง ๆ แก่มารดาในระยะหลังคลอดมีความสำคัญและจำเป็นอย่างมากในการพยาบาลมารดาหลังคลอด เพื่อจะช่วยให้มารดาหลังคลอดสามารถฟื้นฟูสภาพร่างกายให้กลับเข้าสู่ภาวะปกติโดยเร็ว อีกทั้งยังสามารถจะดูแลตนเองได้เป็นอย่างดี เพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นในระยะหลังคลอด

มารดาหลังคลอดวัยรุ่นส่วนใหญ่มีคะแนนพฤติกรรมการดูแลบุตรอยู่ในระดับปานกลาง (64.00%) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะมารดาหลังคลอดที่เป็น

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ยังไม่มีประสบการณ์การดูแลทารก แต่บางส่วนอาจจะมีประสบการณ์ในการดูแลทารกแรกเกิดมาก่อนแล้ว เช่น ดูแลหลาน ถึงแม้ว่าส่วนใหญ่จะเคยได้รับความรู้ในการดูแลบุตรจากแพทย์พยาบาลและเจ้าหน้าที่ในทีมสุขภาพ แต่มารดาหลังคลอดวัยรุ่นส่วนใหญ่ยังไม่มีประสบการณ์ในการดูแลบุตรด้วยตนเอง อีกทั้งปัจจัยต่างๆที่มีผลต่อการปรับตัวของมารดา เช่น ความอ่อนเพลีย ความไม่สุขสบายด้านร่างกาย ความไม่มั่นใจ ไม่มีผู้ช่วยเหลือ ปัญญาครอบคร้ว หรือไม่มีความสามารถในการดูแลบุตร ซึ่งปัจจัยเหล่านี้จะทำให้มารดาหลังคลอดไม่สนใจดูแลบุตรเท่าที่ควร<sup>12</sup> ดังนั้นผู้ที่เกี่ยวข้องในการดูแลมารดาหลังคลอด ควรมีการส่งเสริมทั้งทางด้านทำให้ความรู้และช่วยเหลือดูแลแก่มารดาหลังคลอดในการดูแลบุตรของตนเอง เพื่อให้มารดาหลังคลอดเกิดความภาคภูมิใจในการเป็นมารดาและเกิดความมั่นใจที่จะดูแลบุตรของตน นอกจากนั้นควรสนับสนุนให้สามีและญาติมีส่วนร่วมในการดูแลบุตร ไม่ว่าจะเป็นการจัดกลุ่มชั้นเรียนโดยให้ญาติและสามีมีส่วนร่วมในการดูแลบุตร จัดให้มีกลุ่มสารสัมพันธ์ครอบครัว โดยกระตุ้นให้สามีและสมาชิกในครอบครัวมีบทบาทมากขึ้นในการดูแลบุตร

### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

การศึกษาครั้งนี้เก็บข้อมูลเฉพาะจากมารดาวัยรุ่นที่มากลอดบุตร ณ โรงพยาบาลมหาสารคาม เท่านั้น จึงควรศึกษามารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรเพิ่มเติมในชุมชนต่าง ๆ เพื่อจะได้ข้อมูลที่หลากหลายและนำข้อมูลที่ได้มาใช้ในการวางแผนการดูแลและส่งเสริมสุขภาพมารดาวัยรุ่นและบุตรต่อไป

### กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคามที่สนับสนุนทุนวิจัยงบประมาณแผ่นดิน ปีงบประมาณ 2554

## เอกสารอ้างอิง

1. สุรัชดา กองศรีและคณะ. ข้อค้นพบและแนวโน้มอนามัยเจริญพันธุ์ของวัยรุ่นไทย : แม่วัยรุ่นขาดความรู้ ขาดการป้องกัน. สืบค้นจาก <http://ihppthaigov.net/publication/attachnewsletter/29/chapter1.pdf>. [online]. 10 สิงหาคม 2556.
2. สุริยเดว ทรีปาตี. วัยรุ่นกับเพศสัมพันธ์ (Adolescent Sexuality). ใน: เอกสารการประชุมสัมมนาทางวิชาการ National Forum on Birth Defects and Disabilities ครั้งที่ 4. กระทรวงสาธารณสุข. กรุงเทพฯ: วันที่ 8-9 พฤศจิกายน 2555. หน้า 162.
3. เยื่อน ต้นนรินทร์, วรพงศ์ ภูพวงศ์. เวชศาสตร์มารดาและทารกในครรภ์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : พิมพ์ดีจำกัด, 2551.
4. ประทักษ์ โอประเสริฐสวัสดิ์, วินิต พัวประดิษฐ์ และสุรศักดิ์ ฐานิพานิชสกุล. สูติศาสตร์รามธิบดี 2. กรุงเทพฯ : โฮลิสติก พับลิชชิ่ง, 2540.
5. สันธาน สุวรรณสิน. ผลการคลอดในมารดาวัยรุ่น : การศึกษาเปรียบเทียบ Delivery outcomes of teenage pregnancy : A cohort study. สืบค้นจาก <http://www.rajanukul.com>. [online]. 3 กันยายน 2554.
6. พร้อมจิตร์ ห่อนบุญเหิม. การพยาบาลในระยะคลอด. โครงการตำราคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. มหาสารคาม : อภิชาติการพิมพ์, 2553.
7. จิราพร ไชยวงศ์. ผลการถ่ายทอดความรู้โดยตรงแบบตัวต่อตัว ต่อการดูแลตนเองของมารดาหลังคลอดในสถานบริการสุขภาพพิเศษ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. 2545. สืบค้นจาก: [http://archive.lib.cmu.ac.th/full/T/2551/mph0951kp\\_ch2.pdf](http://archive.lib.cmu.ac.th/full/T/2551/mph0951kp_ch2.pdf). [online]. 10 สิงหาคม 2556.
8. พรธณี รัตนปทุมวรรณ. การส่งเสริมศักยภาพการดูแลตนเองของหญิงหลังคลอด อำเภอพิมาย จังหวัดนครราชสีมา.. 2544. สืบค้นจาก: <http://thairesearch.org/>. [online]. 10 สิงหาคม 2556.
9. เพยาน์ เงินคล้าย. ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาตามแนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจเพื่อการดูแลตนเองและการเลี้ยงดูบุตรของมารดาวัยรุ่น. ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพ. บัณฑิตวิทยาลัย วิทยาลัยการแพทย์กรุงเทพมหานครและวชิรพยาบาล, 2550.
10. กรมอนามัย. คู่มือวิทยาการโรงเรียนพ่อแม่ สำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข. กรุงเทพฯ : มปป.
11. กชกร ไพรัตน์. พฤติกรรมการดูแลตนเองของมารดาหลังคลอดที่มารับบริการ ณ คลินิกวางแผนครอบครัววิทยาลัยแพทยศาสตร์ กรุงเทพมหานครและวชิรพยาบาล. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2544.
12. วิไลพรรณ สวัสดิ์พาณิชย์. การพยาบาลมารดาหลังคลอด. พิมพ์ครั้งที่ 7. คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. ชลบุรี: ศรีศิลป์การพิมพ์, 2554.