

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
คำนิยม	ข
คำนำ	จ
สารบัญ	ฉ
สารบัญภาพ	ช
สารบัญตาราง	ฌ
บทที่ 1 การเปลี่ยนแปลงทางสรีระของมารดาหลังคลอด	1
1.1 ความหมายของระยะหลังคลอด	1
1.2 การแบ่งระยะหลังคลอด	2
1.3 การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายของมารดาหลังคลอด	3
1.3.1 การเปลี่ยนแปลงทางระบบอวัยวะสืบพันธุ์	4
1.3.2 การเปลี่ยนแปลงของระบบต่างๆของร่างกาย	10
1.3.3 ผลของการเปลี่ยนแปลงในทางลดลง	14
1.3.4 สัญญาณชีพ	15
1.3.5 การเปลี่ยนแปลงในทางก้าวหน้า	17
บทที่ 2 การเปลี่ยนแปลงด้านจิตสังคมของมารดาหลังคลอดและครอบครัว	26
2.1 การปรับตัวของมารดา	26
2.2 ภาวะอารมณ์เศร้า	29
2.3 การปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดา	30
2.4 บทบาทการเป็นมารดา	32
2.5 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวสู่บทบาทการเป็นมารดา	33
2.6 แนวทางการพยาบาลเพื่อส่งเสริมบทบาทการเป็นมารดา	34
2.7 พฤติกรรมของผู้เป็นบิดา	35
2.8 บทบาทการเป็นบิดา	36
2.9 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวสู่บทบาทการเป็นบิดา	38

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
2.10 แนวทางการพยาบาลเพื่อส่งเสริมบทบาทการเป็นบิดา	39
2.11 สิ่งที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของมารดา-บิดา	40
2.12 การปรับตัวของครอบครัว: บทบาทของพยาบาล	41
บทที่ 3 การดูแลและส่งเสริมสุขภาพมารดาหลังคลอด	45
3.1 การดูแลและส่งเสริมสุขภาพมารดาในระยะ 24 ชั่วโมงแรกหลังคลอด	47
3.2 การดูแลและส่งเสริมสุขภาพมารดาในระยะหลัง 24 ชั่วโมงหลังคลอด	56
3.3 การดูแลและส่งเสริมสุขภาพมารดาหลังคลอดก่อนจำหน่ายออกจากโรงพยาบาล	65
3.4 การส่งเสริมพัฒนาการบุตร	76
3.5 การดูแลและส่งเสริมสุขภาพตามปัญหาที่พบบ่อยของมารดาหลังคลอด	78
3.6 การส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา	84
3.7 การป้องกันอันตรายของมารดาหลังคลอด	100
บทที่ 4 การส่งเสริมสัมพันธภาพภายในครอบครัว	105
4.1 พัฒนาการของการสร้างความผูกพันและสัมพันธภาพระหว่างมารดาและบุตร	105
4.2 พฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ที่มารดาแสดงออกต่อบุตร	110
4.3 พฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ที่บุตรแสดงออกต่อมารดา	112
4.4 บทบาทของพยาบาลในการส่งเสริมสัมพันธภาพภายในครอบครัว	115
ดัชนี	130

สารบัญภาพ

ภาพที่

หน้า

1	การลดขนาดมดลูก	5
2	ปากมดลูกของหญิงที่ไม่เคยผ่านการคลอดบุตรและที่ผ่านการคลอดบุตร	9
3	เต้านมในระยะให้นมบุตร	18
4	กลไกการผลิตน้ำนม	20
5	กลไกการขับน้ำนม	21
6	Checking Homans' sign	46
7	ท่าที่ 1 เกร็งกล้ามเนื้อหน้าท้องขณะหายใจออก	60
8	ท่าที่ 2-4 การบริหารกล้ามเนื้อหน้าท้อง	61
9	ท่าที่ 5-8 ท่ายกสะโพกขึ้นและเกร็งกล้ามเนื้ออุ้งเชิงกราน	62-63
10	ท่าที่ 9 ท่าผ่อนคลายความเครียด	64
11	การห่อตัวบุตรแบบ Mummy restraint	70
12	แสดงการอุ้มบุตรท่า Football holding	71
13	แสดงวิธีจับบุตรขณะอาบน้ำในอ่างน้ำ	71
14 A	ทำนังดูดนม	87
14 B	ทำนังดูดนม	87
15	ทำนอนดูดนม	88
16	ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบิดา มารดา และบุตร	107
17	มารดาประสานสายตากับบุตร	108
18 *	ความคิดฝันเกี่ยวกับบุตรของมารดาที่มีการวางแผนการตั้งครรภ์กับ บุตรในความจริง	109
19	ความคิดฝันเกี่ยวกับบุตรของมารดาที่ไม่มีการวางแผนการตั้งครรภ์กับ บุตรในความเป็นจริง	110
20	ที่เข้าเยี่ยมมารดาหลังคลอดและน้องใหม่	124

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	ชนิดและลักษณะของน้ำคาวปลาในระยะต่าง ๆ	7
2	ลักษณะของน้ำคาวปลาที่ปกติ	8
3	ช่วงเวลาที่มีการตกไข่ครั้งแรกและการกลับมีประจำเดือนครั้งแรกโดยเฉลี่ย ภายหลังคลอด	23
4	ชนิดของอาหารเสริมตามข้อเสนอนแนะของกระทรวงสาธารณสุข	74
5	แผนการสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรคให้แก่เด็กของกระทรวงสาธารณสุข	75
6	พัฒนาการของบุตรแต่ละวัย และการส่งเสริมพัฒนาการ	77-78