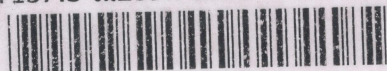


การพยาบาลมารดา-ทารกและการผดุงครรภ์:

ระยะตั้งครรภ์



การพยาบาลมารดา-ทารกและการผดุงค.
WY157.3 ณ259ก 2565



B0025916
bib:13399117263

บรรณาธิการ
ณัชชา วรรณนิยม
สุภาวดี เนติเมธี



การตำราคณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยวงษ์ชวลิตกุล

การพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์: ระยะตั้งครรภ์

บรรณาธิการ:	ณัชชา วรรณนิยม
ผู้เขียน:	สุภาวดี เนติเมธี ณัชชา วรรณนิยม สุภาวดี เนติเมธี ปณิตา ปรีชากรนกกุล ศุภกรรัตน์ ชาญวิรัตน์
จัดพิมพ์โดย:	คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยวงษ์ชวลิตกุล 84 หมู่ 4 ถนนมิตรภาพ-หนองคาย ต.บ้านเกาะ อ.เมือง จ.นครราชสีมา โทร. 044-009711 ต่อ 228 www.nursing.vu.ac.th
ISBN	978-974-630-195-4
ปีที่พิมพ์:	2565
พิมพ์ครั้งที่:	1
จำนวน:	1,000 เล่ม
ราคา:	350 บาท
วาดภาพประกอบ:	กัญญาณัฐ รวีโชค, ศุจิตา วงษ์สมบัติ, อารยา แสนเสนยา
ออกแบบปก:	กัญญาณัฐ รวีโชค

เลขเรียกหนังสือ..... NY157.3
..... ก 259ก 2565
เลขทะเบียนหนังสือ..... B0025916
วันที่ลงทะเบียน..... 1 ส.ค. 2566
ได้มาจาก..... อธิบดีฯ

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

National Library of Thailand Cataloging in Publication Data

การพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์: ระยะตั้งครรภ์. – นครราชสีมา : คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยวงษ์ชวลิตกุล, 2565.

300 หน้า.

1. สูติศาสตร์. 2. มารดาและทารก. 3. การตั้งครรภ์. I. ณัชชา วรรณนิยม. II. กัญญาณัฐ รวีโชค, ผู้วาดภาพประกอบ. III. ศุจิตา วงษ์สมบัติ, ผู้วาดภาพประกอบร่วม. IV. อารยา แสนเสนยา, ผู้วาดภาพประกอบร่วม. V. ชื่อเรื่อง.

618.2

ISBN 978-974-630-195-4

พิมพ์ที่: บริษัท สมบูรณ์การพิมพ์ จำกัด 254/1 ซอยมิตรภาพ 4 ต.ในเมือง อ.เมือง จ.นครราชสีมา
โทร. 044-954222-6 www.somboonprinting.com

สงวนลิขสิทธิ์: ตามพระราชบัญญัติการพิมพ์ พ.ศ. 2537

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	แนวคิดเกี่ยวกับการพยาบาลมารดาและทารก สุภาวดี เนติเมธี	1
2	การวางแผนครอบครัวและการคุมกำเนิด ปณิตา ประชากรกนกกุล	39
3	การให้คำปรึกษาก่อนสมรสและก่อนการตั้งครรภ์ ณัชชา วรรณนิยม	71
4	ภาวะมีบุตรยากและเทคโนโลยีช่วยเจริญพันธุ์ ณัชชา วรรณนิยม	80
5	การปฏิสนธิและพัฒนาการทารกในครรภ์ ศุกลรัตน์ ชาญวิรัตน์	99
6	การเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาในระยะตั้งครรภ์ ณัชชา วรรณนิยม	125
7	การเปลี่ยนแปลงทางจิตสังคมของสตรีตั้งครรภ์ ณัชชา วรรณนิยม	143
8	การวินิจฉัยการตั้งครรภ์ ณัชชา วรรณนิยม	151
9	การประเมินภาวะสุขภาพสตรีตั้งครรภ์ ณัชชา วรรณนิยม	160
10	การส่งเสริมสุขภาพสตรีในระยะตั้งครรภ์ สุภาวดี เนติเมธี	194
11	การส่งเสริมพัฒนาการของทารกในครรภ์ สุภาวดี เนติเมธี	226
12	ภาวะไม่สุขสบายในสตรีตั้งครรภ์ สุภาวดี เนติเมธี	236
13	การเตรียมตัวเพื่อการคลอด สุภาวดี เนติเมธี	260

สารบัญรูปภาพ

		หน้า
รูปที่ 2.1	แสดงหมวกครอบปากมดลูก	43
รูปที่ 2.2	แสดงการใส่หมวกยางกันช่องคลอด	44
รูปที่ 2.3	แสดงถุงยางอนามัยสตรี	45
รูปที่ 2.4	แสดงฟองน้ำใส่ช่องคลอด	46
รูปที่ 2.5	แสดงชนิดของห่วงอนามัย	48
รูปที่ 5.1	แสดงเซลล์ของ blastocyst	102
รูปที่ 5.2	แสดงการปฏิสนธิและการเคลื่อนที่ของเอ็มบริโอไปฝังตัวที่ผนังมดลูก	103
รูปที่ 5.3	แสดงรกด้านแม่ (chorion) และรกด้านลูก (amnion)	105
รูปที่ 5.4	แสดงการไหลเวียนภายในรก	106
รูปที่ 5.5	แสดงการพัฒนาอวัยวะต่างๆ ของตัวอ่อน	110
รูปที่ 5.6	แสดงการไหลเวียนโลหิตของทารกในครรภ์	114
รูปที่ 5.7	แสดงลักษณะศีรษะทารก กระดูกต่างๆ รอยต่อและขม่อม	117
รูปที่ 6.1	แสดงการเปลี่ยนแปลงการเจริญเติบโตของมดลูกในระยะตั้งครรภ์	127
รูปที่ 6.2	แสดงการเปลี่ยนแปลงของตำแหน่งของหัวใจ	129
รูปที่ 6.3	แสดงการเพิ่มขึ้นของอัตราการเต้นของหัวใจขณะตั้งครรภ์	130
รูปที่ 6.4	แสดงการเกิด supine hypotensive syndrome	131
รูปที่ 6.5	แสดงการเปลี่ยนแปลงของระบบการหายใจขณะตั้งครรภ์	132
รูปที่ 6.6	แสดงการเปลี่ยนแปลงของกระดูกสันหลังระยะตั้งครรภ์	137
รูปที่ 8.1	แสดง Hegar's sign	154
รูปที่ 8.2	แสดง Mcdonald's sign	155
รูปที่ 8.3	แสดง Piskacek's sign	155
รูปที่ 8.4	แสดง external ballottement	156
รูปที่ 8.5	แสดง internal ballottement	156
รูปที่ 9.1	แสดงระดับยอดมดลูกที่ลดลงเมื่อทารกเข้าสู่ช่องเชิงกราน (lightening)	167
รูปที่ 9.2	แสดงการตรวจเต้านม	172
รูปที่ 9.3	แสดงการนวดหัวนมด้วยวิธี Hoffman's maneuver	172
รูปที่ 9.4	แสดง linea nigra	174
รูปที่ 9.5	แสดง striae gravidarum	174
รูปที่ 9.6	แสดงการตรวจ First Leopold's Handgrips	175
รูปที่ 9.7	แสดงการตรวจ Second Leopold's Handgrips	176

สารบัญรูปภาพ (ต่อ)

		หน้า
รูปที่ 9.8	แสดงท่าต่างๆ ของทารกในครรภ์	177
รูปที่ 9.9	แสดงการตรวจ Third Leopold's Handgrips	178
รูปที่ 9.10	แสดงการตรวจ Fourth Leopold's Handgrips	179
รูปที่ 9.11	แสดงวิธีการคลำไหล่หน้า	179
รูปที่ 9.12	แสดงการคลำที่บริเวณมดลูกส่วนล่างและส่วนบน	180
รูปที่ 9.13	แสดงการตรวจ overriding ของศีรษะทารก	181
รูปที่ 9.14	แสดงตำแหน่งของเสียงหัวใจทารกในครรภ์	181
รูปที่ 10.1	แสดงท่าการมีเพศสัมพันธ์ในสตรีตั้งครรภ์	204
รูปที่ 10.2	แสดงท่า Kegel's exercise	207
รูปที่ 10.3	แสดงท่า Tailor sitting	207
รูปที่ 10.4	แสดงท่า Squatting	208
รูปที่ 10.5	แสดงท่า Tailor press	208
รูปที่ 10.6	แสดงท่าการบริหารข้อเท้า	209
รูปที่ 10.7	แสดงท่า Rib cage lifting	209
รูปที่ 10.8	แสดงท่า Pelvic rocking	210
รูปที่ 10.9	แสดงท่า Pelvic rocking (ท่านอนหงาย)	210
รูปที่ 10.10	แสดงท่า Arm stretch	211
รูปที่ 10.11	แสดงท่าการยืน	213
รูปที่ 10.12	แสดงท่าการยืนพักขา	213
รูปที่ 10.13	แสดงการนั่งเก้าอี้	213
รูปที่ 10.14	แสดงการย่อตัวลงเหยียบของ	214
รูปที่ 10.15	แสดงการนอนสำหรับสตรีตั้งครรภ์	214
รูปที่ 10.16	แสดงการถือของสำหรับสตรีตั้งครรภ์	215
รูปที่ 10.17	แสดงการรัดเข็มขัดนิรภัยที่ถูกวิธี	216
รูปที่ 10.18	แสดงการตรวจหัวนมด้วยวิธี Pinch test	220
รูปที่ 10.19	แสดงการแก้ไขหัวนมสั้นด้วยวิธี Hoffmam's maneuver	221
รูปที่ 10.20	แสดงการแก้ไขหัวนมที่ผิดปกติ	222
รูปที่ 11.1	แสดงการกระตุ้นพัฒนาการด้วยการลูบหน้าท้องและการสัมผัส	230
รูปที่ 11.2	แสดงการกระตุ้นพัฒนาการด้วยการใช้เสียงเพลง	233
รูปที่ 11.3	แสดงการกระตุ้นพัฒนาการด้วยการใช้ infant phone	233

สารบัญรูปรูปภาพ (ต่อ)

		หน้า
รูปที่ 11.4	แสดงการกระตุ้นพัฒนาการด้วยการใช้ไฟฉาย	234
รูปที่ 12.1	แสดงเต้านมคัดตึง	240
รูปที่ 12.2	แสดงสาเหตุการปัสสาวะบ่อยเมื่อส่วนนำของทารกเคลื่อนตัวมาสู่อุ้งเชิงกราน	242
รูปที่ 12.3	แสดงท่านอนวัดหลัง	246
รูปที่ 12.4	แสดงท่าที่บรรเทาอาการปวดเส้นเอ็น Round ligament	251
รูปที่ 12.5	แสดงการกดจุดเทอกู (Hakuto)	252
รูปที่ 12.6	แสดงท่ายกขาสูงบรรเทาอาการเส้นเลือดขอด	254
รูปที่ 12.7	แสดงท่านั่งพัก ยกขาสูงบรรเทาอาการข้อเท้าบวม	255
รูปที่ 12.8	แสดงท่า Dorsiflex	257
รูปที่ 13.1	แสดงวงจรความกลัว - ความเครียด - ความเจ็บปวด	261
รูปที่ 13.2	แสดงการลูบหน้าท้องและต้นขา	265
รูปที่ 13.3	แสดงการลูบหน้าท้องเป็นรูปวงกลมและรูปเลขแปด	265
รูปที่ 13.4	แสดงการนวดหลัง	265
รูปที่ 13.5	แสดงการบำบัดโดยน้ำ	266
รูปที่ 13.6	แสดงการกระตุ้นประสาทบริเวณหลัง	267
รูปที่ 13.7	แสดงตำแหน่งที่ฉีดน้ำกลั่นเข้าใต้ผิวหนัง 4 ตำแหน่ง	267
รูปที่ 13.8	แสดงการเพ่งจุดสนใจ	268
รูปที่ 13.9	แสดงการหายใจแบบซ้าลึก	270
รูปที่ 13.10	แสดงการหายใจแบบตื้น	271
รูปที่ 13.11	แสดงการหายใจแบบหอบสลับเป่า	272
รูปที่ 13.12	แสดงการหายใจเพื่อแบ่งคลอด	273
รูปที่ 13.13	แสดงการหายใจเมื่อศีรษะทารกคลอด	273

สารบัญตาราง

		หน้า
ตารางที่ 5.1	แสดงลักษณะเยื่อบุมดลูกขณะตั้งครรภ์และหลังการฝังตัวของ blastocyst	103
ตารางที่ 9.1	แสดงอายุครรภ์และระดับยอตมดลูก	167
ตารางที่ 10.1	แสดงเกณฑ์การเพิ่มขึ้นของน้ำหนัก	195
ตารางที่ 10.2	แสดงชนิดและปริมาณอาหารที่แนะนำสตรีในระยะตั้งครรภ์	196
ตารางที่ 10.3	แสดงการเปรียบเทียบความต้องการโฟเลต ไอโอดีน และธาตุเหล็กต่อวันของสตรีทั่วไปและสตรีตั้งครรภ์	201
ตารางที่ 10.4	แสดงการให้วัคซีนที่มีส่วนประกอบของบาดทะยัก	217
ตารางที่ 10.5	แสดงการให้คะแนน nipple และ areola	221