

บทที่ 4

ผลการวิจัยและอภิปรายผล

ผลการวิจัยเสนอตามลำดับดังนี้ คือ ลักษณะของประชากรที่ศึกษา พฤติกรรมการรับรู้ความสามารถของตนเอง พฤติกรรมการสนับสนุนทางสังคม และพฤติกรรมการปฏิบัติตนในระหว่างตั้งครรภ์ของประชากรที่ศึกษา ที่มาฝากครรภ์และคลอดในโรงพยาบาลแม่และเด็กศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ เขต 10 เชียงใหม่

ข้อมูลทั่วไปของประชากร

ประชากรที่ศึกษาคือ หญิงหลังคลอดทารกน้ำหนักน้อยกว่า 2,500 กรัม จำนวน 25 ราย ที่นอนพักรักษาตัวหลังคลอดบุตรในโรงพยาบาลแม่และเด็ก ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ เขต 10 จังหวัดเชียงใหม่ จำแนกตาม ศาสนา อายุ รายได้ ลักษณะครอบครัว อาชีพ การศึกษา รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 1

ตาราง 1 จำนวนและร้อยละของประชากรที่ศึกษา จำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล (N = 25)

ตัวแปร	จำนวน	ร้อยละ
ศาสนา		
พุทธ	25	100.00
รายได้		
ต่ำกว่า 5,000 บาท	18	72.00
5,001 - 10,000 บาท	6	24.00
0,001 - 20,000 บาท	1	4.00

ตาราง 1 (ต่อ)

ตัวแปร	จำนวน	ร้อยละ
รายได้พอใช้จ่าย		
พอใช้	17	68.0
ไม่พอใช้	8	32.0
ลักษณะครอบครัว		
ครอบครัวเดี่ยว	17	68.0
ครอบครัวขยาย	8	32.0
อาชีพ		
รับจ้าง	13	52.0
แม่บ้าน	7	28.0
นักเรียนนักศึกษา	2	8.0
ข้าราชการ	1	4.0
ทำไร่	1	4.0
ทำนา	1	4.0
ระดับการศึกษา		
จบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3	7	28.0
จบชั้นประถมศึกษาปีที่ 4	5	20.0
จบชั้นประถมศึกษาปีที่ 7	4	16.0
ไม่ได้เรียนหนังสือ	3	12.0
ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง	2	8.0
สูงกว่าปริญญาตรี	2	4.0
ปริญญาตรี	1	4.0
ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นต้น	1	4.0

จากตาราง 1 ประชากรที่ศึกษาทั้งหมดนับถือศาสนาพุทธร้อยละ 100 มีอายุเฉลี่ย 25.04 ปี รายได้ของประชากรมีรายได้ต่ำกว่า 5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 72 รองลงมาได้มีรายได้ อยู่ระหว่าง 5,001 - 10,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 24 และ 10,001 - 20,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 4 มีรายได้พอใช้คิดเป็นร้อยละ 68 รายได้ไม่พอใช้ คิดเป็นร้อยละ 32 และ 1 รายบอกว่ามี หนี้ ลักษณะครอบครัว เป็นครอบครัวเดี่ยว มากกว่าครอบครัวขยาย คิดเป็นร้อยละ 68 และ 32 ตามลำดับ อาชีพคือ รับจ้าง คิดเป็นร้อยละ 52 รองลงมาคือ อาชีพ แม่บ้าน คิดเป็นร้อยละ 24 รองลงมา คือ พนักงานบริษัท และนักเรียนนักศึกษา คิดเป็น ร้อยละ 8 ประชากรที่ ศึกษามีการศึกษาอยู่ในระดับ ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น คือ ร้อยละ 28 รองลงมา คือ จบการ ศึกษาระดับประถมศึกษาตอนต้น คิดเป็นร้อยละ 20 และจบการศึกษาประถมตอนปลาย คิดเป็น ร้อยละ 16 ตามลำดับ การสมรสไม่ได้จดทะเบียนสมรส คิดเป็นร้อยละ 68 คู่สมรสที่จด ทะเบียนสมรสมีเพียงร้อยละ 24 ตั้งครรภ์ครั้งแรกคิดเป็นร้อยละ 64 ตั้งครรภ์ครั้งที่ 2 คิดเป็น ร้อยละ 36 ตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ 1 รายคิดเป็นร้อยละ 4 อายุครรภ์เฉลี่ย 26.6 สัปดาห์ น้ำหนักทารกแรกเกิดเฉลี่ยเท่ากับ 1,915.2 กรัม ทารกเพศชายจำนวน 14 คนคิดเป็นร้อยละทารก เพศหญิงจำนวน 11 คนคิดเป็นร้อยละ 44 ประเมินสภาพทารกแรกคลอดจำนวน 1 ราย ได้รับ คะแนนเต็ม 10 คะแนน ทารกรายนี้มีน้ำหนักแรกคลอด 1,770 กรัมคิดเป็นร้อยละ 4 จำนวน 21 ราย คิดเป็นร้อยละ 84 จำนวน 21 รายได้รับคะแนนจากการประเมินใน 1 นาทีแรกคลอด เท่า กับ 9 คะแนนและ 5 นาทีต่อมาทารกในจำนวน 21 รายนี้จำนวน 4, 13, 4 ได้คะแนนจากการ ประเมินเท่ากับ 10, 9, 8 คะแนนตามลำดับ จำนวน 1 รายได้รับการประเมินใน 1 นาทีแรก คลอดและ 5 นาทีแรกคลอดได้รับคะแนนจากการประเมินเท่ากับ 8 และอีกจำนวน 2 ราย ได้ รับคะแนนจากการประเมินใน 1 นาทีแรกคลอดเท่ากับ 5, และ 1 คะแนน 5 นาทีต่อมาได้รับ คะแนนจากการประเมินเท่ากับ 6 และ 1 คะแนนตามลำดับ จำนวน 24 รายคลอดแบบปกติ คิดเป็นร้อยละ 96 จำนวน 1 ราย คลอดโดยการผ่าตัดคลอดทางหน้าท้องคิดเป็นร้อยละ 4 สภาพ การณ์ของการตั้งครรภ์จำนวน 1 ราย มีสภาพรกเกาะต่ำคิดเป็นร้อยละ 4 จำนวน 1 รายมี สภาพการตั้งครรภ์แฝดคิดเป็นร้อยละ 4

