

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

ภาคผนวก

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

ภาคผนวก ก
แบบสอบถาม

แบบสอบถาม
เรื่องพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง
ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นที่มาใช้บริการในแผนกฝากครรภ์โรงพยาบาลอินทร์บุรี
จังหวัดสิงห์บุรี

แบบสอบถาม เรื่องพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นที่มาใช้บริการในแผนกฝากครรภ์โรงพยาบาลอินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี ผู้วิจัยต้องการทราบพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพระหว่างการตั้งครรภ์ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น คำตอบของท่านไม่มีถูกหรือผิด ดังนั้นจึงโปรดตอบคำถามตามแนวทางการดูแลตนเองที่ท่านได้กระทำอยู่จริง คำตอบที่ได้จากท่าน ผู้วิจัยจะเก็บไว้เป็นความลับ และไม่มีผลต่อการเข้ารับบริการฝากครรภ์แต่อย่างใด แต่จะเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม เพราะจะนำไปเป็นแนวทางในการปรับปรุงการบริการด้านสุขภาพให้มีประสิทธิภาพและเหมาะสมต่อการให้บริการต่อไป

ผู้วิจัยขอขอบคุณท่านที่ได้กรุณาให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามครั้งนี้

จิราพร คำรอด

นักศึกษาปริญญาโท สาขายุทธศาสตร์การพัฒนา
มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ลพบุรี

แบบสอบถาม
เรื่องพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง
ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นที่มารับบริการในแผนกฝากครรภ์โรงพยาบาลอินทร์บุรี
จังหวัดสิงห์บุรี

แบบสอบถามเรื่อง พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นที่มารับบริการในแผนกฝากครรภ์โรงพยาบาลอินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรีนี้ ผู้วิจัยมีความประสงค์ต้องการทราบถึงพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพระหว่างการตั้งครรภ์ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น ในมุมมองของผู้ให้บริการทางสุขภาพ ดังนั้นจึงขอให้ท่านตอบคำถามภายใต้ข้อมูลของความเป็นจริงที่ท่านพบว่าเกิดขึ้นกับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น ข้อมูลที่ผู้วิจัยได้รับ จะนำมาประมวลผลเพื่อทำให้เกิดข้อสรุปและนำไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นที่เหมาะสมต่อไป

จิราพร คำรอด

นักศึกษาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพุทธศาสตร์การพัฒนาศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ลพบุรี

แบบสอบถามการดูแลตนเองขณะตั้งครรภ์ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น

คำชี้แจงแบบสอบถาม

แบบสอบถามชุดนี้ ประกอบไปด้วยข้อมูล 3 ตอน ดังรายละเอียดดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเรื่องการดูแลสุขภาพตนเอง แบบสอบถามนี้ต้องการทราบถึง การปฏิบัติตัวของท่านในระยะตั้งครรภ์ โดยแบบสอบถามจะมีข้อความให้ท่านอ่าน เพื่อพิจารณา ว่าการปฏิบัติของท่านในระยะตั้งครรภ์ตรงกับข้อความในแต่ละข้อมากน้อยเพียงใด ดังนั้นคำตอบ จึงไม่มีถูกหรือผิด โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติของท่านมากที่สุด แต่ละข้อ ของแบบสอบถามท่านสามารถตอบได้เพียงคำตอบเดียว และกรุณาตอบทุกข้อในแบบสอบถาม จะประกอบไปด้วยเนื้อหา 4 ด้าน คือ

1. ด้านโภชนาการ
2. ด้านการป้องกันรักษาสุขภาพ
3. ด้านกิจวัตรประจำวัน
4. ด้านสุขภาพจิต

ตอนที่ 3 แบบสอบถามปัญหาและอุปสรรคในการดูแลสุขภาพตนเองของหญิงตั้งครรภ์
วัยรุ่น

ขอความกรุณาให้ท่านตอบแบบสอบถามให้ครบทุกข้อ

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

1. อายุ.....ปี
2. ท่านมาฝากครรภ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์.....สัปดาห์
3. ท่านอาศัยอยู่กับ
 - () บิดา-มารดาตนเอง
 - () บ้านสามี
4. ในขณะที่ท่านมาฝากครรภ์ ผู้ที่พาท่านมาคือ
 - () บิดา-มารดา
 - () บิดา-มารดาของสามี
 - () สามี
 - () มาคนเดียว
 - () เพื่อน
5. ท่านมีรายได้/เดือน
 - () ต่ำกว่า 3,000 บาท
 - () 3,000 – 5,000 บาท
 - () 5,000 – 10,000 บาท
 - () มากกว่า 10,000 บาท
6. ระดับการศึกษาสูงสุด
 - () ประถมศึกษา
 - () มัธยมศึกษาตอนต้น/ปวช.
 - () มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวส.
 - () อื่นๆ โปรดระบุ.....

ตอนที่ 1 แบบสอบถามการดูแลตนเองขณะตั้งครรภ์ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น

การดูแลตนเองด้านโภชนาการ	รับ ประทาน ทุกวัน	รับ ประทาน วันเว้นวัน	รับ ประทาน สัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง	ไม่รับ ประทาน เลย
1. ท่านรับประทานไข่วันละ 1 ฟอง				
2. ท่านรับประทานอาหารประเภทแป้ง เช่น ข้าว ข้าวเหนียว ในปริมาณที่ลดลงกว่าก่อนตั้งครรภ์				
3. ท่านรับประทานอาหารประเภทเนื้อสัตว์ เช่น หมู ไก่ ปลา ทุกวัน				
4. ท่านดื่มนมอย่างน้อยวันละ 1 แก้ว หรือ 1 กลอง				
5. ท่านรับประทานผักใบเขียวและผักอื่น				
6. ขณะตั้งครรภ์ท่านรับประทาน ผักดอง ผลไม้ดอง				
7. ท่านรับประทานอาหารที่ประกอบด้วยน้ำมัน มากกว่าวันละ 2-3 ช้อนโต๊ะ				
8. ท่านดื่มชากาแฟหรือน้ำอัดลมขณะตั้งครรภ์				
9. ท่านรับประทานผลไม้ เช่น ส้มหรือมะละกอขณะตั้งครรภ์				

