หลักฐานเชิงประจักษ์ในแต่ละตัวชี้วัด

คลินิกพัฒนารูปแบบและนวัตกรรมบริการส่งเสริมสุขภาพสตรี

ระดับความสำเร็จเรื่องคลินิกรอบรู้ด้านสุขภาพ(HL)เพื่อรองรับสถานการณ์ระบาดโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙ (covid -๑๙)

คะแนน	หลักฐานประกอบการพิจารณา
๑	**ระดับที่๑. รวบรวม ข้อมูล วิเคราะห์ Assessment :สถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙ และ ประชุมคณะทำงาน(สูติแพทย์ พยาบาล ผู้ช่วยเจ้าหน้าที่อนามัย)** สถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙ สถานการณ์การระบาดทั่วโลก กว่า๘ ล้านราย เสียชีวิต กว่า ๔๓๐,๐๐๐ ราย สถานการณ์การระบาดในประเทศไทย ยืนยัน สะสม ๓,๑๓๕ ราย เสียชีวิต ๕๘ ราย ข้อมูล ๑๕ มิถุนายน ๒๕๖๓ ที่มา: รายงานสถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙ กรมควบคุมโรค ภาพการประชุมวางแผนรับสถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙ในหญิงตั้งครรภ์และสามีที่มารับบริการในคลินิกพัฒนารูปแบบและนวัตกรรมส่งเสริมสุขภาพสตรี คลินิกพัฒนารูปแบบและนวัตกรรมส่งเสริมสุขภาพสตรีมีการประชุมร่วมกับสูติแพทย์ เพื่อหาแนวทางการป้องกันการติดต่อและแพร่เชื้อโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙ (covid -๑๙)ของหญิงตั้งครรภ์และสามีที่มารับบริการในคลินิกพัฒนารูปแบบและนวัตกรรมส่งเสริมสุขภาพสตรีแต่เจ้าหน้าที่คลินิกพัฒนารูปแบบและนวัตกรรมส่งเสริมสุขภาพสตรียังไม่อาจประเมินได้ว่าความรู้และการปฏิบัติตัวในภาวะที่มีการระบาดโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙ (covid -๑๙)ของหญิงตั้งครรภ์และสามีอยู่ในระดับใด ทางคลินิกพัฒนารูปแบบและนวัตกรรมส่งเสริมสุขภาพสตรีจึงจัดทำการศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับความรูและการปฏิบัติตัวในวิถีชีวิตแนวใหม่ (New Normal)ในภาวะที่มีการระบาดโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙ (covid -๑๙)ขึ้น

คะแนน	หลักฐานประกอบการพิจารณา
๑	**ระดับที่ ๒ ค้นคว้าข้อมูลโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙ และ การปฏิบัติตัวในวิถีชีวิตแนวใหม่ (New Normal)** <u>ความรู้ด้านการปฏิบัติตัวในวิถีชีวิตแนวใหม่ (New Normal) ในสถานการณ์ระบาดโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙ (covid -๑๙)</u>

การดูแลหญิงตั้งครรภ์ หญิงหลังคลอด และทารกแรกเกิด
ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

เนื่องจากเชื้อเป็นไวรัสชนิดใหม่ ยังไม่มีข้อมูลว่าหญิงตั้งครรภ์มีโอกาสติดเชื้อ COVID-19 มากกว่าคนทั่วไปหรือไม่

การดูแลหญิงตั้งครรภ์ หญิงหลังคลอด กลุ่มปกติ

กลุ่มปกติ คือ กลุ่มที่ไม่ติดเชื้อ

ใช้หลักการป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้ออย่างเคร่งครัด โดย

1. หลีกเลี่ยงการสัมผัสหรืออยู่ใกล้ชิดผู้ที่มีอาการไอ เป็นไข้ หรือผู้ที่เดินทางมาจากประเทศกลุ่มเสี่ยง และในสถานที่ที่มีคนแออัด หรือรวมกลุ่มกันจำนวนมาก
2. รักษาระยะห่าง ในการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นด้วยการอยู่ห่างกันอย่างน้อย 1-2 เมตร
3. หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสบริเวณดวงตา ปาก และจมูก
4. รับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่เสมอ หรือปรุงอาหารให้สุกร้อนทั่วถึง
5. แยกภาชนะรับประทานอาหารและงดใช้ของส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น
6. ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยสบู่และน้ำสะอาดนานอย่างน้อย 20 วินาที ทุกครั้งที่มีการไอจาม สัมผัสสิ่งแปลกปลอม ก่อนรับประทานอาหาร หรือออกจากห้องน้ำ หากไม่มีสบู่ ให้ใช้ 70% alcohol gel
7. ในขณะไม่ได้สวมหน้ากากอนามัย ถ้ามีอาการไอ จาม ให้ใช้ต้นแขนด้านบนปิดปากทุกครั้ง
8. แม่ทุกคนที่อยู่ในพื้นที่ที่ได้รับผลกระทบหรือมีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ หากมีอาการป่วย เล็กน้อย ควรพักผ่อนอยู่ที่บ้าน ถ้ามีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ หายใจเหนื่อย ควรรีบไปพบแพทย์
9. หญิงตั้งครรภ์สามารถฝากครรภ์ได้ตามนัด

การดูแลหญิงตั้งครรภ์ หญิงหลังคลอด ที่เป็นกลุ่มเสี่ยง

กลุ่มเสี่ยง ได้แก่ ผู้ที่มีประวัติเดินทางมาจากประเทศกลุ่มเสี่ยง หรือสัมผัสหรือใกล้ชิดผู้ป่วย COVID-19

1. แยกตนเองออกจากครอบครัวและสังเกตอาการจนครบ 14 วัน งดการใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น

การจัดระบบบริการฝากครรภ์ ตรวจหลังคลอด
ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

เนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 ในประเทศไทยมีการขยายไปในวงกว้างทั้งกรุงเทพมหานคร ปริมณฑล และต่างจังหวัด รัฐบาลได้ประกาศ พระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน มีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ 26 มีนาคม 2563 ขณะนี้มีผู้ติดเชื้อ COVID-19 มีจำนวนเพิ่มขึ้น และเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล เป็นเหตุให้มีผู้ป่วยจำนวนมากในโรงพยาบาล ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อการบริการด้านอื่นๆ ของโรงพยาบาล รวมทั้งการบริการฝากครรภ์ด้วย

