

บรรณานุกรม



หนังสือ

- ชัยพร วิชาวุธ. ความจำนง. กรุงเทพมหานคร: คณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2519.
- นิพนธ์ สุวัฒนา. "ปัญหาสาธารณสุข." ใน ประชากรกับการอยู่รอด, พระนคร:
คณะกรรมการเนื่องในปีประชากรแห่งโลก, 2517.
- ณ แสงสิงแก้ว. "การพิจารณาปัญหาประชากรของประเทศไทยในแง่ของการ
สาธารณสุขและการแพทย์." ใน รายงานการสัมมนาทางวิชาการแห่งชาติ
เรื่องประชากรของประเทศไทย ครั้งที่ 2, สำนักงานสภาวิจัยแห่งชาติ,
ผู้รวบรวม. พระนคร: โรงพิมพ์ของสมาคมสังคมศาสตร์แห่งประเทศไทย,
2509.
- พัฒนาชุมชน, กรม. รายงานการสำรวจสถานะเริ่มแรกของประชาชนในเขต -
โครงการขยายเขตพัฒนาอำเภอเมืองหนองคาย. พระนคร: โรงพิมพ์
ส่วนท้องถิ่น, 2510.
- มนัสวี อุณหันท์. "การสาธารณสุขและการทวีประชากร." ใน รายงานการ
สัมมนาทางวิชาการแห่งชาติ เรื่องประชากรของประเทศไทย ครั้งที่ 3,
สำนักงานสภาวิจัยแห่งชาติ, ผู้รวบรวม. พระนคร: อุตสาหกรรมสิ่ง -
พิมพ์, 2511.
- วิเชียร เกตุสิงห์. หลักการสร้างและวิเคราะห์ข้อสอบ. กรุงเทพมหานคร:
โอเคียนการพิมพ์, 2518.
- _____ . สถิติวิเคราะห์สำหรับการวิจัย. สำนักงานคณะกรรมการการศึกษา
แห่งชาติ, 2522.
- สาธารณสุข, กระทรวง. สำนักปลัดกระทรวง. สถิติสาธารณสุข พ.ศ. 2516 -
2517. กรุงเทพมหานคร: สำนักปลัดกระทรวง กระทรวงสาธารณสุข,
2518.

สันทัก เสริมศรี และเจมส์ เอ็น โรลีย์. รายงานวิจัยเรื่องพฤติกรรมในการใช้
บริการทางการแพทย์สาธารณสุขและคุณภาพชีวิตของคนไทย: การวิจัยใน
ชุมชนแห่งหนึ่ง. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม,
มหาวิทยาลัยมหิดล, 2517.

บทความ

กิติ ศยัคคานนท์. "บทบรรณาธิการ." วารสารกรมการแพทย์และอนามัย, ปีที่ 1
ฉบับที่ 3 (พฤษภาคม 2516): 2 - 5.

เอกสารอื่น ๆ

เตือนใจ อินทุโสมา. "ลักษณะโครงสร้างครอบครัวและบทบาทพ่อแม่."
วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต แผนกวิชาสังคม บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์-
มหาวิทยาลัย, 2517.

นิตยา ชูตินันท์. "ลักษณะทางประชากรและความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติทาง
ด้านสุขภาพอนามัยกับจำนวนบุตรที่มีอยู่ในปัจจุบัน." วิทยานิพนธ์ปริญญา
โทบัณฑิต ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2522.

ประพิมพ์พรรณ สุธรรมวงศ์. "ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการอ่านกับผล
สัมฤทธิ์ในการเรียน." วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต แผนกวิชามัธยม -
ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2517.

แสง เสนาณรงค์. "นโยบายประชากรสำหรับประเทศไทย." คำบรรยาย ใน
การประชุมสัมมนาเรื่องประชากร จัดโดยสภาพัฒนาการเศรษฐกิจแห่ง
ชาติ ณ หอประชุมมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2514.

สาธารณสุข, กระทรวง. กองอนามัยครอบครัว. "การสำรวจข้อมูลรอบที่ 2
โครงการเร่งรัดพัฒนางานอนามัยแม่และเด็กและงานวางแผนครอบครัว,
2519.

อนุสรณ์ สุนทรพงศ์, "ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการปฏิบัติทางค่านุภาพอนามัยของประชาชน แขวงสี่พระยาและมหาพฤฒาราม." วิทยานิพนธ์ปริญญาโท-บัณฑิต แผนกวิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2522.

Books

- Andersch, Elizabeth, and Strats, Lorin. Communication in Everyday Use. New York: Holt & Rinehart and Winston Inc., 1969.
- Applbaum, Ronald L., and others. Fundamental Concepts in Human Communication. New York: A department of Harper Row, Publishers, Inc., 1973.
- Bloom, Benjamin S. Taxonomy of Educational Objectives (Cognitive Domain). New York: David McKay Co., Inc., 1967.
- Cohen, A. R. Attitude Change and Social Influence. New York : Basic Books, 1964.
- Cronkhite, G. Persuasion: Speech and Behavioral Change. New York: Bobbs - Merrill, 1969.
- Dammann, Nancy. Evaluation of Community Development Pamphlet in Four Northeastern Villages. Bangkok: The Communication Media Division, United States Operations Mission to Thailand, 1964.
- Gray, William, and Reese, Dora. Teaching Children to Read. New York: The Ronald Press Co., 1957.

Hovland, C. I. and others. Communication and Persuasion.

New York: Yale University Press, 1953.

Institute of Population Studies and Population Survey Division. The Survey of Fertility in Thailand: Country Report, Chulalongkorn University, 1978.

Meredith, Patrick. Learning, Remembering and Knowing.

London: The English Universities Press, Ltd., 1961.

Schramm, Wilbur. Men, Messages and Media: A Look at Human Communication. New York: Harper & Row, Publisher, 1973.

Articles

Bettinghaus E. P., and Basehart J. R. "Some Specific Factors Affecting Attitude Change." The Journal of Communication 19 (1969): 227 - 238.

Chow L. P., and Hsu T. C. "The Progress of Fertility Control in Taiwan." The Journal of Formosem Medical Association 5 (May 1967): 219 - 221.

Hiken, Peter. "Participation in Printing." Educational Broadcasting International, Vol.12, No.3, September 1973: 127.

Hovland C. I., and Mandell W. "An Experimental Comparison of Conclusion Drawing by the Communicator and by the Audience," Journal of Abnormal and Social Psychology 47 (1952): 581 - 588.

Lumsdaine A. A., and Janis, I. L., "Resistance to 'Counter - Propaganda' Produced by One - sided and Two - sided 'Propaganda' Presentation" Public Opinion Quarterly 17 (1953): 311 - 318.

McCrosky, J. C. "A Summary of Experimental Research on the Effects of Evidence in Persuasive Communication" Quarterly Journal of Speech 55 (1969): 175 - 176.

Watts J. C., and Leventhal, H. "Sources of Resistance to Fear - Arousing Communications on Smoking and Lung Cancer." Journal of Personality 34 (1966): 155 - 175.

Other Materials

Day, Frederick, A., and Leoprapi, Boonlert. "Pattern of Health Utilization in Upcountry Thailand." Bangkok: Research and Evaluation Division Community Development Department, 1977.