การดูแลตนเอง ด้านการป้องกันรักษาสุขภาพตนเอง	ปฏิบัติ เป็น ประจำ	ปฏิบัติ เป็น บางครั้ง	ปฏิบัติ นานๆ ครั้ง	ไม่ ปฏิบัติ เลย
10. ท่านเดินขึ้นบันไดหรือเดินบนพื้นที่เสี่ยงต่อการลื่นล้ม เช่น พื้นที่มีน้ำขัง หรือสวมรองเท้าส้นสูงกว่า 1 นิ้ว				
11. ท่านไปตรวจสุขภาพฟันทุก 6 เดือน หรืออุดฟันเมื่อ พบว่า มีฟันผุ				
12. ท่านอาบน้ำในแม่น้ำ หรืออ่างอาบน้ำ				
13. ท่านหลีกเลี่ยงบุคคลที่เป็นโรคติดต่อ เช่น หัด หวัด				
14. ท่านสูบบุหรี่ขณะตั้งครรภ์				
15. ท่านมาตรวจครรภ์ตามที่นัดทุกครั้ง				
16. เมื่อเจ็บป่วยท่านซื้อยารับประทานเอง				
17. ท่านรับประทานยาบำรุงที่ได้รับทุกวัน				
18. ขณะตั้งครรภ์ท่านดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์				
19. ท่านสนใจสังเกตอาการผิดปกติขณะตั้งครรภ์ เช่น อาการเลือดออกทางช่องคลอด อาการปวดศีรษะ ตาพร่า มือเท้าบวม, อาการใจสั่น เหงื่อออก เหนียวง่าย อาการคันของทารก				
20. ถ้าพบว่าทารกในครรภ์ไม่ดิ้นต้องไปพบแพทย์				

การดูแลตนเอง ด้านกิจวัตรประจำวัน	ปฏิบัติ เป็น ประจำ	ปฏิบัติ เป็น บางครั้ง	ปฏิบัติ นานๆ ครั้ง	ไม่ ปฏิบัติ เลย
21. ขณะตั้งครรภ์ท่านอาบน้ำอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง				
22. ขณะตั้งครรภ์ท่านมักกลั้นปัสสาวะ				
23. ขณะตั้งครรภ์ท่านอาบน้ำหรือทำความสะอาดหัวนม โดยใช้สำลีหรือผ้าสะอาดชุบน้ำเช็ดทุกวัน				
24. ขณะตั้งครรภ์ท่านบริหารร่างกายเช่น เดินออกกำลังกาย ทุกวัน				
25. ขณะตั้งครรภ์ท่านได้นอนคืนละ 8 ชั่วโมงเป็นอย่างน้อย				
26. ขณะตั้งครรภ์ท่านเดินทางโดยการขี่จักรยานยนต์				
27. ขณะตั้งครรภ์ ท่านแปรงฟันหรือบ้วนปากหลัง รับประทานอาหารทุกครั้ง				
28. ระหว่างตั้งครรภ์ห้ามท่านมีเพศสัมพันธ์กับสามี				

ข้อความ ด้านสุขภาพจิต	ตรงกับ ความเป็น จริงมาก ที่สุด	ตรงกับ ความ เป็นจริง เป็น ส่วนมาก	ตรงกับ ความ เป็นจริง บ้าง เล็กน้อย	ไม่ตรง กับ ความ เป็นจริง
29. ท่านยอมรับการตั้งครรภ์ครั้งนี้				
30. ท่านมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับรูปร่างที่ เปลี่ยนแปลงไป				
31. ท่านทำใจยอมรับภาระในการเลี้ยงดูบุตรได้				
32. ขณะตั้งครรภ์ท่านรู้สึกว้าวุ่น กังวลต่อการถูก ทอดทิ้ง				
33. ท่านยอมรับเพศของบุตรได้ไม่ว่าจะเป็นเพศใด				
34. เมื่อท่านมีเรื่องไม่สบายใจเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ ท่านจะเก็บไว้ไม่กล้าถามใคร				
35. ท่านหลีกเลี่ยงสิ่งที่ทำให้ไม่สบายใจ				
36. ถ้าท่านมีความวิตกกังวลหรือเครียด ท่านจะ ร้องไห้				

ตอนที่ 3 แบบสัมภาษณ์ปัญหาและอุปสรรคต่อการตั้งครรภ์ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น

1. ท่านมีความรู้สึกอย่างไรต่อการตั้งครรภ์ครั้งนี้.....
.....
.....
2. บุคคลใกล้ชิดที่ท่านให้ความไว้วางใจในขณะนี้.....
3. ข้อห้ามในด้านต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการตั้งครรภ์
 - 3.1 ด้านอาหาร.....
สาเหตุ.....
 - 3.2 ด้านการป้องกันรักษาสุขภาพตนเอง.....
สาเหตุ.....
 - 3.3 ด้านกิจวัตรประจำวัน.....
สาเหตุ.....
 - 3.4 ด้านสุขภาพจิต.....
สาเหตุ.....
4. ปัญหาที่ท่านพบในขณะที่ตั้งครรภ์.....
.....
.....
.....
5. อุปสรรคในการดูแลตนเองขณะตั้งครรภ์.....
.....
.....
.....
6. ความต้องการที่ท่านอยากได้รับจากระบบบริการการฝากครรภ์.....
.....
.....
.....

แบบสอบถาม
เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเอง
ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและปัญหาอุปสรรค
สำหรับเจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการที่โรงพยาบาลอินทร์บุรี

วันที่เก็บข้อมูล.....

