

รายงานผลการเปิดโอกาสให้บุคคลภายนอกมีส่วนร่วมในการดำเนินงาน

หน่วยงาน : คณะพยาบาลศาสตร์

ประเด็น/เรื่อง : โครงการติดตามและส่งเสริมสุขภาพสตรีตั้งครรภ์ที่มีภาวะน้ำหนักเกินและอ้วน (ห้องเรียน
วิศวกรรมสังคม 2/2567 คณะพยาบาลศาสตร์)

ข้อมูลของผู้มีส่วนร่วม : อาจารย์ผู้รับผิดชอบโครงการ จำนวน 1 คน
นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 จำนวน 8 คน
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการแผนกฝากครรภ์จำนวน 1 คน
นักโภชนาการจำนวน 1 คน
นักกายภาพบำบัดจำนวน 1 คน
หญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะน้ำหนักเกินและอ้วนและญาติจำนวน 40 คน

กิจกรรมการมีส่วนร่วม : (ถ้ามี)

โครงการติดตามและส่งเสริมสุขภาพสตรีตั้งครรภ์ที่มีภาวะน้ำหนักเกินและอ้วน ได้ดำเนินการอย่างเป็นระบบโดยเน้นการมีส่วนร่วมจากทุกภาคส่วน ผ่านขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้

1.การค้นหาค้นหาปัญหาแบบมีส่วนร่วมโดย

- รวบรวมข้อมูลสถิติเกี่ยวกับสตรีตั้งครรภ์ที่มีภาวะน้ำหนักเกินและอ้วน
- สัมภาษณ์เชิงลึกกับสตรีตั้งครรภ์ ญาติ และพยาบาลประจำแผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี
- วิเคราะห์ความต้องการที่แท้จริงจากทุกฝ่าย เพื่อออกแบบกิจกรรมที่ตอบโจทย์กลุ่มเป้าหมาย

2.การสร้างเครือข่ายความร่วมมือแบบสหวิชาชีพ

- เชื่อมโยงทีมวิชาการ (อาจารย์และนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3) กับทีมปฏิบัติการในโรงพยาบาล
- บูรณาการความเชี่ยวชาญจากสหวิชาชีพ ได้แก่ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการแผนกฝากครรภ์ นักโภชนาการ และนักกายภาพบำบัด
- กำหนดบทบาทหน้าที่ที่ชัดเจนของแต่ละวิชาชีพในการดูแลหญิงตั้งครรภ์กลุ่มเป้าหมาย

3.การจัดกิจกรรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการ

- จัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในวันที่ 26 กุมภาพันธ์และ 4 มีนาคม 2568 ณ ห้องประชุมศรีวิชัย อาคารโภชนาการ โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี
- การบรรยายหลัก "3 อ. สำหรับสตรีตั้งครรภ์ที่มีภาวะน้ำหนักเกินและอ้วน" โดยวิทยากรผู้เชี่ยวชาญ:
 - พว.นิตยา หนูนวล (พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ) บรรยายเรื่อง "น้ำหนักเกินมีผลต่อการตั้งครรภ์อย่างไร"

- คุณณณมล วรณโรจน์ (นักโภชนาการชำนาญการพิเศษ) บรรยายเรื่อง "รักลูก ห่วงใย แม่ ควรดูแลเรื่องโภชนาการให้พอดี"
- ภก.อัญญา ชัยชาตกุล (นักกายภาพบำบัดปฏิบัติการ) บรรยายเรื่อง "กายภาพบำบัด สำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์"
- ผศ.วิริภรณ์ ชัยเศรษฐสัมพันธ์ (อาจารย์ประจำสาขาการพยาบาลมารดาทารก) บรรยายเรื่อง "การจัดการความเครียดและอารมณ์สำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์"

4.การมีส่วนร่วมเชิงปฏิบัติตามความเชี่ยวชาญเฉพาะ

- พยาบาลวิชาชีพชำนาญการแผนกฝากครรภ์: ให้คำปรึกษาเชิงลึกเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพมารดาและทารกในครรภ์ ติดตามและประเมินความเสี่ยงของภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ
- นักโภชนาการ: ประเมินภาวะโภชนาการ จัดทำแผนการรับประทานอาหารเฉพาะบุคคล และสาธิตการเตรียมอาหารที่เหมาะสมสำหรับสตรีตั้งครรภ์ที่มีภาวะน้ำหนักเกิน
- นักกายภาพบำบัด: สาธิตและฝึกปฏิบัติการออกกำลังกายที่ปลอดภัยและเหมาะสมสำหรับสตรีตั้งครรภ์ เน้นท่าที่ช่วยบริหารกล้ามเนื้อและลดอาการปวดหลัง
- อาจารย์พยาบาล: แนะนำวิธีการประเมินสุขภาพจิตสำหรับสตรีตั้งครรภ์ การดูแลสุขภาพจิตและอารมณ์ เทคนิคการผ่อนคลายและจัดการความเครียด
- นักศึกษาพยาบาล: เก็บข้อมูลและติดตามผล จัดทำสื่อการสอนและเอกสารให้ความรู้ ช่วยจัดกิจกรรมกลุ่มและให้คำแนะนำรายบุคคล
- สตรีตั้งครรภ์และญาติ: แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ฝึกปฏิบัติตามคำแนะนำด้านโภชนาการ และการออกกำลังกาย บันทึกข้อมูลสุขภาพประจำวัน และให้ข้อมูลย้อนกลับเพื่อพัฒนาโครงการ

5.การติดตามและประเมินผลแบบมีส่วนร่วม

- จัดระบบติดตามน้ำหนักและพฤติกรรมสุขภาพโดยให้ผู้เข้าร่วมบันทึกข้อมูลด้วยตนเองในสมุดบันทึกสุขภาพส่วนตัว เกี่ยวกับน้ำหนัก อาหาร การออกกำลังกาย และความรู้สึกประจำวัน
- สร้างไลน์กลุ่มในการติดตามและให้คำปรึกษาระหว่างการมารับบริการ
- นักศึกษาพยาบาลติดตามการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นรายบุคคลผ่านการติดตามทางโทรศัพท์และการพบกันในคลินิกฝากครรภ์
- ประชุมทีมสหวิชาชีพเพื่อวิเคราะห์ผลการดำเนินงานและปรับปรุงกระบวนการดูแล

ผลจากการมีส่วนร่วม :

การดำเนินโครงการติดตามและส่งเสริมสุขภาพสตรีตั้งครรภ์ที่มีภาวะน้ำหนักเกินและอ้วนด้วยกระบวนการมีส่วนร่วมจากทุกภาคส่วน ก่อให้เกิดผลลัพธ์ที่มีประสิทธิภาพและสร้างคุณค่าในหลายมิติ ดังนี้

1. ผลลัพธ์ต่อสตรีตั้งครรภ์และครอบครัว

- เสริมสร้างความรู้และความตระหนัก: สตรีตั้งครรภ์มีความเข้าใจเกี่ยวกับผลกระทบของภาวะน้ำหนักเกินต่อการตั้งครรภ์ ส่งผลให้เกิดการปรับเปลี่ยนทัศนคติและเห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพ
- พัฒนาทักษะการจัดการตนเอง: สตรีตั้งครรภ์สามารถวางแผนอาหาร ออกแบบกิจกรรมทางกาย และจัดการความเครียดได้อย่างเหมาะสมด้วยตนเอง
- ควบคุมน้ำหนักได้ตามเป้าหมาย: ร้อยละ 75 ของผู้เข้าร่วมโครงการสามารถควบคุมน้ำหนักให้เพิ่มขึ้นในอัตราที่เหมาะสมตามเกณฑ์การตั้งครรภ์

2. ผลลัพธ์ต่อทีมสหสาขาวิชาชีพ

- บูรณาการองค์ความรู้ข้ามศาสตร์: เกิดการผสมผสานความเชี่ยวชาญจากหลากหลายวิชาชีพ นำไปสู่การดูแลแบบองค์รวมที่ครอบคลุมทุกมิติ
- พัฒนาระบบการดูแลเฉพาะกลุ่ม: ทีมสหวิชาชีพสามารถออกแบบแนวทางการดูแลเฉพาะสำหรับหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะน้ำหนักเกินและอ้วนอย่างเป็นระบบ
- เพิ่มประสิทธิภาพการสื่อสารระหว่างวิชาชีพ: เกิดการประสานงานที่ราบรื่นระหว่างทีมสหวิชาชีพ ลดความซ้ำซ้อนและเพิ่มความครอบคลุมในการดูแล

3. ผลลัพธ์ต่อนักศึกษาพยาบาล

- เรียนรู้การทำงานในสถานการณ์จริง: นักศึกษาได้ฝึกทักษะการประเมิน วางแผน และให้การพยาบาลในบริบทที่มีความซับซ้อน
- พัฒนาทักษะการทำงานร่วมกับสหวิชาชีพ: เข้าใจบทบาทและขอบเขตการทำงานของวิชาชีพต่าง ๆ รวมถึงเรียนรู้การประสานงานและทำงานเป็นทีม
- พัฒนาทักษะวิศวกรรมสังคม ประกอบด้วยทักษะการคิดเชิงเหตุผล ทักษะการสื่อสาร ทักษะการทำงานร่วมกับผู้อื่น ทักษะการสร้างนวัตกรรมสื่อสารส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์ที่มีภาวะน้ำหนักเกินและอ้วน
- เสริมสร้างความรู้ความเข้าใจในการดูแลกลุ่มเสี่ยง: พัฒนาความรู้และทักษะเฉพาะทางในการดูแลสตรีตั้งครรภ์ที่มีภาวะน้ำหนักเกินและอ้วน
- ฝึกกระบวนการวางแผนและบริหารโครงการ: ได้เรียนรู้กระบวนการพัฒนาโครงการตั้งแต่การวิเคราะห์ปัญหา การวางแผน การดำเนินงาน และการประเมินผล
- เสริมสร้างจิตสำนึกในการดูแลชุมชน: เกิดความตระหนักในบทบาทของพยาบาลในการส่งเสริมสุขภาพเชิงรุกและการทำงานในระดับชุมชน

4. ผลลัพธ์ต่อระบบบริการสุขภาพ

- พัฒนาแนวทางการดูแลเฉพาะทาง: เกิดระบบการคัดกรอง ติดตาม และดูแลสตรีตั้งครรภ์ที่มีภาวะน้ำหนักเกินและอ้วนอย่างเป็นระบบ

การนำผลการมีส่วนร่วมไปพัฒนา/ปรับปรุงการดำเนินงาน :

1. ติดตามอุบัติการณ์ภาวะแทรกซ้อนและภาระค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพ เช่น อัตราการเกิดภาวะเบาหวานขณะตั้งครรภ์และความดันโลหิตสูงลดลง รวมทั้งช่วยลดค่าใช้จ่ายในการรักษาภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น และลดระยะเวลาการนอนโรงพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญเมื่อเทียบกับกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโครงการ

2. จัดเวทีแลกเปลี่ยนประสบการณ์ความสำเร็จระหว่างผู้เข้าร่วมโครงการ

3. พัฒนาแพลตฟอร์มดิจิทัล เพื่อเพิ่มการเข้าถึงข้อมูลและบริการ

4. วิจัยและพัฒนานวัตกรรม เพื่อยกระดับคุณภาพการดูแลและขยายผลในการพัฒนาโครงการสำหรับกลุ่มเสี่ยงอื่น ๆ เช่น สตรีตั้งครรภ์วัยรุ่น สตรีตั้งครรภ์ที่มีโรคประจำตัว

เอกสารประกอบการดำเนินงาน :

1.บันทึกข้อความขออนุญาตดำเนินกิจกรรม:โครงการติดตามและส่งเสริมสุขภาพสตรีตั้งครรภ์ที่มีภาวะน้ำหนักเกินและอ้วน

2.หนังสือเชิญวิทยากร

3.ภาพกิจกรรมโครงการติดตามและส่งเสริมสุขภาพสตรีตั้งครรภ์ที่มีภาวะน้ำหนักเกินและอ้วน วันที่ 20,26 กุมภาพันธ์ 2568 และ 4 มีนาคม 2568

ผู้รายงาน : ผศ.วีรภรณ์ ชัยเศรษฐสัมพันธ์ ตำแหน่ง : อาจารย์ประจำสาขาการพยาบาลมารดา ทารก

วัน/เดือน/ปี : 29 มีนาคม 2568