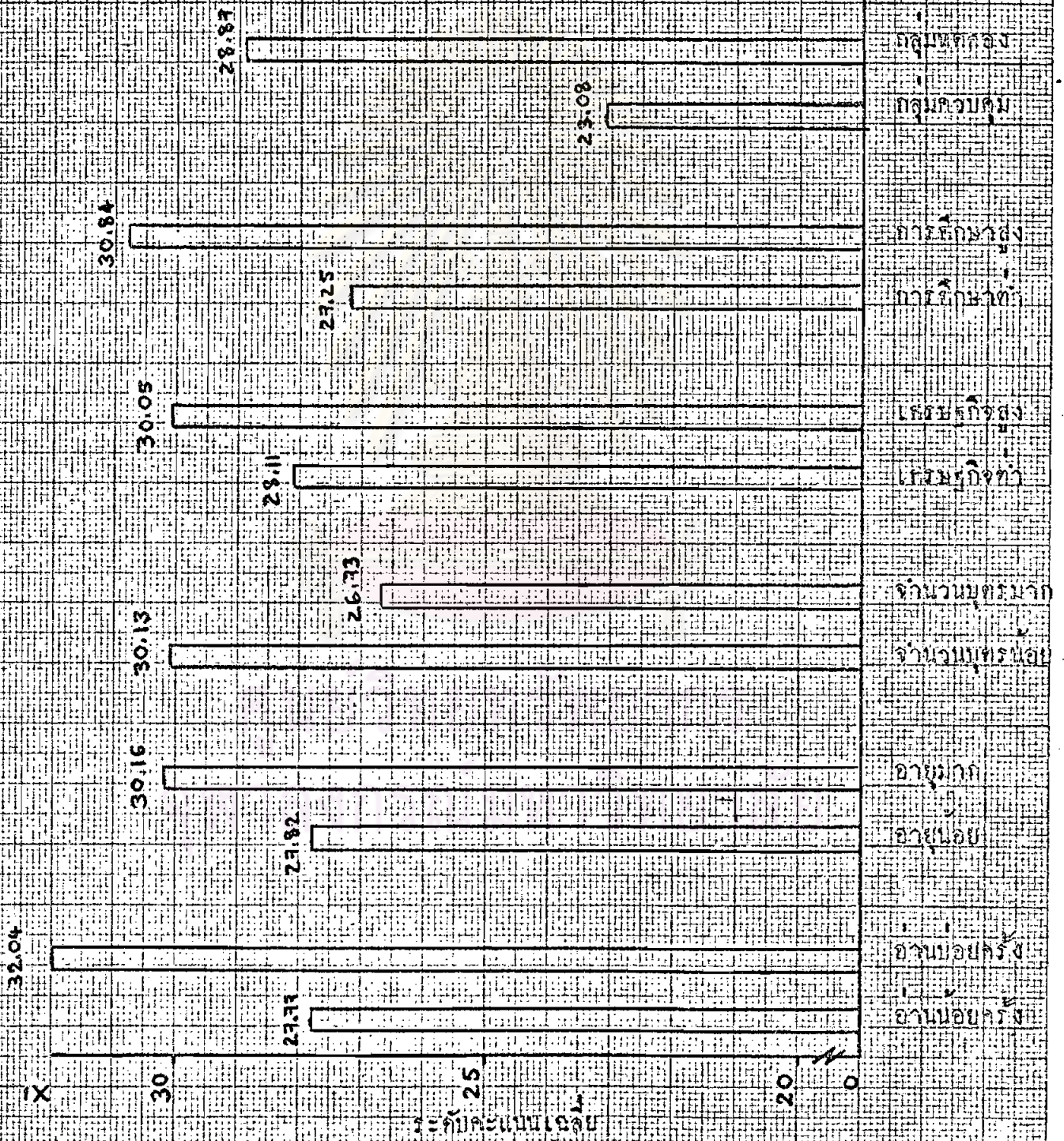
Kaminsky, Mildred. "A Study of the Status of Conservation Ability in Relationship to Arithmetic Achievement, Dissertation Abstract, 31 (7 - A), 1971.

ภาคผนวก ก.

ตารางที่ 51 แผนภูมิแสดงคะแนนเฉลี่ยของผลสัมฤทธิ์จากการให้เอกสาร

เผยแพร่ ระหว่างผู้ที่ได้รับแจกและไม่ได้รับแจก, ผู้ที่มารับเอกสารผ่านทางเครือข่าย

จำนวนบทอ่าน และความบ่อยครั้งในการอ่านเอกสารเผยแพร่ต่างกัน



ภาคผนวก ข.

จากตารางที่ 24 (หน้า 62) ซึ่งได้เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์จากการให้ออกสาร
 เผยแพร่ระหว่างผู้ที่อ่านเอกสาร เผยแพร่บ่อยครั้งและน้อยครั้งนั้น อธิบายในรายละเอียด
 ได้ดังนี้

x_1	หมายถึง	อ่านเอกสารเผยแพร่ 1 ครั้ง
x_2	หมายถึง	อ่านเอกสารเผยแพร่ 2 ครั้ง
x_3	หมายถึง	อ่านเอกสารเผยแพร่ 3 ครั้ง
x_4	หมายถึง	อ่านเอกสารเผยแพร่ 4 ครั้ง
x_0	หมายถึง	อ่านเอกสารเผยแพร่ไม่ละเอียด ถือว่าไม่ได้อ่าน

วิธีการทดสอบนี้ เป็นการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยประชากรที่จะ
 ต่อเนื่องจากการวิเคราะห์ความแปรปรวน (ANOVA) วิธีที่ใช้นี้เรียกว่า S-Method
 ของ "Scheffé" มีขั้นตอนในการทดสอบนี้สำคัญของ contrast (ψ) ดังนี้

- กำหนดค่าประมาณของ ψ และระบุค่าคงที่ c_1, c_2, \dots, c_J
 เนื่องจากค่า ψ เป็นค่าของประชากร ดังนั้นจึงประมาณค่า ψ โดย
 ใช้ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง เช่น ในกรณีที่ต้องการเปรียบเทียบ \bar{y}_2
 $\psi = \mu_2 - \mu_3$ ก็ให้ $\hat{\psi} = \bar{y}_2 - \bar{y}_3$
- หาค่าความแปรปรวนของ $\hat{\psi}$ คือ $\hat{\sigma}_{\hat{\psi}}$
 นั่นคือ $\hat{\sigma}_{\hat{\psi}}^2 = MS_{\text{err}} \left(\frac{c_1^2}{n_1} + \frac{c_2^2}{n_2} + \dots + \frac{c_J^2}{n_J} \right)$
 ในที่นี้ MS_{err} มีค่า = 8.87
- หาค่าของ $\hat{\sigma}_{\hat{\psi}}$ (Standard Deviation) คือการใส่ $\sqrt{\quad}$
- หาอัตราส่วน $\frac{\hat{\psi}}{\hat{\sigma}_{\hat{\psi}}}$

5. เปรียบเทียบอัตราส่วนที่คำนวณได้ใน (4) ในรูปของ absolute value กับค่าที่คำนวณได้จากสูตร $\sqrt{(J-1) \cdot 1 - \alpha \cdot F_{J-1, N-J}}$

Reject H_0 เมื่อ

$$\frac{|\hat{\psi}|}{\hat{\sigma}} \geq \sqrt{(J-1) \cdot 1 - \alpha \cdot F_{J-1, N-J}}$$

ในที่นี้คือ Reject H_0 เมื่อ $\frac{|\hat{\psi}|}{\hat{\sigma}} \geq 3.74$ โดย

$$J - 1 = 4 ; 1 - \alpha \cdot F_{J-1, N-J} = 3.49$$

$$\text{ดังนั้น } \sqrt{4 \times 3.49} = 3.74$$

ซึ่งผลปรากฏว่า อัตราส่วน $\frac{|\hat{\psi}|}{\hat{\sigma}}$ คือ

1.	$M_1 - M_2$	=	2.33
2.	$M_1 - M_3$	=	5.29*
3.	$M_1 - M_4$	=	4.30*
4.	$M_1 - M_0$	=	2.90
5.	$M_2 - M_3$	=	2.91
6.	$M_2 - M_4$	=	2.63
7.	$M_2 - M_0$	=	4.02*
8.	$M_3 - M_4$	=	0.38
9.	$M_3 - M_0$	=	5.74*
10.	$M_4 - M_0$	=	5.34*

ดังนั้นจึงมี Contrast τ ที่ 2, 3, 7, 9 และ 10 ดังที่ได้แสดงไว้ใน

ตารางที่ 24.

ภาคผนวก ก.

เอกสารเผยแพร่ที่ใช้เป็น treatment ของกลุ่มทดลอง มี 3 เล่มคือ

1. ความรู้เฉพาะสตรี : เรื่องผู้หญิงกับสุขภาพ
2. ความรู้เรื่องเด็ก : เรื่องทำความเข้าใจกับลูกของท่านในระยะ 5 ปีแรก
3. อาหารเด็กและการใหญ่มีคุ้มกันโรค

เอกสารทั้ง 3 เล่มข้างต้นนี้ เป็นเอกสารเผยแพร่ของกองอนามัยครอบครัว กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ซึ่งในที่นี้จะขอสรุปสาระสำคัญของเอกสารดังกล่าว

ความรู้เฉพาะสตรี : เรื่องผู้หญิงกับสุขภาพ

โดยเฉลี่ยแล้วผู้หญิงมักมีอายุยืนนานกว่าผู้ชาย และมีแนวโน้มที่จะมีสุขภาพดีกว่าชาย เนื่องจากผู้หญิงส่วนมากมักไม่คอยสูบบุหรี่หรือกินเหล้า จึงมีโอกาสได้รับอันตรายจากสิ่งเหล่านี้น้อยกว่าผู้ชาย อัตราการตายของผู้หญิงจากโรคหัวใจก็น้อยกว่าชายมากพูดได้ว่าโดยเฉลี่ยแล้วผู้หญิงมีสุขภาพดีกว่าชาย แต่การที่จะมีสุขภาพดีหรือไม่ย่อมขึ้นกับการดูแลสุขภาพตัวเองด้วย หนังสือเล่มนี้จะช่วยให้ท่านหญิงมีความเข้าใจเกี่ยวกับระบบร่างกายและสุขภาพอนามัยได้ดียิ่งขึ้น ช่วยให้ความหวาดกลัวหรือวิตกกังวลต่อโรคร้ายใจเจ็บที่จะเกิดขึ้นมีน้อยลง และสามารถแก้ไขได้ทันเวลาที่ถ้ามีอาการผิดปกติใด ๆ เกิดขึ้นแก่ตัวท่าน

โรคและอาการต่าง ๆ ที่ผู้หญิงส่วนใหญ่มักจะเป็นกันคือ

1. โรคโลหิตจาง ผู้หญิงหลังการมีประจำเดือนแต่ละครั้งควรชดเชยด้วยการกินอาหารที่มีประโยชน์ และกินให้พอเพียงกับความต้องการของร่างกาย

เพื่อหลีกเลี่ยงการเป็นโรคโลหิตจาง ซึ่งได้แก่อาหารประเภทนม เนื้อ คับ ไข่ ผักสด และผลไม้

2. กระเพาะปัสสาวะอักเสบ การดื่มน้ำมาก ๆ อาจช่วยให้หายได้ภายใน 1 - 2 วัน เพราะน้ำช่วยให้ปัสสาวะมากขึ้น และความเข้มข้นเชื้ออาจลดลง แต่ผลไม่บางชนิด เช่น มะเขือเทศควรงดเว้นเพราะเป็นตัวเพิ่มกรดในปัสสาวะ

3. อาการปวดหลัง ผู้ที่มีอาการปวดหลังเป็นครั้งคราวซึ่งเกิดจากการออกแรงทำงานควรหมั่นบริหารให้หลังตรงอยู่เสมอ ซึ่งถ้าปฏิบัติได้ถูกต้องวิธีอาการปวดหลังจะหายไป แต่ถ้าเป็นรุนแรงและนานเป็นอาทิตย์และมีอาการขาไปดึงแขน 2 ข้างควาย ควรปรึกษาแพทย์

4. ท้องผูก คนเราไม่จำเป็นจะต้องถ่ายทุกวันก็ได้ เพียงแต่ระวังไม่ให้อุจจาระแข็งเกินไปจนต้องออกแรงเบ่งมากเท่านั้น ทั้งนี้โดยการดื่มน้ำ รับประทานอาหาร และผลไม้มาก ๆ ไม่ควรใช้ยาถ่าย และควรฝึกนิสัยการถ่ายให้เป็นเวลา

5. ริดสีดวง ผู้ที่ท้องผูกเป็นประจำมักเป็นริดสีดวงควาย จึงต้องระวังอย่าให้ท้องผูก บางครั้งหัวริดสีดวงอาจยื่นออกมาควรคอย ๆ ดันเข้าไปโดยใช้วาสลิน หรือน้ำมันมะกอกทำให้หล่อลื่น เสร็จแล้วนอนนิ่ง 5 - 10 นาที ในกรณีอุจจาระมีมูกเลือด ท้องผูกหรือท้องเสียมากกว่าปกติ หรือสลับกันควรปรึกษาแพทย์

6. ท้องอืด อาหารไม่ย่อย เบื่ออาหาร ถ้ามีอาการดังกล่าวอย่างกระตั้นหัน ควรปรึกษาแพทย์ที่ชำนาญโรคระบบทางเดินอาหาร แต่ถ้าเกิดบ่อย ๆ หรือเรื้อรังควรพยายามหลีกเลี่ยงอาหารที่กินแล้วเกิดอาการดังกล่าว บางครั้งก็อาจเนื่องมาจากประสาทเครียดได้เช่นกัน

7. ปัญหาเกี่ยวกับประจำเดือน การที่ประจำเดือนจะตรงเวลาหรือไม่ขึ้นอยู่กับสภาวะทางจิตใจ การมีประจำเดือนแต่ละครั้งผู้หญิงเราอาจใช้ยาอนามัยในจำนวนไม่เท่ากัน แต่ถ้าหากมีประจำเดือนมากกว่าปกติ มีลักษณะลิ่มปะปนหรือมีนานกว่า 5 วัน หรือรอบเดือนห่างกันน้อยกว่า 20 วัน ควรปรึกษาแพทย์อาจเป็นเพราะมีเนื้องอกซิกไมร้ายแรงในมดลูกได้

8. การตัดมดลูก ภายหลังจากผ่าตัดมดลูกจะไม่มีประจำเดือนอีกต่อไป แต่ยังมีเพศสัมพันธ์ได้ตามปกติ และการผ่าตัดมดลูกไม่มีผลทำให้ผู้หญิงแก่ตัวลงเร็วกว่า

ปกติ เพราะรังไข่ซึ่งเป็นแหล่งผลิตฮอร์โมนยังทำงานอยู่

9. อาการทางประสาท มีลักษณะต่าง ๆ กัน บางคนอาจปวดหัว ท้องอืด ประจำเดือนมาช้า หัวใจเต้นเร็ว ปวดท้อง ท้องเสีย หรืออาการคอแห้ง เป็นต้น อาการวิตกกังวลที่เกิดขึ้นเป็นครั้งคราวก็เช่นกัน บางครั้งอาจไม่มีเหตุผลพอที่ได้วิธีที่ดีที่สุดคือ การพูดคุยหรือปรับทุกข์กับเพื่อนสนิท และไม่ควรกินยาประเภทกลุ่มประสาท

10. ภาวะซึมเศร้า มักเกิดขึ้นหลังการสูญเสียครั้งสำคัญ ๆ สิ่งเกิดได้จากการที่ร่างกายเริ่มอ่อนเพลีย ไม่มีสมาธิ เบื่อทุกอย่าง ไม่ต้องการพบใคร ภาวะซึมเศร้าของจิตใจเป็นอาการของโรคอย่างหนึ่งเช่นเดียวกับโรคอื่น ๆ เช่น ทอนซิลอักเสบหรือไส้ติ่งอักเสบ การไฉยหายบางครั้งก็จำเป็นเหมือนกันแต่ต้องปรึกษาแพทย์

11. บัญหาการนอนหลับ ถ้าไม่ได้รับคำแนะนำจากแพทย์ไม่ควรกินยานอนหลับเป็นอันขาดเพราะจะเกิดความเคยชิน ตึดยาได้ ผู้ที่มีปัญหานอนหลับยากอาจช่วยตัวเองได้โดยดื่มเครื่องดื่มร้อน ๆ ก่อนนอน แต่ไม่ใช่น้ำชาหรือกาแฟ อามน้ำอุ่น ๆ ก่อนนอน หรืออ่านหนังสือก่อนนอน เป็นต้น

12. ปวดศีรษะ อาจเกิดจากสาเหตุต่าง ๆ ได้ เช่น การใช้สายตามาก, ความดันโลหิตสูง, เกิดจากความตึงเครียดของระบบประสาท ผู้ที่มีอาการปวดรุนแรงควรปรึกษาแพทย์

นอกจากเรื่องโรคต่าง ๆ แล้ว หนังสือเล่มนี้ยังได้บอกถึงวิธีการปฏิบัติตนในการเป็นแม่และเป็นภรรยา, การมีลูกคนแรก, เรื่องเพศในชีวิตแต่งงาน, การปฏิบัติตนของหญิงโสด, การปฏิบัติตนในวัยกลางคน วัยหมดประจำเดือนและวัยผู้ใหญ่ ปัญหาต่าง ๆ ในวัยแห่งการเปลี่ยนแปลง รวมทั้งการตรวจเต้านมด้วยตนเอง การตรวจจมูก, การคุมกำเนิด, เรื่องของครอบครัว เรื่องของหญิงโสดและหญิงที่อยู่เพียงคนเดียว