ในฐานะที่ท่านเป็นผู้ให้บริการที่ผ่านมา ท่านสังเกตเห็นพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นในเรื่องต่อไปนี้อย่างไร

1. พฤติกรรมการปฏิบัติตามกิจวัตรประจำวัน

ประเด็น/พฤติกรรม

1.1 การดูแลอนามัยส่วนบุคคล

ท่านสังเกตเห็นว่าหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีการดูแลอนามัยส่วนบุคคล เช่น การดูแลความสะอาดของร่างกาย การดูแลรักษาฟัน การดูแลเต้านม ฯลฯ ตามคำแนะนำของท่านหรือไม่ได้เหมาะสมหรือไม่.....อย่างไร.....

(การดูแลอนามัยส่วนบุคคล คือ การปฏิบัติกิจกรรมที่เกี่ยวข้องในการดูแลสุขภาพร่างกาย เช่น การดูแลรักษาความสะอาดของร่างกาย การเข้ารับการตรวจฟัน การจัดการฟันในกรณีพบฟันผุ หรือการแก้ไขเต้านมในกรณีที่พบว่าเต้านมมีความผิดปกติ เช่น หัวนมบอด บวม เป็นต้น)

1.2 ปัญหา/อุปสรรคในการดูแลอนามัยส่วนบุคคล

ท่านคิดว่าปัญหา/อุปสรรคในการดูแลอนามัยส่วนบุคคลของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีอะไรบ้าง.....อย่างไร.....

1.2.1 ปัญหาด้านเวลา.....

1.2.2 ปัญหาด้านค่าใช้จ่าย.....

1.2.3 ปัญหาด้านสถานที่.....

1.2.4 ปัญหาด้านอื่น ๆ.....

1.3 ความต้องการในการพัฒนาให้มีการดูแลอนามัยส่วนบุคคล

ท่านคิดว่าท่านจะส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์มีการดูแลอนามัยส่วนบุคคลได้อย่างไร.....

2. พฤติกรรมด้านโภชนาการ

ประเด็น/พฤติกรรม

2.1 การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย

ท่านสังเกตเห็นว่าหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ตาม
คำแนะนำของท่านหรือไม่.....อย่างไร.....

.....

ปัญหาอุปสรรคในการเลือกรับประทานอาหาร

ท่านคิดว่าปัญหาอุปสรรคในการเลือกรับประทานอาหารของหญิงตั้งครรภ์
วัยรุ่นมีอะไรบ้าง.....

.....

2.3 ความต้องการในการพัฒนาให้มีการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์

ท่านคิดว่าท่านจะส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีการรับประทานอาหารที่มี
ประโยชน์และเหมาะสมได้อย่างไร.....

.....

3. พฤติกรรมการรักษาสุขภาพของตนเอง

ประเด็น/พฤติกรรม

3.1 การป้องกันอุบัติเหตุ/การป้องกันภาวะแทรกซ้อน

ท่านสังเกตเห็นว่าหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีพฤติกรรมการรักษาสุขภาพตนเองในการ
ป้องกันอุบัติเหตุ/การป้องกันภาวะแทรกซ้อน ตามคำแนะนำของท่านหรือไม่.....

อย่างไร.....

.....

3.2 การเข้ารับการตรวจครรภ์ตามนัด

ท่านสังเกตเห็นว่าหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีพฤติกรรมการรักษาสุขภาพตนเองใน
การเข้ารับการตรวจครรภ์ตามนัดอย่างไร.....

.....

3.3 การเฝ้าระวังอาการผิดปกติต่าง ๆ เช่น การมีเลือดออกทางช่องคลอด การเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด

ท่านคิดว่าหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีพฤติกรรมเฝ้าระวังอาการผิดปกติต่าง ๆ เช่น การมีเลือดออกทางช่องคลอด การเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดอย่างไร.....

.....

.....

3.4 ปัญหาอุปสรรคในพฤติกรรมการรักษาสุขภาพของตนเอง

ท่านคิดว่าปัญหาอุปสรรคในพฤติกรรมรักษาสุขภาพตนเองของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีอะไรบ้าง.....

.....

.....

3.5 ความต้องการในการพัฒนาพฤติกรรมรักษาสุขภาพตนเอง

ท่านคิดว่าจะส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นพัฒนาพฤติกรรมรักษาสุขภาพตนเองได้อย่างไร.....

.....

.....

4. พฤติกรรมจัดการความเครียดของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น

ประเด็น/พฤติกรรมในการสนทนา

4.1 การผ่อนคลายความเครียดในชีวิตประจำวัน

กรณีที่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีความเครียด ท่านสังเกตเห็นว่าหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นนั้นมีการผ่อนคลายความเครียดหรือไม่.....และมีวิธีผ่อนคลายความเครียดอย่างไร.....

.....

.....

4.2 ปัญหาอุปสรรคในการผ่อนคลายความเครียด

ท่านคิดว่าปัญหา/อุปสรรคในการผ่อนคลายความเครียดของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นคืออะไร.....

.....

.....

4.3 ความต้องการในการพัฒนาให้ผ่อนคลายความเครียด

ท่านคิดว่าจะส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นผ่อนคลายความเครียดได้อย่างไร.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะอื่น ๆ ในการพัฒนาพฤติกรรมการดูแลตนเองของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น

.....

.....

.....

.....

.....

.....