พฤติกรรมการรับรู้ความสามารถของตนเอง

พฤติกรรมการรับรู้ความสามารถของตนเอง ที่เกี่ยวข้องกับความสามารถของมารดา ในระยะตั้งครรภ์ แบ่งพฤติกรรมออกเป็นด้านทั่วไปและด้านสังคม อธิบายรายละเอียดจากข้อคำถามที่มีคะแนนมากไปหาข้อคำถามที่มีคะแนนน้อยดังรายละเอียดในตารางที่ 2

ตาราง 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของพฤติกรรมการรับรู้ความสามารถของตนเอง ด้านทั่วไป (N=25)

ตัวแปร	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
เมื่อตัดสินใจที่จะทำอะไรแล้วจะลงมือทำทันที	3.60	.90
มักจะล้มเลิกการทำอะไรก่อนที่จะทำสำเร็จ	3.48	1.22
ความล้มเหลวทำให้มีความพยายามมากขึ้น	3.40	1.19
เป็นคนที่พึ่งพาตนเอง	3.20	.90
ถ้าไม่สามารถทำงานได้สำเร็จในครั้งแรก		
จะพยายามทำงานกว่าจะทำได้	3.16	.94
ปัญหาหนึ่งคือไม่สามารถเริ่มต้น		
ทำงานทั้งที่ควรจะได้	3.16	1.07
เมื่อต้องทำในสิ่งที่ไม่พึงพอใจก็จะทำงานกว่าจะสำเร็จ	3.16	1.19
เมื่อวางแผนการว่าจะทำอะไรแล้ว		
มั่นใจว่าจะทำได้	3.12	.83
เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นโดยไม่คาดคิด		
มักไม่สามารถจัดการได้	2.72	.82
เมื่อพยายามที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่จะเลิกทันที		
ถ้าไม่ประสบผลสำเร็จตั้งแต่แรก	2.64	1.21
รู้สึกไม่มั่นใจในความสามารถที่จะทำสิ่งต่างๆ	2.60	1.33
หลีกเลี่ยงที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ที่เห็นว่ายากเกินไป	2.60	1.33
หลีกเลี่ยงการเผชิญกับความยุ่งยากต่างๆ	2.60	1.33

ตาราง 2 (ต่อ)

