



รายงานโครงการคอมพิวเตอร์
เรื่อง วิธีการดูแลและรับมือกับทารกแรกเกิด

ผู้จัดทำ

- 1 ชื่อ-สกุล นายนพรัตน์ จันทคุณธุ์ ชั้น ม.6/1 เลขที่ 5
- 2 ชื่อ-สกุล นายสิทธิศักดิ์ อินอ่อน ชั้น ม.6/1 เลขที่ 8
- 3 ชื่อ-สกุล นางสาวธนัญญา แดงกรัด ชั้น ม.6/1 เลขที่ 15
- 4 ชื่อ-สกุล นางสาวเอกศจี หอมกระทุ่ม ชั้น ม.6/1 เลขที่ 29

วิชา โครงการคอมพิวเตอร์ ว33283
โรงเรียนอุทัยวิทยาคม
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 42

กิตติกรรมประกาศ

ข้าพเจ้าขอกราบขอบพระคุณ คุณครูฉัตรชัย นาคทอง ที่ให้คำปรึกษา แนะนำ และกำกับดูแลตลอดการทำโครงการเรื่อง baby care จนสำเร็จลุล่วงไปด้วยดีข้าพเจ้ายังขอขอบคุณเว็บไซต์และแหล่งข้อมูลออนไลน์ต่าง ๆ ที่เป็นแหล่งข้อมูลสำคัญในการรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลสำหรับโครงการนี้ที่สนับสนุนตลอดการทำงานในครั้งนี้

โครงการนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความช่วยเหลือและการสนับสนุนจากหลายฝ่าย ข้าพเจ้าขอกราบขอบพระคุณ คุณครู ฉัตรชัย นาคทอง อาจารย์ที่ปรึกษา ที่ได้ให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะที่มีค่าในการดำเนินโครงการนี้ข้าพเจ้าขอขอบคุณเพื่อนร่วมงานและสมาชิกในกลุ่มที่ร่วมมือร่วมใจกันทำงานอย่างเต็มที่ ขอขอบคุณเว็บไซต์และแหล่งข้อมูลออนไลน์ต่าง ๆ ที่ให้ข้อมูลอันมีค่าในการศึกษาวิจัยโครงการbaby care ที่ให้การสนับสนุนและกำลังใจตลอดการดำเนินโครงการนี้

บทคัดย่อ

ชื่อเรื่อง	วิธีการดูแลและรับมือกับทารกแรกเกิด	
ชื่อผู้จัดทำ	นายนพรัตน์	จันทคนธ์
	นายสิทธิศักดิ์	อินอ่อน
	นางสาวธนัญญา	แดงกรัด
ชื่อผู้สอน	นางสาวเอกศจี	หอมกระทุ่ม
	ครูฉัตรชัย	นาคทอง
	โรงเรียน	อุทัยวิทยาคม
สังกัด	สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาอุทัยธานี ชัยนาท เขต 42	

บทคัดย่อ

การดูแลและรับมือกับทารกแรกเกิดงานที่ทำการรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการเลี้ยงและดูแลเด็กทารกทั้งด้านสภาพแวดล้อม,โภชนาการ,พัฒนาการและการป้องกันโรคที่อาจเกิดขึ้นได้ในเด็กทารกมารวมกันเป็นweb site ที่เข้าถึงง่ายมีข้อมูลครบถ้วนเพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจในการเลี้ยงดูเด็กทารกด้วยวิธีที่ถูกต้องและรอบด้านแก่ทั้งบุคคลทั่วไปและพ่อแม่่มือใหม่ที่ไม่ได้มีความรู้หรือมีความรู้ไม่รอบด้านพอจะเลี้ยงดูเด็กอ่อนอย่างถูกวิธีสามารถใช้web siteนี้ เพื่อเป็นประโยชน์และศึกษาวางแผนเพื่อการเลี้ยงดูเด็กอ่อนในอนาคตให้เติบโตในสภาวะที่สมบูรณ์ครบและเติบโตอย่างแข็งแรง

เรื่อง	สารบัญ	หน้า
กิตติกรรมประกาศ		ก
บทคัดย่อ		ข
สารบัญ		ง
บทที่ 1 บทนำ		
- ที่มาและความสำคัญของโครงการ		1
- วัตถุประสงค์		2
- ขอบเขตการศึกษาค้นคว้า		2
- นิยามศัพท์เฉพาะ		2
- ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ		2
บทที่ 2 เอกสารและโครงการที่เกี่ยวข้อง		
- โรค		12
- สภาพแวดล้อม		13
- การดูแล		15
- วัคซีน		17
- พัฒนาการ		18
- โภชนาการ		20

สารบัญ(ต่อ)

บทที่ 3 วิธีการจัดทำโครงการ	
-วัสดุและอุปกรณ์	21
บทที่ 4 ผลการดำเนินงาน	25
บทที่ 5 สรุปผลและข้อเสนอแนะ	
-สรุปผลการศึกษา	26
-ประโยชน์ที่ได้จากโครงการ	26
-ข้อเสนอแนะ	26
บรรณานุกรม	ฉ
ภาคผนวก	ช
ข้อมูลผู้จัดทำ	ซ

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของโครงการ

ปัจจุบันคนในชุมชนมีการเลี้ยงดูทารกแบบใช้ความรู้ที่รับฟังต่อกันมา หรือศึกษาจากอินเทอร์เน็ตโดยความรู้ที่ได้รับมาอาจไม่เพียงพอสำหรับข้อมูลเรื่องของการดูแลเลี้ยงดูทารกที่ดีและมีความเอาใจใส่ จึงเกิดปัญหาการวิตกกังวลหรือสภาวะต่างๆ ขึ้นมาได้คนในชุมชนคุณพ่อคุณแม่มีมือใหม่หรือสมัยใหม่ที่มีการเลี้ยงทารกแรกเกิดควรมีความรู้พื้นฐานในการรู้วิธีการดูแลเด็กทารกเป็นอย่างดี โดยเฉพาะความเข้าใจ ความอดทน เด็กทารกแรกเกิดจะมีภาวะเสี่ยงในหลายๆ โรครวมไปถึงความพร้อมในด้านของการรับมือโรคที่ส่งผลกระทบต่อเด็กจำเป็นต้องศึกษาการรับวัคซีนที่สำคัญที่ต้องฉีดให้เด็กทารกนั้นต้องได้รับวัคซีนที่แพทย์แนะนำมีวัคซีนที่ป้องกันโรคร้ายหลากหลายสายพันธุ์ที่เด็กนั้นควรได้รับโดยเฉพาะตัว

การพัฒนาการของเด็กทารกมีหลากหลายประเภท การพัฒนาการด้านสมอง การพัฒนาด้านร่างกาย และการพัฒนาด้านอื่นๆ ที่คุณพ่อคุณแม่สมัยใหม่ในชุมชนควรช่วยกันเลี้ยงดูอย่างใกล้ชิดเพื่อให้เด็กทารกเรียนรู้พัฒนาการเลียนแบบท่าทางหรือการสื่อสารแสดงออกแบบมนุษย์ถูกวิธีเพราะการพัฒนาการด้านสมองในวัยเด็กทารกเป็นวัยที่จดจำง่ายและเรียนรู้ได้เร็วคุณพ่อคุณแม่ควรดูแลอย่างดีที่สุดหรือหาคำแนะนำจากทางแพทย์ที่มีความรู้ด้านพัฒนาการของเด็กทารกโดยตรงแล้วด้านโภชนาการของเด็กที่ต้องได้รับสารอาหารเหมาะสมกับวัยทารกและมีประโยชน์ต่อร่างกายเพื่อที่จะเจริญเติบโตตามวัยอย่างแข็งแรง รวมถึงสภาพแวดล้อมโดยรวมของชุมชนที่เหมาะสมกับการเลี้ยงดูเด็ก สภาพอากาศที่ถ่ายเท หรือสภาพบริเวณแหล่งที่อยู่อาศัยแบบไม่แออัดมากเกินไปที่สามารถรับมือกับการเลี้ยงดูให้ไม่เกิดมลพิษทางเสียงหรือการรบกวนบริเวณรอบๆ บ้านที่มีคนในชุมชนอาศัยอยู่ด้วยการดูแลและรับมือกับทารก

คณะผู้จัดทำได้มีการรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการเลี้ยงและดูแลเด็กทารกทั้งด้านสภาพแวดล้อม โภชนาการ, พัฒนาการและการป้องกันโรคที่อาจเกิดขึ้นได้ในเด็กทารกมารวมข้อมูลเป็น web site ที่เข้าถึงได้ง่ายมีข้อมูลครบถ้วนเพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจให้กับคนในชุมชนที่เป็นคุณพ่อคุณแม่สมัยใหม่ที่ต้องการความรู้ในการเลี้ยงดูเด็กทารกด้วยวิธีที่ถูกต้องและรอบด้านแก่ทั้งบุคคลทั่วไปและเป็นคำแนะนำพื้นฐานที่บางคนไม่ได้มีความรู้หรือมีความรู้ไม่รอบด้านพอจะเลี้ยงดูเด็กทารกอย่างถูกวิธีสามารถใช้ web site นี้เป็นสื่อกลางที่ใช้เพื่อเป็นประโยชน์และศึกษาวางแผนเพื่อการเลี้ยงดูเด็กทารกในอนาคตให้เติบโตสภาพแวดล้อมที่ดีและมีพัฒนาการแต่ละด้านเจริญเติบโตในสภาวะที่สมบูรณ์ครบและเติบโตอย่างแข็งแรงในชุมชน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ความรู้การเลี้ยงดูเด็กทารก
2. เพื่อพัฒนาด้านการศึกษาการใช้webในด้านเทคโนโลยี
3. เพื่อศึกษาความพึงพอใจและความคิดเห็นแบบถูกวิธีและปลอดภัย

ขอบเขตการของโครงการ

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้จัดทำได้กำหนดขอบเขตของการวิจัย ดังนี้
มีขอบเขตระยะเวลาดำเนินงาน 1 กันยายน 2567- 30 กันยายน 2567 มีขอบเขตเนื้อหาเกี่ยวกับ การเลี้ยงและดูแลเด็กอ่อนทั้งด้านสภาพแวดล้อม,โภชนาการ,พัฒนาการและการป้องกันโรคที่อาจจะเกิดขึ้นได้ในเด็กอ่อนมารวมกันเป็นweb site ที่เข้าถึงง่ายมีข้อมูลครบถ้วนและใช้ software ที่เกี่ยวข้อง มีดังนี้ WordPress

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. baby care ชื่อโครงการ
2. software เว็บไซต์ที่ใช้ศึกษา
3. WordPress เว็บไซต์แอปพลิเคชัน
3. web site เทคโนโลยีใช้ในการค้นคว้า
4. (BCG) วัคซีนป้องกันวัณโรค บีซีจี
5. (HBV 1) วัคซีนป้องกันตับอักเสบบี
6. (HBV 2) วัคซีนป้องกันตับอักเสบบี
7. (DTwP-HB1) วัคซีนป้องกันคอตีบ, บาดทะยัก, ไอกรน ชนิดทั้งเซลล์
8. (OPV 1 หรือ IPV 1) วัคซีนโปลิโอ
9. (DTaP 1) วัคซีนเสริม วัคซีนป้องกันคอตีบ, บาดทะยัก, ไอกรน ชนิดไร้เซลล์
10. (IPV 1) วัคซีนโปลิโอ ชนิดฉีด
11. influenza type B (Hib 1) วัคซีนป้องกันเชื้อ
12. (PCV 1) วัคซีนป้องกันเชื้อนิวโมคอคคัสชนิดคอนจูเกต
13. (Rota 1) วัคซีนโรต้า
14. Patterns รูปแบบ

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ได้เพิ่มแนวทางให้พ่อแม่ในการเลี้ยงดูเด็กทารกสามารถนำความรู้ไปใช้จากweb siteนี้ได้
2. ได้สร้างความรู้พื้นฐานเรื่องเกี่ยวกับการเลี้ยงดูเด็กอ่อนให้ทั่วถึงในบุคคลทั่วไป
3. ได้พัฒนาความสามารถในสร้างweb siteที่มีมาตรฐาน

บทที่ 2

เอกสารที่เกี่ยวข้อง

ในการจัดทำโครงการคอมพิวเตอร์ เรื่อง วิธีการดูแลและรับมือกับทารกแรกเกิด ผู้จัดทำได้ศึกษาเอกสารและจากเว็บไซต์ต่างๆ ที่เกี่ยวข้องดังต่อไปนี้

- 2.1 โรค
- 2.2 สภาพแวดล้อม
- 2.3 การดูแล
- 2.4 วัคซีน
- 2.5 พัฒนาการ
- 2.6 โภชนาการ

2.1 โรคที่พบบ่อยในเด็กทารก

1) การสะอึก

อาการสะอึก (Hiccups) เป็นอาการที่เกิดขึ้นได้กับคนทุกช่วงวัย โดยเฉพาะในเด็กทารกที่อายุต่ำกว่า 1 ปี เป็นอาการที่กระเพาะอาหารขยายตัวจากนมที่ดื่มเข้าไป ส่งผลให้เกิดแรงดันไปยังกล้ามเนื้อกะบังลมเวลาที่ทารกหายใจออก กล้ามเนื้อกะบังลมจึงหดตัวอย่างรวดเร็วจนกลายเป็นเสียงสะอึก อาการนี้เกิด ขึ้นได้ตั้งแต่ทารกยังอยู่ในครรภ์ และจะค่อย ๆ หายไปเองเมื่อทารกอายุได้ 4-5 เดือน ถือเป็นอาการปกติที่เกิดขึ้นได้กับเด็กทุกคน ถึงแม้ว่าจะเป็นอาการที่พบได้บ่อย และส่วนใหญ่ไม่อาการที่เป็นอันตราย ร้ายแรง ไม่ทำให้ลูกรู้สึกเจ็บปวด แต่เพื่อความปลอดภัยของลูกน้อย คุณพ่อคุณแม่ควรสังเกตอาการอื่นๆ อย่างใกล้ชิด จะเป็นการดีที่สุดสำหรับอาการที่ควรจับตามดูเป็นพิเศษเมื่อลูกมีอาการสะอึก ได้แก่ ลูกสะอึกต่อเนื่องกันเป็นเวลานาน ร่วมกับมีอาการแหงนหน้า เหยียดขา เหยียดมือ มีไข้ งอแงผิดปกติ หากพบอาการเหล่านี้ แนะนำว่าควรพาไปพบแพทย์เพื่อตรวจอย่างละเอียดอีกครั้ง เพราะอาการสะอึกที่ผิดปกติ อาจเป็นสัญญาณของโรคในช่องปอด ความผิดปกติของอวัยวะในช่องท้อง หรือความผิดปกติบริเวณลำคอและหน้าอกได้

