

ที่ นม ๐๐๑๘/๓๐๖๖



ที่ว่าการอำเภอเมืองนครราชสีมา
ถนนสรรพสิทธิ นม ๓๐๐๐๐

๓๑๒ พฤษภาคม ๒๕๖๖

๒๔๔ ๒๖
๖ ๓๐ ๖๐

เรื่อง การประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการป้องกันการคลอดก่อนกำหนดเพื่อการสื่อสารเชิงรุกในพื้นที่

เรียน นายกเทศมนตรีตำบล และนายกองค์การบริหารส่วนตำบล ทุกแห่ง

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือจังหวัดนครราชสีมา ที่ นม ๐๐๑๗๒/ว ๓๕๔๒๕
ลงวันที่ ๒๒ พฤษภาคม ๒๕๖๖

จำนวน ๑ ชุด

ด้วยอำเภอเมืองนครราชสีมาได้รับแจ้งจากจังหวัดนครราชสีมาว่า ได้ขับเคลื่อนโครงการสร้างเสริมสุขภาพเชิงรุก เพื่อลดภาวะคลอดก่อนกำหนด โดยได้จัดทำสื่อประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการป้องกันการคลอดก่อนกำหนด เพื่อเป็นการสร้างการรับรู้และความตระหนักรู้ ให้แก่หญิงตั้งครรภ์ ตลอดจนประชาชนโดยทั่วไป ในเรื่องการป้องกันการคลอดก่อนกำหนด

ในการนี้อำเภอเมืองนครราชสีมา จึงขอให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเผยแพร่สื่อประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนทั่วไปได้รับทราบผ่านช่องทางต่าง ๆ ของหน่วยงาน เพื่อขยายการเข้าถึงข้อมูลไปยังเยาวชนในกลุ่มวัยรุ่น และกลุ่มทั่วไปให้ง่ายและทั่วถึง ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดสื่อประชาสัมพันธ์ดังกล่าวได้ตาม QR Code ท้ายหนังสือนี้

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาตามต้นฉบับการ

ผู้รับ - นายคณวัฒน์ ใจภักดี

- สสว. ไม้ราชจักรวรรดิ อำเภอเมือง

- สว. ๒๐ เมืองนครราชสีมา

ขอเชิญ อ.ป.น. อ.ร.ช.อ.ค.บ.ส.อ.ค.บ.อ.ค.บ.อ.ค.บ.

ขอเชิญ อ.ป.น. อ.ร.ช.อ.ค.บ.ส.อ.ค.บ.อ.ค.บ.อ.ค.บ.

๒๕๖๖

ขอแสดงความนับถือ

นายอำเภอเมืองนครราชสีมา

มีที่ปรึกษาทางกฎหมาย



สิ่งที่ส่งมาด้วย

ที่ทำการปกครองอำเภอ

สำนักงานค้าเขตโทร ๐ ๘๖๒๑๕ ๒๓๐๓๕

โทรสาร ๐ ๘๕๒๑๕ ๖๖๘๑

นายอำเภอเมืองนครราชสีมา

นายอำเภอเมืองนครราชสีมา

นายอำเภอเมืองนครราชสีมา

นายอำเภอเมืองนครราชสีมา



กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ
กระทรวงพาณิชย์

กระทรวงพาณิชย์
ถนนรัชดาภิเษก กรุงเทพฯ 10400

ที่ นร ๐๐๖๙๒/ว ๓๖๕๒

วันที่ ๒๗ พฤษภาคม ๒๕๖๖

เรื่อง การประชาสัมพันธ์โครงการ สนับสนุนผู้ประกอบการเพื่อการค้า ปี ๒๖ (๒๖๖๖)
ตามที่ สำนักงานส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ กระทรวงพาณิชย์ ได้ส่งหนังสือเชิญผู้ประกอบการ
ภาคเอกชนเข้าร่วมโครงการ สนับสนุนผู้ประกอบการเพื่อการค้า ปี ๒๖ (๒๖๖๖) และขอเชิญ
ผู้ประกอบการที่สนใจเข้าร่วมโครงการดังกล่าว เข้าร่วมโครงการฯ โดยดำเนินการดังนี้

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑) แบบฟอร์มการลงทะเบียน ปี ๒๖ (๒๖๖๖) และ ๒) หนังสือชี้แจง รายละเอียด ๒๕๖๖

ทั้งนี้ สำนักงานส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ กระทรวงพาณิชย์ ได้ดำเนินการประชาสัมพันธ์โครงการดังกล่าว
เพื่อขอรับการสนับสนุนจากผู้ประกอบการที่สนใจเข้าร่วมโครงการฯ โดยดำเนินการประชาสัมพันธ์
ทั้งทางออนไลน์และออฟไลน์ โดยดำเนินการประชาสัมพันธ์ผ่านทางเว็บไซต์ของกรมส่งเสริมการค้า
ระหว่างประเทศ และช่องทางอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้ผู้ประกอบการที่สนใจสามารถเข้าถึงข้อมูล
การขอสมัครเข้าร่วมโครงการฯ ได้

โดยที่ทั้งนี้ สำนักงานส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ กระทรวงพาณิชย์ ขอเชิญผู้ประกอบการที่สนใจ
เข้าร่วมโครงการฯ เข้าร่วมโครงการฯ โดยดำเนินการลงทะเบียนและสมัครเข้าร่วมโครงการฯ
ตามขั้นตอนที่แนบมา ซึ่งสามารถดาวน์โหลดแบบฟอร์มการลงทะเบียนได้ที่เว็บไซต์ของกรมส่งเสริมการค้า
ระหว่างประเทศ (www.doe.go.th) หรือที่สำนักงานส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ กรุงเทพฯ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และขอเชิญผู้ประกอบการที่สนใจเข้าร่วมโครงการฯ เข้าร่วมโครงการฯ

ขอแสดงความนับถือ

(Signature)



สำนักงานส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ
กลุ่มงานคุ้มครองการค้าและข้อมูลเพื่อการค้า
โทร/เฟสบุ๊ค : ๐๒๖๖-๕๕๓๓๓๐๖

๕๕๕ ปี เมืองนครราชสีมา
555th Anniversary of Nakhon Ratchasima
๑๕ มิถุนายน ๒๕๖๖

Handwritten text at the top left corner.



ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ
ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ಕಛೇರಿ

ಬೆಂಗಳೂರು, ಕರ್ನಾಟಕ

ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಮಾನವ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಸಚಿವರು, ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ

ಬೆಂಗಳೂರು, ಕರ್ನಾಟಕ

ಪರಿಶಿಷ್ಟ ಜಾತಿ ಮತ್ತು ಪರಿಶಿಷ್ಟ ವರ್ಗದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ

ಅರ್ಜಿ ಸಂಖ್ಯೆ

ಅರ್ಜಿ ಸಂಖ್ಯೆ: 123456789. ಈ ಅರ್ಜಿಯು ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ
ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ
ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ
ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ
ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ
ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ
ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ
ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ
ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ
ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ
ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ
ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ



ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ



สื่อประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการป้องกันการคลอดก่อนกำหนด



"ที่มาและความสำคัญ"

- ภาวะคลอดก่อนกำหนด คือ ภาวะที่คลอดโดยมีอายุครรภ์น้อยกว่า 37 สัปดาห์
- เป็นสาเหตุของการเสียชีวิตและความพิการระยะยาวของการที่พบบ่อย
- ภาวะคลอดก่อนกำหนดอาจเกิดได้จากหญิงตั้งครรภ์ทุกคน

"ประชาสัมพันธ์เชิงรุก มุ่งมั่นสร้างการรับรู้ถึงอันตรายของการคลอดก่อนกำหนด"

ช่องทางการเผยแพร่ตามประเภทสื่อ

1. สื่อเสียง
 - หอกระจายข่าว
 - วิทยุชุมชน
2. สื่อ Infographic
 - ช่องทางออนไลน์ เช่น เว็บไซต์, Social Media, Line@
 - สื่อสิ่งพิมพ์, บอร์ดประชาสัมพันธ์
3. สื่อวิดีโอ
 - จอ LED ณ ศาลากลางจังหวัด
 - ช่องทางออนไลน์ เช่น เว็บไซต์, Social Media, Line@



คู่มือการปฏิบัติตามโครงการสร้างเสริมสุขภาพเชิงรุกเพื่อลดภาวะคลอดก่อนกำหนด โดย กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น

สื่อประชาสัมพันธ์ เรื่อง ภาวะคลอดก่อนกำหนด

สื่อเสียง เรื่อง "ภาวะคลอดก่อนกำหนด"



"ภาวะคลอดก่อนกำหนด เกิดขึ้นได้อย่างไร ป้องกันได้หรือไม่ และอันตรายมากน้อยแค่ไหน" โดย Thai PBS PODCAST



สื่อ Infographic เรื่อง "ภาวะคลอดก่อนกำหนด"

ขั้นตอนการตรวจคัดกรองก่อนกำหนด

นักร-กบห้ตม

เครียค

ซิบเครีย

นักร-กบห้ลค

นบง

บด

คว้ง

ค้ทงค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ฝากครรภ์เรื่องคลอดก่อนกำหนด

นักร-กบห้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

วิถีการอยู่เชียงใหม่

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

สัญญาณเตือนคลอดก่อนกำหนด

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้



สื่อวิดีโอ เรื่อง "ภาวะคลอดก่อนกำหนด"

3 วิธีป้องกัน ภาวะคลอดก่อนกำหนด

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

รู้ทัน ป้องกัน ลด ความเสี่ยงคลอดก่อนกำหนด

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ภาวะคลอดก่อนกำหนด

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

5 สัญญาณเตือนคลอดก่อนกำหนดที่คุณแม่สังเกตเองได้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

ค้ค้ค้ค้ค้ค้ค้

"3 วิธีป้องกันคลอดก่อนกำหนดฉบับหมอสูติฯ ผู้เชี่ยวชาญการทอนครรภ์" โดย โรงพยาบาล สมิติเวช

"รู้ทัน ป้องกัน ลด ความเสี่ยงคลอดก่อนกำหนด" โดย โรงพยาบาล กรุงเทพ

"Talk with More คุณ 3 นาทีกับหมอศรีพัฒน์ฯ ตอน ภาวะคลอดก่อนกำหนด" โดย Sriphat Medical Center, Chiang Mai

"5 สัญญาณเตือนคลอดก่อนกำหนดที่คุณแม่สังเกตเองได้" โดย โรงพยาบาล สมิติเวช

อันตรายจากการคลอดก่อนกำหนด



ผลกระทบต่อแม่



เครียด



ซึมเศร้า



ผลกระทบต่อลูก



หายใจลำบาก

ขาดออกซิเจน

หยุดหายใจ

เลือดออกในโพรงสมอง





ร่วมกัน...ป้องกันการคลอดก่อนกำหนด

ระยะการตั้งครรภ์ที่สั้นสุดก่อน 37 สัปดาห์ หรือที่เรียกว่า "คลอดก่อนกำหนด" ส่งผลให้เกิดอันตรายต่ออวัยวะสำคัญของร่างกายดังแสดงในภาพ บางรายอาจมีผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการที่ผิดปกติเมื่อโตขึ้น



ปอดแตกเปื่อยออกซิเจนไม่ได้
ต้องช่วยหายใจ



เส้นเลือดไม่ปิดหลังคลอด



เลือดออกในโพรงสมอง



ตาโตในน้ำ



ช็อก ติดเชื้อรุนแรง

การป้องกันภาวะคลอดก่อนกำหนดในหญิงตั้งครรภ์สามารถทำได้ง่ายๆ ดังนี้

มาฝากครรภ์ตามนัดทุกครั้ง
เพื่อค้นหาความเสี่ยง



ดูแลความสะอาด
ร่างกายทุกวัน



ไม่ควรขับรถจักรยานยนต์ หรือ
นั่งรถเดินทางเป็นเวลานาน



ควรนอนหลับให้เพียงพอ
และหาเวลาพักผ่อนระหว่างวัน



รับประทานอาหาร น้ำ
และยาตามคำแนะนำของแพทย์



หลีกเลี่ยงการอาบน้ำ หรือแช่น้ำ
ในบ่อที่ใช้น้ำไม่สะอาด



หลีกเลี่ยงการยกของหนัก



พบสัญญาณเตือน ให้รีบมาโรงพยาบาลทันที

- 1 ท้องป็น ท้องแข็ง
- 2 มีน้ำใสออกทางช่องคลอด
- 3 มีเลือดสดออกทางช่องคลอด
- 4 มีตกขาว/เขียว/เหลืองออกทางช่องคลอด
- 5 ปัสสาวะแสบขัด
- 6 ทารกดิ้นน้อยลง



ควรเดินออกกำลังกาย
วันละ 30 นาที



ไม่ควรกรงเล็บปีศาจ



ไม่ควรนั่งยองๆ หรือเปลี่ยน
จากทำยืนเป็นทำนั่งบ่อยครั้ง



หลีกเลี่ยง หรือมีเพศสัมพันธ์
ที่ไม่กระทบบริเวณหน้าท้อง





ก่อนกำหนด การคลอด...



ความสำคัญ



การคลอดก่อนกำหนดเป็นปัญหาทางสาธารณสุขที่สำคัญ เพราะเป็นสาเหตุของการเสียชีวิตและความพิการระยะยาวของการที่พบน้อย การกจะมีน้ำหนักน้อย อวัยวะต่างๆยังไม่สามารถทำงานเองได้อย่างสมบูรณ์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งระบบการหายใจ ทำให้ต้องรักษาเป็นเวลานาน ใช้จ่ายมาก มีค่าใช้จ่ายสูง น้ำหนักยังน้อยยังต้องดูแลมาก



ปกติสตรีตั้งครรภ์ จะมีอายุครรภ์ประมาณ 38-40 สัปดาห์ การคลอดก่อนกำหนด หมายถึง มีการคลอดทารกออกมาก่อนอายุครรภ์ 37 สัปดาห์เต็ม โดยนับเริ่มต้นจากวันแรกของการมีประจำเดือนครั้งสุดท้ายก่อนตั้งครรภ์เป็นวันที่ 1 (สำหรับคนที่มีประจำเดือนสม่ำเสมอทุก 28 วัน)



ทารกที่คลอดก่อนกำหนดจะมีน้ำหนักน้อยกว่าปกติ น้ำหนักทารกปกติ ที่คลอดอายุครรภ์ 38 - 40 สัปดาห์ จะอยู่ที่ประมาณ 2,500 - 3,000 กรัม ถ้าคลอดก่อน 37 สัปดาห์ มักจะมีน้ำหนักน้อยกว่า 2,500 กรัม เรียกว่า "ทารกน้ำหนักน้อย" ถ้าคลอดก่อน 30 - 32 สัปดาห์ น้ำหนักเฉลี่ยน้อยกว่า 1,500 กรัม เรียกว่า "ทารกน้ำหนักน้อยมาก"

สาเหตุการคลอดก่อนกำหนด