ตัวแปร	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
ไม่สามารถจัดการกับปัญหาส่วนใหญ่ที่เข้ามาในชีวิต	2.56	1.26
ถ้าหากสิ่งนั้นยุ่งยากสับสนเกินไป		
จะไม่พยายามทำสิ่งนั้นต่อไป	2.40	1.29
ยอมแพ้ง่าย	1.92	1.04
พฤติกรรมการรับรู้ความสามารถของตนเอง ด้านสังคม (N=25)		
ถ้ามองเห็นคนที่อยากจะพบ จะเป็น		
ฝ่ายเข้าไปหาเขา แทนที่จะรอให้เขามาหา	2.96	1.43
มีเพื่อนโดยใช้ความสามารถของตนเองในการผูกมิตร	2.92	1.63
เป็นการยากสำหรับการที่จะมีเพื่อนใหม่	2.68	1.25
เมื่อพยายามที่จะเป็นเพื่อนกับคนที่ดูเหมือนว่าเขาไม่สนใจ		
ในครั้งแรกก็จะไม่ท้อถอยง่ายๆ	2.40	1.38
ถ้าพบคนที่น่าสนใจ แต่เขาเป็นคนที่ทำความคุ้นเคยได้ยาก		
จะหยุดความพยายามที่จะเป็นเพื่อนกับเขาทันที	2.28	1.28
ไม่สามารถวางตัวได้ถูกต้องเหมาะสม		
เมื่ออยู่ในกลุ่มคนจำนวนมาก	2.28	1.28

จากตาราง 2 พบว่า ข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดและมีการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านทั่วไปคือ ข้อคำถามว่า เมื่อตัดสินใจที่จะทำอะไรแล้วจะลงมือทำทันทีโดยมีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.60, SD = .82$) คะแนนรองลงมาคือข้อคำถามว่าความล้มเหลวทำให้มีความพยายามมากขึ้น ($\bar{X} = 3.40, SD = 1.19$) และข้อคำถามด้านทั่วไปที่มีคะแนนน้อยที่สุดคือข้อคำถามว่ายอมแพ้ง่าย ($\bar{X} = 1.92, SD = 1.04$) ส่วนความสามารถในการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านสังคม ข้อคำถามที่มีค่าคะแนนเฉลี่ยสูงสุดคือข้อคำถามว่า ถ้ามองเห็นคนที่อยากจะพบ จะเป็นฝ่ายเข้าไปหาเขา แทนที่จะรอให้เขามาหา ($\bar{X} = 2.96, SD = 1.43$)

รองลงมาคือข้อความว่า การมีเพื่อนโดยความสามารถของตนเองโดยการผูกมิตร ($\bar{X} = 2.92$, $SD=1.63$) และข้อความที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดและมีการรับรู้ความสามารถของตนเองอยู่ในระดับปานกลาง คือ ถ้าพบคนที่น่าสนใจแต่เขาเป็นคนที่ทำความคุณเคยได้ยากจะหยุดความพยายามที่จะเป็นเพื่อนกับเขาทันทีและไม่สามารถวางตัวได้ถูกต้องเหมาะสมเมื่ออยู่ในกลุ่มคนจำนวนมาก ($\bar{X}=2.28$, $SD=1.28$)

การสนับสนุนทางสังคม

พฤติกรรมด้านความพึงพอใจที่ได้รับการสนับสนุน ช่วยเหลือจากบุคคลในสังคม พฤติกรรมการสนับสนุนประกอบด้วยพฤติกรรมการปฏิบัติ 4 ด้าน คือ การสนับสนุนทางอารมณ์ การสนับสนุนด้านการประเมินเปรียบเทียบพฤติกรรม การสนับสนุนด้านข่าวสาร และการสนับสนุนด้านวัตถุ การเงิน หรือเวลา คะแนนเฉลี่ยการได้รับการสนับสนุนทางสังคมแสดงรายละเอียดดังตารางที่ 3

ตาราง 3 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของพฤติกรรมการสนับสนุนทางสังคม (N=25)

พฤติกรรมการสนับสนุนทางสังคม	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
ช่วยทำเรื่องยากให้เป็นเรื่องง่าย	4.48	.51
ให้เวลาได้ปรึกษาเรื่องส่วนตัว	4.40	.50
แสดงความสนใจอย่างจริงจังในเรื่องที่กังวลหรือห่วงใย	4.40	.50
แสดงความสนใจเอาใจใส่ในกิจวัตรประจำวันและปัญหา	4.37	.56
ได้ร่วมทุกข์ด้วยกัน	4.32	.48
ช่วยให้มีขวัญและกำลังใจเพิ่มขึ้น	4.16	.37
สละเวลาเพื่อสิ่งต่างๆ ให้เป็นพิเศษ	4.16	.37
อดทนต่อความเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์และพฤติกรรม	4.04	.89
แสดงให้เห็นคุณค่าในสิ่งที่ทำให้เขา	4.00	.00
แสดงให้รู้ว่าเขาจะอยู่ใกล้เสมอเมื่อต้องการความช่วยเหลือ	3.88	.33
ช่วยเมื่อมีเรื่องทุกข์ร้อนหรือลำบากใจ	3.84	.80
ได้ร่วมสุขด้วยกัน	3.84	.80

