

การดำเนินงานป้องกันการคลอดก่อนกำหนด
PA เขตสุขภาพที่ ๔

กลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพ



ราชวิทยาลัยสูตินรีแพทย์
แห่งประเทศไทย

- การคลอดก่อนกำหนด (Preterm birth) หมายถึง การคลอดทารก ตั้งแต่อายุครรภ์ $24^{0/7}$ สัปดาห์* ถึง $36^{6/7}$ สัปดาห์
- การเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด (Preterm labour) หมายถึง การเจ็บครรภ์คลอดที่มีการหดรัดตัวของมดลูกอย่างสม่ำเสมอ ซึ่ง มีผลทำให้เกิดการบางตัวลง และ/หรือการขยายตัวของปากมดลูก ตั้งแต่อายุครรภ์ $24^{0/7}$ สัปดาห์* ถึง $36^{6/7}$ สัปดาห์
- การเจ็บครรภ์คลอดชนิด late preterm labour คือ การเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดตั้งแต่อายุครรภ์ $34^{0/7}$ - $36^{6/7}$ สัปดาห์

ระบบการดูแลหญิงตั้งครรภ์ เขตสุขภาพที่ 4

ครอบครัว / ชุมชน

ร่วมดูแลสนับสนุน
การส่งเสริมสุขภาพ
หญิงตั้งครรภ์
นำส่ง รพ.
เมื่อมี Warning Sign

รพ.สต.

- ค้นหาหญิงตั้งครรภ์รายใหม่
- คัดกรองจำแนกกลุ่มเสี่ยง
- ดูแล Man to Man
- ส่งต่อ รพช.เพื่อรับฝากครรภ์

รพช.

- รับฝากครรภ์ online นัดหมายล่วงหน้า จำแนกรายต่ำบล
- คัดกรองจำแนกกลุ่มเสี่ยง
- ดูแลฝากครรภ์คุณภาพในราย Low Risk
- ส่งต่อ รพท. กรณี High Risk (1669, อบต. เทศบาล)

รพท. รพศ.

- ฝากครรภ์ Online นัดหมายล่วงหน้า จำแนกรายต่ำบล
- คัดกรอง จำแนกกลุ่มเสี่ยง
- ให้ฮอร์โมนโปรเจสเตอโรนตามแนวทางการดำเนินงาน
- Case Manager*
- ติดตามอัตราการคลอดก่อนกำหนด



บทบาท อสม./อสค (MAN TO MAN)
“เฝ้าระวัง ให้ความรู้ ดูแลเยี่ยมบ้าน ประสานส่งต่อ”

เฝ้าระวัง ค้นหา เชิงรุก
(ชุมชน)

- ฝากท้อง **ONLINE**
นัดหมายล่วงหน้า

ป้องกัน +
WARNING

- ติดตาม เยี่ยมบ้าน
สังเกตอาการผิดปกติ
และให้คำแนะนำ

ประสานงาน

- ประสานส่งต่อ รพ.
เมื่อมี **WARNING
SIGN**

7 ข้อ ที่คุณแม่ต้องรู้ เพื่อ **ป้องกัน** การคลอดก่อนกำหนด



หลีกเลี่ยง การขับขี่
หรือ ซ่อมมอเตอร์ไซด์



ไม่ออกกำลังกาย
หักโหม



ไม่ทำงานหนัก /
กิจกรรมที่ออกแรงมาก



ไม่สูบบุหรี่



หลีกเลี่ยง การดื่มชา
กาแฟ เครื่องดื่ม
แอลกอฮอล์



งดการมีเพศสัมพันธ์
กรณีมีประวัติเลือดออกผิดปกติขณะ
ตั้งครรภ์ หรือเคยคลอดก่อนกำหนด



งดกระตุ้นหรือคลึง
ที่ห้วงนม





กลุ่มพัฒนาอนามัยแม่และเด็ก ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี

การดูแลตนเอง เพื่อ**ป้องกัน**การคลอดก่อนกำหนด

ตรวจครรภ์ตามนัด
นอนพักผ่อนให้เพียงพอ
รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ครบ 5 หมู่
ตรวจสุขภาพช่องปาก
ทำใจให้สบายไม่เครียด
สังเกตอาการ บีบรัดตัวของมดลูก (ท้องป้น)
รีบมาโรงพยาบาลเมื่อมีอาการผิดปกติ



1. หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ 
2. หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มกาแฟ น้ำอัดลม เครื่องแอลกอฮอล์ 
3. หลีกเลี่ยงการขี้ หรือซ่อนมอเตอไรซ์
4. ไม่ควรออกกำลังกายหนัก
5. ไม่ควรทำงานหนัก หรือ กิจกรรมที่ต้องออกแรง
6. งดการมีเพศสัมพันธ์ กรณีมีประวัติเลือดออกผิดปกติ ขณะตั้งครรภ์ หรือเคยคลอดก่อนกำหนด
7. กระตุ้นหรือคลึงที่หน้านม



การดำเนินงานป้องกันการคลอดก่อนกำหนด

1. ค้นหาหญิงตั้งครรภ์รายใหม่เชิงรุกโดย อสม. ฝากท้องทันที
2. ประชาสัมพันธ์การลงทะเบียนฝากครรภ์ผ่าน QR Code รพ.โทรนัดให้มาฝากครรภ์
3. วัดความยาวปากมดลูกหญิงตั้งครรภ์อายุครรภ์ 15 – 25 สัปดาห์ เพื่อคัดกรองภาวะเสี่ยงคลอดก่อนกำหนด ถ้าปากมดลูกสั้น (น้อยกว่า 25 มิลลิเมตร) ส่งต่อให้สูติแพทย์ดูแล
4. ให้นยา Progesterone หญิงตั้งครรภ์ที่มีประวัติเคยคลอดก่อนกำหนด
5. สร้างความรู้/ความเข้าใจและความร่วมมือป้องกัน Preterm กับครอบครัว ชุมชน และผู้นำท้องที่ท้องถิ่น
6. รวบรวมข้อมูลหญิงตั้งครรภ์เสี่ยงต่อการคลอดก่อนกำหนดให้ รพสต./อสม. ดูแลต่อเนื่องในชุมชน
7. บันทึกข้อมูลการให้บริการในโปรแกรม HOSxP ส่งออกในระบบ HDC

ระยะเวลาดำเนินงาน

1 ตุลาคม 2563 – 31 กรกฎาคม 2564

งบดำเนินการ PPA เขต 4 จำยตามผลงาน

1) ค่าตรวจวัดความยาวปากมดลูกด้วยเครื่องอัลตราซาวด์ทาง Vagina

2) ใ้หย้า Progesterone ป้องกันคลอดก่อนกำหนด

3) ค่าบริการติดตามสัปดาห์ที่ 1-4