ความรู้เรื่องเด็ก : ทำความเข้าใจกับลูกของท่านในระยะ 5 ปีแรก

เด็กแต่ละคนมีลักษณะเฉพาะตัว มีอุปนิสัยและอารมณ์ที่แตกต่างกันไปโดย

เฉพาะในช่วง 5 ปีแรกของการ เติบโตเป็นระยะสำคัญที่จะหล่อหลอมพื้นฐานให้เด็ก เพื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดี จึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งที่พ่อแม่จะต้องทำความเข้าใจและพยายามเรียนรู้เกี่ยวกับเด็กในระบะนี้ให้มาก หนังสือนี้จึงเป็นคู่มือสำหรับผู้ปกครอง เด็กในการเลี้ยงดูและอบรมเด็กในวัยนี้เพื่อให้เด็กเจริญเติบโตขึ้นด้วยความสมบูรณ์ทั้ง ทางร่างกายและจิตใจ

เด็กเกิดใหม่

เด็กที่เกิดมาในตระกูลที่มีสุขภาพดีนับว่าเป็นเด็กโชคดี ทั้งนี้เพราะเด็กจะ รับประทานอาหารจากพ่อแม่ประมาณร้อยละ 50 และรับมาจากปู่ ย่า ตา ยาย และ บรรพบุรุษอีกร้อยละ 50 มนุษย์ทุกคนจึงมีความแตกต่างและมีลักษณะ เฉพาะตัวซึ่งพ่อแม่ไม่อาจเป็นผู้กำหนดได้

การพัฒนาของมนุษย์เราขึ้นอยู่กับปัจจัยสำคัญ 2 ประการคือ ลักษณะตกทอด ที่รับมาจากบรรพบุรุษตั้งแต่แรกเกิด และจากสภาพสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ในการดำรง ชีวิต เราไม่สามารถกำหนดสิ่งแรกได้ แต่ในเรื่องสิ่งแวดล้อมเราสามารถควบคุม และเปลี่ยนแปลงได้ ซึ่งพ่อแม่เป็นบุคคลแรกที่มีอิทธิพลและสำคัญต่อชีวิตลูกมากที่สุด เป็นบุคคลแรกที่เด็กรู้จักและจำเป็นแบบอย่างทางด้านความรู้ สึกนึกคิดและทัศนคติ และ จะมีผลในทางพฤติกรรมคิดตัวเด็กไปจนตลอดชีวิต

โดยปกติแล้วมนุษย์ทุกคนย่อมอยากได้ในสิ่งที่ตนต้องการ แต่ในเด็กจะมี ความรุนแรงมากถ้าถูกขัดใจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องการกินอาหาร ซึ่งเป็น เรื่องสำคัญสำหรับเด็กเพราะทำให้ตัวเองอยู่รอด พ่อแม่เท่านั้นที่จะช่วยกล่อมเกล าให้สัญชาตญาณเอาตัวรอดของเด็กทุเลาเบาบางลง

มนุษย์เรามีความต้องการขั้นพื้นฐานอยู่ 2 ประการคือ ความหิวพอใจใน ตนเอง และความต้องการความรักและการยอมรับจากผู้อื่น ทารกแรกเกิดจะมี "สัญชาตญาณในการสมาคม" ซึ่งหมายถึงความต้องการที่จะรักและถูกรัก ตลอดจนการ ยอมรับจากผู้อื่น ทารกแม่ใน 2 - 3 อาทิตย์แรกก็จะเริ่มมีสัญชาตญาณนี้ และใน

2 - 3 เดือนก่อนจะเริ่มรู้จักปรับพฤติกรรมของคนให้สอดคล้องและเป็นที่ยอมรับของผู้เป็นแม่หรือบุคคลซึ่งอยู่ใกล้ชิด การที่บางคนไม่ยอมปรับตัวและยึดเอาตนเองเป็นสำคัญ อาจมีผลมาจากในวัยเด็กได้ ดังนั้น การฝึกฝนตั้งแต่ครั้งเยาว์วัย และการสร้างความสัมพันธ์กับครอบครัวมีส่วนสำคัญอย่างมากในการขัดเกลาสัญชาตญาณของคนเรา

สัญชาตญาณอีกประการหนึ่งที่สำคัญคือเรื่องเพศ เด็กเล็ก ๆ เองก็มีความรู้สึกดังกล่าว เช่น ลูกผู้หญิงมักมีความรู้สึกผูกพันรักใคร่เป็นพิเศษกับพ่อ และลูกชายกับแม่ เป็นต้น แต่ความรู้สึกเบื้องต้นนี้แตกต่างกับความรู้สึกเมื่ออย่างเข้าวัยรุ่น และเป็นคนละชนิดกับความรู้สึกทางเพศแบบของผู้ใหญ่ การที่เด็กเล็ก ๆ สนใจวัยยะต่าง ๆ ภายในร่างกายหรืออยากรู้อยากเห็นว่าเด็กเกิดมาได้อย่างไรนี้เป็นเรื่องปกติธรรมดา ถ้าได้รับการชี้แจงอย่างถูกต้องจะช่วยให้เด็กเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีอารมณ์ในเรื่องเพศอย่างถูกต้องและพอเหมาะพอควร

คนรุ่นก่อน ๆ มักมีแนวโน้มที่จะคิดว่า เด็กทุก ๆ คนเหมือนกันทั้งในด้านความรู้สึก ความคิดอ่านและการกระทำ แต่อันที่จริงเด็กแต่ละคนแตกต่างกันมากและมีความเป็นตัวของตัวเองมาตั้งแต่เยาว์วัย การเลี้ยงดูอบรมจึงต้องให้สอดคล้องกับลักษณะเฉพาะตัวของเด็ก การให้ความสนใจและคำแนะนำที่ถูกต้องเพียงพอจะทำให้เด็กเป็นผู้ที่สามารถตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ได้ดี

โดยทั่วไปแล้วเด็กไม่ชอบการเปลี่ยนแปลง ดังนั้นจึงจำเป็นที่พ่อแม่ต้องสร้างนิสัยอันดีงามให้เด็กเสียตั้งแต่เริ่มแรก โดยเฉพาะในเรื่องสำคัญ ๆ เช่นการกินอยู่ หลับนอน เป็นต้น เพื่อให้นิสัยที่ดีจะติดตัวไปจนกระทั่งโต ในด้านการอบรมเด็กนี้ ในปัจจุบันเป็นที่ตระหนักดีว่าความสัมพันธ์ระหว่างร่างกายและจิตใจเป็นเรื่องที่ใกล้ชิดอย่างแยกไม่ออก เด็กที่ไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่เท่าที่ควรอาจจะไม่ยอมกินอาหารและหยุดเจริญเติบโตได้ พ่อแม่ที่ให้ความสนใจเรื่องเกี่ยวกับตัวลูกมากเท่าใดจะเป็นผลก็มากขึ้นเท่านั้น ซึ่งพ่อเป็นผู้มีความสำคัญในชีวิตของลูกเท่า ๆ กับแม่ โดยเฉพาะกับลูกผู้หญิง อย่างไรก็ตาม ไม่ควรพยายามบังคับลูกให้คิดและปฏิบัติตามที่ตนต้องการจะทำให้เด็กช่วยตัวเองได้ช้า และไม่มีความมั่นใจในตัวเอง การ

บังคับเด็กเป็นไปได้เพียงชั่วคราวช่วยยามในเด็กเล็ก ต่อไปเมื่อเด็กโตขึ้นจะถือสิ่งไม่ยอมให้บังคับอีกซึ่งอาจทำให้เด็กเกลียดผู้ปกครองเป็นผลร้ายตามมาอีกด้วย

จากทารกไปสู่เด็กหัดเดิน (6 - 18 เดือน)

ในระยะหย่านมแม่ (7 - 10 เดือน) ควรทำแบบค่อยเป็นค่อยไป มิฉะนั้น เด็กจะรู้สึกถูกรบกวน หงุดหงิด ไม่ปลอดภัยและหวาดกลัว อาจมีผลทำให้เด็กเป็นมิตรกับคนยาก อารมณ์ร้าย หรือกลายเป็นเด็กชลาดถกลัวไม่เจริญเติบโตตามวัยเท่าที่ควรได้

ระยะ 6 เดือนถึง 1 ปีนี้ เป็นระยะเด็กเริ่มมีฟันขึ้น ทำให้รู้สึกไม่สบาย ระบบย่อยอาหารแปรปรวน นอนหลับไม่สนิทได้ - พ่อแม่ไม่จำเป็นต้องวิตกกังวลเพราะอาการเหล่านี้จะหายไปเองเมื่อเด็กฟันขึ้นเต็มที่ เมื่อฟันขึ้นใหม่ ๆ เด็กอาจจะคันเหงือก ชอบคว้าของไปกัดเล่นหรือคุ้ยนิ้วมือ ซึ่งเป็นที่กลัวกันว่าอาจนำเชื้อโรคมาสู่เด็ก แต่การคุ้ยมีความสำคัญทางจิตใจเด็กมากคือ ทำให้เด็กมีความสุขและพึงพอใจ พ่อแม่จึงควรระวังในการใช้หัวนมยาง หรือวัตถุทำด้วยยางให้เด็กกัดหรือคุ้ยเล่น ส่วนระยะการเลืกคุ้ยแตกต่างกันบางคนคุ้ยจนถึง 2 ขวบ แถ่ถ้าเด็กไม่สบายหรือขาดความอบอุ่นควรปลอบโยนให้ด้วย โดยค่อย ๆ ให้ความรักและความอบอุ่นทางจิตใจเป็นการทดแทนในไม่ช้าเด็กก็จะเลิกคุ้ยหัวนมไปเอง

เมื่อเด็กอายุได้ 8 เดือนจะเริ่มเข้าใจคำว่า "อย่า" อายุได้ 9 เดือนจะเริ่มสนใจบุคคลอื่น ๆ รอบ ๆ ตัวนอกเหนือจากพ่อแม่ เมื่ออายุ 12 เดือน เด็กจะเริ่มเลียนแบบการกระทำของผู้ใหญ่ รู้จักควบคุมการกระทำและความต้องการของตน ให้ความสนใจกับสิ่งต่าง ๆ รอบตัว สิ่งเหล่านี้คือรากฐานของความนึกคิดที่แท้จริงเมื่อเติบโตขึ้น

ในวัยเริ่มหัดเดิน 10 - 18 เดือนนี้ เรียกได้ว่าเป็นวัยแห่งความอยากรู้อยากเห็น เด็กมักจะให้ความสนใจต่อสิ่งต่าง ๆ เสียงต่าง ๆ และพอใจที่จะส่งเสียงดัง ๆ เพื่อช่วยให้เด็กมีการพัฒนาทางร่างกาย พ่อแม่ควรเก็บของมีคมทุกอย่าง

และปล่อยให้เด็กมีอิสระในการจับต้องสิ่งต่าง ๆ รอบตัวได้ แต่ต้องระวังเพราะเด็กยังแยกไม่ไคว่่าสิ่งใดคือ-ไม่คื้สำหรับตนเอง และพยายามหลีกเลี่ยงไม่กล่าวคำว่า "อย่าจับ" จะทำให้เด็กกลัวและมีการพัฒนาช้ากว่าวัย

เมื่อเด็กอายุได้ขวบครึ่งควรหัดให้นั่งโต๊ะกินอาหารกับครอบครัว เด็กเล็กๆ มีสัญชาตญาณในการทำสิ่งต่าง ๆ ที่เหมาะสมกับขั้นตอนการเจริญเติบโต สิ่งที่เด็กริเริ่มทำเองจะไม่เห็นอันตรายต่อเด็ก ตรงข้ามกับสิ่งที่พ่อแม่บังคับให้หัดทำในเมื่อเด็กยังไม่พร้อม เช่น การหัดพูด หัดอ่าน พ่อแม่จึงควรช่วยเหลือฝึกฝนเด็กในระยะเวลาหรือขั้นตอนที่เหมาะสม

เด็กเล็ก ๆ ทุกคนชอบทำเสียงอ้อแอ้ไปจนกระทั่งถึง 1 ขวบ โดยเฉลี่ยแล้วเด็กจะพูดได้ครั้งแรกเมื่ออายุได้ 8 เดือน เด็กหญิงจะพูดได้เร็วกว่าเด็กชาย แต่การที่เด็กมีพัฒนาทางด้านพูดจาได้เร็วหรือสามารถจดจำถ้อยคำต่าง ๆ ได้เร็วไม่ได้หมายความว่า จะเป็นเด็กฉลาดเสมอไป ความเร็วเกินตัวของเด็กนี้อาจเป็นไปได้ในลักษณะกระต่อนกระแต่นไม่ราบเรียบได้

18 เดือน - 3 ขวบ

เป็นระยะก่อนเข้าโรงเรียน เด็กอายุ 18 เดือน - 2 ขวบ พูดได้มากถึง 200 คำ และสามารถผูกประโยคสั้น ๆ ได้ เด็กอายุประมาณ 3 ขวบ จะพูดได้ถึง 2,000 - 3,000 คำ

เด็กในวัยนี้เริ่มให้ความสนใจต่อโลกภายนอกโดยเฉพาะระยะ 18 เดือน - 2 ขวบครึ่ง เป็นระยะที่เด็กอาจมีความกดดันทางอารมณ์รวมทั้งความรู้สึกไม่มั่นคงต่าง ๆ เช่น กลัวการถูกทอดทิ้ง จึงเป็นระยะที่เด็กติดแม่มาก

เด็กที่มีอายุระหว่าง 2 - 3 ขวบ จะเริ่มรู้จักคำว่า "ไม่" และจะต่อต้านสิ่งที่ยู่ใหญ่บังคับหรือขอร้องให้ทำจึงเป็นระยะแห่งการปฏิเสธ คือ เด็กอาจเลือกอาหาร ไม่ยอมเข้านอน อยู่ไม่นิ่ง ไม่ค่อยพอใจสิ่งใดง่าย ๆ แต่เมื่อพ้นช่วงนี้ไปแล้ว

อาการเหล่านี้จะหมดไปโดยพ่อแม่ต้องมีความอดทนและหลีกเลี่ยงที่จะขัดใจเด็ก ในบางกรณีพ่อแม่ควรผ่อนปรนให้เด็กทำตามใจชอบบ้าง หรือเมื่อเด็กอยากจะทดลองกระทำการแปลกใหม่ ระยะเวลาที่เด็กมีอายุได้ 2 ขวบครึ่ง เด็กจะเริ่มรู้จักและเข้าใจเหตุผล พ่อแม่ควรใช้เวลานี้สอนเด็กว่าอะไรทำได้ อะไรทำไม่ได้ ควรใช้ระเบียบกฎเกณฑ์กับเด็กเมื่อเห็นว่าจำเป็นไม่ควรจู้จี้จุกจิก สิ่งใดพูดแล้วต้องทำตามที่เขาพูด เช่น ทำแล้วจะถูกลงโทษ ก็ควรลงโทษแต่ไม่ควรใช้วิธีรุนแรงและดูเด็กหน้าเดียว ไม่ควรลงโทษเด็กพร่ำเพรื่อ และไม่ควรกล่าวหาจากาคาโทษเด็กเช่น "ถ้าพ่อกลับมาจะฟ้องพ่อ" วิธีลงโทษเด็กที่ดีที่สุดไม่ใช่การตี แต่เป็นการตัดสิทธิบางอย่างของเด็ก เช่น ทำโทษไม่ให้กินขนมในวันที่ทำผิด เป็นต้น

วัย 3 - 5 ขวบ

ในวัยนี้ พ่อแม่ต้องพยายามส่งเสริมให้เด็กได้เรียนรู้เข้ากับสังคมได้ทุกอย่าง และจำเป็นต้องมีเพื่อนในวัยเดียวกันด้วย การให้เด็กเข้าโรงเรียนอนุบาลหรือสถานเลี้ยงเด็กกลางวัน ตั้งแต่อายุ 3½ - 4 ขวบ มีประโยชน์มากสำหรับเด็กจะช่วยให้เด็กปรับตัวได้ง่ายขึ้นเมื่อเข้าเรียนตามปกติ

เด็กในวัยนี้ควรได้รับการส่งเสริมให้ได้เรียนรู้วิธีการพูดและรู้จักใช้ถ้อยคำต่าง ๆ ให้ถูกต้อง ระยะเวลา 3 - 5 ขวบนี้ เด็กชอบจดจำและเลียนแบบผู้ใหญ่ ควรปล่อยให้เด็กช่วยตัวเองมีโอกาสฝึกฝนทำสิ่งต่าง ๆ การช่วยเด็กมากเกินไปจะทำให้เด็กเกิดความไม่พอใจ และเมื่อหนายที่จะหัดทำสิ่งนั้น ๆ ด้วยตนเอง

พ่อแม่ควรมีเวลาว่างพูดคุยและเล่นกับเด็ก สนใจตอบคำถามของเด็ก โดยเฉพาะเด็กช่างถาม ช่างสงสัย การที่เด็กได้ความรู้อย่างถูกต้องจะไม่นับอันตรายต่อเด็กแต่อย่างใด แต่ถ้าเด็กไม่รู้ไม่เข้าใจหรือรู้สึกว่ามีบางสิ่งซึ่งเป็นสิ่งเร้นลับจะทำให้เด็กรู้สึกกลัว ไม่มีความมั่นคง และไม่มีความสุขเมื่อเติบโตขึ้น การขาดผู้ที่สนใจรับฟังปัญหาหรือเรื่องราวต่าง ๆ อาจทำให้เด็กเกิดความรู้สึกอึดอัดใจและบางครั้งอาจทำให้เด็กทำผิดหรือตัดสินใจผิดได้

เด็กในวัย 4 - 5 ขวบ จะเริ่มรู้จักการสำนึกผิดหรือมีสติสัมปชัญญะคือ รู้ตัวว่าทำผิดถึงแม้ว่าจะไม่มีผู้ใหญ่รับรู้ก็ตาม การปรับตัวในวัยนี้จึงขึ้นอยู่กับพื้นฐาน การอบรมเลี้ยงดูที่ได้รับมา พ่อแม่ที่ให้ความเป็นเพื่อนแก่ลูก มีครอบครัวที่มั่นคงและอบอุ่น จะทำให้เด็กสามารถเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีความสุข สามารถปรับตัวได้ดี และมีความเชื่อมั่นในตนเอง

อาหารเด็กและการใหญ่มีคุ้มกันโรค



มีหัวข้อสำคัญ ๆ คือ

1. จะให้อาหารเด็กอย่างไรจึงจะเหมาะสม

- อายุ 1 เดือน ให้นำนมข้น 1 ซองชา ก่อนให้นมมือใดมือหนึ่ง และค่อย ๆ เพิ่มขึ้นจนได้สมประมาณวันละ 1 ลูก
- อายุ 3 เดือน ให้อาหารน้ำว่าสุกอมบด ชุกเอาแต่เนื้อ ๆ วันละมือ
- อายุ 4 เดือน ให้อาหารผสมน้ำต้มกระดูกหมู, ไข่ น้ำต้มต้บและน้ำต้มผัก ครั้งละ 1 - 2 ซองชาก่อนแล้วค่อย ๆ เพิ่มขึ้นถึง 1 - 2 ซองโต๊ะ และเริ่มผสมไข่แดงต้มสุกยกลงไปในข้าวต้ม
- อายุ 5 เดือน ผสมเนื้อปลาต้มละเอียดลงในข้าวต้ม
- อายุ 6 เดือน เพิ่มข้าวต้มให้แทนนมได้ 1 มื้อและผสมใบผักต้มละเอียดลงในข้าวต้ม เช่น ใบผักกาดขาว ผักบุ้ง ตำลึงอ่อน หัวผักกาด ฟักทอง
- อายุ 7 เดือน ผสมเนื้อสัตว์ละเอียดในข้าวต้ม เช่น เนื้อไก่ เนื้อวัว เนื้อหมู และตับ และให้ไข่ขาวได้ ในระยะนี้อาจจะให้ขนมปังกรอบแก่เด็กเพราะฟันจะเริ่มขึ้น
- อายุ 8 - 9 เดือน เพิ่มข้าวต้มผสมเนื้อและผักต้มให้แทนนมได้ 2 มื้อ และให้ขนมหวานโตบ้าง เช่น ขนมเปียกปูน สังขยา สาลูเปียก โดยให้หลังของสาว และค่อย ๆ หัดให้เด็กจับช้อน คั้นน้ำจากถ้วยเอง

2. เมื่อใดควรนำเด็กไปรับภูมิคุ้มกันโรค

เด็กแรกเกิดถึง 1 เดือน

- ปฏักป้องกันไขทรพิษ
- ฉีดวัคซีนป้องกันวัณโรค

อายุ 3 - 4 เดือน

- ฉีดวัคซีนป้องกันโรคคอตีบ ไอกรน บาดทะยัก (ครั้งที่ 1)
- ให้อ้วนขึ้นป้องกันโปลิโอชนิดกิน (ครั้งที่ 1)
- ปฏักป้องกันไขทรพิษ ในรายที่ยังไม่ได้ปฏักหรือปฏักแล้วไม่ขึ้น
- ฉีดวัคซีนป้องกันวัณโรค ถ้ายังไม่เคยฉีด

อายุ 5 - 6 เดือน

- ฉีดวัคซีนป้องกันโรคคอตีบ ไอกรน บาดทะยัก (ครั้งที่ 2)
- ให้อ้วนขึ้นป้องกันโปลิโอชนิดกิน (ครั้งที่ 2)

อายุ 7 - 8 เดือน

- ให้อ้วนขึ้นป้องกันโปลิโอชนิดกิน (ครั้งที่ 3)

อายุ 1 ปีครึ่ง - 2 ปี

- ฉีดวัคซีนป้องกันโรคคอตีบ ไอกรน บาดทะยัก (กระตุ้น)
- ให้อ้วนขึ้นป้องกันโปลิโอชนิดกิน (กระตุ้น)

อายุ 4 - 7 ปี

- ฉีดวัคซีนป้องกันโรคคอตีบและบาดทะยัก (ซ้ำ)

3. อายุเด็กกับการไปตรวจสุขภาพ

เด็กที่มีอายุต่ำกว่า 1 ปี ตรวจทุก 1 เดือน, อายุ 1 - 2 ปี ตรวจทุก 3 เดือน, อายุ 2 - 3 ปี ตรวจทุก 4 เดือน, อายุ 3 - 7 ปี ตรวจทุก 6 เดือน, อายุ 7 ปีขึ้นไปตรวจปีละครั้ง.

ภาคผนวก ง.

แบบสอบถามชุดที่หนึ่งสำหรับสตรีที่มีอายุระหว่าง 15 - 45 ปี ที่สมรสแล้ว
มีบุตร และยังคงอยู่กับสามีในปัจจุบัน

ผู้ให้สัมภาษณ์ชื่อ _____ นามสกุล _____
บ้านเลขที่ _____ ถนน _____ ตำบล _____

โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง หน้าข้อความที่เป็นคำตอบที่
ต้องการ และกรุณาเติมข้อความลงในช่องว่างที่เว้นไว้ (_____)

ข้อมูลทางคานประชากร

1) ปัจจุบันท่านมีอายุเท่าใด

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 1. ต่ำกว่า 20 ปี | <input type="checkbox"/> 4. 31 - 35 ปี |
| <input type="checkbox"/> 2. 21 - 25 ปี | <input type="checkbox"/> 5. 36 - 40 ปี |
| <input type="checkbox"/> 3. 26 - 30 ปี | <input type="checkbox"/> 6. 41 ปีขึ้นไป |

2) ก. ท่านสมรสเมื่ออายุเท่าใด (สมรสกับสามีคนปัจจุบัน)

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 1. ต่ำกว่า 20 ปี | <input type="checkbox"/> 4. 31 - 35 ปี |
| <input type="checkbox"/> 2. 21 - 25 ปี | <input type="checkbox"/> 5. 36 - 40 ปี |
| <input type="checkbox"/> 3. 26 - 30 ปี | <input type="checkbox"/> 6. 41 ปีขึ้นไป |

ข. อายุก่อนสมรสของสามีท่านเท่าใด

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 1. ต่ำกว่า 20 ปี | <input type="checkbox"/> 4. 31 - 35 ปี |
| <input type="checkbox"/> 2. 21 - 25 ปี | <input type="checkbox"/> 5. 36 - 40 ปี |
| <input type="checkbox"/> 3. 26 - 30 ปี | <input type="checkbox"/> 6. 41 ปีขึ้นไป |

- 3) ท่านสำเร็จการศึกษาแล้วระดับไหน
๐. ไม่เคยรับการศึกษา แต่อ่านออกเขียนได้ดี
1. ป.1 - ป.4
2. ป.5 - ป.7
3. ม.ศ.1 - ม.ศ.3 (เทียบเท่า)
4. ม.ศ.4 - ม.ศ.5 หรือเทียบเท่า
5. ประกาศนียบัตรวิชาชีพ
6. การศึกษาผู้ใหญ่
7. อื่น ๆ _____
- 4) อาชีพหลักของสามีคืออะไร (ระบุให้ละเอียด)
- _____
- 5) อาชีพหลักของท่านคืออะไร (ระบุให้ละเอียด)
- _____
- 6) รายได้ของครอบครัวท่านทั้งหมด ต่อเดือน
1. ต่ำกว่า 1,000 บาท
2. 1,001 - 2,500 บาท
3. 2,501 - 5,000 บาท
4. 5,001 - 7,500 บาท
5. 7,501 - 10,000 บาท
6. 10,001 บาทขึ้นไป
- 7) จำนวนครั้งที่ท่านมีการตั้งครรภทั้งหมด _____ ครั้ง
- 8) จำนวนบุตรที่มีชีวิตอยู่ในปัจจุบัน ทั้งหมด _____ คน
- จำนวนบุตรชาย _____ คน
- จำนวนบุตรหญิง _____ คน
- เหตุผล _____
- (ให้เปรียบเทียบ ขอ 7 และขอ 8 ถ้าจำนวนการตั้งครรภไม่เท่ากับจำนวนบุตรให้ตามเหตุผลด้วย)
- 9) ท่านต้องการมีบุตรเพิ่มหรือไม่
1. ต้องการ
๐. ไม่ต้องการ
8. ไม่แน่ใจ
- (ข้ามไปตามข้อ ๑๑ เลข)
- 10) ท่านต้องการมีบุตร อีกกี่คน _____ คน

ข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพอนามัย

- 11) เมื่อท่านเจ็บป่วยขึ้น ท่านทำอะไรในขั้นแรก
-
- 12) ท่านหรือคนในครอบครัว เคยไปรับการตรวจรักษาจากโรงพยาบาล หรือจากสถานีอนามัย หรือสำนักงานควบคุมโรคบ้างหรือไม่
1. เคย 0. ไม่เคย (ข้ามไปตามข้อ 14)
- 13) ถ้าเคยไปรับการตรวจรักษาไปเพราะเหตุใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
1. เกิดอาการไม่สบาย 6. คลอดบุตร
2. เกิดอุบัติเหตุ 7. ตรวจหลังคลอด
3. ฉีดวัคซีนป้องกันโรค 8. เรื่องการคุมกำเนิด
4. เรื่องสุขภาพฟัน 9. อื่น ๆ
5. ไปฝากครรภ์ 99. ไม่ทราบ ไม่ตอบ
- 14) ถ้า ไม่เคย ไปรับการตรวจรักษา เพราะเหตุใด
-
- 15) ขณะนี้ท่านมีบุตรอายุไม่เกิน 2 ปี หรือไม่
1. มี 0. ไม่มี (ข้ามไปตามข้อ 17)
- 16) บุตรคนนี้ได้รับการปลูกวัคซีนป้องกันโรคหรือไม่
1. เคย 0. ไม่เคย
- ถ้าไม่เคย เพราะอะไร _____
-
- (ถ้าเคย) บุตรคนนี้ได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคอะไรบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ)
1. คอตีบ ไอกรน บาดทะยัก
2. วัคซีนป้องกันวัณโรค
4. โปลิโอ โดยการกิน
8. ปลูกฝีป้องกันไข้ทรพิษ

ข้อมูลงานเอกสารเผยแพร่

17) ท่านเคยอ่านเอกสารเผยแพร่ของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข บ้างหรือไม่

1. เคย 0. ไม่เคย (ข้ามไปตามข้อ 20)

18) ถ้าเคยอ่านเอกสารเผยแพร่ อ่านเกี่ยวกับเรื่องอะไร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

01. วางแผนครอบครัว 08. ความรู้เรื่องเด็ก
 02. การป้องกันโรค 16. สุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม
 04. ความรู้เฉพาะสตรี 32. อื่น ๆ ระบุ _____

19) ท่านมีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับเอกสารดังกล่าว

	ดี	พอใช้	ควรแก้ไข
1. คำนภาษาที่ใช้ (รู้เรื่อง)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. คำนรูปเล่ม	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. คำนเนื้อหา	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ประโยชน์ที่ได้รับ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. อื่น ๆ ระบุ _____			

20) ท่านต้องการอ่านเอกสารเผยแพร่ประเภทไหนบ้าง

คำถามต่อไปนี้ ถามเฉพาะผู้ที่ได้รับแจกเอกสารเผยแพร่ เรื่องความรู้
เฉพาะสตรี และความรู้เรื่องเด็ก (แบบทดสอบชุดที่สอง)

กรุณาขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง หน้าข้อความที่ต้องการ และ
เติมข้อความลงในช่องว่างที่เว้นไว้ (_____)

- 1) ท่านอ่านเอกสารเผยแพร่ที่ได้รับแจกหรือไม่
1. อ่าน 0. ไม่อ่าน (สิ้นสุดคำถาม)
เหตุผลที่ไม่อ่าน _____
- 2) ท่านอ่านบ่อยครั้งแค่ไหน
1. 1 ครั้ง 4. 4 ครั้ง
 2. 2 ครั้ง 5. 5 ครั้ง
 3. 3 ครั้ง 6. 6 ครั้งขึ้นไป
- ท่านอ่านเอกสารเผยแพร่ละเอียดแค่ไหน
1. ละเอียดมาก 2. ละเอียดพอควร 3. ไม่ละเอียด
- 3) ท่านมีความคิดเห็นอย่างไร หรือมีปัญหาอย่างไร เกี่ยวกับเอกสารที่อ่าน
ด้านภาษาที่ใช้ ไม่มีปัญหา ควรแก้ไข
- ก. ใช้คำศัพท์ยาก ไม่เข้าใจ เช่น ภูมิคุ้มกันโรค,
ภาวะซึมเศร้า, ยาปฏิชีวนะ, ยีนส์ ฯลฯ
- ข. ใช้ถ้อยคำวกวน สับสน เช่น "ในปัจจุบันยังไม่
ยอมรับว่า ผู้หญิงไม่จำเป็นต้องแต่งงานเสมอไป"
- ค. ใช้สำนวนความที่ไม่เข้าใจ เช่น "เด็กต้องการ
ร่างกายที่มั่นคงเพื่อการเจริญเติบโต"
- ด้านเนื้อหา ดี ควรแก้ไข
- ก. ท่านคิดว่ากรຈักเนื้อหาในเอกสารที่อ่านได้
เรียงไปตามลำดับความสำคัญแล้วหรือไม่

- | | | | |
|----|--|---------------------------------|------------------------------------|
| | | คือ | ควรแก้ไข |
| ข. | ท่านคิดว่าคำอธิบายในเนื้อหา มีเหตุผลที่น่าเชื่อถือ หรือไม่ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ค. | ท่านคิดว่าควรมีการสรุปในตอนท้ายของแต่ละเรื่อง หรือไม่ | ควร <input type="checkbox"/> | ไม่ควร <input type="checkbox"/> |
| ง. | ท่านคิดว่า การเสนอเนื้อหาควรบอกทั้งคำคัดค้านเสีย หรือบอกทั้งประโยชน์และโทษหรือไม่ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| จ. | ท่านคิดว่าในการเสนอเรื่องราวต่าง ๆ ควรยกตัวอย่างประกอบด้วย หรือไม่ | ควรใช้ <input type="checkbox"/> | ไม่ควรใช้ <input type="checkbox"/> |
| ฉ. | ท่านคิดว่า ควรใช้ถ้อยคำที่ฟังดูน่ากลัว หรือขมขื่นถึงโทษภัยที่จะได้รับ จะเป็นผลในทางปฏิบัติได้ดีกว่าให้ถ้อยคำธรรมดาหรือไม่ เช่น โฆษการสูบบุหรี่ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | <u>ด้านรูปแบบ</u> | คือ | ควรแก้ไข |
| ก. | ลักษณะรูปแบบ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ข. | จำนวนหน้า | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ค. | หน้าปก | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4) | ท่านมีคำแนะนำอื่น ๆ เพื่อการปรับปรุงเอกสารเผยแพร่ หรือไม่ (ระบุ) | | |

