

สำเนา



ที่ นม ๙๔๙๐๔/ว ๔๑๒

ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลสามเมือง
อำเภอสีดา จังหวัดนครราชสีมา ๓๐๔๓๐

๒๗ มิถุนายน ๒๕๖๖

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เผยแพร่สื่อประชาสัมพันธ์ ธรรมนูญ ป้องกันการคลอดก่อนกำหนด

เรียน กำนัน/ผู้ใหญ่บ้านทุกหมู่บ้านในเขตพื้นที่ตำบลสามเมือง

สิ่งที่ส่งมาด้วย สื่อประชาสัมพันธ์ธรรมนูญ ป้องกันการคลอดก่อนกำหนด จำนวน ๓ ฉบับ

ด้วยจังหวัดนครราชสีมา ได้แจ้งแนวทางการขับเคลื่อนโครงการสร้างเสริมสุขภาพเชิงรุก เพื่อลดภาวะคลอดก่อนกำหนด ให้อำเภอ และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ใช้เป็นแนวทางปฏิบัติ ในการดำเนินงานขับเคลื่อนและบูรณาการการทำงานร่วมกัน เพื่อลดอัตราการคลอดก่อนกำหนดของ ประเทศ เพื่อสร้างการรับรู้เกี่ยวกับการป้องกันการคลอดก่อนกำหนด

องค์การบริหารส่วนตำบลสามเมือง จึงขอให้ท่านได้เผยแพร่ ประชาสัมพันธ์ให้ประชาชน ในพื้นที่ทราบ เพื่อสร้างการรับรู้และความตระหนักรู้ให้แก่หญิงตั้งครรภ์ตลอดจนประชาชนโดยทั่วไป ในเรื่องการคลอดก่อนกำหนด เพื่อลดอัตราการคลอดก่อนกำหนด

จึงเรียนมาเพื่อทราบและดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายนิเวช ดงหงษ์)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลสามเมือง

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
งานสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
โทร. ๐-๔๔๓๔-๖๒๑๒

อบต.สามเมือง
ร่าง/พิมพ์.....
ตรวจ/ทาน.....
หัวหน้าส่วน.....
ปลัด อบต.....
รองนายก.....
นายก อบต.....

รับทราบ

๑. กำนันตำบลสามเมือง..... ๒. ผอ.บ.หมู่ ๑..... ๓. ผอ.บ.หมู่ ๒.....
๔. ผอ.บ.หมู่ ๓..... ๕. ผอ.บ.หมู่ ๔..... ๖. ผอ.บ.หมู่ ๖.....
๗. ผอ.บ.หมู่ ๙..... ๘. ผอ.บ.หมู่ ๑๐.....

เผยแพร่สื่อประชาสัมพันธ์เพื่อป้องกันการคลอดก่อนกำหนด

องค์การบริหารส่วนตำบลโคกสะอาด ร่วมเผยแพร่สื่อประชาสัมพันธ์เพื่อรณรงค์ป้องกันการคลอดก่อนกำหนดให้กับประชาชนใน ๔ ประเด็นหลัก คือ

- ๑) อันตรายจากการคลอดก่อนกำหนด
- ๒) ฝากครรภ์ก่อนคลอดภัยก่อน
- ๓) ชีวิตลูกอยู่ในมือแม่
- ๔) สัญญาณเตือนคลอดก่อนกำหนด

เพื่อให้ประชาชนนำไปใช้ป้องกันดูแลตนเองให้ปลอดภัยจากภาวะคลอดก่อนกำหนด โดยสามารถศึกษารายละเอียดเพิ่มเติมได้ทาง <http://www.tmcnnetwork.com/> หรือ Facebook เพจ โครงการเครือข่ายสุขภาพมารดาและทารกเพื่อครอบครัวไทย ในพระราชูปถัมภ์ฯ



“เรียนรู้ ร่วมแรง รณรงค์ ป้องกันภาวะคลอดก่อนกำหนด”

สแกน QR Code เพื่อ
ข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับ



FACEBOOK



WEBSITE

- อันตรายจากการคลอดก่อนกำหนด
- ฝากครรภ์เร็ว ปลอดภัยกว่า
- ชีวิตลูกอยู่ในมือแม่
- สัญญาณเตือน คลอดก่อนกำหนด



ด้วยความปรารถนาดี จากงานสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลโคกสะอาด

"ประชาสัมพันธ์เชิงรุก มุ่งมั่นสร้าง
การรับรู้ถึงอันตรายของการคลอดก่อนกำหนด"