สาเหตุการเกิด

1. ทารกมีอาการท้องอืด เพราะระบบย่อยอาหารยังเจริญเติบโตไม่เต็มที่
2. ทารกดื่มนมปริมาณมากเกินไปหรือเร็วเกินไปในคราวเดียว
3. ทารกกินอากาศเข้าไปมากเกินไป

การแก้ปัญหา

1. ปรับเปลี่ยนท่าทางให้ลูกน้อย

หากกำลังป้อนนมอยู่แล้วลูกเกิดอาการสะอึก อาจเป็นสัญญาณว่าลูกน้อยอยู่ในท่านอนราบมากเกินไป ทำให้มีอากาศเข้าไปในท้อง ควรหยุดป้อนแล้วจับให้ลูกนั่งตัวตรง ใช้หมอนช่วยหนุนหลัง จะช่วยให้อาการสะอึกหายไป

2.กระตุ้นให้ทารกเรอ

การอุ้มทารกพาดบ่าหรืออุ้มนั่ง เพื่อกระตุ้นให้ทารกเรอออกมา เพราะการเรอ เป็นการเอาอากาศส่วนเกินที่อยู่ในท้องหรืออยู่ในหลอดอาหารออกมา จึงช่วยบรรเทาอาการสะอึกได้

3.ลูบแผ่นหลังทารกขึ้นเบา ๆ

การลูบแผ่นหลังของลูกน้อยขึ้นเบา ๆ โดยการจับลูกนั่งตัวตรงบนตัก ให้เอนตัวไปข้างหน้าเล็กน้อย ใช้นิ้วชี้และนิ้วโป้งประคองคางเอาไว้ จากนั้นลูบหลังจากส่วนเอวขึ้นมาถึงต้นคอช้า ๆ

2) ลิ้นเป็นฝ้าขาว

ลิ้นเป็นฝ้า หมายถึง ลิ้นที่มีแผ่นสีขาวปกคลุมอยู่ ซึ่งแม้ว่าจะดูน่ากลัวและไม่สวยงาม แต่โดยส่วนมากแล้วฝ้าบนลิ้นนั้นไม่เป็นอันตราย อาการลิ้นเป็นฝ้านี้เกิดขึ้นได้ทั้งในเด็กและผู้ใหญ่ โดยที่เราสามารถแบ่งแยกสาเหตุของฝ้าบนลิ้นได้ 3 สาเหตุหลัก ๆ

1.การหลุดลอกของเซลล์ที่ตายแล้ว ผสมกับเชื้อแบคทีเรีย เชื้อราหนึ่งในสาเหตุของลิ้นเป็นฝ้าในเด็กและผู้ใหญ่ที่พบมากที่สุดคือ การสะสมของคราบหลุดลอกของเซลล์ที่ตายแล้ว ผสมกับเชื้อแบคทีเรีย และสิ่งสกปรกที่สะสมในช่องปาก ซึ่งฝ้าบนลิ้นที่เกิดจากสาเหตุนี้จะไม่อันตรายและไม่มีอาการอื่น ๆ ร่วมด้วย สามารถรักษาได้ด้วยการดูแลความสะอาดช่องปาก ฟัน และลิ้นทั่ว ๆ ไป

2. การติดเชื้อราในช่องปาก (Oral Candidiasis)อีกหนึ่งสาเหตุของลิ้นเป็นฝ้าที่สามารถพบได้คือ การติดเชื้อราในช่องปากนั่นเอง โดยจะพบได้มากในเด็กเล็กที่มีอายุต่ำกว่า 6 เดือน หรือเด็กที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง และขาดการดูแลความสะอาดของช่องปากอย่างเหมาะสม และเชื้อรา Candida Albicans เป็นเชื้อราที่พบได้บ่อยที่สุด ซึ่งฝ้าขาวบนลิ้นที่เกิดจากการติดเชื้อราจะมีลักษณะเป็นฝ้าสีขาวหนา ๆ ปกคลุมลิ้นอยู่ และอาจลามไปยังบริเวณกระพุ้งแก้มและเพดานปากได้ด้วย นอกจากนั้น ยังอาจมีอาการอื่น ๆ ร่วมด้วย เช่น ปากแห้งและเจ็บ หรืออาการเบื่ออาหาร ซึ่งหากติดเชื้อราในช่องปากควรปรึกษาทันตแพทย์เพื่อรักษาอย่างถูกวิธีต่อไป

การป้องกันลิ้นขาว

- 1.คอยสังเกตสุขภาพปาก ฟัน ลิ้นของตัวเองเสมอว่า มีคราบขาวและอาการร่วมอื่น ๆ
- 2.แปรงฟันและบ้วนปากด้วยน้ำยาบ้วนปากเป็นประจำทุกวัน เพื่อลดการสะสมของแบคทีเรียและเชื้อราในช่องปาก
- 3.แปรงลิ้นอย่างถูกวิธีเป็นประจำ เพื่อลดการสะสมของเซลล์ที่ตายแล้ว เศษอาหาร แบคทีเรีย และเชื้อราบนลิ้น

วิธีการสังเกต

1. ฝ้าหนา ๆ หรือมีขนาดใหญ่
2. ฝ้ามีสีอื่นนอกจากสีขาว เช่น สีเหลือง สีน้ำตาล สีดำ
3. มีอาการอื่นร่วมด้วย เช่น เจ็บปาก ปากแห้ง และเบื่ออาหาร
4. ฝ้าบนลิ้นไม่หายไปหลังจากทำความสะอาดช่องปากอย่างสม่ำเสมอ

3) หายใจเสียงดังครืดคราด

คือ ความผิดปกติของการหายใจที่เกิดขึ้นในขณะหลับ เกิดจากทางเดินหายใจที่มีการอุดกั้นบางส่วน หรืออุดกั้นอย่างสมบูรณ์ ซึ่งมักเกิดขึ้นเป็นพัก ๆ ขณะหลับ ทำให้เกิดการรบกวนต่อระบบการระบายลมหายใจ และระบบการนอนหลับอัตราการเกิดพบประมาณ 2% ของประชากร พบในเด็กผู้หญิงบ่อย ๆ กับเด็กผู้ชาย จะเห็นได้ว่าลักษณะแบบไม่เป็นอันตรายพบได้บ่อยกว่ามาก อย่างไรก็ตามแพทย์มีความจำเป็นจะต้องตรวจวินิจฉัยเด็กที่ในลักษณะแบบมีอันตราย หรือมีความผิดปกติของการหายใจ และให้การรักษาอย่างทันทั่วที่ เนื่องจากหากปล่อยทิ้งไว้จะทำให้เกิดมีภาวะแทรกซ้อนตามมาได้ จะส่งผลให้ปริมาณออกซิเจนในเลือดต่ำลง ส่งผลให้ออกซิเจนไปเลี้ยงสมองไม่พอเพียง เด็กเมื่อนอนแล้วหายใจไม่ออก เนื่องจากทางเดินหายใจอุดตัน ก็จะนอนกระสับกระส่าย ตื่นนอนบ่อย ทำให้การนอนหลับตอนกลางคืนไม่มีคุณภาพ, นอนหลับได้ไม่เพียงพอ ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิต และการเรียนรู้ และพัฒนาการของเด็ก

อาการ

มีอาการหายใจติดขัด หายใจลำบาก หรือหยุดหายใจเป็นพัก ๆ นอนกระสับ กระส่าย, เหงื่อออกมาก เวลานอน ตื่นนอนกลางดึกบ่อย ๆ ปัสสาวะรดที่นอนทั้งที่เคยควบคุมได้มาก่อน ง่วงเหงาหาวนอนมาก ผิดปกติในเวลากลางวัน มีความดันโลหิตสูง

4) ภูมิแพ้

ภูมิแพ้เกิดจากปฏิกิริยาของภูมิคุ้มกันในร่างกายมีการตอบสนองที่มากผิดปกติต่อสารก่อภูมิแพ้ที่เข้าสู่ร่างกาย ทำให้เกิดการอักเสบเรื้อรังที่อวัยวะต่างๆ เช่น ผิวหนัง เยื่อบุจมูก เยื่อบุตา เยื่อบุทางเดินหายใจ หรือเยื่อบุทางเดินอาหาร

ปัจจัยเสี่ยงของการเกิดภูมิแพ้ในเด็ก

1. ปัจจัยทางด้านพันธุกรรม ผู้ป่วยที่มีประวัติพ่อหรือแม่เป็นโรคภูมิแพ้ มักมีโอกาสเสี่ยงเป็นโรคภูมิแพ้ถึงร้อยละ 20-40 และร้อยละ 50-80 ในกรณีที่พ่อและแม่เป็นโรคภูมิแพ้ โดยที่อาจจะไม่ได้เป็นภูมิแพ้ชนิดเดียวกันหรือแพ้สารก่อภูมิแพ้ชนิดเดียวกัน
2. ปัจจัยทางด้านสิ่งแวดล้อม ผู้ป่วยโรคภูมิแพ้อายุ 15 ไม่ได้มีพ่อหรือแม่ที่เป็นโรคภูมิแพ้ แต่เกิดจากการอยู่อาศัยในสิ่งแวดล้อมที่มีสารก่อภูมิแพ้อยู่เป็นจำนวนมาก เช่น ไรฝุ่น แมลงสาบ การเลี้ยงสัตว์ที่มีขนในบ้าน เช่น สุนัข แมว ตลอดจนการได้รับมลพิษทางอากาศ เช่น ควันจากท่อไอเสียรถยนต์ ควันจากโรงงานอุตสาหกรรม ควันบุหรี่ หรือการรับประทานนมสัตว์ เช่น วัวหรือแพะ รวมทั้งนมถั่วเหลืองในช่วงอายุ 6 เดือนแรกหลังคลอด แทนที่จะเป็นนมแม่ ก็เป็นปัจจัยเสี่ยงที่ก่อให้เกิดโรคภูมิแพ้

โรคภูมิแพ้ในเด็กที่พบบ่อย

1. โรคหืด เกิดจากทางเดินหายใจที่บวม ตีบแคบลง ซึ่งถูกกระตุ้นโดยปฏิกิริยาภูมิแพ้หรือสาเหตุอื่นๆ ร่วมด้วย จะมีอาการหายใจเสียงดัง “วี๊ด” หอบ แน่นหน้าอก อาจเกิดอาการในตอนกลางคืน ขณะออกกำลังกาย หรือขณะเป็นหวัด

2. โรคเยื่อบุจมูกอักเสบภูมิแพ้ มีอาการ จาม คัน คัดจมูก มีน้ำมูกใส เป็นเรื้อรังหลายสัปดาห์ ในช่วงฤดูฝนหรือตลอดทั้งปี
3. โรคผื่นภูมิแพ้ผิวหนัง มี ผื่น คัน จนผิวหนังแดง เป็นเรื้อรัง โดยจะพบในเด็กเล็กและมีอาการมากเมื่อมีสิ่งกระตุ้น เช่น ร้อนเหงื่อออก แพ้อาหาร เป็นต้น
4. ผื่นลมพิษ จะมีอาการคัน บวม ผื่นขึ้นนูนหนาของผิวหนัง สาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากการแพ้ยาและอาหารบางชนิด นอกจากนี้การติดเชื้อไวรัส หรือแบคทีเรียบางชนิดก็เป็นสาเหตุที่พบได้
5. แพ้อาหาร เนื่องจากเกิดปฏิกิริยาแพ้โปรตีนในอาหาร ก่อให้เกิดอาการได้หลายระบบ ได้แก่ ระบบทางเดินอาหาร จะปวดท้อง อาเจียน ท้องเสีย ถ่ายมีมูกปนเลือด อาการทางผิวหนัง มีผื่นขึ้น ลมพิษ หรือระบบทางเดินหายใจ เช่น หอบ คัดจมูก มีน้ำมูกเรื้อรัง อาหารที่พบว่าป็นสาเหตุได้บ่อยคือ นมวัว นมถั่วเหลือง ไข่ และแป้งสาลี เป็นต้น และอาการแสดงมักจะเริ่มต้นในขวบปีแรกและมีอาการเรื้อรังเป็นๆ หายๆ
6. เยื่อบุตาอักเสบจากภูมิแพ้ มีอาการแสบตา คันตา น้ำตาไหล ขี้ตาบ่อย จนขอบตาซ้ำ สีคล้ำ โดยพบบ่อยร่วมกับอาการเยื่อบุโพรงจมูกอักเสบภูมิแพ้

การรักษาโรคภูมิแพ้ในเด็ก

1. หลีกเลี่ยงสารก่อภูมิแพ้ เพื่อให้อาการของโรคภูมิแพ้ลดน้อยลง และทำให้ผู้ป่วยสามารถลดปริมาณการใช้จ่ายให้เหลือน้อยที่สุด
2. ใช้อย่างสม่ำเสมอและทำตามคำแนะนำของแพทย์ รวมถึงการที่ผู้ป่วยนั้นสามารถล้างจมูกด้วยน้ำเกลือ และใช้ยาพ่นผ่านจมูกได้อย่างถูกต้องตามขั้นตอน ฉะนั้นแพทย์และผู้ปกครองจะต้องคอยให้ความรู้ความเข้าใจอย่างถูกต้อง
3. ดูแลตนเองให้มีสุขภาพกายและใจที่แข็งแรงอยู่เสมอ ผู้ปกครองควรดูแลและแนะนำผู้ป่วย โดยการให้ผู้ป่วย 4. รับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ และที่สำคัญต้องหลีกเลี่ยงอาหารที่แพ้ นอกจากนั้นควรจจะพักผ่อนให้เพียงพอและหมั่นออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ รวมถึงหลีกเลี่ยงสิ่งแวดล้อมที่กระตุ้นให้เกิดอาการได้ เช่น ควันบุหรี่ ควันท่อไอเสีย ควันจากโรงงานอุตสาหกรรม

ชนิดของการรักษา

1. แบบฉีดเข้าใต้ผิวหนัง (Subcutaneous immunotherapy) สามารถฉีดสารก่อภูมิแพ้ที่เป็นสาเหตุได้มากกว่า 1 ชนิด เหมาะสำหรับผู้ป่วยที่ทดสอบแล้วพบว่าแพ้มากกว่า 1 ชนิด อาจมีผลข้างเคียง เช่น อาการแพ้รุนแรง (Anaphylaxis) ได้ เนื่องจากการฉีดสารก่อภูมิแพ้ที่ผู้ป่วยแพ้เข้าไปในร่างกาย
2. แบบอมใต้ลิ้น (Sublingual immunotherapy) ในปัจจุบัน มีการใช้ วัคซีนภูมิแพ้ ในรูปแบบการอมใต้ลิ้นเพิ่มขึ้น เนื่องจากมีผลข้างเคียงน้อย สามารถใช้แทนการฉีดได้ และผลการรักษาใกล้เคียงกับการฉีดวัคซีนภูมิแพ้