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

ภาคผนวก ข

แผนการให้ความรู้แก่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น

แผนการให้ความรู้แก่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น
แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลอินทร์บุรี
วัตถุประสงค์ เพื่อส่งเสริมความสามารถในการดูแลตนเอง
ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น
แผนการสอนครั้งที่ 1

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

แผนการสอน
 ผู้เข้ารับการอบรม
 วัตถุประสงค์

บทบาทของพ่อแม่และภาวะเปลี่ยนแปลงร่างกายในระยะตั้งครรภ์
 หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น ระยะเวลา 50 นาที
 เพื่อสร้างความเข้าใจและสร้างความตระหนักในบทบาทของความเป็นพ่อแม่และแม่ของวัยรุ่น เพื่อการใช้ชีวิตร่วมกันและ
 เลี้ยงดูลูกอย่างมีความสุขและมีคุณภาพ

วัตถุประสงค์เฉพาะ	เนื้อหาสาระ	กิจกรรมการเรียนรู้	เวลา	สื่อการสอน	ประเมินผล
1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพอันดีในกลุ่ม	1. นำเข้าสู่กระบวนการกลุ่ม พยกบาลประจำกลุ่มแนะนำชื่อ ประวัติการทำงานโดยย่อ ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการจัดกลุ่มการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อส่งเสริมความสามารถในการดูแลตนเองในหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและ 2. เปิดโอกาสให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามีได้ทำความรู้จักกับสมาชิกในกลุ่ม 3. ตั้งชื่อกลุ่มพร้อมทั้งให้กลุ่มรวมกำหนดวันนัดทำกลุ่มเพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ 4. พยกบาลประจำกลุ่มแจกเอกสารคู่มือการทำกลุ่มให้ความรู้ 5. แจกแบบสอบถามเพื่อวัดความความสามารถในการดูแลตนเองของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น	กิจกรรมที่ 1 สร้างสัมพันธภาพ - ร่วมกันฟังเพลงดังดอกไม้บาน - แนะนำตัวทำความรู้จัก - แจกคู่มือลูกรัก ทำแบบสอบถามเพื่อวัดความสามารถในการดูแลตนเองของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น	10 นาที	- เครื่องเล่นเทป - คู่มือการทำกลุ่ม - แบบสอบถามวัดความสามารถในการดูแลตนเองของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น	- สังเกตการมีส่วนร่วมในการแนะนำตนเอง - ประเมินผลจากแบบสอบถาม

วัตถุประสงค์เฉพาะ	เนื้อหาสาระ	กิจกรรมการเรียนรู้	เวลา	สื่อการสอน	ประเมินผล
2. เพื่อให้พ่อแม่ได้ตระหนักถึงแนวทางการปฏิบัติตนและการปรับตัวเพื่อใช้ชีวิตร่วมกันอย่างมีความสุข	<p>บทบาทของพ่อแม่ที่เป็นวัยรุ่น เพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติตัวและมีการเตรียมความพร้อมสำหรับการตั้งครรภ์ ซึ่งสิ่งสำคัญนั้นประกอบไปด้วย</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. คุณธรรมประจำครอบครัว 2. บทบาทของพ่อแม่ในครอบครัว 3. การตรวจสุขภาพที่จำเป็นของพ่อแม่ในระหว่างการจัดครรภ์กับบทบาทของสามี <ol style="list-style-type: none"> 1. ต้องทำหน้าที่หัวหน้าครอบครัวที่ดี ชยันขันแข็งในการทำหน้าที่ 2. ดูแลเอาใจใส่ความเป็นอยู่ของภรรยา ไม่วิสัยยอมบายมุข 3. ให้เกียรติและยกย่อง ซื่อสัตย์ต่อภรรยา 4. ช่วยแบ่งเบาภาระการทำงานบ้าน 5. ให้การดูแลเป็นพิเศษในช่วงภรรยาตั้งครรภ์เนื่องจากการจัดครรภ์จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายจิตใจ และอารมณ์ มากกว่าปกติ 	<p>กิจกรรมการเรียนรู้ การสอน</p> <p>กิจกรรมที่ 2</p> <p>- นำเข้าสู่บทเรียน โดยพยาบาลประจำกลุ่มถามพ่อแม่ หรือสมาชิกในกลุ่มว่า "การจะใช้ชีวิตร่วมกันระหว่างสามีภรรยา เพื่อให้เกิดความสุขในครอบครัวจะต้องอาศัยคุณธรรมข้อใดบ้าง"</p> <p>- ให้สมาชิกกลุ่มทุกคนได้ตอบคำถาม</p> <p>- พยาบาลรวบรวมคำตอบเขียนบนกระดานแยกเป็นหมวดหมู่</p>	10 นาที	<ul style="list-style-type: none"> - กระดาษฟลิปชาร์ต - ปากกา 	<ul style="list-style-type: none"> - สังเกตการณ์มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม - การซักถามระหว่างการบรรยาย

วัตถุประสงค์เฉพาะ	เนื้อหาสาระ	กิจกรรมการเรียนรู้	เวลา	สื่อการสอน	ประเมินผล
3. เพื่อให้พ่อแม่ตระหนักถึงบทบาทหน้าที่ในการเลี้ยงดูลูกอย่างมีคุณภาพ	<p>บทบาทของภรรยา</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ทำหน้าที่แม่บ้านที่ดี ช่วยสามีสร้างฐานะของครอบครัว 2. จัดบ้านให้สะอาดเรียบร้อยน่าอยู่ 3. เตรียมอาหารการกินที่รสชาดดี มีประโยชน์ <p>บทบาทหน้าที่ของพ่อแม่ในครอบครัว</p> <p>พ่อแม่มีหน้าที่เลี้ยงดูลูกให้เจริญเติบโตทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์และสังคม ดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ให้ความรัก ความอบอุ่น ความมั่นคงปลอดภัย 2. มีการพูดจาสื่อสารที่ดีต่อกัน 3. มีการส่งเสริมประสบการณ์ชีวิตให้กับลูกฝึกให้รู้จักช่วยเหลืองานบ้าน ให้ลูกได้ตัดสินใจเลือกด้วยตนเอง 4. สอนให้ลูกทำความดี มีความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ 5. ส่งเสริมให้ลูกได้รับการศึกษาในวัยที่เหมาะสม 	<p>กิจกรรมที่ 3</p> <p>- ให้สมาชิกกลุ่มอภิปรายเรื่องความเป็นพ่อแม่ที่ดีควรเป็นอย่างไร</p> <p>- พยาบาลอภิปรายสรุป</p>	5 นาที	<ul style="list-style-type: none"> - กระดาษฟลิปชาร์ต - ปากกา 	<ul style="list-style-type: none"> - สังเกตการณ์มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม - การซักถามระหว่างการบรรยาย