ผลกระทบของ COVID-19 ต่อการตั้งครรภ์

แม้ว่าผลกระทบของ COVID-19 ต่อการตั้งครรภ์ ยังสรุปไม่ได้ชัดเจน เนื่องด้วยข้อมูลที่มีจำกัด แต่อาจคาดการณ์ได้ดังนี้

1. ผลกระทบทางตรง

ต่อหญิงตั้งครรภ์ - การติดเชื้อ COVID-19 ซึ่งจะมีอาการและอาการแสดงไม่แตกต่างจากคนทั่วไป คือ ไข้ ไอ เหนื่อยหอบ และ อาจนำไปสู่อาการปอดอักเสบได้

- การแท้งและการเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด

ต่อทารก
- ทารกแรกเกิดน้ำหนักตัวน้อย
- Fetal distress
- Low apgar score
- Stillbirth, neonatal death
- เสียโอกาสในการได้กินนมแม่

2. ผลกระทบทางอ้อม

- เนื่องจากสถานพยาบาลอาจมีภาระงานเพิ่มมากขึ้นจากจำนวนผู้ป่วยติดเชื้อ COVID-19 ที่เพิ่มขึ้น และการขาดแคลนบุคลากรพยาบาลที่ยังไม่อาจคาดเดาได้ การเดินทางเข้ารับบริการไม่ได้รับความสะดวกทำให้หญิง

การดูแลรักษาสตรีตั้งครรภ์ที่ติดเชื้อโควิด-19 V2_20 April 20 Management of Covid-19 Infection in Pregnancy V2_20 April 20

แนวทางเวชปฏิบัติของราชวิทยาลัยสูติแพทย์แห่งประเทศไทย
เรื่อง การดูแลรักษาสตรีตั้งครรภ์ที่ติดเชื้อโควิด-19
RTCOG Clinical Practice Guideline
Management of Covid-19 Infection in Pregnancy

เอกสารหมายเลข	**OB 022**
จัดทำโดย	**คณะอนุกรรมการมาตรฐานวิชาชีพ พ.ศ. 2562-2564**
วันที่อนุมัติต้นฉบับ	**20 มีนาคม 2563**
ฉบับปรับปรุง	**Version 2 วันที่ 20 เมษายน 2563**

เนื่องจากโรคโควิด-19 เป็นโรคอุบัติใหม่ที่เพิ่งจะมีรายงาน สถานการณ์และแนวทางการดูแลรักษาจะมีการเปลี่ยนแปลงได้เมื่อพบข้อมูลใหม่ แนวทางเวชปฏิบัตินี้จะมีการปรับปรุงให้ทันสมัยเป็นระยะ ๆ การไม่ปฏิบัติตามแนวทางนี้มิได้ถือเป็นการทำเวชปฏิบัติที่ไม่ถูกต้องแต่อย่างใด

