



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก ก

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

กิจกรรมการเรียนรู้	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
สถานการณ์โรคอุจจาระร่วง อ.เวียงชัย จ.เชียงราย	เพื่อให้ผู้ดูแลเด็กทราบถึง สถานการณ์โรคอุจจาระร่วงใน อ.เวียงชัย จ.เชียงราย	1. เกริ่นนำความสำคัญของโรค อุจจาระร่วง 2. บรรยายสถานการณ์โรค อุจจาระร่วงโดยนำเสนอเป็น กราฟ และสไลด์
ความรู้เกี่ยวกับโรคอุจจาระร่วง	เพื่อให้ผู้ดูแลเด็กบอกลถึง ความหมาย สาเหตุ การติดต่อ อาการ และวิธีป้องกันโรค อุจจาระร่วงได้	1. เกริ่นนำเกี่ยวกับโรคอุจจาระ ร่วงกับผู้ดูแลเด็กโดยการ ซักถาม 2. การบรรยาย และซักถาม ความหมายสาเหตุ การติดต่อ อาการและวิธีป้องกันโรค อุจจาระร่วงนำเสนอเป็นสไลด์
การเล่าประสบการณ์การป่วย โรคอุจจาระร่วงในเด็กอายุต่ำ กว่า 5 ปีโดยผู้ดูแลเด็ก	เพื่อให้ผู้ดูแลเด็กได้ ประสบการณ์จากชีวิตจริง เป็น บทเรียนใกล้ตัวเห็นได้ชัดเจน สามารถเร้าความรู้สึกให้เกิด ความตระหนักว่าสิ่งนั้นอาจ เกิดขึ้นกับตนได้ในอนาคต สามารถเป็นพื้นฐานในการ ตัดสินใจและโน้มน้าวใจให้ ผู้ดูแลเด็กที่รับฟังเกิดความ คิดเห็นที่คล้อยตามและเชื่อถือ ได้จนสามารถปรับเปลี่ยน พฤติกรรมที่เหมาะสมได้	1.การเล่าประสบการณ์ของ ผู้ดูแลเด็กที่ป่วยด้วยโรค อุจจาระร่วงที่ต้องนอน โรงพยาบาล 2.แจกใบงานเพื่อหาข้อสรุป เรื่องความรุนแรง สาเหตุการ ป่วย การดูแลเด็กเบื้องต้น และ การป้องกันโรคอุจจาระร่วงใน เด็ก ตัวแทนในกลุ่มอภิปราย ออกมารายงาน 3.ผู้วิจัยสรุปและอธิบาย เพิ่มเติมประสบการณ์ที่ได้รับ ในครั้งนี้

หัวข้อกิจกรรมการเรียนรู้ ศึกษา	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
การดูแลเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี	เพื่อให้ผู้ดูแลเด็กทราบถึงการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ นมผสม การปรับปรุงการหย่านม วิธีการเตรียมอาหารเสริม วิธีการจัดหาน้ำดื่ม การกำจัดอุจจาระของเด็กอย่างถูกวิธี และกฎ 3 ข้อในการรักษาโรคอุจจาระร่วงในเด็กเบื้องต้นที่บ้าน	1. เกริ่นนำเกี่ยวกับการดูแลเด็กกับผู้ดูแลเด็กโดยการซักถาม 2. การบรรยาย และซักถาม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ นมผสม การหย่านม วิธีการเตรียมอาหารเสริม วิธีการจัดหาน้ำดื่มสำหรับเด็ก การกำจัดอุจจาระของเด็กอย่างถูกวิธี และกฎ 3 ข้อในการรักษาโรคอุจจาระร่วงในเด็กเบื้องต้นที่บ้านนำเสนอด้วยสไลด์
การล้างมือ	เพื่อให้ผู้ดูแลเด็กสามารถล้างมือได้ตาม 7 ขั้นตอนได้ถูกต้อง	1. สาธิตการล้างมือ และใช้ชุดทดสอบความสะอาดมือประกอบการสาธิตนำเสนอด้วยวิดีโอ และผู้วิจัยทำการสาธิต 2. ผู้วิจัยสรุปและอธิบายเพิ่มเติมจากประสบการณ์ที่ได้รับในครั้งนี้
การเตรียมสารละลายน้ำตาลเกลือแร่	เพื่อให้ผู้ดูแลเด็กสามารถผสมสารละลายน้ำตาลเกลือแร่ได้ถูกต้อง	1. สาธิตการเตรียมสารละลายน้ำตาลเกลือแร่โดยผู้วิจัยทำการสาธิต 2. ผู้วิจัยสรุปและอธิบายเพิ่มเติมจากประสบการณ์ที่ได้รับในครั้งนี้

ภาคผนวก ข

กิจกรรมการให้ลูกศึกษา

เรื่อง
โรคอุจจาระร่วงในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี
ตำบลเมืองชัย อําเภอเมืองชัย จังหวัดเชียงราย

โดย นายพินิจ ศรีโร
พัชวิทย์ เจริญราษฎร์ โรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชจางวาง
1 สิงหาคม 2552

โรคอุจจาระร่วงในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี

ประกอบด้วย การบรรยายและการอภิปรายกลุ่ม

เรื่อง

- สถานการณ์โรคอุจจาระร่วง อ.เวียงชัย
- ความรู้เกี่ยวกับโรคอุจจาระร่วง
- ประสิทธิภาพการป่วยโรคอุจจาระร่วงในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี
- การดูแลเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี

โรคอุจจาระร่วงในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี

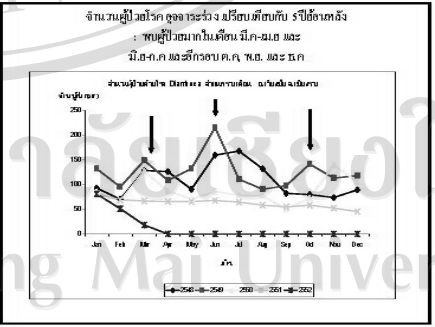
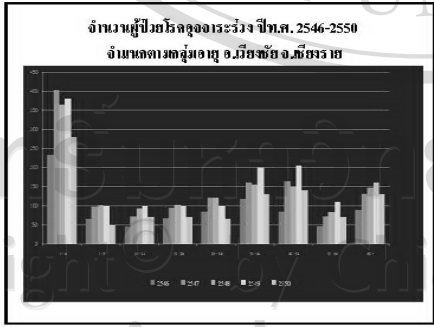
การสาธิตและการฝึกปฏิบัติ เรื่อง

- การล้างมือ
- การเตรียมสารละลายน้ำคาลดเกลือแร่

สถานการณ์โรคอุจจาระร่วง อ.เวียงชัย

ผู้ป่วยโรคอุจจาระร่วง มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องในช่วงเวลา 5 ปี

เป็นปัญหา โรคอันดับที่ 1 ของโรคที่ต้องเฝ้าระวัง (ร.จ.506) ในพื้นที่เป็นเวลา 5 ปี โดยเฉพาะ ในกลุ่มอายุเด็ก 0-5 ปี มีอัตราการสูงกว่ากลุ่มอายุอื่นๆ



ความรู้เรื่องโรคอุจจาระร่วง

- 1 ความหมายของโรคอุจจาระร่วง
- 2 สาเหตุโรคอุจจาระร่วง
- 3 การติดต่อของโรคอุจจาระร่วง
- 4 อาการของโรคอุจจาระร่วง
- 5 วิธีป้องกันโรคอุจจาระร่วงด้วยตัวเอง

ลักษณะอุจจาระปกติของทารก

อุจจาระปกติ

- ทารกแรกเกิด (หลังคลอด - 28 วัน) ทารกจะถ่ายอุจจาระภายใน 24 ชั่วโมง หลังคลอดอุจจาระมีลักษณะเหนียว สีดำ ขี้เทา ภายหลังจากนี้ถึง 3-4 วันหลังคลอด อุจจาระจะเปลี่ยนเป็นสีเขียวปนน้ำตาล
- ระยะเวลาที่อุจจาระจะค่อยๆ เปลี่ยนเป็นสีเหลืองมากขึ้น และมีลักษณะเป็นอุจจาระของเด็กกินนมตามปกติ จำนวนครั้งของการถ่ายอุจจาระในทารกแต่ละคนแตกต่างกัน บางคนอาจถ่ายเกือบทุกครั้งที่กินนม แต่บางคนก็ถ่ายทุกวัน

1 ความหมายของโรคอุจจาระร่วง

อุจจาระร่วง

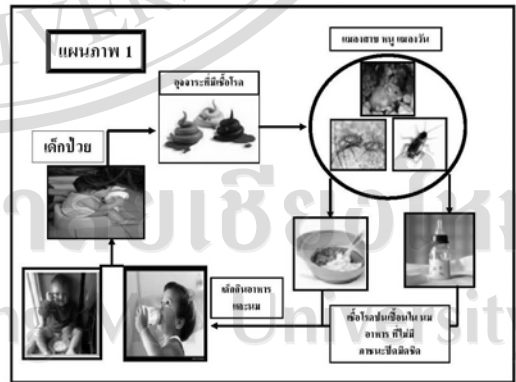
- การถ่ายอุจจาระที่มีลักษณะเหลวหรือเป็นน้ำมากกว่า 3 ครั้งต่อวัน
- ถ่ายเป็นมูกเลือดเพียงครั้งเดียวก็นับได้ว่าเป็นอาการของอุจจาระร่วง
- ยกเว้นในทารกที่มีการเปลี่ยนแปลงจากอุจจาระขี้เทามาเป็นสีเหลือง ทารกจะถ่ายบ่อยไม่นับเป็นอาการอุจจาระร่วง
- สำหรับกรณีของโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันจะเกิดในช่วงระยะเวลาอันสั้นไม่เกิน 7 วัน แต่ถ้ามีอาการเรื้อรังเกินกว่า 2 สัปดาห์แสดงถึงโรคอุจจาระร่วงเรื้อรัง

2 สาเหตุโรคอุจจาระร่วง

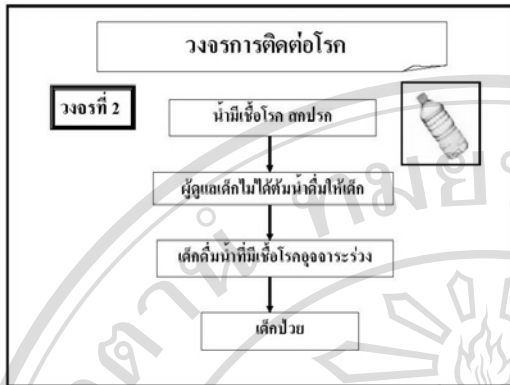
- โรคอุจจาระร่วงเกิดขึ้นได้อย่างไร ?

โรคอุจจาระร่วง เกิดจากสาเหตุต่อไปนี้คือ

- เกิดจากการไม่คิดเชื้อ ได้แก่ การเห็นม การเสารอาหาร ถ้าใส่ทิการ หรือถ้าใส่ไม่ดูดซึม และการขาดน้ำย่อยบางชนิด
- เกิดจากการติดเชื้อโรค ซึ่งสาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากการติดเชื้อในระบบทางเดินอาหาร จากเชื้อไวรัส และแบคทีเรีย โดยมีวงจรการเกิดโรค และการติดต่อ ดังนี้



ลิขสิทธิ์ในรายวิชาสงวนลิขสิทธิ์
Copyright by Chiang Mai University
All rights reserved





- 4 อาการของโรคอุจจาระร่วง**
- มีอาการถ่ายอุจจาระเหลวมากกว่า 3 ครั้งต่อวัน
 - หรือถ่ายมีมูกปนเลือดอย่างน้อย 1 ครั้งต่อวัน
 - หรือถ่ายเป็นน้ำมีปริมาณมากๆ อย่างน้อย 1 ครั้งต่อวัน
 - เด็กอาจจะมีอาการปวดท้อง หรืออาเจียนร่วมด้วยก็ได้

อันตรายจากโรคอุจจาระร่วง

- เด็กอุจจาระร่วงรุนแรงจะทำให้ร่างกายขาดน้ำ และเกลือแร่ไปพร้อมกับอุจจาระจำนวนมากจนอาจทำให้ช็อคหมดสติและถึงแก่ความตายได้ โดยเฉพาะในเด็กเล็ก



- 5 วิธีป้องกันโรคอุจจาระร่วงด้วยตัวเอง**
- การล้างมือที่ไม่ถูกวิธี** 
- อาการศึกษาเบื้องต้นเสี่ยงโรคอุจจาระร่วงในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี ของ นิคม ทสิวิทย์อำนาจในปี 2542 พบว่า
 - ☛ การล้างมือหลังถ่ายอุจจาระของผู้ดูแลเด็ก ด้วยน้ำและสบู่บางครั้ง
 - ☛ การล้างมือหลังทำความสะอาดอุจจาระเด็ก ด้วยน้ำธรรมดา
 - ☛ การล้างมือของผู้ดูแลเด็ก ด้วยน้ำธรรมดาก่อนป้อนอาหาร นมหรือนม

การไม่ล้างมือของผู้ดูแลเด็ก 

- ☑ การไม่ล้างมือก่อนกินอาหารของผู้ดูแลเด็ก
- ☑ การไม่ล้างมือก่อนปรุงอาหารหรือขนมของผู้ดูแลเด็ก
- ☑ การไม่ล้างมือให้เด็กก่อนให้เด็กกินอาหาร
- ☑ การไม่ล้างมือก่อนให้นมแม่แก่เด็ก

(ปัญหาารณ์ แปลงสะอาด, 2541)

ปัจจัยเหล่านี้เป็นปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี เกิดอุจจาระร่วงได้

5 วิธีป้องกันโรคอุจจาระร่วงด้วยตัวเอง

☑ ล้างมือ ให้สะอาดด้วยสบู่และน้ำสะอาดทุกครั้ง ก่อนปรุงอาหาร หรือรับประทานอาหาร และภายหลังถ่ายอุจจาระ หรือสัมผัสสิ่งสกปรก



ล้างมือก่อนและหลังกิจกรรมเหล่านี้

5 วิธีป้องกันโรคอุจจาระร่วงด้วยตัวเอง

☑ ดื่มน้ำสะอาด ถ้าเป็นน้ำต้มสุกจะดีที่สุด



น้ำขวด น้ำดื่มที่ผลิตจากโรงงานมาตรฐาน น้ำต้มสุก

5 วิธีป้องกันโรคอุจจาระร่วงด้วยตัวเอง

☑ เลือกรับประทานอาหาร ที่สะอาดสุกใหม่ๆ

☑ ไม่ควรรับประทานอาหาร ที่สุกๆดิบๆ หรืออาหารที่มีแมลงวันค่อม



5 วิธีป้องกันโรคอุจจาระร่วงด้วยตัวเอง

☑ หากจะเก็บอาหาร ที่เหลือจากการรับประทานหรืออาหารสำเร็จรูปที่ซื้อไว้ ควรเก็บไว้ในตู้เย็นและอุ่นให้ร้อนทุกครั้งก่อนรับประทาน



อาหารที่เก็บไว้ในตู้เย็นหรืออาหารสำเร็จรูป วิธีการอุ่นอาหาร

5 วิธีป้องกันโรคอุจจาระร่วงด้วยตัวเอง

☑ หักหรือผลไม้น้ำ ก่อนรับประทานให้ล้างด้วยน้ำสะอาดหลายๆ ครั้ง



ล้างด้วยน้ำสะอาดหลายๆ ครั้ง

การรับรู้ความเสี่ยง ความรุนแรง และผลดีของการปฏิบัติตามคำแนะนำ
<p>กิจกรรมการเรียนรู้การตอน</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) เตรียมความพร้อมเรื่องที่มาขยายไปคือ เรื่องความรู้เกี่ยวกับโรคอุจจาระร่วง 2) จากนั้นให้ผู้ที่มีประสบการณ์การดูแลเด็กโรคอุจจาระร่วงที่นอนในโรงพยาบาล 1 ท่านเล่าให้ผู้ดูแลเด็กที่เข้ารับอาการรวมทั้ง 3) แบ่งกลุ่มเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มละ 12 คน จำนวน 2 กลุ่ม กลุ่มละ 11 คน 1 กลุ่ม เพื่อการอภิปราย 4) อภิปรายภายในกลุ่มย่อย 12 คน แจกใบงานเพื่อหาข้อสรุปเรื่องความรุนแรง สาเหตุ การป่วย การดูแลเด็กเบื้องต้น และการป้องกันโรคอุจจาระร่วงในเด็ก ในกลุ่มอภิปราย 5) ตัวแทนกลุ่มรายงาน 6) ผู้วิจัยสรุปและอธิบายเพิ่มเติมประสบการณ์ที่ได้รับในครั้งนี้ 7) หลังจากเสร็จกิจกรรมนี้ ค่อยร่วมการบรรยาย การดูแลเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี

การรับรู้ความเสี่ยง ความรุนแรง และผลดีของการปฏิบัติตามคำแนะนำ
<p>ใบงาน</p> <p>ให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันอภิปรายและสรุปความคิดเห็นของกลุ่มในประเด็นต่อไปนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ความรุนแรงจากโรคอุจจาระร่วง ตามเรื่องราวของแม่ที่เล่ามาตั้งแต่ต้น มีอะไรบ้าง 2. สาเหตุการป่วย ของเด็กตามที่แม่ได้เล่าประสบการณ์การป่วยของลูกในครั้งนี้ ท่านคิดว่าเกิดจากสาเหตุใด 3. ถ้าท่านทุกคนในกลุ่มเป็นแม่ของเด็กที่ป่วยนี้ จะให้การดูแลเด็กเบื้องต้นอย่างไร 4. ถ้าท่านทุกคนในกลุ่มเป็นแม่ของเด็กคนที่ป่วยนี้ คิดว่าจะปฏิบัติตนอย่างไรจึงไม่ให้ลูกป่วยเป็นโรคอุจจาระร่วง

การรับรู้ความเสี่ยง และการรับรู้ความรุนแรงของโรค
<p>จากการศึกษาปัจจัยเสี่ยงโรคอุจจาระร่วงในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี พบว่า</p> <ul style="list-style-type: none"> * ลักษณะของผู้ดูแลเด็ก <ul style="list-style-type: none"> • อายุของผู้ดูแลเด็กที่น้อยกว่า 25 ปี • ผู้ดูแลเด็กไม่มีประสบการณ์ในการดูแลเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี • ความรู้เรื่องโรคอุจจาระร่วงของผู้ดูแลเด็ก <p>(ปัญจวรรณ แปลงสะอาด, 2541; นิคม กลวิทย์อำนาจ, 2542)</p>