วัตถุประสงค์เฉพาะ	เนื้อหาสาระ	กิจกรรมการเรียนรู้	เวลา	สื่อการสอน	ประเมินผล
4. เพื่อให้พ่อแม่มีความรู้และเข้าใจถึงการตรวจสุขภาพที่จำเป็นของพ่อแม่	<p>1. ตรวจเลือดเพื่อหา</p> <p>1.1 หมู่เลือด</p> <p>1.2 ภาวะโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็กหรือโรคที่ถ่ายทอดทางพันธุกรรม เช่น ธาลัสซีเมีย</p> <p>1.3 โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เช่น เอดส์ ซิฟิลิส ไวรัสตับอักเสบบี</p> <p>2. ตรวจสุขภาพทั่วไปของมารดาเพื่อค้นหาภาวะเสี่ยง</p> <p>2.1 ซึ่งน้ำหนักตัวส่วนสูง วัดความดันโลหิต</p> <p>2.2 ตรวจปัสสาวะ เพื่อตรวจหาโรคเบาหวาน และโรคไต</p> <p>2.3 ตรวจฟัน ตรวจเต้านม</p>	<p>กิจกรรมที่ 4</p> <p>- พยาบาลถามพ่อแม่ว่า "เมื่อมีการตั้งครรภ์ ควรได้รับการตรวจสุขภาพหรือไม่" และควรตรวจอะไรบ้าง"</p> <p>- สุ่มถามสมาชิกกลุ่ม 4-5 คน</p> <p>- พยาบาลสรุปประเด็นและบรรยายสรุป</p>	5 นาที	- แฟ้มการให้คำแนะนำเรื่อง การตรวจสุขภาพที่จำเป็นในระหว่างการตั้งครรภ์	- สังเกตการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
5. เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามีหรือญาติทราบถึงการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย	<p>กายวิภาค สรีระและการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย จิตใจ อารมณ์ ในระยะตั้งครรภ์ ได้แก่</p> <p>1. การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย</p> <p>2. การเปลี่ยนแปลงทางสรีระวิทยา</p> <p>3. การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ</p>	<p>กิจกรรมที่ 5</p> <p>- พยาบาลตอบคำถามหญิงตั้งครรภ์ สามี่และญาติถึงการเปลี่ยนแปลงที่พบได้ในหญิงตั้งครรภ์ คนละ 1 คำตอบ</p>			

วัตถุประสงค์เฉพาะ	เนื้อหาสาระ	กิจกรรมการเรียนรู้	เวลา	สื่อการสอน	ประเมินผล
และสามารถบอกการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจระหว่างตั้งครรภ์	<p>เพื่อหาสาระ</p> <p>การเปลี่ยนแปลงของร่างกายจิตใจของหญิงตั้งครรภ์</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ประจำเดือนขาด 2. ปัสสาวะบ่อย 3. การขยายตัวของมดลูกและเต้านม 4. อากาโรคืบไส้อาเจียน 5. อารมณ์และความเครียด <p>อาการที่พบบ่อยของหญิงตั้งครรภ์</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ท้องผูก 2. ตะคริว 3. อากาการเป็นลมง่าย 4. ตกขาวเพิ่มขึ้นแต่มีสีใสไม่เจ็บปวด <p>สรุปผลการทำกลุ่มในครั้งที่ 1</p>	<p>กิจกรรมการเรียนรู้</p> <p>การสอน</p> <p>เรื่องกายวิภาค สรีระและการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย จิตใจ อารมณ์ในระยะตั้งครรภ์ตามเอกสารใบงาน</p>	5 นาที		<ul style="list-style-type: none"> - สังเกตการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม - การซักถามระหว่างการบรรยาย
6. เพื่อเปิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในการอบรมครั้งที่ 1		<p>กิจกรรมที่ 6</p> <ul style="list-style-type: none"> - พยายามให้สมาชิกกลุ่มกลับไปลงบันทึกผลการทำกลุ่มลงในคู่มือคู่มือ - สอบถามความสนใจของกลุ่มหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นเพื่อทำกลุ่มครั้งที่ 2 - พยายามกล่าวปิดการทำกลุ่มพร้อมทั้งนัดหมาย 			

แผนการให้ความรู้แก่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น
แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลอินทร์บุรี
วัตถุประสงค์ เพื่อส่งเสริมความสามารถในการดูแลตนเองของหญิง
ตั้งครรภ์วัยรุ่น
แผนการสอนครั้งที่ 2

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

แผนการสอน การปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์ การเฝ้าระวังภาวะแทรกซ้อน และพัฒนาการของทารกในครรภ์
 ผู้เข้ารับการอบรม หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น สามีและญาติ ระยะเวลาดำเนินการ 40 นาที
 วัตถุประสงค์ เพื่อสร้างองค์ความรู้เรื่องการทำคลอด การเฝ้าระวังภาวะแทรกซ้อน และพัฒนาการของทารกในครรภ์