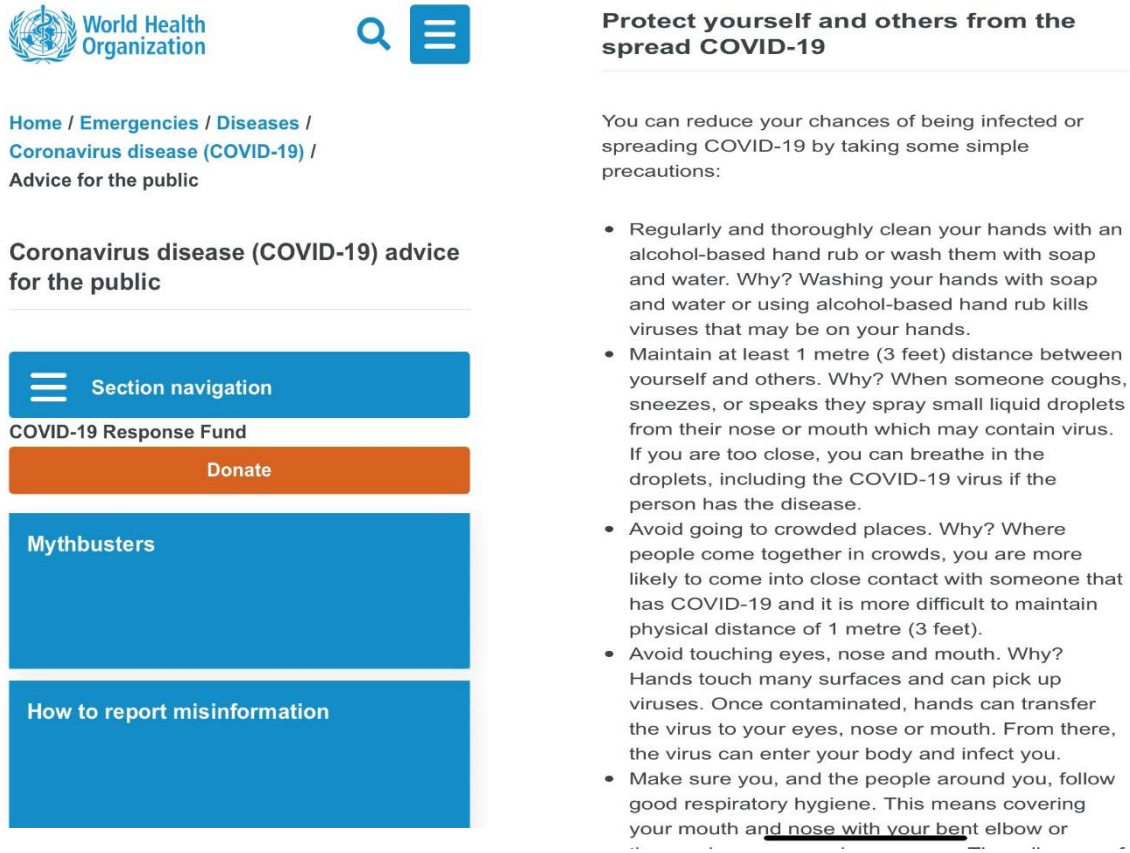
คำนำ

โรคโควิด-19 เป็นโรคอุบัติใหม่ที่ระบาดได้รวดเร็วจนแพร่กระจายทั่วโลก เกิดจากเชื้อไวรัสตระกูล Corona ชื่อ SARS-CoV-2 มีรายงานผู้ป่วยติดเชื้อครั้งแรกที่เมืองอู่ฮั่น ประเทศสาธารณรัฐประชาชนจีน ช่วงเดือนธันวาคม พ.ศ. 2562[1] การติดต่อส่วนใหญ่ผ่านทางสัมผัสละอองฝอยจากการไอ หรือจาม อาการของโรคจะคล้ายกับไข้หวัดใหญ่ โดยผู้ป่วยที่รับไว้ในโรงพยาบาลส่วนใหญ่ร้อยละ 83 จะมีไข้ ร้อยละ 82 ไอแห้ง ร้อยละ 31 จะหายใจติดขัด ร้อยละ 11 ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ มีเพียงร้อยละ 5 เจ็บคอและร้อยละ 4 เท่านั้นที่มีน้ำมูกไหล[2] รายที่มีอาการรุนแรงจะเกิดปอดอักเสบ ระบบหายใจล้มเหลว และเสียชีวิตได้ ผู้ป่วยที่มีปอดอักเสบ ร้อยละ 67 จะเกิด acute respiratory distress syndrome (ARDS) และร้อยละ 71 จำเป็นต้องใช้เครื่องช่วยหายใจ ร้อยละ 61.5 ของผู้ป่วยตายภายใน 28 วัน ระยะเวลาเฉลี่ยหลังจากเข้าพักรอผู้ป่วยวิกฤติจนถึงตายเท่ากับ 7 วัน[3] อัตราส่วนการเสียชีวิต (Crude fatality rate) เท่ากับร้อยละ 4.2 (95% CI, 3.9-4.5) ในเมืองอู่ฮั่น ร้อยละ 1.8 (95% CI, 1.6-2.0) ในเมืองอื่น ๆ นอกอู่ฮั่นของจังหวัดหูเป่ย และร้อยละ 0.43 (95% CI, 0.32-0.57) ในพื้นที่อื่น ๆ นอกจังหวัดหูเป่ย[4]

1

๑

คะแนน	หลักฐานประกอบการพิจารณา



<u>จัดทำแบบสอบถาม</u>

แบบสอบถามการปฏิบัติตัวในวิถีชีวิตแนวใหม่ (New Normal) ในสถานการณ์ระบาดโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙ ประกอบด้วย ๓ ส่วน

ส่วนที่ ๑ จากข้อมูลหลักฐานทางการแพทย์ในปัจจุบัน ข้อความต่อไปนี้ถูกต้องหรือไม่ถูกต้อง

ลำดับที่	รายการ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง
๑	โรคโควิด – ๑๙ ติดต่อผ่านการสัมผัสละอองฝอย จากการไอ – จาม ของผู้ที่ติดเชื้อ		
๒.	ผู้ติดเชื้อโควิด – ๑๙ สามารถแพร่เชื้อสู่บุคคลอื่นได้เฉพาะในช่วงที่มีอาการของโรคผ่านการไอ - จาม		
๓	ขณะนี้มียารักษาและวัคซีนโรคโควิด – ๑๙ แล้ว		
๔	ผู้ติดเชื้อโควิด – ๑๙ มีอาการหลายแบบตั้งแต่ไม่มีอาการ อาการเล็กน้อยคล้ายหวัดธรรมดา ปอดอักเสบ และอาการรุนแรงจนเสียชีวิตได้		
๕	ผู้ป่วยส่วนใหญ่มีอาการปานกลางถึงรุนแรง และอัตราการเสียชีวิตสูง		
๖	หญิงตั้งครรภ์ไม่ได้เสี่ยงติดเชื้อโควิด – ๑๙ มากกว่าคนทั่วไป		
๗	หญิงตั้งครรภ์ที่ติดเชื้อโควิด – ๑๙ มีความเสี่ยงสูงที่โรคจะรุนแรงกว่าคนทั่วไป		

คะแนน	หลักฐานประกอบการพิจารณา

ส่วนที่๑ (ต่อ)จากข้อมูลหลักฐานทางการแพทย์ในปัจจุบัน ข้อความต่อไปนี้ถูกต้องหรือไม่ถูกต้อง

ลำดับที่	รายการ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง
๘	เชื้อโควิด – ๑๙ สามารถถ่ายทอดจากแม่สู่ลูกในท้องหรือติดระหว่างการคลอดได้		
๙	แม่ที่ติดเชื้อโควิด – ๑๙ ไม่สามารถให้นมลูกได้ เนื่องจากพบเชื้อโควิด – ๑๙ ในน้ำนม		
๑๐	ตรวจไม่พบเชื้อโควิด – ๑๙ ในน้ำคร่ำและน้ำนมในแม่ที่ติดเชื้อโควิด - ๑๙		
๑๑	การป้องกันการติดเชื้อโควิด – ๑๙ ได้แก่ การเว้นระยะห่างทางสังคม ล้างมือบ่อย ๆ เลี่ยงสถานที่ชุมชนและสถานที่แออัด สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย รักษาสุขภาพให้แข็งแรง		
๑๒	การล้างมือด้วยเจลแอลกอฮอล์ฆ่าเชื้อโรคโควิด – ๑๙ ได้ดีกว่าน้ำและสบู่		
๑๓	เมื่อออกจากบ้านหรือเคหะสถานต้องสวมหน้ากากผ้า หรือหน้ากากอนามัยเสมอเพื่อลดความเสี่ยงในการติดเชื้อโควิด – ๑๙		
๑๔	การไม่สัมผัสหน้า ตา จมูก ปาก ช่วยลดการติดเชื้อไวรัสโควิด - ๑๙		
๑๕	ควรระวังการติดเชื้อโควิด – ๑๙ จากบุคคลแปลกหน้า บุคคลที่ไม่รู้จักและชาวต่างชาติเท่านั้นไม่จำเป็นต้องระวังกับบุคคลใกล้ชิด บุคคลในครอบครัวหรือคนคุ้นเคย		

ส่วนที่ ๒ การปฏิบัติตัวในภาวะที่มีการระบาดของโรคโควิด – ๑๙ ต่อไปนี้ท่านปฏิบัติในข้อใดบ้าง

ลำดับที่	การปฏิบัติตัว	ปฏิบัติ	ไม่ปฏิบัติ
๑	เลี่ยงที่มีคนแออัด แหล่งชุมชน เช่น ห้างสรรพสินค้า , ตลาดสด , ตลาดนัด , โรงพยาบาล และร้านอาหาร		
๒	เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล ๑ – ๒ เมตร		
๓	เลี่ยงการสัมผัสผู้อื่น เช่น ไม่ทักทายโดยการจับมือ , การกอด , การหอม		
๔	ซื้อสินค้า ทำธุรกรรมต่าง ๆ เช่น การโอนเงิน , ชำระค่าสินค้าและบริการผ่านทางอินเตอร์เน็ต		
๕	เลี่ยงติดต่อบุคคลอื่นโดยตรง ใช้วิธีผ่านโทรศัพท์โปรแกรมแชท Line , Messenger , Program Zoom		
๖	เลี่ยงการเดินทางในพาหนะที่แออัด เช่น รถประจำทาง , รถตู้สาธารณะ, และแท็กซี่		
๗	ล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่/เจลแอลกอฮอล์ หลังใช้มือปิดปากตอนไอจาม , หลังใช้ห้องน้ำ , ก่อน – หลังทานอาหาร , หลังใช้มือจับสิ่งของสาธารณะ เช่น ราวบันได มือจับ หรือลูกบิดประตู ลิฟท์ โต๊ะ - เก้าอี้สาธารณะ		

