

## บทที่ 5

### สรุปผลการศึกษา อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การศึกษานี้เป็นการศึกษาแบบกึ่งทดลองและเชิงคุณภาพ (Quasi-experimental and qualitative design) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาเปรียบเทียบความรู้และการปฏิบัติตัวของมารดาหลังคลอด ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติของมารดาหลังคลอดและความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และการปฏิบัติ โดยการศึกษาที่กำหนดให้ครอบคลุมทั้งส่วนของการดูแลตนเองของมารดา ได้แก่ การพักผ่อน การทำงานการรับประทานอาหาร การทำความสะอาดร่างกาย การบริหารร่างกาย การมีเพศสัมพันธ์ การปฏิบัติเมื่อมีอาการผิดปกติ การคุมกำเนิดและการตรวจหลังคลอด และส่วนของการดูแลทารก ได้แก่ การดูแลความสะอาด การดูแลการนอนหลับ การดูแลการขับถ่าย การพันผ้าอ้อม การดูแลการให้นม การปฏิบัติเมื่อมีอาการผิดปกติ การให้วัคซีนและการให้อาหารเสริม

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาในครั้งนี้ ได้แก่ มารดาหลังคลอดครรภ์แรกที่มีอายุระหว่าง 15-45 ปี จำนวน 20 คน ที่มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์และมีภูมิลำเนาอยู่ในเขตเทศบาล อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ โดยทำการเก็บข้อมูล 2 ครั้ง ครั้งแรกเก็บข้อมูลที่แผนกหลังคลอดและแผนกหลังคลอดพิเศษ โรงพยาบาลแม่และเด็ก ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพเขต 10 จังหวัดเชียงใหม่ ในช่วงเวลาหลังคลอด 1-2 วัน และเก็บข้อมูลครั้งที่ 2 ที่บ้านของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งอยู่ในช่วงหลังคลอดประมาณ 1 เดือน ในการเก็บข้อมูลผู้ศึกษาได้สร้างเครื่องมือขึ้นมา 2 ชุดคือแบบสัมภาษณ์และสังเกตความรู้และการปฏิบัติของมารดาหลังคลอด และคู่มือการปฏิบัติของมารดาหลังคลอด ในส่วนของคู่มือการปฏิบัตินี้จะให้กับมารดาหลังคลอด นำไปศึกษาที่บ้านหลังจากเก็บข้อมูลครั้งที่ 1 แล้ว

ในการหาคุณภาพของเครื่องมือ ได้นำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 6 ท่านตรวจสอบความถูกต้องและความครอบคลุมของเนื้อหา ตลอดจนความเหมาะสมของการใช้ภาษา แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข และนำไปทดลองใช้กับกลุ่มมารดาหลังคลอดที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 คน ที่โรงพยาบาลแม่และเด็ก ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพเขต 10 จังหวัดเชียงใหม่ หาความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยวิธีของคูเตอร์ ริชาร์ดสัน (KR 20) ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.96 แล้วจึงนำไปใช้เก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างต่อไป ข้อมูลที่ได้นำไปวิเคราะห์ผลโดยใช้โปรแกรม

สำเร็จรูป SPSS/PC<sup>+</sup> สถิติที่ใช้ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ค่าร้อยละ ความแตกต่างของคะแนนความรู้และคะแนนการปฏิบัติ ก่อนและหลังการใช้คู่มือ ใช้ Wilcoxon Matched Pairs Signed-rank Test และหาความสัมพันธ์ของคะแนนความรู้และคะแนนการปฏิบัติโดยใช้ Pearson's product moment correlation coefficient ผลการศึกษาแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

### ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในครั้งนี้ เป็นมารดาหลังคลอดครั้งแรก มีอายุเฉลี่ย 24 ปี ช่วงอายุ 21-25 ปี มีมากที่สุด ร้อยละ 35 รองลงมา อายุ 26-30 ปี ร้อยละ 30 และน้อยที่สุด อายุ 31-35 ปี ร้อยละ 10 กลุ่มตัวอย่างมีอาชีพเป็นแม่บ้านมากที่สุด ร้อยละ 50 รองลงมา อาชีพรับจ้าง ร้อยละ 25 และน้อยที่สุด อาชีพรับราชการ ร้อยละ 5 ระดับการศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษามากที่สุด ร้อยละ 40 รองลงมาเป็นระดับประถมศึกษา ร้อยละ 35 และมีการศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 5 กลุ่มตัวอย่างที่มาจากรอบครัวเดี่ยวและครอบครัวขยาย มีจำนวนเท่ากัน คือร้อยละ 50 รายได้เฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง เท่ากับ 4,125 บาทต่อเดือน รายได้อยู่ในช่วง 1,000-3,000 บาทต่อเดือน มากที่สุด ร้อยละ 45 รองลงมา 3,001-5,000 บาทต่อเดือนและ 7,001-10,000 บาทต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 20 เท่ากัน กลุ่มตัวอย่างใช้จ่ายในเรื่องของใช้ส่วนตัวมากที่สุด ร้อยละ 90 รองลงมาได้แก่ ค่าอาหาร ค่ารักษาพยาบาล ร้อยละ 85 และ 80 ตามลำดับ และใช้จ่ายเรื่องการเลี้ยงดูบุตร น้อยที่สุด คือ ร้อยละ 25

### ส่วนที่ 2 ความรู้และการปฏิบัติตัวของกลุ่มตัวอย่าง

#### 2.1 ความรู้ของกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังการใช้คู่มือ

##### 2.1.1 ความรู้ของกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังการใช้คู่มือ ในการดูแลตนเอง

2.1.1.1 การพักผ่อน ก่อนใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ในเรื่องมารดาหลังคลอดควรนอนหลับในเวลากลางวันอย่างน้อยวันละ 1 ชั่วโมงในขณะที่ว่างจากการดูแลทารก มีมากที่สุด ร้อยละ 65 ส่วนเรื่องมารดาหลังคลอดควรนอนหลับวันละ 6-8 ชั่วโมง มีเพียงร้อยละ 25 หลังจากการใช้คู่มือ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เพิ่มขึ้นทั้ง 2 เรื่อง ร้อยละ 90 เท่ากัน

**2.1.1.2 การทำงาน** พบว่า ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ในเรื่อง มารดาหลังคลอดจะทำงานตามปกติได้หลังจากได้รับการตรวจหลังคลอด 6 สัปดาห์แล้ว มีมากที่สุด ร้อยละ 65 เรื่อง การยกของหนักหรือทำงานที่ต้องออกแรงมากในช่วง 2 สัปดาห์แรก หลังคลอด อาจทำให้มดลูกหย่อนในวัยชราได้ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เพียง ร้อยละ 35 หลังจากการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ในเรื่องดังกล่าวเพิ่มขึ้น เป็นร้อยละ 90 และ 95 ตามลำดับ

**2.1.1.3 การรับประทานอาหาร** พบว่า ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ในเรื่อง อาหารที่มารดาหลังคลอดควรรับประทาน มากที่สุดร้อยละ 85 ส่วนเรื่อง เครื่องดื่มและสิ่งเสพติดที่มารดาหลังคลอดควรงดเว้น มีความรู้เพียงร้อยละ 55 หลังจากใช้คู่มือแล้ว พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความรู้เพิ่มขึ้นในทุกเรื่อง เป็นร้อยละ 100 และ 90 ตามลำดับ