วัตถุประสงค์เฉพาะ	เนื้อหาสาระ	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	เวลา	สื่อการสอน	ประเมินผล
1. นำเข้าสู่การทำกลุ่มครั้งที่ 2	เพื่อหาสาระ - พูดคุย ชักถามสมาชิก เปิดโอกาสให้สมาชิกบรรยายความรู้สึกก่อนให้ความรู้	กิจกรรมที่ 1 - พยายามนำเข้าสู่การทำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มทุกคนได้ระบายนึกความรู้สึกในช่วงขณะตั้งครรภ์ที่ตนเองพบ - หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นพูดคุยระบายนึกความรู้สึก	5 นาที		- สังเกตการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม - การซักถามระหว่างการบรรยาย
2. สามารถบอกวิธีการปฏิบัติตนระหว่างตั้งครรภ์	แนวทางการปฏิบัติตนระหว่างตั้งครรภ์ 1. รับประทานอาหารที่มีคุณภาพสูงเหมาะสมแก่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น 2. การรักษาความสะอาดของร่างกายและการดูแลสุขภาพทั่วไป 3. การพักผ่อนนอนหลับ 4. การเดินทางและการทำงาน 5. การมีเพศสัมพันธ์ 6. การรับประทานยาขณะตั้งครรภ์	กิจกรรมที่ 2 - พยายามชักถามวิธีที่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นปฏิบัติในปัจจุบันรายด้าน - หญิงตั้งครรภ์อภิปรายร่วมกันในการปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์ที่ตนเองทำอยู่ - พยายามอภิปรายสรุปและบรรยายตามใบงานเรื่อง	25 นาที	- ใบความรู้เรื่องการปฏิบัติตนขณะตั้งครรภ์ - สื่อภาพอาหารกับการตั้งครรภ์ - สื่อภาพเรื่องการปฏิบัติตัวระหว่างการตั้งครรภ์ - คู่มือลูกรัก	- สังเกตการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม - การซักถามระหว่างการบรรยาย

วัตถุประสงค์เฉพาะ	เนื้อหาสาระ	กิจกรรมการเรียนรู้	เวลา	สื่อการสอน	ประเมินผล
3. สามารถบอกอาการผิดปกติที่ต้องมาพบแพทย์	<p>7. การประเมินน้ำหนักตัวอย่างเหมาะสม</p> <p>8. การดูแลสุขภาพปากและฟัน</p> <p>สัญญาณอันตรายที่หญิงตั้งครรภ์ควรรู้</p> <p>ต้องมาพบแพทย์</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. มีเลือดออกทางช่องคลอด 2. ปวดท้องอย่างรุนแรงเป็นเวลานาน 3. ปวดศีรษะรุนแรง อาการไม่ทุเลา 4. มีมือ หน้า ข้อเท้าบวม 5. มีน้ำเดิน 6. สุกไม่ตื่นหรือตื่นน้อยกว่า 10 ครั้งใน 12 ชั่วโมง 7. อาเจียนมาก รับประทานอาหารไม่ได้ 	<p>การปฏิบัติตนเองตั้งครรภ์</p> <p>กิจกรรมที่ 3</p> <ul style="list-style-type: none"> - พยาบาลสอบถามความรู้ของหญิงตั้งครรภ์ว่ารู้เรื่องอาการผิดปกติที่ต้องรับมาพบแพทย์ - สมาชิกกลุ่มแลกเปลี่ยนความรู้ของอาการผิดปกติที่มาพบแพทย์ - พยาบาลสรุปประเด็นสำคัญ 	10 นาที	<ul style="list-style-type: none"> - คู่มือลูกรัก - สื่อแผ่นภาพเรื่องสัญญาณอันตรายในขณะตั้งครรภ์ 	
4. ปิดการทำกลุ่ม	<p>- สรุปผลการทำกิจกรรมกลุ่มครั้งที่ 2</p>	<ul style="list-style-type: none"> - กิจกรรมที่ 4 - พยาบาลสรุปเนื้อหาเรื่อง การปฏิบัติตนเองตั้งครรภ์และสัญญาณอันตรายที่หญิงตั้งครรภ์ควรรู้ - พยาบาลกล่าวปิดการทำ 			

แผนการสอน การออกกำลังกายและการฝึกการหายใจเพื่อการคลอด
 ผู้เข้าร่วมการอบรม หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น สามัญคดี ระยะเวลา 45 นาที
 วัตถุประสงค์ เพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายให้แก่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและเตรียมการคลอด

วัตถุประสงค์เฉพาะ	เนื้อหาสาระ	กิจกรรมการเรียนรู้	เวลา	สื่อการสอน	ประเมินผล
1. นำเข้าสู่การทำกลุ่มครั้งที่ 2	เพื่อทศสาระ - พูดคุย ชักถามสมาชิก เปิดโอกาสให้สมาชิกระบายความรู้สึกก่อนให้ความรู้	กิจกรรมที่ 1 - พยาบาลนำเข้าสู่การทำกลุ่ม ให้สมาชิกกลุ่มทุกคนได้ระบายความรู้สึกในช่วงขณะตั้งครรภ์ที่ตนเองพบ	5 นาที		- สังเกตการณ์มีส่วนร่วม - การซักถาม - การอภิปราย
2. สามารถแสดงออกถึงวิธีการออกกำลังกายและประโยชน์ของการบริหารร่างกายเตรียมความพร้อมสำหรับการคลอด	ประโยชน์ของการออกกำลังกายขณะตั้งครรภ์ 1.เพิ่มความแข็งแรงของระบบหัวใจและหลอดเลือด 2.เพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้ออุ้งเชิงกราน ทำให้คลอดง่าย 3.ป้องกันเส้นเลือดอุดตัน ลดการเป็นตะคริวขณะตั้งครรภ์ 4.ทำให้ร่างกายแข็งแรงขณะคลอด	กิจกรรมที่ 3 - พยาบาลและหญิงตั้งครรภ์ช่วยกันอภิปรายถึงประโยชน์ของการออกกำลังกาย - พยาบาลสอบถามหญิงตั้งครรภ์ถึงแนวทางที่หญิงตั้งครรภ์ปฏิบัติอยู่ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกาย	15 นาที	- ภาพพลิก - สื่อภาพเรื่องการออกกำลังกายในหญิงตั้งครรภ์	- สังเกตการณ์มีส่วนร่วม - การซักถาม - การอภิปราย - สามารถร่วมออกกำลังกายได้

