

## บทที่ 4

### ผลการศึกษา

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษาดังผลของการใช้คู่มือการปฏิบัติ ต่อความรู้และการปฏิบัติของมารดาหลังคลอด ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และการปฏิบัติของมารดาหลังคลอดที่คลอดที่โรงพยาบาลแม่และเด็ก ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ เขต 10 จังหวัดเชียงใหม่ ที่มีภูมิลำเนาหลังคลอดอยู่ที่เขตเทศบาล อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 20 ราย ซึ่งผู้ศึกษาได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยใช้แบบสัมภาษณ์และสังเกตการปฏิบัติของมารดาหลังคลอด และนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ตามหัวข้อดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 2 ความรู้และการปฏิบัติตัวของกลุ่มตัวอย่าง

2.1 ความรู้และการปฏิบัติตัว ในการดูแลตนเอง

2.2 ความรู้และการปฏิบัติตัว ในการดูแลทารก

ส่วนที่ 3 ความแตกต่างของ คะแนนความรู้และคะแนนการปฏิบัติของกลุ่มตัวอย่าง

3.1 ความแตกต่างของคะแนนความรู้และคะแนนการปฏิบัติ ในการดูแลตนเอง

3.2 ความแตกต่างของ คะแนนความรู้และคะแนนการปฏิบัติ ในการดูแลทารก

ส่วนที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่าง คะแนนความรู้กับคะแนนการปฏิบัติของกลุ่มตัวอย่าง

4.1 ความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความรู้กับคะแนนการปฏิบัติในการดูแลตนเอง

4.2 ความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความรู้กับคะแนนการปฏิบัติ ในการดูแลทารก

ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุ อาชีพ ระดับการศึกษา ลักษณะครอบครัว รายได้เฉลี่ย ความเพียงพอในการใช้จ่ายและรายละเอียดการใช้จ่าย

ข้อมูลพื้นฐาน	จำนวน (N = 20)	ร้อยละ	หมายเหตุ
อายุ (ปี)			$\bar{X} = 24$
15-20	5	25	
21-25	7	35	
26-30	6	30	
31-35	2	10	
อาชีพ			
แม่บ้าน	10	50	
รับจ้าง	5	25	
ค้าขาย	4	20	
รับราชการ	1	5	
การศึกษา			
ประถมศึกษา	7	35	
มัธยมศึกษา	8	40	
อนุปริญญา	4	20	
ปริญญาตรี	1	5	
ลักษณะครอบครัว			
ครอบครัวเดี่ยว	10	50	
ครอบครัวขยาย	10	50	

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุ อาชีพ ระดับการศึกษา ลักษณะครอบครัว รายได้เฉลี่ย ความเพียงพอในการใช้จ่ายและรายละเอียดการใช้จ่าย(ต่อ)

ข้อมูลพื้นฐาน	จำนวน	ร้อยละ	หมายเหตุ
รายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือน(บาท)			
1,000 - 3,000	9	45	$\bar{X} = 4,125$
3,001 - 5,000	4	20	
5,001 - 7,000	3	15	
7,001 -10,000	4	20	
รายละเอียดการใช้จ่าย (ตอบได้หลายข้อ)			
ค่าของใช้ส่วนตัว	18	90	
ค่าอาหาร	17	85	
ค่ารักษาพยาบาล	16	80	
ค่าทำบุญ/บริจาค	8	40	
ค่าเลี้ยงดูบุตร	5	25	

จากตารางที่ 1 จะพบว่ากลุ่มตัวอย่าง มีอายุเฉลี่ย 24 ปี ช่วงอายุระหว่าง 21-25 ปี มีมากที่สุด ร้อยละ 35 รองลงมา คืออายุ 26-30 ปี ร้อยละ 30 อาชีพของกลุ่มตัวอย่างเป็นแม่บ้านมากที่สุด ร้อยละ 50 รองลงมา มีอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 25 และน้อยที่สุดมีอาชีพรับราชการ ร้อยละ 5 ส่วนใหญ่กลุ่มตัวอย่างมีการศึกษาระดับมัธยมศึกษา ร้อยละ 40 รองลงมาคือ ระดับประถมศึกษา ร้อยละ 35 และน้อยที่สุด คือระดับปริญญาตรี ร้อยละ 5 กลุ่มตัวอย่างที่มาจากครอบครัวเดี่ยวและครอบครัวขยายมีจำนวนเท่ากัน ร้อยละ 50 รายได้เฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง เท่ากับ 4,125 บาทต่อเดือนรายได้ได้อยู่ในช่วง 1,000-3,000 บาทต่อเดือน มีมากที่สุด ร้อยละ 45 รองลงมา มีรายได้ 3,001-5,000 บาท และ 7,001-10,000 บาท ร้อยละ 20 เท่ากัน และพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการใช้จ่ายในเรื่องของใช้ส่วนตัวมากที่สุด ร้อยละ 90 รองลงมาได้แก่ ค่าอาหาร และค่ารักษาพยาบาล ร้อยละ 85 และ 80 ตามลำดับ ส่วนเรื่องที่ใช้จ่ายน้อยที่สุดคือ ค่าเลี้ยงดูบุตร เพียงร้อยละ 25

## ส่วนที่ 2 ความรู้และการปฏิบัติตัวของกลุ่มตัวอย่าง

### 2.1 ความรู้และการปฏิบัติตัว ในการดูแลตนเอง

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง เกี่ยวกับความรู้และการปฏิบัติตัว ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ ในเรื่องการพักผ่อน

การพักผ่อน	ความรู้				การปฏิบัติ			
	ก่อน ใช้คู่มือ		หลัง ใช้คู่มือ		ก่อน ใช้คู่มือ		หลัง ใช้คู่มือ	
	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่ปฏิบัติ	ถูก	ผิด/ไม่ปฏิบัติ
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20
1.มารดาหลังคลอดควรรอนหลับวันละ 6-8 ชั่วโมง	5(25)	15(75)	18(90)	2(1)	4(20)	16(80)	15(75)	5(25)
2.มารดาหลังคลอดควรรอนหลับในเวลากลางวัน อย่างน้อยวันละ 1 ชั่วโมงในขณะที่ว่างจากการดูแลทารก	13(65)	7(35)	18(90)	2(10)	13(65)	7(35)	18(90)	2(10)

จากตารางที่ 2 พบว่า ในด้านความรู้ก่อนใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ในเรื่องมารดาควรรอนหลับในเวลากลางวัน อย่างน้อยวันละ 1 ชั่วโมงในขณะที่ว่างจากการดูแลทารก มากที่สุด ร้อยละ 65 ส่วนเรื่อง มารดาหลังคลอดควรรอนหลับวันละ 6-8 ชั่วโมง มีเพียงร้อยละ 25 หลังจากการใช้คู่มือ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เพิ่มขึ้นทั้ง 2 เรื่อง คิดเป็นร้อยละ 90 เท่ากัน

ในด้านการปฏิบัติ พบว่า ก่อนการใช้คู่มือกลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องในเรื่องมารดาควรรอนหลับในเวลากลางวัน อย่างน้อยวันละ 1 ชั่วโมงในขณะที่ว่างจากการดูแลทารก มากที่สุด ร้อยละ 65 ส่วนเรื่อง มารดาหลังคลอดควรรอนหลับวันละ 6-8 ชั่วโมง มีเพียงร้อยละ 20 หลังจากการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องเพิ่มขึ้นทั้ง 2 เรื่อง คือ เป็นร้อยละ 90 และ 75 ตามลำดับ

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง เกี่ยวกับความรู้และการปฏิบัติตัว ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ ในเรื่องการทำงาน

การทำงาน	ความรู้				การปฏิบัติ			
	ก่อนใช้คู่มือ		หลังใช้คู่มือ		ก่อนใช้คู่มือ		หลังใช้คู่มือ	
	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่รู้
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	
1. มารดาหลังคลอด จะทำงานตามปกติได้หลังจากได้รับ การตรวจหลังคลอด 6 สัปดาห์แล้ว	13(65)	7(35)	18(90)	2(10)	*****	*****	*****	*****
2. การยกของหนักหรือทำงานที่ต้องออกแรงมาก ในช่วง 2 สัปดาห์แรกหลังคลอด อาจทำให้มดลูกหย่อนในวัย ชราได้	7(35)	13(65)	19(95)	1(5)	14(70)	6(30)	19(95)	1(5)

หมายเหตุ \*\*\*\*\* หมายถึง ไม่สามารถเก็บข้อมูลได้

จากตารางที่ 3 พบว่า ในด้านความรู้ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ในเรื่อง มารดาหลังคลอดจะสามารถทำงานตามปกติได้ หลังจากได้รับการตรวจหลังคลอด 6 สัปดาห์แล้ว มากที่สุด ร้อยละ 65 เรื่อง การยกของหนักหรือทำงานที่ต้องออกแรงมาก ในช่วง 2 สัปดาห์แรกหลังคลอด อาจทำให้มดลูกหย่อนในวัยชราได้ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เพียงร้อยละ 35 หลังการใช้คู่มือกลุ่มตัวอย่างมีความรู้ในเรื่องดังกล่าวเพิ่มขึ้น เป็นร้อยละ 90 และ 95 ตามลำดับ

ในด้านการปฏิบัติ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องในเรื่อง การยกของหนักหรือทำงานที่ต้องออกแรงมาก ในช่วง 2 สัปดาห์แรกหลังคลอด อาจทำให้มดลูกหย่อนในวัยชรา มากที่สุดร้อยละ 70 แต่หลังจากใช้คู่มือเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 95 สำหรับเรื่อง มารดาหลังคลอดจะสามารถทำงานตามปกติได้ หลังจากได้รับการตรวจหลังคลอด 6 สัปดาห์แล้ว เนื่องจากในช่วงเวลาที่เก็บข้อมูลอยู่ในช่วง 4 สัปดาห์หลังคลอด จึงไม่สามารถเก็บข้อมูลด้านการปฏิบัติได้

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง เกี่ยวกับความรู้และการปฏิบัติตัว ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ ในเรื่องการรับประทานอาหาร

การรับประทานอาหาร	ความรู้				การปฏิบัติ			
	ก่อนใช้คู่มือ		หลังใช้คู่มือ		ก่อนใช้คู่มือ		หลังใช้คู่มือ	
	ถูก จำนวน (ร้อยละ) N=20	ผิด/ไม่ รู้ จำนวน (ร้อยละ) N=20	ถูก จำนวน (ร้อยละ) N=20	ผิด/ไม่ รู้ จำนวน (ร้อยละ) N=20	ถูก จำนวน (ร้อยละ) N=20	ผิด/ไม่ ปฏิบัติ จำนวน (ร้อยละ) N=20	ถูก จำนวน (ร้อยละ) N=20	ผิด/ไม่ ปฏิบัติ จำนวน (ร้อยละ) N=20
1. อาหารที่มารดาหลังคลอดควรรับประทาน ได้แก่ เนื้อสัตว์ ข้าว ผัก ผลไม้ ไขมันและน้ำ	17(85)	3(15)	20(100)	0(0)	17(85)	3(15)	20(100)	0(0)
2. อาหารที่มารดาหลังคลอดควรงดเว้น ได้แก่ อาหารรสจัด อาหารหมักดองและอาหารปรุงไม่สุก	13(65)	7(35)	20(100)	0(0)	13(65)	7(35)	20(100)	0(0)
3. เครื่องดื่มและสิ่งเสียดัดที่มารดาหลังคลอดควรงดเว้น ได้แก่ สุราหรือเบียร์ ยาตองเหล้า ซากาแฟ น้ำปูเสฉง และสิ่งเสียดัดทุกชนิด	11(55)	9(45)	18(90)	2(10)	11(55)	9(45)	18(90)	2(10)

จากตารางที่ 4 พบว่า ในด้านความรู้ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ในเรื่องอาหารที่มารดาหลังคลอดควรรับประทาน มากที่สุดร้อยละ 85 รองลงมาได้แก่อาหารที่มารดาหลังคลอดควรงดเว้น ร้อยละ 65 ส่วนเรื่อง เครื่องดื่มและสิ่งเสียดัดที่มารดาหลังคลอดควรงดเว้น มีความรู้เพียงร้อยละ 55 หลังจากใช้คู่มือแล้วพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เพิ่มขึ้นในทุกเรื่อง

ในด้านการปฏิบัติพบว่า ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องในเรื่องอาหารที่มารดาหลังคลอดควรรับประทาน มากที่สุด ร้อยละ 85 รองลงมาได้แก่ อาหารที่มารดาหลังคลอดควรงดเว้น ร้อยละ 65 ส่วนเรื่อง เครื่องดื่มและสิ่งเสียดัดที่มารดาหลังคลอดควรงดเว้น มีเพียงร้อยละ 55 หลังจากการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องเพิ่มขึ้นทุกเรื่อง

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ เกี่ยวกับการดูแลความสะอาดร่างกาย

การดูแลความสะอาดร่างกาย	ความรู้				การปฏิบัติ			
	ก่อน ใช้คู่มือ		หลัง ใช้คู่มือ		ก่อน ใช้คู่มือ		หลัง ใช้คู่มือ	
	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่ปฏิบัติ	ถูก	ผิด/ไม่ปฏิบัติ
	จำนวน (ร้อยละ) N=20	จำนวน (ร้อยละ) N=20	จำนวน (ร้อยละ) N=20	จำนวน (ร้อยละ) N=20	จำนวน (ร้อยละ) N=20	จำนวน (ร้อยละ) N=20	จำนวน (ร้อยละ) N=20	จำนวน (ร้อยละ) N=20
1. มารดาหลังคลอดควรรอาน้ำ อย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง	6 (30)	14 (70)	19 (95)	1 (5)	4 (20)	16 (80)	16 (80)	4 (20)
2. มารดาหลังคลอดควรสระผม สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง	3 (15)	17 (85)	18 (90)	2 (10)	3 (15)	17 (85)	4 (20)	16 (80)
3. การอาบน้ำที่ถูกต้องคือ อาบโดยใช้ฝักบัวหรือใช้ขัน ตักอาบ	20 (100)	0 (0)	20 (100)	0 (0)	10 (50)	10 (50)	19 (95)	1 (5)
4. การอาบน้ำโดยการลงแช่ อาจทำให้เกิดการติดเชื้อ ในช่องทางคลอดได้	18 (90)	2 (10)	20 (100)	0 (0)	*****	*****	*****	*****
5. มารดาหลังคลอด ควรทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ ภายนอกทุกครั้งก่อนและหลังจากถ่ายอุจจาระหรือ ปัสสาวะโดยใช้ผ้าและสบู่	18 (90)	2 (10)	20 (100)	0 (0)	18 (90)	2 (10)	19 (95)	1 (5)
6. มารดาหลังคลอดควรเปลี่ยนผ้าอนามัยบ่อยๆเมื่อเปียก ชุ่มน้ำควาปลา	20 (100)	0 (0)	20 (100)	0 (0)	20 (100)	0 (0)	20 (100)	0 (0)
7. น้ำควาปลา คือสิ่งที่ออกมาจากโพรงมดลูกของมารดา หลังคลอด	5 (25)	15 (75)	15 (75)	5 (25)	*****	*****	*****	*****
8. น้ำควาปลาในระยะ 2-3 วันแรกหลังคลอด จะมีสี แดงเข้ม	9 (45)	11 (55)	19 (95)	1 (5)	*****	*****	*****	*****
9. น้ำควาปลาในระยะ 4-9 วันต่อมา สีจะจางลงเป็น สีชมพู	9 (45)	11 (55)	18 (90)	2 (10)	*****	*****	*****	*****
10. หลังคลอด 10 วันขึ้นไป น้ำควาปลาจะมีสีเหลืองหรือ ขาวและมีจำนวนลดลง	9 (45)	11 (55)	18 (90)	2 (10)	*****	*****	*****	*****
11. น้ำควาปลาปกติจะมีกลิ่นคล้ายประจำเดือน	15 (75)	5 (25)	19 (95)	1 (5)	*****	*****	*****	*****
12. น้ำควาปลาจะหมดภายใน 4-6 สัปดาห์หลังคลอด	10 (50)	10 (50)	16 (80)	4 (20)	*****	*****	*****	*****

หมายเหตุ \*\*\*\*\* หมายถึง ไม่สามารถเก็บข้อมูลได้

จากตารางที่ 5 พบว่า ในด้านความรู้ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ ในเรื่อง การอาบน้ำที่ถูวิธี คือ อาบโดยใช้ฝักบัวหรือใช้ขันตักอาบ และเรื่องมารดาหลังคลอดควรเปลี่ยนผ้าอนามัยบ่อยๆ เมื่อเปียกชุ่มน้ำคาวปลา มากที่สุด คือร้อยละ 100 เท่ากัน รองลงมาได้แก่ เรื่อง การอาบน้ำโดยการลงแช่อาจทำให้เกิดการติดเชื้อในช่องทางคลอดได้ และเรื่อง มารดาหลังคลอดควรทำความสะอาด อวัยวะสืบพันธุ์ภายนอกทุกครั้งที่อาบน้ำและหลังจากถ่ายอุจจาระหรือปัสสาวะ โดยใช้ผ้าและสบู่ คิดเป็นร้อยละ 90 เท่ากัน ส่วนเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ค่อนข้างน้อยได้แก่เรื่อง น้ำคาวปลาจะหมดไปภายใน 4-6 สัปดาห์หลังคลอด ลักษณะสีของน้ำคาวปลาทั้ง 3 ระยะ มารดาหลังคลอดควรอาบน้ำอย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง น้ำคาวปลาคือสิ่งที่ออกจากโพรงมดลูกของมารดาหลังคลอดและมารดาหลังคลอดควรสระผม สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง คิดเป็นเพียงร้อยละ 50 45 30 25 และ 15 ตามลำดับ หลังจากใช้คู่มือ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้คงเดิมในเรื่อง การอาบน้ำที่ถูวิธี คืออาบโดยใช้ฝักบัวหรือใช้ขันตักอาบ และมารดาหลังคลอดควรเปลี่ยนผ้าอนามัยบ่อยๆ เมื่อเปียกชุ่มน้ำคาวปลา คือ ร้อยละ 100 นอกจากนี้ยังมีความรู้เพิ่มขึ้นมากทุกเรื่อง คือร้อยละ 75-95 โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เรื่องการอาบน้ำโดยการลงแช่อาจทำให้เกิดการติดเชื้อในช่องทางคลอด และมารดาหลังคลอดควรทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ภายนอกทุกครั้งที่อาบน้ำและหลังจากถ่ายอุจจาระหรือปัสสาวะ โดยใช้ผ้าและสบู่ เพิ่มขึ้นร้อยละ 100 เท่ากัน

ในด้านการปฏิบัติ พบว่า ก่อนใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องมากที่สุด ในเรื่อง มารดาหลังคลอดควรเปลี่ยนผ้าอนามัยบ่อยๆ เมื่อเปียกชุ่มน้ำคาวปลา คือร้อยละ 100 รองลงมาได้แก่เรื่อง มารดาหลังคลอดควรทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ภายนอกทุกครั้งที่อาบน้ำและหลังจากถ่ายอุจจาระหรือปัสสาวะ โดยใช้ผ้าและสบู่ ร้อยละ 90 ส่วนเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องค่อนข้างน้อย ได้แก่ การอาบน้ำที่ถูวิธีคือ อาบโดยใช้ฝักบัวหรือใช้ขันตักอาบ มารดาหลังคลอดควรอาบน้ำอย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง และมารดาหลังคลอดควรสระผม สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 50 20 และ 15 ตามลำดับ หลังจากใช้คู่มือพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องในเรื่อง มารดาหลังคลอดควรเปลี่ยนผ้าอนามัยบ่อยๆ เมื่อเปียกชุ่มน้ำคาวปลา คงเดิม คือร้อยละ 100 นอกนั้นมีการปฏิบัติตัวถูกต้องมากขึ้นทุกเรื่องคือร้อยละ 80-95 ยกเว้นเรื่องมารดาหลังคลอดควรสระผม สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง เพิ่มขึ้นเพียงร้อยละ 20 ซึ่งจากการสัมภาษณ์เพิ่มเติม กลุ่มตัวอย่างที่ยังปฏิบัติไม่ถูกต้องพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความเชื่อว่า ถ้าสระผมในระยะเวลา 1 เดือนหลังคลอด จะเป็นสาเหตุให้เกิดอาการไม่สบายต่างๆ เช่น ปวดศีรษะ หรือที่เรียกว่า "ลมผิดเดือน" ประกอบกับได้รับคำแนะนำจาก บิดามารดาและเพื่อนบ้านจึงทำให้ปฏิบัติไม่ถูกต้องในเรื่องดังกล่าว สำหรับเรื่องการอาบน้ำโดยการลงแช่ อาจทำให้เกิดการติดเชื้อในช่องทางคลอดและลักษณะสีของน้ำคาวปลา เป็นเรื่องเกี่ยวกับข้อเท็จจริงด้านความรู้ จึงไม่สามารถเก็บข้อมูลการปฏิบัติได้

ตารางที่ 6 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ ในเรื่องการบริหารร่างกาย

การบริหารร่างกาย	ความรู้				การปฏิบัติ			
	ก่อน ใช้คู่มือ		หลัง ใช้คู่มือ		ก่อน ใช้คู่มือ		หลัง ใช้คู่มือ	
	ถูก	ผิด/ไม่ รู้	ถูก	ผิด/ไม่ รู้	ถูก	ผิด/ไม่ ปฏิบัติ	ถูก	ผิด/ไม่ ปฏิบัติ
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
N=20		N=20		N=20		N=20		
1. มารดาหลังคลอดควรเริ่มบริหารร่างกาย หลังจาก พักผ่อนเต็มที่แล้วอย่างน้อย 12 ชั่วโมงหลังคลอด	6(30)	14(70)	18(90)	2(10)	0(0)	20(100)	*****	*****
2. การบริหารร่างกายควรทำทุกวัน	13(65)	7(35)	19(95)	1(5)	0(0)	20(100)	12(60)	8(40)
3. การบริหารร่างกาย ควรทำอย่างถูกต้องและครบทั้ง 7 ท่า ได้แก่ ท่าสุดลมหายใจ ท่ายกศีรษะจรดกาง ท่ายก แขน ท่ายกขา ท่ายกตะโพก ท่าโก้งโค้งและท่านอน คว่ำ	2(10)	18(90)	18(90)	2(10)	0(0)	0(100)	12(60)	8(40)
4. ประโยชน์ของการบริหารร่างกาย ได้แก่ กระตุ้น การไหลเวียนของโลหิต ทรวงทรวงสวยงาม สดชื่น แจ่มใส ช่วยให้มีตลูกเข้าอุ้งเร็วและน้ำนมไหลดีขึ้น	3(15)	17(85)	20(100)	0(0)	*****	*****	*****	*****

หมายเหตุ \*\*\*\*\* หมายถึง ไม่สามารถเก็บข้อมูลได้

จากตารางที่ 6 พบว่า ในด้านความรู้ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ในเรื่องการบริหารร่างกายควรทำทุกวัน มากที่สุดร้อยละ 65 เรื่องที่มีความรู้น้อยได้แก่ มารดาหลังคลอดควรเริ่มบริหารร่างกาย หลังจากพักผ่อนเต็มที่แล้วอย่างน้อย 12 ชั่วโมงหลังคลอด ประโยชน์ของการบริหารร่างกาย และ การบริหารร่างกายควรทำให้ถูกต้องและครบทั้ง 7 ท่า คือมีเพียงร้อยละ 30 15 และ 10 ตามลำดับ หลังจากการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เพิ่มขึ้นทุกเรื่อง คือ เพิ่มขึ้นร้อยละ 95 90 100 และ 90 ตามลำดับ

ในด้านการปฏิบัติ พบว่า ก่อนการใช้คู่มือ ไม่มีกลุ่มตัวอย่างที่ปฏิบัติได้ถูกต้องในเรื่องการบริหารร่างกายควรทำทุกวัน และเรื่องการบริหารร่างกายควรทำให้ถูกต้องและครบทั้ง 7 ท่า หลังจากใช้คู่มือแล้ว กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติอย่างถูกต้องในเรื่องดังกล่าว ร้อยละ 60 เท่ากัน

สำหรับเรื่อง มารดาหลังคลอด ควรเริ่มบริหารร่างกาย หลังจากพักผ่อนเต็มที่แล้วอย่างน้อย 12 ชั่วโมงหลังคลอด ไม่สามารถเก็บข้อมูลการปฏิบัติหลังการใช้คู่มือได้ เนื่องจากพันธะระยะเวลาที่ควรเริ่มบริหารร่างกายแล้ว ส่วนเรื่องประโยชน์ของการบริหารร่างกาย เป็นข้อเท็จจริงด้านความรู้จึงไม่สามารถเก็บข้อมูลด้านการปฏิบัติได้

ตารางที่ 7 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง เกี่ยวกับความรู้และการปฏิบัติตัว ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ ในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์

การมีเพศสัมพันธ์	ความรู้				การปฏิบัติ			
	ก่อนใช้คู่มือ		หลังใช้คู่มือ		ก่อนใช้คู่มือ		หลังใช้คู่มือ	
	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่รู้
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20
1. มารดาหลังคลอด ยังไม่ควรมีเพศสัมพันธ์กับสามีจนกว่าจะได้รับการตรวจ หลังคลอด 6 สัปดาห์แล้ว	5 (25)	15 (75)	20 (100)	0 (0)	14 (70)	6 (30)	20 (100)	0 (0)
2. ผลเสียของการมีเพศสัมพันธ์ที่เร็วเกินไป คือ เสี่ยงต่อการติดเชื้อในโพรงมดลูกและอาจเกิดการตั้งครรภ์ได้	8 (40)	12 (60)	20 (100)	0 (0)	*****	*****	*****	*****

หมายเหตุ \*\*\*\*\* หมายถึง ไม่สามารถเก็บข้อมูลได้

จากตารางที่ 7 พบว่าในด้านความรู้ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้น้อยเกี่ยวกับผลเสียของการมีเพศสัมพันธ์ที่เร็วเกินไป และเรื่องมารดาหลังคลอดยังไม่ควรมีเพศสัมพันธ์กับสามีจนกว่าจะได้รับการตรวจหลังคลอด 6 สัปดาห์แล้ว คือเพียงร้อยละ 40 และ 25 ตามลำดับ หลังจากใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ในเรื่องดังกล่าว เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 100 เท่ากัน

ในด้านการปฏิบัติ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องในเรื่อง มารดาหลังคลอดยังไม่ควรมีเพศสัมพันธ์กับสามี จนกว่าจะได้รับการตรวจหลังคลอด 6 สัปดาห์แล้ว ร้อยละ 70 และเพิ่มเป็นร้อยละ 100 หลังจากการใช้คู่มือ สำหรับเรื่องผลเสียของการมีเพศสัมพันธ์ที่เร็วเกินไป เนื่องจากเป็นข้อเท็จจริงด้านความรู้ จึงไม่สามารถเก็บข้อมูลการปฏิบัติได้

ตารางที่ 8 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง เกี่ยวกับความรู้และการปฏิบัติตัว ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ เมื่อมีอาการผิดปกติ

การปฏิบัติเมื่อมีอาการผิดปกติ	ความรู้				การปฏิบัติ			
	ก่อนใช้คู่มือ		หลังใช้คู่มือ		ก่อนใช้คู่มือปฏิบัติ		หลังใช้คู่มือปฏิบัติ	
	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่รู้
	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน
	(ร้อยละ)	(ร้อยละ)	(ร้อยละ)	(ร้อยละ)	(ร้อยละ)	(ร้อยละ)	(ร้อยละ)	(ร้อยละ)
	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20
1. ข้อควรปฏิบัติเมื่อมีไข้คือ เช็ดตัวด้วยน้ำอุ่น ต้มน้ำมาก และไปพบแพทย์เมื่อมีอาการผิดปกติอื่นร่วมด้วย	12(60)	8(40)	20(100)	0(0)	12(60)	8(40)	18(90)	2(10)
2. เมื่อเข้ามหรือหัวมอ๊กเสบ ควรดให้ทารกดูคนม ช้างนั้นไว้ก่อนและรีบไปพบแพทย์	10(50)	10(50)	19(95)	1(5)	10(50)	10(50)	18(90)	2(10)
3. ข้อควรปฏิบัติเมื่อมีเลือดออกทางช่องคลอด คือรีบไปพบแพทย์เมื่อแน่ใจว่าเลือดที่ออกมาไม่ใช่ น้ำคาวปลา	15(75)	5(25)	19(95)	1(5)	15(75)	5(25)	19(95)	1(5)
4. ลักษณะน้ำคาวปลาที่ผิดปกติ ได้แก่ สีไม่จางลง จำนวน ไม่ลดลงและมีกลิ่นเหม็น	12(60)	8(40)	20(100)	0(0)	*****	*****	*****	*****
5. การป้องกันการติดเชื้อ ที่เฝ้ายันและทางเดินปัสสาวะ สามารถทำได้โดย ทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ภายนอกทุกครั้งที่ยาบน้ำ และหลังจากถ่ายอุจจาระหรือปัสสาวะ	19(95)	1(5)	20(100)	0(0)	19(95)	1(5)	20(100)	0(0)
6. มดลูกเข้าอู่ช้ามีอาการแสดงให้ทราบคือภายหลังคลอด 2 สัปดาห์แล้วยังสามารถคลำมดลูกทางหน้าท้องได้	6(30)	14(60)	16(80)	4(20)	*****	*****	*****	*****
7. ข้อควรปฏิบัติเมื่อลดอาการปวดศีรษะหลังคลอด คือ พักผ่อนให้เพียงพอและหลีกเลี่ยงสาเหตุความเครียด	6(30)	14(70)	17(85)	3(15)	2(10)	18(90)	17(85)	3(15)

หมายเหตุ \*\*\*\*\* หมายถึง ไม่สามารถเก็บข้อมูลได้

จากตารางที่ 8 ในด้านความรู้ก่อนการใช้คู่มือ พบว่า เรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้มากที่สุดคือ การป้องกันการติดเชื้อที่แผลฝีเย็บและทางเดินปัสสาวะ สามารถทำได้โดยทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ทุกครั้งก่อนอาบน้ำ และหลังจากถ่ายอุจจาระหรือปัสสาวะ คือร้อยละ 95 รองลงมาได้แก่ ข้อควรปฏิบัติเมื่อมีเลือดออกทางช่องคลอด คือรีบไปพบแพทย์เมื่อแน่ใจว่าเลือดที่ออกไม่ใช่ น้ำคาวปลา ข้อควรปฏิบัติเมื่อมีไข้ คือ เช็ดตัวด้วยน้ำอุ่น ดื่มน้ำมากๆ และไปพบแพทย์เมื่อมีอาการผิดปกติอื่นร่วมด้วยและลักษณะน้ำคาวปลาที่ผิดปกติ ได้แก่ สีไม่จางลง จำนวนไม่ลดลงและมีกลิ่นเหม็น คิดเป็นร้อยละ 75 60 และ 60 ตามลำดับ ส่วนเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้น้อยที่สุดคือ อาการแสดงของมดลูกเข้าอู่ช้าและข้อควรปฏิบัติเมื่อมีอาการปวดศีรษะ ร้อยละ 30 เท่ากัน หลังจากการใช้คู่มือ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เพิ่มขึ้นมากทุกเรื่อง โดยเฉพาะข้อควรปฏิบัติเมื่อมีไข้ ลักษณะน้ำคาวปลาที่ผิดปกติ และการป้องกันการติดเชื้อที่แผลฝีเย็บและทางเดินปัสสาวะ คือเพิ่มเป็นร้อยละ 100 เท่ากัน

ในด้านการปฏิบัติ พบว่า ก่อนใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องมากที่สุดในเรื่อง การป้องกันการติดเชื้อที่แผลฝีเย็บและทางเดินปัสสาวะ คือร้อยละ 95 รองลงมาได้แก่ การปฏิบัติเมื่อมีเลือดออกทางช่องคลอด ข้อควรปฏิบัติเมื่อมีไข้ คิดเป็นร้อยละ 75 และ 60 ตามลำดับ ส่วนเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติตัวถูกต้องน้อยที่สุดคือ ข้อควรปฏิบัติเมื่อมีอาการปวดศีรษะหลังคลอด คิดเป็นเพียงร้อยละ 10 หลังจากใช้คู่มือ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติตัวถูกต้อง เพิ่มขึ้นทุกเรื่อง โดยเฉพาะเรื่อง การป้องกันการติดเชื้อที่แผลฝีเย็บและทางเดินปัสสาวะ

สำหรับลักษณะน้ำคาวปลาที่ผิดปกติและอาการแสดงของมดลูกเข้าอู่ช้า เป็นข้อเท็จจริงด้านความรู้ จึงไม่สามารถเก็บข้อมูลการปฏิบัติได้

ตารางที่ 9 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง เกี่ยวกับความรู้และการปฏิบัติตัว ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ ในเรื่องการคุมกำเนิด และการตรวจหลังคลอด

	ความรู้				การปฏิบัติ			
	ก่อน ใช้คู่มือ		หลัง ใช้คู่มือ		ก่อน ใช้คู่มือ		หลัง ใช้คู่มือ	
	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่ปฏิบัติ	ถูก	ผิด/ไม่ปฏิบัติ
การคุมกำเนิดและ การตรวจหลังคลอด	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20
1. วิธีคุมกำเนิดแบบชั่วคราวสำหรับผู้หญิงได้แก่ยาเม็ดคุมกำเนิด ยาฉีดคุมกำเนิด ห่วงอนามัยและยาฝังคุมกำเนิด	12(60)	8(40)	20(100)	0(0)	*****	*****	*****	*****
2. ยาเม็ดคุมกำเนิด ต้องรับประทานทุกวันจึงจะมีผลในการคุมกำเนิด	16(80)	4(20)	19(95)	1(5)	*****	*****	*****	*****
3. หญิงหลังคลอดที่ให้แก่แก่ทารก ไม่ควรให้ยาเม็ดคุมกำเนิด	11(55)	9(45)	19(95)	1(5)	*****	*****	*****	*****
4. อาการข้างเคียงของยาฉีดคุมกำเนิด คือประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ	12(60)	8(40)	18(90)	2(10)	*****	*****	*****	*****
5. การใช้ห่วงอนามัยและยาฝังคุมกำเนิด เหมาะสำหรับคู่สมรสที่ต้องการวันระยะการตั้งครรภ์เป็นเวลานาน	14(70)	6(30)	20(100)	0(0)	*****	*****	*****	*****
6. การทำหมันหญิงและหมันชาย เหมาะสำหรับคู่สมรสที่ไม่ต้องการมีลูกอีก	20(100)	0(0)	20(100)	0(0)	*****	*****	*****	*****
7. การใช้ถุงยางอนามัย เป็นการคุมกำเนิดแบบชั่วคราวในผู้ชาย	19(95)	1(5)	20(100)	0(0)	*****	*****	*****	*****
8. ภายหลังตรวจหลังคลอด 6 สัปดาห์แล้ว ท่านจะใช้การคุมกำเนิดวิธีใด	*****	*****	*****	*****	11(55)	9(45)	17(65)	3(35)
9. มารดาหลังคลอด ควรไปรับการตรวจหลังคลอด 6 สัปดาห์ เพื่อ ตรวจการคืนสู่สภาพของมดลูก ตรวจหาความผิดปกติ ตรวจหามะเร็งปากมดลูกและรับบริการวางแผนครอบครัว	9(45)	11(55)	17(85)	3(15)	*****	*****	*****	*****

หมายเหตุ \*\*\*\*\* หมายถึง ไม่สามารถเก็บข้อมูลได้

จากตารางที่ 9 พบว่า ในด้านความรู้ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้มากที่สุดในเรื่อง การทำหมันหญิงและหมันชาย เหมาะสำหรับคู่สมรสที่ไม่ต้องการมีลูกอีก คือร้อยละ 100 รองลงมาได้แก่ การใช้ถุงยางอนามัยเป็นการคุมกำเนิดแบบชั่วคราวสำหรับผู้ชาย การรับประทานยาเม็ดคุมกำเนิด ต้องรับประทานทุกวัน การใช้ห่วงอนามัยและยาฝังคุมกำเนิด เหมาะสำหรับคู่สมรสที่ต้องการเว้นระยะการตั้งครรภ์เป็นเวลานาน คือ ร้อยละ 95 80 และ 70 ตามลำดับ ส่วนเรื่องที่มีความรู้น้อยที่สุดคือ มารดาหลังคลอดควรไปรับการตรวจหลังคลอด 6 สัปดาห์ เพียงร้อยละ 45 หลังจากใช้คู่มือ พบว่า กลุ่มตัวอย่างทุกคนมีความรู้เพิ่มขึ้น ในเรื่องวิธีคุมกำเนิดแบบชั่วคราวสำหรับผู้หญิง การใช้ห่วงอนามัยและยาฝังคุมกำเนิดเหมาะสำหรับคู่สมรสที่ต้องการเว้นระยะการตั้งครรภ์เป็นเวลานาน การทำหมันหญิงและหมันชาย เหมาะสำหรับคู่สมรสที่ไม่ต้องการมีลูกอีก และ การใช้ถุงยางอนามัย เป็นการคุมกำเนิดแบบชั่วคราวในผู้ชาย

ในด้านการปฏิบัติ พบว่า ก่อนใช้คู่มือกลุ่มตัวอย่างสามารถเลือกวิธีคุมกำเนิดภายหลังการตรวจหลังคลอด 6 สัปดาห์ ได้ถูกต้องเพียงร้อยละ 55 หลังจากใช้คู่มือแล้ว เพิ่มเป็นร้อยละ 65 สำหรับเรื่อง วิธีคุมกำเนิดแบบชั่วคราวสำหรับผู้หญิง การรับประทานยาเม็ดคุมกำเนิดต้องรับประทานทุกวัน หญิงหลังคลอดที่ให้นมทารกไม่ควรใช้ยาเม็ดคุมกำเนิด อาการข้างเคียงของยาฉีดคุมกำเนิด คือประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ การใช้ห่วงอนามัยและยาฝังคุมกำเนิดเหมาะสำหรับคู่สมรสที่ต้องการเว้นระยะการตั้งครรภ์เป็นเวลานาน การทำหมันหญิงและหมันชายเหมาะสำหรับคู่สมรสที่ไม่ต้องการมีลูกอีก การใช้ถุงยางอนามัยเป็นการคุมกำเนิดแบบชั่วคราวในผู้ชายและเรื่อง มารดาหลังคลอดควรไปรับการตรวจหลังคลอด 6 สัปดาห์ เพื่อตรวจการคืนสู่สภาพของมดลูก ตรวจหาความผิดปกติ ตรวจหามะเร็งปากมดลูกและรับบริการวางแผนครอบครัว เป็นข้อเท็จจริงด้านความรู้ จึงไม่สามารถเก็บข้อมูลการปฏิบัติได้

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

๓/๓๖

เลขทะเบียน <b>133044</b>	เลขหมู่ <b>610.7367</b>
สำนักหอสมุด มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ๕19๖0	

## 2.2 ความรู้และการปฏิบัติของกลุ่มตัวอย่างในการดูแลทารก

ตารางที่ 10 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลทารก ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ ในเรื่องการดูแลความสะอาด

	ความรู้				การปฏิบัติ			
	ก่อนใช้คู่มือ		หลังใช้คู่มือ		ก่อนใช้คู่มือ		หลังใช้คู่มือ	
	ถูก จำนวน (ร้อยละ) N=20	ผิด/ไม่รู้ จำนวน (ร้อยละ) N=20	ถูก จำนวน (ร้อยละ) N=20	ผิด/ไม่รู้ จำนวน (ร้อยละ) N=20	ถูก จำนวน (ร้อยละ) N=20	ผิด/ไม่ ปฏิบัติ จำนวน (ร้อยละ) N=20	ถูก จำนวน (ร้อยละ) N=20	ผิด/ไม่ ปฏิบัติ จำนวน (ร้อยละ) N=20
1. ประโยชน์ของการอาบน้ำให้ทารก คือช่วยให้ร่างกายสะอาด กระตุ้นการไหลเวียนของโลหิต ตรวจสอบความผิดปกติของทารก	6(30)	14(70)	17(85)	3(15)	*****	*****	*****	*****
2. มารดาควรตรวจดูอาบน้ำให้ทารกเมื่อ อากาศเย็นจัดและเมื่อทารกมีไข้หรือเป็นหวัด	12(60)	8(40)	20(100)	0(0)	12(60)	8(40)	20(100)	0(0)
3. มารดาควรอาบน้ำให้ทารกทุกวัน และควรอาบน้ำก่อนให้นมทารก	12(60)	8(40)	20(100)	0(0)	12(60)	8(40)	20(100)	0(0)
4. เตรียมอุปกรณ์ให้พร้อม ได้แก่ อ่างอาบน้ำ ผ้าเช็ดตัว ฟองน้ำ เสื้อผ้า ผ้าอ้อม สบู่ แป้ง สาลี แอลกอฮอล์	*****	*****	*****	*****	3(15)	17(85)	17(85)	3(15)
5. เตรียมน้ำให้มีอุณหภูมิพอเหมาะ โดยทดสอบกับข้อศอกหรือหลังมือมารดา	*****	*****	*****	*****	8(40)	12(60)	17(85)	3(15)
6. ควรเริ่มอาบน้ำในส่วนที่สะอาดที่สุดก่อน	*****	*****	*****	*****	11(55)	9(45)	19(95)	1(5)
7. การเช็ดทำความสะอาดตาทารก ควรใช้สำลีชุบน้ำต้มสุก เช็ดจากหัวตาไปหางตา	*****	*****	*****	*****	8(40)	12(60)	18(90)	2(10)
8. การสระผมควรนวดศีรษะด้วยอุ้งนิ้วมือ	*****	*****	*****	*****	9(45)	11(55)	19(95)	1(5)
9. หลังอาบน้ำ ควรเช็ดทำความสะอาดสะดือด้วยแอลกอฮอล์ 70% ทุกครั้งจนกว่าสะดือจะหลุด	*****	*****	*****	*****	5(25)	15(75)	19(95)	1(5)
10. การเช็ดสะดือควรเช็ดจากส่วนโคนไปหาส่วนปลาย	*****	*****	*****	*****	7(35)	13(65)	16(80)	4(20)
11. ท่านเลือกใช้สบู่สีขาวที่ใช้สำหรับทารกโดยเฉพาะ	*****	*****	*****	*****	20(100)	0(0)	20(100)	0(0)