วิธีการป้องกัน

1. ไม่ควรเลี้ยงสัตว์ที่มีขนไว้ในบ้าน
2. ภายในห้องนอน ควรมีเฉพาะเครื่องนอนและของใช้ที่จำเป็น ไม่ควรสะสมหนังสือ รวมทั้งการใช้พรมทั้งในห้องและในบ้าน
3. ควรทำความสะอาดเครื่องนอน รวมไปถึงผ้าปูที่นอน เครื่องปรับอากาศ เป็นประจำ
4. ผู้ปกครองไม่ควรสูบบุหรี่ในบ้านหรือบริเวณที่มีเด็ก ๆ อยู่
5. เด็กที่เป็นโรคหืด ผู้ปกครองควรให้ออกกำลังกายเป็นประจำ หากมีอาการหอบหลังการออกกำลังกาย ควร
6. ปรึกษาแพทย์เพื่อใช้ยาควบคุมอาการอย่างสม่ำเสมอ จะป้องกันอาการหอบได้ และใช้ยาขยายหลอดลมเมื่อมีอาการ
7. กำจัดเศษอาหารและขยะต่างๆ ที่อาจก่อให้เกิดแหล่งเพาะพันธุ์ของแมลงสาบ

5) โรค RSV

สาเหตุ

RSV คือ เชื้อไวรัสที่มีชื่อเต็มๆว่า Respiratory Syncytial Virus ซึ่งเป็นเชื้อที่ก่อให้เกิดโรคติดเชื้อทางเดินหายใจได้ทั้งส่วนบนและส่วนล่าง ซึ่งสามารถติดต่อได้ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ แต่สำหรับเด็กเล็กเมื่อติดเชื้ออาจมีโอกาที่จะมีอาการรุนแรงกว่า และเด็กที่ร่างกายไม่แข็งแรงหรือมีโรคประจำตัวอาจมีอาการรุนแรงถึงขั้นระบบทางเดินหายใจล้มเหลวได้

อาการของโรค

ช่วงแรกอาจมีอาการคล้ายกับไข้หวัดธรรมดา เช่น มีไข้ ไอ จาม น้ำมูกไหล สำหรับเด็กโตหรือผู้ใหญ่ มักมีอาการไม่รุนแรง สามารถหายเองได้ แต่สำหรับเด็กเล็กเชื้ออาจลุกลามไปยังทางเดินหายใจส่วนล่าง จนปอดอักเสบทำให้มีอาการรุนแรงได้แก่ ไข้สูง หอบเหนื่อย หายใจเร็ว หายใจมีเสียงหวีด ในปัจจุบันยังไม่มียารักษาหรือยาฆ่าเชื้อ RSV โดยตรง ทั่วไปจะใช้วิธีการรักษาตามอาการ เช่น ให้ยาลดไข้ ให้ยาละลายเสมหะ ยาขยายหลอดลม ดูดเสมหะ เคาะปอด ตามแต่อาการของคนไข้ สำหรับการรักษาและระยะเวลาฟื้นไข้ หากอาการไม่รุนแรงอาจหายเองได้ภายใน 5-7 วัน แต่บางรายที่ติดเชื้อถึงทางเดินหายใจส่วนล่างและมีอาการหนัก อาจใช้เวลาได้ถึง 2-3 สัปดาห์ ด้วยระยะเวลาการเจ็บป่วยค่อนข้างนานและต้องมีการทำหัตถการ เช่น พ่นยาขยายหลอดลม ดูดเสมหะหรือเคาะปอดช่วย จึงทำให้หากต้องนอนพักรักษาตัวในโรงพยาบาลด้วย RSV มีค่าใช้จ่ายต่อครั้งค่อนข้างสูง

การป้องกัน

1. ให้สมาชิกในบ้านหมั่นล้างมือบ่อยๆ
2. ทำความสะอาดบ้านและของเล่นเด็กเป็นประจำ
3. เมื่อบุตรหลานมีอาการป่วยให้แยกออกจากเด็กปกติ และให้หยุดเรียนจนกว่าจะหายดีเพื่อลดการแพร่เชื้อ
4. หลีกเลี่ยงสถานที่แออัด ไม่อยู่ในห้องแอร์ตลอดเวลา

6) โรค มือ เท้า ปาก

สาเหตุ

เกิดจากเชื้อไวรัสในกลุ่มเอนเทอโรไวรัส พบมากในเด็กเล็กอายุน้อยกว่า 10 ปี โดยเด็กเล็กอาการจะรุนแรงกว่าในเด็กโต

อาการของโรค

(หลังจากได้รับเชื้อ 3-6 วัน ผู้ติดเชื้อจะเริ่มแสดงอาการป่วย) หากผู้ป่วยได้รับเชื้อจะมีอาการเล็กน้อย เช่น มีไข้ต่ำๆ อ่อนเพลีย ต่อมาอีก 1-2 วัน จะมีอาการเจ็บปาก ร่วมกับมีตุ่มพองเล็กๆ บริเวณฝ่ามือ ฝ่าเท้า ตุ่มแผลในปาก บริเวณเพดานอ่อน กระพุ้งแก้ม ลิ้น และจะแตกออกเป็นแผลหลุมตื้นหากมีอาการไม่ดีขึ้น หรือมีไข้ขึ้นซ้ำลง เดินเซ ชัก เกร็ง หายใจหอบเหนื่อย อาเจียนมาก ต้องรีบไปพบแพทย์ทันที เพราะอาจติดเชื้อโรคมือ เท้า ปาก ชนิดรุนแรง อาจถึงขั้นเสียชีวิตได้

การรักษาเบื้องต้น

- 1.อาการไข้และความเจ็บปวดจากแผล สามารถบรรเทาได้ด้วยการรับประทานกลุ่มยาแก้ปวดลดไข้ การดูแลช่องปาก ให้ใช้น้ำเกลือบ้วนปากบ่อยๆ (จะสามารถใช้น้ำเกลืออุณหภูมิอุ่นๆ ในการบ้วนปากได้ต่อเมื่อเด็กโตพอที่จะบ้วนปากได้เองโดยไม่กลืนน้ำเกลือลงไป)
- 2.การรับประทานอาหาร ให้รับประทานอาหารอ่อนๆ ที่กลืนง่าย เช่น ซุป ข้าวต้ม มันบด ไอศกรีม หรือโยเกิร์ต โดยควรหลีกเลี่ยงอาหารหรือเครื่องดื่มที่ร้อนจัด มีรสเปรี้ยว หรือมีรสเผ็ด
- 3.ป้องกันภาวะขาดน้ำ ด้วยการดื่มน้ำเปล่ามากๆ โดยควรดื่มน้ำทุกๆ ครึ่งชั่วโมง หรือบ่อยกว่านั้น เพื่อป้องกันร่างกายขาดน้ำ

การป้องกันโรคมือ เท้า ปาก

- 1.โรงเรียนและสถานศึกษาควรมีการคัดกรองเด็กทุกเช้าก่อนเข้าเรียน สอนให้เด็กล้างมือเป็นประจำ สำหรับเด็กที่ป่วยเป็นโรคมือ เท้า ปาก ควรหยุดพักรักษาตัวที่บ้านประมาณ 1 สัปดาห์ หรือจนกว่าจะหายเป็นปกติ เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อให้เด็กคนอื่นๆ
- 2.หมั่นดูแลรักษาความสะอาดของสถานที่และอุปกรณ์เครื่องใช้ที่ใช้ร่วมกันด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อโรคอย่างสม่ำเสมอ เช่น ภาชนะใส่อาหาร ห้องน้ำ ของเล่นต่างๆ
- 3.ผู้ปกครองควรหมั่นสังเกตอาการบุตรหลานอย่างใกล้ชิด และหลีกเลี่ยงการนำเด็กเล็กไปในสถานที่ที่มีคนแออัด เช่น ห้างสรรพสินค้า โรงภาพยนตร์ สนามเด็กเล่น ตลาด ควรอยู่ในบริเวณที่มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก

7) ไข้หวัดใหญ่

ไข้หวัดใหญ่ เป็นโรคติดเชื้อที่เกิดจากการติดเชื้อ Influenza Virus สามารถติดต่อกันได้ผ่านทางการสัมผัส ไอ จาม หากติดเชื้อแล้วก็จะมีอาการเหมือนเป็นหวัด มีไข้ ปวดกล้ามเนื้อแต่ในแต่แต่ละคนจะมีอาการมาน้อยแตกต่างกันไป ในคนที่ร่างกายแข็งแรงภูมิคุ้มกันดี หากป่วยแล้วอาจมีอาการไม่มาก แต่หากเกิดขึ้นในเด็ก หรือผู้สูงอายุที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ อาจมีอาการรุนแรงหรือมีอาการแทรกซ้อนซึ่งอันตรายถึงเสียชีวิตได้ ไข้หวัดใหญ่ในคนจะมี 3 สายพันธุ์ คือ A, B และ C โดยปกติจะมีแค่สายพันธุ์ A

และ B ที่มีการระบาดโดยทั่วไป จากสถิติและข้อมูลที่ปรากฏ ใช้หวัดใหญ่สายพันธุ์ A จะมีอาการที่รุนแรงกว่า

อาการของไข้หวัดใหญ่

สำหรับอาการของไข้หวัดใหญ่จะมีอาการที่รวดเร็ว และรุนแรงกว่าไข้หวัดธรรมดา อาการที่พบได้บ่อยได้แก่

1. มีไข้สูง 39-40 องศา หนาวสั่น ในเด็กจะเสี่ยงต่อการชักได้
2. ปวดหัวมาก
3. ไอแห้ง จาม น้ำมูกไหล
4. อ่อนเพลียมาก
5. ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ในเด็กอาจมีอาการท้องเสียร่วมด้วย

อาการที่ควรไปพบแพทย์

1. มีไข้เกิน 24 ชั่วโมง
2. หายใจหอบเหนื่อย
3. อ่อนเพลีย ซึม กินไม่ได้

การป้องกันการติดเชื้อ ไข้หวัดใหญ่

1. เมื่อไอหรือจาม ให้ไอหรือจามใส่กระดาษทิชชู หรือข้อพับแขนด้านใน
2. ล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำและสบู่ หรือเจลแอลกอฮอล์
3. เลี่ยงสถานที่ที่ผู้คนแออัด หรือถ้าเลี่ยงไม่ได้ ต้องใส่หน้ากากอนามัยเพื่อป้องกัน
4. หลีกเลี่ยงการคลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ป่วย
5. หากมีอาการป่วย ควรหยุดเรียน หยุดงาน เพื่อลดโอกาสการแพร่กระจายของโรค และเพื่อให้ร่างกายได้
6. พักผ่อนอย่างเต็มที่
7. การฉีดวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่

การรักษาไข้หวัดใหญ่ ในการรักษาไข้หวัดใหญ่ในรายที่อาการไม่รุนแรง ปกติอาจจะมีอาการราว 7-10 วัน สามารถรักษาที่บ้าน และหายด้วยตัวเองได้ อาจทานยาลดไข้ ได้แก่ ยาพาราเซตามอล หรือยาตามอาการ เช็ดตัวเพื่อช่วยลดไข้ได้ ดื่มน้ำ และพักผ่อนให้เพียงพอ แต่ในรายที่มีเป็นกลุ่มเสี่ยง หรือมีอาการรุนแรง อาจจำเป็นต้องรักษาตัวในโรงพยาบาล และแพทย์อาจมีการพิจารณาให้ยาต้านไวรัส ในแต่ละรายไป

8) ท้องร่วง ท้องเสีย

สาเหตุ

เป็นโรคติดเชื้อที่พบบ่อยที่สุดในเด็กเล็ก เนื่องจากได้รับเชื้อที่ปนเปื้อนมากับอาหารหรือเครื่องดื่ม หรือการหยิบสิ่งของเข้าปาก

อาการของโรค

ลักษณะอุจจาระที่เหลวกว่าปกติ หรือมีมูกเลือดปนมากกว่าหรือเท่ากับ 3 ครั้งต่อวัน หรือในกรณีที่วัดปริมาณอุจจาระได้ คือ อุจจาระเกิน 10 กรัม/กก./วัน ในทารกหรือเด็กเล็ก หรือ อุจจาระเกิน 200 กรัม/วัน ในเด็กโตและผู้ใหญ่ ความถี่ของการถ่ายอุจจาระโดยส่วนใหญ่แล้วในเด็กทารกสามารถขับถ่ายได้อย่างปกติ 3-10 ครั้งต่อวัน ได้ ขึ้นอยู่กับนมที่เด็กได้รับประทาน ซึ่งเด็กที่ทานนมแม่มักถ่ายบ่อยกว่าเด็กที่ทานนมผงหรือนมผง ส่วนในเด็กวัยเตาะแตะและเด็กโตมักจะถ่ายปกติวันละ 1-2 ครั้ง ขึ้นอยู่กับอาหารที่ทานเข้าไป

ลักษณะสีของอุจจาระสีเหลืองหรือน้ำตาล คือสีอุจจาระปกติ

1. สีเขียว อาจเกิดจากทานผักหรือเครื่องดื่มที่มีสีเขียวมากเกินไป กินธาตุเหล็ก หรือท้องเสียจนน้ำดีไม่สามารถย่อยและเปลี่ยนเป็นสีเหลืองได้ทันสีดำ อาจเกิดจากรับประทานธาตุเหล็ก ทานอาหารที่มีสีดำ เช่น black licorice หรือเลือดออกในทางเดินอาหาร

2. สีแดง อาจเกิดจากบริโภคอาหารที่มีสีแดง เช่น บีทรูท น้ามะเขือเทศ เป็นต้น จากยาฆ่าเชื้อปฏิชีวนะบางชนิด หรือเลือดออกจากทางเดินอาหาร

3. สีซีด ให้ระวังเพราะอาจเกิดจากการอุดตันในท่อน้ำดี หรืออาจเกิดจากทานยาบางชนิดปริมาณมาก เช่น ยาลดกรดอะลูมิเนียมไฮดรอกไซด์ bismuth subsalicylate เป็นต้น

ระยะเวลาของการถ่ายเหลวท้องร่วงเฉียบพลัน

ท้องร่วงที่เป็นมาไม่เกิน 7 วันท้องร่วงยืดเยื้อ คือ ท้องร่วงที่เป็นนาน 8-13 วันท้องร่วงเรื้อรัง คือ ท้องร่วงที่เป็นนานตั้งแต่ 14 วันขึ้นไป ซึ่งอาการท้องร่วงเฉียบพลัน เมื่อลูกน้อยมีอาการท้องร่วงจึงควรได้รับการประเมินเบื้องต้นก่อนว่ามีภาวะขาดน้ำรุนแรงแค่ไหน เช่น ปากแห้ง ตาลึกโหล ร้องไห้ไม่มีน้ำตา ปัสสาวะออกน้อย ชีพจรเต้นไว มีอาการกระสับกระส่าย ร้องไห้แฉะผดผื่นหรือซีดลง น้ำหนักตัวลดลง เป็นต้น ซึ่งหากไม่มั่นใจควรรีบพาลูกมาพบแพทย์เพื่อทำการตรวจที่โรงพยาบาล

การรักษา

เบื้องต้นในขณะที่อยู่ที่บ้านถ้าหากลูกน้อยมีอาการท้องร่วง อาจจะต้องให้สารน้ำทางปาก เช่น เกลือแร่ ปริมาณ 10 มล./กก. ต่อการถ่ายอุจจาระเหลวเป็นน้ำ 1 ครั้ง (ปริมาณสูงสุด 240 มล.ต่อครั้ง) แต่ในกรณีที่ผู้ป่วยไม่สามารถรับประทานเกลือแร่ชดเชยให้เพียงพอต่อการสูญเสียและเกลือแร่ในแต่ละครั้ง อาจเป็นเพราะ อาเจียนมาก ทานไม่ได้เลย หรือถ่ายเหลวหลายครั้ง ในปริมาณมาก ซึมลง ควรรีบพามาพบแพทย์ที่โรงพยาบาล เนื่องจากหากปล่อยให้เกิดภาวะขาดน้ำที่รุนแรงนานๆ อาจก่อให้เกิดภาวะไตวายเฉียบพลัน และเกิดภาวะช็อก

อาหารที่เหมาะสมสำหรับเด็กที่ท้องร่วง

1. ทารกที่กินนมแม่ แนะนำให้กินนมแม่ต่อได้ หากยังถ่ายเหลวหลายครั้งหลังรับประทานนม หรือนมแม่ออกครั้งละปริมาณมาก พิจารณาให้กินนมส่วนหลังไปก่อนนะคะ แล้วบีบน้ำนมส่วนหน้าเก็บแช่ตู้เย็นไว้ให้กินได้เมื่อหายท้องเสียแล้ว

2. รับประทานอาหารตามวัย ตามปกติ

3. การเปลี่ยนนมเป็นนมสูตรที่ปราศจากน้ำตาลแลคโทสซึ่งในกรณีนี้อาจไม่มีความจำเป็นต้องเปลี่ยนในผู้ป่วยท้องร่วงเฉียบพลันทุกราย

4. ในรายที่ถ่ายอุจจาระเป็นน้ำรุนแรงให้สงสัยอาจมีภาวะ lactose intolerance จึงอาจจะพิจารณาให้เปลี่ยนนมเป็นสูตรที่ปราศจากน้ำตาลแล็กโทส แต่ให้เปลี่ยนนมชั่วคราว ไม่จำเป็นต้องงดตลอดไป
5. แนะนำให้กินอาหารตามวัยที่ย่อยง่าย กินในปริมาณน้อยๆ และกินบ่อยๆ ควรงดเครื่องดื่มที่มีน้ำตาลสูง แต่ไม่จำเป็นต้องงดอาหาร

การป้องกันโรคท้องร่วง

1. ล้างมือให้สะอาดเป็นประจำทั้งตัวเด็ก และผู้ดูแล
2. รับประทานอาหารที่สุก สะอาด และ ครบ 5 หมู่
3. ถ้าเกิดอาการท้องร่วงแล้ว ผู้ดูแลควรระมัดระวังการแพร่เชื้อ โดยดูแลหลังการขับถ่ายให้สะอาด ระบายถ่าย เก็บแพมเพิสทิ้งลงถังขยะให้มิดชิด ไม่พาผู้ป่วยไปลงส้วมสาธารณะ และงดไปโรงเรียนหรือสถานรับเลี้ยงเด็กก่อนจนกว่าจะหายดี

9) ไข้เลือดออก

สาเหตุ

เกิดจากการติดเชื้อไวรัส Dengue มี 4 สายพันธุ์ คือ DENV-1, DENV-2, DENV-3 และ DENV-4 แต่ละสายพันธุ์มีระดับความรุนแรงของโรคต่างกันไป หากเป็นไข้เลือดออกจากเชื้อสายพันธุ์ไหนแล้ว จะไม่เป็นสายพันธุ์นั้นอีก แต่สามารถกลับมาเป็นโรคไข้เลือดออกในสายพันธุ์อื่นๆ แทน

การติดต่อนั้นจะมีอยู่หลายเป็นพาหะนำโรค โดยยุงลายจะออกหากินกัดคนในเวลากลางวัน เมื่อยุงลายตัวเมียดูดเลือดจากผู้ป่วยที่มีเชื้อเดงก็เข้าไป เชื้อไวรัสเดงก็ในยุงจะเพิ่มจำนวน และกระจายเชื้อเข้าไปสู่ต่อมน้ำลายของยุง เติบโตพร้อมที่จะปล่อยเชื้อให้กับคนที่ถูกกัดครั้งต่อไปได้ตลอดอายุของยุง ซึ่งอยู่ได้นาน 1-2 เดือน

อาการ

1. ไข้สูงหรือไข้ลดลงแต่อาการแย่ลง ยังเบื่ออาหาร ไม่ค่อยเล่น และอ่อนเพลีย
2. คลื่นไส้ อาเจียน ตลอดเวลา
3. ปวดท้องมาก
4. มีเลือดออกมาก เช่น เลือดกำเดาไหล อาเจียน หรือถ่ายอุจจาระเป็นสีดำ
5. พฤติกรรมของเด็กเปลี่ยนไปจากปกติ
6. กระหายน้ำตลอดเวลา
7. ร้องกวนมากในเด็กเล็ก
8. ตัวเย็น สีมัวคล้ำลง หรือตัวลาย
9. ปัสสาวะน้อยลง หรือไม่ถ่ายปัสสาวะนานเกิน 4- 6 ชั่วโมง

โดยอาการของโรคแบ่งออกเป็น 3 ระยะ

- 1.ระยะไข้สูง เมื่อเริ่มเป็นจะมีไข้สูงถึง 38-40 องศาเซลเซียส แม้กินยาลดไข้ หรือเช็ดตัวแล้วไขก็ยังไม่ลด อยู่ 2-7 วัน ตาและใบหน้า มักจะแดงกว่าปกติ เบื่ออาหารและมีอาการซึม บางคนอาจมีผื่นขึ้นหรือพบว่า มีจุดเลือดออกขึ้นตามลำตัว แขน ขา
- 2.ระยะวิกฤติ จะเกิดประมาณวันที่ 3-6 หลังจากระยะไข้สูงระยะหนึ่งแล้ว ไข้จะลดลงอย่างรวดเร็ว แต่อาการทั่วไปจะดูเพลียมากขึ้น รวมถึงมีอาการปวดท้อง ท้องอืด เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน อาจมีอาเจียนเป็นเลือด ถ่ายดำ ในกรณีที่รุนแรงมาก มือเท้าเย็น ปัสสาวะออกน้อย ผู้ป่วยอาจเกิดอาการช็อกได้ ให้รีบนำตัวส่งโรงพยาบาลทันที
- 3.ระยะฟื้นตัว เป็นระยะหลังไข้ลงโดยไม่มีอาการช็อก โดยเกล็ดเลือดจะเริ่มกลับสู่ภาวะปกติ ชีพจรและความดันโลหิตเริ่มคงที่ดีขึ้น อาการทั่วไปจะดีขึ้น เริ่มอยากอาหาร ปัสสาวะออกมากขึ้น มีผื่นแดงคันตามตัว

การดูแลรักษา

ปัจจุบันยังไม่มียาด้านเชื้อไวรัสสำหรับโรคไข้เลือดออก การรักษาจึงเป็นไปตามอาการ มีไข้ให้เช็ดตัว และรับประทานยาพาราเซตามอลลดไข้เท่านั้น ห้ามใช้แอสไพริน ไอบูโพรเฟน ฝ้าสังเกตอาการช็อกหลังจากไข้ลดลง ถ้าผู้ป่วยรับประทานได้น้อย อาจให้ดื่มนม น้ำผลไม้ หรือน้ำเกลือแร่ร่วมด้วย

การป้องกัน

โดยการทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายใกล้แหล่งที่อยู่อาศัยอย่างสม่ำเสมอ เช่น แหล่งน้ำขังในบ้าน และการป้องกันตัวเองและบุตรหลานไม่ให้ยุงกัด ด้วยการนอนในมุ้ง ทายากันยุง ซึ่งเป็นสิ่งที่ต้องทำอย่างสม่ำเสมอ การฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้เลือดออกในเด็ก และการไปพบแพทย์เมื่อป่วยเป็นไข้ ควรติดตามอาการ และปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์

วัคซีนป้องกันโรคไข้เลือดออก

การฉีดวัคซีนเปรียบเสมือนเป็นการสร้างเกราะภูมิคุ้มกัน โดยวัคซีนป้องกันเชื้อไวรัสเด็งกี สามารถป้องกันเชื้อไวรัสเด็งกีได้ทั้ง 4 สายพันธุ์ โดยปัจจุบันมีวัคซีนป้องกันไข้เลือดออกในประเทศไทยอยู่ 2 ชนิด ได้แก่

ชนิดที่ 1 คือ วัคซีนป้องกันไข้เลือดออก (Dengvaxia) ผลิตที่ประเทศฝรั่งเศส ฉีดได้ในเด็กอายุตั้งแต่ 6-45 ปี สามารถฉีดได้เฉพาะคนที่เคยติดเชื้อไข้เลือดออกมาก่อนเท่านั้น หากไม่มีประวัติการติดเชื้อยืนยัน ต้องทำการตรวจเลือดก่อนการฉีดวัคซีน แบ่งการฉีดเป็น 3 เข็ม ห่างกัน 6 เดือน (เดือน 0, 6 และ 12) มีประสิทธิภาพในการป้องกันโรคไข้เลือดออกได้ 65% ลดความรุนแรงของอาการเลือดออกได้ 93% และลดอัตราการนอนโรงพยาบาลได้ 80% โดยประมาณ

ชนิดที่ 2 คือ วัคซีนป้องกันไข้เลือดออก (Qdenga) ผลิตที่ประเทศเยอรมนี ใช้ในผู้ที่มีอายุ 4-60 ปี สามารถฉีดได้ทั้งในคนที่เคยและไม่เคยติดเชื้อไข้เลือดออกมาก่อน กล่าวคือ ทุกคนสามารถฉีดได้โดยไม่ต้องทำการตรวจเลือดใดก่อนการฉีดวัคซีน ฉีดเพียง 2 เข็ม ห่างกัน 3 เดือน (เดือน 0 และ 3) มีประสิทธิภาพในการป้องกันไข้เลือดออกจากทุกสายพันธุ์ได้สูงถึง 80.2% และป้องกันการนอนโรงพยาบาลได้สูงถึง 90.4%

2.2 สภาพแวดล้อม

สิ่งสำคัญสำหรับ พัฒนาการในวัยเด็กที่เราควรให้ความสนใจมีอยู่ ๒ ประการด้วยกัน คือ สิ่งแวดล้อมในการเลี้ยงดู และการให้สภาพอย่างมีขอบเขต เด็กจะเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่อย่างไร ครอบครัวเป็นตัวแปรที่ไม่ควรละเลย ในโลกของเด็ก เขายังไม่สามารถแยกแยะสิ่งต่างๆได้อย่างมีระบบ หากแต่เราซึ่งเป็นผู้ใหญ่ ต้องช่วยเสริม และให้โอกาสในการพัฒนารูปแบบการเติบโตเหล่านั้น ให้เหมาะสม ไม่ว่าจะเป็นในส่วนของพัฒนาการทางอารมณ์ สติปัญญา และความรับผิดชอบ ซึ่งสิ่งเหล่านี้สามารถแทรกอยู่ในการเล่น งานอดิเรก บรรยายภาพรอบๆตัว รวมไปถึงการแสดงให้เห็นถึงความสำคัญในการเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว

1. ห่วงโกลทีวี

ทีวีหรือโทรทัศน์ รวมไปถึงเกมส์และคอมพิวเตอร์ มักจะดึงดูดเด็กๆให้ติดหนึบอยู่หน้าจอ ทีวีนั้นในแง่มูมดูก็น่าสนใจ น่าความบันเทิงมาสู่บ้านได้ แต่สิ่งที่เกิดขึ้น เด็กจะแยกแยะไม่ออกต่อสิ่งที่เกิดขึ้น ในงานวิจัยเกี่ยวกับการดูทีวีนั้น บอกไว้ว่า “เมื่อดูโทรทัศน์เด็กจะไม่อยู่ในสถานะที่จะมีปฏิริยาที่โต้ตอบได้ เขาเรียนรู้ภาษาและรูปแบบพฤติกรรมอย่างเป็นผู้ถูกกระทำ โยงโยยอยู่กับโลกที่ไม่เป็นจริง ต่างจากผู้ใหญ่ที่สามารถจะต่อเติมโลกของโทรทัศน์ด้วยโลกของความเป็นจริงด้วย ความสำนึกในตัวตน และด้วย

สอดคล้องที่มีความหมาย แต่สำหรับเด็กเล็กๆแล้ว ประสบการณ์นี้โดยพื้นฐานคือ ความสับสนอลหม่านและการทำร้ายเด็ก โทรทัศน์สอนด้วยเหมือนกัน คือ สอนเรื่องความสนใจสั้นๆที่เกิดจากการตัดต่อแบบ “ไวไฟ” ตามที่สมัยนิยมในทุกวันนี้ และก็ยังมีการเลือกเปลี่ยนช่องอย่างรวดเร็วด้วยเครื่องควบคุมไร้สายอีกด้วย

2. สร้างสรรค์ด้วยดนตรีและกีฬา

จากการวิจัยพบว่า ดนตรีนั่นช่วยให้มนุษย์พัฒนาการรับรู้สัมผัสพันธ์ ซึ่งก็คือการรับรู้ถึงพื้นที่ว่าง รูปทรงของสิ่งต่างๆรอบๆตัวเรา แล้วสร้างขึ้นมาเป็นรูปทรงขึ้นภายในจิตใจของเรานั้นเอง ซึ่งจะทำให้เด็กสามารถจดจำรายละเอียด สามารถเปรียบเทียบเชื่อมโยงความสัมพันธ์ และสิ่งนี้เองทำให้เด็กได้ใช้จินตนาการของตัวเอง

3. ศิลปะและธรรมชาติคือชุมพลสร้างสรรค์ของเด็กๆ

ศิลปะคือสิ่งที่เด็ก เติบโตมาส่วนใหญ่จะเรียนรู้และชอบอยู่แล้ว เด็กหลายคนรักที่จะวาดเขียน รักที่จะละเลงสีเล่น และรักที่จะขีดเขียนตามผนังบ้าน แต่เพราะเรา-ผู้ใหญ่ ไม่ได้ยอมรับการละเล่นนั้น แต่ได้บีบบังคับให้เด็กเรียนหนังสือ ท่องตัวเลข หัดอ่านภาษาอังกฤษ ฯลฯ ด้วยบรรทัดฐานที่เราสร้างเอง เด็กหลายคนจึงห่างไกลจากศิลปะโดยไม่รู้ตัวเกี่ยวกับเรื่องศิลปะและธรรมชาติ

4. หนังสือฉบับเป็นเพื่อนที่อยู่ในทุกช่วง

ทารกที่ได้ฟังคนอ่านหนังสือให้ฟัง จะได้รับความสนุกจากการได้ยินเสียงและมีความสุขจากการถูกอุ้มไว้ พ่อแม่ที่เริ่มอ่านหนังสือให้ทารกฟังตั้งแต่เกิด มักอ่านต่อเนื่องจนโต ทำให้เด็กโตขึ้นเป็นคนรักการอ่าน พัฒนาการภาษาที่ดี จะช่วยเพิ่มความสามารถด้านการอ่านและการเขียน การฟังยังช่วยให้ทารก ร้องไห้น้อยลงการเลือกหนังสือให้ทารก เมื่อทารกอายุ 6 เดือน จะเริ่มสนใจหนังสือสีสดใส โดยเริ่มเอามือแตะที่หนังสือ และส่งเสียงคำราม หรือ จับหนังสือ โบกหนังสือไปมา ฟาดหนังสือ เอาหนังสือเข้าปาก หรือ ส่งเสียงตื้นตัน

หนังสือที่เหมาะสม คือ หนังสือเล่มแข็งแรงทนทานที่มีรูปภาพสีสดใส หรือ รูปเด็ก หนังสือโคลงกลอน ขณะที่บางคนอาจชอบหนังสือที่คุณอ่าน แต่ควรอ่านออกเสียงสลับกับการหยุดพูดคุยกับทารกบ่อยๆ ช่วงวัยนี้ทารกยังไม่เข้าใจภาษา แต่ชอบฟังเสียงต่างๆ

2.3 การดูแล

โดยหลักแล้ว การดูแลทารกแรกเกิด มีสองเรื่องด้วยกัน คือ การดูแลทางด้านร่างกายและการดูแลทางด้านจิตใจ การดูแลทางด้านร่างกาย คือ เรื่องโภชนาการอาหาร, การให้ทารกนอนหลับพักผ่อนอย่างเพียงพอ ในสถานที่ที่สะอาด อากาศถ่ายเทสะดวก และปลอดภัย, การดูแลระบบขับถ่าย, การดูแลความสะอาด, การดูแลสุขภาพร่างกายให้อบอุ่นแข็งแรง และการดูแลเรื่องระบบทางเดินหายใจ การดูแลทางด้านจิตใจ คือ การเลี้ยงดูทารกแรกเกิดด้วยความรักและความอบอุ่น ซึ่งจะเป็นการสร้างพื้นฐานทางด้านจิตใจที่ดีให้กับลูกตั้งแต่ยังเล็ก และจะมีผลต่อเนื่องไปจนกระทั่งเขาเติบโตเป็นผู้ใหญ่ การดูแลทารกแรกเกิดในเรื่องต่างๆ มีรายละเอียดดังนี้

1.การอุ้มทารกแรกเกิด

การอุ้มทารกแรกเกิดมี 3 แบบ คือ การอุ้มในท่าปกติ การอุ้มเรือ และการอุ้มปลอบ

1.1การอุ้มในท่าปกติ ทำได้โดยอุ้มทารกตะแคงเข้าหาทางหน้าอก ให้ท้ายทอยของทารกอยู่บนข้อพับแขนของ วางทอดแขนไปตามลำตัวของทารก อีกมืออุ้มข้อส่วนกันและช่วงขา ลำตัวทารกแนบชิดกับลำตัวของแม่ ให้ศีรษะ คอ และลำตัว อยู่ในแนวเดียวกัน

1.2 การอุ้มเรือ มีสองท่าคือท่าอุ้มพาดบ่า ให้หน้าท้องของทารกกดบริเวณไหล่ของแม่เพื่อไล่ลม และท่าอุ้มนั่งบนตัก โดยให้ทารกหันหน้าออก มือข้างหนึ่งจับที่หน้าอกของทารก ส่วนมืออีกข้างลูบหลังขณะลูบให้นมตัวทารกไปข้างหน้าเล็กน้อย เพื่อให้หน้าท้องถูกกดและไล่ลมออก

1.3การอุ้มปลอบ คล้ายกับการอุ้มเรือ แต่ต้องพูดคุยกับทารกไปด้วยเพื่อให้ทารกรู้สึกสงบและปลอดภัย

2.การอาบน้ำทารกแรกเกิด

การอาบน้ำทารกแรกเกิดต้องระวังในเรื่องของสถานที่และเวลาในการอาบน้ำ ควรอาบน้ำในบริเวณที่ไม่มีลมโกรก อาบวันละสองครั้งและสระผมวันละครั้ง (หรือตามสภาพอากาศ) ในช่วงสายๆ หรือบ่ายๆ ขณะที่มืออากาศอบอุ่น ควรอาบประมาณ 5-7 นาทีก็เพียงพอแล้ว เพราะถ้าอาบนานเกินไปจะทำให้ทารกไม่สบายได้ และไม่ควรวางน้ำที่หลังให้นมแม่ ก่อนอาบต้องล้างมือและแขนให้สะอาด ผสมน้ำอุ่นครึ่งอ่าง แล้วใช้ศอกจุ่มน้ำเพื่อทดสอบอุณหภูมิของน้ำให้อุ่นพอดี ทำความสะอาดบริเวณใบหน้า ใบหู ซอกหู และสระผมให้เรียบร้อยก่อนอาบน้ำ การอุ้มลูกอาบในอ่างทำได้โดยใช้มือจับที่รักแร้ของลูก ให้ไหล่ของลูกพาดบนแขนของแม่ เพื่อล็อกตัวลูกให้อยู่กับที่ป้องกันลูกหลุดมือ ใช้ฟองน้ำชุบน้ำลูบตัวทารกให้เปียก ใช้สบู่อูบทำความสะอาดบริเวณซอกคอ แขน ลำตัว ขา แล้วล้างออกให้สะอาด จากนั้นเปลี่ยนมาทำความสะอาดบริเวณหลัง ก้น และขา ของทารก หากทารกตัวโตน้ำหนักมากสามารถสระผมและถูสบู่บนเบาะ แล้วค่อยอุ้มลงล้างตัวในอ่างอาบน้ำได้ เมื่ออาบน้ำเสร็จแล้วให้อุ้มทารกขึ้นจากอ่างอย่างระมัดระวัง แล้วนำมาวางบนที่นอน ใช้ผ้าเช็ดตัวซับน้ำให้แห้ง ไม่เช็ดหรือถูแรงๆ ใช้ผ้าซับน้ำตัวมูกที่เย็นแล้วสองก้อน เช็ดทำความสะอาดตาของทารกทีละข้าง โดยเช็ดจากหัวตาไป

หางตา ใช้สำลีชุบแอลกอฮอล์เช็ดทำความสะอาดสะดือ โดยเช็ดวนจากด้านในออกมาด้านนอก เสร็จแล้วจึงสวมเสื้อผ้าให้ทารกให้เหมาะกับฤดูกาลและสภาพอากาศ และห่อตัวด้วยผ้าขนหนูเพื่อสร้างความอบอุ่นให้ร่างกาย

3. การดูแลสภาพช่องปากของทารกแรกเกิด

ควรใส่ใจสุขภาพช่องปากของทารกตั้งแต่แรกเกิด เพราะจะเป็นการป้องกันและลดโอกาสที่จะเกิดปัญหาฟันผุในอนาคต การทำความสะอาดช่องปากของทารกแรกเกิดทำได้โดยใช้นิ้วพินผ่านุ่มๆ ชุบน้ำต้มสุกที่สะอาดเช็ดให้ทั่วภายในช่องปาก บริเวณลิ้น เหงือก เพดานปาก และกระพุ้งแก้ม เพื่อไม่ให้มีคราบน้ำนมติดอยู่ ทำความสะอาดวันละสองครั้ง เช้าและเย็นหลังให้นมแม่ แต่ไม่ควรเช็ดหลังกินนมอิ่มใหม่ๆ ควรเว้นช่วงสักพัก และควรแยกการใช้งานผ้าเช็ดในช่องปากกับผ้าอ้อมห่อตัว การทำความสะอาดช่องปากให้ทารกอย่างสม่ำเสมอ จะทำให้เขาค้นเคยกับการมีเครื่องมือเข้าไปในปาก เป็นการฝึกให้มีความเคยชินกับการมีช่องปากที่สะอาด

4. การให้ภูมิคุ้มกันโรค (วัคซีน) สำหรับทารกแรกเกิด

ทารกแรกเกิดทุกรายจะได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันวัณโรค (BCG) และตับอักเสบบี จากโรงพยาบาลหรือสถานอนามัยใกล้บ้าน โดยจะบันทึกไว้ในสมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็กและจะนัดให้มารับวัคซีนครั้งต่อไป ต้องพาลูกมารับวัคซีนตามนัด หลังจากฉีดวัคซีนควรดูแลแผลทุกครั้ง โดยการเช็ดทำความสะอาดผิวหนังบริเวณที่ฉีดด้วยสำลีและน้ำสะอาด อย่าสะกิดตุ่มหนองหรือทายาบริเวณที่ฉีด สำหรับการฉีดวัคซีนป้องกันวัณโรคจะทำให้เกิดแผลเล็กๆ อาจเป็นฝีขนาดเล็กและอยู่ได้นาน 3-4 สัปดาห์ และจะเป็นๆ หายๆ ซึ่งไม่จำเป็นต้องใส่ยาหรือปิดแผล แต่หากพบความผิดปกติ เช่น บวม แดง ปวด แผลขยายใหญ่ขึ้น เป็นหนอง หรือต่อมน้ำเหลืองบริเวณรักแร้โตขึ้น ควรรีบมาปรึกษาแพทย์

5. การร้องไห้

เป็นเรื่องธรรมดาของทารกแรกเกิด เนื่องจากความรู้สึกไม่สบายกายไม่สบายใจ ทำให้คุณแม่พ่อกับคุณแม่มือใหม่ไม่เข้าใจลูกน้อย เช่น ลูกเป็นเป็นโคลิค ที่มักเกิดขึ้นในช่วง 3 เดือนแรก ส่วนมากจะร้องนาน 100 วัน และมักจะร้องเป็นเวลา เมื่อลูกไม่สบาย ลูกเจ็บป่วยมักจะร้องโยเย หากคุณแม่ลองจับตัวลูกดูก็อาจจะรู้สึกได้ว่าลูกตัวร้อนผิดปกติ และอาจมีอาการน้ำมูกไหล ไอ อาเจียนร่วมด้วย ควรวัดอุณหภูมิเพื่อดูว่ามีไข้หรือไม่ หากพบว่าลูกไม่สบาย ควรรีบพาไปพบแพทย์ หากสังเกตว่าลูกน้อยมักจะร้องโยเยทุกครั้งทีนอนหงาย และร้องไม่ยอมนอน อาจเกิดจากอาการท้องอืดหรือแน่นท้อง ควรอุ้มลูกพาดบ่า พร้อมลูบหลังอย่างแผ่วเบา ลูกจะเรอเอาลมออกมา แล้วจะรู้สึกสบายตัว

2.4 วัคซีน

ประเภทของวัคซีน

1. วัคซีนหลัก หรือวัคซีนพื้นฐาน ที่เด็กทุกคนจะต้องได้รับตั้งแต่แรกเกิดและเป็นไปตามที่กำหนดไว้ อย่างครบถ้วน เพื่อสุขภาพของเด็ก ได้แก่ วัคซีนป้องกันวัณโรค วัคซีนตับอักเสบบี วัคซีนคอตีบ บาดทะยัก ไอกรณ อีบี โปลิโอ วัคซีนหัด หัดเยอรมัน คางทูม วัคซีนไข้มองอักเสบเจอี วัคซีนโรคตา

2. วัคซีนเสริม หรือ วัคซีนทางเลือก ที่สามารถเลือกฉีดเสริมเพิ่มเข้าไปเพื่อให้เด็กมีสุขภาพแข็งแรงมากยิ่งขึ้น เช่น วัคซีนไข้หวัดใหญ่ วัคซีนป้องกันโรคจากเชื้อนิวโมคอคคัส (IPD) เป็นต้น

การฉีดวัคซีนให้กับลูกน้อยนับว่าเป็นสิ่งที่พ่อแม่ไม่ควรละเลย เพราะเป็นการเสริมภูมิคุ้มกันโรคของเด็กเพื่อป้องกันโรคร้ายต่างๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นได้ โดยเฉพาะเด็กแรกเกิดจนถึงช่วงอายุ 1 ปี จะไม่มีภูมิคุ้มกันที่ดีพอในการต้านทานเชื้อโรคต่างๆ หากได้รับเชื้อโรคในขณะนั้นขึ้นมาอาจเป็นอันตรายถึงแก่ชีวิตได้ การรับวัคซีนมีจุดประสงค์เพื่อให้เด็กมีภูมิต้านทานเพื่อป้องกันและลดผลกระทบจากโรคติดต่อร้ายแรง ลดความเสี่ยงพิการในวัยเด็ก รวมทั้งยังมีประโยชน์ต่อส่วนรวมด้วย เพราะเมื่อเด็กได้รับวัคซีนโรคนั้นๆ แล้ว โรคนั้นจะไม่ติดต่อไปยังเด็กคนอื่น

วัคซีนพื้นฐานที่ต้องได้รับตั้งแต่แรกเกิด – 1 ปี

1. วัคซีนป้องกันโรคตับอักเสบบี (HB) เตรียมจากโปรตีนผิวนอกของไวรัส (HBsAg) ซึ่งจะไปกระตุ้นร่างกายให้สร้างภูมิคุ้มกันต่อเชื้อไวรัสตับอักเสบบี สามารถป้องกันการติดเชื้อ และโรคที่เกิดจากไวรัสชนิดนี้ได้ เช่น มะเร็งตับ และตับแข็ง ควรได้รับอย่างน้อย 3 เข็ม ที่แรกเกิด อายุ 1-2 เดือน และเข็มสุดท้ายที่อายุมากกว่าหรือเท่ากับ 6 เดือน ในเด็กที่เกิดจากแม่ที่เป็นพาหะไวรัสตับอักเสบบี หลังจากได้รับวัคซีนครบแล้ว แนะนำให้ตรวจภูมิคุ้มกันต่อตับอักเสบบี ที่อายุประมาณ 9 เดือน – 1 ปี เพื่อยืนยันว่ามีภูมิคุ้มกันต่อไวรัสตับอักเสบบีจริง และยืนยันว่าไม่ติดไวรัสชนิดนี้ด้วย

2. วัคซีนรวมคอตีบ-บาดทะยัก-ไอกรน แบ่งเป็นชนิดไอกรนทั้งเซลล์ (DTwP) และไอกรนไร้เซลล์ (DTaP) ซึ่งสามารถใช้แทนชนิดไอกรนทั้งเซลล์ (DTwP) ได้ทุกครั้ง และลดโอกาสเกิดผลข้างเคียงเช่น ไข้สูง ร้องกวน ตัวอ่อนปวกเปียกที่มักเกิดในช่วง 48 ชั่วโมงหลังจากฉีดวัคซีนชนิดไอกรนทั้งเซลล์ได้ เริ่มให้ที่อายุ 2, 4 และ 6 เดือน

3. วัคซีนฮิบ (Hib) เป็นวัคซีนป้องกันการติดเชื้อ Haemophilus Influenzae Type b ที่ก่อโรคในเด็กเล็กอายุน้อยกว่า 5 ปี และก่อให้เกิดอาการรุนแรงได้ เช่น เยื่อหุ้มสมองอักเสบ ติดเชื้อในกระแสเลือด วัคซีนฮิบอยู่ในรูปแบบรวมกับวัคซีน คอตีบ-บาดทะยัก-ไอกรน วัคซีนตับอักเสบบี และโปลิโอชนิดฉีด เริ่มให้ที่อายุ 2, 4, 6 เดือน

4. วัคซีนโปลิโอชนิดเชื้อตาย (IPV) ปัจจุบันมีอยู่ในรูปวัคซีนรวมเข็มกับ DTaP เป็นวัคซีนที่ทำจากเชื้อไวรัสโปลิโอที่ตายแล้ว ประกอบด้วยเชื้อโปลิโอ 3 สายพันธุ์

5. วัคซีนป้องกันหัด-คางทูม-หัดเยอรมัน (MMR) ปัจจุบันแนะนำให้เข็มแรกที่อายุ 9 เดือน - 1 ปี การที่รับวัคซีนก่อนหน้าเร็วเกินไป วัคซีนจะไม่สามารถกระตุ้นร่างกายให้สร้างภูมิคุ้มกันเนื่องจากยังมีภูมิคุ้มกันของแม่ที่ยังหลงเหลืออยู่ ขัดขวางการสร้างภูมิในตัวของเด็ก

6. วัคซีนไข้มองอักเสบเจอี (Live-JE) เป็นวัคซีนชนิดเชื้อเป็นที่ทำให้อ่อนฤทธิ์ลง เริ่มฉีดที่อายุ 9 เดือน - 1 ปี เนื่องจากการได้รับวัคซีนเข็ม 2 ทำให้ภูมิคุ้มกันสูงขึ้นและอยู่นานในเด็ก จึงแนะนำให้ฉีด 2 เข็ม โดยฉีดกระตุ้นอีก 1-2 ปี หลังจากเข็มแรก

วัคซีนโรต้า (Rota) ป้องกันการติดเชื้อไวรัสโรต้า ที่เป็นสาเหตุของโรคอุจจาระร่วงในเด็กเล็กที่พบบ่อย และอาการรุนแรงโดยเฉพาะทารกและเด็กเล็กอายุน้อยกว่า 2 ปี ปัจจุบันยังไม่มียารักษาจำเพาะ แต่มีวัคซีนป้องกันเป็นแบบรับประทานชนิดเชื้อเป็นอ่อนฤทธิ์ มีทั้งชนิดหยอด 2 ครั้ง และ 3 ครั้ง

7. วัคซีนบีซีจี (BCG : Bacillus Calmette Guerin) วัคซีนป้องกันวัณโรค ฉีดตั้งแต่แรกเกิด ภูมิคุ้มกันต่อเชื้อวัณโรคจะเกิดเต็มที่ประมาณ 2 เดือนหลังได้รับวัคซีน มีประสิทธิภาพดีต่อการป้องกันวัณโรคระยะแรกในเด็ก โดยเฉพาะวัณโรคเยื่อหุ้มสมองและวัณโรคชนิดแพร่กระจาย สามารถป้องกันได้สูงถึงร้อยละ 52-100 และสามารถป้องกันวัณโรคปอดในเด็กได้ร้อยละ 53 (ตารางวัคซีนพื้นฐานในเด็ก)

อายุ	วัคซีน	ข้อแนะนำ
แรกเกิด	ดัดอักเสบบี (เข็มที่ 1)	ควรให้เร็วที่สุดภายใน 14 ชั่วโมงหลังคลอด
	BCG	ฉีดก่อนออกโรงพยาบาล
1 เดือน	ดัดอักเสบบี (เข็มที่ 2)	-
2 เดือน	คอตีบ-บาดทะยัก-ไอกรนฮิบ-โปลิโอ(เข็ม 1)	วัคซีนรวมป้องกัน 5 โรค
	โรต้า(เข็ม 1)	ห้ามให้วัคซีนโรต้าครั้งแรก ในเด็กอายุมากกว่า 15 สัปดาห์
4 เดือน	คอตีบ-บาดทะยัก-ไอกรนฮิบ-โปลิโอ(เข็ม 2)	วัคซีนรวมป้องกัน 5 โรค
	โรต้า(เข็ม 2)	ห้ามให้วัคซีนโรต้าครั้งแรกในเด็กอายุมากกว่า 32 สัปดาห์
6เดือน	คอตีบ-บาดทะยัก-ไอกรน-ดัดอักเสบบี-ฮิบ-โปลิโอ(เข็ม 3)	วัคซีนรวมป้องกัน 6 โรค
	โรต้า(เข็ม 3)	ห้ามให้วัคซีนโรต้าครั้งสุดท้ายในเด็กอายุมากกว่า 32 สัปดาห์
9เดือน	หัด หัดเยอรมันและคางทูม (เข็ม 1)	หากไม่ได้ฉีดเมื่ออายุ 9 เดือน ให้รีบตามฉีดให้เร็วที่สุด
	ไขสมองอักเสจอีชนิดเชื้ออ่อนฤทธิ์ (เข็ม1)	หากไม่ได้ฉีดเมื่ออายุ 9 เดือน ให้รีบตามฉีดให้เร็วที่สุด

หากพ่อแม่พาเด็กมารับวัคซีนล่าช้า หรือไม่สามารถมารับตามกำหนดได้นั้น สามารถพาเด็กของคุณไปรับวัคซีนย้อนหลังได้ เช่น ในกรณีวัคซีนที่ต้องให้มากกว่า 1 ครั้ง แต่ไม่ได้พามาตามกำหนดเวลานัดในครั้งที่ 2 และเลยเวลาไปแล้ว ก็สามารถพาเด็กมารับวัคซีนตัวนั้นๆ ต่อได้เลย โดยไม่ต้องเริ่มต้นครั้งที่ 1 ใหม่ ทั้งนี้วัคซีนทุกชนิดถ้าไม่สามารถเริ่มให้ตามกำหนดได้ ก็ให้เริ่มทันทีที่พบว่ายังไม่ได้ฉีดครั้งแรก

ผลข้างเคียงของวัคซีน

วัคซีนทุกชนิดสามารถเกิดผลข้างเคียงได้ เช่น ปวด บวม บริเวณที่ฉีด มีไข้ต่ำๆ ซึ่งเป็นสัญญาณบ่งบอกว่าร่างกายได้รับวัคซีนแล้วและกำลังทำงานเพื่อสร้างภูมิคุ้มกัน

2.5 พัฒนาการ

1.) พัฒนาการเด็กทางด้านอารมณ์

เด็ก 3 เดือนจะเข้าใจความพึงพอใจ เช่น ถ้าลูกเอามือเข้าปากแล้วจะรู้สึกพอใจ หรือการเอื้อมมือเข้าไปจับโมบายเพราะความพึงพอใจที่อยากจะทำ สามารถรอคอยได้ดีขึ้น ยิ้มง่ายยิ้มเก่ง เมื่อถึงเวลากินนมลูกจะอารมณ์ดี เพราะลูกจะรู้ว่าถึงช่วงเวลาแห่งความสุขแล้ว

2.) พัฒนาการเด็กทางด้านภาษา

เด็ก 3 เดือนจะเข้าใจกิจวัตรประจำวันและเข้าใจพ่อแม่มากขึ้น ถึงแม้ว่าลูกยังอ้อแอ้อยู่ก็จะใช้ภาษากายเข้าช่วย เช่น เมื่อแม่เอานมมาก็จะโผล่เข้าหา อ้าปากรอเพื่อดูดนม และเริ่มเรียกอ้อแอ้ให้คุณแม่สนใจ หรือเลือกวิธีร้องไห้ให้คุณแม่พาไปเดินเล่นข้างนอกแทน ลูกจะติดต่อกับพ่อแม่ด้วยวิธีจ้องตา ทำเสียงอ้ออา แม้ว่าสักพักลูกจะมองไปทางอื่น แต่ก็มักจะกลับมามองหน้าพ่อแม่อีกครั้งพร้อมส่งเสียงเหมือนทักทายด้วย เด็ก 3 เดือนสามารถตอบโต้คำพูดหรือรอยยิ้มของแม่ได้ และแยกได้ระหว่างเสียงต่าง ๆ และเสียงของแม่

3.) พัฒนาการเด็กทางด้านสังคม

เด็ก 3 เดือนจะชอบอยู่กับคนอื่นและไม่ชอบที่ถูกปล่อยทิ้งไว้ให้อยู่คนเดียวหรือเล่นคนเดียวมานาน ๆ ชอบเล่นกับพ่อแม่พี่น้อง พัฒนาการเด็กทางด้านสังคมที่เด่นชัดของเด็ก 3 เดือน เช่น การแสดงอารมณ์ด้วยสีหน้าและร่างกายขึ้นอยู่กับความคุ้นเคย ลูกเริ่มเรียกร้องความสนใจทางร่างกายเช่นส่งเสียงร้องให้สนใจ

4.) พัฒนาการเด็กทางด้านสมอง

คลื่นสมองของเด็ก 3 เดือน มีลักษณะใกล้เคียงกับสมองผู้ใหญ่ จะเห็นได้ว่าลูกสามารถควบคุมร่างกายและการเคลื่อนไหวได้ดีขึ้นแล้ว ลูกจะจดจำเสียงพ่อแม่ได้และสนใจเสียงต่าง ๆ พร้อมอยากรู้ที่มาของเสียงนั้นด้วย ลูกจะเรียนรู้ผ่านสัมผัสจากมือมากขึ้น โดยเรียนรู้จากการสัมผัส รูปร่าง ขนาดของสิ่งของ สมองเด็ก 3 เดือนจะแยกแยะความแตกต่างกับเป็นข้อมูลชีวิตในกายภาคหน้า ซึ่งจะตามมาด้วยหลักในการเรียนรู้เรื่องเหตุและผล เช่น เมื่อลูกร้องไห้และเมื่อได้ยินเสียงแม่เดินเข้ามาก็จะหยุดร้อง เพราะรู้ว่าสักพักก็จะได้นมแล้ว เป็นต้น

2.6 โภชนาการ

องค์การอนามัยโลกแนะนำ “ให้นมแม่อย่างเดียว 6 เดือน และนมแม่ร่วมกับอาหารเสริมนานจนถึง 2 ปี หรือมากกว่า” เพราะ น้ามนแม่ เป็นอาหารที่ดีที่สุดสำหรับทารก และสารอาหารในนมแม่ไม่สามารถทดแทนได้ด้วยนมผสม คุณแม่ควรให้ลูกดูด นมแม่ ทันทีหลังคลอด และให้ดูด 8-12 ครั้งต่อวัน ก่อนให้นมคุณแม่ต้องล้างมือทุกครั้ง ส่วนห้วนนมทำความสะอาดเวลาเข้าและเย็นขณะอาบน้ำก็เพียงพอแล้ว

การให้นมลูกควรให้ในสถานที่ที่สงบและสะอาด ควรนวดเต้านมและลานห้วนนมให้นิ่ม และบีบน้ามนออกประมาณ 2-3 หยดก่อนให้ลูกดูด จัดท่าทางให้สบาย โดยคุณแม่อุ้มลูกตะแคงเข้าหาตัว ให้ปากของลูกอยู่ตรงห้วนนม มืออีกข้างประคองเต้านม แล้วใช้ห้วนนมกระตุ้นริมฝีปากลูกให้ลูกอ้าปาก จากนั้นเคลื่อนลูกเข้าหาเต้านมโดยเร็ว ให้ลูกอมห้วนนมให้ลึกถึงลานห้วนนม และลื่นอยู่ใต้ลานนม เมื่อลูก

อ้อมแล้วจะถอนปากออกจากห้วนนมเอง แต่ถ้าอ้อมแล้วยังอมห้วนนมอยู่ ให้คุณแม่ใช้นิ้วกดคางเบาๆ หรือใช้นิ้วก้อยสอดเข้ามุมปากของลูกเล็กน้อย แล้วจึงดึงห้วนนมออก

วิธีการให้ลูกดูดนมที่ถูกต้อง

พยายามให้ลูกอ้าปากกว้างๆ ใช้ห้วนนมแตะที่จมูกหรือริมฝีปากลูก เพื่อกระตุ้นให้ลูกอ้าปาก เมื่อลูกอ้าปาก ให้ประคองศีรษะลูกเข้ามาที่หน้าอก ให้คางและริมฝีปากล่างของลูกสัมผัสเต้านมก่อน ควรตรวจดูว่า ลูกอมลานห้วนนมได้ลึกดีพอหรือไม่ อย่าลืมว่าต้องอุ้มลูกเข้ามาหาอกแม่ ไม่ใช่ก้มตัวแม่ไปหาปากลูก ท่าทางในการให้นมลูก

1) ท่านั่งและอุ้มแนบอ้อม อุ้มลูกนอนในท่าตะแคง ท้องของลูกแนบชิดกับท้องของคุณแม่ ใบหน้าของลูกเงยขึ้นจนมองเห็นหน้าคุณแม่ ในกรณีที่ลูกดูดนมด้านขวา ลำตัวของลูกจะอยู่บนท่อนแขนขวาของคุณแม่ และให้ใช้มือขวากุมกระชับก้นลูกเอาไว้ อาจหาหมอนมาช่วยพยุงหลัง รองใต้แขนและวางบนตักเพื่อให้เกิดความสบายขณะให้นมลูกได้

2) ท่านั่งและอุ้มแนบอ้อมแบบสลัดแขน (ท่าฟุตบอล) หาหมอนมาวางด้านข้างลำตัวของคุณแม่ วางลูกลงบนหมอนแล้วโอบกระชับลูกเข้ากับสีข้างด้านที่ คุณแม่ต้องการจะให้นม โดยจัดให้ลูกนอนในท่ากึ่งตะแคง กึ่งนอนหงาย เท้าชี้ไปด้านหลัง พร้อมทั้งใช้ฝ่ามือด้านเดียวกับเต้านม ประคองท้ายทอยและหลังของลูกเอาไว้

อาหารของทารกแรกเกิดถึง 6 เดือน ให้น้ำนมแม่เพียงอย่างเดียว ซึ่งธรรมชาติได้ปรับแต่งให้สะอาด มีคุณค่า เพียงพอ และสารอาหารครบถ้วน ทั้งโปรตีน วิตามิน ไขมัน แร่ธาตุต่างๆ ครบ จะทำให้ลูกเจริญเติบโตทั้งทางร่างกายและสมอง ลดโอกาสเกิดภูมิแพ้และการติดเชื้อที่ปนเปื้อนมากับน้ำ และอาหารอื่น มีโคลอสตรัมหรือนม น้ำสีเหลือง ๆ ช่วงแรกของหลังคลอด ช่วยสร้างภูมิคุ้มกันโรค และยังช่วยระบายชี้เทาซึ่งค้างอยู่ในลำไส้ทารก มดลูกเข้าอู่เร็ว น้ำหนักตัวของแม่ลดลงอย่างรวดเร็ว

สารอาหารที่สำคัญ

1. พลังงานและโปรตีน แหล่งอาหารในช่วงแรกเกิดถึง 4 เดือนที่ดีที่สุดคือนมแม่ หลังจากนั้นเพิ่มเติมจากไข่ เนื้อสัตว์ต่าง ๆ
2. ธาตุเหล็ก ร้อยละ 90 ของธาตุเหล็กที่ทารกต้องการได้จากอาหารเสริมตามวัย ได้แก่ ตับไข่แดง เนื้อสัตว์ ดังนั้น หลังอายุ 4 เดือน ทารกที่ทานแต่นมจึงเสี่ยงต่อการขาดธาตุเหล็ก
3. ไอโอดีน ช่วยการทำงานของต่อมไทรอยด์ ช่วยในการพัฒนาสมอง และการเจริญเติบโตของร่างกาย ควร ใช้เกลือไอโอดีนในการปรุงอาหาร
4. แคลเซียม จำเป็นในการสร้างกระดูกและฟัน ส่วนใหญ่ได้รับจากนม
6. สังกะสี ช่วยการเจริญเติบโต สร้างภูมิคุ้มกันโรคให้ร่างกาย มีมากในเนื้อสัตว์ๆ และอาหารทะเล

7.วิตามินเอ เสริมสร้างเซลล์และระบบภูมิคุ้มกัน ช่วยเกี่ยวกับการมองเห็น แหล่งอาหารสำคัญคือ ตับ ไข่แดง ผักใบเขียวเข้ม และผักผลไม้สีเหลืองแสด

พัฒนาที่เกี่ยวกับการกินของทารก

1 . เดือนแรกถึง 6 เดือน ให้กินนมแม่เพียงอย่างเดียว หลังจากนั้นจึงเริ่มให้อาหารเสริมเนื่องจากทารกเริ่มต้องการพลังงาน แร่ธาตุ วิตามินเพิ่ม ควรเริ่มอาหารทีละอย่างและทีละน้อย ๆ ก่อน โดยเริ่ม 1 ช้อนเล็กแล้วจึงค่อย ๆ เพิ่ม ปริมาณขึ้น ถ้าทารกปฏิเสธไม่ยอมรับอาหารใดให้เว้นไว้ 3-4 วัน แล้วกลับมาป้อนใหม่

2.อายุ 1-1 ปีครึ่ง อาหาร 3 มื้อ นม 3 มื้อ มีสารอาหารครบเหมือนผู้ใหญ่ โดยอาหารสุกอ่อนนุ่ม เป็นชิ้นเล็กๆ ให้เคี้ยวได้ เด็กเริ่มใช้ช้อนตักเองแต่ยังห้อยอยู่ ต้องปล่อยให้เด็กช่วย ตัวเองในการตักอาหาร ให้เด็กนั่งโต๊ะกินร่วมกับผู้ใหญ่เพื่อค่อย ๆ ฝึกวินัย

อายุ	อาหาร	ข้าว	ไข่	เนื้อสัตว์	ผัก	ผลไม้
6 เดือน	กินนมแม่และอาหาร 1 มื้อ ข้าวบดละเอียดกับแกงจืด สลัดไข่แดง ปลา ตับ ผักบด และกล้วยสุกครูด หรือผลไม้	ข้าวบดละเอียด 3 ช้อนกินข้าว	ไข่แดงครึ่ง ฟอง	สลัดกับตับบด 1 ช้อนกินข้าวหรือ ปลาบด 2 ช้อนกิน ข้าว	ผักบด ½ ช้อนกินข้าว	ผลไม้ สุก 1-2 ชิ้น
7 เดือน	กินนมแม่และอาหาร 1 มื้อ ข้าวบดละเอียดกับน้ำแกงจืด เพิ่มไข่ทั้งฟอง ปลา เนื้อสัตว์ บด ผักหั่น และผลไม้	ข้าวบด 4 ช้อน กินข้าว	ไข่ทั้งฟอง	สลัดเนื้อสัตว์ต่างๆ บด 2 ช้อนกินข้าว	ผักหั่น 1 ½ ช้อนกินข้าว	ผลไม้ สุก 2-3 ชิ้น
8-9 เดือน	กินนมแม่และอาหาร 2 มื้อ ให้ อาหารเหมือน 7 เดือน แต่ เพิ่มปริมาณให้มากขึ้นและ อ่อนนุ่ม ขึ้นขึ้น	ข้าวหุงนุ่มๆ 5 ช้อนกินข้าว	ไข่ทั้งฟอง	ให้สลัดกันไป และ เพิ่มปริมาณให้มาก ขึ้น	ผักหั่น 2 ช้อนกินข้าว	ผลไม้ สุก 3-4 ชิ้น
10-12 เดือน	กินนมแม่และอาหาร 3 มื้อ ให้ อาหารเหมือนเดือนก่อนๆ แต่ เพิ่มปริมาณให้มากขึ้น ให้ อาหารหลากหลายชนิดและ อาหารเริ่มหยาบและเพิ่มขึ้น เล็กๆ	ข้าวหุงนุ่มๆ 5 ช้อนกินข้าว	ไข่ทั้งฟอง	ให้สลัดกันไป และ เพิ่มปริมาณให้มาก ขึ้น	ผักหั่น 2 ช้อนกินข้าว	ผลไม้ สุก 3-4 ชิ้น

ที่มา : https://www.si.mahidol.ac.th/sidoctor/sirirajonline2021/Article_files/1325_1.pdf

บทที่ 3

วิธีดำเนินงานโครงการ

ในการจัดทำโครงการคอมพิวเตอร์ เรื่อง วิธีการดูแลและรับมือกับทารกแรกเกิด นี้

ผู้จัดทำโครงการมีวิธีดำเนินงานโครงการ ตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

3.1 วัสดุ อุปกรณ์ เครื่องมือหรือโปรแกรมที่ใช้ในการพัฒนาโครงการ

- 3.1.1 คอมพิวเตอร์
- 3.1.2 มือถือ
- 3.1.3 Wordpress
- 3.1.4 Word

3.2 ขั้นตอนการดำเนินงาน

- 3.2.1 คิดหัวข้อโครงการเพื่อนำเสนอครูที่ปรึกษาโครงการ
- 3.2.2 ศึกษาและค้นคว้าข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับเรื่อง วิธีการดูแลและรับมือกับทารกแรกเกิด web site จาก อินเทอร์เน็ต
- 3.2.3 จัดทำเค้าโครงคอมพิวเตอร์เสนอครูที่ปรึกษา
- 3.2.4 ปฏิบัติการจัดทำโครงการคอมพิวเตอร์
- 3.2.5 จัดทำรายงานโครงการคอมพิวเตอร์
- 3.2.6 นำเสนอโครงการคอมพิวเตอร์
- 3.2.7 ประเมินผลงานที่ชื่อ baby care
- 3.2.8 ทบทวนโครงการ
- 3.2.9 เผยแพร่โครงการ

บทที่ 4

ผลการดำเนินงานโครงการ

การจัดทำโครงการคอมพิวเตอร์ เรื่อง วิธีการดูแลและรับมือกับทารกแรกเกิด

นี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ

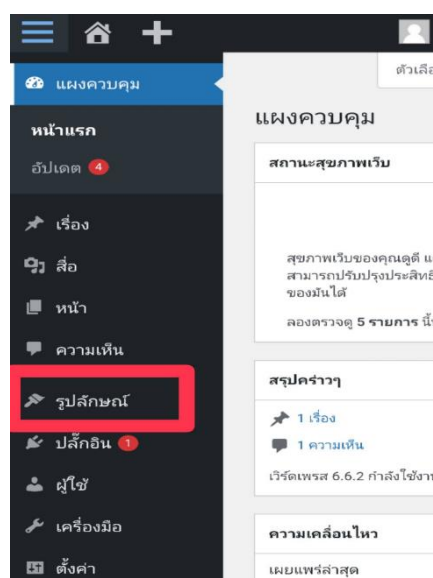
1. เพื่อให้ความรู้การเลี้ยงดูเด็กทารก
2. เพื่อพัฒนาด้านการศึกษาการใช้webในด้านเทคโนโลยี
3. เพื่อศึกษาความพึงพอใจและความคิดเห็นแบบถูกวิธีและปลอดภัย

ซึ่งมีผลการดำเนินงานโครงการ ดังนี้

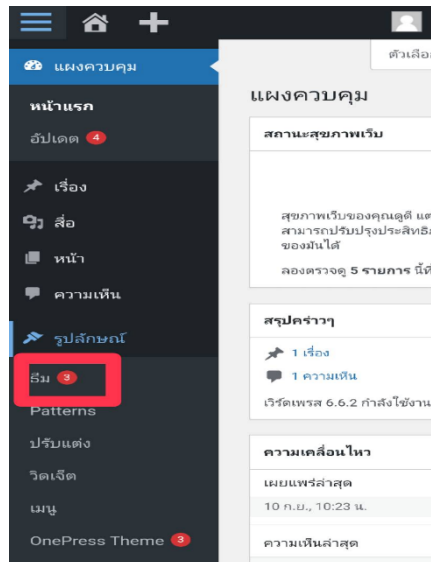
4.1 ผลการพัฒนา

การพัฒนาโครงการคอมพิวเตอร์ เรื่อง วิธีการดูแลและรับมือกับทารกแรกเกิด นี้ ผู้จัดทำได้เริ่มดำเนินงานตามขั้นตอนการดำเนินงานที่เสนอในบทที่ 3 คิดหัวข้อโครงการเพื่อนำเสนอครูที่ปรึกษาโครงการ ศึกษาและค้นคว้าข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับเรื่อง วิธีการดูแลและรับมือกับทารกแรกเกิด web site จาก อินเทอร์เน็ต จัดทำเค้าโครงคอมพิวเตอร์และทำเล่มโครงการ เพื่อเผยแพร่โครงการและจัดทำแบบฟอร์มการประเมินผลงานเว็บไซต์ที่จัดทำขึ้น

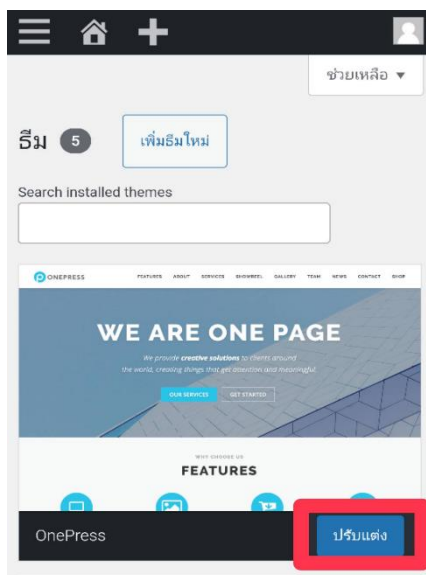
4.2 รูปภาพของผลงาน และภาพขั้นตอนต่างๆ ของการดำเนินงาน



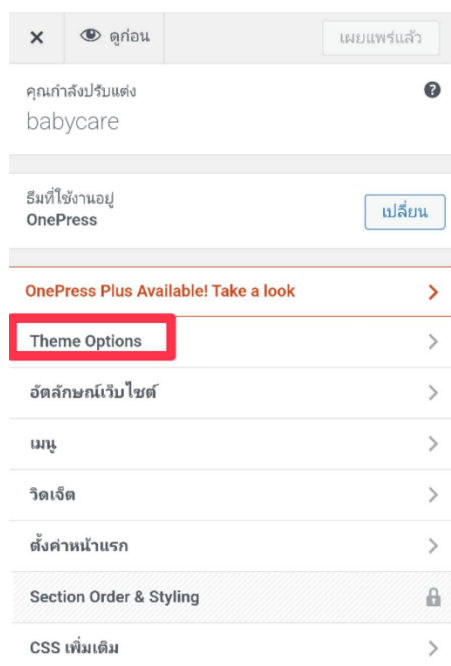
ขั้นตอนที่ 1 ให้ครูรูปสไลด์ จะมีให้เลือกหัวข้อ ธีม, Patterns, ปรับแต่ง, วิเคาเจอร์, เมนู