วัตถุประสงค์เฉพาะ	เนื้อหาสาระ	กิจกรรมการเรียนรู้	เวลา	สื่อการสอน	ประเมินผล
	<p>เป้าหมายในการออกกำลังกายขณะตั้งครรภ์</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง 2. อบอุ่นร่างกายก่อนบริหารร่างกาย 3. ดื่มน้ำระหว่างการออกกำลังกาย 4. เริ่มออกกำลังกายเมื่อตั้งครรภ์ครบ 2 เดือน ถ้ามีภาวะแท้งง่ายควรเริ่มออกกำลังกายเมื่อตั้งครรภ์ 3 เดือน <p>วิธีการบริหารร่างกาย</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. อบอุ่นร่างกาย 2. การบริหารเพื่อเพิ่มความแข็งแรงเชิงแกน 3. การบริหารเพิ่มความแข็งแรงของสะโพก อุ้งเชิงกราน หน้าท้อง 4. เทคนิคการผ่อนคลายเจ็บท้องคลอด 	<p>กิจกรรมการเรียนรู้ การสอน</p> <p>- ให้อาสาสมัครนำวัสดุสาธิตวิธีการออกกำลังกายที่ปฏิบัติอยู่</p> <p>- พยาบาลบรรยายสรุปและเพิ่มเติมคำแนะนำที่เหมาะสมในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกาย</p> <p>กิจกรรมที่ 4</p> <p>- พยาบาลสาธิตวิธีการบริหารร่างกาย</p> <p>- ให้อาสาสมัครนำวัสดุสาธิตวิธีการปฏิบัติ</p>	5 นาที		
3. สามารถแสดงวิธีหายใจเพื่อผ่อนคลายความอ่อนล้ากายภาพ	<p>วิธีการฝึกหายใจเพื่อผ่อนคลายความอ่อนล้ากายภาพ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ขณะเจ็บท้องในห้องคลอด 2. ขณะเจ็บท้องในห้องคลอด 	<p>กิจกรรมที่ 5</p> <p>- พยาบาลสาธิตวิธีการฝึกหายใจ</p> <p>- ให้อาสาสมัครนำวัสดุสาธิตวิธีการปฏิบัติ</p>	15 นาที		<ul style="list-style-type: none"> - สังเกตการณ์มีส่วนร่วม - การซักถาม - การอภิปราย - ฝึกหายใจได้

วัตถุประสงค์เฉพาะ	เนื้อหาสาระ	กิจกรรมการเรียนรู้	เวลา	สื่อการสอน	ประเมินผล
วัตถุประสงค์เฉพาะ		กิจกรรมการเรียนรู้ การสอน			
4. ปิดการทำกลุ่ม	สรุปผลการทำกิจกรรมกลุ่มครั้งที่ 2	<p>พยาบาลสรุปความสำคัญของการออกกำลังกายขณะตั้งครรภ์และฝึกการหายใจ</p> <p>กิจกรรมที่ 6</p> <ul style="list-style-type: none"> - พยาบาลสรุปเนื้อหาเรื่อง การออกกำลังกายและการฝึกการหายใจเพื่อการคลอด - พยาบาลแนะนำให้หญิงตั้งครรภ์วิจัยนำความรู้ที่ได้จากการปฏิบัติไม่ฝึกที่บ้านโดยมีสามีหรือญาติช่วยกันแนะนำพร้อมกันให้มีการบันทึกผลการฝึกในสมุดคู่มือ - พยาบาลกล่าวปิดการทำกลุ่ม 			

แผนการให้ความรู้แก่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น
แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลอินทร์บุรี
วัตถุประสงค์ เพื่อส่งเสริมความสามารถในการดูแลตนเองของ
หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น
แผนการสอนครั้งที่ 3

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

แผนการสอน การเตรียมความพร้อมเพื่อการคลออด
 ผู้เข้ารับการอบรม หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นและสามีหรือญาติ ระยะเวลา 40 นาที
 วัตถุประสงค์การอบรม เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นสามารถเตรียมความพร้อมสำหรับการคลออดทั้งร่างกายและจิตใจได้

วัตถุประสงค์เฉพาะ	เนื้อหาสาระ	กิจกรรมการเรียนรู้	เวลา	สื่อการสอน	ประเมินผล
1. นำเข้าสู่การทำกลุ่มครั้งที่ 4	- พูดคุย ชักถามสมาชิก เปิดโอกาสให้สมาชิกระบายความรู้สึกก่อนให้ความรู้	กิจกรรมที่ 1 - พยายามนำเข้าสู่การทำกลุ่ม ให้สมาชิกกลุ่มทุกคนได้ระบายความรู้สึก ภายหลังจากฝึกการออกกำลังกายและการหายใจ ระบายปัญหาที่ตนเองพบ - หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นพูดคุย ระบายความรู้สึก	5 นาที		- การสังเกต - การมีส่วนร่วม
2. เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น สามีหรือญาติ ทราบอาการ เปลี่ยนแปลง ของร่างกายใน ระยะใกล้คลอด	การเปลี่ยนแปลงของร่างกายระยะใกล้คลอด - ศีรษะของทารกหรือส่วนหน้าเริ่มเข้าสู่ช่องเชิงกราน - มดลูกมีการหดตัวตามธรรมชาติ - ช่องคลอดถ่างขยายและมีมูก - บวมตึงบริเวณข้อนิ้วมือ - ทารกดันน้อยลง	กิจกรรมที่ 2 - พยายามตั้งคำถามว่า อาการเจ็บครรภ์เดือนแรก ต่างจากอาการเจ็บครรภ์จริงอย่างไร - ถ้ามีอาการอย่างไรควรรีบมาโรงพยาบาลทันที	10 นาที	- ภาพพลิก	- การสังเกต - การมีส่วนร่วม - การตอบคำถาม