จากตาราง 3 ประชากรที่ศึกษาได้รับการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับค่อนข้างสูงในข้อคำถามว่าช่วยทำเรื่องยากให้เป็นเรื่องง่าย ($\bar{X} = 4.48, SD = .51$) รองลงมาคือข้อคำถามว่าให้เวลาได้ปรึกษาหารือและแสดงความสนใจอย่างจริงจังในเรื่องที่กังวลหรือหวั่นไหว ประชากรที่ศึกษาได้รับการสนับสนุนน้อยที่สุดในข้อคำถามว่าช่วยเหลือเมื่อมีเรื่องทุกข์ร้อนหรือลำบากใจและได้ร่วมสุขด้วยกัน ($\bar{X} = 3.84, SD = .80$)

พฤติกรรมการปฏิบัติตน

การแสดงออกซึ่งปฏิกิริยาหรือการกระทำของบุคคลในกิจวัตรประจำวันในระยะตั้งครรภ์ซึ่งจะต้องดูแลตนเอง แบ่งพฤติกรรมออกเป็น พฤติกรรมด้านการบริโภคอาหารประเภทต่างๆ พฤติกรรมทั่วไป พฤติกรรมการพักผ่อน พฤติกรรมการออกกำลังกาย และพฤติกรรมการทำงานหนัก อาการและอาการแสดงออกในระหว่างตั้งครรภ์ รายละเอียดแสดงในตารางที่ 4 ดังต่อไปนี้

ตาราง 4 จำนวน และร้อยละของพฤติกรรมการปฏิบัติตนในระหว่างตั้งครรภ์ของหญิงหลังคลอด (N = 25)

พฤติกรรมการปฏิบัติ	จำนวน	ร้อยละ
ในระยะตั้งครรภ์ไม่ดื่มน้ำชาหรือกาแฟ	25	100.00
เนื้อสัตว์ต่างๆ		
รับประทานเป็นประจำทุกวัน	22	88.00
รับประทานสัปดาห์ละ 2 – 3 ครั้ง	3	12.00
ไข่		
รับประทานสัปดาห์ละ 2- 3 ฟอง	20	80.00
รับประทานสัปดาห์ละ 3 – 4 ครั้ง	3	12.00
รับประทานเดือนละ 1 – 2 ฟอง	2	8.00
ดื่มนมหรือน้ำเต้าหู้		
ดื่มเป็นประจำทุกวัน	19	76.00
ดื่มแทบทุกวัน	4	16.00
ดื่มสัปดาห์ละ 2 – 3 วัน	2	8.00

ตาราง 4 (ต่อ)

พฤติกรรมกาปฏิบัติ	จำนวน	ร้อยละ
อาหารประเภทแป้ง ได้แก่ ข้าว ก๋วยเตี๋ยว ขนมปัง ขนมจีน		
รับประทานวันละ 3 จาน	18	72.00
วันละ 1 – 2 จาน	7	28.00
ดื่มน้ำสะอาดประมาณวันละ		
5 – 6 แก้ว	13	52.00
7 – 8 แก้ว	11	44.00
3 – 4 แก้ว	1	4.00
ไขมันให้น้ำมันในการปรุงอาหาร		
มาก	11	44.00
ปานกลาง	9	36.00
น้อย	5	20.00
ผักใบเขียว		
รับประทานเป็นประจำทุกวัน	10	40.00
รับประทานแทบทุกวัน	9	36.00
รับประทานนานๆ ครั้ง	5	24.00
ไม่รับประทานเลย	1	4.00
ผลไม้		
รับประทานแทบทุกวัน	9	36.00
รับประทานเป็นประจำทุกวันอย่างน้อยวันละครั้ง	8	32.00
รับประทานนานๆ ครั้ง	8	32.00

ตาราง 4 (ต่อ)