หมายเหตุ \*\*\*\*\* หมายถึง ไม่สามารถเก็บข้อมูลได้

จากตารางที่ 10 พบว่า ในด้านความรู้ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้มากที่สุดในเรื่อง มารดาควรอาบน้ำให้ทารกทุกวันและควรอาบน้ำก่อนให้นมทารก และมารดาควรงดอาบน้ำให้ทารกเมื่ออากาศเย็นจัด ทารกมิใช่หรือเป็นหวัด ร้อยละ 60 เท่ากัน ส่วนเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้น้อยที่สุด คือประโยชน์ของการอาบน้ำให้ทารก ร้อยละ 30 หลังจากใช้คู่มือ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เพิ่มขึ้นทั้ง 3 เรื่อง เป็นร้อยละ 100 100 และ 85 ตามลำดับ

ในด้านการปฏิบัติ พบว่า ก่อนใช้คู่มือกลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องมากที่สุด ในเรื่องการเลือกใช้สบู่สีขาวสำหรับทารกโดยเฉพาะ ร้อยละ 100 รองลงมาได้แก่ มารดาควรอาบน้ำให้ทารกทุกวันและควรอาบน้ำก่อนให้นม และมารดาควรงดอาบน้ำให้ทารกเมื่ออากาศเย็นจัด ทารกมิใช่หรือเป็นหวัด ร้อยละ 60 เท่ากัน ส่วนเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้น้อยได้แก่ การเช็ดสะดือควรเช็ดจากส่วน โคนไปหาส่วนปลาย การทำความสะอาดสะดือด้วยแอลกอฮอล์ 70 % และการเตรียมอุปกรณ์อาบน้ำสำหรับทารก ร้อยละ 35 25 และ 15 ตามลำดับ หลังจากใช้คู่มือ พบว่า กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติถูกต้องคงเดิมคือ การเลือกใช้สบู่สีขาวสำหรับทารกโดยเฉพาะ ร้อยละ 100 นอกนั้น พบว่ามีการปฏิบัติถูกต้องเพิ่มขึ้นทุกเรื่อง โดยเฉพาะเรื่องมารดาควรอาบน้ำให้ทารกทุกวัน และมารดาควรงดอาบน้ำให้ทารกเมื่ออากาศเย็นจัด ทารกมิใช่หรือเป็นหวัด เป็นร้อยละ 100 เท่ากัน

สำหรับเรื่องประโยชน์การอาบน้ำให้ทารก เนื่องจากเป็นข้อเท็จจริงด้านความรู้ จึงไม่สามารถเก็บข้อมูลด้านการปฏิบัติได้ แต่เรื่องการเตรียมอุปกรณ์การอาบน้ำสำหรับทารก การเตรียมน้ำให้มีอุณหภูมิพอเหมาะ การเริ่มอาบน้ำในส่วนที่สะอาดที่สุดก่อน การทำความสะอาดทารก การสระผมควรนวดศีรษะด้วยอุ้งนื้อมือ การเช็ดทำความสะอาดสะดือทารกด้วยแอลกอฮอล์ 70 % การเช็ดสะดือควรเช็ดจากส่วน โคนไปหาส่วนปลายและการเลือกใช้สบู่สำหรับทารก ผู้ศึกษามุ่งวัดเฉพาะการปฏิบัติ จึงไม่มีการเก็บข้อมูลด้านความรู้

จากการสังเกตการปฏิบัติ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ อาบน้ำให้ทารกโดยการอุ้มทารกลงในอ่าง และมีการเตรียมน้ำและอุปกรณ์ให้พร้อม ก่อนอาบน้ำทารก ยกเว้นบางคนที่ทดสอบอุณหภูมิของน้ำ โดยการจุ่มทั้งมือแทนหลังมือ ไม่มีการนวดศีรษะด้วยอุ้งนื้อมือ ไม่เช็ดสะดือด้วยแอลกอฮอล์ และบางคนเช็ดสะดือทารกไม่ถูกต้อง

ตารางที่ 11 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง เกี่ยวกับการดูแลทารก ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ ในเรื่องการดูแลการนอนหลับ การดูแลการขับถ่าย และการพันผ้าอ้อม

การดูแลการนอนหลับ การดูแลการขับถ่าย และการพันผ้าอ้อม	ความรู้				การปฏิบัติ			
	ก่อน ใช้คู่มือ		หลัง ใช้คู่มือ		ก่อน ใช้คู่มือ		หลัง ใช้คู่มือ	
	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่ปฏิบัติ	ถูก	ผิด/ไม่ปฏิบัติ
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20
1. ทารกควรใช้เวลาอนหลับ วันละประมาณ 18-20 ชั่วโมง	10(50)	10(50)	18(90)	2(10)	15(75)	5(25)	18(90)	2(10)
2. ควรทำความสะอาดบริเวณก้นและอวัยวะสืบพันธุ์ ของทารก และเปลี่ยนผ้าอ้อมทุกครั้งที่ถ่ายปัสสาวะหรืออุจจาระ	20(100)	0(0)	20(100)	0(0)	19(95)	1(5)	20(100)	0(0)
3. การพันผ้าอ้อม ควรพันส่วนที่รองรับปัสสาวะหรืออุจจาระให้หนากว่าส่วนอื่นๆ	11(55)	9(45)	20(100)	0(0)	11(55)	9(45)	17(85)	3(15)

จากตารางที่ 11 พบว่า ก่อนใช้คู่มือกลุ่มตัวอย่างมีความรู้ในเรื่อง ทารกใช้เวลาอนหลับวันละ 18-20 ชั่วโมง การพันผ้าอ้อมควรพันให้ส่วนที่รองรับอุจจาระหรือปัสสาวะให้หนากว่าส่วนอื่น คิดเป็นร้อยละ 50 และ 55 ตามลำดับ หลังใช้คู่มือแล้วเพิ่มเป็น ร้อยละ 90 และ 100 ตามลำดับ และพบว่ากลุ่มตัวอย่างทุกคนมีความรู้ในเรื่องการทำความสะอาดบริเวณก้นและอวัยวะสืบพันธุ์ของทารกและเปลี่ยนผ้าอ้อมทุกครั้งที่ถ่ายอุจจาระหรือปัสสาวะ ทั้งก่อนและหลังใช้คู่มือการปฏิบัติ

ส่วนการปฏิบัติ พบว่า ก่อนใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องในเรื่อง การพันผ้าอ้อมควรพันให้ส่วนที่รองรับอุจจาระหรือปัสสาวะให้หนากว่าส่วนอื่น ทารกควรใช้เวลาอนหลับวันละ 18-20 ชั่วโมง และการทำความสะอาดบริเวณก้นและอวัยวะสืบพันธุ์ของทารกและเปลี่ยนผ้าอ้อมทุกครั้งที่ถ่ายอุจจาระหรือปัสสาวะ คิดเป็นร้อยละ 55 75 และ 95 ตามลำดับ หลังจากใช้คู่มือแล้ว จึงเพิ่มเป็นร้อยละ 85 90 และ 100 ตามลำดับ

ตารางที่ 12 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลทารก ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ ในเรื่องการดูแลการให้นม