วัตถุประสงค์เฉพาะ	เนื้อหาสาระ	กิจกรรมการเรียนรู้	เวลา	สื่อการสอน	ประเมินผล
3. เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นทราบความแตกต่างของอาการเจ็บครรภ์เตือนและเจ็บครรภ์จริงรวมทั้งอาการผิดปกติก่อนคลอด	<p>อาการเจ็บครรภ์เตือน</p> <ul style="list-style-type: none"> - เจ็บครรภ์ไม่สม่ำเสมอ - ขณะเจ็บครรภ์มดลูกไม่หดรัดตัว <p>อาการเจ็บครรภ์จริง</p> <ul style="list-style-type: none"> - เจ็บครรภ์สม่ำเสมอและเจ็บถี่ขึ้นเรื่อยๆ - อาจมีมูกหรือมูกเลือดออกพร้อมกับอาการเจ็บครรภ์ - ปวดร้าวจากหลังมาต้นขาด้านหน้า <p>อาการผิดปกติก่อนคลอดที่ต้องรีบมาพบแพทย์</p> <ul style="list-style-type: none"> - มีน้ำเดินหรือเลือดออกทางช่องคลอด - บวมทั้งตัวหรือบวมที่มือและเท้า ร่วมกับอาการตาพรางมัว จุกเสียดลิ้นปี ทารกดิ้นน้อยลงหรือไม่ดิ้น 	<p>กิจกรรมที่ 3</p> <ul style="list-style-type: none"> - พยายามให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นเล่าประสบการณ์การคลอดที่เคยได้ยินหรือเคยพบเห็นให้สมาชิกฟัง - พยายามสรุปเพิ่มเติมเหตุผลที่ต้องใช้การคลอดวิธีพิเศษและผลที่มีต่อมารดาและทารก 	20 นาที		<ul style="list-style-type: none"> - ตั้งคำถามตั้งใจ - การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น
4. หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นเข้าใจความสำคัญของการคลอดโดยวิธีธรรมชาติและเหตุผลจำเป็นของการคลอดวิธีพิเศษ	<p>การคลอดปกติเป็นวิถีทางธรรมชาติ เป็นวิธีที่ดีและปลอดภัยที่สุดสำหรับมารดาและทารก ส่วนการคลอดวิธีพิเศษ เช่น การผ่าตัดคลอดจะใช้ในกรณีที่ไม่สามารถคลอดปกติได้ เช่น ปากมดลูกไม่เปิด เบ่งคลอดไม่ได้ หรือทั้งมารดาและทารกอยู่ในภาวะอันตราย</p>	<p>กิจกรรมที่ 3</p> <ul style="list-style-type: none"> - พยายามให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นเล่าประสบการณ์การคลอดที่เคยได้ยินหรือเคยพบเห็นให้สมาชิกฟัง - พยายามสรุปเพิ่มเติมเหตุผลที่ต้องใช้การคลอดวิธีพิเศษและผลที่มีต่อมารดาและทารก 	20 นาที		<ul style="list-style-type: none"> - ตั้งคำถามตั้งใจ - การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น

วัตถุประสงค์เฉพาะ	เนื้อหาสาระ	กิจกรรมการเรียนรู้	เวลา	สื่อการสอน	ประเมินผล
	<p>วิธีการพิเศษ</p> <p>1. การใช้เครื่องมือช่วยคลออด เช่น ใช้คีมช่วยคลออด การใช้เครื่องสูญญากาศ ผลที่เกิดขึ้น คีมอาจทิ้งรอยไว้ที่ศีรษะหรือ ใบหน้าของทารก ส่วนการใช้เครื่องสูญญากาศจะทำให้เกิดรอยบวมแดง ช้ำ</p> <p>2. การผ่าตัดคลออดทางหน้าท้อง จะใช้เมื่อการคลออดหรือการรอลออดมีปัญหา ภายหลังผ่าตัดจะต้องมีการกระตุ้นให้มารดาลุกเดินไปมาเพื่อลดภาวะแทรกซ้อน</p>	<p>กิจกรรมที่ 5</p> <p>- พยาบาลนำหาหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นพร้อมทั้งสามีหรือญาติ เข้าร่วมสถานที่จริง</p>	25 นาที	- เข้าชมสถานที่จริง	<p>- การซักถาม</p> <p>- สังเกตจากความสนใจของผู้เข้ารับบริการ</p>
5. เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีความพร้อมทางด้านจิตใจและลดความวิตกกังวลในการมาคลออด	<p>ขั้นตอนการมารับบริการการคลออดในโรงพยาบาลอินทบุรี</p> <p>- การทำบัตร</p> <p>- สถานที่ภายในห้องคลออดและห้องหลังคลออด</p> <p>- อุปกรณ์ที่ต้องเตรียมเพื่อมาโรงพยาบาล</p> <p>- คำแนะนำสำหรับการเข้าและเข้าเยี่ยมของญาติ</p>				

วัตถุประสงค์เฉพาะ	เนื้อหาสาระ	กิจกรรมการเรียนรู้	เวลา	สื่อการสอน	ประเมินผล
6. ปิดการทำงานกลุ่ม	สรุปผลการทำกิจกรรมกลุ่มครั้งที่ ๖	<p>กิจกรรมที่ 6</p> <ul style="list-style-type: none"> - พยาบาลสรุปเนื้อหาสาระของการทำกลุ่ม - เปิดโอกาสให้นักเรียนตั้งคำถามหรือข้อสงสัย - สร้างการมีส่วนร่วมในการตอบคำถาม - มอบรางวัลให้ทีมที่ชนะ <p>ให้ลูกเกิดมาโดยวิธีไหน" โดยให้บันทึกลงในสมุดคู่มือรัก</p>	5 นาที	- สมุดคู่มือรัก	<ul style="list-style-type: none"> - การซักถาม - การมีส่วนร่วม