**2.1.1.4 การดูแลสุขภาพสะอาด** พบว่า ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ในเรื่อง การอาบน้ำที่ถูกต้อง คือ อาบโดยใช้ฝักบัวหรือขันตักอาบ และมารดาหลังคลอดควรเปลี่ยนผ้าอนามัยบ่อย ๆ เมื่อเปียกชุ่มน้ำคาวปลา มากที่สุด คือร้อยละ 100 เท่ากัน ส่วนเรื่องที่มีความรู้ค่อนข้างน้อย ได้แก่ มารดาหลังคลอดควรอาบน้ำอย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง เรื่อง น้ำคาวปลา คือ สิ่งที่ออกจากโพรงมดลูกของมารดาหลังคลอด และเรื่องมารดาควรสระผม สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 30 25 และ 15 ตามลำดับ หลังจากใช้คู่มือ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้คงเดิมในเรื่อง การอาบน้ำที่ถูกต้อง คือ อาบโดยใช้ฝักบัวหรือขันตักอาบและเรื่อง มารดาหลังคลอดควรเปลี่ยนผ้าอนามัยบ่อย ๆ เมื่อเปียกชุ่มน้ำคาวปลา คือร้อยละ 100 นอกจากนี้ยังมีความรู้เพิ่มขึ้นมากทุกเรื่อง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เรื่องการอาบน้ำโดยการลงแช่ อาจทำให้เกิดการติดเชื้อในช่องคลอดได้ และมารดาหลังคลอดควรทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ภายนอก ทุกครั้งที่อาบน้ำและหลังถ่ายอุจจาระหรือปัสสาวะ เพิ่มขึ้นร้อยละ 100 เท่ากัน สำหรับเรื่อง น้ำคาวปลาจะหมดไปภายใน 4 - 6 สัปดาห์หลังคลอด ลักษณะสีของน้ำคาวปลาทั้ง 3 ระยะ มารดาหลังคลอดควรอาบน้ำอย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง น้ำคาวปลาคือสิ่งที่ออกจากโพรงมดลูกของมารดาหลังคลอด และเรื่อง มารดาหลังคลอดควรสระผม สัปดาห์ละ 2 - 3 ครั้ง กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 75-90

**2.1.1.5 การบริหารร่างกาย** พบว่า ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ในเรื่อง การบริหารร่างกายควรทำทุกวัน มากที่สุด ร้อยละ 65 มีความรู้ในเรื่อง มารดาหลังคลอดควรเริ่มบริหารร่างกายหลังจากพักฟื้นเต็มที่แล้วอย่างน้อย 12 ชั่วโมงประโยชน์ของการบริหารร่างกาย และ การบริหารร่างกายควรทำถูกต้องและครบทุกท่า คือมีเพียงร้อยละ

30 15 และ 10 ตามลำดับ หลังจากการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เพิ่มขึ้นทุกเรื่อง ร้อยละ 95 90 100 และ 90 ตามลำดับ

**2.1.1.6 การมีเพศสัมพันธ์** พบว่า ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ค่อนข้างน้อย เกี่ยวกับผลเสียของการมีเพศสัมพันธ์ที่เร็วเกินไป และเรื้อมรดาหลังคลอดยังไม่ควรจะมีเพศสัมพันธ์กับสามี จนกว่าจะได้รับการตรวจหลังคลอด 6 สัปดาห์แล้ว คือเพียงร้อยละ 40 และ 25 หลังจากการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างทุกคนมีการปฏิบัติถูกต้องในเรื่องดังกล่าว

**2.1.1.7 การปฏิบัติเมื่อมีอาการผิดปกติ** พบว่า ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้มากที่สุดในเรื่อง การป้องกันการติดเชื้อที่แผลฝีเย็บและทางเดินปัสสาวะ คือ ร้อยละ 95 รองลงมาได้แก่ ข้อควรปฏิบัติเมื่อมีเลือดออกทางช่องคลอด ร้อยละ 75 ส่วนเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้น้อยที่สุด คือมดลูกเข้าอู่ช้ามีอาการแสดงให้ทราบคือภายหลังคลอด 2 สัปดาห์ยังสามารถคลำมดลูกทางหน้าท้องได้ และข้อควรปฏิบัติเมื่อมีอาการปวดศีรษะร้อยละ 30 เท่ากัน หลังจากใช้คู่มือ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เพิ่มขึ้นมากทุกเรื่อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งความรู้เรื่องมดลูกเข้าอู่ช้ามีอาการแสดงให้ทราบ คือ ภายหลังคลอด 2 สัปดาห์ยังสามารถคลำมดลูกทางหน้าท้องได้ ข้อควรปฏิบัติเพื่อลดอาการปวดศีรษะหลังคลอด คือพักผ่อนให้เพียงพอและหลีกเลี่ยงสาเหตุของความเครียด เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 80 และ 85 ตามลำดับ

**2.1.1.8 การคุมกำเนิด** พบว่า ในด้านความรู้ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้มากที่สุดในเรื่องข้อบ่งชี้ของการทำหมันหญิงและหมันชาย เพราะสำหรับคู่สมรสที่ไม่ต้องการมีบุตรอีก ร้อยละ 100 รองลงมาได้แก่ การใช้ถุงยางอนามัยเป็นการคุมกำเนิดแบบชั่วคราวในผู้ชาย และยาเม็ดคุมกำเนิดต้องรับประทานทุกวัน ร้อยละ 95 และ 80 ตามลำดับ และมีความรู้น้อยที่สุดในเรื่อง หญิงหลังคลอดที่ให้นมแก่ทารกไม่ควรใช้ยาเม็ดคุมกำเนิดร้อยละ 55 หลังจากใช้คู่มือ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เพิ่มขึ้นมากทุกเรื่อง โดยเฉพาะเรื่อง หญิงหลังคลอดที่ให้นมแก่ทารกไม่ควรใช้ยาเม็ดคุมกำเนิด เพิ่มขึ้นร้อยละ 95 ส่วนเรื่อง มารดาหลังคลอดควรไปรับการตรวจหลังคลอด 6 สัปดาห์ เพื่อตรวจการคืนสู่สภาพของมดลูก ตรวจหาความผิดปกติ ตรวจหามะเร็งปากมดลูกและรับบริการวางแผนครอบครัว พบว่า ก่อนการใช้คู่มือ มีกลุ่มตัวอย่างมีความรู้เพียงร้อยละ 45 หลังจากใช้คู่มือเพิ่มเป็นร้อยละ 85

### 2.1.2 ความรู้ของกลุ่มตัวอย่างในการดูแลทารก

**2.1.2.1 การดูแลความสะอาดร่างกาย** พบว่า ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้มากที่สุดในเรื่อง มารดาควรอาบน้ำให้ทารกทุกวันและอาบน้ำให้นม เรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้น้อยที่สุด คือประโยชน์ของการอาบน้ำให้ทารก คือช่วยให้ร่างกายสะอาด กระตุ้นการไหลเวียนของโลหิตและตรวจดูความผิดปกติของทารก ร้อยละ 30 หลังจากใช้คู่มือ พบว่า กลุ่มตัวอย่างทุกคนมีความรู้ ในเรื่อง มารดาควรอาบน้ำให้ทารกทุกวันและอาบน้ำให้นมและเรื่อง มารดาควรงดอาบน้ำให้ทารกเมื่ออากาศเย็นจัด ทารกมีไข้หรือเป็นหวัด เพิ่มขึ้นร้อยละ 85

