

วันที่ 14 ธ.ค. 63

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต 12 สงขลา

63-24141-01-01

รหัสโครงการ	ปี-รหัสกองทุน 5 ตัว-ประเภท-ลำดับโครงการในหมวด
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการส่งเสริมการฝากครรภ์อย่างมีคุณภาพ ประจำปี 2563
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลลำใหม่
	<input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 7(2)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)]
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ	<input checked="" type="checkbox"/> หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. <input type="checkbox"/> หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษาฯ <input type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ 5 คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (5 คน)	ชื่อองค์กร.....โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลลำใหม่.....
วันอนุมัติ	
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่วันที่...1...เดือน.....มิถุนายน.....พ.ศ.....2563... ถึง วันที่...30...เดือน.....กันยายน.....พ.ศ.....2563...
งบประมาณ	จำนวน.....13,800.....บาท
<p>หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)</p> <p>สุขภาพอนามัยของแม่ทั้งร่างกายและจิตใจมีผลโดยตรงต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของเด็กตั้งแต่อยู่ในครรภ์ตลอดมาจนถึงระยะภายหลังคลอด ภาวะหรือโรคหลายอย่างที่พบในแม่หรือเกิดในหญิงมีครรภ์ จะกระทบกระเทือนและมีอันตรายต่อเด็กที่อยู่ในครรภ์ด้วย อีกทั้งการอบรมเลี้ยงดูที่ตอบสนองความต้องการของเด็กทุกด้านตามวัย ทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา มีผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของเด็กอายุ 0 – 5 ปี ดังนั้นการจัดบริการ “อนามัยแม่และเด็ก” ที่ได้มาตรฐานและมีคุณภาพย่อมนำไปสู่การมีสุขภาพแข็งแรง ปลอดภัย ทั้งของมารดาและบุตร</p> <p>จากผลการดำเนินงานของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพลำใหม่ปีงบประมาณ 2562 พบว่าอัตราการฝากครรภ์ครบ 5 ครั้งตามเกณฑ์คุณภาพ (เป้าหมาย ร้อยละ 60) ได้ร้อยละ 71.43 อัตราการได้รับการดูแลหลังคลอดครบ 3 ครั้ง (เป้าหมาย ร้อยละ 70) ร้อยละ 80.33 และร้อยละของเด็กแรกเกิด – ต่ำกว่า 6 เดือน กินนมแม่อย่างเดียว (เป้าหมาย ร้อยละ 50) ร้อยละ 95.08 จากข้อมูล</p>	

ดังกล่าวพบว่าจากการจัดโครงการส่งเสริมการฝากครรภ์อย่างมีคุณภาพ ประจำปี 2562 ที่ผ่านมา ทำให้งานอนามัยแม่และเด็กของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลลำใหม่ตามเกณฑ์มาตรฐาน

ดังนั้น โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลลำใหม่ จึงจัดทำโครงการส่งเสริมการฝากครรภ์อย่างมีคุณภาพ ประจำปี 2563 ขึ้น เพื่อให้เกิดการพัฒนางานอนามัยแม่และเด็กอย่างต่อเนื่อง และพัฒนาคุณภาพการบริการงานอนามัยแม่และเด็กให้ได้มาตรฐาน สอดคล้องกับบริบทของพื้นที่ ตามนโยบายแผนพัฒนางานสาธารณสุข จังหวัดยะลา ปีงบประมาณ 2563 ซึ่งมุ่งเน้นที่จะให้แม่เกิดรอด ลูกปลอดภัย

วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

- 1.อบรมให้ความรู้หญิงเพิ่งสมรส หญิงมีครรภ์ หญิงหลังคลอด และ อสม.
- 2.ให้ความรู้แก่อสม./แกนนำเรื่องการดูแลสุขภาพของมารดาและทารกตามเกณฑ์มาตรฐาน
- 3.จัดเวทีหญิงมีครรภ์ เพื่อค้นหาสาเหตุของการมารับบริการไม่ครบตามเกณฑ์ พร้อมทั้งให้ความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติที่ถูกต้อง
- 4.ให้บริการฝากครรภ์และเจาะเลือดตามเกณฑ์แก่หญิงมีครรภ์รายใหม่
- 5.ติดตามเยี่ยมบ้าน/ให้สุศึกษาติดตามหญิงมีครรภ์ให้มารับบริการตามนัดโดย อสม.
- 6.ให้สุศึกษาและส่งพบแพทย์ในรายที่พบภาวะผิดปกติ
7. สรุป/ประเมินและรายงานผล

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- 1.หญิงมีครรภ์สามารถปฏิบัติตนขณะตั้งครรภ์ คลอดและหลังคลอดได้ถูกต้อง
- 2.หญิงหลังคลอดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างน้อย 6 เดือน

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์

ตัวชี้วัด

วัตถุประสงค์โดยตรง

วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัดความสำเร็จ
ข้อที่ 1 เพื่อให้หญิงเพิ่งสมรส หญิงมีครรภ์ และหญิงหลังคลอด ได้รับความรู้ สามารถปฏิบัติตนขณะตั้งครรภ์ คลอดและหลังคลอดได้ถูกต้อง	1. ร้อยละ 100 หญิงเพิ่งสมรส หญิงมีครรภ์ และหญิงหลังคลอด ได้รับความรู้ สามารถปฏิบัติตนขณะตั้งครรภ์ คลอดและหลังคลอดได้ถูกต้อง
ข้อที่ 2 เพื่อส่งเสริมหญิงมีครรภ์ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ลูกเกิดรอด แม่ปลอดภัย เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างน้อย 6 เดือน	2. ร้อยละ 80 หญิงหลังคลอดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างน้อย 6 เดือน
ข้อที่ 3 ส่งเสริม อสม. ให้เป็นแกนนำในการกระตุ้นหญิงมีครรภ์ ได้รับการดูแลครบตามเกณฑ์มาตรฐาน	3. ร้อยละ 100 อสม. เป็นแกนนำในการกระตุ้นหญิงมีครรภ์ได้รับการดูแลครบตามเกณฑ์มาตรฐาน

กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย

ระบุชนิดกิจกรรมหลัก เช่น ประชุม อบรม ทัศนศึกษา จัดบริการ การจัดซื้อ	งบประมาณ	ระยะเวลา
1.อบรมให้ความรู้และกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์		
1.1 กิจกรรมย่อย..... - การดูแลครรภ์ในระยะเริ่มต้น - ขั้นตอนการฝากครรภ์ และวิธีการใช้สมุดสีชมพู - การเปลี่ยนแปลงทางสรีระของมารดาและการปฏิบัติตนในขณะตั้งครรภ์ - การออกกำลังกายสำหรับหญิงตั้งครรภ์ - เทคนิคการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้สำเร็จ - การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและอารมณ์ในระยะหลังคลอด พร้อมกับการปฏิบัติตนในระยะหลังคลอด - การวางแผนครอบครัว การสังเกตภาวะปกติ/ผิดปกติที่พบได้ในการ - แลกเปลี่ยนเรียนรู้การดูแลสำหรับหญิงตั้งครรภ์	-ค่าอาหารกลางวัน 50 บ. x60 คน x 2 มื้อ เป็นเงิน 6,000 บาท -ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม 20 บ. x60คน x4 มื้อ เป็นเงิน 4,800 บาท - ค่าวิทยากร 300 บ. x 5 ชม. x 2 วัน เป็นเงิน 3,000 บาท	09.00 -16.00น. (รุ่นละ 60 คน จำนวน 1 รุ่น อบรม 2 วัน)
	รวม.....13,800.....บาท (เงินหนึ่งหมื่นสามพันแปดร้อยบาทถ้วน)	

7. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง 1 รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

7.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน.....

- 7.1.1หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
 7.1.2หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
 7.1.3หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
 7.1.4หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
 7.1.5กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

7.2 ประเภทการสนับสนุน(ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

- 7.2.1สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)]
 7.2.2สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 7(2)]
 7.2.3สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)]
 7.2.4สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]
 7.2.5สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)]

7.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2557)

- 7.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- 7.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- 7.3.3 กลุ่มเด็กวัยรุ่นและเยาวชน
- 7.3.4 กลุ่มวัยทำงาน
- 7.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ
- 7.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- 7.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- 7.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- 7.3.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]

7.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- 7.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
 - 7.4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 7.4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 7.4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
 - 7.4.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 7.4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
 - 7.4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษาแม่ตั้งครรภ์ปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
 - 7.4.1.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - 7.4.1.8 อื่นๆ (ระบุ)
- 7.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
 - 7.4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 7.4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 7.4.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 7.4.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 7.4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - 7.4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - 7.4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - 7.4.2.8 อื่นๆ (ระบุ)
- 7.4.3 กลุ่มเด็กวัยรุ่นและเยาวชน
 - 7.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 7.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

- 7.4.3.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 7.4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 7.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- 7.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 7.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- 7.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 7.4.3.9 อื่นๆ (ระบุ)

7.4.4 กลุ่มวัยทำงาน

- 7.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 7.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 7.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 7.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 7.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
- 7.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- 7.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- 7.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 7.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ)

7.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

- 7.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 7.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 7.4.5.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 7.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 7.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- 7.4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- 7.4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- 7.4.5.1.8 อื่นๆ (ระบุ)

7.4.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

- 7.4.5.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 7.4.5.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 7.4.5.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 7.4.5.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 7.4.5.2.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

- 7.4.5.2.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- 7.4.5.2.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- 7.4.5.2.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเมะเร็ง
- 7.4.5.2.9 อื่นๆ (ระบุ)

- 7.4.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
 - 7.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 7.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 7.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 7.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 7.4.6.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - 7.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - 7.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - 7.4.6.8 อื่นๆ (ระบุ)

- 7.4.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
 - 7.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 7.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 7.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 7.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 7.4.7.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
 - 7.4.7.6 อื่นๆ (ระบุ)

- 7.4.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]
 - 7.4.8.1 อื่นๆ (ระบุ)

ลงชื่อ..... ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นายดุขฎี ปาลกาลย์)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลลำไทร

วันที่-เดือน-พ.ศ. ๑ สิงหาคม ๒๕๖๓

ส่วนที่ 2 : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม(สำหรับเจ้าหน้าที่ อปท. ที่ได้รับมอบหมายลงรายละเอียด)

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ..... อบต.ลำไผ่
ครั้งที่ 3 / 25 63 เมื่อวันที่ 14 สิงหาคม 2563 ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้
 อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน 13,800บาท
เพราะ

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
เพราะ

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ 3) ภายในวันที่ 31 ตุลาคม 2563

ลงชื่อ..... [Signature]
(นางสาวจารุวรรณ คงทน)
(ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล ปฏิบัติหน้าที่
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลลำไผ่)
วันที่-เดือน-พ.ศ. 14 สิงหาคม 2563

ตารางอบรมโครงการส่งเสริมการฝากครรภ์อย่างมีคุณภาพ ประจำปี 2563

ณ ห้องประชุมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลลำไทร

วันที่ 1

เวลา	กิจกรรม
08.30 - 09.00 น.	ลงทะเบียน พิธีเปิดการอบรม
09.00 - 10.00 น.	การดูแลครรภ์ในระยะเริ่มต้น
10.00 - 10.15 น.	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม
10.15 - 12.15 น.	การเปลี่ยนแปลงทางสรีระของมารดา
12.15 - 13.15 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.15 - 14.15 น.	ขั้นตอนการฝากครรภ์
14.15 - 14.30 น.	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม
14.30 - 15.30 น.	วิธีการใช้สมุดสีชมพู
15.30 - 16.30 น.	การปฏิบัติตนในขณะตั้งครรภ์

ตารางอบรมโครงการส่งเสริมการฝากครรภ์อย่างมีคุณภาพ ประจำปี 2563

ณ ห้องประชุมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลลำใหม่

วันที่ 2

เวลา	กิจกรรม
08.30 - 09.00 น.	ลงทะเบียน
09.00 - 10.00 น.	การออกกำลังกายสำหรับหญิงตั้งครรภ์
10.00 - 10.15 น.	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม
10.15 - 12.15 น.	การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและอารมณ์ในระยะหลังคลอด
12.15 - 13.15 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.15 - 14.15 น.	การปฏิบัติตนในระยะหลังคลอด
14.15 - 14.30 น.	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม
14.30 - 15.30 น.	เทคนิคการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้สำเร็จ
15.30 - 16.30 น.	การวางแผนครอบครัว การสังเกตภาวะปกติ/ผิดปกติที่พบได้ในทารก และแลกเปลี่ยนเรียนรู้การดูแลสำหรับหญิงตั้งครรภ์