

กมลวรรณ คันธจันทร์และสุภาพร บุญชาติ หอผู้ป่วยสูติกรรม

หลักการและเหตุผลหลังคลอดเป็นระยะเวลาช่วงหนึ่งของสตรี เริ่มตั้งแต่ทารกคลอดจนกระทั่งร่างกายกลับคืนสู่สภาพปกติเหมือนก่อนตั้งครรภ์ใช้เวลาประมาณ 6-8 สัปดาห์หญิงหลังคลอดจะมีการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายและจิตใจ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายหลังจากทารกคลอด มีการปรับสมดุลการทำงานของร่างกาย เพื่อให้ร่างกายกลับสู่สภาพเดิมก่อนการตั้งครรภ์(พาณิ จารุพันธ์ 2538:1)การเปลี่ยนแปลงนี้อาจก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพ ปัญหาด้านจิตใจ และส่งผลให้มีภาวะเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยและภาวะแทรกซ้อนต่างๆได้ เนื่องจากหญิงหลังคลอดจะมีการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม ทำให้หญิงหลังคลอดต้องมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองหลังคลอด เพื่อให้สามารถดูแลตนเองและเลี้ยงดูทารกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นหญิงหลังคลอดต้องมีความเข้าใจ และยอมรับต่อการเปลี่ยนแปลงของตนเองและมีพฤติกรรมในการดูแลตนเองที่ถูกต้องเหมาะสม

วัตถุประสงค์ ศึกษาพฤติกรรมในการดูแลตนเองของหญิงหลังคลอดซึ่งเป็นความต้องการดูแลตนเองที่จำเป็นเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนหลังคลอด

วิธีการศึกษา งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงพรรณนา กลุ่มตัวอย่างมารดาหลังคลอดตึกสูติกรรมโรงพยาบาลศรีสะเกษ จำนวน 100 คน วิธีการเก็บข้อมูลแบ่งออกเป็น 3 ส่วน รวม 59 ข้อ การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล ใช้สถิติการแจกแจงความถี่ และร้อยละ (%) การวิเคราะห์ระดับความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองหลังคลอด และพฤติกรรมในการดูแลตนเองหลังคลอดใช้สถิติค่าเฉลี่ย($\bar{X}$)และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน(S.D.) โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS

ผลการศึกษา ความรู้เรื่องการดูแลตนเองหลังคลอดพบว่า ระดับการศึกษา อาชีพ ครอบครัว ความเชื่อ การยอมรับบทบาทมารดา และพฤติกรรมหลังคลอดอย่างมาก พฤติกรรมในการดูแลตนเองของหญิงหลังคลอดเมื่อจำแนกตาม ระดับการศึกษา อาชีพ การพักอาศัยร่วมกับสามี มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5 และความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองของหญิงหลังคลอด หลังได้เข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมการดูแลตนเองในมารดาหลังคลอดของตึกสูติกรรมมีผลต่อการปฏิบัติตัวของหญิงหลังคลอดโดยคิดเป็นร้อยละ 85