**2.1.2.2 การดูแลการนอนหลับ การดูแลการขับถ่าย และการพันผ้าอ้อม** พบว่า ก่อนใช้คู่มือกลุ่มตัวอย่างมีความรู้ใน เรื่อง ทารกใช้เวลาอนหลับวันละ 18-20 ชั่วโมง การพันผ้าอ้อมส่วนที่รองรับปัสสาวะหรืออุจจาระควรให้หนากว่าส่วนอื่น ร้อยละ 50 และ 55 ตามลำดับ หลังใช้คู่มือแล้วจึงเพิ่มขึ้น ร้อยละ 90 และ 100 ตามลำดับ และพบว่า กลุ่มตัวอย่างทุกคนมีความรู้ในเรื่อง การทำความสะอาดบริเวณก้นและอวัยวะสืบพันธุ์ของทารกและ เปลี่ยนผ้าอ้อมทุกครั้งที่ถ่ายปัสสาวะหรืออุจจาระ ทั้งก่อนและหลังใช้คู่มือ

**2.1.2.3 การให้นม** พบว่า ก่อนใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้มากที่สุดในเรื่อง ทารกได้รับสารอาหารจากมารดาทางน้ำนม และการให้นมทารกควรให้ดูดสองข้าง ร้อยละ 100 เท่ากัน รองลงมาได้แก่ มารดาควรล้างมือและเช็ดหัวนมทุกครั้งก่อนให้นมทารก ข้อดีของหัวน้ำนม ร้อยละ 95 และ 85 ตามลำดับ ส่วนเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ค่อนข้างน้อย ได้แก่ ประโยชน์ของการให้นมมารดาต่อทารกที่ต่างจากนมชนิดอื่น มารดาควรจับทารกให้นั่งหรืออุ้มพาดบ่าให้เรอ มารดาควรให้นมผสมแก่ทารก เมื่อเป็นโรคติดต่อ ฯลฯ ร้อยละ 45 40 และ 10 ตามลำดับ ส่วนเรื่องของชนิดนมผสมที่เหมาะสมสำหรับทารกแรกเกิดถึง 6 เดือน พบว่าไม่มีกลุ่มตัวอย่างมีความรู้เลย แต่หลังใช้คู่มือพบว่า กลุ่มตัวอย่างทุกคน มีความรู้เพิ่มขึ้น ในเรื่อง มารดาควรจับทารกให้นั่งหรืออุ้มพาดบ่าให้เรอ และข้อดีของหัวน้ำนม คือมีสารอาหารและภูมิคุ้มกันโรคเป็นจำนวนมาก

**2.1.2.4 การดูแลเมื่อมีอาการผิดปกติ** พบว่า ก่อนใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างทุกคน มีความรู้ ในเรื่อง มารดาควรรักษาความสะอาดบริเวณขาหนีบ ข้อพับและก้นทารก ร้อยละ 100 ส่วนเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้น้อยได้แก่ กรณีให้นมผสมเมื่อทารกถ่ายเหลว เมื่อทารกร้องไห้มากผิดปกติ มารดาควรทำให้ทารกเรอหรือทามหาหิงส์ที่ท้อง มารดาควรทำให้ทารกเรอระหว่างให้นมและหลังให้นมทุกครั้ง เพื่อป้องกันทารกท้องอืด และข้อควรปฏิบัติเมื่อทารกท้องผูก

คิดเป็นร้อยละ 35 25 25 และ 5 ตามลำดับ หลังจากใช้คู่มือแล้ว พบว่า กลุ่มตัวอย่างทุกคนมีความรู้เพิ่มขึ้น ในเรื่องสาเหตุที่ทำให้ทารกกันแดง สาเหตุของผื่นผ้าอ้อมและสาเหตุที่ทำให้ทารกสะอึกอึกเสป มารดาควรรักษาความสะอาดบริเวณขาหนีบและข้อพับและกันทารก การทำความสะอาดสะดือด้วยแอลกอฮอล์ คือ ร้อยละ 100 เท่ากัน

**2.2.1.5 การให้วัคซีนและการให้อาหารเสริม** พบว่า ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เรื่องการได้รับวัคซีนของทารก เพียงร้อยละ 30 หลังจากใช้คู่มือเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 90 ส่วนการให้อาหารเสริม พบว่า ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้มากที่สุดในเรื่องทารกแรกคลอดถึง 3 เดือนควรได้รับนมมารดาเพียงอย่างเดียว ร้อยละ 85 กลุ่มตัวอย่างมีความรู้น้อยในเรื่องชนิดของอาหารเสริมที่ทารกควรได้ ตั้งแต่อายุ 4-12 เดือน เพียงร้อยละ 10-35 หลังจากใช้คู่มือ พบว่า ส่วนใหญ่มีความรู้เพิ่มขึ้นมาก เป็นร้อยละ 80-95 ยกเว้น ชนิดของอาหารเสริมที่ควรได้รับเมื่อ อายุ 6-12 เดือน เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 55 เท่านั้น

## 2.2 การปฏิบัติตัวของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนและหลังการใช้คู่มือ

### 2.2.1 การปฏิบัติตัวของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนและหลังการใช้คู่มือ ในการดูแลตนเอง

**2.2.1.1 การพักผ่อน** พบว่า ก่อนการใช้คู่มือกลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องในเรื่องมารดาควรนอนหลับในเวลากลางวันอย่างน้อยวันละ 1 ชั่วโมงขณะที่ว่างจากการดูแลทารก มากที่สุด ร้อยละ 65 และความรู้เรื่องมารดาหลังคลอดควรนอนหลับ วันละ 6-8 ชั่วโมง มีเพียงร้อยละ 20 หลังจากการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องเพิ่มขึ้นทั้ง 2 เรื่อง คือ เป็นร้อยละ 90 และ 75 ตามลำดับ

**2.2.1.2 การทำงาน** พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องในเรื่องการยกของหนักหรือทำงานที่ต้องออกแรงมาก ในช่วงสัปดาห์แรกหลังคลอดอาจทำให้หมดลูกหย่อนในวัยชราได้ คิดเป็นร้อยละ 70 หลังจากใช้คู่มือเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 95

**2.2.1.3 การรับประทานอาหาร** พบว่า ก่อนการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องในเรื่องอาหารที่มารดาหลังคลอดควรรับประทาน มากที่สุดร้อยละ 85 รองลงมา ได้แก่ อาหารที่มารดาหลังคลอดควรงดเว้น ร้อยละ 65 ส่วนเรื่องเครื่องดื่มและสิ่งเสพติดที่มารดาหลังคลอดควรงดเว้น มีเพียงร้อยละ 55 หลังจากใช้คู่มือกลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 100 100 และ 90 ตามลำดับ