คะแนน	หลักฐานประกอบการพิจารณา
๑	

ส่วนที่ ๒ (ต่อ)การปฏิบัติตัวในภาวะที่มีการระบาดของโรคโควิด – ๑๙ ต่อไปนี้ท่านปฏิบัติในข้อใดบ้าง

ลำดับที่	การปฏิบัติตัว	ปฏิบัติ	ไม่ปฏิบัติ
๘	เลี่ยงการจับสิ่งของสาธารณะ เช่น ราวบันได , มือจับลูกบิดประตู , โต๊ะ , เก้าอี้		
๙	ใส่หน้ากากผ้า/หน้ากากอนามัยเมื่อออกจากเคหะสถานตลอดเวลา		
๑๐	ทำความสะอาดสิ่งของที่ใช้เช่น โต๊ะทำงาน , ของใช้ส่วนตัว , โทรศัพท์มือถือ ด้วยน้ำยาทำความสะอาด/แอลกอฮอล์เป็นประจำ		
๑๑	หลังจากออกไปแหล่งชุมชน เมื่อกลับถึงบ้านอาบน้ำเปลี่ยนเสื้อผ้าทันที		
๑๒	ออกกำลังกายสม่ำเสมอ		
๑๓	พักผ่อนให้เพียงพอ		
๑๔	ทานอาหารดี มีประโยชน์ งดอาหารดิบ รับประทานอาหารร้อน ปรุงสุกใหม่ ๆ		
๑๕	เลี่ยงการสัมผัสใบหน้า จมูก ปาก ตา		

ส่วนที่ ๓ ในระยะเวลา ๑ เดือนที่ผ่านมา ท่านทำกิจกรรมเหล่านี้มากขึ้น เท่าเดิม หรือน้อยลง (หากน้อยลงเพราะเหตุใด)

๑. การเว้นระยะห่างจากบุคคลอื่น ๑ – ๒ เมตร

☐ มากขึ้น ☐ เท่าเดิม

☐ น้อยลง เพราะ.....

๒. ใส่หน้ากากผ้า หน้ากากอนามัย

☐ มากขึ้น ☐ เท่าเดิม

☐ น้อยลง เพราะ.....

๓. เลี่ยงไปในที่ชุมชน หรือสถานที่แออัด/ที่ปิดทึบ เช่น ตลาด , ห้างสรรพสินค้า , ร้านอาหาร , คลับ/บาร์ , โรงภาพยนตร์ , รถโดยสารสาธารณะ (รถไฟฟ้า รถตู้ รถแท็กซี่) เครื่องบิน

☐ มากขึ้น ☐ เท่าเดิม

☐ น้อยลง เพราะ.....

๔. ล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่/เจลแอลกอฮอล์บ่อย ๆ

☐ มากขึ้น ☐ เท่าเดิม

☐ น้อยลง เพราะ.....

๕. หลีกเลี่ยงการสัมผัสผู้อื่นเช่น การจับมือ , การกอด , การหอม

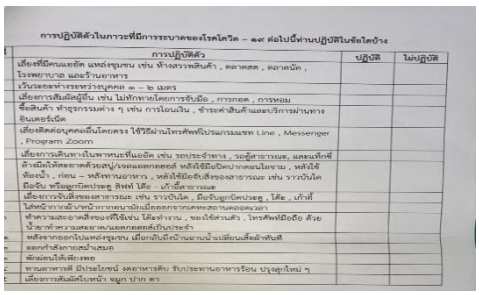
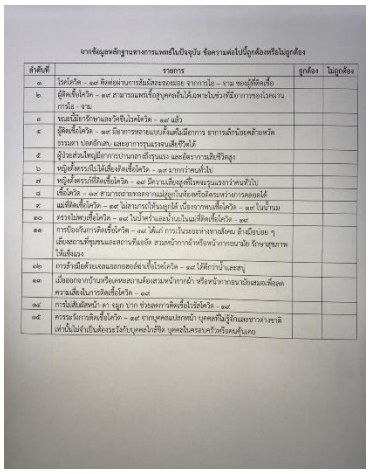
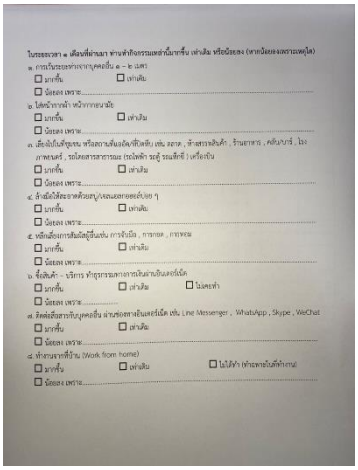
☐ มากขึ้น ☐ เท่าเดิม

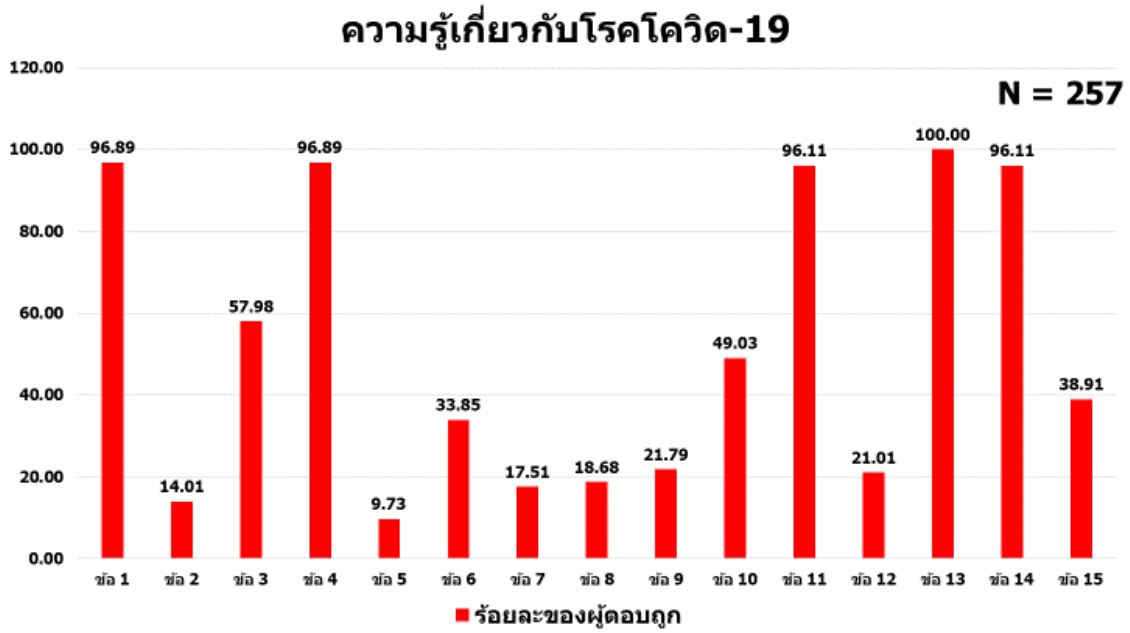
☐ น้อยลง เพราะ.....

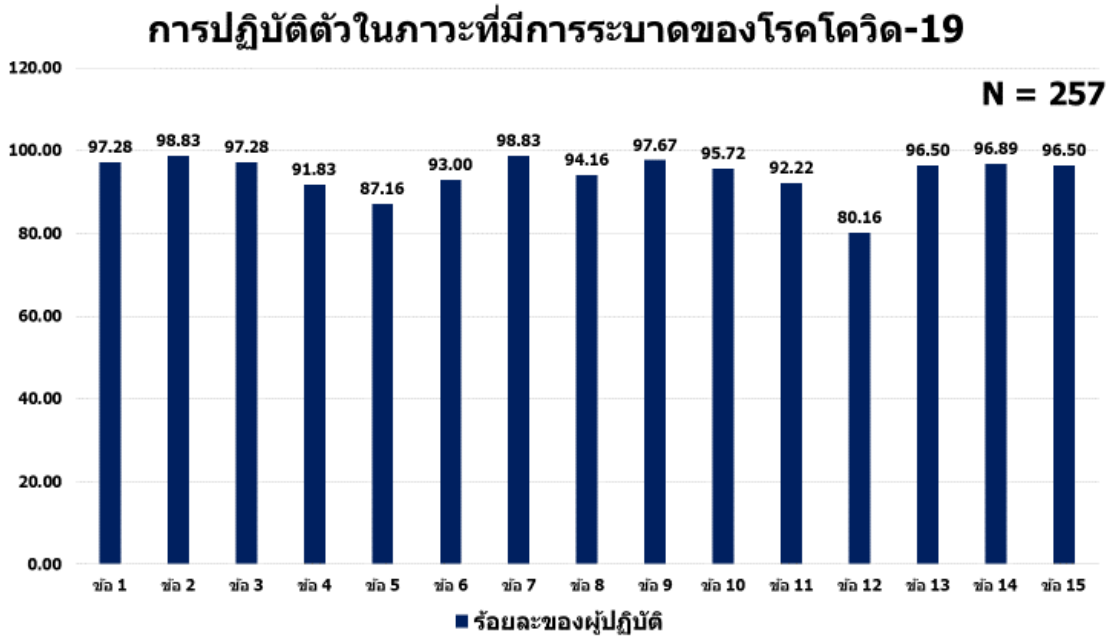
๖. ซื้อสินค้า – บริการ ทำธุรกรรมทางการเงินผ่านอินเตอร์เน็ต

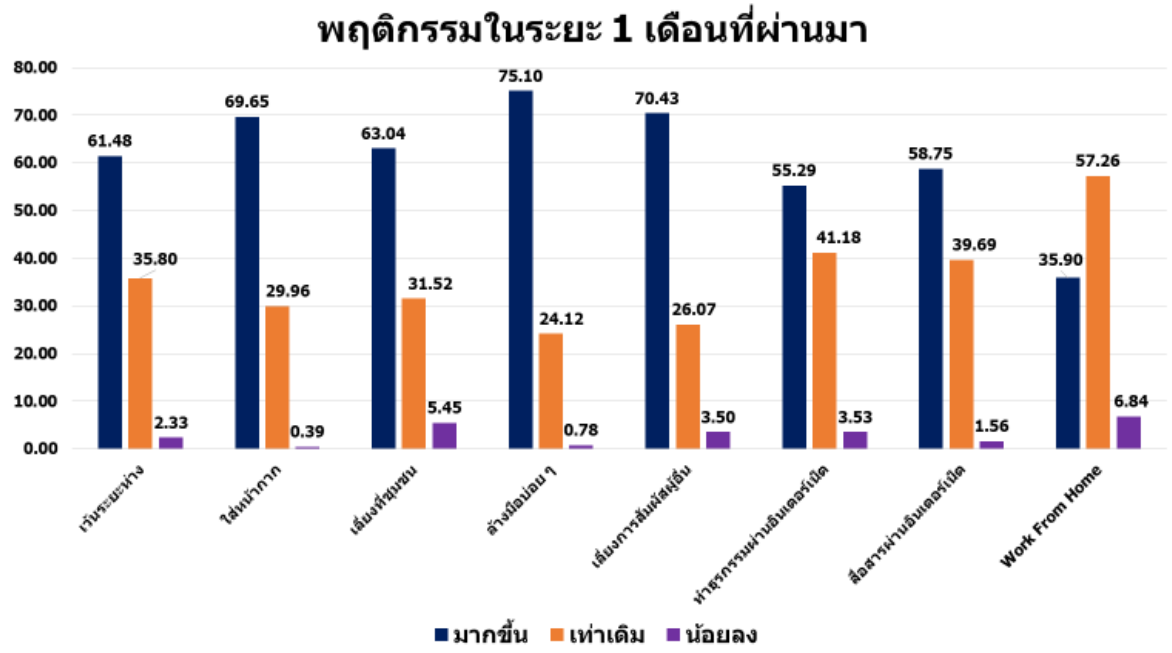
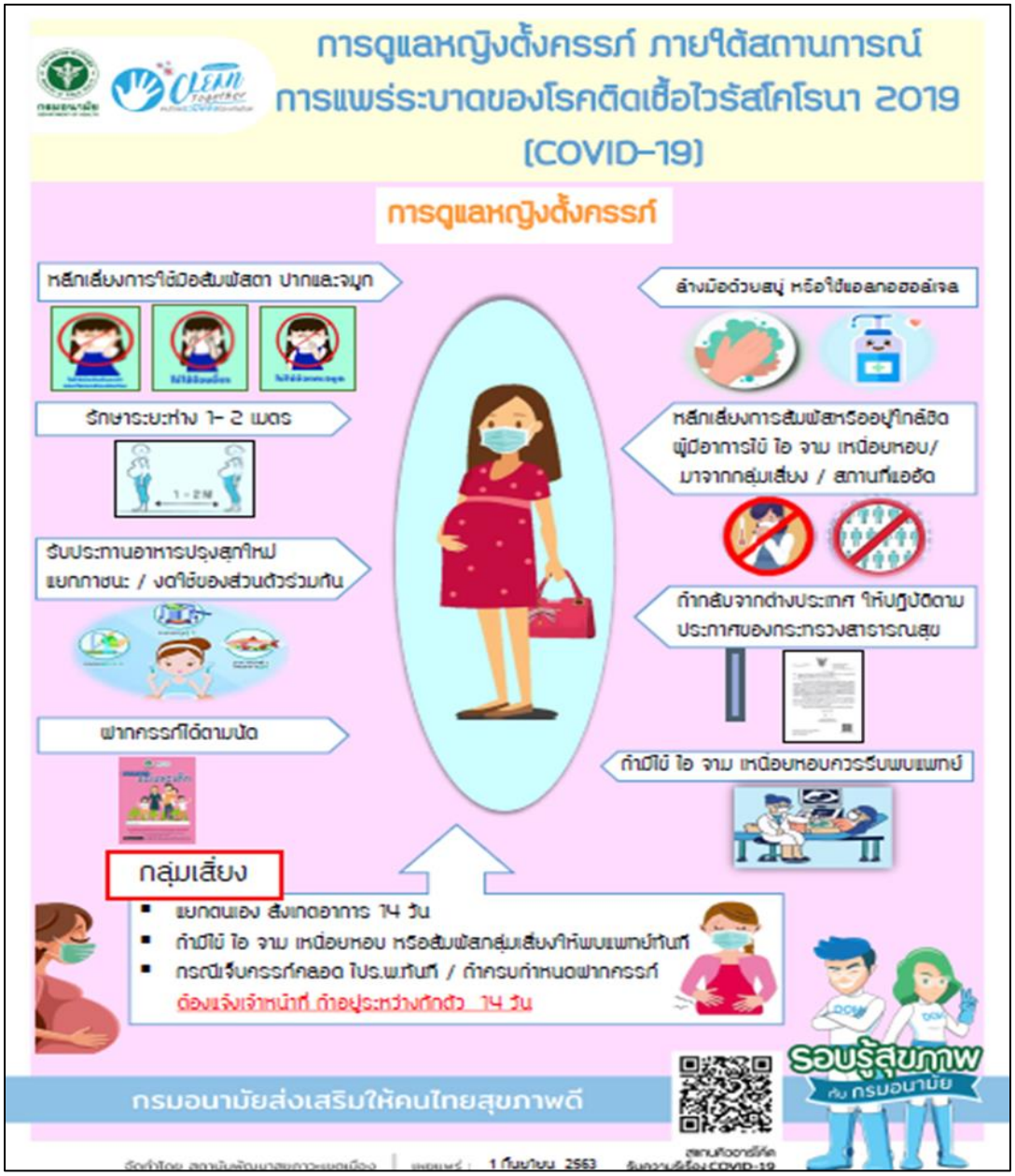
☐ มากขึ้น ☐ เท่าเดิม ☐ ไม่เคยทำ

☐ น้อยลง เพราะ.....

คะแนน	หลักฐานประกอบการพิจารณา
๑	**ส่วนที่ ๓ ในระยะเวลา ๑ เดือนที่ผ่านมา ท่านทำกิจกรรมเหล่านี้มากขึ้น เท่าเดิม หรือน้อยลง (หากน้อยลงเพราะเหตุใด)(ต่อ)** ๗. ติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่น ผ่านช่องทางอินเตอร์เน็ต เช่น Line Messenger , WhatsApp , Skype , WeChat ☐ มากขึ้น ☐ เท่าเดิม ☐ น้อยลง เพราะ..... ๘. ทำงานจากที่บ้าน (Work from home) ☐ มากขึ้น ☐ เท่าเดิม ☐ ไม่ได้ทำ (ทำฉพาะในที่ทำงาน) ☐ น้อยลง เพราะ..... **ระดับที่ ๓ เก็บรวบรวมข้อมูล** ภาพถ่ายหญิงตั้งครรภ์และสามีทำแบบสอบถาม ภาพถ่ายแบบสอบถามการปฏิบัติตัวในวิถีชีวิตแนวใหม่ (New Normal) ในสถานการณ์ระบาดโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙  การปฏิบัติตัวในภาวะที่มีการระบาดของโรคโควิด – ๑๙ ต่อไปนี้ท่านปฏิบัติในข้อใดบ้าง การปฏิบัติตัว ปฏิบัติ ไม่ปฏิบัติ เลี่ยงที่มีคนแออัด แหล่งชุมชน เช่น ห้างสรรพสินค้า , ตลาดสด , ตลาดนัด , โรงพยาบาล และร้านอาหาร เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล ๑ – ๒ เมตร เลี่ยงการสัมผัสผู้อื่น เช่น ไม่ทักทายโดยการจับมือ , การกอด , การหอม ซื้อสินค้า ทำธุรกรรมต่าง ๆ เช่น การโอนเงิน , ชำระค่าสินค้าและบริการผ่านทางอินเตอร์เน็ต เลี่ยงติดต่อบุคคลอื่นโดยตรง ใช้วิธีผ่านโทรศัพท์โปรแกรมแชท Line , Messenger , Program Zoom เลี่ยงการเดินทางในพาหนะที่แออัด เช่น รถประจำทาง , รถตู้สาธารณะ, และแท็กซี่ ถ้าเดินไปที่ทำงานด้วยตนเอง/จอดแล้วเดินต่อ หลังใช้งานแล้ว , หลังใช้ห้องน้ำ , ก่อน – หลังทานอาหาร , หลังใช้มือจับสิ่งของสาธารณะ เช่น ราวบันได มือจับ หรือลูกบิดประตู สิทธิ์ ได้ยิ – เก้าอี้สาธารณะ เลี่ยงการจับสิ่งของสาธารณะ เช่น ราวบันได , มือจับลูกบิดประตู , โต๊ะ , เก้าอี้ ไม่ทนนั่งทำงานที่บ้านทางทนนั่งเนื่องจากการเดินทางคอยตะวัน ทำความสะอาดสิ่งของที่ใช้เช่น โต๊ะทำงาน , ของใช้ส่วนตัว , โทรศัพท์มือถือ ด้วยน้ำยาที่ความสะอาด/แอลกอฮอล์เป็นประจำ หลีกเลี่ยงการไปแหล่งชุมชน เลี่ยงกับดักบ้านมาบ้านเพื่อนเสี่ยงสัมผัสที่ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ พักผ่อนให้เพียงพอ ทานอาหารที่มีประโยชน์ (หลายหารที่ม) รับประทานอาหารร้อน ปรุงสุกใหม่ ๆ เลี่ยงการสัมผัสใบหน้า ขยุก ปาก ตา  จากข้อมูลหลักฐานทางการแพทย์ในปัจจุบัน ข้อความต่อไปนี้ถูกต้องหรือไม่ถูกต้อง ลำดับที่ รายการ ถูกต้อง ไม่ถูกต้อง ๑ โรคโควิด – ๑๙ ติดต่อผ่านการสัมผัสละอองฝอย จากการไอ – จาม ของผู้ที่ติดเชื้อ ๒ ผู้ติดเชื้อโรคโควิด – ๑๙ สามารถแพร่เชื้อสู่บุคคลอื่นได้ตั้งแต่ตนไม่ทราบว่าตนมีอาการของโรคระบาดกำลัง – จาม ๓ ระยะนี้มีการค้นพบและวัคซีนโรคโควิด – ๑๙ แล้ว ๔ ผู้ติดเชื้อโรคโควิด – ๑๙ มีอาการหอบแบบเรื้อรังเพิ่มขึ้นมีอาการ อาการลักษณะคล้ายหวัดธรรมดา ปอดอักเสบ และอาการรุนแรงจนเสียชีวิตได้ ๕ ผู้ป่วยสะโพหมูมีอาการปานกลางที่ครุนแรง และอัตราการเสียชีวิตสูง ๖ หญิงตั้งครรภ์ไม่ได้เสี่ยงติดเชื้อโรคโควิด – ๑๙ มากกว่าพวกทั่วไป ๗ หญิงตั้งครรภ์ที่ติดเชื้อโรคโควิด – ๑๙ มีความเสี่ยงสูงที่มีครรภ์รุนแรงกว่าคนทั่วไป ๘ เชื้อโรคโควิด – ๑๙ สามารถอาศัยของจากแม่สู่ลูกในท้องหรือติดขณะคลอดทารกการคลอดได้ ๙ แม่ที่ติดเชื้อโรคโควิด – ๑๙ ไม่สามารถให้นมลูกได้ เนื่องจากขณะที่เชื้อโรคโควิด – ๑๙ ในน้ำนม ๑๐ ตรวจไม่พบเชื้อโรคโควิด – ๑๙ ในน้ำคร่ำและน้ำนมในแม่ที่ติดเชื้อโรคโควิด – ๑๙ ๑๑ การป้องกันการติดเชื้อโรคโควิด – ๑๙ ได้แก่ การเว้นระยะห่างทางสังคม อ้างเนื่องจาก ๆ เลี่ยงสถานที่ชุมชนและสถานที่แออัด สวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากอนามัย รักษาสุขภาพให้แข็งแรง ๑๒ การอ้างมีอัตราเจริญเติบโตของเชื้อโรคโควิด – ๑๙ ได้ดีกว่าน้ำและสบู่ ๑๓ เมื่อออกจากบ้านหรือเดินทางต้องสวมหน้ากากผ้า หรือหน้ากากอนามัยเสมอเพื่อลดความเสี่ยงในการติดเชื้อโรคโควิด – ๑๙ ๑๔ การไม่สัมผัสหน้า ตา จมูก ปาก ช่วยลดการติดเชื้อไวรัสโรคโควิด – ๑๙ ๑๕ ควรระวังการติดเชื้อโรคโควิด – ๑๙ จากบุคคลแปลกหน้า บุคคลที่มีผู้ข้ามแดนชาวต่างชาติ เท่านั้นไม่จำเป็นต้องระวังกับบุคคลใกล้ชิด บุคคลในครอบครัวหรือครอบครัวแรก  ในระยะเวลา ๑ เดือนที่ผ่านมา ท่านทำกิจกรรมเหล่านี้มากขึ้น เท่าเดิม หรือน้อยลง (หากน้อยลงเพราะเหตุใด) ๑. การเว้นระยะห่างจากบุคคลอื่น ๑ – ๒ เมตร ☐ มากขึ้น ☐ เท่าเดิม ☐ น้อยลง เพราะ..... ๒. ใส่หน้ากากผ้า หน้ากากอนามัย ☐ มากขึ้น ☐ เท่าเดิม ☐ น้อยลง เพราะ..... ๓. เลี่ยงไปที่ชุมนุม หรือสถานที่แออัดที่ปิดทึบ เช่น ตลาด , ห้างสรรพสินค้า , ร้านอาหาร , คลินิกบาร์ , โรงภาพยนตร์ , รถโดยสารสาธารณะ (รถไฟฟ้า รถตู้ รถเมล์ฟ้า) เครื่องบิน ☐ มากขึ้น ☐ เท่าเดิม ☐ น้อยลง เพราะ..... ๔. ล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่/ผงแอลกอฮอล์บ่อย ๆ ☐ มากขึ้น ☐ เท่าเดิม ☐ น้อยลง เพราะ..... ๕. หลีกเลี่ยงการสัมผัสผู้อื่นเช่น การจับมือ , การกอด , การหอม ☐ มากขึ้น ☐ เท่าเดิม ☐ น้อยลง เพราะ..... ๖. ซื้อสินค้า – บริการ ทำธุรกรรมทางการเงินผ่านอินเตอร์เน็ต ☐ มากขึ้น ☐ เท่าเดิม ☐ ไม่เคยทำ ☐ น้อยลง เพราะ..... ๗. ติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่น ผ่านช่องทางอินเตอร์เน็ต เช่น Line Messenger , WhatsApp , Skype , WeChat ☐ มากขึ้น ☐ เท่าเดิม ☐ น้อยลง เพราะ..... ๘. ทำงานจากที่บ้าน (Work from home) ☐ มากขึ้น ☐ เท่าเดิม ☐ ไม่ได้ทำ (ทำฉพาะในที่ทำงาน) ☐ น้อยลง เพราะ.....