การดูแลการให้นม	ความรู้				การปฏิบัติ				
	ก่อน ใช้คู่มือ		หลัง ใช้คู่มือ		ก่อน ใช้คู่มือ		หลัง ใช้คู่มือ		
	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่ปฏิบัติ	ถูก	ผิด/ไม่ปฏิบัติ	
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	
N=20		N=20		N=20		N=20		N=20	
1. ทารกได้รับสารอาหารจากมารดาทางน้ำนม	20(100)	0(0)	20(100)	0(0)	*****	*****	*****	*****	
2. การให้นมแก่ทารกมีประโยชน์ต่อมารดา คือช่วยให้มดลูกเข้าอู่เร็ว น้ำคาวปลาไหลสะดวก ทรวดทรงดี ลดโอกาสเสี่ยงของมะเร็งเต้านม และเกิดความรักใคร่ผูกพันกับทารก	8(40)	12(60)	18(90)	2(10)	*****	*****	*****	*****	
3. ประโยชน์ของนมมารดาต่อทารกที่ต่างจากนมชนิดอื่น คือ ให้สารอาหารที่ครบถ้วน มีภูมิคุ้มกันโรค สะอาด ย่อยง่าย ลดอาการภูมิแพ้และสร้างสายสัมพันธ์ระหว่างมารดากับทารก	9(45)	1(55)	20(100)	0(0)	*****	*****	*****	*****	
4. มารดาควรล้างมือและ เช็ดหัวนม ทุกครั้งที่ให้นมทารก	19(95)	1(5)	20(100)	0(0)	19(95)	1(5)	20(100)	0(0)	
5. การให้นมทารก ควรให้ดูดทั้ง 2 อัง ในแต่ละครั้ง	20(100)	0(0)	20(100)	0(0)	20(100)	0(0)	20(100)	0(0)	
6. มารดาควรจับทารกให้นั่งหรืออุ้มพาดบ่า ให้เรอระหว่างให้นมและหลังให้นมทุกครั้ง	8(40)	12(60)	20(100)	0(0)	7(35)	13(65)	20(100)	0(0)	
7. ข้อดีของหัวน้ำนมคือ มีสารอาหารและภูมิคุ้มกันโรค เป็นจำนวนมาก	17(85)	3(15)	20(100)	0(0)	*****	*****	*****	*****	
8. มารดาหลังคลอด สามารถบรรเทาอาการปวดจากเต้านมคัดตึงได้โดยการประคบด้วยน้ำอุ่นสลับน้ำเย็น	9(45)	11(55)	19(95)	1(5)	9(45)	11(55)	19(95)	1(5)	
9. (กรณีให้นมมารดา) ท่านจะให้นมมารดาแก่ทารกอย่างน้อย 1 ปี (กรณีให้นมผสม) ท่านจะให้ผสมชนิดใดแก่ทารก	*****	*****	*****	*****	17(85)	3(15)	16(80)	4(20)	
10. มารดาควรให้นมผสมแก่ทารกเมื่อ เป็นโรคติดต่อหรือเริ่มโรคประจำตัว เต้านมอักเสบ น้ำนมไม่พอ เป็นโรคจิตหรือโรคประสาทอย่างรุนแรงและมีภาวะกิจนอกบ้าน	2(10)	18(90)	18(90)	2(10)	*****	*****	*****	*****	
11. นมผสมที่เหมาะสมสำหรับทารกแรกเกิดถึง 6 เดือน ได้แก่ เอนฟาแลค มาแม็กซ์ เมจิ เอฟเอ็ม-ที แนน-สูตร 1 เอส-26 นิวตริลอนและคูแม็กซ์	0(0)	20(100)	14(70)	6(30)	*****	*****	*****	*****	
12. วิธีทำความสะอาดขวดนมและจุกนม ได้แก่ บีบน้ำผ่านจุกนม ล้างให้สะอาดและต้มในน้ำเดือด	11(55)	9(45)	19(95)	1(5)	11(55)	9(45)	19(95)	1(5)	

หมายเหตุ \*\*\*\*\* หมายถึง ไม่สามารถเก็บข้อมูลได้

จากตารางที่ 12 พบว่า ในด้านความรู้ก่อนใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้มากที่สุดในเรื่อง ทารกได้รับสารอาหารจากมารดาทางน้ำนม และการให้นมทารกควรให้ดูดนมทั้งสองข้าง ร้อยละ 100 เท่ากัน รองลงมาได้แก่ มารดาควรล้างมือและเช็ดหัวนมทุกครั้งก่อนให้นม ข้อดีของหัวนม น้ำนม ร้อยละ 95 และ 85 ตามลำดับ ส่วนเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ค่อนข้างน้อย ได้แก่ ประโยชน์ของการให้นมมารดาต่อทารกที่ต่างจากนมชนิดอื่น มารดาควรจับทารกให้นั่งหรืออุ้มพาดบ่าให้เรอ และมารดาควรให้นมผสมแก่ทารกเมื่อเป็นโรคติดต่อ ฯลฯ ร้อยละ 45 40 และ 10 ตามลำดับ ส่วนเรื่องนมผสมที่เหมาะสมสำหรับทารกแรกเกิดถึง 6 เดือน พบว่า ไม่มีกลุ่มตัวอย่างมีความรู้เลย หลังจากใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เรื่อง การได้รับสารอาหารจากมารดาทางน้ำนมและการให้นมทารกควรให้ดูดทั้ง 2 ข้าง คงเดิมคือ ร้อยละ 100 นอกนั้นมีความรู้เพิ่มขึ้นทุกเรื่อง โดยเฉพาะเรื่องมารดาควรจับทารกให้นั่งหรืออุ้มพาดบ่าให้เรอและข้อดีของหัวนม น้ำนม เพิ่มขึ้นร้อยละ 100 เท่ากัน ส่วนนมผสมที่เหมาะสมสำหรับทารกแรกเกิดถึง 6 เดือน เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 70

ในด้านการปฏิบัติ พบว่า ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติถูกต้องมากที่สุดในเรื่อง การให้นมทารกควรให้ดูดทั้ง 2 ข้าง ร้อยละ 100 รองลงมาได้แก่ มารดาควรล้างมือและเช็ดหัวนมก่อนให้นมทารก วิธีทำความสะอาดขวดนมและจุกนม ร้อยละ 95 และ 55 ตามลำดับ ส่วนเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องน้อย ได้แก่ มารดาหลังคลอดสามารถบรรเทาอาการปวดจากเต้านมคัดตึง โดยการประคบด้วยน้ำอุ่นสลับน้ำเย็นและการจับทารกให้นั่งหรืออุ้มพาดบ่าให้เรอ ร้อยละ 45 และ 35 ตามลำดับ หลังการใช้คู่มือ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติดีขึ้นทุกเรื่อง โดยเฉพาะเรื่อง มารดาควรล้างมือและเช็ดหัวนมก่อนให้นมทารกและ เรื่องการจับทารกให้นั่งหรืออุ้มพาดบ่าให้เรอ เพิ่มขึ้นร้อยละ 100 เท่ากัน และมีความรู้เพิ่มขึ้นในเรื่อง มารดาหลังคลอดสามารถบรรเทาอาการปวดจากเต้านมคัดตึง โดยการประคบด้วยน้ำอุ่นสลับน้ำเย็น เป็นร้อยละ 95

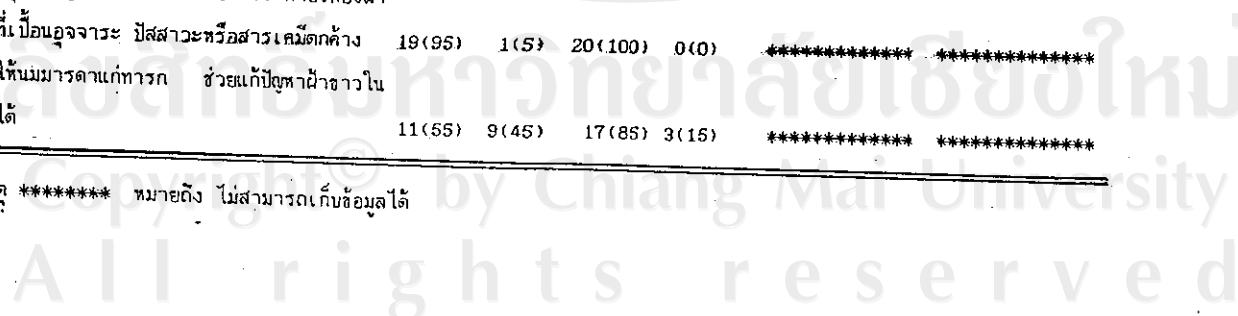
สำหรับเรื่อง ประโยชน์ของการให้นมมารดาต่อทารกที่ต่างจากนมชนิดอื่น การให้นมทารกมีประโยชน์ต่อมารดา ข้อดีของหัวนม น้ำนม มารดาควรให้นมผสมแก่ทารกเมื่อเป็นโรคติดต่อ ฯลฯ ชนิดของนมผสมที่เหมาะสมสำหรับทารกแรกเกิดถึง 6 เดือน เนื่องจากเป็นข้อเท็จจริงด้านความรู้ จึงไม่สามารถเก็บข้อมูลการปฏิบัติได้

จากการสังเกตการปฏิบัติของกลุ่มตัวอย่าง 11 ราย ที่ให้นมทารกในขณะที่ผู้ศึกษาเก็บข้อมูล พบว่า ทุกรายมีการปฏิบัติถูกต้องเกี่ยวกับการทำให้ทารกเรอ โดยให้ทารกเรอระหว่างการเปลี่ยนข้างให้นมและหลังให้นม

ตารางที่ 13 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลทารก ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติในเรื่องการดูแลเมื่อมีอาการผิดปกติ

การดูแลเมื่อมีอาการผิดปกติ	ความรู้				การปฏิบัติ			
	ก่อน ใช้คู่มือ		หลัง ใช้คู่มือ		ก่อน ใช้คู่มือ		หลัง ใช้คู่มือ	
	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่รู้
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20
1. ข้อควรปฏิบัติ เมื่อทารกมีไข้ คือ เช็ดตัวด้วยน้ำอุ่นและให้ดูดนมมากๆ	14(70)	6(30)	19(95)	1(5)	14(70)	6(30)	19(95)	1(5)
2. เมื่อทารกตาอักเสบ ไม่ควรซื้อยาหยอดตามาใช้กับทารกเอง โดยไม่ปรึกษาแพทย์	17(85)	3(15)	19(95)	1(5)	17(85)	3(15)	19(95)	1(5)
3. ข้อควรปฏิบัติเมื่อทารกน้ำตาไหลและมีขี้ตา คือ ใช้สำลีชุบน้ำต้มสุก เช็ดให้สะอาดและนวดหัวตาข้างนั้นเบาๆ	10(50)	10(50)	19(95)	1(5)	10(50)	10(50)	18(90)	2(10)
4. มารดาควรทำให้ทารกเรอ ระหว่างให้นมและหลังให้นมทุกครั้ง เพื่อป้องกันทารกท้องอืด	5(25)	15(75)	18(90)	2(10)	5(25)	15(75)	18(90)	2(10)
5. สาเหตุที่ทำให้ทารกกันแดง คือการระคายเคืองจากอุจจาระ ปัสสาวะและระคายเคืองจากผ้าอ้อม	19(95)	1(5)	20(100)	0(0)	*****	*****	*****	*****
6. เมื่อทารกกันแดง มารดาควรดูแลบริเวณนั้น ให้สะอาดและแห้งอยู่เสมอ	16(80)	4(20)	19(95)	1(5)	16(80)	4(20)	19(95)	1(5)
7. สาเหตุที่ทำให้ทารกหิวนม ได้แก่ มีลมในกระเพาะอาหาร ได้รับนมมากเกินไปและเปลี่ยนท่าทารกหรือเขย่าตัวทารกหลังดูดนม	14(70)	6(30)	18(90)	2(10)	*****	*****	*****	*****
8. เมื่อทารกร้องไห้มากผิดปกติ มารดาควรทำให้ทารกเรอหรือทามหาหึ่งสั้ที่ท้อง	5(25)	15(75)	19(95)	1(5)	5(25)	15(75)	19(95)	1(5)
9. มารดาควรรักษาความสะอาดบริเวณขาหนีบ ข้อพับหรือกันทารกอยู่เสมอ เพื่อป้องกันผื่น	20(100)	0(0)	20(100)	0(0)	20(100)	0(0)	20(100)	0(0)
10. สาเหตุที่สำคัญของผื่นผ้าอ้อม คือการระคายเคืองผ้าอ้อมที่เปียกอุจจาระ ปัสสาวะหรือสารเคมีตกค้าง	19(95)	1(5)	20(100)	0(0)	*****	*****	*****	*****
11. การให้นมมารดาแก่ทารก ช่วยแก้ปัญหาผ้าอ้อมเปียกได้	11(55)	9(45)	17(85)	3(15)	*****	*****	*****	*****

หมายเหตุ \*\*\*\*\* หมายถึง ไม่สามารถเก็บข้อมูลได้



ตารางที่ 13 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลทารก ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติในเรื่องการปฏิบัติเมื่อมีอาการ ผิดปกติ (ต่อ)

การดูแลเมื่อมีอาการผิดปกติ	ความรู้				การปฏิบัติ			
	ก่อน ใช้คู่มือ		หลัง ใช้คู่มือ		ก่อน ใช้คู่มือ		หลัง ใช้คู่มือ	
	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่ปฏิบัติ	ถูก	ผิด/ไม่ปฏิบัติ
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	
12. เมื่อทารกมีผ้าขาวในปาก มารดาควรทาลิ้นด้วยยาป้ายลิ้นสีม่วง หลังจากดูดนม วันละ 2 ครั้ง	8(40)	12(60)	19(95)	1(5)	8(40)	12(60)	18(90)	2(10)
13. ลักษณะถ่ายเหลวที่ผิดปกติ ได้แก่ ถ่ายเป็นน้ำ มีมูกหรือเลือดปน สีและกลิ่นเปลี่ยนไปจากปกติ มีไข้หรืออาเจียนร่วมด้วย	10(50)	10(50)	15(75)	5(15)	*****	*****	*****	*****
14. เมื่อทารกถ่ายเหลว มารดาควรให้นมแก่ทารกต่อไป แต่ระวังความสะอาดมากขึ้น	12(60)	8(40)	19(95)	1(5)	12(60)	8(40)	17(85)	3(15)
15. กรดที่ให้เหมาะสม เมื่อทารกถ่ายเหลว ควรเจือจางนมลงเท่าตัว	7(35)	13(65)	10(50)	10(50)	7(35)	13(65)	10(50)	10(50)
16. ข้อควรปฏิบัติเมื่อทารกท้องผูก คือให้ดูดน้ำผึ้งหรือน้ำลูกนุ่นผสมน้ำ	1(5)	19(95)	13(65)	7(35)	0(0)	20(100)	7(35)	13(65)
17. ข้อควรปฏิบัติเมื่อทารกตัวเหลือง คือให้ดูดน้ำหรือนมมากๆ และอุ้มทารกไปรับแสงแดดอ่อนๆ	10(50)	10(50)	18(90)	2(10)	10(50)	10(50)	18(90)	2(10)
18. ข้อควรปฏิบัติเมื่อทารกเป็นหวัดคือ รักษาความอบอุ่น เช็ดน้ำมูกออกบ่อยๆ ไปพบแพทย์เมื่อน้ำมูกเป็นสีเขียวหรือสีเหลือง	9(45)	11(55)	19(95)	1(5)	10(50)	10(50)	19(95)	1(5)
19. มารดาควรทำความสะอาดสะดือทารก ด้วยแอลกอฮอล์ 70% ทุกครั้งหลังอาบน้ำ เพื่อป้องกันสะดืออักเสบ	14(60)	6(30)	20(100)	0(0)	14(60)	6(30)	20(100)	0(0)
20. สาเหตุที่ทำให้สะดือทารกอักเสบ ส่วนมากเกิดจากการดูแลความ สะอาดสะดือทารกไม่ดีพอ	18(90)	2(10)	20(100)	0(0)	*****	*****	*****	*****

หมายเหตุ \*\*\*\*\* หมายถึง ไม่สามารถเก็บข้อมูลได้

จากตารางที่ 13 พบว่า ในด้านความรู้ก่อนใช้คู่มือ เรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ถูกต้องมากที่สุดคือ มารดาควรรักษาความสะอาดบริเวณขาหนีบ ข้อพับและก้นทารก ร้อยละ 100 รองลงมา ได้แก่ สาเหตุที่ทำให้ทารกกันแดง สาเหตุสำคัญของผื่นผ้าอ้อม และสาเหตุที่ทำให้สะดือทารกอักเสบ ร้อยละ 95 95 และ 90 ตามลำดับ ส่วนเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้น้อยได้แก่ กรณีให้นมผสมเมื่อทารกถ่ายเหลว เมื่อทารกร้องไห้มากผิดปกติมารดาควรทำให้ทารกเรอ มารดาควรทำให้ทารกเรอระหว่างให้นมและหลังให้นมทุกครั้ง เพื่อป้องกันทารกท้องอืด ข้อควรปฏิบัติเพื่อป้องกันอาการท้องอืดและข้อควรปฏิบัติเมื่อทารกท้องผูก คิดเป็นร้อยละ 35 25 25 และ 5 ตามลำดับ หลังจากใช้คู่มือแล้ว พบว่า เรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้คงเดิม คือ มารดาควรรักษาความสะอาดบริเวณขาหนีบ ข้อพับและก้นทารก คิดเป็นร้อยละ 100 นอกนั้น พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เพิ่มขึ้นเป็นส่วนใหญ่ โดยเฉพาะเรื่องสาเหตุที่ทำให้ทารกกันแดง สาเหตุสำคัญของผื่นผ้าอ้อมและสาเหตุที่ทำให้สะดือทารกอักเสบ คิดเป็นร้อยละ 100 เท่ากัน ส่วนเรื่องที่เพิ่มขึ้นค่อนข้างน้อยได้แก่ ข้อควรปฏิบัติเมื่อทารกท้องผูกและกรณีให้นมผสมกรณีเมื่อทารกถ่ายเหลว เพิ่มขึ้นเป็นเพียงร้อยละ 35 และ 50 ตามลำดับ

ในด้านการปฏิบัติ พบว่า ก่อนการใช้คู่มือ เรื่องที่กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติถูกต้องมากที่สุดคือ มารดาควรทำความสะอาดบริเวณขาหนีบข้อพับและก้นทารก ร้อยละ 100 รองลงมาได้แก่ เมื่อทารกถ่ายอึกเสปไม่ควรซื้อยาหยอดตามาใช้กับทารกโดยไม่ปรึกษาแพทย์ ควรดูแลบริเวณก้นทารกให้แห้งอยู่เสมอ ร้อยละ 85 และ 80 ตามลำดับ ส่วนเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติถูกต้องค่อนข้างน้อย ได้แก่ กรณีให้นมผสมเมื่อทารกถ่ายเหลว มารดาควรทำให้ทารกเรอระหว่างให้นมและหลังให้นม เพื่อป้องกันทารกท้องอืด และเมื่อทารกร้องไห้มากผิดปกติ มารดาควรทำให้ทารกเรอหรือทามหาหิงส์ที่ท้อง คิดเป็นร้อยละ 35 25 และ 25 ตามลำดับ ส่วนเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างไม่มีความรู้เลยคือ ข้อควรปฏิบัติเมื่อทารกท้องผูก หลังจากใช้คู่มือ เรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องคงเดิมคือ มารดาควรรักษาความสะอาดบริเวณขาหนีบ ข้อพับและก้นทารก คิดเป็นร้อยละ 100 นอกนั้นพบว่า มีการปฏิบัติถูกต้องเพิ่มขึ้นมากทุกเรื่อง ยกเว้น กรณีให้นมผสมเมื่อทารกถ่ายเหลวและข้อควรปฏิบัติเมื่อทารกท้องผูก เพิ่มขึ้นเพียงร้อยละ 50 และ 35 ตามลำดับ สำหรับสาเหตุที่ทำให้ทารกกันแดง สาเหตุที่ทำให้ทารกแหะนม สาเหตุของผื่นผ้าอ้อม การให้นมมารดาช่วยแก้ปัญหาผ้าขาวในปาก สาเหตุของสะดืออักเสบ เป็นข้อเท็จจริงด้านความรู้ จึงไม่สามารถเก็บข้อมูลการปฏิบัติได้

จากการสอบถามเพิ่มเติมพบว่า ก่อนใช้คู่มือ ในเรื่องการปฏิบัติเมื่อทารกสิ้นเป็นผ้าขาวมีกลุ่มตัวอย่างที่บอกว่าควรเช็ดด้วยผ้าอ้อมที่ชุ่มปัสสาวะ ร้อยละ 60 แต่หลังจากใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติถูกต้อง เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 90

ตารางที่ 14 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลทารก ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ ในเรื่องการให้วัคซีนและการให้อาหารเสริม

	ความรู้				การปฏิบัติ			
	ก่อนใช้คู่มือ		หลังใช้คู่มือ		ก่อนใช้คู่มือ		หลังใช้คู่มือ	
	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่รู้	ถูก	ผิด/ไม่ปฏิบัติ	ถูก	ผิด/ไม่ปฏิบัติ
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20	N=20
1. ทารกแรกคลอดถึง 5 ปี ควรได้รับวัคซีนป้องกัน วัณโรค คอตีบ ไอกรน บาดทะยัก โปลิโอ หัด ตับอักเสบบีและใช้สมองอักเสบ	6(30)	14(70)	18(90)	2(10)	*****	*****	*****	*****
2. ทารกแรกคลอดถึง 3 เดือน ควรได้รับนมมารดาเพียงอย่างเดียว	17(85)	3(15)	18(90)	2(10)	*****	*****	*****	*****
3. ทารกอายุ 4 เดือนควรได้รับข้าวบดผสมไข่แดงต้มสุก	7(35)	13(65)	19(95)	1(5)	*****	*****	*****	*****
4. ทารกอายุ 5 เดือนควรเริ่มได้รับข้าวบดผสมเนื้อปลา	7(35)	13(65)	16(80)	4(20)	*****	*****	*****	*****
5. ทารกอายุ 6 เดือนควรได้เริ่มรับผลไม้สุกและรับประทานแทน นมมารดาได้ 1 มื้อ	4(20)	16(80)	11(55)	9(45)	*****	*****	*****	*****
6. ทารกอายุ 7 เดือนควรเริ่มได้รับข้าวบดผสมเนื้อสัตว์หรือตับบด	2(10)	18(90)	11(55)	9(45)	*****	*****	*****	*****
7. ทารกอายุ 8-10 เดือนควรได้รับอาหารเสริมแทนนมมารดาได้ 2 มื้อ	3(15)	17(85)	11(55)	9(45)	*****	*****	*****	*****
8. ทารกอายุ 11-12 เดือนควรได้รับอาหารเสริมแทนนมมารดาได้ 3 มื้อ	5(25)	15(75)	11(55)	9(45)	*****	*****	*****	*****

หมายเหตุ \*\*\*\*\* หมายถึง ไม่สามารถเก็บข้อมูลได้

จากตารางที่ 14 พบว่า ในด้านความรู้ ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้มากที่สุดในเรื่อง ทารกแรกคลอดถึง 3 เดือนควรได้รับนมมารดาเพียงอย่างเดียว ร้อยละ 85 กลุ่มตัวอย่างมีความรู้น้อย ในเรื่อง ชนิดของอาหารเสริมที่ทารกควรได้ตั้งแต่อายุ 4 เดือนจนถึง 12 เดือน เพียงร้อยละ 10-35 และพบว่ากลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 30 มีความรู้ในเรื่อง ทารกแรกเกิดถึง 5 ปี ควรได้รับวัคซีนป้องกันวัณโรค คอตีบ ไอกรน บาดทะยัก โปลิโอ หัด ตับอักเสบบี และใช้สมองอักเสบ หลังจากใช้คู่มือ พบว่า ส่วนใหญ่มีความรู้เพิ่มขึ้นมาก ยกเว้นในเรื่องอาหารเสริมทารกตั้งแต่ 6 เดือนจนถึง 12 เดือน มีความรู้เพิ่มขึ้นเพียงร้อยละ 55 สำหรับการปฏิบัติ ไม่สามารถเก็บข้อมูลได้เนื่องจาก การเก็บข้อมูลอยู่ในช่วง 4 สัปดาห์หลังคลอด ยังไม่ถึงเกณฑ์ที่ทารกจะได้รับวัคซีนและอาหารเสริม

ส่วนที่ 3 ความแตกต่างของคะแนนความรู้และคะแนนการปฏิบัติของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 15 ความแตกต่างระหว่างความรู้และความแตกต่างระหว่างการปฏิบัติ ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามด้านการปฏิบัติของมารดาหลังคลอด

ข้อความ	ความรู้			การปฏิบัติ		
	ก่อนใช้	หลังใช้	ระดับ	ก่อนใช้	หลังใช้	ระดับ
	คู่มือ	คู่มือ	นัยสำคัญ	คู่มือ	คู่มือ	นัยสำคัญ
<b>ด้านการดูแลตนเองของมารดา</b>						
1. การพักผ่อน	18	36	.001**	17	32	.0035**
2. การทำงาน	11	36	.0003**	13	19	.0919
3. การรับประทานอาหาร	182	258	.0001**	182	258	.0001**
4. การดูแลความสะอาดร่างกาย	139	223	.0001**	48	84	.0025**
5. การบริหารร่างกาย	69	247	.0001**	0	98	.001**
6. การมีเพศสัมพันธ์	25	55	.0002**	15	20	.043*
7. การปฏิบัติเมื่อมีอาการผิดปกติ	129	206	.0001**	72	110	.0035**
8. การคุมกำเนิด	147	199	.0043**	14	20	.0277*
9. การตรวจหลังคลอด	44	68	.001**	-	-	-
<b>ด้านการดูแลทารก</b>						
1. การดูแลความสะอาด	71	104	.0027**	57	175	.0014**
2. การดูแลการนอนหลับ	10	18	.0015**	15	18	.3613
3. การดูแลการขับถ่าย	20	20	-	20	20	-
4. การพันผ้าอ้อม	11	20	.001**	11	17	.001**
5. การให้นม	272	452	.0002**	87	136	.001**

ตารางที่ 15 ความแตกต่างระหว่างความรู้และความแตกต่างระหว่างการปฏิบัติก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามด้านการปฏิบัติของมารดาหลังคลอด (ต่อ)

ข้อความ	ความรู้			การปฏิบัติ		
	ก่อนใช้	หลังใช้	ระดับ	ก่อนใช้	หลังใช้	ระดับ
	คู่มือ	คู่มือ	นัยสำคัญ	คู่มือ	คู่มือ	นัยสำคัญ
6. การดูแลเมื่อมีอาการผิดปกติ	280	456	.0003**	134	260	.0005**
7. การให้วัคซีน	47	144	.0001**	-	-	-
8. การให้อาหารเสริม	41	94	.0004**	-	-	-

หมายเหตุ - หมายถึง ไม่สามารถเก็บข้อมูลได้

\* หมายถึง ระดับนัยสำคัญที่  $p < .05$

\*\* หมายถึง ระดับนัยสำคัญที่  $p < .01$

จากตารางที่ 15 พบว่า ในด้านการดูแลตนเองของมารดา ก่อนและหลังการใช้คู่มือกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความรู้ เพิ่มขึ้นทุกเรื่อง โดยมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 สำหรับคะแนนการปฏิบัตินั้น กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนการปฏิบัติหลังใช้คู่มือแตกต่างจากคะแนนการปฏิบัติก่อนใช้คู่มือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 ยกเว้น เรื่องการมีเพศสัมพันธ์และการคุมกำเนิด มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ส่วนเรื่องการทำงาน ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ในด้านการดูแลทารก พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความรู้ เพิ่มขึ้นและมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .01 ส่วนการปฏิบัติ พบว่า เรื่องที่มีคะแนนเพิ่มขึ้นและมีความแตกต่างกันทางสถิติ ที่ระดับ .01 ได้แก่ การดูแลความสะอาด การให้นม การดูแลเมื่อมีอาการผิดปกติและการพันผ้าอ้อม ส่วนเรื่องการดูแลการนอนหลับ พบว่า ไม่มีความแตกต่างของคะแนนการปฏิบัติก่อนและหลังการใช้คู่มือ ส่วนเรื่องการให้วัคซีนและการให้อาหารเสริม ไม่สามารถคำนวณค่าทางสถิติได้ เนื่องจากยังไม่สามารถเก็บข้อมูลด้านการปฏิบัติได้

ส่วนที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความรู้และคะแนนการปฏิบัติของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 16 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และการปฏิบัติ ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามหมวดการปฏิบัติของมารดาหลังคลอด

ข้อความ	ก่อน ใช้คู่มือ			หลัง ใช้คู่มือ		
	ความรู้	ปฏิบัติ	r	ความรู้	ปฏิบัติ	r
<b>หมวดการดูแลตนเองของมารดา</b>						
1. การพักผ่อน	18	17	.9974**	36	32	.9954**
2. การทำงาน	7	13	-	19	19	-
3. การรับประทานอาหาร	182	182	1.0000**	258	258	1.0000**
4. การดูแลความสะอาด	67	48	.8527**	97	84	.9514**
5. การบริหารร่างกาย	29	0	-	127	98	.9864**
6. การมีเพศสัมพันธ์	5	14	-	20	20	-
7. การปฏิบัติเมื่อมีอาการผิดปกติ	92	72	.9293**	152	110	.9979**
8. การคุมกำเนิด	104	-	-	136	-	-
9. การตรวจหลังคลอด	36	-	-	68	-	-
<b>หมวดการดูแลทารก</b>						
1. การดูแลความสะอาดร่างกาย	36	36	1.000**	60	60	1.000**
2. การดูแลการนอนหลับ	10	15	-	18	18	-
3. การดูแลการขับถ่าย	20	19	-	20	20	-
4. การพันผ้าอ้อม	11	11	-	20	17	-
5. การให้นม	89	87	.9993**	136	136	1.000**

หมายเหตุ - หมายถึง ไม่สามารถคำนวณได้

\*\* หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < .01$

ตารางที่ 16 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และการปฏิบัติ ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามหมวดการปฏิบัติของมารดาหลังคลอด(ต่อ)

ข้อความ	ก่อน ใช้คู่มือ			หลัง ใช้คู่มือ		
	ความรู้	ปฏิบัติ	r	ความรู้	ปฏิบัติ	r
6. การดูแลเมื่อก่อนมีการผิดปกติ	157	134	.9961**	256	260	.9777**
7. การให้วัคซีน	47	-	-	144	-	-
8. การให้อาหารเสริม	45	-	-	97	-	-

หมายเหตุ - หมายถึง ไม่สามารถคำนวณได้

\*\* หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < .01$

จากตารางที่ 16 พบว่า ในด้านการดูแลตนเองของมารดา ก่อนใช้คู่มือ ความรู้และการปฏิบัติ มีความสัมพันธ์เชิงบวกระดับสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 ในเรื่อง การพักผ่อน การรับประทานอาหาร การดูแลความสะอาดและการปฏิบัติเมื่อก่อนมีการผิดปกติ ส่วนเรื่องการบริหารร่างกาย ไม่มีความสัมพันธ์กัน หลังจากใช้คู่มือ พบว่า มีความสัมพันธ์ในเรื่องเดิมและเพิ่มเรื่องการบริหารร่างกายที่มีความสัมพันธ์กัน ส่วนเรื่องการทำงาน การมีเพศสัมพันธ์ การคุมกำเนิดและการตรวจหลังคลอด ไม่สามารถคำนวณทางสถิติได้ เนื่องจากข้อมูลมีจำนวนน้อยเกินไป

ในส่วนการดูแลทารก พบว่า ก่อนและหลังใช้คู่มือ ความรู้และการปฏิบัติมีความสัมพันธ์เชิงบวกระดับสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 ในเรื่อง การดูแลความสะอาด การให้นม การดูแลเมื่อก่อนมีการผิดปกติ ส่วนเรื่องการดูแลการนอนหลับ การดูแลการขับถ่าย การพักผ่อน การให้วัคซีนและการให้อาหารเสริม ไม่สามารถคำนวณค่าทางสถิติได้ เนื่องจากข้อมูลมีจำนวนน้อยเกินไป

All rights reserved