

## From Bed Bath to Best Practice

### คุณพ่อคุณภาพ



ราตรี ศิริสมบูรณ์, วท.บ. (พยาบาลและผดุงครรภ์)  
จารุณี ลีธีระกุล, พย.ม. (การพยาบาลแม่และเด็ก)

พยาบาลวิชาชีพ งานการพยาบาลสูติศาสตร์ฯ  
ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

**เมื่ออดีตนั้น** บทบาทของคุณพ่อในการมีส่วนร่วมกับการตั้งครรภ์ของคุณแม่มีน้อยมาก เรามักจะนึกถึงภาพของคุณพ่อขับรถอย่างรีบร้อน โดยมีคุณแม่ร้องครวญครางด้วยอาการเจ็บครรภ์อยู่ข้างๆ เพื่อที่จะมาโรงพยาบาล หลังจากนั้นเป็นภาพคุณพ่อยืนสลับเดินไปมาด้วยความกระวนกระวายใจอยู่หน้าห้องคลอด ที่เพิ่งจะส่งคุณแม่ให้กับแพทย์และพยาบาล แต่ในปัจจุบันภาพเหล่านี้เหมือนจะเลือนหายไป คุณพ่อยุคใหม่สามารถมีบทบาทและส่วนร่วมกับคุณแม่ได้อย่างมีความสุขและมีคุณภาพ เริ่มตั้งแต่วางแผนการตั้งครรภ์ ดูแลสุขภาพขณะตั้งครรภ์ จนถึงการคลอดโดยมีทีมแพทย์และพยาบาลเป็นผู้ให้การดูแลและให้คำปรึกษา

การเตรียมตัวรับบทบาทคุณพ่อก่อนหน้านั้น ทำได้โดยการเข้าร่วมกิจกรรมเพิ่มพูนความรู้และเสริมสร้างทักษะการดูแล

สุขภาพของคุณแม่และทารกในครรภ์ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ การมีส่วนร่วมและช่วยเหลือดูแลคุณแม่ในระยะคลอด ทำให้คุณพ่อมีความพร้อมที่จะเป็นคู่หูคู่ใจและโค้ชที่ดีของคุณแม่ตลอดการตั้งครรภ์ และคุณพ่อสามารถเลือกที่จะมีส่วนร่วมในแต่ละกิจกรรมได้ตามความเหมาะสมและความต้องการของคุณพ่อเอง

โครงการคุณพ่อคุณภาพ เป็นโครงการนำร่อง ที่พัฒนารูปแบบการให้บริการสร้างเสริมสุขภาพ โดยทีมสหสาขาวิชาชีพ ประกอบด้วยสูติแพทย์ พยาบาล นักกายภาพบำบัดและนักโภชนาการ เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้คู่สามี-ภรรยาได้ร่วมเรียนรู้และช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการเตรียมความพร้อมตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด ระยะหลังคลอด รวมทั้งการเลี้ยงดูลูกน้อยและการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ นอกจากนี้

ยังช่วยเสริมสร้างให้เกิดความเข้าใจในบทบาทของการเป็นพ่อ-แม่มากยิ่งขึ้น มีความกล้าที่จะจะพูดคุยขอข้อมูลคำแนะนำจากทีมผู้ดูแล เพื่อที่จะมีส่วนร่วมในการวางแผนและตัดสินใจเลือกแนวทางการดูแลรักษาตามความต้องการสอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงพัฒนาของสังคมโลกที่สนับสนุนให้คุณพ่อมีส่วนร่วมในการตั้งครรภ์และการเลี้ยงดูลูกน้อยของคุณแม่เพิ่มขึ้น

คู่สามี-ภรรยาที่มีความสนใจเข้าร่วมกิจกรรมในโครงการคุณพ่อคุณภานี้ตัวคุณพ่อเองจะต้องมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมการเตรียมความพร้อมทั้งหมดในระยะตั้งครรภ์อย่างน้อย 4 ครั้ง เพื่อจะได้เกิดความรู้ความเข้าใจและมีความพร้อมที่จะมีส่วนร่วมกับคุณแม่ครบถ้วนทุกกระบวนการ จากนั้นจะเป็นการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่ระยะคลอด คุณพ่อจะได้เรียนรู้บทบาทสำคัญของการเป็นโค้ช (Coach) ผู้ช่วยเหลือดูแลคุณแม่ตลอดระยะเวลาของการตั้งครรภ์จนถึงสิ้นสุดกระบวนการคลอด

### กลุ่มเป้าหมาย และ คุณสมบัติเบื้องต้นของคู่สามี-ภรรยาที่เข้าร่วมโครงการ

**คู่สามี ภรรยา  
ที่สนใจและมีความพร้อม  
ที่จะเข้าร่วมกิจกรรม  
การดูแลครรภ์คุณภาพ  
ของทีมงานโครงการคุณพ่อคุณภานี้**

### **มีคุณสมบัติดังนี้**

- เป็นผู้ที่สนใจและมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมในแต่ละระยะของการตั้งครรภ์
- เป็นหญิงตั้งครรภ์ที่เริ่มฝากครรภ์ตั้งแต่ไตรมาสแรก และสามารถเข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพกับทีมงานคุณพ่อคุณภาพตลอดการตั้งครรภ์ได้อย่างน้อย 4 ครั้ง
- เมื่อสิ้นสุดกิจกรรมการเตรียมความพร้อมในทุกโปรแกรมแล้ว สูติแพทย์จะเป็นผู้ประเมินและตัดสินใจว่าสามีมีความพร้อมที่จะเข้าร่วมดูแลภรรยาในระยะคลอดขณะอยู่ในห้องคลอดได้หรือไม่ เนื่องจากเป็นสถานการณ์ที่มีความสำคัญต่อความปลอดภัยของหญิงตั้งครรภ์และทารกแรกเกิดมากที่สุด

### กิจกรรมในโปรแกรมคุณพ่อคุณภานี้ครั้งที่ 1 (อายุครรภ์ 0-20 สัปดาห์)

- เพื่อ** คัดกรองและประเมินคู่สามี-ภรรยาที่ต้องการเข้าร่วมโครงการถึงความพร้อมทั้งด้านร่างกายและจิตใจ รวมทั้งเวลาที่ใช้ในการเข้าร่วมกิจกรรมในโครงการ ดังนี้
- แนะนำทีมบุคลากรทางการแพทย์ผู้ให้การดูแลในโครงการ



- พุดคุยและสอบถามทัศนคติของคู่สามี-ภรรยาที่มีต่อการตั้งครรภ์และความคาดหวังที่มีต่อการคลอด
- ให้ข้อมูลเกี่ยวกับกิจกรรมในโครงการและข้อตกลงเบื้องต้นโดยเฉพาะการมีส่วนร่วมในการดูแลคุณแม่ในระยะคลอด ซึ่งเป็นสิ่งที่คู่สามี-ภรรยาส่วนใหญ่คาดหวังมากที่สุด
- เปิดโอกาสให้คู่สามี-ภรรยาที่เข้าร่วมโครงการซักถามข้อสงสัย รวมทั้งปัญหาสุขภาพที่ต้องการคำแนะนำ
- วางแผนดูแลการตั้งครรภ์ร่วมกันระหว่างคุณพ่อคุณแม่ และทีมบุคลากรผู้รับผิดชอบโครงการ
- เรียนรู้วิธีการปฏิบัติตนหากคุณแม่มีอาการแพ้ท้อง
- แนะนำการหาความรู้เกี่ยวกับการตั้งครรภ์ร่วมกับคุณแม่จากคู่มือฝากครรภ์หรือคู่มือดูแลสุขภาพแม่-ลูก
- ส่งเสริมและสนับสนุนให้คุณพ่อคุณแม่เข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพมารดาและทารกในครรภ์หรือกิจกรรมการเตรียมตัวเพื่อการคลอดที่โรงพยาบาลหรือสถานบริการทางสาธารณสุขต่างๆ จัดให้มีขึ้นเพื่อเพิ่มพูนความรู้ และเป็นทางเลือกเปลี่ยนประสบการณ์กับเพื่อนใหม่ด้วย
- เรียนรู้วิธีการสังเกตอาการผิดปกติที่ต้องรีบพาคู่มือมาพบแพทย์ที่โรงพยาบาล
- เรียนรู้พัฒนาการของทารกในครรภ์ คุณพ่อเป็นผู้มีบทบาทสำคัญในการช่วยสร้างเสริมพัฒนาการให้แก่ลูกน้อยตั้งแต่อยู่ในครรภ์ เช่น ทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกับคุณแม่ สัมผัสลูบท้องคุณแม่ ส่งเสียงพูดคุยกับลูก เพื่อสร้างสัมพันธภาพและความคุ้นเคย

### กิจกรรมในโปรแกรมคุณพ่อคุณภาพ ครั้งที่ 2 (อายุครรภ์ 20-32 สัปดาห์)

เพื่อให้คุณพ่อมีความรู้และเข้าใจการเปลี่ยนแปลง ทั้งด้านร่างกายและจิตใจของคุณแม่ในระยะตั้งครรภ์ และสามารถให้การดูแลช่วยเหลือประคับประคองคุณแม่ได้ดังนี้

- เรียนรู้การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและจิตใจของคุณแม่ขณะตั้งครรภ์
- เรียนรู้วิธีการดูแลช่วยเหลือคุณแม่
- ให้คำแนะนำวิธีการพาคู่มือไปฝากครรภ์
- พบนักโภชนาการ เพื่อประเมินภาวะโภชนาการของคุณแม่ ให้คำแนะนำและเรียนรู้การวางแผนดูแล ด้านโภชนาการขณะตั้งครรภ์ร่วมกัน
- พบนักกายภาพบำบัด เพื่อให้คำแนะนำเกี่ยวกับการออกกำลังกายขณะตั้งครรภ์ คุณพ่อสามารถดูแลและร่วมออกกำลังกายกับคุณแม่ เพื่อช่วยบริหารกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ของร่างกายให้แข็งแรง

- ให้คำแนะนำเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัยต่อการตั้งครรภ์ในการมีเพศสัมพันธ์ขณะตั้งครรภ์

### กิจกรรมการพยาบาลในโปรแกรม

#### คุณพ่อคุณภาพครั้งที่ 3

##### (อายุครรภ์ 32-37 สัปดาห์)

เพื่อให้คุณพ่อได้เรียนรู้และฝึกทักษะการเตรียมตัวเพื่อการคลอดร่วมกับคุณแม่ ดังนี้

- เรียนรู้บทบาทสำคัญของการเป็นโค้ช (Coach) ให้คำแนะนำเกี่ยวกับวิธีการช่วยเหลือดูแลคุณแม่ในระยะคลอด
- แนะนำให้คุณพ่อ ร่วมฝึกเทคนิคผ่อนคลายความเจ็บปวด เพื่อใช้ในการดูแลคุณแม่ในระยะคลอด โดยวิธีการนวดและสัมผัสเพื่อผ่อนคลาย การดูแลให้คุณแม่เคลื่อนไหวเปลี่ยนท่า หรือการฝึกกำหนดลมหายใจเข้า-ออกพร้อมกัน รวมทั้งการช่วยลูบหน้าท้องเพื่อเบี่ยงเบนความสนใจและสื่อสารให้ถึงทารกในครรภ์
- เรียนรู้กลไกการคลอด/วิธีการคลอดร่วมกับคุณแม่ โดยใช้หุ่นจำลองกลไกการคลอด
- พบนักโภชนาการ เพื่อให้คำแนะนำเกี่ยวกับภาวะโภชนาการ ในระยะหลังคลอดและระยะให้นมบุตร
- พบนักกายภาพบำบัด เพื่อให้คำแนะนำเกี่ยวกับการเตรียมกล้ามเนื้อเพื่อการ

คลอด และฝึกทักษะการเบ่งคลอดกับทีมพยาบาล

- พบสูติแพทย์และทีมงานคุณพ่อคุณภาพ เพื่อเรียนรู้และเสริมสร้างบทบาทการเตรียมตัวเป็นพ่อแม่

### กิจกรรมการพยาบาลในโปรแกรม

#### คุณพ่อคุณภาพครั้งที่ 4

##### (อายุครรภ์ 37-40 สัปดาห์)

เพื่อ ส่งเสริมให้คู่สามี-ภรรยาได้เรียนรู้และมีความเข้าใจในบทบาทของตนเองและบทบาทของบุคลากรทางการแพทย์ ดังนี้

- วางแผนการคลอดร่วมกับทีมแพทย์พยาบาลผู้ดูแล เพื่อพิจารณาวิธีการคลอดที่เหมาะสม
- เรียนรู้สัญญาณและอาการแสดงของคุณแม่ที่บ่งบอกว่าใกล้คลอด และการเตรียมตัวเพื่อมาโรงพยาบาลเมื่อมีเหตุการณ์ฉุกเฉิน เช่น เจ็บท้องคลอด หรือมีน้ำเดิน
- เรียนรู้ขั้นตอนการติดต่ออย่างง่าย ๆ เมื่อพาคุณแม่มาถึงโรงพยาบาล
- เรียนรู้วิธีการดูแลคุณแม่ในระยะคลอด การใช้เทคโนโลยีและเครื่องมือในการเฝ้าระวังภาวะสุขภาพของคุณแม่และทารกในครรภ์
- พูดคุยถึงภาวะแทรกซ้อน ทั้งด้านมารดาและทารกที่อาจเกิดขึ้นในระยะคลอด วิธีการดูแลและช่วยเหลือที่คุณแม่จะได้รับ และวิธีการปฏิบัติตนของคุณพ่อขณะทีม

- แพทย์และพยาบาลให้การดูแลคุณแม่และลูกเมื่อแรกเกิด
- เปิดโอกาสให้ซักถาม ถึงปัญหาที่อาจเกิดขึ้นระหว่างเจ็บครรภ์คลอด และปัญหาอื่นๆ ที่คุณพ่อคุณแม่อยากรู้
  - ทบทวนท่าเบ่งคลอดและเทคนิคการเบ่งคลอดที่ถูกต้อง
  - เรียนรู้การปฏิบัติตน ในทุกระยะของการคลอดร่วมกับคุณแม่
  - แนะนำ การเตรียมสิ่งละอัมพันละน้อยเกี่ยวกับการคลอด เช่น การเตรียมตั้งชื่อลูก กระเป๋าเตรียมคลอด เลือกโรงพยาบาลที่จะไปคลอด เตรียมเอกสารสำคัญต่างๆ ได้แก่ บัตรประจำตัวโรงพยาบาลของคุณแม่ สำเนาบัตรประจำตัวประชาชน และสำเนาบัตรแสดงสิทธิการรักษาพยาบาลทั้งของคุณพ่อและคุณแม่
  - วางแผนการเดินทางร่วมกัน ในวันที่คุณพ่อจะพาคุณแม่ไปโรงพยาบาล
  - ให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลคุณแม่ในระยะหลังคลอดและการดูแลลูกเมื่อแรกเกิด

### กิจกรรมการพยาบาลในโปรแกรม คุณพ่อคุณภาพเกี่ยวกับการทัวร์ห้อง คลอด

เพื่อให้ คุณพ่อคุณแม่ได้สัมผัสบรรยากาศในห้องคลอด และคลายความเครียดจากสิ่งที่ไม่เคยรู้จักมาก่อน ดังนี้

- ทีมงานพาคุณพ่อและคุณแม่เยี่ยมชมสถานที่ในห้องคลอดพิเศษ ซึ่งเป็นหน่วยงานที่ให้บริการดูแลคู่สามี-ภรรยาที่เข้าโครงการคุณพ่อคุณภาพ เพื่อความเหมาะสมและเป็นสัดส่วน
- แนะนำวิธีการติดต่อกับฝ่ายประชาสัมพันธ์เมื่อคุณพ่อพาคุณแม่มารับการดูแลในห้องคลอด
- แนะนำให้รู้จักบุคลากรทางการแพทย์ในห้องคลอดโดยดูจากการแต่งกาย ทั้งแพทย์ พยาบาล ผู้ช่วยพยาบาล และพนักงานหอผู้ป่วย เพื่อความสะดวกในการขอความช่วยเหลือ
- แนะนำให้รู้จักห้องคลอด เตียงคลอด เครื่องมือและอุปกรณ์ ที่ใช้ในการดูแลคุณแม่ในระยะคลอด และดูแลทารกแรกเกิดเบื้องต้น
- แนะนำการทำความสะอาดร่างกายเพื่อเตรียมตัวคุณแม่ให้พร้อมสำหรับการคลอด
- แนะนำและให้คุณพ่อฝึกใส่ผ้าปิดปาก ล้างมือให้สะอาดและสวมถุงมือสะอาดเมื่อเข้าร่วมดูแลคุณแม่และลูกน้อยในห้องคลอด
- ทบทวนกลไกการคลอดปกติอีกครั้ง โดยใช้หุ่นจำลองกลไกการคลอด

## กิจกรรมการพยาบาลในโปรแกรม คุณพ่อคุณภาพในระยะคลอด

เพื่อ ส่งเสริมให้คู่สามี-ภรรยา มี  
ประสบการณ์การคลอดที่ดี ลดความกลัวและ



ความวิตกกังวล ของคุณแม่ในระยะคลอด  
และให้คุณพ่อ ร่วมเรียนรู้การเป็นโค้ชดูแล  
คุณแม่ในระยะคลอด ดังนี้

- ร่วมอยู่ดูแลเป็นเพื่อนและให้กำลังใจคุณแม่ขณะอยู่ในห้องคลอดร่วมกับทีมแพทย์และพยาบาลผู้ให้การดูแลรักษา
- ให้คุณพ่อ ช่วยแนะนำรวมทั้งปฏิบัติเทคนิคผ่อนคลายความเจ็บปวดในระยะคลอดร่วมกับคุณแม่ ทั้งวิธีการฝึกหายใจอย่างถูกต้อง ลูบหน้าท้อง และช่วยนวดบริเวณหลังหรือบริเวณที่คุณแม่รู้สึกปวด
- ให้ข้อมูล เกี่ยวกับความก้าวหน้าของการคลอด จะช่วยให้คุณพ่อคุณแม่คลายความวิตกกังวลและความกลัว ซึ่งอาจมีผลทำให้การคลอดเร็วขึ้นได้
- ให้คุณพ่อร่วมเชียร์เบ่ง เมื่อคุณแม่อยู่ในระยะเบ่ง ดูแลและส่งเสริมให้มีการจับมือเพื่อให้กำลังใจและมีส่วนร่วมซึ่งกันและกันในกรณีที่คลอดปกติและภาวะสุขภาพของคุณแม่และทารกในครรภ์อยู่ในเกณฑ์ปกติเช่นกัน

- เมื่อทารกเกิด ดูแลให้คุณพ่อช่วยผูกปายข้อเท้าปายแรกให้แก่ลูกก่อนตัดสายสะดือเพื่อความมั่นใจในการระบุตัวและเพศของลูกที่ถูกต้อง รวมทั้งเป็นการเริ่มต้นสร้างความรักและผูกพัน ระหว่างพ่อและลูก
- ดูแลให้คุณพ่ออุ้มลูกให้คุณแม่ได้สัมผัสและโอบกอด โดยวางลูกไว้บนหน้าอกของคุณแม่ (Bonding) และให้ลูกได้ดูดนมแม่ตั้งแต่แรกเกิด (Early Breast feeding)



- ดูแลให้คุณพ่อ ได้เขียนปายข้อเท้าปายที่สองและผูกให้ลูกด้วยตนเอง เพื่อระบุตัวและเพศของลูกให้มั่นใจอีกครั้ง
- เรียนรู้การป้องกันปัญหาที่จะเกิดช่วงหลังคลอด เช่น ช่วยคลึงมดลูกให้หดตัวดีขึ้น เพื่อป้องกันการตกเลือด
- กรณีที่คุณแม่จำเป็นต้องคลอดบุตรโดยการผ่าตัดคลอด เมื่อการเตรียมผ่าตัดเสร็จเรียบร้อยแล้ว คุณพ่อสามารถร่วมไปส่งคุณแม่ถึงหน้าห้องผ่าตัดได้เพื่อให้กำลังใจ

### กิจกรรมการพยาบาลในโปรแกรม คุณพ่อคุณภาพในระยะหลังคลอด และการเลี้ยงดูลูกน้อย

เพื่อสร้างเสริมสัมพันธภาพระหว่าง  
พ่อแม่อีก อันจะนำไปสู่คุณภาพชีวิตที่ดีของ  
ครอบครัว ดังนี้

- แนะนำและเสริมสร้าง ให้คุณพ่อได้มีส่วนร่วม  
ร่วมในการช่วยเหลือคุณแม่ ในระยะหลัง  
คลอด ทั้งการปรับตัวในการดูแลสุขภาพ  
ของตัวคุณแม่เอง หรือในการเลี้ยงดูลูก  
น้อย
- แนะนำให้คุณพ่อ พุดคุยสอบถาม  
ความรู้สึก แสดงความรัก ความห่วงใย  
และเอาใจใส่คุณแม่ เพื่อป้องกันภาวะ  
แทรกซ้อนทางด้านจิตใจในระยะหลัง  
คลอด เช่น ภาวะซึมเศร้าหลังคลอด
- ให้คุณพ่อเรียนรู้และฝึกกิจกรรมเสริม  
ทักษะการเลี้ยงดูลูกน้อย เริ่มตั้งแต่ การ  
อุ้มลูกในท่าที่ถูกต้อง การทำความสะอาด  
ตาและสะดือรวมทั้งการอาบน้ำให้ลูก
- แนะนำให้คุณพ่อรู้จักกิจกรรมทางเลือกใน  
การสร้างเสริมสุขภาพ ให้แก่คุณแม่ใน  
ระยะหลังคลอดและลูกน้อย เช่น การนวด  
หรือประคบสมุนไพร เพื่อความสบาย  
ของร่างกายและผ่อนคลายของจิตใจ การ  
ใช้ aromatherapy การนวดสัมผัสลูกน้อย  
เพื่อส่งเสริมให้เกิดพัฒนาการที่ดี



### กิจกรรมการพยาบาลในโปรแกรม คุณพ่อคุณภาพเกี่ยวกับการเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่

เพื่อ ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่  
และสร้างเสริมให้มีทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูก  
ด้วยนมแม่ ตั้งแต่แรกเกิด จนเมื่อกลับไปอยู่  
บ้าน อย่างน้อยที่สุดประมาณ 6 เดือน ดังนี้

- ให้คำแนะนำเกี่ยวกับประโยชน์ของน้ำนม  
แม่
- ให้คุณพ่อฝึกช่วยคุณแม่ให้นมลูก โดย  
ช่วยเป็นกำลังใจและคอยดูแลให้คุณแม่ให้  
นมอย่างถูกต้อง ให้ลูกอมหัวนมและลาน  
หัวนมคุณแม่ให้ลึกมากที่สุด ดูแลให้คุณ  
แม่ใช้มือประคองบริเวณคอและไหล่ของ  
ลูก ให้ปากลูกอยู่ตรงระดับหัวนม และ  
หน้าลูกแนบกับเต้านมคุณแม่ให้มากที่สุด



- แนะนำการแก้ปัญหาเรื่องเต้านมคัดตึง  
ให้แก่คุณพ่อ โดยใช้วิธีปลอบใจไม่ให้คุณ  
แม่เครียด ดูแลให้คุณแม่ผ่อนคลายทั้ง  
ร่างกายและจิตใจให้สบาย ใช้ผ้าอุ่น  
ประคบบริเวณเต้านมประมาณ 10 นาที  
ก่อนให้ลูกดูด เพื่อช่วยลดอาการปวดและ  
คัดตึง และช่วยกระตุ้นการหลั่งของน้ำนม  
ได้อีกด้วย

## สรุปผล การดำเนินโครงการ

คุณพ่อคุณภาพตั้งแต่ปี พ.ศ. 2545-2548 มีจำนวนคู่สามี-ภรรยา ที่เข้าร่วมโครงการและผ่านการคลอดเสร็จสิ้น 45 คู่ ซึ่งผลของโครงการมีดังนี้

คุณพ่อที่เข้าร่วมโครงการ มีอายุอยู่ในช่วง 20-49 ปี และคุณแม่มีอายุอยู่ในช่วง 21-39 ปี ระดับการศึกษาส่วนใหญ่อยู่ในระดับปริญญาตรีร้อยละ 91.1 และ 95.6 ตามลำดับ คุณแม่มีอายุครรภ์ที่เริ่มเข้าโครงการอยู่ในไตรมาสที่ 1 และ 2 คิดเป็นร้อยละ 42.2 และ 57.8 ตามลำดับ โดยคุณแม่ตั้งครรภ์ครั้งนี้เป็นครั้งแรกคิดเป็นร้อยละ 80.0

สำหรับเหตุผล ที่สมัครเข้าร่วมโครงการคือ คุณพ่อส่วนใหญ่ต้องการเข้าห้องคลอดคิดเป็นร้อยละ 88.9 ต้องการมีความรู้ในการดูแลคุณแม่และลูกน้อย ร้อยละ 8.9 และเคยเข้าห้องคลอดที่โรงพยาบาลอื่นมาก่อนร้อยละ 2.2

ผลการประเมิน ความรู้และทักษะรวมทั้งความพึงพอใจ ของคุณพ่อที่เข้าร่วมโครงการมีดังนี้

**ระยะตั้งครรรภ์** คุณพ่อมีความรู้และทักษะในการปฏิบัติตัวด้านการดูแลคุณแม่ในระยะตั้งครรรภ์ ด้านโภชนาการ ด้านการออกกำลังกาย และด้านเตรียมตัวเพื่อการคลอดมากกว่าร้อยละ 90.0

**ระยะคลอด** คุณพ่อมีความรู้และทักษะในการช่วยผ่อนคลายความเจ็บปวดในระยะคลอด เช่น การนวด การควบคุมการหายใจ การให้กำลังใจคุณแม่ในการคลอด และช่วยเบ่งคลอด ร้อยละ 100.0

**ระยะหลังคลอด** คุณพ่อมีความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การดูแลคุณแม่หลังคลอด มากกว่าร้อยละ 90.0 มีทักษะในการอุ้มบุตร การช่วยคุณแม่ให้นมแม่ และการเช็ดตัวลูก ร้อยละ 100.0

**ด้านความพึงพอใจ** พบว่าคุณพ่อมีความพึงพอใจในแต่ละกิจกรรมตั้งแต่ระยะตั้งครรรภ์ ระยะคลอดและระยะหลังคลอด อยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 100.0 ได้แก่ กิจกรรมการดูแลคุณแม่ในระยะตั้งครรรภ์ กิจกรรมด้านโภชนาการ กิจกรรมด้านการออกกำลังกาย กิจกรรมการเตรียมตัวเพื่อการคลอด กิจกรรมการฝึกทักษะผ่อนคลายความเจ็บปวดในระยะคลอดและการเบ่งคลอด กิจกรรมการมีส่วนร่วมดูแลคุณแม่ในห้องคลอด และกิจกรรมการดูแลคุณแม่ระยะหลังคลอดและการเลี้ยงดูลูกน้อย

และพบว่า คุณแม่ในโครงการคลอดบุตรเมื่ออายุครรภ์ครบกำหนด (37-42 สัปดาห์) คิดเป็นร้อยละ 93.3 ซึ่งคลอดบุตร



โดยการผ่าตัดทางหน้าท้องร้อยละ 57.8 และคลอดบุตรทางช่องคลอดร้อยละ 42.2 โดยมีน้ำหนักทารกแรกเกิดอยู่ในเกณฑ์ปกติคือตั้งแต่ 2,500 กรัม และไม่เกิน 4,000 กรัม คิดเป็นร้อยละ 97.8 และไม่มีภาวะแทรกซ้อนทั้งมารดาและทารก

สรุปบทบาทคุณพ่อคุณภาพที่สำคัญมี ดังนี้

- เห็นความสำคัญในบทบาทของตนเองที่มีต่อคุณแม่และลูกน้อย
- สร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับคุณแม่ เปิดใจในการปรับตัวที่จะอยู่ร่วมกัน
- เปิดเผยความรู้สึกและความต้องการ และสื่อสารให้คุณแม่รับรู้
- สนับสนุนให้กำลังใจ มอบความรักและเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน ตกผลและวางแผนเกี่ยวกับอนาคตร่วมกัน ทั้งหน้าที่ความรับผิดชอบและแผนการดำเนินชีวิต
- วางแผนครอบครัวร่วมกับคุณแม่ โดยมีลูกเมื่อพร้อมและเหมาะสมกับสถานะเศรษฐกิจ
- มอบความรักและเอาใจใส่ ห่วงใยสุขภาพของคุณแม่และลูกน้อย ตั้งแต่อยู่ในครรภ์
- ปรับตัวเข้าสู่บทบาทคุณพ่ออย่างเต็มรูปแบบ สร้างความสุขโดยช่วยคุณแม่เลี้ยงดูลูก
- จัดแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบระหว่างพ่อแม่ในการเลี้ยงดูลูกให้มีความเหมาะสม
- ร่วมกันวางแผนครอบครัว โดยเลือกวิธีการคุมกำเนิดที่เหมาะสม

- เป็นผู้ดูแล ค้ำครอง สร้างฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมให้แก่ครอบครัว และอบรมเลี้ยงดูลูก
- ให้ความร่วมมือในการทำหรือปรับบทบาทหน้าที่ทดแทนคุณแม่บ้าง เพื่อช่วยแบ่งเบาภาระตามความเหมาะสม

*การได้เห็น ได้สัมผัส ถึงความรัก ที่สำคัญที่สุดบนโลกใบนี้ คือ ความรักระหว่าง พ่อ-แม่-ลูก ตั้งแต่วินาทีแรกที่พร้อมหน้าทั้งครอบครัว*

*การได้เห็นน้ำตา แห่งความปลื้มปิติของคุณพ่อคุณแม่ ยามได้ยินเสียงแรก ของเจ้าตัวน้อยที่เฝ้ารอคอย*

*การได้เห็นการสัมผัส ที่แสนจะทะนุถนอม จูบที่เปี่ยมด้วยความรักและความภาคภูมิใจ ที่คุณพ่อมอบให้กับคุณแม่และลูกน้อย เป็นสิ่งที่มีคุณค่า และก่อให้เกิดกำลังใจในการปฏิบัติงานการพยาบาลได้อย่างมากมายเหลือเกิน*

