

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผลการศึกษา และข้อเสนอแนะ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเชื่อด้านสุขภาพและบริบททางสังคม วัฒนธรรมของหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะโลหิตจาง และศึกษาพฤติกรรมการดูแลตนเองของ หญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะโลหิตจาง เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive study) โดยเก็บรวบรวม ข้อมูลเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพประกอบกัน เก็บรวบรวมข้อมูลจากหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะโลหิต จางจากการขาดธาตุเหล็กที่มารับบริการในแผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลราชิวาสราชนครินทร์ และ โรงพยาบาลสุโขทัย ในช่วงเดือนมิถุนายน ถึงเดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2551 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ใน การเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณ จำนวน 79 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์ที่ผู้ศึกษา สร้างขึ้น วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติบรรยาย ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ ผู้ให้ข้อมูลทั้งสิ้น 8 คน ประกอบด้วย หญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะโลหิตจาง จำนวน 7 คน และผดุงครรภ์โบราณจำนวน 1 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกและการสังเกต วิเคราะห์ข้อมูลและตรวจสอบความ ครบถ้วนของข้อมูลควบคู่ไปกับการเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนาม และนำข้อมูลมาแยกประเภท จัดหมวดหมู่ เพื่อง่ายแก่การวิเคราะห์เนื้อหาและตีความหมายตามทัศนะของกลุ่มที่ถูกศึกษา และ ประมวลผลข้อมูลทุกประเภทเข้าด้วยกัน เพื่อใช้ประกอบในการตีความหมายและสังเคราะห์เป็น ภาพรวม ซึ่งสามารถสรุปและอภิปรายผลการศึกษาได้ดังนี้

สรุปผลการศึกษา

1. ข้อมูลส่วนบุคคล พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาในจังหวัดนราธิวาส นับถือ ศาสนาอิสลาม มีอายุระหว่าง 20-35 ปี (ร้อยละ 57.0) จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย หรือเทียบเท่า (ร้อยละ 29.1) จึงมีความสามารถในการอ่านและเขียนภาษาไทยได้ดี กลุ่มตัวอย่าง เป็นแม่บ้าน (ร้อยละ 45.6) และไม่มีอาชีพเสริม รายได้ของครอบครัวมาจากการประกอบอาชีพของ สามีเป็นหลัก โดยมีรายได้เฉลี่ยอยู่ระหว่าง 5,001-10,000 บาท (ร้อยละ 44.3) ซึ่งเพียงพอกับ ค่าใช้จ่ายในครอบครัว และมีลักษณะเป็นครอบครัวขยาย

ข้อมูลเกี่ยวกับการตั้งครรภ์และการคลอด พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มาฝากครรภ์ครั้งแรกอยู่ในช่วงไตรมาสที่ 2 ของการตั้งครรภ์ (ร้อยละ 77.2) โดยอายุครรภ์ต่ำสุด 6 สัปดาห์ และอายุ ครรภ์สูงสุด 33 สัปดาห์ ส่วนใหญ่อายุครรภ์ปัจจุบันอยู่ในช่วงไตรมาสที่ 3 (ร้อยละ 81.0) โดยเป็น

หญิงตั้งครรภ์หลัง (ร้อยละ 60.8) ผลการตรวจเลือดครั้งแรกมีค่าฮีมาโตคริต ระหว่างร้อยละ 26.20 – 32.90 และมีค่าความเข้มข้นของเลือดเพิ่มขึ้นในการตรวจเลือดครั้งที่ 2 (ร้อยละ 53.5) ส่วนใหญ่ไม่มีประวัติการแท้งบุตร การคลอดก่อนกำหนด การให้กำเนิดทารกน้ำหนักน้อยกว่า 2,500 กรัม และไม่มีโรคประจำตัวที่ทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนต่อการตั้งครรภ์ ในช่วงตั้งครรภ์มีอาการแพ้ท้องปานกลางรับประทานอาหารได้เล็กน้อย (ร้อยละ 43.0) ส่วนใหญ่ได้รับการสอนสุขศึกษาจากเจ้าหน้าที่อย่างน้อย 1 ครั้ง (ร้อยละ 79.7) สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่เคยมีภาวะโลหิตจางในครรภ์ที่แล้ว ส่วนใหญ่เคยมีภาวะโลหิตจางจำนวน 1 ครั้ง (ร้อยละ 78.3) ในด้านพฤติกรรมการดูแลตนเองในระหว่างตั้งครรภ์ พบว่า มีการพักผ่อนทั้งกลางวันและกลางคืนเฉลี่ยวันละ 9-12 ชั่วโมง (ร้อยละ 70.9) มีการรับประทานยาเสริมธาตุเหล็กทุกวัน (ร้อยละ 79.7) งดดื่มชาและกาแฟระหว่างตั้งครรภ์ (ร้อยละ 53.2) มีการบริโภคอาหารประเภทเนื้อสัตว์ทุกวัน ในปริมาณเท่าเดิม (ร้อยละ 54.4) เช่นเดียวกับการรับประทานผักและผลไม้ (ร้อยละ 31.6) และส่วนใหญ่บำรุงครรภ์โดยการดื่มนมเป็นประจำทุกวัน (ร้อยละ 93.7)