คะแนน	หลักฐานประกอบการพิจารณา
๑	**ระดับที่ ๔ นำข้อมูลจากแบบถามมาวิเคราะห์** จากการเก็บข้อมูลระหว่างวันที่๑ กรกฎาคม ๒๕๖๓ ถึงวันที่ ๑๐ สิงหาคม ๒๕๖๓ มีหญิงตั้งครรภ์และสามีที่มารับบริการที่คลินิกพัฒนารูปแบบและนวัตกรรมสุขภาพสตรีตอบแบบสอบถาม จำนวน ๒๕๗ ราย แบ่งเป็นหญิงตั้งครรภ์ ๑๔๔ ราย สามี ๑๑๓ ราย ผลการศึกษาแสดงดังแผนภูมิต่อไปนี้  <u>ส่วนที่ ๑</u> ความรู้เกี่ยวกับโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙ จำนวนทั้งหมด ๑๕ ข้อ แยกเป็น ข้อ๑-๕ เป็นกลุ่มความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙ ข้อ๖-๑๐ เป็นกลุ่มความรู้ด้านผลของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙ ต่อการตั้งครรภ์ ข้อ๑๑ -๑๕ เป็นกลุ่มความรู้เรื่องการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการติดเชื้อและแพร่กระจายเชื้อโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙ - ผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดได้คะแนนเฉลี่ย ๗.๖๘ คะแนน จากคะแนนเต็ม ๑๕ (สูงสุด ๑๔ ต่ำสุด ๓) - ผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อ๑-๕ ได้คะแนนเฉลี่ย ๒.๗๕ - ผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อ๖- ๑๐ ได้คะแนนเฉลี่ย ๑.๔๑ - ผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อ๑๑-๑๕ ได้คะแนนเฉลี่ย๓.๕๒ แสดงให้เห็นว่าหญิงตั้งครรภ์และสามีที่มารับบริการที่คลินิกพัฒนารูปแบบและนวัตกรรมสุขภาพสตรีมีความรู้เกี่ยวกับโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙ ยังไม่ดีนักโดยเฉพาะในด้านผลของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙ ต่อการตั้งครรภ์ (ข้อ๖-๑๐) มีความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนเกี่ยวกับอาการและการติดต่อของ โรค(ข้อ ๒,๕,๑๒,๑๕)

คะแนน	หลักฐานประกอบการพิจารณา
	 <u>ส่วนที่ ๒</u> ประเมินการปฏิบัติตัวในวิถีชีวิตแนวใหม่ (New Normal) ของหญิงตั้งครรภ์และสามีที่มารับบริการที่คลินิกพัฒนารูปแบบและนวัตกรรมสุขภาพสตรี จำนวนทั้งหมด ๑๕ ข้อ พบว่าหญิงตั้งครรภ์และสามีมีการปฏิบัติตัวได้ดีเกือบทุกด้าน เช่น การเว้นระยะห่าง ใส่หน้ากากอนามัย การล้างมือ หลีกเลี่ยงแหล่งชุมชน หลีกเลี่ยงการสัมผัสหน้า ตา จมูก ปาก (ปฏิบัติมากกว่าร้อยละ ๙๐) พบการปฏิบัติน้อยกว่า ร้อยละ ๙๐ ในเรื่อง การติดต่อสื่อสารผ่านอินเตอร์เน็ต (ร้อยละ ๘๗.๑๖) และการออกกำลังกาย (ร้อยละ๘๐.๑๖)

คะแนน	หลักฐานประกอบการพิจารณา
	 <u>ส่วนที่ ๓</u> เปรียบเทียบการปฏิบัติตัวในวิถีชีวิตแนวใหม่ (New Normal) ของหญิงตั้งครรภ์และสามีที่มารับบริการที่คลินิกพัฒนารูปแบบและนวัตกรรมสุขภาพสตรี ในช่วง ๑ เดือนที่ผ่านมา เพื่อประเมินว่า หญิงตั้งครรภ์และสามีละเลย ในการปฏิบัติตัวในด้านใดหรือไม่ จากการศึกษาพบว่า มีการปฏิบัติตัวลดลงในเรื่อง การทำงานที่บ้าน (work from home) และการหลีกเลี่ยงสถานที่ชุมชน (ปฏิบัติลดลงร้อยละ ๖.๘ และ ๕.๔๕ ตามลำดับ) ซึ่งน่าจะเป็นผลจาก ในช่วงเก็บข้อมูลเป็นช่วงคลายล็อคดาวน์มาตราการการป้องกันการติดเชื้อของทางราชการ แต่หญิงตั้งครรภ์และสามี ยังคงมีการ ใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือบ่อยๆ อย่างเคร่งครัด (ปฏิบัติลดลงร้อยละ ๐.๓๙ และ ๐.๗๘ ตามลำดับ) ซึ่งแสดงว่าหญิงตั้งครรภ์และสามียังคงตระหนักและให้ความสำคัญต่อการป้องกันโรคนี้อยู่

คะแนน	หลักฐานประกอบการพิจารณา
	ระดับที่ ๕ นำผลการวิเคราะห์มาพัฒนาแผนการสอน HL๓เรื่องของหญิงตั้งครรภ์ จากผลการศึกษาพบว่าเนื้อหาที่จะต้องเพิ่มในแผนการสอนเดิม(แผนHL๑-๓) จะเน้นความรู้ด้านผลของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙ ต่อการตั้งครรภ์ การติดต่อ อาการและความรุนแรงของโรค การล้างมือด้วยสบู่ดีเทียบเท่าเจลออกอฮอล์ ส่วนการปฏิบัติตัวอยู่ในเกณฑ์ดี ดังนั้นการสอนจึงต้องเน้นการปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง(การ์ดอย่าตก) เนื่องจากปัจจุบันยังพบการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-๒๐๑๙ ทั่วโลกรวมทั้งในประเทศเพื่อนบ้านที่มีแนวชายแดนติดกับประเทศไทย เช่น เมียนมาร์ และมาเลเซีย ซึ่งยังค้นพบผู้ป่วยติดเชื้อรายใหม่จำนวนมาก คลินิกพัฒนารูปแบบและนวัตกรรมสุขภาพสตรีได้นำผลการศึกษามาพัฒนาทำสื่อการสอนรูปแบบ Info Graphic เผยแพร่ในเว็บไซต์ของสถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมืองด้วย