พฤติกรรมปฏิบัติ	จำนวน	ร้อยละ
เครื่องในสัตว์		
รับประทานสัปดาห์ละ 2 – 3 ครั้ง	7	28.00
รับประทานสัปดาห์ละครั้ง	7	28.00
ไม่เคยรับประทานเลย	6	24.00
รับประทานเดือนละครั้ง	5	20.00
อาหารทะเล		
รับประทานสัปดาห์ละครั้ง	8	32.00
รับประทานเดือนละครั้ง	8	32.00
ไม่เคยรับประทานเลย	6	24.00
รับประทานสัปดาห์ละ 2 – 3 ครั้ง	3	12.00
ในขณะอาบน้ำ ทำความสะอาด ห้วนม เดินมทุกวัน	25	100.00
ไม่มีความผิดปกติของห้วนม	25	100.00
แปรงฟันอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง เป็นประจำทุกวัน	25	100.00
ทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ภายนอกทุกราย	25	100.00
เลือกใส่เสื้อผ้าที่หลวม	25	100.00
เมื่อเจ็บป่วย		
ใช้ยาตามแพทย์สั่ง	21	84.00
ใช้ยาตามแพทย์สั่งและ ไม่ได้สั่ง	3	2.00
ใช้ยาเอง โดยแพทย์ไม่ได้สั่ง	1	4.00
ขณะตั้งครรภ์ ท้องผูกหรือไม่		
ไม่มีอาการท้องผูก	18	72.00
มีนานๆ ครั้ง แก้ได้บางครั้ง	6	24.00
มีอาการท้องผูกแก้ไขไม่ได้เลย	1	4.00

ตาราง 4 (ต่อ)

พฤติกรรมกาปฏิบัติ	จำนวน	ร้อยละ
ขณะตั้งครรภ์ ท้องผูก		
ไม่มีอาการท้องผูก	18	72.00
มีนานๆ ครั้ง แก้ได้บางครั้ง	6	24.00
มีอาการท้องผูกแก้ไขไม่ได้เลย	1	4.00
พบปะพูดคุยกับคนเจ็บป่วย		
ไม่เคยพบปะพูดคุยกับคนเจ็บป่วย	17	68.00
มีเป็นบางวัน	4	16.00
เป็นประจำ	2	8.00
มีแทบทุกวัน	2	8.00
ไปในสถานที่แออัดอยู่เสมอ		
ไม่เคยไปในสถานที่แออัด	9	30.00
ไปเป็นบางวัน	7	28.00
ไปแทบทุกวัน	5	20.00
ไปเป็นประจำทุกวัน	4	16.00
ไม่มีอาการบวมที่บริเวณหน้า มือ และปวดศรีษะอย่างรุนแรง	25	100.00

ตาราง 4 (ต่อ)

พฤติกรรมกาปฏิบัติ	จำนวน	ร้อยละ
อาการเกร็งของกล้ามเนื้อ ขาและสามารถแก้ไขอาการเกร็งได้		
มีอาการเกร็งของกล้ามเนื้อ ขาและสามารถแก้ไขอาการเกร็งได้		
บางครั้ง	8	32.00
ทุกครั้ง	6	24.00
แทบทุกครั้ง	2	8.00
แก้ไขไม่ได้เลย	1	4.00
ไม่มีอาการเกร็งของกล้ามเนื้อขา	8	32.00
มีอาการปวดตื้อน้อยมากหรือปวดบริเวณมดลูก	8	32.00
แก้ไขอาการปวดตื้อน้อยหรืออาการปวดบริเวณมดลูกได้	8	32.00
ไม่มีอาการปวดตื้อน้อยมากหรือปวดบริเวณมดลูก	17	68.00
มีอาการบวมที่ขา หรือ เท้าทั้งสองข้าง	5	20.00
มีการแก้ไขอาการบวมที่ขาได้ทุกครั้ง	5	20.00
รู้สึกมีอาการของทารกคืบน้อยลง	4	16.00
มีอาการปวดขาเนื่องจากเส้นเลือดขด	1	4.00
มีอาการปวดหลังในระหว่างตั้งครรภ์	1	4.00
ไม่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตา	25	100.00
หูดหงิกโมโหง่าย ทะเลาะกับสามี	19	76.00

ตาราง 4 (ต่อ)