2. กลุ่มตัวอย่างให้ความหมายของภาวะโลหิตจางว่า เป็นภาวะที่เกิดจากการบริโภคอาหารไม่เพียงพอเนื่องจากอาการแพ้ท้องในไตรมาสแรกของการตั้งครรภ์ การตั้งครรภ์ที่อายุมาก และเชื่อมโยงกับภาวะสุขภาพก่อนตั้งครรภ์ เช่น โรคประจำตัว ให้ความเห็นว่าเป็นภาวะที่ไม่รุนแรงซึ่งอาจเกิดขึ้นได้ในระยะตั้งครรภ์ เนื่องจากไม่มีอาการแสดงใดๆ ที่ส่งผลต่อสุขภาพ และภาวะโลหิตจางนี้สามารถหายได้เองหากมีการบริโภคอาหารที่เพียงพอ มีการรับประทานยาเสริมธาตุเหล็กตามที่แพทย์และพยาบาลแนะนำ ซึ่งการปฏิบัติดังกล่าวทำให้สามารถควบคุมค่าความเข้มข้นของเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติได้ นอกจากนี้ภาวะโลหิตจางไม่ได้ส่งผลกระทบต่อการตั้งครรภ์และการคลอด โดยส่วนใหญ่ไม่เคยมีประวัติการคลอดก่อนกำหนด และไม่เคยให้กำเนิดทารกน้ำหนักน้อยกว่า 2,500 กรัม

การดูแลตนเองในระยะตั้งครรภ์ พบว่า ส่วนใหญ่ไม่มีข้อห้าม หรือข้อปฏิบัติในระหว่างตั้งครรภ์ เช่น การทำงาน การพักผ่อน หรือการบริโภคอาหาร กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จะทำงานบ้านตามปกติ เพราะเชื่อว่า เป็นการออกกำลังกายอย่างหนึ่งและจะทำให้คลอดง่ายขึ้น แต่จะระมัดระวังในเรื่องอุบัติเหตุเช่น การลื่นหรือหกล้ม เพราะจะทำให้แท้งได้ สำหรับพฤติกรรมการบริโภคอาหารพบว่า กลุ่มตัวอย่างรับประทานอาหารได้ทุกอย่าง โดยไม่มีการงดหรือห้ามกินของแสดงใดๆ ในระยะตั้งครรภ์ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จะดื่มนมเพื่อบำรุงครรภ์

ได้ ซึ่งกระทรวงสาธารณสุขได้มีการณรงค์ให้หญิงตั้งครรภ์มีฝากครรภ์ครั้งแรกก่อนอายุครรภ์ 12 สัปดาห์ ซึ่งการณรงค์ดังกล่าวจะช่วยลดภาวะโลหิตจางในหญิงตั้งครรภ์ได้

นอกจากนี้พบว่า หญิงตั้งครรภ์ (ร้อยละ 46.8) ยังมีการดื่มน้ำชาและกาแฟในระหว่างการตั้งครรภ์ เนื่องจากวัฒนธรรมการบริโภคของชาวจังหวัดนครราชสีมา นิยมรับประทานอาหารพร้อมกับดื่มชาและกาแฟ ซึ่งทางการแพทย์ พบว่า เครื่องดื่มเหล่านี้เป็นตัวขัดขวางการดูดซึมธาตุเหล็กในร่างกาย ซึ่งเป็นสาเหตุของภาวะโลหิตจางได้ แต่จากการศึกษายังพบว่า หญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่ (ร้อยละ 93.7) มีการดื่มนมเพื่อบำรุงครรภ์ ซึ่งข้อค้นพบนี้อาจเป็นกลยุทธ์หนึ่งที่จะช่วยเบี่ยงเบนพฤติกรรมการบริโภคของหญิงตั้งครรภ์ให้มาดื่มนมเพื่อบำรุงครรภ์แทนน้ำชาและกาแฟ

2. ด้านความเชื่อเกี่ยวกับภาวะโลหิตจาง หญิงตั้งครรภ์มีความเชื่อว่าเป็นภาวะปกติที่อาจเกิดขึ้นได้ในระหว่างตั้งครรภ์ ซึ่งมีสาเหตุจากการบริโภคอาหารที่ไม่เพียงพอและสามารถหายได้เอง หากมีการบริโภคอาหารที่มีธาตุเหล็กสูง รับประทานยาเม็ดเสริมธาตุเหล็กตามที่แพทย์สั่ง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Atik Triratnawati (1998) ที่ศึกษามิติทางสังคมวัฒนธรรมของภาวะโลหิตจางในหญิงตั้งครรภ์ที่อาศัยอยู่ในเขตชนบทของเมืองชะวา ประเทศอินโดนีเซีย จากการศึกษาพบว่า หญิงตั้งครรภ์มีความเชื่อว่าเป็นภาวะปกติ และจะหายไปเองเมื่อการตั้งครรภ์สิ้นสุดลงหรือเมื่อคลอด โดยหญิงตั้งครรภ์จะมีการดูแลตนเองเพื่อป้องกันภาวะโลหิตจางในระหว่างการตั้งครรภ์โดยการรับประทานเลือดจากสัตว์ ยาสมุนไพร และการรับประทานยาเสริมธาตุเหล็ก

ถึงแม้ว่าการให้ความหมายเกี่ยวกับภาวะโลหิตจางในมุมมองของหญิงตั้งครรภ์คิดว่าเป็นภาวะที่ไม่รุนแรง ไม่มีอาการแสดงใดๆ และไม่ส่งผลกระทบต่อการตั้งครรภ์หรือการคลอด ซึ่งอาจแตกต่างจากมุมมองของแพทย์แผนปัจจุบัน แต่หญิงตั้งครรภ์ก็มีการปฏิบัติตนตามคำแนะนำของแพทย์และเจ้าหน้าที่ และมีการรับประทานยาเม็ดเสริมธาตุเหล็กอย่างเคร่งครัด ทำให้สามารถควบคุมค่าความเข้มข้นของเลือดให้อยู่ในเกณฑ์ปกติโดยประเมินจากผลการตรวจเลือดครั้งที่สอง มาตรการนี้ก็จะช่วยในการป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นในระยะคลอดได้ ซึ่งเป็นข้อสังเกตแก่เจ้าหน้าที่และพยาบาลในการปรับปรุงรูปแบบการให้ความรู้และคำแนะนำในเรื่องของความตระหนักในการป้องกันและดูแลตนเองของหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะโลหิตจาง

อาการและอาการแสดงของภาวะโลหิตจางทำให้เกิดอาการของระบบต่างๆ ได้มากมายและอาการจะแตกต่างกันได้มาก ตั้งแต่ไม่มีอาการเลยจนถึงอาการมากขนาดหัวใจวายก็ได้ (กองโภชนาการ, 2533) ทำให้หญิงตั้งครรภ์ในการศึกษาครั้งนี้ไม่สามารถรับรู้ถึงอาการแสดงดังกล่าวได้ แต่ในกลุ่มที่มีโรคประจำตัวพบว่า มีอาการแสดงของโรคที่มีสัมพันธ์กับภาวะโลหิตจาง เช่นอาการเหนื่อยง่าย อ่อนเพลีย เวียนศีรษะ ซึ่งอาการดังกล่าวเป็นอาการแสดงของภาวะโลหิตจางเช่นเดียวกัน หากหญิงตั้งครรภ์สามารถประเมินความแตกต่างระหว่างอาการของโรคประจำตัวที่

เกิดขึ้นก่อนตั้งครรภ์และอาการของภาวะโลหิตจางที่เกิดขึ้นในระหว่างตั้งครรภ์ได้อย่างชัดเจนอาจทำให้หญิงตั้งครรภ์ได้รับรู้ถึงความรุนแรงที่เกิดขึ้นและจะทำให้หญิงตั้งครรภ์ได้ตระหนักถึงความสำคัญของภาวะโลหิตจางในระหว่างตั้งครรภ์ได้มากขึ้น ในเรื่องการเฝ้าระวังรักษา พบว่าผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่ไม่ได้แสวงหาบริการสุขภาพจากที่อื่นนอกจากสถานพยาบาลที่หญิงตั้งครรภ์ไปฝากครรภ์ มีเพียงแค่หนึ่งรายที่มีการรับประทานน้ำผึ้งรวงในการรักษา โดยได้รับคำแนะนำจากมารดาและผู้เป็นยายซึ่งมีภาวะความดันโลหิตต่ำเช่นเดียวกัน ซึ่งเป็นการรักษาแบบพื้นบ้าน (Popular Sector) ที่ได้รับการถ่ายทอดจากผู้มีประสบการณ์ภายในครอบครัว เป็นระบบการดูแลรักษาสุขภาพที่ใหญ่ที่สุด เป็นที่ๆ การเจ็บป่วยถูกรับรู้ ติความและวินิจฉัย พร้อมกับการรักษาที่เกิดขึ้นเป็นครั้งแรก (มัลลิกา มัติโก, 2535)

สำหรับพฤติกรรมดูแลตนเองของหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะโลหิตจาง พบว่า ส่วนใหญ่มีการปฏิบัติกิจกรรมประจำวันปกติเหมือนก่อนตั้งครรภ์ เช่น การทำงาน การพักผ่อน และการบริโภคอาหาร ส่วนใหญ่จะทำงานบ้านตามปกติ ไม่ว่าจะเป็นการกวาดบ้าน ทำกับข้าว ซักผ้า ฯลฯ เพราะเชื่อว่า การกระทำกิจกรรมเหล่านั้นเป็นการออกกำลังกาย และจะทำให้คล่องตัวด้วย แต่จะระมัดระวังเป็นพิเศษในเรื่องการยกของหนัก ลื่นและหกล้ม เพราะจะทำให้แท้งได้ เช่นเดียวกับการศึกษาของของกิ่งแก้ว เกษโกวิทและคณะ (2548) และ สุชน พรบัณฑิตย์ปีทมา (2548) ในเรื่องของการทำงานบ้านตามปกติและห้ามทำงานหนักเพราะจะมีผลต่อการตั้งครรภ์ ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีการดูแลตนเองของโอเร็ม ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการดูแลตนเองที่จำเป็นทั่วไปควบคู่กับการดูแลตนเองในระยะพัฒนาการ คือ การตั้งครรภ์ เพื่อเป็นการส่งเสริมและรักษาไว้ซึ่งการตั้งครรภ์ให้ปลอดภัยทั้งต่อตนเองและทารกในครรภ์ ไม่ว่าจะเป็นการรับประทานอาหารที่มีธาตุเหล็กสูงและยาเสริมธาตุเหล็ก การฝากครรภ์ตามนัด และการทำงานบ้านตามปกติ เพราะมีความเชื่อว่าจะทำให้คล่องตัว ตลอดจนการป้องกันอันตรายที่อาจทำให้เกิดการแท้งบุตรได้ เช่น การยกของหนัก หรือทำงานหนักเกินไป

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้

ผลการศึกษาที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้ เป็นข้อมูลพื้นฐานเบื้องต้นในการปรับปรุงรูปแบบการวางแผนการให้ความรู้และคำแนะนำแก่หญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะโลหิตจางให้มีพฤติกรรมดูแลตนเองที่เหมาะสมสอดคล้องกับความเชื่อ วิถีชีวิตและบริบททางสังคมวัฒนธรรมของท้องถิ่น เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์มีความตระหนักและเข้าใจในการดูแลสุขภาพของตนเองในระหว่างตั้งครรภ์ได้ดียิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

การศึกษาครั้งนี้มีข้อจำกัดหลายประการที่อาจทำให้ผลการศึกษามีความครอบคลุมในบางประเด็นที่ต้องการศึกษา ดังนั้นในการศึกษาครั้งต่อไปจึงควรศึกษาเพิ่มเติมในประเด็นต่อไปนี้

1. ควรมีการศึกษาต่อยอดในกลุ่มหญิงตั้งครรภ์มาฝากครรภ์ครั้งแรกช่วงอายุครรภ์ไตรมาสที่สองของการตั้งครรภ์ เพื่อหาคำอธิบายปรากฏการณ์ดังกล่าว นำไปสู่การป้องกันและแนะนำต่อไป
2. ควรมีการศึกษาแบบแผนการบริโภคของหญิงตั้งครรภ์ที่เป็นรูปแบบของการศึกษาเชิงคุณภาพ เพื่อเข้าใจปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างชัดเจน
3. หากต้องการแก้ไขปัญหาภาวะโลหิตจางอย่างจริงจัง หน่วยงานสาธารณสุขควรมีการศึกษาสถานการณ์ภาวะโลหิตจางของหญิงตั้งครรภ์ในภาพรวมของจังหวัด และศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดภาวะโลหิตจางในระหว่างตั้งครรภ์ เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยและแก้ไขปัญหาได้อย่างถูกต้อง

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved