

การพัฒนารูปแบบการให้ความรู้ในการส่งเสริมการกินยาเม็ดธาตุเหล็ก ที่คลินิกฝากครรภ์

อุทุมพร สิริสิงห์ และศิริพร จิตรพลี

กองโภชนาการ กรมอนามัย นนทบุรี 11000

หญิงตั้งครรภ์ มีความต้องการธาตุเหล็ก เพิ่มขึ้นอีกวันละ 30 มิลลิกรัม จากเดิมก่อนการตั้งครรภ์ วันละ 15 มิลลิกรัม รวมเป็นวันละ 45 มิลลิกรัม จึงเป็นกลุ่มเสี่ยงที่จะมีภาวะโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก ซึ่งมีผลเสียคือ มีอัตราเสี่ยงในการแท้งบุตร คลอดก่อนกำหนด และคลอดทารกที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ (ต่ำกว่า 2,500 กรัม) นอกจากนี้ ผู้ที่มีภาวะโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก จะมีอัตราเสี่ยงในการเป็นโรคติดเชื้อระบบทางเดินหายใจ (เป็นหวัด เป็นไข้) และทางเดินอาหาร (ท้องเสีย) มากกว่าคนปกติ ดังนั้นกระทรวงสาธารณสุข จึงต้องมีมาตรการให้หญิงตั้งครรภ์ กินยาเม็ดธาตุเหล็ก วันละ 1 เม็ด ทุกวัน และหลังคลอด 3 เดือน เนื่องจากร่างกายได้รับธาตุเหล็กจากการกินอาหารอย่างเดียวไม่พอ เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์มีธาตุเหล็กเพียงพอสำหรับตนเองและทารกในครรภ์ ซึ่งถ้ามารดามีภาวะโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก ทารกที่เกิดมาก็มีความเสี่ยงที่จะมีภาวะโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก และถ้าทารกนั้นไม่ได้รับการแก้ไขภายในอายุ 2 ขวบปีแรก การพัฒนาสมองจะไม่เต็มศักยภาพ และไม่สามารถแก้ไขได้อีกเลย

จากการสำรวจและรายงานการศึกษาวิจัยของกองโภชนาการ หญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่ ยังไม่ได้รับข้อมูลข่าวสารในเรื่องความสำคัญของธาตุเหล็ก จึงมีการยินยอม (Compliance) กินธาตุเหล็กที่ไม่สม่ำเสมอและต่อเนื่อง หรือไม่กินเลย

ในปี 2540 กองโภชนาการ กรมอนามัย จึงทำการพัฒนาแบบการส่งเสริมการกินยาเม็ดธาตุเหล็ก ในหญิงตั้งครรภ์ที่คลินิกฝากครรภ์ ที่ซึ่งหญิงตั้งครรภ์ จะได้รับยาเม็ดธาตุเหล็ก ในการดำเนินงานครั้งนี้ ได้ทำการสุ่มโรงพยาบาล 15 แห่ง จากจำนวนทั้งหมด 31 แห่ง ที่อยู่ในโครงการสำรวจความชุกของโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก ใน 4 ภาค ในปี 2536-2537 โดยใช้แบบสอบถามความรู้ ให้หญิงตั้งครรภ์ตอบคำถามปลายปิด จำนวน 15 คำถาม ติดต่อกัน 5 ครั้ง ห่างกัน ครั้งละ 4 สัปดาห์ ระหว่างการนั่งรอคอยการตรวจครรภ์ หลังจากนั้นให้เจ้าหน้าที่อธิบายแก้ไขคำตอบที่ผิด โดยมีหญิงตั้งครรภ์ทั้งหมดที่เข้าร่วมโครงการ 1,193, 729, 567, 563 และ 300 คน ตามลำดับ ในการมาฝากครรภ์ ครั้งที่ 1-5 พบว่าหญิงตั้งครรภ์มีความรู้ความเข้าใจ ถึงความสำคัญในการกินยาเม็ดธาตุเหล็ก เพิ่มขึ้นเป็นลำดับ ส่งผลให้มีการกินยาเม็ดธาตุเหล็กสม่ำเสมอ เป็นลำดับ คือ ร้อยละ 81.4, 85.1, 88.3 และ 92.0 ตามลำดับ ในการมาฝากครรภ์ ครั้งที่ 2-5 ส่งผลให้โลหิตจาง จากการตรวจค่าปริมาตรเม็ดเลือดแดงอัดแน่น (ค่าฮีมาโตคริต) มีแนวโน้มลดลง คือ ร้อยละ 15.6, 21.4, 18.9, 13.1 และ 8.7 เป็นลำดับ เปรียบเทียบกับโรงพยาบาล 16 แห่งที่ไม่มีการดำเนินงาน ซึ่งมีหญิงตั้งครรภ์ จำนวน 1,030, 838, 721, 653 และ 404 คน มีภาวะโลหิตจาง ร้อยละ 14.8, 19.6, 15.7, 15.8, และ 13.9 ตามลำดับในการมาฝากครรภ์ ครั้งที่ 1-5

จากการดำเนินงานครั้งนี้ จะเห็นว่าหลังจากมีการให้ความรู้ หญิงตั้งครรภ์ มีการยินยอมกินยาเม็ดธาตุเหล็กสม่ำเสมอ ในอัตราที่สูง คือ ร้อยละ 81.4 และเพิ่มขึ้นเป็นลำดับหลังจากที่ได้รับความรู้ซ้ำอีก จึงควรมีการให้ข้อมูล

ข่าวสารหญิงตั้งครรภ์ ถึงความสำคัญของการกินยาเม็ดธาตุเหล็ก ทุกครั้งที่มาฝากครรภ์ เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์มีการกินยาเม็ดธาตุเหล็กที่สม่ำเสมอต่อเนื่องตลอดการตั้งครรภ์ ซึ่งจะช่วยให้ “ลูกเกิดรอด แม่ปลอดภัย”