การรับรู้ความเสี่ยง และการรับรู้ความรุนแรงของโรค
<ul style="list-style-type: none"> * พฤติกรรมอนามัยของแม่และผู้ดูแลเด็ก <ul style="list-style-type: none"> • การไม่ทำความสะอาดคานแม่ก่อนให้นมแม่แก่เด็ก • การขงนมไว้ครั้งเดียวให้เด็กกินไปเรื่อยๆหลายครั้งจนหมดขวด • การล้างขวดนมก่อนเมื่อมีการซบใหม่ • การไม่ใช้ภาชนะปกปิดขวดนม • การไม่อุ่นอาหารที่เหลือก่อนนำมาให้เด็กรับประทาน • การกำจัดอุจจาระเด็กไม่ถูกหลักสุขาภิบาล <p>(ปัญจวรรณ แปลงสะอาด, 2541; นิคม กลวิทย์อำนาจ, 2542; Sandra C. F., et al., 1996)</p>

การรับรู้ความเสี่ยง และการรับรู้ความรุนแรงของโรค
<ul style="list-style-type: none"> * ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับเด็กและพฤติกรรมอนามัยของเด็ก พบว่า <ul style="list-style-type: none"> • ประวัติการป่วยของเด็กในช่วง 1 เดือนก่อนการรักษารโรคอุจจาระร่วง • ภาวะโภชนาการของเด็กที่ต่ำกว่าเกณฑ์ • เด็กมีประวัติการป่วยเป็นโรคหัดก่อน 6 เดือน • การไม่ได้รับวัคซีนหัดของเด็ก • เด็กที่กินอาหารด้วยช้อนเป็นบางครั้ง • เด็กหิบบของที่ตกพื้นมากินหรืออมเล่น <p>(ปัญจวรรณ แปลงสะอาด, 2541; ปัญจวรรณ แปลงสะอาด, 2541; Sandra C. F., et al., 1996; S.P. Zodpey, et al., 1997)</p>

การรับรู้ความเสี่ยง และการรับรู้ความรุนแรงของโรค
<ul style="list-style-type: none"> * ประเภทของนมที่เด็กได้รับ พบว่า <ul style="list-style-type: none"> • การหย่านมโดยพบว่าการหย่านมก่อน 2 เดือนแรกแก่ทารก • การไม่ได้รับนมแม่ในเด็กอายุต่ำกว่า 6 เดือน • เด็กที่ได้รับนมผสมมีโอกาสเสี่ยงมากกว่าเด็กที่ได้รับนมแม่เพียงอย่างเดียว • ชนิดของนมผสมประเภทนมวัวมีโอกาเสี่ยงถึง 6.9 เท่า <p>(Sandra C. F., et al., 1996; S.P. Zodpey, et al., 1997)</p> * นอกจากนี้ยังพบว่าเชื้อที่เป็นปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดโรคอุจจาระร่วงในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี ได้แก่ เชื้อโรต้าไวรัส (Rotavirus) ซึ่งเป็นสาเหตุที่สำคัญ ที่ทำให้เกิดโรคอุจจาระร่วงของเด็กที่ต้องรับเข้าการรักษาในโรงพยาบาล <p>(Jin Y., et al., 2006)</p>

ลิขสิทธิ์ในเนื้อหาวิชาสงวนลิขสิทธิ์โดย Chiang Mai University
 Copyright © by Chiang Mai University
 All rights reserved

การดูแลเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี

- 1 การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- 2 การเลี้ยงลูกด้วยนมผสม
- 3 การปรับปรุงการหย่านม
- 4 วิธีการเตรียมอาหารเสริม
- 5 วิธีการจัดหาน้ำดื่มที่เหมาะสมสำหรับให้เด็กดื่มได้
- 6 การกำจัดอุจจาระของเด็กอย่างถูกวิธี
- 7 กฎ 3 ข้อในการรักษาโรคอุจจาระร่วงในเด็กเบื้องต้นที่บ้าน

1 การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (1)

ควรเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาจนถึงอายุ 6 เดือน หลังจากนั้นให้ร่วมกับอาหารอื่นจนอายุอย่างน้อย 1 ปี

- 1) ก่อนให้นมเด็กทุกครั้ง แม่ต้องล้างมือให้สะอาด ล้างหน้ากับสบู่
- 2) ทำความสะอาดหัวนมและลานนมให้สะอาด ล้างลำลูกห่าน ล้างลูกก่อนให้นม
 - ☞ เริ่มให้ลูกดูดนมแม่ทันทีหลังคลอด
- 3) ให้นมแม่ตามความต้องการของเด็ก เพราะการดูดบ่อยๆ ของเด็กจะกระตุ้นให้มี การสร้างและหลั่งน้ำนมมากขึ้น
- 4) ช่วง 6 เดือนแรกให้นมแม่อย่างเดียว
 - ไม่จำเป็นต้องให้เด็กกินนมเสริมหลังนมแม่ เพราะในน้ำนมแม่มีน้ำเพียงพอ อยู่แล้วถึงร้อยละ 87 แม้ในฤดูร้อน เด็กก็ยังได้รับน้ำพอเพียงจากน้ำนมแม่ การที่ น้ำเด็กอาจดื่มน้ำจืดได้นานโดยไม่ต้องดื่มน้ำที่ต้มสุกจนนมแม่แห้งลง จะทำให้ขาด การกระตุ้นเต้านมที่ควร อาจจะทำให้ให้นมแม่หลังเข้าหรือหลังหย่านมได้

1 การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (2)

- 5) สำหรับมารดาที่ทำงานนอกบ้าน ควรจะให้เด็กได้สัมมนมารดา เมื่อก่อนออกไปทำงาน และในเวลาพักผ่อนหรือในทุกเวลาที่มีมารดาสามารถให้ได้
 - กรณีเด็กอายุต่ำกว่า 6 เดือนและเลิกกินนมแม่อย่างเร็วแล้ว เมื่อก่อนกลับบ้านตอนเที่ยงเพื่อให้นม ถ้าทำไม่ได้ ควรบีบนมใส่ขวดเก็บไว้ตู้เย็น หรือปัจจุบันมี สามารถพกถุงเก็บนมให้ใช้ได้
 - เด็กอายุมากกว่า 6 เดือน กินอาหารเสริมแล้ว ให้ใช้ช้อนตักป้อน และดื่มน้ำจากแก้ว ไม่พยายามให้ขวดลูก
- 6) ใช้มือบีบออก เพื่อลดการคัดนมระหว่างเวลาที่ไม่ได้อยู่กับบุตร ให้นมบุตรระหว่างและหลังจากบุตรหายเจ็บป่วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งช่วงที่บุตรอุจจาระร่วง
- 7) เพื่อลดโอกาสติดเชื้อในครรภ์ของเหลวอื่นๆ นอกจากนมมารดาเท่านั้น โดยเฉพาะในวันแรกๆ ของชีวิต

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ล้างมือล้างหน้าและเต้านมก่อน擠乳

→

ให้บุตรดูด

2 การเลี้ยงลูกด้วยนมผสม

- 1) ถ้าทำนมเลี้ยงลูกด้วยนมของตนเอง ควรจะเลี้ยงให้นานที่สุดเท่าที่จะทำได้ และเมื่อใดที่ทำนมรู้สึกว่ามีน้ำนมไม่พอ ท่านก็อาจจะให้ให้นมเสริมได้ ซึ่งควรจะปรึกษาแพทย์เพื่อแนะนำนมชนิดที่เหมาะสมกับเด็ก
- 2) การเลี้ยงลูกด้วยนมผสม ขวดนมจะต้องสะอาด ก่อนให้ต้องล้างเสียก่อนด้วยน้ำยาล้างขวดนม หัวนมแห้งกลับเพื่อล้างสำนให้สะอาด เสร็จแล้วต้องต้มขวดนม หัวนมและฝาครอบนมในน้ำเดือดราว 10-15 นาที เพื่อฆ่าเชื้อโรค
- 3) ขวดนม หัวนมและฝาครอบนม ควรล้างอย่างน้อย 4 ชุด เพราะต้องให้ต่อเนื่องเพื่อปลอดเชื้อ การใช้น้ำร้อนลวกขวดล้างก่อนผสมนมครั้งใหม่ เมื่อขวดนมมีจำนวนไม่พอ เชื้อโรคอาจปนเปื้อนเข้าปากเด็กได้สูง
- 4) ความสะอาดเป็นเรื่องที่สำคัญที่สุด ก่อนผสมนมทุกครั้งต้องล้างมือให้สะอาด

2 การเลี้ยงลูกด้วยนมผสม

- 5) น้ำที่ใช้ผสมนม ควรเป็นน้ำดื่มสุก
- 6) การเตรียมขวดควาใช้ขั้นตอนการป้องกันการปนเปื้อน หลังจากเติมนมลงในขวด (ควรปิดฝากระป๋องให้สนิทจัดเก็บในที่แห้งและเย็น) ปิดฝาขวด หมุนเกลียวเข้าขวดให้แน่นและถ่ายน้ำใช้มือแต่ละต้องปลายนมส่วนที่จะเข้าปากเด็ก
- 7) เมื่อขวดนมมีฝาปิด ควรใช้ฝาครอบปิดหลอดเวลา เพื่อป้องกันแมลงวันตอม
- 8) ระวังระดับขวดนมเมื่อตักพื้น ไม่ควรวางเอามือให้เด็กกินต่อ กรณีไม่มีฝาครอบไว้ เพราะเชื้อโรคจะติดปนเปื้อนเข้าปากเด็ก

ลิขสิทธิ์ © วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา
Copyright © Chiang Mai University
All rights reserved

๒ การเลี้ยงลูกด้วยนมผสม

9) หลังจากเด็กดูดนมอิ่มแล้ว ควรให้กินผักผลไม้ที่หั่นเป็นชิ้นเล็กๆ โดยใช้ช้อนตักให้กิน หรือคั้นจากแก้วที่สะอาด ไม่แนะนำให้ใช้ขวดน้ำทั้งนี้ เพื่อลดการติดเชื้อ



ขวดนมที่นมและสารอาหาร
ต้องสะอาด ควรใช้น้ำที่ต้ม
ประมาณ 10-15 นาที



น้ำที่ให้ดื่มนมควรเป็น
น้ำที่ต้มสุก



ควรใช้ฝาอะซิติกแทนฝาที่
พลาสติกซึ่งเด็กมักจะหยิบ


๓ การปรับปรุงการหย่านม (1)

- วิธีปฏิบัติเกี่ยวกับการให้อาหารเสริมในช่วงของการหย่านม
- เมื่อเด็กอายุ 6 เดือน เด็กก็ยังได้รับนมอยู่
- โดยจะเริ่มให้อาหารเสริม ที่ป้องกันทารกเริ่มหลากหลายขึ้น โดยทารกจะได้รับอาหาร 1 มื้อ ได้แก่ ข้าวบด ไข่และเนื้อสัตว์สุกบด ผักสุกบด และผลไม้ โดยป้อนจนแรกทีละน้อยๆ แล้วค่อยๆ เพิ่มขึ้น
- เด็กอายุ 6 เดือนให้กินนมแม่และอาหารอื่น 1 มื้อ
 - ข้าวบด 3 ช้อนกินข้าว ควรจะเป็นข้าวบดละเอียด
 - ไข่และเนื้อสัตว์ ประกอบด้วย ไข่แดงครึ่งฟองสลับกับต้มบด 1 ช้อนกินข้าว หรือเนื้อปลาต้มบด 2 ช้อนกินข้าว


๓ การปรับปรุงการหย่านม(2)

- ผักสุกบดครึ่งช้อนกินข้าว ได้แก่ ผักตำลึง, ผักกาดขาว, ฟักทอง
- ผลไม้สุก 1-2 ช้อน ได้แก่ มะละกอบด หรือมะม่วงสุก สับ หรือกล้วยน้ำว้าสุก
- ดองแรกเริ่มให้ทีละน้อยก่อน แล้วค่อยๆ เพิ่มขึ้นจนได้ปริมาณตามที่แนะนำ


อาหารเสริมสำหรับเด็ก




ข้าวบด




ไข่




เนื้อบด



ผักบด



กล้วยบด



มะม่วงบด

๔ วิธีการเตรียมอาหารเสริม

- วิธีการเตรียมอาหารเสริม ควรปฏิบัติดังนี้
 - ล้างมือก่อนเตรียมอาหารเสริมสำหรับเด็กหย่านมและก่อนป้อนอาหารเด็ก
 - เตรียมอาหารในบริเวณที่สะอาด
 - ล้างอาหารสดในน้ำสะอาดก่อนป้อนให้เด็ก
 - ปรุงหรือต้มอาหารให้สุก
 - ถ้าเป็นไปได้ เตรียมอาหารเสริมสำหรับเด็กหย่านมทันทีที่ตั่งเสร็จแล้วป้อนให้เด็กน้อย
 - ปิดภาชนะอาหารที่ห้องอาหารทันที อาหารในที่ชื้นหรือดับไฟในตู้เย็น
 - นำอาหารที่สุกแล้ว เตรียมมาแช่เย็น 2 ชั่วโมง ลุ่นให้เดือดจนเย็นก่อน แล้วจึงป้อนให้เด็ก
 - มีถนอมอาหารแช่ตู้เย็นที่สะอาด

๕ วิธีการจัดหาน้ำดื่มที่เหมาะสมสำหรับเด็กได้

- การใช้น้ำสะอาดจำนวนมาก จะป้องกันกรอกรั่วไม่ให้เป็นที่โรคอุจจาระร่วง
- กรอกรั่วที่เข้าถึงแหล่งน้ำที่สะอาดจะเป็นอุจจาระร่วงน้อยกว่ากรอกรั่วที่เข้าไม่ถึง โดยทั่วไปแล้ว กรอกรั่วคงไม่อาจเปลี่ยนแปลงให้เข้าถึงแหล่งน้ำที่สะอาดได้เอง
- อย่างไรก็ตาม กรอกรั่วอาจจะปรับปรุงคุณภาพน้ำภายในบ้าน
 - โดยวิธีการกรอง วิธีการต้ม
 - และปกป้องกันให้ป้อนน้ำไว้จะเป็นที่แหล่งน้ำหรือภายในบ้าน



การกรอง



การต้ม



การดักน้ำร้อน

6 การกำจัดอุจจาระของเด็กอย่างถูกวิธี

➢ แนวทางปฏิบัติในการกำจัดอุจจาระของเด็กอย่างถูกวิธี

- ➔ กรณีเด็กอายุ 0-6 เดือน การขับอุจจาระเด็กหรือทารกโดยห้องสุขา ภายใต้อาคารและนำไปทิ้งลงในชักโครก
- ➔ กรณีเด็กอายุตั้งแต่ 6 เดือนขึ้นไป ให้เด็กถ่ายอุจจาระลงในภาชนะรองรับ เช่น ทรายโถง แล้วเทลงชักโครกทันที แล้วล้างโถงให้สะอาด
- ➔ หากเป็นช่วงที่เด็กกำลังป่วย มีอาการอุจจาระร่วงอยู่ ภาชนะรองรับอุจจาระควรมีการฆ่าเชื้อ และให้ทั้งผู้ดูแลและผู้ร่วมกินน้ำ เพื่อป้องกันมิให้เชื้อแพร่กระจายไปที่อื่น จากนั้นให้ทำความสะอาดชักโครกทันที แล้วล้างมือของตัวเองและมือเด็กให้สะอาดด้วย น้ำและสบู่

6 การกำจัดอุจจาระของเด็กอย่างถูกวิธี

กฎ 3 ข้อในการรักษาโรคอุจจาระร่วงในเด็กเบื้องต้น

กฎ 3 ข้อ ในการรักษาโรคอุจจาระร่วงในเด็กเบื้องต้น

- 1 ให้ของเหลวแก่เด็กโดยให้มากกว่าปกติ เพื่อป้องกันขาดน้ำ
- 2 ให้อาหารแก่เด็กขณะที่ท้องว่างและหลังจากหายแล้ว
- 3 นำเด็กไปตรวจรักษาที่สถานีนานามัยหรือโรงพยาบาล

กฎ 3 ข้อในการรักษาโรคอุจจาระร่วงในเด็กเบื้องต้น

- 1 ให้ของเหลวแก่เด็กโดยให้มากกว่าปกติ เพื่อป้องกันขาดน้ำของเหลวหรือสารน้ำที่เหมาะสมได้แก่
 - ☑ สารน้ำอาาอาหาร เช่น น้ำข้าว โยเกิร์ต น้ำเตงดัด
 - ☑ สารละลายน้ำตาลเกลือแร่ หรือที่เรียกว่า โออาร์ เอส โดยให้เด็กกินเท่าที่ต้องการ หรือกินทุกครั้งที่ถ่ายเหลว

วิธีให้สารละลายน้ำตาลเกลือแร่ โออาร์ เอส

เด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี

- ➔ ดื่มครั้งละ 50-100 ซีซี หรือประมาณ 1/4 ถึง ครึ่งแก้ว

เด็กอายุ 2-10 ปี

- ➔ ดื่มครั้งละ 100-200 ซีซี หรือประมาณ ครึ่งแก้ว ถึง 1 แก้ว (ถ้าอายุเกินให้หยุดพักก่อนสัก 10 นาที แล้วค่อยป้อนใหม่ซ้ำ ๆ)

เด็กอายุ 10 ปีขึ้นไป

- ➔ ให้ดื่มตามต้องการ หรือครั้งละ 1 แก้วขึ้นไป

กฎ 3 ข้อในการรักษาโรคอุจจาระร่วงในเด็กเบื้องต้น


- 2 ให้อาหารแก่เด็กขณะที่ท้องว่างและหลังจากหายแล้ว เพื่อป้องกันขาดอาหาร
 - ☑ ให้เริ่มให้อาหารหลังจากให้ สารละลาย โอ อาร์ เอส แล้ว 4 ชั่วโมง ดังนี้
 - 2.1 ถ้าเลี้ยงด้วยนมแม่ให้ดูดดูนมมาทันที เมื่อครั้งขึ้น