- 5) ท่านคิดว่า ได้ประโยชน์อะไรจากการอ่านเอกสารเผยแพร่ที่ได้รับแจกนี้บ้างหรือไม่

1. ได้

0. ไม่ได้

เหตุผลที่ไม่ได้ประโยชน์ _____

ถ้าได้ประโยชน์ ได้โน้มน้าวบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- 1. ให้ความรู้ ความเข้าใจเพิ่มขึ้น
- 2. ให้ทัศนคติใหม่ ๆ ในการปฏิบัติตน และการเลี้ยงดูเด็ก
- 3. คิดว่าจะนำไปปฏิบัติตามต่อไป



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แบบทดสอบความรู้เฉพาะสตรีและความรู้เรื่องเด็ก

กรุณาขีดเครื่องหมาย ✓ หรือ ✗ หน้าข้อที่ท่านเห็นว่าถูกหรือผิด ตามที่เป็นจริง

-
- 1). โดยเฉลี่ยแล้วผู้หญิงมีอายุยืนกว่าผู้ชาย และมีสุขภาพดีกว่าชาย
 - 2). อัตราการตายของผู้หญิงควยโรคหัวใจมีมากกว่าชาย
 - 3). ผู้หญิงหลังการมีประจำเดือนทุกครั้ง ควรชดเชยด้วยอาหารที่มีคุณค่า เพื่อหลีกเลี่ยงการเป็นโรคโลหิตจาง
 - 4). การดื่มน้ำมาก ๆ ช่วยให้อาการกระเพาะปัสสาวะอักเสบหายได้
 - 5). ควรทานมะเขือเทศ เพื่อช่วยบรรเทาอาการกระเพาะปัสสาวะอักเสบ
 - 6). คนเราจำเป็นต้องถ่ายอุจจาระทุกวัน
 - 7). อาการปวดท้อง ท้องเสีย ท้องอืด อาจเป็นอาการทางโรคประสาทได้
 - 8). การผ่าตัดมดลูก เป็นผลให้ผู้หญิงแก่ตัวลงเร็วกว่าปกติ ทำงานหนักไม่ได้
 - 9). ภาวะซึมเศร้าของจิตใจ เป็นอาการอย่างหนึ่งของโรคเช่นเดียวกับโรคอื่น ๆ เช่น ทอนซิลอักเสบ หรือ ไซติงอักเสบ
 - 10). การกินยานอนหลับทุกวัน จะทำให้เกิดความเคยชินและติดยาได้
 - 11). คนเราควรตรวจสุขภาพฟัน ปีละ 2 ครั้ง
 - 12). ผู้หญิงที่ไม่ได้แต่งงาน ไม่มีลูก ถือว่าชีวิตไม่สมบูรณ์
 - 13). อาหารที่อร่อยที่สุดของผู้ที่ต้องการมีรูปร่างดี ไม่อ้วนไม่ผอม คือ อาหารประเภทผัก ผลไม้
 - 14). ผู้หญิงที่สูบบุหรี่ขณะตั้งครรภ์ เป็นเหตุให้แท้งลูกได้ง่าย
 - 15). ผู้หญิงที่แต่งงานแล้ว และอายุเกิน 35 ปีขึ้นไป ควรไปตรวจภายในและตรวจมะเร็ง ปากมดลูก ปีละ ครั้ง
 - 16). คนที่สูบบุหรี่ ควรเลิกขเรย์ปอดอย่างน้อยปีละครั้ง
 - 17). ผู้หญิงที่อายุ 50 ปีแล้ว ยังมีประจำเดือนอยู่ ถือว่าผิดปกติ

- ___ 18). อาการปวดหลัง สามารถรักษาให้หายได้ โดยการหมั่นออกกำลังกาย เพราะทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรงขึ้น
- ___ 19). เด็กอายุ 4 เดือน ให้ทานไข่แดงต้มสุกยี่ลงไปในข้าวต้มได้
- ___ 20). เด็กอายุ 5 เดือน เริ่มให้ทานไข่ขาวได้
- ___ 21). นมแม่มีประโยชน์เต็มที่ต่อลูกภายในระยะ 6 เดือนหลังคลอด
- ___ 22). เด็กควรฉีดวัคซีนป้องกันโรคคอตีบ ไอกรน บาดทะยัก ในระหว่างช่วงแรกเกิดถึง 1 เดือน
- ___ 23). เริ่มให้วัคซีน โปลิโอ ชนิดกินได้ เมื่อเด็กอายุ 3 - 4 เดือน
- ___ 24). วัคซีน โปลิโอ ชนิดกิน ต้องกินให้ครบ 3 ครั้ง
- ___ 25). ต้องปลูกฝีป้องกันไซทรพิษทุกปี จนถึง 3 ขวบ
- ___ 26). เด็กอายุ 2 - 3 ปี ควรนำไปตรวจสุขภาพทุก 6 เดือน
- ___ 27). การพัฒนาของเด็กขึ้นอยู่กับปัจจัย 2 ประการ คือ ลักษณะตกทอดจากบรรพบุรุษ และสิ่งแวดล้อม
- ___ 28). อิทธิพลของพ่อแม่ มีผลต่อพฤติกรรมของเด็กไปจนถึงวัยรุ่น
- ___ 29). ทารกในระยะ 2 - 3 อาทิตย์ก็เริ่มมีสัญชาตญาณในการสมาคม
- ___ 30). การที่ลูกผู้ชายมีความผูกพันรักใคร่เป็นพิเศษกับแม่ เป็นสัญชาตญาณทางเพศของเด็ก
- ___ 31). การให้เด็กหย่านมแม่กะทันหัน จะมีผลให้เด็กเป็นมิตรกับคนยาก และมีอารมณ์ร้าย หรือกลายเป็นเด็กฉลาดกลัวไม่เจริญตามวัย
- ___ 32). เด็กเล็ก ๆ จะมีความรู้สึก ความคิดและการกระทำ เหมือนกับทุกคนถ้าอยู่ในวัยเท่า ๆ กัน
- ___ 33). พ่อแม่ไม่ควรระมัดระวังเด็กเล็ก ๆ เข้มงวดเกินไป เพราะจะทำให้เด็กชะงักการกระทำ ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อเด็กในการพัฒนา
- ___ 34). พ่อ เป็นผู้มีส่วนสำคัญในการให้ความเป็นเพื่อนแก่ลูกชายหญิง
- ___ 35). เด็กที่มีการพัฒนาเร็วกว่าเด็กอื่น เช่น พุดเร็ว แสดงว่าเป็นเด็กฉลาด
- ___ 36). โดยเฉลี่ยแล้ว เด็กจะพูดได้ครั้งแรก เมื่ออายุได้ 8 เดือน

- ___ 37). ตามปกติแล้ว เด็กผู้หญิงจะพูดได้เร็วกว่าเด็กผู้ชาย
- ___ 38). ไม่ควรลงโทษเด็กด้วยการตีตีหรือขู่ขู่อย่างของเค็ก เช่น ทำโทษ
ไปให้กินขนมในวันที่ทำผิด
- ___ 39). การที่เด็กเล็ก หงอืด ปวดท้อง เป็นไข้ มีผลมาจากขาดความรัก
ไม่มีความสุข หรือเกิดอารมณ์โกรธได้
- ___ 40). เด็กในวัย 3 ขวบ จะเริ่มรู้จักการสำนึกผิด ว่าจู้ใจ คือ รู้ตัวว่าผิด
แม่จะไม่มีผู้ใหญ่รับรู้ก็ตาม



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ประวัติผู้เขียน

ชื่อ	นางสาว ลักษณ์ มณฑาคูณลิน
วุฒิการศึกษา	วารสาร ศาสตรบัณฑิต
สถานศึกษา	มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
ปีสำเร็จการศึกษา	2517
สถานที่ทำงาน	สำนักงานการปฏิรูปที่ดินเพื่อเกษตรกรรม กระทรวงเกษตรและสหกรณ์
ตำแหน่ง	นักวิชาการเผยแพร่ 4.

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย