

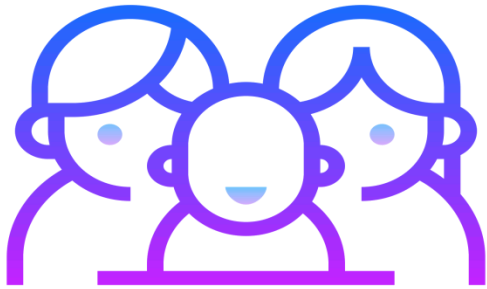


**THE FIRST
1,000 DAYS**

**CREATE A LIFE,
CREATE A FUTURE**

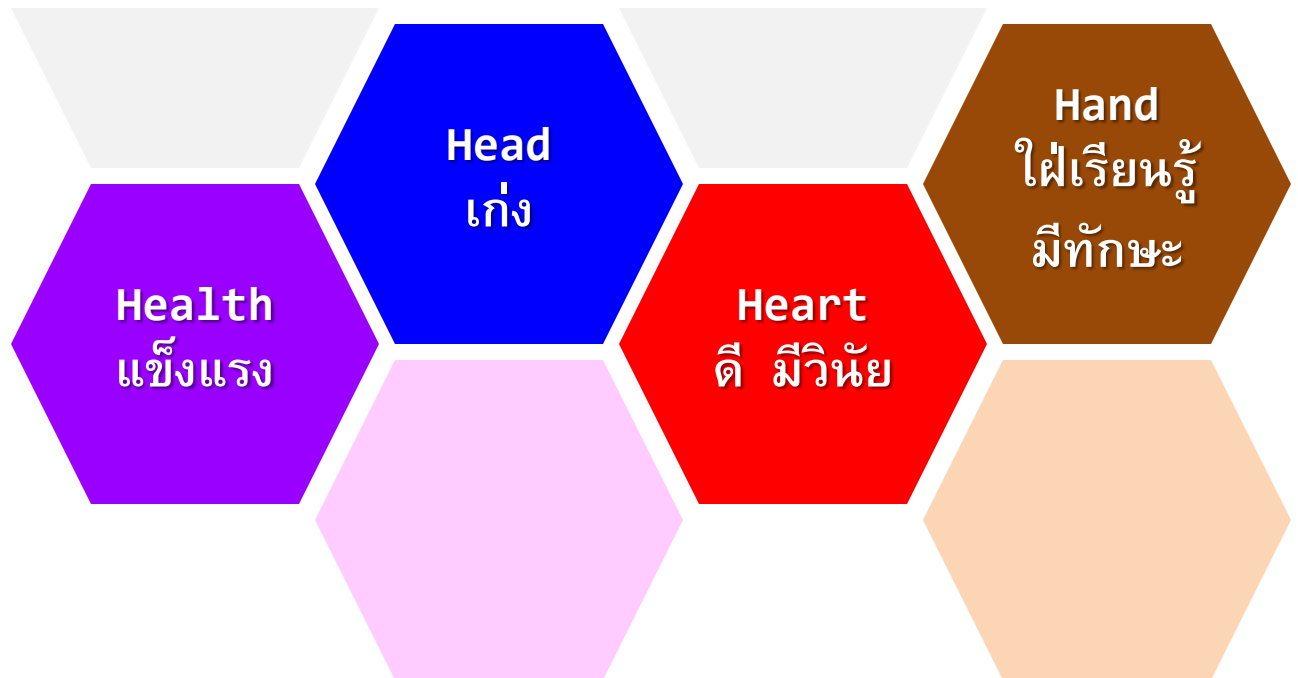
**โครงการหัตถ์จรรยา 1,000 วันแรกแห่งชีวิต
เขตสุขภาพที่ 9 ปี 2560-2563**

**น.พ.ยุทธนา พูนพานิช
สาธารณสุขนิเทศก์ เขต 9**

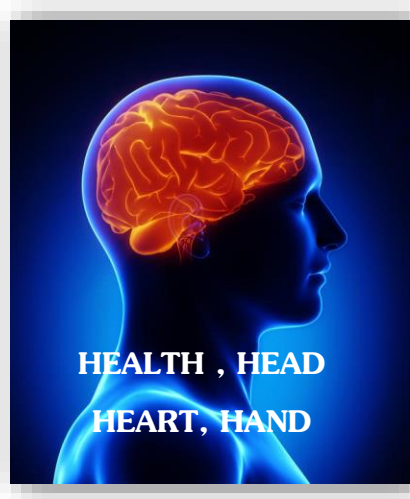


ประเทศไทยจะเดินเข้าสู่ Thailand 4.0
เราจะต้องสร้างคนไทย 4.0 ต้องกล้าลงทุน
ทำให้เกิดความมหัศจรรย์ใน 1,000 วันแรกของ
ชีวิตลงทุนในช่วง 1,000 วันแรก จะได้คนไทย 4.0

เป้าหมาย เพื่อสร้างเด็กไทยให้มีความพร้อม
ใน 4 ด้าน เป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพของประเทศ



มหัศจรรย์ 1,000วันแรกแห่งชีวิต



“นาทีทองพัฒนาสมองลูก
ต้องทำใน 1,000 วันแรกของชีวิต”



วัตถุประสงค์

1

เพื่อพัฒนาและส่งเสริมสุขภาพเด็กให้มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ มีสติปัญญา และศักยภาพที่ดี ในช่วง ๑,๐๐๐ วันแรกของชีวิต

2

เพื่อกระตุ้นและส่งเสริมให้ครอบครัว ชุมชนและสังคมตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลและเอาใจใส่ต่อสุขภาพของสตรีตั้งครรภ์และเด็กอายุ ๐ - ๒ ปี รวมทั้งการสร้างความผูกพันระหว่างเด็ก ครอบครัวและชุมชน

3

เพื่อสร้างความร่วมมือจากภาคีเครือข่ายและองค์กรต่าง ๆ ในการพัฒนาสุขภาพของสตรี ตั้งครรภ์และเด็กอายุ ๐-๒ ปี รวมทั้งการร่วมกันแก้ไขปัญหาและหาทางออกให้กับครอบครัว

4

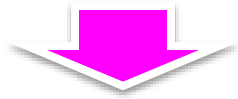
เพื่อลดความเหลื่อมล้ำและเพิ่มการเข้าถึงบริการสุขภาพที่มีมาตรฐานตามชุดสิทธิประโยชน์ที่พึง ได้รับในกลุ่มสตรีตั้งครรภ์และเด็กอายุ ๐ - ๒ ปี



**“ เราจะเดินไปข้างหน้าด้วยกัน
โดยไม่ทิ้งใครไว้ข้างหลัง ”**



เป้าหมาย: เด็กไทย แข็งแรง เก่ง ดี มีวินัย ใฝ่เรียนรู้



ส่งมอบเด็กอายุ 2 ปีบริบูรณ์ที่มีความสมบูรณ์
ด้านสุขภาพและศักยภาพให้กับชุมชนดังนี้

1

เด็กสูงดีสมส่วน

- ดช. สูงไม่ต่ำกว่า 82.5 ซม. น้ำหนักไม่ต่ำกว่า 10.5 กก.
- ดญ. สูงไม่ต่ำกว่า 81.0 ซม. น้ำหนักไม่ต่ำกว่า 9.5 กก.

2

เด็กมีฟันอย่างน้อย 12 ซี่ ฟันน้ำนมไม่ผุ

3

เด็กมีพัฒนาการสมวัย

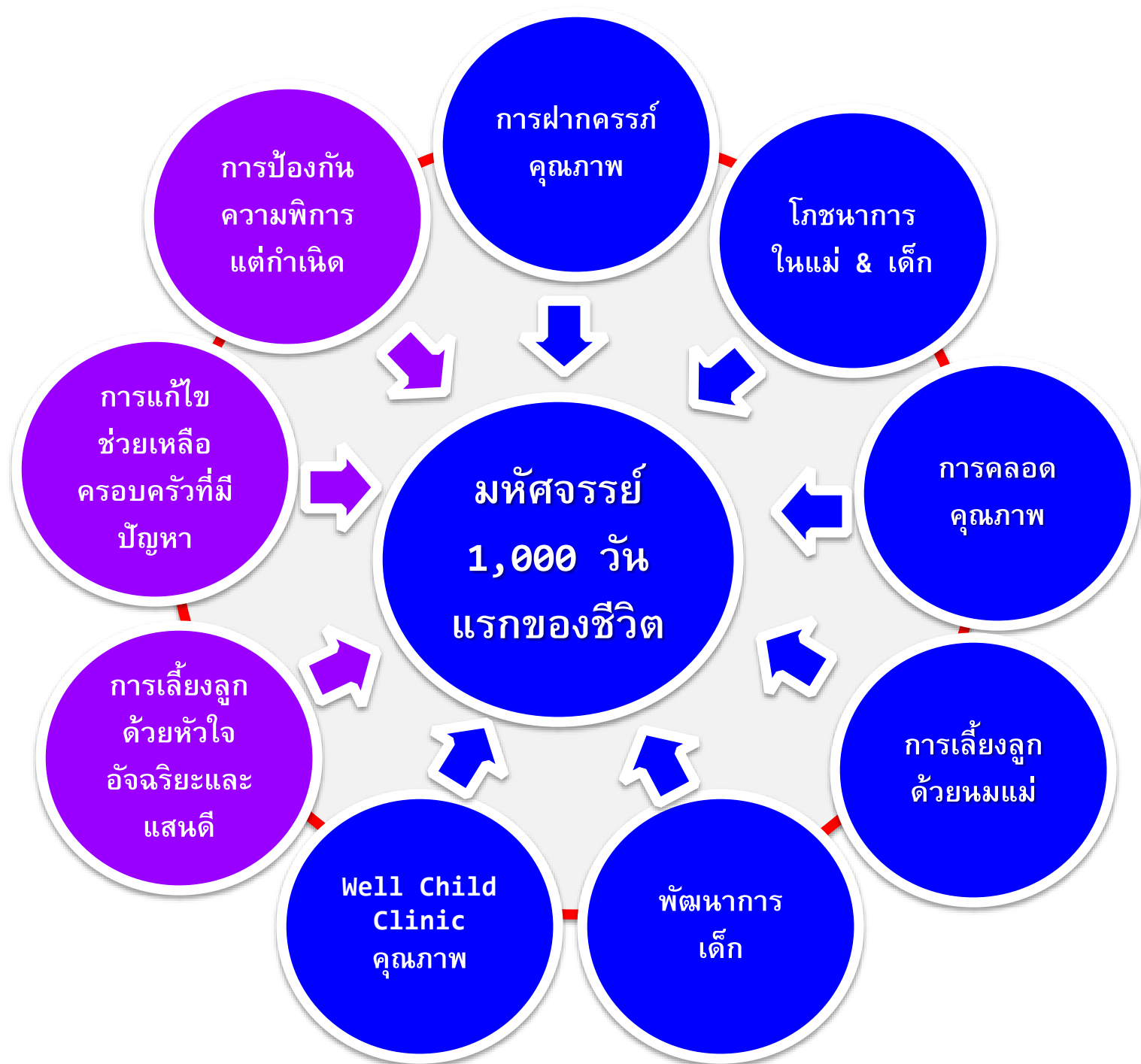
- การเคลื่อนไหว : วิ่ง & กระโดด 2 ขาได้ถอดชุดเองได้ตักข้าวกินเองได้
- การพูด : พูด 2 คำที่มีความหมายได้ บอกความต้องการได้ บอกอุจจาระได้
- การมีวินัย : เล่นแล้วเก็บของเองได้





ปัจจัยที่มีผลต่อการพัฒนา IQ & EQ ของลูก

1. พันธุกรรม
2. อาหารและโภชนาการ
3. สภาพแวดล้อม
 - 3.1 ครอบครัว
 - 3.2 การอบรมเลี้ยงดู
 - 3.3 สังคมและชุมชน
 - 3.4 การศึกษา
 - 3.5 อื่น ๆ





กิจกรรมการดูแลสตรีและเด็ก 0-2 ปี โครงการหัตถ์จรรยา 1,000 วันแรกแห่งชีวิต

1. กิจกรรมทางสุขภาพ หมายถึง กิจกรรมที่เกี่ยวข้องโดยตรงกับการดูแลสุขภาพของสตรี ตั้งแต่ระยะก่อนการตั้งครรภ์จนถึงคลอด และเด็กแรกเกิดจนถึงอายุ 2ปีบริบูรณ์
2. กิจกรรมทางสังคม หมายถึง กิจกรรมที่เสริมเติมเต็มส่วนขาดและสร้างความเข้มแข็งให้กับหญิงตั้งครรภ์ เด็ก และครอบครัว ได้แก่ กิจกรรมด้านขนบธรรมเนียม ประเพณี กิจกรรมที่สร้าง ความรัก ความอบอุ่นให้เด็ก การเยี่ยมบ้านเพื่อแก้ไขปัญหาของหญิงตั้งครรภ์และครอบครัว ฯลฯ

Child & Family Team



- การฝากครรภ์คุณภาพ
- โภชนาการหญิงตั้งครรภ์
- การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- พัฒนาการเด็ก 0-2 ปี
- กึ่งกอดเล่นเล่น
- การเลี้ยงดูเด็ก 0-2 ปี
- การเจริญเติบโตเด็ก 0-2 ปี
- อาหารเด็กตามวัย 0.5-2 ปี

ประชุม วางแผน
แก้ไขปัญหา/
อุปสรรค

1. ดูแลร่างกาย & รับฟังปัญหา
2. ประเมินชี้แนะจิตสังคม
3. สร้างความรัก ความผูกพันที่ดีระหว่าง เด็ก ครอบครัว และชุมชน

การเยี่ยมบ้านสตรีตั้งครรภ์และเด็ก 0-2ปี

- กรณีปกติ อย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง
- กรณีผิดปกติ 1-2 สัปดาห์ต่อครั้ง



มาตรฐานการดูแล
หญิงตั้งครรภ์และเด็ก 0-2 ปี
(Standard Operating Procedure : SOP)

1. ระยะก่อนการตั้งครรภ์ (Pre-pregnancy)
2. ระยะตั้งครรภ์ (Pregnancy)
3. ระยะคลอด (Delivery)
4. ระยะแรกเกิด - 6 เดือน (Breast feeding)
5. ระยะ 6 - 12 เดือน (Complementary feeding)
6. ระยะ 1-2 ปี (Toddler)

ความสัมพันธ์ระหว่างการตีมนมกับน้ำหนักแม่ น้ำหนักเด็กแรกเกิด Dose response relationship

มีหลักฐานเชื่อได้ว่า หากหญิงตั้งครรภ์ที่มีน้ำหนักเพิ่มตลอดการตั้งครรภ์น้อยกว่า 10 กิโลกรัม /คลอดก่อนกำหนด มีความเสี่ยงสูงที่จะพบ LBW < 2500 gm. ในพื้นที่ของ อ.บำเหน็จณรงค์ จ.ชัยภูมิ ไม่แตกต่างจากการศึกษาทั้งในและต่างประเทศ

และพบความสัมพันธ์ของปัจจัยสองปัจจัย กับการเกิด LBW ในลักษณะ Dose response relationship ดังนี้

1. ความสัมพันธ์ระหว่าง การตีนมกล่อก กับ นน.แม่ที่เพิ่มขึ้น ยิ่งตีนมกล่อกมากขึ้น น้ำหนักของแม่ก็มากขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
2. ความสัมพันธ์ระหว่าง การตีนมกล่อก กับ นน. เด็กแรกเกิด ยิ่งตีนมกล่อกมากขึ้น เด็กแรกเกิด LBW น้อยกว่า 2500 กรัม ในทิศทางตรงกันข้ามอย่างชัดเจน

นมกล่อง มีความสะดวกในการจัดบริการในลักษณะของ
Public Health Policy จะช่วยลดอุบัติการณ์เกิด LBW 36.6%
จากอุบัติการณ์การเกิด LBW เดิมที่เป็นอยู่

- อปท. สามารถใช้เงินกองทุนส่งเสริมป้องกันโรค สามารถจัดซื้อได้และมอบให้กับหญิงตั้งครรภ์ ไม่ผิดระเบียบ
- สตง.ได้ลงตรวจสอบโครงการนี้แล้ว ที่ อ.บำเหน็จณรงค์ จ.ชัยภูมิ
- ง่ายในการขนส่ง ไม่เน่า เสียง่าย แตะก เมื่อเทียบกับ โปรตีนชนิดอื่นๆ
- ช่วยกระตุ้นให้ความสนใจที่จะมาฝากครรภ์ ในระยะ 12 สัปดาห์แรก ของระยะตั้งครรภ์และการดูแลการตั้งครรภ์ดียิ่งขึ้น

มิส 1,000 วันอำเภอ (รู้งาน รู้คน รู้พื้นที่)

1. รู้งาน

- รู้ทุกงานของมหัศจรรย์ 1000วัน
- รู้จักวิธีประเมิน Bio-Psycho-Social & Care plan

2. รู้คน

- รู้จักมิสพันวันตำบลและทีม CFT ตำบล
- รู้ว่ากลุ่มเป้าหมายคือใครมีกี่คน

3. รู้พื้นที่

- พื้นที่เป็นอย่างไรจุดอ่อนจุดแข็งคืออะไร

4. ขับเคลื่อนงานระดับอำเภอประสานงานตำบล

5. ติดตาม & รวบรวมรายงานเป็นภาพอำเภอ



กรณีตัวอย่าง รพ.สต.บุแปบ อ.ลำปลายมาศ จ.บุรีรัมย์

- สตรีตั้งครรภ์ อายุ 18 ปี
- Teenage pregnancy
- ฐานะยากจน อ่านหนังสือไม่ออก



- หลานสาว ได้นมกล่องจากโรงเรียนเอามาให้คนท้องกินแทน
- คนท้องอ่านหนังสือไม่ออก หลานสาวอ่านให้ฟัง แต่บางคำก็อ่านไม่ออก



จากการประเมินกายจิตสังคม (Bio-Psycho-Social) ปัญหา..ว่าที่คุณแม่คนใหม่ในชุมชน

ระดับบุคคล

ประเมินทางกาย

- แม่ตั้งครรภ์วัยรุ่น อาจจะคลอดก่อนกำหนด เป็น Low birth weight
- พอม BMI ก่อนตั้งครรภ์ 16.6 (ต่ำปกติ18)
- ครรภ์เล็กกว่าเกณฑ์ (31 wks วัด size 26 ซม)

ประเมินทางจิตสังคม

- เครียด เพราะตายายทะเลาะกัน เรื่องไม่มีเงินเลี้ยงหลาน และเหลน
- อ่านหนังสือไม่ออก ไม่อยากไปเรียน อายุคนอื่น
- ไม่มีอาชีพ ไม่มีรายได้ กินอยู่แบบประหยัดเท่าที่หาได้
- อยากมีงานทำ อยู่บ้าน/ใกล้บ้านดูแลลูกได้

ปัญหา..ว่าที่คุณแม่คนใหม่ในชุมชน

ระดับครอบครัว

- รายได้ครอบครัวไม่แน่นอน ไม่มั่นคง กินอยู่แบบประหยัดเท่าที่หาได้
- ผู้หารายได้คือ ตาบงกช มี ขับมอเตอร์ไซด์ไปรับหอม ผัก ตามสวนที่ อ.หนองหงส์ มาขายตลาดลำปลายมาศ ตั้งแต่ 5ทุ่ม-สว่าง ถ้ามีความจำเป็นต้องใช้เงิน เงินลงทุนก็จะหมด ไม่มีเงินไปลงทุนใหม่
- ไม่อยากปลูกผักเอง เพราะเปลืองค่าน้ำ ไม่มีเงินจ่ายค่าน้ำ
- สามมี(พ่อป้อม)..เป็นลูกจ้างร้านวัสดุก่อสร้าง 07.00-17.30 น รายได้ 200บาท/วัน

ปัญหา..ว่าที่คุณแม่คนใหม่ในชุมชน

ระดับชุมชน

- มีพิธีผูกข้อมือแต่งงาน ชุมชนรับรู้ ตั้งครรภ์พร้อมแต่ไม่ได้วางแผน
- ANC 3 wks แม่หล่า อสม.เป็นผู้ให้คำแนะนำ
- เข้าโครงการ 1,000วัน ได้รับนมสนับสนุน 90 วัน 90 กล่องที่ GA 27 wks
- อปท.เป็นผู้สนับสนุนงบประมาณในการจัดซื้อนม
- ผูกข้อมือรับขวัญ ภายใต้งานติดตามเศรษฐกิจพอเพียง
- ทีม CFT ตำบล/หมู่บ้าน ยังไม่ได้แสดงบทบาท

สรุปปัญหาของหญิงตั้งครรภ์และแนวทางแก้ไข

1. ตั้งครรภ์วัยรุ่นแต่พร้อม เด็กตัวเล็ก เสี่ยงกับ Preterm & LBW ได้นมจืดช้ำ
ภาวะโภชนาการไม่ดี

วิธีแก้ไขคือ

1.1 เพิ่มนมจืดวันละ 2 กล่อง เพิ่มไข่ วันละ 2-3 ฟอง

1.2 นำส่งไปพบสูติแพทย์ (MFM) เพื่อค้นหาความเสี่ยงและแนวทางป้องกัน

วิธีแก้ไขคือ

2. อ่านหนังสือไม่ออก วิธีแก้ไขคือ

2.1 ดันหานักเรียนมัธยมในหมู่บ้าน เป็นจิตอาสาอ่านหนังสือให้ลูกในท้องฟัง

2.2 ขอความช่วยเหลือจากครูก.ศ.น.มาช่วยสอนหนังสือ

สรุปปัญหาของหญิงตั้งครรภ์และแนวทางแก้ไข

3. ครอบครัวยากจน รายได้ต่ำมีคนหารายได้เพียง 2 คน ไม่
ปลูกผัก เพราะว่า กลัวเสียค่าน้ำ

วิธีแก้ไขคือ หาวิธีเพิ่มรายได้ สร้างอาชีพ ต้องให้ทีม CFT
ตำบล/หมู่บ้านมาช่วย

4. ตายายทะเลาะกัน เรื่องไม่มีเงินเลี้ยงหลาน สร้างความกดดัน
ให้แม่และลูกในท้อง

วิธีแก้ไขคือ ทำความเข้าใจกับตาและยาย อาจจะต้องนิมนต์
พระสงฆ์ในหมู่บ้านมาช่วยด้วย

ผลงาน (1 ก.ค.- 31 ธ.ค. 2560)

กลุ่มเป้าหมาย (คน)	นครราชสีมา	ชัยภูมิ	บุรีรัมย์	สุรินทร์	เขต 9
1. สตรีที่อยู่กินกับสามีและวางแผนจะตั้งครรภ์	203	57	54	83	397
2. สตรีตั้งครรภ์ฝากท้องก่อน 1 กค.60	137	175	49	72	373
3.สตรีตั้งครรภ์ฝากครรภ์ตั้งแต่ 1 กค.60	348	190	121	88	747
4. สตรีหลังคลอดในพื้นที่และคลอดที่อื่น ตั้งแต่ 1 กค.60	450	224	151	158	983
5. เด็กแรกเกิดที่คลอดในพื้นที่และที่อื่นตั้งแต่ 1 กค.60	451	228	151	175	1005
6. จำนวน Care Plan หญิงตั้งครรภ์	172	110	101	72	433
7. จำนวน Care Plan เด็กแรกคลอด	228	106	92	115	541

ผลงาน (1 ก.ค.- 31 ธ.ค. 2560)

ผลงาน (ร้อยละ)	นครราชสีมา	ชัยภูมิ	บุรีรัมย์	สุรินทร์	เขต 9
1. สตรีที่อยู่กินกับสามีและวางแผนจะตั้งครรภ์ ที่ได้รับ Folate	100	100	100	100	100
2. สตรีตั้งครรภ์ฝากท้องก่อน 1 กค.60					
2.1 ได้รับ Triferdine	100	100	100	100	100
2.2 ได้รับนมจืด 90 วัน 90 กล่อง	83.21	100	26.53	50	74.53
3. สตรีตั้งครรภ์ฝากท้องตั้งแต่ 1 กค.60					
3.1 Early ANC	79.89	89.47	77.69	82.95	82.33
3.2 ได้รับ Triferdine	99.71	99.47	95.04	100	98.93
3.3 ได้รับนมจืด 90 วัน 90 กล่อง	72.7	92.11	44.63	77.27	73.63
4. สตรีหลังคลอดที่ยังเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ที่ได้รับ Triferdine	89.33	79.02	98.01	98.85	89.99
5. เด็กแรกเกิด ตั้งแต่ 1 กค.60					
5.1 เด็ก LBW	8.20	12.28	8.61	6.29	8.86
5.2 กินนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน	76.05	65.79	76.82	92.00	76.62

สิ่งที่จะดำเนินการในปี 2561

1



จัดทำหลักสูตรเพื่อพัฒนาศักยภาพ
“ทีมพัฒนาเด็กและครอบครัว (CFT)”

2



จัดอบรม การเลี้ยงลูกด้วย
“หัวใจอัจฉริยะและแสนดี”

3



จัดตั้งกองทุนมหัศจรรย์ 1,000 วัน
เขตนครชัยบุรีนทร์

4



ดูแลต่อเนื่องให้ครบ 5 ปี “โครงการหนูน้อย
อัจฉริยะและแสนดี” (Good IQ & Great EQ)

การเลี้ยงลูกด้วย

“หัวใจอัจฉริยะและแสนดี”

กิจกรรม 4 มหัศจรรย์

1

การสร้างจิตประภัสสร
ตั้งแต่อนอนอยู่ในครรภ์

2

การสร้างแรงบันดาลใจ
อัจฉริยะแสนดี

3

การนำความรู้
และเครื่องมือไปใช้ในชีวิตจริง

4

การสร้างแรงบันดาลใจ
อย่างต่อเนื่อง





ขอเชิญ ทนิงตั้งครรภักครอบครัวและพุสนใจเข้าร่วมรับการอบรม

โครงการจิตประภัสสร

เพื่อ 1,000 วันแรกแห่งชีวิต

เพื่อโลกของเรา โลกแห่งอริยะ

โดย แม่ชีคันสนีย์ เสถียรสุด แห่งเสถียรธรรมสถาน

วันที่ 21 กรกฎาคม 2560



จิตประภัสสร...ตั้งแต่นอนอยู่ในครรภ์



สิ่งที่เรา
ต้องทำ
...และระลึก
เสมอ

1

จัดระบบการทำงานให้ดี มีคุณภาพ
เพื่อดูแลสตรีตั้งครรภ์และเด็กแรกเกิด 0-2 ปี

2

ให้ความสำคัญกับสตรีตั้งครรภ์และเด็ก
มากกว่า KPI

3

ไม่เพียงแค่เติมเต็มส่วนขาด แต่ต้องพัฒนา
และแต่งเติมให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

4

สตรีตั้งครรภ์และเด็กอยู่ที่บ้าน
กับครอบครัวและชุมชน

5

ไม่ใช่ Routine care แต่เป็น
Individual & Family care



รวมพลังประชารัฐ

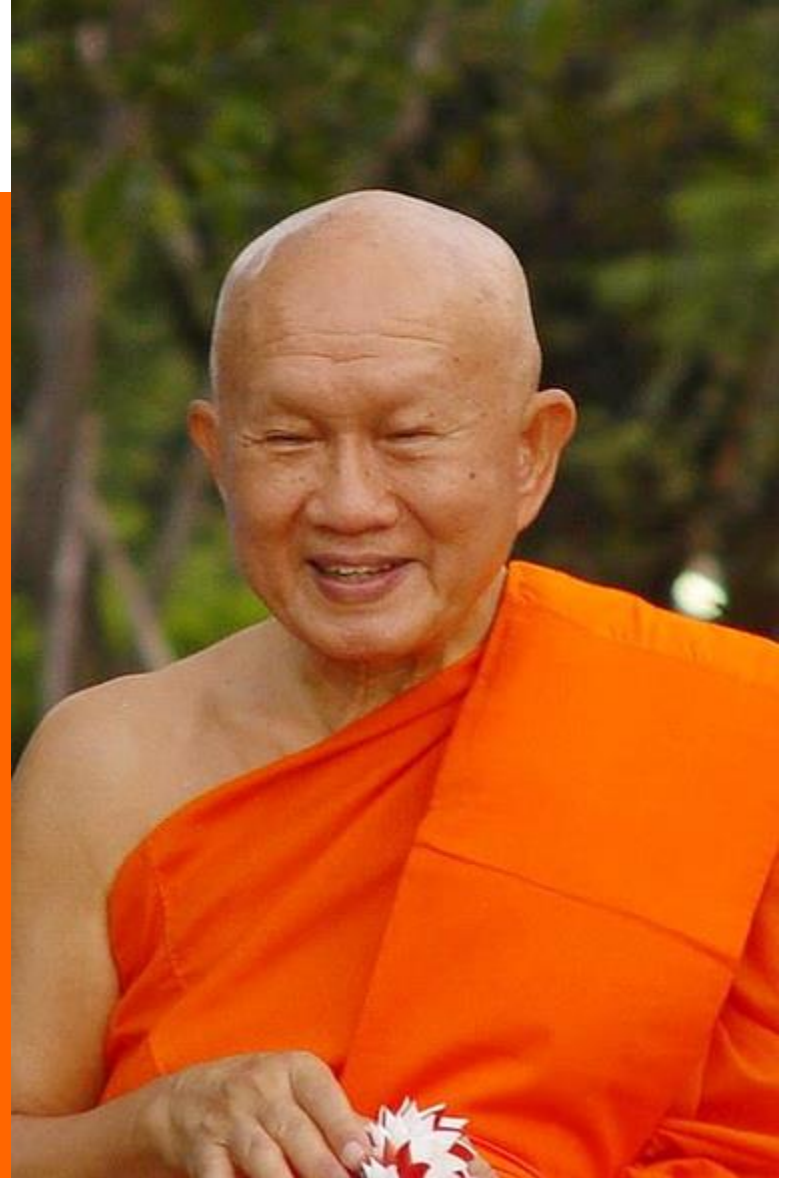
- สร้างคน
- สร้างชีวิต
- สร้างชาติ

โครงการหัตถ์จรรยา 1,000วันแรกแห่งชีวิต

ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด..... ปี 2561

“ โลกต้องการคนดี
ไม่ใช่เพื่อให้มารับรางวัล
แต่เพื่อช่วยกัน ทำชีวิตและสังคม
.....ให้ดีขึ้น ”

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์
(ป.อ.ปยุตฺโต)





“ บั้นไปไม่ทิ้งกัน สานต่องานที่พ่อทำ
No One Left Behind ”

“Our Loss is our gain” “ขาดทุน คือ กำไร”

- **ดร.สุเมธ ตันติเวชกุล** บอกเล่าไว้ในหนังสือ “การทรงงาน พัฒนาประเทศ ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว”
“ สำหรับพระองค์จะเป็นการแก้ไขปัญหาโดยใช้ค่าใช้จ่ายน้อยที่สุด
ต่ำที่สุด แต่หากเป็นปัญหาที่เกี่ยวข้องกับมนุษยนั้น บางครั้ง
แพลงแพนแพนก็ต้องทำ เพราะชีวิตมนุษยเราจะไปตีราคาแบบ
วัสดุสิ่งของไม่ได้ ซึ่งพระองค์ตรัสว่า **ขาดทุน คือ กำไร**
Our Loss is our gain การเสีย คือ การได้ ประเทศชาติก็จะ
ก้าวหน้า และการที่คนอยู่ดีมีสุขนั้น เป็นการนับที่มูลค่าเงินไม่ได้

ความศรัทธา

เรามองเห็น...ในสิ่งที่มองไม่เห็น
เราเชื่อ...ในสิ่งที่ไม่น่าเชื่อ
และได้รับใน...สิ่งที่เป็นไปได้

Corrie ten boom





สิ่งที่ต้องเข้มข้นกว่าเดิม



Protein



1. มาตรฐานและคุณภาพของกิจกรรมทางสุขภาพ
2. อาหารและโภชนาการ
3. การแก้ไขปัญหาของแม่และครอบครัวโดยทีม CFT
4. ต้องทำ Individual care & Individual folder
อย่างชัดเจนในทุกกระยะ



FOOD



Miracles of Nature



Miracles of Nature

© David Clapp

“ ในช่วง 1,000 วันแรกของชีวิต
เวลาในแต่ละวันของเด็กคนนั้นมี
ค่ามาก เราจะยอมให้มันผ่านไป
โดยไม่ได้ทำอะไร ที่เกิดประโยชน์
กับเด็กคนนั้นหรือ ”



สวัสดิ์ครับ