พฤติกรรมการปฏิบัติ	จำนวน	ร้อยละ
แก้ไขอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้โดย การระบายไปที่สามี	16	64.00
ไม่หวั่นไหวต่อคำติชมเกี่ยวกับรูปร่าง ลักษณะการตั้งครรภ์	25	100.00
มีความผิดหวังในชีวิตระหว่างตั้งครรภ์	1	4.00
แก้ไขความรู้สึกผิดหวังโดยการระบายให้สามีรับรู้	1	4.00
มีปัญหาเรื่องเพศสัมพันธ์กับคู่ครอง	1	4.00
แก้ไขปัญหาเรื่องเพศสัมพันธ์ได้	1	4.00
มีความกลัววิตกกังวลเกี่ยวกับ การเลี้ยงดูเด็กแรกคลอด	10	40.00
ไม่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเลี้ยงดูเด็ก	15	60.00
เคยเลี้ยงดูเด็กเล็ก	16	64.00
ไม่เคยเลี้ยงดูเด็กเล็ก	14	36.00
มาฝากครรภ์ตามนัดทุกครั้ง	22	88.00
ไม่มาฝากครรภ์ตามนัด	3	12.00
อายุครรภ์เมื่อคลอดตั้งแต่ 36 สัปดาห์ ขึ้นไป	10	40.00
อายุครรภ์เมื่อคลอดน้อยกว่า 36 สัปดาห์	15	60.00

ตาราง 4 (ต่อ)

พฤติกรรมกาปฏิบัติ	จำนวน	ร้อยละ
ความกลัว วิดกกังวล		
ไม่มีความกลัว วิดกกังวลเกี่ยวกับการคลอด	24	96.00
มีความกลัว วิดกกังวลเกี่ยวกับการคลอด	1	4.00
แก้ไขความวิตกกังวล	1	4.00
ทำงานหนัก เช่นยกของหนัก		
หามน้ำ ทำงานกลางคืน	25	100.00
การนอนไม่หลับ		
แก้ไขอาการนอนไม่หลับได้ได้ทุกครั้ง	20	80.00
แก้ไขอาการนอนไม่หลับไม่ได้	5	20.00
ลุกขึ้นยืนอย่างรวดเร็ว		
ไม่เคยลุกขึ้นอย่างรวดเร็ว	20	80.00
ทำเป็นบางวัน	2	8.00
ทำแทบทุกวัน	2	8.00
ทำเป็นประจำทุกวัน	1	4.00
ขับขีจึกรยานและจักรยานยนต์		
ไม่เคยขีจึกรยานหรือจักรยานยนต์เลย	19	76.00
ทำแทบทุกวัน	3	12.00
ทำเป็นบางวัน	2	8.00
เป็นประจำทุกวัน	1	4.00

ตาราง 4 (ต่อ)

พฤติกรรมการปฏิบัติ	จำนวน	ร้อยละ
ในระยะตั้งครรภ์ อยู่ในท่าใด (ยกเว้นเวลานอนหลับ)		
อยู่ในท่ายืนและเดิน	16	64.00
ยืนและนั่งมากกว่า	8	32.00
ยืนหรือนั่งท่าใดท่าหนึ่งตลอดวัน	1	4.00
นอนพักผ่อนในเวลากลางวัน		
ไม่เคยนั่งหรือนอนพักเลย	15	60.00
ทำเป็นบางวัน	5	20.00
ทำเป็นประจำทุกวัน	4	16.00
ทำแทบทุกวัน	1	4.00
การนอนหลับพักผ่อนในตอนกลางคืน		
คืนละ 5 – 6 ชั่วโมง	11	44.00
คืนละ 8 ชั่วโมง	7	28.00
นอนน้อยกว่า 3 ชั่วโมง	4	16.00
คืนละ 3 – 4 ชั่วโมง	3	12.00
ออกกำลังกาย		
ทำเป็นบางวัน	10	40.00
ทำแทบทุกวัน	6	24.00
ไม่เคยออกกำลังกายเลย	5	20.00
เป็นประจำทุกวัน	4	16.00

จากตาราง 4 พบว่า ประชากรที่ศึกษาจำนวน 25 รายไม่ดื่ม น้ำชาและกาแฟเลย คิดเป็นร้อยละ 100 จำนวน 22 ราย รับประทานอาหารประเภท โปรตีน คือเนื้อสัตว์ ทุกวัน คิดเป็นร้อยละ 88 อีก 3 ราย รับประทาน อาทิตย์ละ 2 - 3 ครั้ง คิดเป็น ร้อยละ 12 รับประทานไข่สัปดาห์ละ 3 - 4 ฟอง มีจำนวน 20 รายคิดเป็นร้อยละ 80 และรับประทานสัปดาห์ละ 2 - 3 ฟอง และ 1 - 2 ฟองต่อสัปดาห์มี 3 และ 2 ราย คิดเป็นร้อยละ 12 และ 8 ดื่มนมหรือน้ำเต้าหู้เป็นประจำทุกวัน และแทบทุกวัน 19 ราย และ 4 ราย คิดเป็น ร้อยละ 76 และ 16 อีก 2 ราย ดื่มนมหรือน้ำเต้าหู้ สัปดาห์ละ 2 - 3 วัน คิดเป็นร้อยละ 8 อาหารประเภทแป้ง ได้แก่ ข้าว ถั่วเขียว ขนมปัง รับประทานวันละ 3 จาน 18 ราย วันละ 1 - 2 จาน 7 ราย คิดเป็นร้อยละ 72 และ 28 ดื่มน้ำสะอาดวันละ 6 - 8 แก้ว 7- 8 - แก้ว และวันละ 3 - 4 คิดเป็นร้อยละ 4 ใช้น้ำมันในการปรุงอาหารจำนวนมาก คิดเป็นร้อยละ 44 ใช้น้ำมันปานกลางคิดเป็นร้อยละ 36 ใช้น้ำมันในการปรุงอาหารน้อยคิดเป็นร้อยละ 20 ผักใบเขียวได้รับประทานทุกวันและแทบทุกวัน คิดเป็นร้อยละ 36, 40 มีอยู่ 5 ราย ที่ได้รับประทานผักนานๆครั้ง คิดเป็นร้อยละ 20 และ 1 ราย ไม่เคยรับประทานผักเลยคิดเป็นร้อยละ 4 ผลไม้ที่รับประทานเป็นประจำทุกวันอย่างน้อยวันละครั้ง 8 ราย รับประทานแทบทุกวัน 9 รายและรับประทานนานๆครั้ง คิดเป็นร้อยละ 32 , 36 และ 32 อาหารประเภทเครื่องในสัตว์ หญิงตั้งครรภ์ที่รับประทานสัปดาห์ละ 2 - 3 ครั้ง สัปดาห์ละครั้ง เดือนละ ครั้ง และที่ไม่เคยรับประทานเลยมี 7, 5 และ 6 ราย คิดเป็น ร้อยละ 28 , 28, 20 และ 24 ตามลำดับ อาหารทะเล รับประทานสัปดาห์ละ 2 - 3 ครั้ง สัปดาห์ละครั้ง เดือนละครั้ง และไม่เคยรับประทานเลยมี 3, 8, 8, และ 6 คิดเป็นร้อยละ 12, 32, 32, และ 24

พฤติกรรมกาปฏิบัติด้านต่างๆไป ประชากรที่ศึกษา ทำความสะอาดห้วนมเต้านมทุกวัน ไม่มีความผิดปกติของห้วนม แปร่งพื่นอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ภายนอกทุกราย เลือกลงใส่เสื้อผ้าที่หลวม คิดเป็นร้อยละ 100 เมื่อเจ็บป่วยใช้ยาตามแพทย์สั่งคิดเป็นร้อยละ 80 ใช้ยาตามแพทย์สั่งและไม่ได้สั่งคิดเป็นร้อยละ 8 ใช้ยาเองโดยแพทย์ไม่ได้สั่งคิดเป็นร้อยละ 4 ขณะตั้งครรภ์ไม่มีอาการท้องผูกคิดเป็นร้อยละ 72 มีอาการท้องผูกนานๆครั้ง สามารถแก้ไขอาการท้องผูกได้ทุกครั้งคิดเป็นร้อยละ 24 มีอาการท้องผูกไม่สามารถแก้ไขอาการท้องผูกได้คิดเป็นร้อยละ 4 ไม่เคยพบปะพูดคุยกับคนเจ็บคิดเป็นร้อยละ 68 พบปะพูดคุยเป็นบางวันคิดเป็นร้อยละ 16 พบปะพูดคุยเป็นประจำคิดเป็นร้อยละ 8 พบปะพูดคุยแทบทุกวัน คิดเป็นร้อยละ 8 ไม่เคยไปในสถานที่แออัดคิดเป็นร้อยละ 36 ไปในสถานที่แออัดเป็นบางวันคิด

เป็นร้อยละ 28 ไปในสถานที่แออัดทุกวันคิดเป็นร้อยละ 20 ไปในสถานที่แออัดเป็นประจำทุกวัน คิดเป็นร้อยละ 16 ไม่มีอาการบวมที่บริเวณหน้า มือ และปวดศีรษะอย่างรุนแรง คิดเป็นร้อยละ 100 ไม่มีอาการเกร็งของกล้ามเนื้อขาคิดเป็นร้อยละ 32 มีอาการเกร็งของกล้ามเนื้อขาและสามารถแก้ไขได้ทุกครั้งคิดเป็นร้อยละ 24 แก้ไขได้บางครั้งคิดเป็นร้อยละ 32 สามารถแก้ไขได้แทบทุกครั้งคิดเป็นร้อยละ 8 แก้ไขไม่ได้เลยคิดเป็นร้อยละ 4

พฤติกรรมการแสดงออกของร่างกายที่สังเกตเห็นได้และจากหญิงหลังคลอดบอกคือ ไม่มีอาการบวมที่บริเวณหน้า มือ และปวดศีรษะรุนแรงคิดเป็นร้อยละ 100 มีอาการเกร็งของกล้ามเนื้อขาและสามารถแก้ไขได้เป็นบางครั้งคิดเป็นร้อยละ 32 มีอาการเกร็งของกล้ามเนื้อขาและสามารถแก้ไขได้ทุกครั้งคิดเป็นร้อยละ 24 มีอาการเกร็งของกล้ามเนื้อขาและสามารถแก้ไขได้แทบทุกครั้งคิดเป็นร้อยละ 6 แก้ไขโดยการบีบนิ้ว และโดยการเปลี่ยนท่าทางการนั่งหรือยืนหรือโดยการบิดตัวซ้ายขวา ไม่มีอาการเกร็งของกล้ามเนื้อขาคิดเป็นร้อยละ 32 มีอาการปวดท้องน้อยมากหรือปวดบริเวณมดลูกคิดเป็นร้อยละ 32 สามารถแก้ไขได้โดยการนอนพักในท่าที่สบาย มีอาการบวมที่หน้าแข้งหรือเท้าทั้งสองข้างและสามารถแก้ไขได้โดยการยกเท้าขึ้นสูงคิดเป็นร้อยละ 20 มีอาการของทารกคื่นน้อยลงและสามารถแก้ไขได้โดยการนอนพักผ่อนคลายความตึงเครียดด้านต่างๆคิดเป็นร้อยละ 16 มีอาการปวดขาเนื่องจากเส้นเลือดขดพองสามารถแก้ไขอาการปวดขาได้โดยยกขาพาดที่สูงและเปลี่ยนท่านอนให้สบายคิดเป็นร้อยละ 4 มีอาการปวดหลังและสามารถแก้ไขอาการปวดหลังได้โดยการบิดตัวยืดตัว เอี้ยวตัว ซ้าย-ขวาคิดเป็นร้อยละ 4

พฤติกรรมการแสดงออกด้านสุขภาพจิตในระหว่างตั้งครรภ์ไม่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาคิดเป็นร้อยละ 100 ไม่มีความกลัววิตกกังวลเกี่ยวกับการคลอดคิดเป็นร้อยละ 96 มีอารมณ์ หงุดหงิด โมโหง่าย ทะเลาะกับสามีคิดเป็นร้อยละ 76 แก้ไขอารมณ์ หงุดหงิด โมโหง่าย โดยระบายใส่สามีคิดเป็นร้อยละ 64 ไม่หวั่นไหวต่อคำติชมเกี่ยวกับรูปร่างลักษณะของการตั้งครรภ์คิดเป็นร้อยละ 100 ผิดหวังในชีวิตคิดเป็นร้อยละ 8 ผิดหวังเนื่องจากสามีตายก่อนคลอด 3 เดือน และผิดหวังเนื่องจากบิดาตนเองตายในระหว่างกำลังตั้งครรภ์ รู้สึกเศร้า คิดเป็นร้อยละ 4 มีปัญหาเรื่องเพศสัมพันธ์คิดเป็นร้อยละ 4 แก้ไขได้โดยการให้มีเพศสัมพันธ์ขณะตั้งครรภ์ 1 รายคิดเป็นร้อยละ 4 กลัวและวิตกกังวลเกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตรคิดเป็นร้อยละ 40 เนื่องจากไม่เคยเลี้ยงบุตรมาก่อนกลัวว่าจะเลี้ยงดูบุตรได้ไม่ดี มาฝากครรภ์ตามนัดทุกครั้งคิดเป็นร้อยละ 88 มาฝากครรภ์ไม่ตรงตามนัดทุกครั้งคิดเป็นร้อยละ 12 อ้างว่าไม่ว่างติดงานต้องทำงานหาเงินมาจุนเจือครอบครัว