

โรงเรียนพ่อแม่

มณฑนา วงศ์ดี\*

ทำไมต้องมีโรงเรียนพ่อแม่?

จากรายงานการสำรวจสถานะสุขภาพ เด็กไทยมีพัฒนาการล่าช้ามากขึ้น ซึ่งจำเป็นต้องเร่งพัฒนาส่วนที่มีส่วนเกี่ยวข้องเพื่อให้ประชาชนมีคุณภาพ ตามยุทธศาสตร์เมืองไทยแข็งแรงคน ไทยแข็งแรง กระทรวงสาธารณสุขจึงมีนโยบาย โดยมีเป้าหมายเชิงยุทธศาสตร์สร้างสุขภาพดีเป็นวิถีชีวิตในทุกช่วงวัย ตั้งแต่ในครรภ์มารดา จนถึงเชิงตะกอน จึงได้มีแผนปฏิบัติการปี พ.ศ. 2547-2549 คือแผนเด็กไทยปัญญาเลิศประเสริฐคุณธรรม (IQ EQ) และเพื่อการพัฒนาอย่างต่อเนื่องในแผนพัฒนาฯ 10 ก็จะดำเนินการในเชิงคุณภาพต่อไปตามเป้าหมายตัวชี้วัดหลักคือเด็กอายุ 0-5 ปี มีพัฒนาสมวัยร้อยละ 80

จากรายงานการสำรวจสถานะสุขภาพอนามัยประชากรไทยครั้งที่ 1 (พ.ศ. 2534-2535) พัฒนาการเด็กไทยวัย 0-6 ปี มีพัฒนาการผ่านเกณฑ์รวมทุกภาคร้อยละ 74.7 ข้อมูลในปี พ.ศ. 2542 สำรวจโดยสำนักส่งเสริมสุขภาพดังนี้

|                          | อายุ 1-2 ปี<br>(ร้อยละ) | อายุ 4-5 ปี<br>(ร้อยละ) |
|--------------------------|-------------------------|-------------------------|
| พัฒนาการปกติรวมทุกภาค    | 78.2                    | 62.9                    |
| พัฒนาการล่าช้ารวมทุกภาค  | 21.8                    | 37.1                    |
| พัฒนาการล่าช้าเฉพาะภาค   |                         |                         |
| ตะวันออกเฉียงเหนือ/เหนือ | 27.5                    | 49.8                    |

และจากการศึกษาตามโครงการพัฒนาระดับสติปัญญาเด็กวัยต่าง ๆ ของประเทศในปี พ.ศ. 2543-2545 โดย รศ.พญ. ศิริกุล อิศรานุรักษ์ และคณะ พบว่า

|                                 | เด็กอายุ 1<3 ปี | เด็กอายุ 3<6 ปี |
|---------------------------------|-----------------|-----------------|
| ปี พ.ศ. 2543                    |                 |                 |
| พัฒนาการปกติ                    | 73.0            | 52.1            |
| สงสัยพัฒนาการล่าช้า             | 21.6            | 46.7            |
| ทดสอบไม่ได้                     | 5.4             | 1.2             |
| ปี พ.ศ. 2545                    |                 |                 |
| พัฒนาการปกติ                    |                 | 66.0            |
| สงสัยพัฒนาการล่าช้า             |                 | 28.1            |
| ปี พ.ศ. 2547                    |                 |                 |
| พัฒนาการปกติรวมทั้ง 2 กลุ่มอายุ |                 | 76.9            |

\*พยาบาลวิชาชีพ 7 คลินิกฝากครรภ์ กลุ่มงานผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา จ.นครราชสีมา 30000

### ความหมายของโรงเรียนพ่อแม่

หมายถึงบริการที่จัดขึ้นสำหรับการให้ความรู้แก่พ่อแม่ จัดเตรียมไว้เป็นส่วนบรรยายภาค สภาพแวดล้อมเหมาะสมต่อการเรียนรู้ของพ่อแม่ มีความสงบเงียบ ไม่มีบุคคลอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องเดินผ่าน รบกวนขาดสมาธิ มีแสงสว่างเพียงพอ มีบรรยากาศของการสอนแลกเปลี่ยนความรู้เป็นกันเอง มีกระบวนการสอนที่มุ่งเน้น เพิ่มพูนความรู้ เจตคติ และทักษะในการอบรมเลี้ยงดูเด็ก โดยมีสื่อแผนการสอนที่ชัดเจน มุ่งหวังเด็กปฐมวัยมีพัฒนาการสมวัยทั้งด้านร่างกายและอารมณ์

### แนวทางการให้ความรู้

จะแตกต่างจากการสอนสุขศึกษาทั่วไป

1. การสอนแต่ละครั้งกำหนดเป้าหมาย พ่อแม่จะมีความรู้ เจตคติและทักษะอะไรบ้าง
2. ประเมินความรู้ของพ่อแม่ ต้องการรู้และสนใจเรื่องใดมากที่สุด ให้สอดคล้อง ตามความต้องการ ไม่น่าเบื่อหน่าย
3. วิธีการสอนมีหลายรูปแบบ เน้นการมีส่วนร่วมระหว่างผู้สอนกับผู้รับการอบรม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์
4. กลุ่มผู้รับความรู้มีสถานภาพคล้ายกัน เช่น อายุครรภ์ใกล้เคียงกัน ลูกอายุใกล้เคียงกัน
5. ให้ฝึกปฏิบัติให้มีทักษะ
6. ระยะเวลาการสอนแต่ละครั้ง ควรมีระยะเวลาประมาณ 30-60 นาที
7. จำนวนพ่อแม่ที่เข้ารับการอบรมแต่ละครั้ง ไม่มากเกินไป ประมาณ 10-16 คน

โรงเรียนพ่อแม่ จึงต้องจัดให้มีทุกโรงพยาบาล ศูนย์โรงพยาบาลชุมชนทั่วประเทศ การจัดโรงเรียนพ่อแม่ในสถานบริการมีความสำคัญอย่างยิ่งที่จะต้องพัฒนาคุณภาพพ่อแม่ให้มีความพร้อมทางด้านความรู้ เจตคติ และทักษะในการดูแลคุณภาพตั้งแต่เริ่มตั้งครรภ์ ใน

ขณะตั้งครรภ์ การป้องกันภาวะแทรกซ้อน การปฏิบัติตนในขณะตั้งครรภ์ได้อย่างถูกต้อง เช่น อาหารสำหรับหญิงมีครรภ์ อะไรบ้างที่เป็นประโยชน์และอะไรบ้างที่ควรหลีกเลี่ยง การพักผ่อน การออกกำลังกายที่เหมาะสม การส่งเสริมพัฒนาการทารกในครรภ์ สุขภาพจิตในขณะตั้งครรภ์ และหลังคลอด และเมื่อหลังคลอดสนับสนุนให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การเลี้ยงดูลูกของพ่อแม่ ในระยะนี้ จะเป็นช่วงที่สำคัญอีกระยะหนึ่ง เมื่อลูกเกิดมาแล้วพ่อแม่เตรียมความพร้อมในการให้ความรักความอบอุ่น โดยการพูดคุยตอบข้อซักถาม ร้องเพลงกล่อมเล่านิทาน รวมทั้งการให้ความสำคัญใน การส่งเสริมและกระตุ้นพัฒนาการตามวัยของลูกด้วย หากพบว่าพัฒนาการของลูกล่าช้าจะได้นำลูกไปพบกุมารแพทย์ด้านพัฒนาการเด็กเพื่อได้รับการแก้ไข เมื่อเด็กโตเต็มวัยพร้อมที่จะเข้าสู่สถานศึกษาได้อย่างเต็มศักยภาพ

สถานศึกษาก็เตรียมรับและพัฒนาต่อให้เด็กเป็นคนดี ฉลาด มีความสุข ประสบความสำเร็จในการศึกษา และหน้าที่การงานเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่

**โรงเรียนพ่อแม่** คุณพ่อคือคนที่มีความบทบาทสำคัญอย่างยิ่ง ในการช่วยเหลือและส่งเสริมการดูแลสุขภาพคุณแม่ เป็นกำลังใจให้คุณแม่ขณะตั้งครรภ์ การสร้างความรู้สึที่ดีให้กับคุณแม่จะส่งผลที่ดีไปสู่ลูกด้วย ลูกจะมีอารมณ์ที่ดี แจ่มใส มีสุขภาพกาย ใจดีตามไปด้วย เมื่อหลังคลอดยังมีบทบาทช่วยคุณแม่ในการเลี้ยงดูลูก การส่งเสริม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการกระตุ้นส่งเสริมพัฒนาการเด็กตามวัย นำลูกมารับบริการตรวจสุขภาพ และรับภูมิคุ้มกันตามเกณฑ์พื้นฐานที่กำหนด คุณพ่อคุณแม่จะมีลูกที่มีการเจริญเติบโต พัฒนาการสมวัย ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและมีความฉลาดทางเชาว์ปัญญาและอารมณ์

เด็กวัย 0-5 ปี เป็นช่วงวัยที่สำคัญของชีวิต เป็นวัยรากฐานของการพัฒนาการเจริญเติบโตทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา โดยเฉพาะด้านสมอง ซึ่ง

เติบโตถึงร้อยละ 80 ของผู้ใหญ่ การได้รับการเลี้ยงดูอย่างดีที่สุดจากพ่อแม่ เพื่อให้เด็กได้รับการพัฒนาอย่างเต็มศักยภาพ นอกเหนือจากพันธุกรรมที่มาจากพ่อแม่ จะส่งผลให้เด็กเจริญเติบโตขึ้น เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาสังคมและประเทศชาติต่อไป

ก่อนเริ่มกิจการ โรงเรียนพ่อแม่ในโรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา ได้รับการสนับสนุนนโยบายมากมายจากกระทรวงสาธารณสุข ในเรื่อง การดำเนินงานอนามัยแม่และเด็ก มีการเตรียมโรงพยาบาลให้เป็นโรงพยาบาลลูกเกิดรอดแม่ปลอดภัย ความหมายก็คือ จะต้องไม่มีแม่ตาย ลูกตาย เกินเกณฑ์ที่กำหนด และในโรงพยาบาลลูกเกิดรอดแม่ปลอดภัยมีเกณฑ์การประเมินให้เป็นโรงพยาบาลสายสัมพันธ์แม่ลูก ซึ่งก็จะมีการจัดตั้งคลินิกนมแม่เพื่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวน 6 เดือนเป็นที่รองรับ ส่วนโรงเรียนพ่อแม่ก็นั้นจัดขึ้นเพื่อหวังผลลัพธ์ในเรื่องเด็กอายุ 0-5 ปี มีพัฒนาการสมวัยร้อยละ 80 ในแต่ละแผนงานฯ และการดำเนินงานจะเชื่อมโยงกันและกันทุกระยะ ในแผนพัฒนาสาธารณสุขแห่งชาติ 10 โดยกำหนดให้มีการสำรวจสถานะสุขภาพของประชาชนของประเทศในกลุ่มเด็กอายุ 0-6 ปี ทุก ๆ 5 ปี ซึ่งจะมีการทดสอบพัฒนาการเด็กอีกครั้ง ในปี พ.ศ. 2552

การออกสำรวจในปีที่ผ่านมา มี.ค.-พ.ค. พ.ศ. 2547 ได้ออกทดสอบพัฒนาการเด็กอายุ 0-6 ปี พร้อมทีมจากสำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย ซึ่งจังหวัดนครราชสีมา เป็นจังหวัดหนึ่งใน 12 จังหวัดเป็นตัวแทนของประเทศ ผลการทดสอบในปีล่าสุด พัฒนาการเด็กก็ยังพบว่ายังไม่ถึงเกณฑ์ที่กำหนด โดยเฉพาะภาคอีสาน พัฒนาการด้านภาษายังล่าช้า เด็กในเขตเมืองขาดโอกาสในการพัฒนากล้ามเนื้อมัดใหญ่ ช่วยเหลือตัวเองและเข้าสังคมไม่ได้เนื่องจาก พ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย และผู้เลี้ยงดู ยังขาดความเข้าใจในการส่งเสริมพัฒนาการตามวัย เพราะปัจจุบันสภาพสังคมเศรษฐกิจเปลี่ยนแปลงไป พ่อแม่ต้องไปทำงานนอกบ้าน ครอบครัวของคนไทยมีลักษณะเป็น

ครอบครัวเดี่ยวเพิ่มขึ้น ทำให้แม่ขาดโอกาสในการได้รับความรู้จากญาติผู้ใหญ่ การอบรมเลี้ยงดูลูกจึงเป็นการศึกษาด้วยตนเองหรือสอบถามจากเพื่อนบ้าน ซึ่งความรู้บางสิ่งถูกต้อง แต่บางสิ่งไม่ถูกต้อง ดังนั้นการได้รับความรู้จากบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งที่จะช่วยเหลือแนะนำ ให้ทั้งพ่อและแม่ได้เตรียมการวางแผนในการเลี้ยงดูลูกด้วยตนเองได้อย่างมีคุณภาพ

การเริ่มต้นจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้แก่หญิงตั้งครรภ์และสามีในโรงเรียนพ่อแม่ นั้น เริ่มดำเนินการในคลินิกฝากครรภ์ตั้งแต่ 25 มกราคม 2548 โดยเริ่มจากหญิงตั้งครรภ์และสามี 6 คู่แรก ซึ่งมีทั้งครรภ์แรกและครรภ์หลังในจำนวน 6 คู่นี้ มีหญิงตั้งครรภ์ที่ผ่านการคลอดมาแล้ว 2 ครั้ง แสดงความรู้สึกออกมาว่า ไม่เคยทราบมาก่อนเลยว่าจะต้องปฏิบัติตัวหลาย ๆ อย่าง เช่น ที่ให้ความรู้ไป รู้สึกดีใจ และขอหนังสือเล่านิทานที่มีแจกในช่วงนั้นเพื่อจะนำไปปฏิบัติเล่าให้ลูกฟังในขณะที่ตั้งครรภ์ และเมื่อคลอดแล้วได้พาลูกชายมาเยี่ยมที่คลินิกฝากครรภ์ พร้อมกับมารับวัคซีนด้วยทุกครั้ง ขณะนี้ ลูกคือเด็กชายอาทิตย์ อายุได้ขวบกว่าแล้วยังให้กินนมแม่อยู่ คุณแม่เล่าให้ฟังว่า ลูกไม่ดิ้อเลย เลี้ยงง่ายและเป็นเด็กอารมณ์ดีมาก ซึ่งทำให้เจ้าหน้าที่ในคลินิกฝากครรภ์ทุกคนมีความภูมิใจและทำงานด้วยใจเต็มร้อย มีความสุขในการทำงานมากยิ่งขึ้น ผลงานที่ดำเนินการในปี พ.ศ. 2548 มีจำนวน 20 คู่ ได้เข้ารับการอบรมจำนวน 2 ครั้ง ตามเกณฑ์ที่กำหนด คือช่วงอายุครรภ์ก่อน 28 สัปดาห์ และ 32 สัปดาห์ขึ้นไป

ในปีงบประมาณ 2549 สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย ได้เพิ่มเกณฑ์มาตรฐาน โรงพยาบาลลูกเกิดรอดแม่ปลอดภัยโดยเพิ่มให้มีกิจกรรมการให้บริการตามสิทธิประโยชน์โดยให้หญิงมีครรภ์และสามีเข้ารับการอบรมตามกระบวนการโรงเรียนพ่อแม่ ซึ่งจะต้องมีทีมสหสาขาวิชาชีพเป็นวิทยากร ประกอบด้วย แพทย์

พยาบาล ทันตภิบาล นักจิตวิทยา นักโภชนาการ นักกายภาพบำบัดฯ โดยเน้นที่จะให้ความรู้แก่พ่อแม่ ใน 3 ระยะดังนี้

1. ระยะแม่ตั้งครรภ์ กำหนดอย่างน้อย 2 ครั้ง คือ

1.1 ครั้งแรกที่มาฝากครรภ์ในช่วงอายุครรภ์น้อยกว่า 28 สัปดาห์ (7 เดือน)

ผู้เข้าอบรมสามีและหญิงตั้งครรภ์

1.2 ครั้งที่ 2 เมื่ออายุครรภ์ 32 สัปดาห์ (8 เดือน) ขึ้นไปหรือระยะใกล้คลอด

ผู้เข้าอบรม สามีและหญิงตั้งครรภ์

2. ระยะหลังคลอด 1-3 วัน

- การให้ความรู้ขณะที่แม่หลังคลอดยังพักฟื้นอยู่ภายในโรงพยาบาลโดยที่พ่อมีส่วนร่วมเข้ารับรู้ด้วย

### 3. ระยะที่พ่อแม่พื่อนำเด็กมารับบริการที่คลินิกสุขภาพเด็กดี

การให้ความรู้เมื่อพ่อแม่พื่อนำเด็กมารับบริการตรวจสอบสุขภาพตามตารางรับภูมิคุ้มกันพื้นฐาน

ครั้งที่ 1 เด็กอายุ 2 เดือน

ครั้งที่ 2 เด็กอายุ 4 เดือน

ครั้งที่ 3 เด็กอายุ 6-12 เดือน

ครั้งที่ 4 เด็กอายุ 1-2 ปี

ครั้งที่ 6 เด็กอายุ 3 ปี ขึ้นไป

สถานที่ รับสมัครเข้ารับการอบรมและรับคำแนะนำที่คลินิกฝากครรภ์กลุ่มงานผู้ป่วยนอก

สถานที่ อบรมที่ดีก็ควรเชิญจันทร์ วงศ์เบญจรัตน์ ชั้น 3 กลุ่มงานสุขศึกษา เป็นผู้ประสานงานการจัดการอบรม



รวบรวมจากเอกสารอบรมการส่งเสริมพัฒนาการเด็ก ณ สถาบันพัฒนาการสาธารณสุขอาเซียน 2547, เอกสารคู่มือวิทยากร โรงเรียนพ่อแม่, เป้าหมาย นโยบาย และตัวชี้วัดจากสำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข