

การพยาบาลสูติศาสตร์

อาหารสมุนไพร สำหรับ

สตรีมีครรภ์และมารดาหลังคลอด

OBSTETRICS NURSING
HERB DIET FOR
PREGNANCY AND POST PARTUM WOMEN



วช.
WY157
การพยาบาลสูติศาสตร์ : อาหารสมุนไพรสำหรับสตรีมีครรภ์ ...
* 8 0 0 3 3 3 1 9 *

ผู้เรียบเรียง : แพทย์หญิงสุพรรณวรรณ พาคีตร
แพทย์หญิงสิรินดา บุชนา

ห้องสมุด
วิทยาลัยพยาบาลฯ นครราชสีมา

การพยาบาลสูติศาสตร์

ก

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
คำนำ	ข
สารบัญ	ค
บทที่ 1 บทนำ	1
แนวคิด	2
วัตถุประสงค์	3
หลักการและเหตุผล	4
ตำราและผลงานวิจัยซึ่งเกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาพด้วย อาหารสมุนไพรสำหรับสตรีมีครรภ์และมารดาหลังคลอด	5
บทที่ 2 ความรู้เบื้องต้น	16
แนวคิด	17
วัตถุประสงค์	18
คำจำกัดความ	19
ประโยชน์ของอาหารสมุนไพร	20
ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับสตรีมีครรภ์	21
ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับมารดาหลังคลอด	24
องค์ความรู้ทางเภสัชกรรมแผนไทยซึ่งเกี่ยวข้องกับอาหาร สมุนไพร	26

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ตัวอย่างสรรพคุณของพืช ผัก และผลไม้ซึ่งนำมาใช้ส่งเสริม สุขภาพและซ่อมสุขภาพสำหรับสตรีมีครรภ์และมารดา หลังคลอด	28
หลักการใช้อาหารสมุนไพร	32
การนำปริมิตแนะแนวอาหารมาประยุกต์ใช้กับอาหารสมุนไพร เพื่อสุขภาพ	34
บทที่ 3 อาหารสมุนไพรสำหรับสตรีมีครรภ์	39
แนวคิด	40
วัตถุประสงค์	41
แสดงตัวอย่างคุณค่าของสารอาหารในพืช ผัก และผลไม้	42
การนำกระบวนการพยาบาลไปใช้เพื่อส่งเสริมให้สตรี มีครรภ์ได้รับประทานอาหารสมุนไพรเพื่อสุขภาพ	46
บทที่ 4 อาหารสมุนไพรสำหรับมารดาหลังคลอด	67
แนวคิด	68
วัตถุประสงค์	69
การประเมินภาวะโภชนาการสำหรับมารดาหลังคลอด	70
การนำกระบวนการพยาบาลไปใช้เพื่อส่งเสริมให้มารดา หลังคลอดได้รับประทานอาหารสมุนไพรเพื่อสุขภาพ	73

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 อาหารสมุนไพร (พืช ผัก และผลไม้เพื่อสุขภาพ)	95
แนวคิด	96
วัตถุประสงค์	97
รายละเอียดเกี่ยวกับ พืช ผัก และผลไม้เพื่อสุขภาพ	98
บทที่ 6 ราสีเกิดหรือธาตุเจ้าเรือนกับอาหารสมุนไพรเพื่อสุขภาพ	217
แนวคิด	218
วัตถุประสงค์	219
ราสีเกิดหรือธาตุเจ้าเรือนกับอาหารสมุนไพรเพื่อสุขภาพ	220
ตัวอย่างอาหารสมุนไพรเพื่อสุขภาพสำหรับราสีเกิดหรือ ธาตุเจ้าเรือนของสตรีมีครรภ์และมารดาหลังคลอด	221
ตัวอย่างการให้น้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพสำหรับสตรีมีครรภ์และ มารดาหลังคลอด	229
บทที่ 7 บทสรุป	239