**2.2.1.4 การดูแลความสะอาดร่างกาย** พบว่า ก่อนใช้คู่มือกลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติถูกต้องมากที่สุด ในเรื่อง มารดาหลังคลอดเปลี่ยนผ้าอนามัยบ่อยๆ เมื่อเปียกชุ่มน้ำคาวปลา ส่วนเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องน้อยได้แก่ การอาบน้ำที่ถูวิธี คืออาบโดยใช้ฝักบัวหรือขันตักอาบ มารดาควรอาบน้ำอย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง และมารดาควรสระผมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 50 20 และ 15 ตามลำดับ หลังจากใช้คู่มือ พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติถูกต้องเพิ่มขึ้นมาก ยกเว้น เรื่อง มารดาหลังคลอดสระผมสัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง มีการปฏิบัติถูกต้องเพิ่มขึ้นน้อย เพียงร้อยละ 20

**2.2.1.5 การบริหารร่างกาย** พบว่า ก่อนการใช้คู่มือ ไม่มีกลุ่มตัวอย่างที่ปฏิบัติได้ถูกต้องในหมวดของการบริหารร่างกาย แต่หลังจากใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติอย่างถูกต้องในเรื่อง การบริหารร่างกายควรทำทุกวันและการบริหารร่างกายควรทำอย่างถูกต้องและครบทั้ง 7 ท่า ร้อยละ 60 เท่ากัน

**2.2.1.6 การมีเพศสัมพันธ์** พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องในเรื่อง มารดาหลังคลอดยังไม่ควรมีเพศสัมพันธ์กับสามี จนกว่าจะได้รับการตรวจหลังคลอด 6 สัปดาห์แล้วมากที่สุด ร้อยละ 70 หลังจากใช้คู่มือเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 100

**2.2.1.7 การปฏิบัติเมื่อมีอาการผิดปกติ** พบว่า ก่อนใช้คู่มือกลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องมากที่สุดในเรื่อง การป้องกันการติดเชื้อที่แผลฝีเย็บและทางเดินปัสสาวะสามารถทำได้โดย การทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ภายนอกทุกครั้งที่อาบน้ำ ถ่ายอุจจาระหรือปัสสาวะ ร้อยละ 95 ส่วนเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติตัวถูกต้องน้อยคือ เมื่อเต้านมหรือหัวนมอักเสบควรงดให้ทารกดูดนมข้างนั้นก่อน ข้อควรปฏิบัติเพื่อลดอาการปวดศีรษะหลังคลอดคือพักผ่อนให้เพียงพอและหลีกเลี่ยงสาเหตุความเครียด คิดเป็นเพียงร้อยละ 50 และ 10 ตามลำดับ หลังจากใช้คู่มือ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติตัวถูกต้องเพิ่มมากขึ้นทุกเรื่อง

**2.2.1.8 การคุมกำเนิด** พบว่า ก่อนใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 55 ที่เลือกใช้วิธีคุมกำเนิดภายหลังคลอด 6 สัปดาห์ได้ถูกต้อง หลังจากใช้คู่มือแล้ว กลุ่มตัวอย่างเลือกใช้วิธีคุมกำเนิดถูกต้อง เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 65

## 2.2.2 การปฏิบัติของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ ในการดูแลทารก

**2.2.2.1 การดูแลความสะอาดร่างกาย** พบว่า ก่อนใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างทุกคนมีการปฏิบัติได้ถูกต้อง ในเรื่อง การเลือกใช้สบู่สีชาวลำหรับทารก ส่วนเรื่องที่มีความรู้น้อยได้แก่การสระผมควรนวดศีรษะด้วยอุ้งนื้อมือ การเตรียมน้ำให้มือนุ่มมีพอเหมาะ การเช็ดทำความสะอาดตาทารกวิธีเช็ดสะอาดทารกควรเช็ดจากส่วนโคนไปหาส่วนปลาย การทำความสะอาดสะดือด้วยแอลกอฮอล์ 70% และการเตรียมอุปกรณ์อาบน้ำสำหรับทารกร้อยละ 45 40 40 35 25 และ 15 ตามลำดับ หลังจากใช้คู่มือ พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติถูกต้องเพิ่มขึ้นทุกเรื่อง ร้อยละ 80-100 จากการสังเกต พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ร้อยละ 95 อาบน้ำให้ทารกโดยเอาทารกลงแช่ในอ่างน้ำ มีเพียงร้อยละ 5 เท่านั้น ที่อาบโดยการเอาทารกวางบนหน้าขา และพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการเตรียมอุปกรณ์ให้พร้อมก่อนการอาบน้ำ แต่มีร้อยละ 15 ที่เตรียมน้ำผิดวิธีในเรื่องการทดสอบอุณหภูมิของน้ำ โดยการจุ่มทั้งมือแทนการทดสอบด้วยหลังมือ มีร้อยละ 5 ที่ไม่นวดศีรษะทารกขณะสระผม ร้อยละ 5 ไม่เช็ดสะดือทารกด้วยแอลกอฮอล์และมีร้อยละ 20 ที่เช็ดสะดือไม่ถูกต้อง คือไม่ได้เช็ดจากส่วนโคนไปหาส่วนปลาย

**2.2.2.2 การดูแลการนอนหลับ การดูแลการขับถ่าย การพับผ้าอ้อม** พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการปฏิบัติถูกต้องในเรื่อง การพับผ้าอ้อม ควรพับส่วนที่รองรับอุจจาระหรือปัสสาวะให้หนากว่าส่วนอื่น และเรื่องทารกใช้เวลาอนหลับวันละประมาณ 18-20 ชั่วโมง ร้อยละ 55 และ 75 เพิ่มขึ้นร้อยละ 85 และ 90 หลังจากใช้คู่มือ

ส่วนในเรื่องการขับถ่าย พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ในเรื่องการทำความสะอาดบริเวณก้นและอวัยวะสืบพันธุ์ของทารกหลังการขับถ่าย ร้อยละ 95 หลังจากใช้คู่มือ เพิ่มขึ้นร้อยละ 100

**2.2.2.3 การให้นม** พบว่า ก่อนการใช้คู่มือกลุ่มตัวอย่างปฏิบัติถูกต้องมากที่สุดในเรื่อง การให้ทารกดื่มนมทั้ง 2 ข้าง ร้อยละ 100 เรื่องที่กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติถูกต้องน้อยได้แก่ การบรรเทาอาการปวดจากเต้านมคัดตึง การจับทารกเรอระหว่างให้นมและหลังให้นมทุกครั้ง ร้อยละ 45 และ 35 ตามลำดับ หลังจากใช้คู่มือ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องเพิ่มขึ้นทุกเรื่อง ร้อยละ 80-100 จากการสังเกตกลุ่มตัวอย่างจำนวน 11 รายขณะให้นมทารกพบว่า ทุกรายปฏิบัติได้ถูกต้องเกี่ยวกับการทำให้ทารกเรอระหว่างการเปลี่ยนข้างให้นม และหลังการให้นม

2.2.2.4 การปฏิบัติเมื่อมีอาการผิดปกติ ก่อนใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างทุกคน ปฏิบัติได้ถูกต้องในเรื่อง การทำความสะอาดบริเวณข้อพับ ขาหนีบและก้นทวาร สำหรับเรื่องที่มีการปฏิบัติถูกต้องน้อย ได้แก่ ข้อควรปฏิบัติเมื่อทวารน้ำตาไหลและมีช้ำตา ข้อควรปฏิบัติเมื่อทวาร ตัวเหลือง ข้อปฏิบัติเมื่อทวารเป็นหวัด กรณีให้นมผสมเมื่อทวารถ่ายเหลวควรเจือจางนมลงเท่าตัว ข้อปฏิบัติเมื่อทวารร้องไห้มากผิดปกติ การจับให้ทวารกระหว่างให้นมและหลังให้นม ร้อยละ 50 50 50 35 25 และ 25 ตามลำดับ สำหรับข้อปฏิบัติเมื่อทวารท้องผูก ไม่มีกลุ่มตัวอย่างปฏิบัติถูกต้องเลย หลังการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติถูกต้องเพิ่มขึ้นมากทุกเรื่อง ร้อยละ 85-100 ยกเว้นในเรื่อง การให้นมผสมเมื่อทวารถ่ายเหลวควรเจือจางนมลงเท่าตัว และข้อควรปฏิบัติ เมื่อทวารท้องผูก กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติตัวถูกต้องเพิ่มขึ้นเพียง ร้อยละ 50 และ 35 เท่านั้น จากการสัมภาษณ์เพิ่มเติม พบว่า ก่อนการใช้คู่มือ ในเรื่องการปฏิบัติเมื่อทวารกลืนเป็นฝ้าขาว มีกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 60 ที่บอกว่าควรเช็ดด้วยผ้าอ้อมที่ชุ่มปัสสาวะ แต่หลังจากใช้คู่มือแล้ว พบว่า ยังมีกลุ่มตัวอย่าง อีกร้อยละ 10 ที่มีความเชื่อในเรื่องดังกล่าวอยู่

### ส่วนที่ 3 ความแตกต่างของคะแนนความรู้และคะแนนการปฏิบัติ ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ

#### 3.1 ความแตกต่างของคะแนนความรู้ ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ

3.1.1 ความแตกต่างของคะแนนความรู้ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ ในการดูแลตนเอง

กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความรู้ก่อนการใช้คู่มือ ในทุกเรื่องแตกต่างจากคะแนนความรู้หลังการใช้คู่มือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 คือ กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความรู้หลัง ใช้คู่มือสูงกว่าคะแนนความรู้ก่อนการใช้คู่มือ

3.1.1 ความแตกต่างของคะแนนความรู้ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ ในการดูแลทวาร

กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความรู้ของการดูแลทวาร ก่อนการใช้คู่มือแตกต่างจากคะแนนความรู้หลังการใช้คู่มือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 คือกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความรู้หลัง ใช้คู่มือสูงกว่าคะแนนความรู้ก่อนการใช้คู่มือ

### 3.2 ความแตกต่างของคะแนนการปฏิบัติ ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ

3.2.1 ความแตกต่างของคะแนนการปฏิบัติ ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ ในการดูแลตนเอง

กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนการปฏิบัติ ก่อนการใช้คู่มือ ทุกเรื่องแตกต่างจากคะแนนการปฏิบัติหลังการใช้คู่มือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ยกเว้น คะแนนการปฏิบัติ เรื่อง การมีเพศสัมพันธ์ และการคุมกำเนิด มีความแตกต่างกันที่ระดับ .05 ส่วนคะแนนการปฏิบัติก่อนและหลังใช้คู่มือ ในเรื่องการทำงาน พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

3.2.2 ความแตกต่างของคะแนนการปฏิบัติ ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ ในการดูแลทารก

กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนการปฏิบัติก่อนการใช้คู่มือ ทุกเรื่อง แตกต่างจากคะแนนการปฏิบัติหลังการใช้คู่มือ อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 คือคะแนนการปฏิบัติหลังใช้คู่มือ สูงกว่าคะแนนการปฏิบัติก่อนใช้คู่มือ ยกเว้น การดูแลการนอนหลับที่ไม่มีความแตกต่างกันทางสถิติ

#### ส่วนที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความรู้และคะแนนการปฏิบัติ ก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ

##### 4.1 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และการปฏิบัติในการดูแลตนเองของมารดา

ก่อนใช้คู่มือ คะแนนความรู้และการปฏิบัติ มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง ที่ระดับ .01 ในเรื่อง การพักผ่อน การรับประทานอาหาร การดูแลความสะอาดและการปฏิบัติเมื่อมีอาการผิดปกติ หลังจากใช้คู่มือ พบว่า คะแนนความรู้และการปฏิบัติมีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง ที่ระดับ .01 ส่วนในเรื่องการทำงาน การมีเพศสัมพันธ์ การบริหารร่างกาย การคุมกำเนิดและการตรวจหลังคลอด ไม่สามารถคำนวณหาความสัมพันธ์ได้ เนื่องจากไม่สามารถเก็บข้อมูลด้านการปฏิบัติได้

##### 4.2 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และการปฏิบัติในการดูแลทารก

ก่อนและหลังใช้คู่มือ คะแนนความรู้และคะแนนการปฏิบัติ มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง ที่ระดับ .01 ในเรื่องการดูแลความสะอาด การให้นม การดูแลเมื่อมีอาการผิดปกติ สำหรับเรื่อง การดูแลการนอนหลับ การดูแลการขับถ่าย การพันผ้าอ้อม การให้วัคซีนและการให้อาหารเสริม ไม่สามารถคำนวณหาค่าทางสถิติได้ เนื่องจากไม่สามารถเก็บข้อมูลด้านการปฏิบัติได้

## การอภิปรายผล

ในการศึกษาครั้งนี้ ได้อภิปรายผลตามสมมติฐานดังนี้

### 1. มารดาหลังคลอดมีความรู้ดีขึ้น หลังจากใช้คู่มือการปฏิบัติของมารดาหลังคลอด

จากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ในด้านการดูแลตนเองของมารดาหลังคลอด กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เพิ่มขึ้นในทุกๆ เรื่อง เป็นไปตามสมมติฐานการศึกษา ทั้งนี้เนื่องจากการใช้คู่มือที่ผู้ศึกษาจัดทำขึ้นอาจเป็นประโยชน์แก่กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาได้ด้วยตัวเอง ซึ่งสอดคล้องกับ โกลชัย สาริกบุตร และสมพร สาริกบุตร (2531, หน้า 1) ที่กล่าวว่า หนังสือคู่มือเป็นสิ่งพิมพ์ทางการศึกษาชนิดหนึ่งที่ทำขึ้นในรูปของหนังสือเล่ม โดยมักจะมีเนื้อหาที่กระชับรัดกุมและมีความสมบูรณ์ในตัวเอง ซึ่งเป็นประโยชน์มากในการค้นคว้า ไขข้อข้องใจเมื่อเกิดปัญหา ต้องการคำอธิบายหรือต้องการให้เฉลยปัญหาหรือต้องการหาความรู้บางอย่าง เพื่อให้ได้คำตอบอย่างรวดเร็ว นอกจากนี้ กลุ่มตัวอย่างยังมีเวลาในการศึกษาคู่มือก่อนการประเมินความรู้ ครั้งที่ 2 (post test) ประมาณ 1 เดือน ซึ่งถือว่าเป็นผลดี เนื่องจากการศึกษาโดยอัตโนมัติ หากมีการทบทวนหรือศึกษาหลายๆ ครั้ง ก็จะทำให้เกิดความคงทนของความจำมากขึ้น จากการทดลองพบว่า การเรียนตามปกติแล้วปล่อยไว้ ผู้เรียนจะมีความคงทนของความจำร้อยละ 26 แต่ถ้าเรียนเพิ่มเป็น 1/2 เท่าของปกติ จะมีความคงทนของความจำเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 38 และถ้าเรียนเพิ่มเป็น 1 เท่า ของปกติ จะมีความคงทนของความจำเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 49 (ชม ภูมิภาค, 2533, หน้า 69) นอกจากนี้ อาจจะเป็นไปได้ว่า คู่มือการปฏิบัติของมารดาหลังคลอด ทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดความสนใจ เนื่องจากมีภาพประกอบเพื่อดึงดูดความสนใจและมีเนื้อหากระชับรัดกุม ซึ่งสอดคล้องกับ ประสงค์ สุรัสวดี (2525, หน้า 22-39) ที่ได้ศึกษา พบว่า หนังสือที่มีภาพประกอบจะช่วยให้เกิดการเรียนรู้ ดีกว่าหนังสือธรรมดาที่มีแต่ตัวหนังสือ

สำหรับความรู้ด้านการดูแลทารก หลังการใช้คู่มือ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เพิ่มขึ้นทุกเรื่อง ยกเว้นเรื่องอาหารเสริมของทารก ตั้งแต่อายุ 6 เดือนถึง อายุ 12 เดือน มีความรู้เพิ่มขึ้นปานกลาง เพียงร้อยละ 55 ทั้งนี้อาจเป็นไปได้ว่า กลุ่มตัวอย่างมีการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาเพียงร้อยละ 40 และระดับประถมศึกษาร้อยละ 35 ฉะนั้น โอกาสที่จะเรียนรู้ในเรื่องราวต่างๆ ย่อมจะน้อยกว่าผู้ที่มีการศึกษาสูง จึงอาจทำให้กลุ่มตัวอย่างขาดความรู้ในบางส่วนได้ ดังที่ มาลินี คำภู (2531, หน้า 74) ได้ทำการศึกษาถึงความรู้ ทักษะและการปฏิบัติตนของประชาชนต่อระบบ

ส่งต่อผู้ป่วย พบว่า ประชาชนมีฐานะทางเศรษฐกิจแตกต่างกัน จะมีความรู้ต่อระบบการส่งต่อผู้ป่วยแตกต่างกัน กล่าวคือ กลุ่มที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดี จะมีค่าคะแนนความรู้ต่อระบบส่งต่อผู้ป่วย สูงกว่ากลุ่มที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ กล่าวคือ กลุ่มที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดี จะมีโอกาสเรียนรู้ดีกว่า นอกจากนี้ อาจเนื่องจากทารกยังไม่ถึงเกณฑ์ที่จะได้รับอาหารเสริม ดังนั้นมารดาจึงขาดความสนใจ และไม่ตระหนักถึงความสำคัญของการให้อาหารเสริม ประกอบกับการสัมภาษณ์พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ บอกว่ายังไม่ถึงเวลาที่จะให้อาหารเสริม เนื่องจากยังไม่ถึงวัยของทารก เมื่อถึงเวลาที่ลูกจะได้รับอาหารเสริมในวัยนี้ ก็จะศึกษาจากคู่มือในภายหลัง

## 2. มารดาหลังคลอดมีการปฏิบัติดีขึ้นหลังจากใช้คู่มือการปฏิบัติของมารดาหลังคลอด

ในด้านการดูแลตนเอง พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติหลังการใช้คู่มือ ดีขึ้นทุกเรื่อง ยกเว้น การสระผม มีการปฏิบัติเพิ่มขึ้นเพียงร้อยละ 20 ทั้งนี้เนื่องจาก กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 50 อยู่ในครอบครัวขยาย มีพ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย อาศัยอยู่ด้วย ประกอบกับการสัมภาษณ์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างได้ถูกห้ามสระผมระหว่างการอยู่ไฟ ด้วยมีความเชื่อว่า จะมีอาการผิดปกติเกิดขึ้น เช่นปวดศีรษะ ซึ่งมักเรียกกันว่า "ลมผิดเดือน" กลุ่มตัวอย่างจึงไม่สามารถปฏิบัติตามคำแนะนำในคู่มือได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ วิทัศน์ จันทร์โพธิ์ศรีและคณะ (อ้างใน ลือชัย ศรีเงินยวง และ ทวีทอง หงษ์วิวัฒน์, 2533, หน้า 254) ที่ได้ศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของหญิงมีครรภ์และหญิงหลังคลอด ในชุมชนชนบทอีสาน พบว่ากลุ่มหญิงตั้งครรภ์จะมีพฤติกรรมดูแลตนเอง ด้วยแบบแผนการแพทย์สมัยใหม่ ในขณะที่หญิงหลังคลอดจะมีพฤติกรรมดูแลตนเองตามแบบแผนของวัฒนธรรม ประเพณี มากกว่าแบบแผนการแพทย์สมัยใหม่ ซึ่งจะเห็นได้จากการอยู่ไฟ การงดอาหารบางอย่าง เป็นต้น ซึ่งจากการสัมภาษณ์และสังเกตเพิ่มเติม จะเห็นว่า มีกลุ่มตัวอย่างบางคน ที่ทดสอบอุณหภูมิของน้ำที่ใช้อาบให้ทารกโดยการจุ่มทั้งมือ แทนการใช้หลังมือ ซึ่งกลุ่มตัวอย่างให้เหตุผลว่า เคยเห็นมาจากผู้ที่เคยอาบน้ำให้ทารกมาก่อน และไม่มีความรู้ว่าผิวหนังบริเวณหลังมือ รับความรู้สึกร้อนได้ดีกว่ามือส่วนอื่น สำหรับกรณีที่ไม่นวตศีรษะและไม่เช็ดสะดือให้ทารกนั้น กลุ่มตัวอย่างให้เหตุผลว่า ไม่เคยมีประสบการณ์มาก่อนและกลัวว่าทารกจะเจ็บ นอกจากนี้ ยังมีกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 10 ที่ยังปฏิบัติ เกี่ยวกับการใช้ผ้าอ้อมที่ชุ่มปัสสาวะ เช็ดผ้าขาวที่ลินหลังจากที่ได้ศึกษาคู่มือแล้ว โดยให้เหตุผลว่าเคยเห็นผู้อื่นทำมาก่อนและเชื่อว่าการกระทำดังกล่าวให้ผลดีจริง

ในด้านการดูแลทารก พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติ หลังการใช้คู่มือดีขึ้น เป็นส่วนใหญ่ ยกเว้นเรื่อง การให้นมผสมเมื่อทารกถ่ายเหลว และการปฏิบัติเมื่อทารกท้องผูก ซึ่งกลุ่มตัวอย่าง ปฏิบัติถูกต้องเพิ่มขึ้นเพียง ร้อยละ 50 และ 35 ตามลำดับ ทั้งนี้จากการสัมภาษณ์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นแม่บ้าน ร้อยละ 50 จึงมีเวลาอยู่บ้าน ที่จะเลี้ยงดูลูกด้วยตนเอง ประกอบกับ ได้รับการปลูกฝังให้เลี้ยงลูกด้วยนมตนเอง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ตัดสินใจไว้ล่วงหน้าแล้วว่า จะเลี้ยงลูกด้วยนมตนเอง ทำให้ขาดความสนใจในการให้นมผสม สำหรับการแก้ไขอาการท้องผูกด้วยการใช้น้ำลูกพรุนและน้ำผึ้งนั้น กลุ่มตัวอย่างให้ความเห็นว่ามีความยุ่งยากในทางปฏิบัติ เนื่องจากหาได้ยากและมีราคาแพง จากข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีรายได้เฉลี่ย 4,125 บาทต่อเดือน แต่ส่วนใหญ่มีรายได้อยู่ในช่วง 1,000-3,000 บาทต่อเดือน ร้อยละ 45 จึงเป็นไปได้ว่า การใช้จ่ายเพื่อซื้อนมผสมหรือน้ำลูกพรุนและน้ำผึ้งจะกระทบกระเทือนต่อรายจ่ายของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งสอดคล้องกับ ทวีทอง หงษ์วิวัฒน์ และคณะ (อ้างใน กัลยา สุคำวัง, 2535, หน้า 88) ที่กล่าวว่า เงื่อนไขทางเศรษฐกิจ สังคมเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปฏิบัติตน นอกจากนั้น กัลยา สุคำวัง (2533, หน้า 88) ยังได้กล่าวว่า การปฏิบัตินอกจากจะมีอิทธิพลจากความรู้แล้ว ยังมีปัจจัยอื่นเข้ามาเกี่ยวข้องเช่น อาชีพและรายได้ ทำให้ไม่เอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติ ตามคำแนะนำ นอกจากนี้ยังจะเห็นได้ว่า กลุ่มตัวอย่างยังให้ความสำคัญต่อการใช้จ่ายเพื่อการเลี้ยงดูบุตรน้อยเพียงร้อยละ 25 เมื่อเทียบกับค่าใช้จ่ายในเรื่องของใช้ส่วนตัว ซึ่งสูงถึง ร้อยละ 90 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างมีบุตรเป็นคนแรก ดังนั้นจึงยังไม่มีการกำหนดค่าใช้จ่ายสำหรับเลี้ยงดูบุตรในระยะหลังคลอด

### 3. คะแนนความรู้และคะแนนการปฏิบัติก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติ แตกต่างกัน

3.1 กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความรู้หลังการใช้คู่มือ ในด้านการดูแลตนเองของมารดา สูงกว่าคะแนนความรู้ก่อนการใช้คู่มือทุกเรื่อง โดยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 ในด้านการดูแลทารก กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความรู้หลังการใช้คู่มือ สูงกว่าคะแนนก่อนการใช้คู่มือทุกเรื่อง โดยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

3.2 กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนการปฏิบัติ หลังการใช้คู่มือ ในด้านการดูแลตนเองของมารดา สูงกว่าคะแนนความรู้ก่อนการใช้คู่มือทุกเรื่อง โดยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ ระดับ.01 ยกเว้น การมีเพศสัมพันธ์ และการคุมกำเนิด ที่มีความแตกต่างที่ระดับ .05 ส่วนการทำงาน พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันทางสถิติ ในด้านการดูแลทารก กลุ่มตัวอย่างมีคะแนน

การปฏิบัติหลังการใช้คู่มือ สูงกว่าคะแนนก่อนการใช้คู่มือทุกเรื่อง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 ซึ่งอาจเป็นผลจากการที่กลุ่มตัวอย่าง ได้ศึกษาคู่มือการปฏิบัติของมารดาหลังคลอด ที่ผู้ศึกษาได้ทำขึ้นเป็นเฉพาะสำหรับกลุ่มตัวอย่างจึงทำให้มีความรู้และการปฏิบัติหลังการใช้คู่มือสูงกว่าก่อนการใช้คู่มือ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ สมใจ พุทธาพิทักษ์ผล 80 (2532, หน้า ค-ง) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำแนะนำ โดยการใช้คู่มือ เรื่อง โรคธาลัสซีเมีย ที่มีต่อความรู้และความเชื่อด้านสุขภาพ ในคู่สมรสที่เป็นพาหะของโรคธาลัสซีเมีย พบว่า หญิงตั้งครรภ์และสามีที่ได้รับคำแนะนำจากผู้วิจัยร่วมกับการใช้คู่มือ มีความรู้เรื่อง โรคธาลัสซีเมียและความเชื่อด้านสุขภาพสูงกว่าหญิงตั้งครรภ์และสามี ที่ได้รับคำแนะนำจากเจ้าหน้าที่เพียงอย่างเดียว นอกจากนี้ สุณีย์ สุทธรมีเสถียร (2531, หน้า ก-ข) ยังได้ศึกษาผลของการให้คำแนะนำ ต่อความรู้ ความเชื่อด้านสุขภาพและการปฏิบัติตน ของหญิงมีครรภ์ที่เป็นซีฟิสิสและสามี พบว่า หญิงมีครรภ์ที่ได้รับคำแนะนำโดยการใช้คู่มือ มีคะแนนความรู้สูงกว่าหญิงมีครรภ์ที่ได้รับคำแนะนำตามปกติ อีกทั้งยังมีความเชื่อด้านสุขภาพสูงกว่า และมีการปฏิบัติตัวดีกว่าหญิงมีครรภ์ที่ได้รับแนะนำตามปกติ เป็นบางเรื่องอีกด้วย และพบว่าในกลุ่มสามี ก็ให้ผลในทำนองเดียวกัน ส่วน ศรีวิจิตร ธาดุเพชร (2536, หน้า 27) ได้ศึกษาผลของการสอนอย่างมีแบบแผน ที่มีต่อความรู้และการปฏิบัติของมารดาหลังคลอดโดยการใช้ภาพพลิกและแผ่นพับ พบว่า ภายหลังจากสอนมารดาหลังคลอดมีความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตัวมากขึ้น และจากการสังเกตขณะเยี่ยมบ้าน พบว่า มารดาหลังคลอดสามารถปฏิบัติตามความรู้ที่ได้รับอย่างถูกต้อง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ สันทนา กนกศิลป์ (2533, หน้า ก-ข) ที่ได้ศึกษาเปรียบเทียบ ผลของการให้คำแนะนำโดยใช้สื่อประสม ได้แก่ เทปโทรทัศน์ เรื่องปวดหลังและเอกสารคู่มือการรักษาอาการปวดหลังด้วยตนเอง กับผลของการให้คำแนะนำตามปกติจากเจ้าหน้าที่โรงพยาบาล เกี่ยวกับความรู้ การปฏิบัติตัวและระดับความเจ็บปวด ในผู้ป่วยที่มีอาการปวดหลังส่วนล่าง จำนวน 30 คน พบว่า กลุ่มที่ได้รับความรู้โดยใช้สื่อประสม มีความรู้และการปฏิบัติที่ถูกต้องมากกว่ากลุ่มที่ได้รับคำแนะนำตามปกติ และ วารินทร์ บินไฮเซ็น (2536, หน้า ก-ข) ได้ศึกษาผลการใช้คู่มือการเรียนรู้ด้วยตนเอง ต่อความรู้และการปฏิบัติตน ของผู้ป่วยโรคลมชักจำนวน 80 ราย โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 40 ราย ได้รับคู่มือการเรียนรู้ด้วยตัวเองเรื่องลมชัก ส่วนกลุ่มควบคุม 40 ราย ไม่ได้รับคู่มือดังกล่าวแต่ได้รับการสอนตามปกติจากเจ้าหน้าที่ ผลจากการศึกษา พบว่า กลุ่มทดลองซึ่งได้รับความรู้จากคู่มือการปฏิบัติ มีค่าคะแนนความรู้และการปฏิบัติสูงกว่ากลุ่มควบคุม

#### 4. คะแนนความรู้และคะแนนการปฏิบัติ มีความสัมพันธ์กัน

4.1 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และการปฏิบัติ ในการดูแลตนเองของมารดา หลังคลอด พบว่าก่อนการใช้คู่มือ มีความสัมพันธ์ของคะแนนความรู้และคะแนนการปฏิบัติ ในระดับสูง ที่ระดับ .01 ยกเว้น การบริหารร่างกายที่ไม่มีความสัมพันธ์กัน แต่หลังจากใช้คู่มือแล้ว พบว่าเรื่องที่มีความสัมพันธ์กันยังเป็นเรื่องเดิมและเพิ่ม เรื่องการบริหารร่างกาย ที่มีความสัมพันธ์กันหลังจากใช้คู่มือแล้ว ซึ่งจากการสัมภาษณ์เพิ่มเติม พบว่า ขณะที่อยู่ในโรงพยาบาล กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ยังขาดแรงจูงใจที่จะปฏิบัติ อาจเนื่องจากสภาพร่างกายหลังการคลอดไม่เอื้ออำนวย มีอาการเจ็บแผล หรือกลัวเกิดอันตรายและเนื่องจากเป็นกลุ่มที่อยู่ในการศึกษา ดังนั้น จึงไม่ได้รับการกระตุ้นหรือคำแนะนำจากเจ้าหน้าที่ แต่หลังจากที่จำหน่ายจากโรงพยาบาล พบว่า มีการบริหารร่างกายมากขึ้น ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก ร่างกายแข็งแรงขึ้น ประกอบกับได้รับความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของการบริหารร่างกายจากคู่มือ จึงทำให้ตระหนักถึงความสำคัญของการบริหารร่างกาย

4.2 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และการปฏิบัติในการดูแลทารก พบว่า มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง ที่ระดับ .01 ทั้งก่อนใช้คู่มือและหลังใช้คู่มือ ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของ ทศนีย์ วงศ์จักร (2534, หน้า ๗-๘) ที่ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง ความรู้และการปฏิบัติ พบว่า ผู้ที่มีความรู้ในเรื่องการขาดสารไอโอดีนที่สูงกว่าค่าเฉลี่ย จะมีการปฏิบัติตนที่ถูกต้องกว่าผู้ที่มีความรู้ต่ำกว่าค่าเฉลี่ยและพบว่าความรู้และการปฏิบัติ มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญ ที่ระดับ .01 นอกจากนี้ ประสงค์ ล้อมตระกูล และคณะ (อ้างใน กัลยา สุคำวัง, 2535, หน้า 15) ที่ได้ศึกษาถึงบริโภคนิสัยของมารดา ที่มีผลกระทบต่อภาวะโภชนาการเด็กวัยก่อนเรียน ในเขตชนบท จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า มารดาที่มีความรู้ด้านโภชนาการ ในระดับต่ำ จะมีบริโภคนิสัยที่ไม่ถูกต้อง ร้อยละ 86.3 การเตรียมและการปรุงอาหารของครอบครัว ไม่ถูกต้อง ร้อยละ 52.3 ความรู้ด้านโภชนาการของมารดาเกี่ยวกับการเลี้ยงดูเด็กและการให้การส่งเสริมแก่เด็ก ยังไม่ถูกต้อง ร้อยละ 45.1 ทั้งนี้ จะเห็นได้ว่าความรู้มีส่วนที่จะก่อให้เกิดความเข้าใจ เกิดแรงจูงใจที่จะปฏิบัติพฤติกรรมต่างๆ และก่อให้เกิดความสามารถในการปฏิบัตินั้น เพราะการมีความรู้ที่ถูกต้อง เหมาะสมจะทำให้ทราบว่า จะต้องปฏิบัติอย่างไร และจะต้องปฏิบัติได้จริง ซึ่งสนับสนุนแนวคิดของ Fabiyi (อ้างในกัลยา สุคำวัง, 2535, หน้า 15) ที่กล่าวว่า ความรู้และการปฏิบัติ มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิดและต้องพึ่งพาอาศัยกัน หรืออาจจะกล่าวได้ว่าการสร้างเสริมความรู้ จะช่วยสร้างเสริมพฤติกรรมการปฏิบัติ ด้วยเสมอ

### ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้

1. ควรมีการนำคู่มือดังกล่าว ไปดัดแปลงให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้นแล้วนำไปใช้จริงกับกลุ่มมารดาหลังคลอดโดยทั่วไป ทั้งนี้เนื่องจาก กลุ่มตัวอย่างมีความสนใจที่จะศึกษาหาความรู้ในเรื่องที่ตนกำลังประสบอยู่ จึงเป็นการง่ายที่จะส่งเสริมให้มีการศึกษาจากคู่มือให้มากยิ่งขึ้น แต่อย่างไรก็ตาม การใช้คู่มือก็ยังมีข้อจำกัดบางประการ เช่น สามารถใช้ได้กับกลุ่มที่อ่านออกเขียนได้เท่านั้น จึงควรพิจารณาใช้ร่วมกับสื่ออื่นๆ เพื่อให้ เกิดประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น
2. จากผลการศึกษาจะเห็นว่าคู่มือซึ่งเป็นสื่อสิ่งพิมพ์ชนิดหนึ่ง ที่สามารถทำให้เกิดการเรียนรู้และการปฏิบัติตัวที่ถูกต้องในเรื่องที่นำเสนอได้ จึงควรเผยแพร่ให้กว้างขวางมากยิ่งขึ้น โดยปรับปรุงให้สอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมายหรือในเรื่องที่กลุ่มเป้าหมายให้ความสนใจ
3. ผลจากการศึกษาจะเห็นได้ว่า คู่มือดังกล่าวมีอิทธิพลต่อความรู้ของกลุ่มตัวอย่างมากกว่าการปฏิบัติ ดังนั้นจึงควรส่งเสริมให้มีการใช้สื่อสิ่งพิมพ์ควบคู่ไปกับการให้ความรู้โดยการแนะนำจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพของการเรียนรู้มากยิ่งขึ้น

### ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

1. ควรขยายระยะเวลาในการเก็บข้อมูลให้มากขึ้น
2. ควรศึกษาในเรื่องปัจจัยส่งเสริมอื่นๆ ที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้และการปฏิบัติของมารดาหลังคลอด
3. ศึกษาเปรียบเทียบการใช้สื่อการสอนแบบคู่มือกับสื่อชนิดอื่นๆ หรือศึกษาผลของการใช้สื่อการสอนแต่ละประเภทประกอบกัน
4. ศึกษาถึงความต้องการด้านความรู้และคำแนะนำของกลุ่มมารดาหลังคลอด เพื่อที่จะได้นำไปเป็นข้อมูลในการจัดบริการต่อไป
5. ศึกษาความต้องการบริการสาธารณสุขของมารดาหลังคลอด เพื่อการให้บริการที่มีประสิทธิภาพต่อไป