กฎ 3 ข้อในการรักษาโรคอุจจาระร่วงในเด็กเบื้องต้น


2.2 ถ้าไม่ได้เลี้ยงด้วยนมแม่ให้ปฏิบัติ ดังนี้

เด็กอายุต่ำกว่า 6 เดือน

- กินนมผสม ให้ผสมนมตามปกติแต่แบ่งให้กินครั้งหนึ่งสลับกับสารละลายโอ อาร์ เอส อีกครั้งหนึ่ง



นมผสมครั้งหนึ่ง



+




สารละลายผงชงดื่มครั้งหนึ่ง


กฎ 3 ข้อในการรักษาโรคอุจจาระร่วงในเด็กเบื้องต้น

เด็กอายุ 6 เดือนขึ้นไป (ต่อ)


- ให้อาหารเหลวที่ย่อยง่าย เช่น โจ๊ก ข้าวต้มผสมหั่นปลา เนื้อสัตว์ต้มเปื่อยให้เด็กกินขณะท้องว่าง
- หลังจากหายแล้ว ควรให้อาหารที่มีประโยชน์เพิ่มอีกวันละ 2 มื้อ



โจ๊ก



ข้าวต้ม




ปลารับ


กฎ 3 ข้อในการรักษาโรคอุจจาระร่วงในเด็กเบื้องต้น

เด็กอายุ 6 เดือนขึ้นไป (ต่อ)

- ให้อดนมกล้วยน้ำว้าสุกหรือน้ำมะพร้าว เพื่อเพิ่มแร่ธาตุโปตัสเซียม
- พยายามให้เด็กกินอาหารที่มากที่สุด เท่าที่เด็กต้องการ



กล้วยน้ำว้า



น้ำมะพร้าว

กฎ 3 ข้อในการรักษาโรคอุจจาระร่วงในเด็กเบื้องต้น

3 นำเด็กไปตรวจรักษาที่สถานีอนามัยหรือโรงพยาบาล หลังจากรักษาเบื้องต้นที่บ้านแล้วไม่ดีขึ้น หรือยังมีอาการเหล่านี้

- ชีพจรเต้นนำอยู่ตลอดเวลาจำนวนมาก หรือมากกว่า 1 ครั้งใน 2 ชั่วโมง
- อาเจียนบ่อยครั้งมาก
- สิ้นโอร อาร์ เอส ไม่ได้
- อ่อนเพลีย รับประทานอาหารไม่ได้
- กินอาหารหรือดื่มน้ำไม่ได้
- มีไข้สูง 38 องศา และถ่ายอุจจาระเป็นมูกเลือด
- ตาลูกโหล



จำเป็นหรือไม่ที่ต้องใช้ยา ?

- ♦ อุจจาระร่วงส่วนใหญ่จะหายได้เอง ถ้าให้การป้องกันและรักษาภาวะการขาดน้ำและให้อาหารที่เหมาะสม
- ♦ การกินยาหยุดถ่ายหรือยาแก้ท้องเสียทำให้ลำไส้ต้องงัดกับเชื้อโรควิวัฒนาการขึ้น นอกจากนั้น การรับประทานยาหยุดถ่ายในเด็กเล็กอาจเกิดภาวะพิษได้ซึ่งเป็นอันตรายมาก
- ♦ การกินยาปฏิชีวนะหรือยาฆ่าเชื้อโดยไม่จำเป็นอาจกระตุ้นให้เกิดการแพ้ยาหรือดื้อยาได้
- ♦ การใช้ยาลดกรดอยู่ในحالดูแลของแพทย์และควรปรึกษาแพทย์ก่อนการรับประทาน

การรับรู้ผลดี และอุปสรรคของการปฏิบัติตามคำแนะนำ

เรื่อง การสำนึก และการเตรียมการลดหย่อนค่าลดหย่อนจุดประสงค์

เพื่อให้ผู้ดูแลเด็กได้รับรู้โอกาสเรียนรู้ผลดีและอุปสรรคตามคำแนะนำในการป้องกันโรคอุจจาระร่วงในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี

เนื่องจากมีข้อเสนอแนะว่า การศึกษาวิจัยของ รวบรวม และเป็นแหล่งแพร่เชื้อโรคได้เป็นอย่างดี ดังนั้นการดำเนินการเป็นอนาถเป็นส่วนบุคคลที่จะช่วยปฏิบัติตนตามคำแนะนำการลดหย่อนค่าลดหย่อนโรคอุจจาระร่วงได้

จุดประสงค์นำทาง

1. ขอดำเนินการ และอุปสรรคของการดำเนินการ
2. สามารถดำเนินการได้ตาม 7 ขั้นตอนได้ถูกต้อง
3. สามารถลดหย่อนค่าลดหย่อนค่าลดหย่อนได้ถูกต้อง

ลิขสิทธิ์ในเอกสารนี้สงวนไว้สำหรับ Chiang Mai University
 Copyright © by Chiang Mai University
 All rights reserved

**การรับรู้ผลดี และอุปสรรค
ของการปฏิบัติตามคำแนะนำ**

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

- นำเข้าสู่บทเรียน ผู้วิจัยนำเสนบทงว่า “ท่านคิดว่า การล้างมือมีประโยชน์อย่างไร”
- ผู้ทดลอง 4-5 คน โดยฟัง ยังไม่ต้องสรุป
- อภิปรายกลุ่มย่อย 11-12 คน แบ่งใบงานเพื่อหาข้อสรุปในกลุ่ม
- ตัวแทนกลุ่มรายงาน
- ผู้วิจัยกระตุ้นความรู้สึกร โดยใช้ชุดทดสอบความสะอาดมือประกอบการอภิปราย ประโยชน์ของการล้างมือ
- ผู้วิจัยจัดการล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่กับน้ำ 7 ขั้นตอน
- ตรวจสอบความสะอาดมือของผู้ทดลองทุกคน
- ผู้ดูแลฝึกปฏิบัติการล้างมือ 7 ขั้นตอน ที่สะอาด
- ใช้ชุดทดสอบความสะอาดมือทดสอบผู้ล้างมือทุกคน
- ผู้วิจัยสรุปประโยชน์เพิ่มเติมประกอบการที่ได้รับในครั้งนี้

**การรับรู้ผลดี และอุปสรรค
ของการปฏิบัติตามคำแนะนำ**

ใบงาน

ให้มาชี้จุดจุดร่วมข้อดีข้อเสียและอุปสรรคผลดีเห็นของชุดโมโน ประเด็นต่อไปนี้

- ประโยชน์และอุปสรรคของการล้างมือ
- ขั้นตอนการล้างมือให้สะอาด
- ประโยชน์และอุปสรรคของการเตรียมสารละลายน้ำตาเกลือแร่

การสาธิตและการฝึกปฏิบัติ
เรื่อง การล้างมือและการเตรียมสารละลายน้ำตาเกลือแร่

สื่อการสอน

- สไลด์ Power Point
- เอกสารประกอบการบรรยาย
- VDO
- ชุดสาธิตการล้างมือ
- ชุดทดสอบความสะอาดมือ
- สติกเกอร์การล้างมือ
- ชุดสาธิตการเตรียมสารละลายน้ำตาเกลือแร่

วิธีการสอน

- บรรยาย
- VDO
- การสาธิต และฝึกปฏิบัติ

การสาธิตและการฝึกปฏิบัติ
เรื่อง การล้างมือและการทดสอบความสะอาดมือ

➔ การล้างมือโดยทั่วไปให้สะอาด และถูกต้องประกอบด้วย ขั้นตอนการฟอกและการล้าง 7 ขั้นตอน ดังนี้ :-

1. เปิดน้ำให้ร้อนมือทั้งสองข้าง ฟอกด้วยสบู่ให้ทั่วมือโดยหันฝ่ามืออุ้งฝ่ามือ
2. ฝ่ามืออุ้งฝ่ามือและก้างนิ้วมือ เพื่ออุ้งฝ่ามือ
3. ฝ่ามืออุ้งฝ่ามือและก้างนิ้วมือ เพื่ออุ้งฝ่ามือ
4. มือตอข้างจับสอกกัน ให้ฝ่ามืออีกข้างถูฝ่ามือ และนิ้วมืออุ้งฝ่ามือ
5. ถูหัวแม่มือโดยรอบด้วยฝ่ามือ
6. ปลายนิ้วมือขยี้นอุ้งขวางฝ่ามือ
7. ถูรอบข้อมือ

การล้างมือ
กับสบู่

การล้างมือที่ถูกต้องประกอบด้วย 7 ขั้นตอน

1. เปิดน้ำให้ร้อนมือทั้งสองข้าง ฟอกด้วยสบู่ให้ทั่วมือโดยหันฝ่ามืออุ้งฝ่ามือ
2. ฝ่ามืออุ้งฝ่ามือและก้างนิ้วมือ เพื่ออุ้งฝ่ามือ
3. ฝ่ามืออุ้งฝ่ามือและก้างนิ้วมือ เพื่ออุ้งฝ่ามือ
4. มือตอข้างจับสอกกัน ให้ฝ่ามืออีกข้างถูฝ่ามือ และนิ้วมืออุ้งฝ่ามือ
5. ถูหัวแม่มือโดยรอบด้วยฝ่ามือ
6. ปลายนิ้วมือขยี้นอุ้งขวางฝ่ามือ
7. ถูรอบข้อมือ

© สงวนลิขสิทธิ์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 1967

วิธีผสมสารละลายน้ำตาเกลือแร่ โอ อาร์ เอส

➔ ผสมผงน้ำตาเกลือแร่ โอ อาร์ เอส 1 ของในน้ำต้มสุกที่เป็นแล้ว 1 แก้ว (240 ซีซี)

➔ ถ้าไม่มีอ่างเตรียมได้เอง โดยใช้เกลือแกงครึ่งช้อนชา และน้ำตาลทราย 2 ช้อนโต๊ะละลายในน้ำต้มสุก 1 ขวด น้ำปราศลม (750 ซีซี) หากผสม มาแล้วกินไม่หมดภายใน 1 วัน (24 ชั่วโมง) ให้เททิ้งและผสมใหม่

ภาคผนวก ก

ใบงานกิจกรรมที่ 1

ให้สมาชิกกลุ่มย่อยร่วมกันอภิปรายและสรุปความคิดเห็นของกลุ่มในประเด็นต่อไปนี้

1. ความรุนแรงจากโรคอุจจาระร่วง ตามเรื่องราวของแม่ที่เล่ามาตั้งแต่ต้น มีอะไรบ้าง
2. สาเหตุการป่วยของเด็กตามที่แม่ได้เล่าประสบการณ์การป่วยของเด็กในครั้งนี้ ท่านคิดว่าเกิดจากสาเหตุใด
3. ถ้าท่านทุกคนในกลุ่มเป็นแม่ของเด็กที่ป่วยนี้จะให้การดูแลเด็กเบื้องต้นอย่างไร
4. ถ้าท่านทุกคนในกลุ่มเป็นแม่ของเด็กที่ป่วยนี้คิดว่าจะปฏิบัติตนอย่างไรจึงไม่ให้เด็กป่วยเป็นโรคท้องร่วง

ใบงานกิจกรรมที่ 2

ให้สมาชิกกลุ่มย่อยร่วมกันอภิปรายและสรุปความคิดเห็นของกลุ่มในประเด็นต่อไปนี้

1. ประโยชน์และอุปสรรคของการล้างมือ
2. ขั้นตอนการล้างมือให้สะอาด
3. ประโยชน์และอุปสรรคของการเตรียมสารละลายน้ำตาลเกลือแร่

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก ง

สมุดบันทึกพฤติกรรมป้องกันโรคอุจจาระร่วง
ในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี ของผู้ดูแลเด็ก

คำชี้แจง

1. ให้ผู้ดูแลเด็กบันทึกผลการปฏิบัติตามกิจกรรมเป็นประจำ ทุกสัปดาห์หลังจากอบรมเป็นจำนวน 2 สัปดาห์ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ช่องว่างที่ท่านได้ปฏิบัติตามกิจกรรมนั้นจริง

2. เมื่อครบ 2 สัปดาห์ กรุณาส่งคืนผู้วิจัย เมื่ออาสาสมัครสาธารณสุขเยี่ยมบ้าน
ชื่อผู้ดูแลเด็ก.....นามสกุล.....
บ้านเลขที่.....หมู่ที่..... ตำบลเวียงชัย อำเภอเวียงชัย จังหวัดเชียงราย

บันทึกหลังการอบรม สัปดาห์ที่ 1 และสัปดาห์ที่ 2 วันที่บันทึก.....

กิจกรรม	ทำ ทุกครั้ง	ทำ บางครั้ง	ไม่ ทำเลย
การล้างมือ และสุขวิทยาส่วนบุคคล			
การล้างมือด้วยน้ำและสบู่ หลังการจับถ่าย			
การล้างมือด้วยน้ำและสบู่ หลังเช็ดอุจจาระเด็ก			
การล้างมือด้วยน้ำและสบู่ ก่อนเตรียมนมผสม			
การล้างมือด้วยน้ำและสบู่ ก่อนเตรียมอาหารเสริม			
การล้างมือด้วยน้ำและสบู่ ก่อนให้นมเด็ก			
การล้างมือด้วยน้ำและสบู่ ก่อนป้อนอาหาร			
การตัดเล็บมือเมื่อเล็บยาวและดำ			
การกำจัดขยะและอุจจาระเด็ก			
เทอุจจาระเด็กลงในส้วม			
รวบรวมขยะทิ้งทุก 1-2 วัน			

กิจกรรม	ทำ ทุกครั้ง	ทำ บางครั้ง	ไม่ ทำเลย
อาหารที่ให้กับเด็ก			
เก็บอาหารที่เหลือจากการรับประทานไว้ในตู้เย็น ในตู้กับข้าว หรือใช้ภาชนะปิดมิดชิด			
ป้อนอาหารเด็กด้วยช้อน			
อุ่นอาหารที่เหลือให้ร้อนทุกครั้งก่อนให้เด็กรับประทาน			
ขวดนม			
ขวดนมล้างให้สะอาดแล้วต้มในน้ำเดือด 10-15 นาทีคว่ำให้แห้ง และเก็บในที่สะอาด			
เปลี่ยนขวดใหม่เมื่อผสมนม			
ปิดฝาครอบขวดนมเมื่อไม่ได้ใช้			

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก จ

แบบบันทึกการเยี่ยมบ้าน โดยอาสาสมัครสาธารณสุข

ชื่อ – สกุลผู้ดูแลเด็ก.....บ้านเลขที่.....หมู่ที่..... ตำบลเวียงชัย อำเภอเวียงชัย
จังหวัดเชียงราย

คำชี้แจง

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน หรือเติมข้อความในช่องว่างให้สมบูรณ์ตามที่ผู้ดูแลเด็กได้ปฏิบัติ

ส่วนที่ 1

สำหรับเด็กที่กินนมแม่

1. ท่านได้ล้างมือก่อนให้นมเด็กหรือไม่ (ใน 2 วันที่ผ่านมา)

1. ไม่ได้ล้าง
2. ล้าง โดยการ 1. ล้างด้วยน้ำเปล่า
2. ล้างด้วยน้ำกับสบู่

สำหรับเด็กที่กินนมขวด

2. วิธีการของท่านในการผสมนมหรือชงนมให้เด็ก

1. เขย่าโดยไม่ใช้ฝาครอบ
2. เขย่าโดยใช้ฝาครอบ
3. เขย่าโดยใช้นิ้วมือปิดจุกนมหรือพับจุกนม
4. วิธีอื่นๆ (ระบุ).....

3. ท่านได้ล้างมือก่อนผสมนมหรือไม่ (ใน 2 วันที่ผ่านมา)

1. ไม่ได้ล้าง
2. ล้าง โดยการ 1. ล้างด้วยน้ำเปล่า
2. ล้างด้วยน้ำกับสบู่

4. ถ้าเด็กดื่มนมไม่หมด ท่านทำอะไร

- 1. เก็บไว้ให้กินมือต่อไป
- 2. เททิ้ง
- 3. เก็บไว้สักครู่หนึ่ง โดยไม่ใช้ฝาครอบ
- 4. เก็บไว้สักครู่หนึ่ง โดยใช้ฝาครอบปิดไว้
- 5. วิธีอื่นๆ (ระบุ).....

5. ท่านทำความสะอาดขวดนมอย่างไร

- 1. ล้างด้วยน้ำเปล่าแล้วคว่ำให้แห้ง
- 2. ล้างด้วยน้ำเปล่าแล้วลวกน้ำร้อน
- 3. ล้างด้วยน้ำเปล่าแล้วต้มหรือนึ่ง
- 4. ล้างด้วยน้ำกับน้ำยาล้างขวดนมแล้วคว่ำให้แห้ง
- 5. ล้างด้วยน้ำกับน้ำยาล้างขวดนมแล้วลวกน้ำร้อน
- 6. ล้างด้วยน้ำกับน้ำยาล้างขวดนมแล้วต้มหรือนึ่ง
- 7. วิธีอื่นๆ (ระบุ).....

การให้น้ำดื่ม

6. ท่านให้น้ำดื่มแก่เด็กหรือไม่

- 1. ไม่ให้
- 2. ให้

7. ชนิดของน้ำดื่ม

- 1. น้ำต้ม
- 2. น้ำอื่นๆ (ระบุ).....

8. ท่านล้างภาชนะที่ใส่น้ำดื่มอย่างไร

- 1. ล้างด้วยน้ำเปล่า
- 2. ล้างด้วยน้ำเปล่าแล้วลวกน้ำร้อน
- 3. ล้างด้วยน้ำกับสบู่หรือน้ำยาล้างจาน
- 4. ล้างด้วยน้ำกับสบู่หรือน้ำยาล้างจานแล้วลวกน้ำร้อน
- 5. วิธีอื่นๆ (ระบุ).....

สำหรับเด็กที่กินอาหารเสริม

9. ท่านล้างภาชนะที่ใส่อาหารเสริมอย่างไร

- 1. ล้างด้วยน้ำเปล่า
- 2. ล้างด้วยน้ำกับสบู่หรือน้ำยาล้างจาน
- 3. ล้างแล้วลวกน้ำร้อน
- 4. วิธีอื่นๆ (ระบุ).....

10. ท่านล้างมือก่อนให้อาหารเสริมหรือไม่

- 1. ไม่ได้ล้าง
- 2. ล้าง โดยการ
 - 1. ล้างด้วยน้ำเปล่า
 - 2. ล้างด้วยน้ำกับสบู่

การกำจัดอุจจาระ

11. ท่านกำจัดอุจจาระเด็กอย่างไร

- 1. ทิ้งข้างๆ บ้าน หรือใต้ถุนบ้าน
- 2. ทิ้งลงถังขยะ
- 3. ทิ้งลงส้วม
- 4. ขุดหลุมฝังดินกลบให้มิดชิด

12. หลังจากกำจัดอุจจาระของเด็กแล้ว ท่านล้างมือหรือไม่ (ใน 2 วันที่ผ่านมา)

- 1. ไม่ได้ล้าง
- 2. ล้าง โดยการ
 - 1. ล้างด้วยน้ำเปล่า
 - 2. ล้างด้วยน้ำกับสบู่

13. ท่านล้างมือหลังจากการขับถ่ายหรือไม่ (ใน 2 วันที่ผ่านมา)

- 1. ไม่ได้ล้าง
- 2. ล้าง โดยการ
 - 1. ล้างด้วยน้ำเปล่า
 - 2. ล้างด้วยน้ำกับสบู่

การกำจัดขยะ

14. ที่ทิ้งขยะภายในบ้าน

- 1. ไม่มี
- 2. มี ถ้ามี
 - 1. ถังขยะไม่มีฝาปิด
 - 2. ถังขยะมีฝาปิด
 - 3. ใส่ถุงพลาสติกแขวนไว้
 - 4. ทิ้งรอบๆ บริเวณบ้าน
 - 5. อื่นๆ (ระบุ).....

15. วิธีกำจัดขยะ

- 1. เผาหรือฝังในหลุมขยะทุก 1-2 วัน
- 2. เผาหรือฝังในหลุมขยะเกินกว่า 2 วันขึ้นไป
- 3. เทหรือทิ้งลงถังขยะ
- 4. เทลงแม่น้ำลำคลอง
- 5. วิธีอื่นๆ (ระบุ).....

ส่วนที่ 2 สรุปผลการเยี่ยมบ้าน

สรุปพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องในการป้องกันโรคอุจจาระร่วง และคำแนะนำที่ให้

พฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง	คำแนะนำ

ลงชื่อ.....(อาสาสมัครสาธารณสุข)

ภาคผนวก ฉ

เลขที่แบบสัมภาษณ์.....

() ครั้งที่ 1

() ครั้งที่ 2

แบบสัมภาษณ์ผู้ดูแลเด็ก

ประสิทธิผลโปรแกรมสุศึกษาต่อพฤติกรรมป้องกันโรคอุจจาระร่วงในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี

อำเภอเวียงชัย จังหวัดเชียงราย

คำชี้แจง

1. แบบสัมภาษณ์ชุดนี้ใช้สำหรับเก็บรวบรวมข้อมูล โครงการวิจัยเรื่องประสิทธิผลโปรแกรมสุศึกษาต่อพฤติกรรมป้องกันโรคอุจจาระร่วงในเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี อำเภอเวียงชัย จังหวัดเชียงราย ตามหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. แบบสัมภาษณ์ แบ่งออกเป็น 5 ส่วน คือ
 - ส่วนที่ 1 ข้อมูลผู้ดูแลเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี
 - ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี
 - ส่วนที่ 3 ความรู้เกี่ยวกับโรคอุจจาระร่วง
 - ส่วนที่ 4 การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคอุจจาระร่วง การรับรู้ความรุนแรงต่อการเกิดโรคอุจจาระร่วง การรับรู้ผลดีและอุปสรรคของการปฏิบัติตามคำแนะนำ
 - ส่วนที่ 5 พฤติกรรมการป้องกันโรคอุจจาระร่วง

ที่อยู่ปัจจุบันของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์

บ้านเลขที่ หมู่ที่..... ตำบลเวียงชัย อำเภอเวียงชัย จังหวัดเชียงราย

วันที่...../...../.....

ส่วนที่ 1 ข้อมูลของผู้ดูแลเด็ก

คำชี้แจง โปรดเติมคำในช่องว่างหรือทำเครื่องหมาย (✓) ที่ตรงกับคำตอบของท่าน

- ท่านเกี่ยวข้องกับเด็กโดยเป็น
 - มารดา
 - บิดา
 - ผู้รับจ้างเลี้ยงเด็กที่บ้าน
 - ญาติ ระบุ.....
- ปัจจุบันท่านอายุ.....ปี (อายุเต็ม)
- เพศ 1.ชาย 2.หญิง
- ท่านสำเร็จการศึกษาสูงสุดในระดับใด
 - ไม่ได้เรียน
 - ประถมศึกษาตอนต้น
 - ประถมศึกษาตอนปลาย
 - มัธยมศึกษาตอนต้น
 - มัธยมศึกษาตอนปลาย
 - อื่นๆ ระบุ.....
- ท่านประกอบอาชีพอะไร
 - แม่บ้าน
 - รับจ้าง
 - ค้าขาย
 - เกษตรกร
 - อื่นๆ ระบุ.....
- จำนวนสมาชิกทั้งหมดในครอบครัวเด็ก.....คน
- จำนวนเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี ในครอบครัวเด็ก.....คน

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับเด็ก

คำชี้แจง โปรดเติมคำในช่องว่าง หรือ ทำเครื่องหมาย (✓) ที่ตรงกับคำตอบของท่าน

- วัน เดือน ปี เกิด.....(อายุ.....ปี.....เดือน)
- ปัจจุบันเด็กรับประทานนมแม่หรือไม่
 - รับประทาน
 - ไม่รับประทาน
- ระยะเวลาที่เด็กรับประทานนมแม่ถึงอายุ.....ปี.....เดือน
- ปัจจุบันเด็กรับประทานนมชนิดใด
 - นมแม่
 - นมผสม หรือ นมกล่อง
 - นมแม่และนมผสม
 - นมดื่ม
 - นมชนิดอื่น เช่น นมข้นหวาน นมเปรี้ยว
- ปัจจุบันท่านเลี้ยงเด็กด้วยอาหารเสริมหรือไม่
 - เลี้ยง (ให้ตอบคำถามข้อ 6)
 - ไม่เลี้ยง (ข้ามไปตอบคำถามในข้อ 8)
- ท่านเริ่มให้อาหารเสริมแก่เด็กเมื่ออายุ.....เดือน
- อาหารเสริมที่ให้แก่เด็ก (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
 - ข้าวบด
 - ไข่และเนื้อสัตว์
 - ผักสุกบด
 - ผลไม้สุก
 - อาหารเสริมสำเร็จรูป

8. โรคประจำตัวของเด็ก () 1. มี คือ..... () 2. ไม่มี

9. ประวัติการเกิดโรคอุจจาระร่วงของเด็กใน 1 ปีที่ผ่านมา

() 1. มี () 2. ไม่มี

ส่วนที่ 3 ความรู้เกี่ยวกับโรคอุจจาระร่วง

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างตามความคิดเห็นหรือความเชื่อเพียงคำตอบเดียว

ลำดับ	ข้อความ	ถูกต้อง	ไม่แน่ใจ	ไม่ถูกต้อง
1.	โรคอุจจาระร่วงหมายถึง การถ่ายอุจจาระเหลวมากกว่า 3 ครั้งต่อวัน	✓		
2.	โรคอุจจาระร่วงหมายถึง การถ่ายอุจจาระเป็นมูกเลือดปน หรือถ่ายเป็นน้ำมากๆอย่างน้อย 1 ครั้ง	✓		
3.	การรับประทานอาหารที่ไม่สะอาด มีแมลงวันตอม อาหารบูดเน่า ค้างคิน เป็นสาเหตุของโรคอุจจาระร่วง	✓		
4.	โรคอุจจาระร่วงเป็นโรคที่ไม่สามารถติดต่อกันได้			✓
5.	การดื่มนมที่หมดอายุ หรือทิ้งไว้นาน เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดโรคอุจจาระร่วงได้	✓		
6.	การดื่มน้ำ ที่ไม่สะอาด มีเชื้อโรคปนเปื้อนเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดโรคอุจจาระร่วง	✓		
7.	เด็กที่ป่วยด้วยโรคอุจจาระร่วงมีโอกาสเสียชีวิตได้จากการขาดน้ำ	✓		
8.	การรักษาที่สำคัญ เมื่อเด็กป่วยด้วยโรคอุจจาระร่วง คือการรับประทานยาฆ่าเชื้อให้เร็วที่สุด			✓
9.	การล้างมือด้วยน้ำและสบู่ก่อนกินอาหารช่วยป้องกันโรคอุจจาระร่วง	✓		
10.	การล้างมือด้วยน้ำและสบู่หลังการใช้ส้วมหรือสัมผัสสิ่งจับถ่ายช่วยป้องกันโรคอุจจาระร่วงได้	✓		
11.	การกินนม หรืออาหารที่เตรียมไว้ค้างคิน ไม่ทำให้เด็กป่วยเป็นโรคอุจจาระร่วง			✓
12.	การดื่มน้ำดื่มสุกที่สะอาดช่วยป้องกันโรคอุจจาระร่วง	✓		
13.	การใช้ผ้าครอบปิดจุกนม เมื่อผสมนมในขวดให้เด็กทิ้งไว้ ไม่ได้ช่วยป้องกันโรคอุจจาระร่วงในเด็ก			✓
14.	การกำจัดขยะไม่ให้ตกค้างและไม่ให้หนู แมลงวันตอม ช่วยป้องกันโรคอุจจาระร่วง	✓		
15.	การกำจัดอุจจาระของเด็ก โดยการห่อกระดาษ แล้วนำไปทิ้งถังขยะ ช่วยป้องกันโรคอุจจาระร่วงได้			✓

ส่วนที่ 4 การรับรู้โอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรค การรับรู้ความรุนแรงของโรค การรับรู้ผลดี และการรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติตามคำแนะนำ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างตามความคิดเห็นหรือความเชื่อเพียงคำตอบเดียว

ลำดับ	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1	ท่านคิดว่าการดูแลเด็กของท่าน มีโอกาสทำให้เด็กเกิดโรคท้องร่วงได้					
2	ท่านคิดว่าภายในระยะเวลา 6 เดือนข้างหน้าเด็กในความดูแลของท่านอาจเกิดโรคท้องร่วงได้					
3	ท่านคิดว่าการจัดหาน้ำสะอาดเพื่อบริโภค ของท่านมีโอกาสทำให้เด็กเกิดท้องร่วงได้					
4	ท่านคิดว่าในขั้นตอนการจัดเตรียมนม หรืออาหารเสริมให้เด็กของท่านมีโอกาสทำให้เด็กเกิดโรคท้องร่วงได้					
5	เมื่อเด็กป่วยด้วยโรคท้องร่วง ท่านรู้สึกรู้ว่าเป็นโรคที่รุนแรงเป็นอันตรายทำให้เด็กเสียชีวิตได้					
6	เป็นเรื่องง่ายสำหรับท่านในการที่จะปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการเกิดโรคท้องร่วงในเด็ก					
7	การล้างมือด้วยน้ำและสบู่ ให้สะอาดตามขั้นตอนที่ถูกต้อง เป็นสิ่งที่ท่านควรทำ					
8	เป็นเรื่องง่ายสำหรับท่านในการที่จะดูแลเด็กเมื่อเด็กป่วยด้วยโรคท้องร่วง					
9	เป็นเรื่องง่ายสำหรับท่าน ที่จะจัดหาน้ำดื่มสุกให้เด็กรับประทานทุกครั้ง					
10	เป็นเรื่องยากสำหรับท่านในการจัดการสุขอนามัยที่ดีสำหรับเด็กเพื่อป้องกันการเกิดโรคอุจจาระร่วง					
11	เป็นเรื่องยากสำหรับท่านในการจัดหาน้ำดื่มที่สะอาดมาใช้บริโภค					
12	ท่านไม่สะดวกที่จะพาเด็กไปรับการฉีดวัคซีน ป้องกันโรคหัดตามที่แพทย์หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขชวน					

ลำดับ	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
13	การล้างมือให้สะอาดตามขั้นตอนที่ถูกต้อง ทำให้ เสียเวลา					
14	การซื้อสบู่หรือน้ำยาล้างมือเพื่อใช้ล้างมือให้ สะอาดตามขั้นตอน ทำให้สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย					

ส่วนที่ 5 พฤติกรรมป้องกันโรคอุจจาระร่วง

คำชี้แจง

1. ให้สัมภาษณ์ผู้ดูแลเด็ก ในหัวข้อ 5.1 ทุกคน สำหรับในส่วนของหัวข้อ 5.2, 5.3 และ 5.4 ให้เลือกว่า
ปัจจุบันผู้ดูแลเด็กเลี้ยงนมและอาหารเสริมเด็กประเภทใด โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลง หน้า ○
2. ถ้าเลี้ยงอาหารด้วยนมแม่ นมผสม และ อาหารเสริม ต้องตอบทั้ง 5.2, 5.3 และ 5.4
3. การสัมภาษณ์ให้ถามนำก่อนว่า “ใน 1 เดือนที่ผ่านมาท่าน.....”

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างตามที่ปฏิบัติเพียงคำตอบเดียว

5.1 สุขวิทยาส่วนบุคคลในการป้องกันโรคอุจจาระร่วงของผู้ดูแลเด็ก

ลำดับ	ข้อความ	ปฏิบัติทุกครั้ง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่ปฏิบัติเลย
1	ท่านล้างมือด้วยน้ำและสบู่หลังการขับถ่าย			
2	ท่านล้างมือด้วยน้ำและสบู่หลังท่านเช็ดอุจจาระเด็ก หรือทำความสะอาดอุจจาระเด็ก			
3	ท่านกำจัดอุจจาระเด็ก โดยนำไปเทลงส้วมหรือฝัง ดินกลบให้ลึก			
4	ท่านรวบรวมและกำจัดขยะเป็นประจำทุก 1-2 วัน			
5	ท่านตัดเล็บมือของท่านแต่ละครั้งไม่เกิน 2 สัปดาห์			

5.2 ○ สำหรับเด็กที่เลี้ยงด้วยนมแม่ (เฉพาะผู้ตอบที่เป็นมารดาและกำลังเลี้ยงลูกด้วยนมตนเอง)

ลำดับ	ข้อความ	ปฏิบัติ ทุก ครั้ง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่ ปฏิบัติ เลย
1	ท่านล้างมือด้วยสบู่และน้ำก่อนให้นม			
2	ท่านทำความสะอาดหัวนมและลานนมให้สะอาดด้วยสำลีชุบน้ำต้มสุกก่อนให้นม			
กรณีที่ท่านต้องเก็บนมแม่ ตอบคำถามข้อ 3 ถึง ข้อ 6 (ถ้าท่านใดไม่เก็บนมแม่ ไม่ต้องตอบข้อ 3 ถึง ข้อ 6)				
ลำดับ	ข้อความ	ปฏิบัติ ทุก ครั้ง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่ ปฏิบัติ เลย
3	ท่านทำความสะอาดอุปกรณ์และขวดนมให้สะอาดด้วยน้ำยาล้างขวดนมและต้มในน้ำเดือด 10-15 นาที ก่อนนำมาเก็บนมแม่			
4	ท่านล้างมือด้วยสบู่และน้ำให้สะอาดก่อนปั้มนมแม่ใส่ขวดนมหรือถุงเก็บนมแม่			
5	ท่านเก็บนมแม่ที่บรรจุไว้ในขวดนม หรือถุงเก็บนมแม่ในตู้เย็นทันที			
กรณีที่ท่านต้องให้เด็กกินนมแม่ที่เก็บไว้ ตอบคำถาม ข้อ 6				
6	ก่อนนำน้ำนมที่เก็บไว้ในตู้เย็นให้เด็กรับประทาน ท่านอุ่นนมให้ได้อุณหภูมิที่เหมาะสม			

5.3 ○ สำหรับเด็กที่เลี้ยงด้วยนมผสม

ลำดับ	ข้อความ	ปฏิบัติทุก ครั้ง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่ปฏิบัติเลย
1	ท่านล้างมือด้วยสบู่และน้ำสะอาดก่อนเตรียมนมและให้นมแก่เด็ก			
2	ท่านใช้น้ำต้มสุกชงนมให้เด็ก			
3	ท่านล้างจุกนม ขวดนม ฟาครอบนม โดยใช้น้ำยาล้างขวดนมแล้วต้มในน้ำเดือดนาน 10-15 นาที			
4	ท่านใช้ฟาครอบปิดจุกนม เมื่อผสมนมในขวดให้เด็ก			
5	ท่านใช้ฟาครอบปิดจุกนมไว้ตลอดเวลาที่เด็กไม่ดื่มนม			

5.4 ○ สำหรับเด็กที่เลี้ยงด้วยอาหารเสริม

ลำดับ	ข้อความ	ปฏิบัติทุก ครั้ง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่ปฏิบัติเลย
-------	---------	---------------------	-----------------	---------------

		ครั้ง		
1	ท่านล้างมือด้วยสบู่และน้ำสะอาดก่อนเตรียมอาหาร และให้อาหารแก่เด็ก			
2	ท่านล้างวัตถุดิบที่ใช้ในการทำอาหารเสริม เช่น ปลา ผักต่างๆ			
3	ท่านเก็บอาหารเสริมใส่ตู้กับข้าว หรือภาชนะอื่นๆ ที่มีฝาปิดมิดชิด			
4	ท่านป้อนอาหารเสริมให้เด็กด้วยช้อน			
5	ท่านป้อนอาหารเสริมทันทีที่ปรุงเสร็จใหม่ๆ หรืออุ่นให้ร้อนก่อนนำมาป้อนให้เด็ก			

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright© by Chiang Mai University
 All rights reserved

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ	นายพินิจ ศรีใส
วัน เดือน ปี เกิด	19 ธันวาคม 2517
ภูมิลำเนา	จังหวัดเชียงราย
ประวัติการศึกษา	สำเร็จการศึกษามัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสามัคคีวิทยาคม จังหวัดเชียงราย ปีการศึกษา 2536 สำเร็จการศึกษาประกาศนียบัตรเข้าพนักงานเกษตรกรรมชุมชน วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก ปีการศึกษา 2538 สำเร็จการศึกษาสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น ปีการศึกษา 2542
ตำแหน่ง	นักวิชาการสาธารณสุข ระดับชำนาญการ
สถานที่ทำงาน	โรงพยาบาลสมเด็จพระญาณสังวร อำเภอเวียงชัย จังหวัดเชียงราย

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved