

ลำดับ	วิธีการสอนสุศึกษา	ประเมินผล		ผู้ประเมิน
		ทำได้	ทำไม่ได้	
1	วิธีการลดความเจ็บปวด ใช้เมื่อปากมดลูกเปิด 0-3 ซม. -ขณะที่มดลูกเริ่มหดตัวให้หายใจเข้า-ออกลึกๆ 1 ครั้ง -หายใจเข้าทางจมูกช้าๆและผ่อนลมหายใจออกทางปากช้าๆ ประมาณ 6-9 ครั้ง/นาที -มดลูกคลายตัวให้หายใจเข้า-ออกลึกๆ 1 ครั้ง	
2	ใช้เมื่อปากมดลูกเปิดมากขึ้น -ขณะที่มดลูกเริ่มหดตัวให้หายใจเข้า-ออกลึกๆ 1 ครั้ง -หายใจเข้าทางจมูกช้าๆและผ่อนลมหายใจออกทางปากช้าๆ (หายใจแบบที่ 1 จนกระทั่งหดรัดตัวเต็มที่จึงเปลี่ยนการหายใจ เข้า-ออก ผ่านทางจมูกและปากคั้นๆเร็วๆ -เมื่อมดลูกเริ่มคลายตัวให้หายใจเข้า-ออกลึกๆ 1 ครั้ง	
3	การหายใจเพื่อการเบ่งคลอด -เบ่งคลอดเมื่อมีลมเบ่งและปากมดลูกเปิดเต็มที่ 10 ซม. -ให้อ้าปากสูดลมหายใจเข้าลึกๆแล้วค่อยหุบปากเบ่งยาวๆลงที่ก้น เหมือนเบ่งอุจจาระ ขณะเบ่งควรยกศีรษะ คางชิดอกจะช่วยให้มี กำลังเบ่งมากขึ้น -ช่วยเบ่ง ต้องฟังพยาบาลด้วยว่าสั่งให้หยุดเบ่งเมื่อใด ในช่วงไม่ เจ็บครรภ์ห้ามเบ่งโดยเด็ดขาด	Nurse.....

แบบประเมิน CPD score

อายุผู้คลอด	< 25 25 – 33 > 34	0 1.5 3		การแปลผล	< 5 มีความเสี่ยงน้อย 5 – 9.5 เสี่ยงปานกลาง ≥ 10 มีความเสี่ยงสูง
ส่วนสูง	< 151 151 – 159 > 160	3 2 0		ผลการคลอด	C/S N/D V/E , F/E
จำนวนการคลอด	ไม่เคยคลอด เคยคลอด	2.5 0		ทารก	< 3,000 3,001 – 3,499 ≥ 3,500
น้ำหนักที่เพิ่มขึ้นขณะตั้งครรภ์	< 11.4 11.4-22.4 > 22.5	0 1.5 2.2		Birth Asphyxia	Yes No
ขนาดยอดมดลูก	< 34 34 > 35	0 1 3.5		# Clavicle	Yes No
				PPH	Yes No
รวม					

Name of Patient		Age	HN.	AN.
Department or Service	Ward	Diagnosis	Attending Physician	