สื่อประชาสัมพันธ์
เรื่อง การะคลองท่อมกำหนด

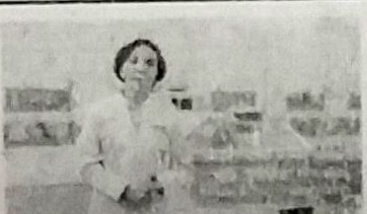
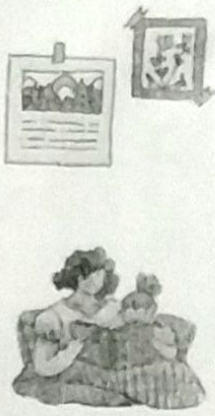
- จอ LED ณ ศาลากลางจังหวัด
- ห้องทางออนไลน์ เช่น เว็บไซต์



คู่มือการปฏิบัติตาม
โครงการสร้างเสริมสุขภาพเชิงรุก
เพื่อลดภาวะคลอดก่อนกำหนด
โดย กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น



"ภาวะกลอดท้องกำหนด เกิดขึ้น
ได้อย่างไร ป้องกันได้หรือไม่
และอันตรายมากน้อยแค่ไหน"
โดย Thai PBS PODCAST



“3. 58 ปีก่อน
ตลอดก่อนกำหนด
ฉบับหนังสือฯ ๖
พิจารณาการกล
ค.ร.ร.”
ไทย ไรฟพนา
สมัยราช



“รู้ทัน ปิศาจกับ ลม
ความเปลี่ยนแปลง
ก่อนกำหนด”
โดย ไพฑูริย์ มาลี



*Talk with More
คุย 3 นาทีกับหมอ
สรีรแพทย์ ตอน
ภาวะกลืนก่อน
ทำคลอด*
โดย Sriphat
Medical Center,
Chiang Mai



*5 ศึกษารายละเอียด
ตลอดทั้งฉบับที่พบ
ที่ศูนย์แม่โขงภาคเหนือ
18*
โดย โรงพยาบาล
สตูล

เรื่องที่ 3 ชีวิตลูกอยู่ในมือแม่ (พฤติกรรมของแม่)

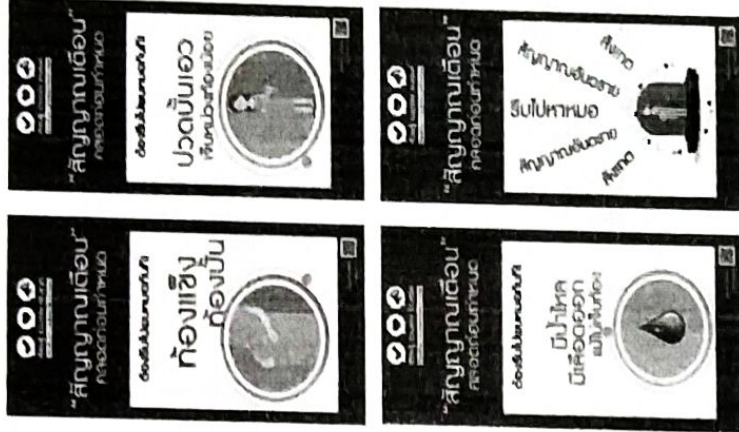


สตรีตั้งครรภ์ทุกท่านจะมีกระบวนการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างศีรษะ
และวิถีชีวิตไม่เปลี่ยนแปลง

จากการศึกษาข้อมูลงานวิจัย พบว่า หญิงตั้งครรภ์ก่อนกำหนดเป็นหญิงกลุ่มวัยทำงาน เช่น ค้าขาย เกษตรกรรม รับจ้าง เป็นต้น และต้องทำหน้าที่เป็นแม่บ้านอีกด้วย เช่น ล้างจาน ทำความสะอาดบ้าน หุงข้าว ทำกับข้าว ซักผ้าและรีดผ้าเลี้ยงบุตรคนโต เป็นต้น พฤติกรรมบางอย่าง เช่น เปลี่ยนที่นั่งของเป็นทำขึ้นบ่อยครั้ง เดินขึ้นบันไดหลายครั้งต่อวัน หากต้องเดินทางมาทำงานทุกวันไม่ช้าโดยสารถ้วยพาหนะได้ใด เช่น มอเตอร์ไซด์ จักรยาน รถเมล์ รถไฟฟ้า เป็นต้น หากการเดินทางนั้นต้องเกร็งบริเวณหน้าท้องบ่อยครั้ง เมื่อรถเลี้ยว หรือวิ่งอยู่บนถนนที่ขรุขระเป็นประจำบ่อยครั้ง อาจเกิดการกระทบกระเทือนต่อบุตรในครรภ์ ก่อให้เกิดอาการเจ็บครรภ์ก่อนกำหนด ซึ่งยังไม่รวมกับพฤติกรรมขณะทำงาน เช่น การกลืนปัสสาวะ การนั่งหรือยืนทำงานนานๆ ความเครียดจากการทำงาน เป็นต้น หากสตรีตั้งครรภ์เผชิญปัญหาหลายด้าน สิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดความเครียด เหนื่อยล้า ทำให้ประสิทธิภาพการทำงานลดลงและยังทำให้มีอาการไม่สุขสบายได้แก่ เวียนหัว ปวดศีรษะ ปวดหลัง ขาบวม อารมณ์เหวี่ยง เครียด หงุดหงิด เป็นต้น นำไปสู่ การแท้ง การคลอดก่อนกำหนด ทารกน้ำหนักน้อย (อ้างถึง คุณสุภาพร แสนศรี)

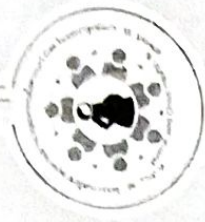
“หากหญิงตั้งครรภ์ปรับวิธีการทำงาน
และการใช้ชีวิตได้เหมาะสม ก็สามารถป้องกัน
ภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดได้”

เรื่องที่ 4 สัญญาณเตือนคลอดก่อนกำหนด



จากการศึกษาหญิงคลอดบุตรก่อนกำหนดในโครงการวิจัย พบว่า ประมาณ ร้อยละ 62 ของหญิงคลอดก่อนกำหนดไม่เคยมีความรู้เรื่องภาวะคลอดก่อนกำหนดมาก่อน และเมื่อมีอาการเจ็บครรภ์ก่อนกำหนด หรือ อาการผิดปกติอื่นๆ มักเดินทางเข้ามารับการรักษาในโรงพยาบาลล่าช้า จนมีอาการเจ็บครรภ์รุนแรงมากขึ้น จึงตัดสินใจเข้ามารับการรักษา เป็นเหตุให้แพทย์ไม่สามารถให้การยับยั้ง หากมาเร็วและไม่ภาวะแทรกซ้อนขณะนั้น แพทย์สามารถรักษาต่อจนสามารถตั้งครรภ์ครั้งต่อไปได้

“หากมีสัญญาณเตือน ดังต่อไปนี้ ต้องรีบไปพบหมอบทันที!
ท้องแข็ง ท้องเป็นก้อน ปวดบีบอว เจ็บหน่วงท้องน้อย
มีน้ำไหล มีเลือดออก แม้มิเจ็บท้อง



แนวคิดการเผยแพร่สื่อประชาสัมพันธ์ ภายใต้แคมเปญ



ร่วมแรง ร่วมรัก
ป้องกันภาวะคลอดก่อนกำหนด
THAI MATERNAL AND CHILD HEALTH NETWORK

จัดทำโดย

กระทรวงมหาดไทย

คณะกรรมการอำนวยการโครงการเครือข่ายสุขภาพ
มารดาและการรณรงค์เพื่อครอบครัวไทย ในพระราชูปถัมภ์
สมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร

สามารถติดตามชมสื่อประชาสัมพันธ์



www.tmchnetwork.com

Facebook: โครงการเครือข่ายสุขภาพมารดาและการ

พ.ศ. 2565

หลักการ

เหตุผล

ทารกแรกเกิดที่อายุครรภ์น้อยกว่า 37 สัปดาห์ ที่เรียกว่าทารกเกิดก่อนกำหนด มีโอกาสเสียชีวิตและพบภาวะแทรกซ้อน ทำให้ทารกมีความพิการในช่วงหลังคลอด บางรายจะมีพัฒนาการล่าช้า หากทารกอายุนี้มีคุณภาพการ ครอบครัวยุคนี้จะต้องเสียค่าใช้จ่ายเพื่อการฟื้นฟูสภาพร่างกายและดูแลรักษาต่อเนื่องไม่น้อยกว่า 4 - 5 ปี

จากการทำวิจัยที่ได้รับการสนับสนุนจากกองทุนรณรงค์ทาง พบว่า ประมาณร้อยละ 50 - 60 ของการคลอดก่อนกำหนดเกิดขึ้นในสตรีตั้งครรภ์ที่ไม่มีโรค หรือ ภาวะแทรกซ้อนขณะตั้งครรภ์ บางคนเกิดจากพฤติกรรมของสตรีตั้งครรภ์ก่อนให้เกิดภาวะเสี่ยงครรภ์ก่อนกำหนด เนื่องจากสตรีตั้งครรภ์เหล่านั้นมีความรู้เรื่องการป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากภาวะคลอดก่อนกำหนด จึงเข้ารับการรักษาล่าช้าเป็นเหตุให้การยังกรรมเชิงครรภ์คลอดก่อนกำหนดมักไม่ประสบผลสำเร็จ

ด้วยเหตุนี้โครงการเครือข่ายสุขภาพมารดาและทารกเพื่อครอบครัวไทย ในพระราชูปถัมภ์ สมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร จึงต้องการขับเคลื่อนความรู้ผ่านแคมเปญ “เรียนรู้ ร่วมแรง ร่วมใจ ป้องกันภาวะคลอดก่อนกำหนด” เพื่อส่งเสริมให้แม่และครอบครัวทุกคน ไม่ว่าจะเป็นคนในครอบครัว เพื่อน เพื่อนบ้าน ผู้ร่วมงาน สังคมและชุมชน เพราะเมื่อเกิดเหตุการณ์ที่มีแม่และครอบครัวประสบกับบุคคลใกล้ตัว จะสามารถเกิดความคิดที่จะหันมาใส่ใจสุขภาพของภาวะคลอดก่อนกำหนดและตัดสินใจไปพบแพทย์โดยเร็ว อันจะส่งผลให้สามารถรักษาภาวะคลอดก่อนกำหนดได้อย่างรวดเร็วต่อไป



4 ประเด็นหลักในการสื่อสารสู่สังคม

1. อันตรธานของการคลอดก่อนกำหนด
2. ฝากครรภ์ก่อนคลอดก่อนกำหนด
3. ชีวิตลูกอยู่ในมือแม่ (พฤติกรรมของแม่)
4. สัญญาณเตือนคลอดก่อนกำหนด



แนวคิดหลักภายใต้แคมเปญ

เรื่องที่ 1 อันตรธานของการคลอดก่อนกำหนด

ทารกเกิดก่อนกำหนดส่วนใหญ่ได้รับการดูแลต่อเนื่องในโรงพยาบาลเป็นระยะเวลาสั้น เช่น ทารกที่มีโรคปอดเรื้อรัง บางรายต้องใช้เครื่องให้ออกซิเจนตลอดเวลา อย่างน้อย 6 เดือน ถึง 2 ปี ทารกมีโรคจอตาเจริญเติบโตผิดปกติในทารกเกิดก่อนกำหนด ทำให้เสี่ยงต่อการมีสายตาสั้นหรือตาบอด หากไม่ได้รับการวินิจฉัยและรักษาอย่างเหมาะสม ทารกมีภาวะเลือดออกในโพรงสมองอาจมีผลต่อพัฒนาการและการเจริญเติบโต หากเป็นโรคกล้ามเนื้อหัวใจและได้รับการผ่าตัดเอาลำไส้ส่วนต่ายออกไป อาจไม่สามารถกินนมได้ในช่วงเวลาหนึ่ง อาการข้างต้นมักพบได้ในทารกเกิดก่อนกำหนดที่มีน้ำหนักน้อยกว่า 2,000 กรัม หากสตรีตั้งครรภ์ที่มีอาการผิดปกติจากการดำเนินชีวิตประจำวัน ให้คิดเสมอว่าอาจเกิด “ภาวะคลอดก่อนกำหนด” ให้รีบไปพบแพทย์ในโรงพยาบาลใกล้บ้านทันที

เรื่องที่ 2 ฝากครรภ์ก่อนคลอดก่อนกำหนด



ผู้หญิงหลายคนอาจมีความเสี่ยงซ่อนอยู่ เมื่อตั้งครรภ์อาจมีผลต่อสุขภาพของตนเอง เช่น พันธุกรรม โลหิตจาง ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ บางรายมีประวัติการผ่าตัดคลอด ผ่าตัดมดลูกและปีกมดลูก ประวัติความเจ็บป่วยในพ่อแม่-แม่-พี่น้อง-ครอบครัว อาจมีผลต่อบุตรในครรภ์ได้ หากสงสัยว่าตั้งครรภ์ สตรีตั้งครรภ์ทุกท่านควรเข้ามาฝากครรภ์ทันทีที่ทราบหรือ ภายใน 12 สัปดาห์แรก เพื่อให้แพทย์ค้นหาความเสี่ยง และวางแผนป้องกันในครรภ์ตั้งครรภ์ เพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนต่อไป หากมาช้ากว่าอายุครรภ์ 20 สัปดาห์ มีผลต่อการคำนวณอายุครรภ์ผิดพลาด ไม่สามารถกำหนดอายุครรภ์เมื่อครบ 37 สัปดาห์ ได้ถูกต้อง นอกจากนั้น โอกาสที่จะได้รับการดูแลรักษาโรคหรือภาวะแทรกซ้อนล่าช้าออกไปด้วย