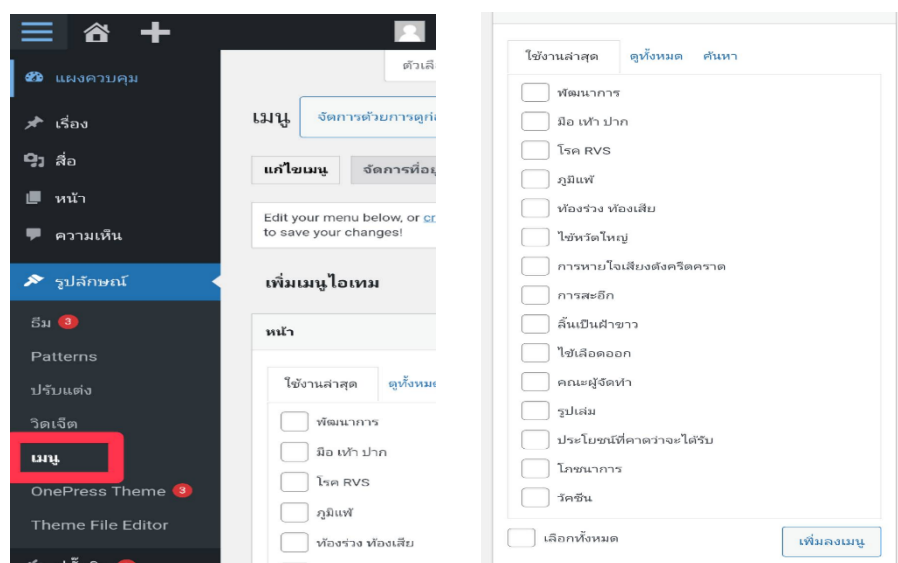
ขั้นตอนที่ 2 ให้กดเลือกธีมเพื่อเข้าไปเลือกรูปแบบมาใช้งาน เลือกธีมที่ถูกใจและกดติดตั้งมาใช้งาน



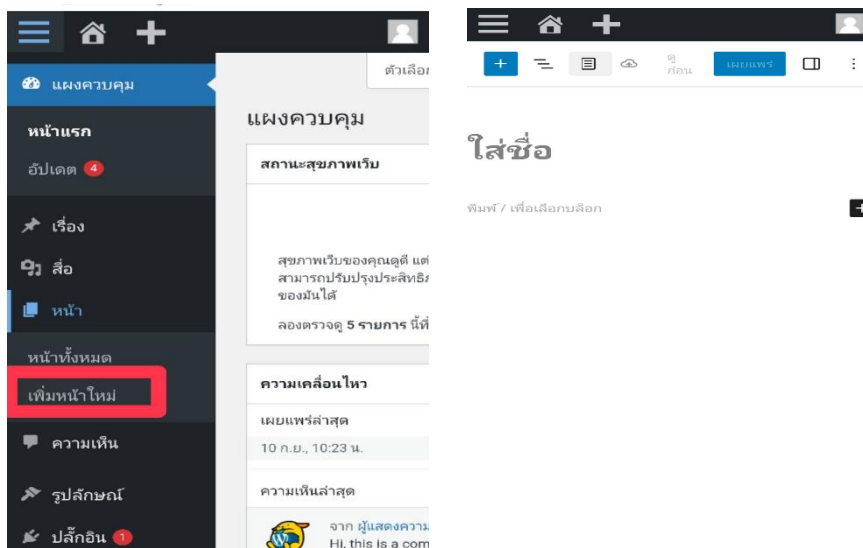
ขั้นตอนที่ 3 ให้กดเลือกปรับแต่ง เข้าไปปรับแต่งเปลี่ยนแปลงหรือใส่ข้อมูลในรูปแบบที่เลือกไว้



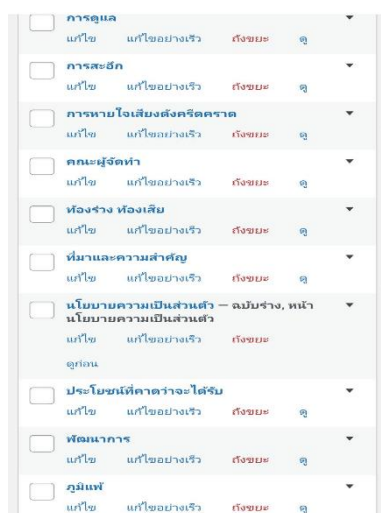
ขั้นตอนที่ 4 กดเลือกแล้วเปลี่ยนรูปภาพเว็บไซต์



ขั้นตอนที่ 5 กดเลือกเมนู แล้วกดตัดก๊อ 2 หัวข้อ เพื่อทำเมนู



ขั้นตอนที่ 6 กดเพิ่มหน้าใหม่เพื่อเข้าไปพิมพ์เพิ่มเติมเมนูที่เหลือ



ขั้นตอนที่ 7 กดคำว่าหน้าทั้งหมดอยู่ในแถบเดียวกับเพิ่มหน้าใหม่เพื่อแก้ไขข้อความเมนู



ขั้นตอนที่ 8 รูปบ้านเพื่อเปิดดูหน้าเว็บที่ทำไว้ (ดูเพื่อเพิ่มข้อมูลที่ขาดเหลือ)

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การสรุปผลการวิจัย เรื่อง วิธีการดูแลและรับมือกับทารกแรกเกิด ประกอบด้วยสาระที่สำคัญ ดังนี้

จุดประสงค์

1. เพื่อให้ความรู้การเลี้ยงดูเด็กทารก
2. เพื่อพัฒนาด้านการศึกษาการใช้webในด้านเทคโนโลยี
3. เพื่อศึกษาความพึงพอใจและความคิดเห็นแบบถูกวิธีและปลอดภัย

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมเครื่องมือ

1. คอมพิวเตอร์
2. มือถือ
3. Wordpress
4. Word

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ข้อมูลหน้าเว็บมีประโยชน์สำหรับการเลี้ยงทารกและนำไปใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน
2. ได้พัฒนาเว็บไซต์เพื่อให้เข้าถึงได้ง่ายและสะดวกต่อการใช้งานศึกษา
3. มีแบบประเมินเพื่อรู้ถึงระบบการใช้งานดีมากหรือควรปรับปรุงขึ้นแก้ไขตอนไหนในหน้าเว็บ

อภิปรายผล

จากผลการวิจัยพบว่า เว็บไซต์ bybe care มีข้อมูลที่ช่วยการพัฒนาการของเด็กทารกและการเจริญเติบโต นำเสนอในรูปแบบของเว็บไซต์ที่เข้าถึงได้ง่ายเหมาะสมสำหรับคุณพ่อคุณแม่่มือใหม่ที่กำลังมองหาวิธีการเลี้ยงลูกในแบบที่สนับสนุนพัฒนาการของเด็กอย่างมีคุณภาพ

ข้อเสนอแนะ

ข้อมูลบางอันที่นำมาใส่อาจต้องศึกษาแบบลึกในเชิงทฤษฎีแบบละเอียดต้องปรับปรุงในฐานข้อมูลให้ดีกว่านี้และถูกต้องที่สุด

บรรณานุกรม

[1] คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล.การดูแลทารกเมื่อกลับบ้าน.[ออนไลน์]

แหล่งที่มา: <https://www.rama.mahidol.ac.th/atrama/issue014/rama-today>

สืบค้นเมื่อ [1 กันยายน 2567]

[2] บริษัท คอลเกต ปาล์มโอฟ จำกัด.พัฒนาการเด็กทารก 3 เดือน.[ออนไลน์]

แหล่งที่มา: <https://www.care.co.th/blogs/3-month-old-baby-development>

สืบค้นเมื่อ [1 กันยายน 2567]

[3] บริษัท ศิครินทร์.อาการภาวะที่พบบ่อยในทารกแรกเกิด.[ออนไลน์]

แหล่งที่มา: <https://www.sikarin.com/health/>

สืบค้นเมื่อ [1 กันยายน 2567]

[4] บริษัท แพลน ฟอร์ คิดส์ จำกัด.การอ่านหนังสือให้ทารกฟัง (วัย 0-1 ขวบ).[ออนไลน์]

แหล่งที่มา: https://www.planforkids.com/kids_corner/how-to-read-with-baby-0-1-year

สืบค้นเมื่อ [2 กันยายน 2567]

[5] เปาโล.วัคซีนของลูกน้อยในแต่ละช่วงเดือน ต้องฉีดอะไรบ้างพ่อแม่ควรรู้.[ออนไลน์]

แหล่งที่มา: <https://www.paolohospital.com/th-TH/CENTER/Article/Details>

สืบค้นเมื่อ [4 กันยายน 2567]

[6] เปาโล.โรคท้องร่วงในเด็ก Diarrhea. [ออนไลน์]

แหล่งที่มา: <https://www.paolohospital.com/th-TH/>

สืบค้นเมื่อ [5 กันยายน 2567]

[7] สมาคมไต้หวันสร้างสรรค์.สิ่งแวดล้อมกับเด็ก. [ออนไลน์]

แหล่งที่มา: <https://www.taiwisdom.org/artclnchdev/lfskl/chddvpartcl06>

สืบค้นเมื่อ [6 กันยายน 2567]

[8] ศูนย์สุขภาพเด็ก.ไข้เลือดออกในเด็ก ภัยเงียบจากยุงร้าย.[ออนไลน์]

แหล่งที่มา: <https://www.nakornthon.com/article/detail/>

สืบค้นเมื่อ [6 กันยายน 2567]

[9] ศูนย์สุขภาพเด็ก.ลูกน้อยแข็งแรง ด้วยการรับวัคซีนพื้นฐานตั้งแต่แรกเกิด - 1 ปี.[ออนไลน์]

แหล่งที่มา: <https://www.nakornthon.com/article/detail/>

สืบค้นเมื่อ [7 กันยายน 2567]

[10] ยันฮี.การดูแลทารกแรกเกิด.[ออนไลน์]

แหล่งที่มา: <https://th.yanhee.net/>

สืบค้นเมื่อ [8 กันยายน 2567]

[11] AIAPLANNER.ไข้หวัดใหญ่ สาเหตุ อาการ และการรักษา.[ออนไลน์]

แหล่งที่มา: <https://aiaplanner.com/influenza/>

สืบค้นเมื่อ [8 กันยายน 2567]

[12] AIAPLANNER.โรค มือ เท้า ปาก (Hand, Foot, and Mouth Disease – HFMD). [ออนไลน์]

แหล่งที่มา: <https://aiaplanner.com/hand-foot-mouth/>

สืบค้นเมื่อ [10 กันยายน 2567]

[13] AIAPLANNER.RSV ไวรัสร้ายในเด็ก เป็นแล้วทำประกันยาก.[ออนไลน์]

แหล่งที่มา: <https://aiaplanner.com/rsv/>

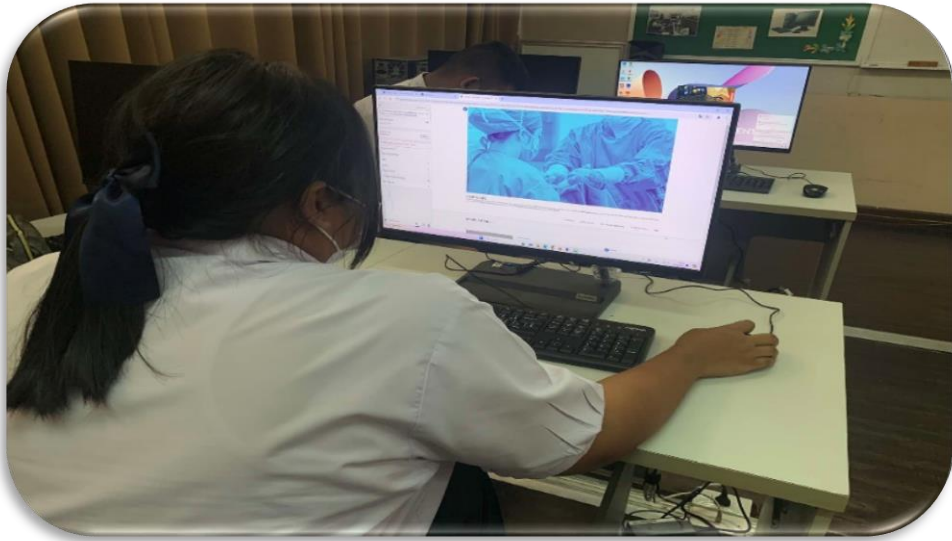
สืบค้นเมื่อ [11 กันยายน 2567]

[14] Payathai.ภูมิแพ้ในเด็กที่พ่อแม่ต้องรู้บ้าน.[ออนไลน์]

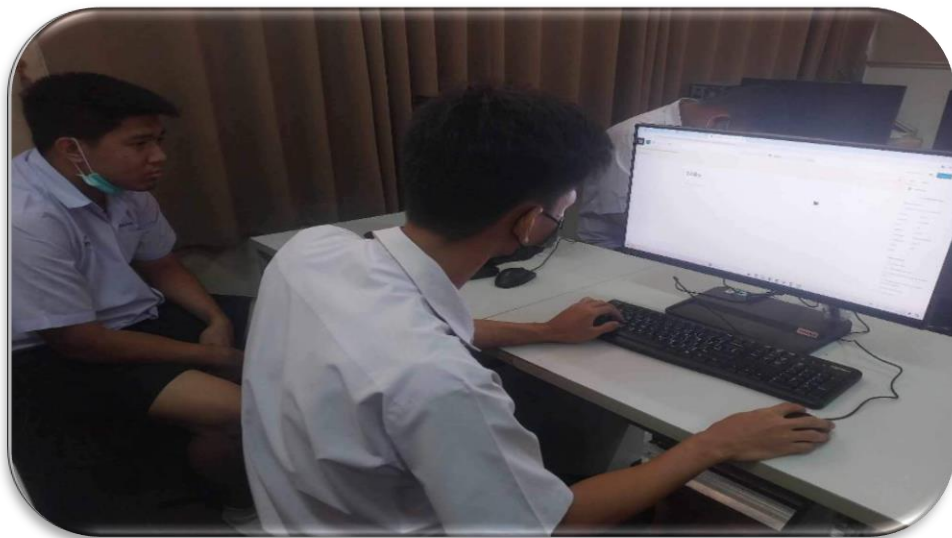
แหล่งที่มา: <https://www.phyathai.com/th/article/>

สืบค้นเมื่อ [15 กันยายน 2567]

ภาคผนวก



ภาพที่ 1 เลือกหน้าเว็บไซต์ที่ต้องการ



ภาพที่ 2 ใส่ข้อมูลในรูปแบบ



ภาพที่ 3 จัดทำหน้าเว็บไซต์

ข้อมูลผู้จัดทำ



ผู้จัดทำ

- 1 ชื่อ-สกุล นายนพรัตน์ จันทคนธ์ ชั้น ม.6/1 เลขที่ 5
- 2 ชื่อ-สกุล นายสิทธิศักดิ์ อินอ่อน ชั้น ม.6/1 เลขที่ 8
- 3 ชื่อ-สกุล นางสาวธัญญา แดงกรัด ชั้น ม.6/1 เลขที่ 15
- 4 ชื่อ-สกุล นางสาวเอกศจี หอมกระทุ่ม ชั้น ม.6/1 เลขที่ 29