



สรุปผลสำรวจอนามัยโพล เรื่อง “ระดับความพร้อมในการเตรียมตัวก่อนตั้งครรภ์”

กรมอนามัย ได้ดำเนินการสำรวจอนามัยโพลเรื่อง “ระดับความพร้อมในการเตรียมตัวก่อนตั้งครรภ์” เพื่อประเมินระดับความรอบรู้ของหญิงวัยเจริญพันธุ์ที่ใช้ชีวิตคู่ มีความต้องการมีบุตร วางแผนจะมีบุตร โดยมุ่งเน้นประเด็นการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ โดยสำรวจระหว่างวันที่ 1 กรกฎาคม – 31 สิงหาคม 2568 มีผู้ตอบ 404 คน สรุปผลการสำรวจ ดังนี้

สรุปผลภาพรวม และข้อเสนอจากอนามัยโพล

จากผลการสำรวจอนามัยโพล เรื่อง “ระดับความพร้อมในการเตรียมตัวก่อนตั้งครรภ์” ในกลุ่มเป้าหมายเพศหญิง ที่มีอายุ 19-49 ปี มีผู้ตอบจำนวน 404 คน พบว่า มีอายุเฉลี่ย 34.2 ปี ปัจจุบันมีสถานภาพสมรส หรือมีคู่อ้อยละ 67 ในขณะที่โสด ร้อยละ 29 และเมื่อถามถึงความต้องการใช้ชีวิตคู่ พบว่าส่วนใหญ่ต้องการมีคู่ถึงร้อยละ 88 อย่างไรก็ตามมีผู้ที่ต้องการเป็นโสด ที่ร้อยละ 12 ในภาพรวมเมื่อถามถึงความต้องการมีบุตรพบว่า ต้องการมีบุตรร้อยละ 63 และกำลังตั้งครรภ์ร้อยละ 8 ในขณะที่ ไม่ต้องการมีบุตรที่ร้อยละ 29 ทั้งนี้ผู้ตอบให้ความเห็นถึงสวัสดิการที่สามารถจูงใจให้ตัดสินใจมีบุตรได้มากที่สุดคือ เพิ่มเงินอุดหนุนในการเลี้ยงดูบุตรให้เป็นแบบถ้วนหน้า รองลงมาคือเพิ่มจำนวนวันลาคลอดได้เป็น 180 วัน โดยได้รับเงินเดือนเต็ม รวมทั้งมีข้อเสนอเพิ่มเติมถึง สิทธิข้าราชการที่ควรเบิกค่าทำ ICSI / IVF ได้ 50-70% หรือมีสิทธิการรักษาผู้มีบุตรยากฟรีสำหรับผู้ที่เคยใช้วิธี IUI/ICSI แล้วแต่ยังไม่ตั้งครรภ์

● ระดับความพร้อมในการเตรียมตัวก่อนตั้งครรภ์

จากผลการสำรวจ นำมาวิเคราะห์ถึงระดับความพร้อมในการเตรียมตัวก่อนตั้งครรภ์ ซึ่งมี 3 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) ความรู้ในการเตรียมตัวก่อนตั้งครรภ์ 2)ทัศนคติ และ 3) ความรอบรู้ โดยมีผลการสำรวจแยกรายองค์ประกอบ ดังนี้

พบว่าผู้ตอบ “มีความรู้ในระดับเพียงพอ” เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ ที่ร้อยละ 53 โดยเฉพาะเรื่องพฤติกรรมเสี่ยง โรคประจำตัว และการออกกำลังกาย แต่อย่างไรก็ตามพบว่าเรื่องที่ยังมีความรู้ความเข้าใจน้อยอยู่ ได้แก่ เรื่องอายุแม่ น้ำหนักตัว น้ำตาลในเลือด และการติดเชื้อบางโรค เป็นต้น

เมื่อถามเกี่ยวกับทัศนคติในการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ ผู้ตอบส่วนใหญ่มี “ทัศนคติในเชิงบวก” ถึงร้อยละ 86 และระดับกลางที่ร้อยละ 14 ตามลำดับ เมื่อวิเคราะห์ในรายประเด็นพบว่า ผู้ตอบให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพและการปรับพฤติกรรมเสี่ยง โดยประเด็นที่ระบุว่าเห็นด้วยอย่างยิ่ง 3 อันดับแรก ได้แก่ การที่ผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตหรือใช้สารเสพติด ดื่มแอลกอฮอล์ และสูบบุหรี่ ควรปรับพฤติกรรมก่อนตั้งครรภ์ รองลงมาคือเรื่องการตรวจร่างกายก่อนตั้งครรภ์ และการที่ผู้ที่มีโรคประจำตัวควรปรึกษาแพทย์ก่อนตั้งครรภ์ ตามลำดับ

เรื่องความรอบรู้ในการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ โดยพิจารณาจากการเข้าถึงข้อมูลและการซักถามข้อสงสัยเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ พบว่า ผู้ตอบมี “ความรอบรู้ในระดับเพียงพอ” ที่ ร้อยละ

89 ในขณะที่มีความรอบรู้ จัดอยู่ในระดับที่ไม่เพียงพอ ร้อยละ 11 เมื่อแยกเฉพาะด้านการเข้าถึงข้อมูลการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ ผู้ตอบส่วนใหญ่ระบุว่าสามารถเข้าถึงข้อมูลได้ง่ายและง่ายมาก โดยเฉพาะการทำข้อมูลการกินอาหารเพื่อเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ หาข้อมูลการลดพฤติกรรมเสี่ยงที่ส่งผลต่อการตั้งครรภ์ และข้อมูลการออกกำลังกาย เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ ตามลำดับ ด้านการซักถามข้อสงสัยกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข พบว่าผู้ตอบส่วนใหญ่ระบุว่าสามารถสอบถามได้อย่างง่ายและง่ายมากเช่นกัน โดยถามถึงเรื่องการดูแลรักษาตัวเองเพื่อให้ตั้งครรภ์ได้อย่างปลอดภัย รองลงมาคือ เรื่องโรคประจำตัวและผลต่อการตั้งครรภ์ และการถามเรื่องการวางแผนครอบครัวและการปรับพฤติกรรมเพื่อวางแผนการตั้งครรภ์ให้มีคุณภาพ ตามลำดับ

ข้อเสนอจากผลการสำรวจ

จากผลการสำรวจอนามัยโพล มีข้อเสนอให้สำนักงานอนามัยการเจริญพันธุ์ กองส่งเสริมความรอบรู้และสื่อสารสุขภาพ นำผลสำรวจอนามัยโพลไปเป็นข้อมูลประกอบเพื่อการวางแผนในการเพิ่มประสิทธิภาพการดำเนินงาน ดังนี้

1. การสื่อสารเพื่อสร้างความรู้ด้านการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ ควรมีการพัฒนากลยุทธ์การสื่อสารสุขภาพที่ชัดเจนและเข้าถึงได้ง่าย โดยมุ่งเน้นประเด็นที่ประชาชนยังมีความรู้ไม่เพียงพอ ได้แก่ ความเสี่ยงของการตั้งครรภ์ในอายุน้อยกว่า 20 ปี การควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ภาวะโรคติดเชื้อ (เช่น เอชไอวี และซิฟิลิส) รวมถึงโภชนาการที่ถูกต้องก่อนตั้งครรภ์ โดยใช้ช่องทางการสื่อสารที่หลากหลาย ทั้งสื่อดิจิทัล เครือข่ายบุคลากรสาธารณสุข และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เพื่อให้ประชาชนเข้าถึงข้อมูลได้อย่างทั่วถึงและทันสมัย

2. การเพิ่มประสิทธิภาพการดำเนินงานด้านบริการ ให้คำปรึกษาและการปรับพฤติกรรมเสี่ยง พัฒนาคลินิกปรึกษาก่อนตั้งครรภ์ในหน่วยบริการสาธารณสุขทุกระดับ โดยบูรณาการการทำงานของบุคลากรด้านอนามัยการเจริญพันธุ์ โภชนาการ และสุขภาพจิต เพื่อให้คำแนะนำเชิงรุกแก่หญิงวัยเจริญพันธุ์และคู่สมรส นอกจากนี้ตามทีผลโพลพบว่ามีข้อคิดเห็นจากผู้ตอบที่ต้องการสวัสดิการที่อยากให้รัฐสนับสนุนเพื่อจูงใจให้ตัดสินใจมีบุตร ควรนำประเด็นดังกล่าวมาพัฒนาโครงการส่งเสริมสุขภาพหญิงวัยเจริญพันธุ์ ควบคู่ไปกับการยกระดับคุณภาพบริการและลดปัจจัยเสี่ยงต่อสุขภาพแม่และเด็กในระยะยาว

3. การติดตามประเมินผลการดำเนินงานด้านการส่งเสริมสุขภาพหญิงวัยเจริญพันธุ์ โดยนำข้อมูลจากการสำรวจอนามัยโพล ไปใช้ประโยชน์ในการวิเคราะห์ถึงสถานการณ์ความต้องการใช้ชีวิตคู่ ความต้องการมีบุตร และศึกษาวิจัยถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อระดับความรู้ ทักษะ และความรู้ด้านการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ หรือพัฒนาดัชนีชี้วัดเพื่อบอกถึงระดับความพร้อมในการเตรียมตัวก่อนตั้งครรภ์อย่างเหมาะสม เพื่อให้ได้ข้อมูลสำหรับการกำกับติดตามและประเมินผลลัพธ์จากการขับเคลื่อนงานด้านการส่งเสริมสุขภาพหญิงวัยเจริญพันธุ์ในระยะต่อไป

ผลอนามัยโพลรายข้อ

ส่วนที่ 1 ความรู้ ทัศนคติและการเข้าถึงข้อมูลการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์

1.1 ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์

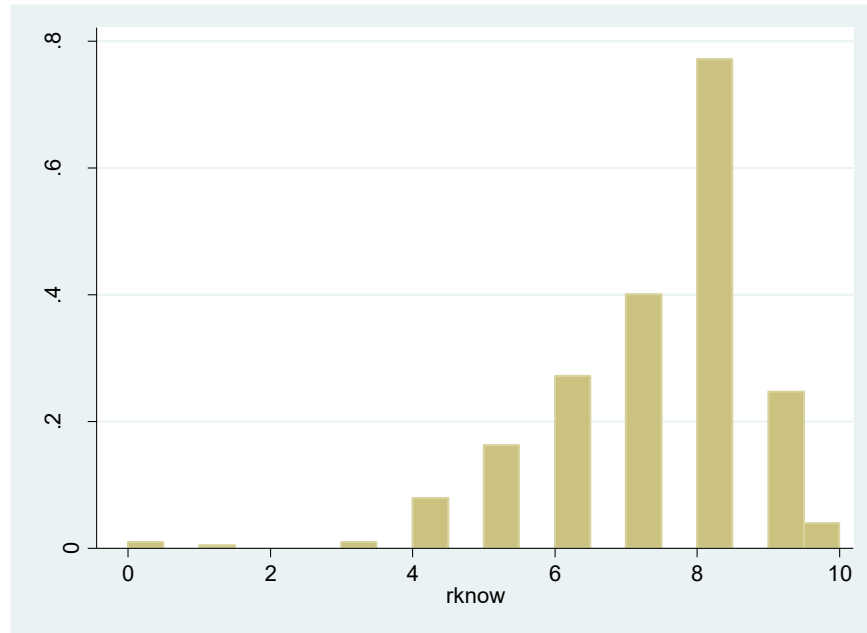
พบว่าความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ ที่มีผู้ตอบถูกต้องมากที่สุด 3 อันดับแรก ได้แก่ เรื่องผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิต/จิตเวช รวมถึงผู้ใช้สารเสพติด ดื่มแอลกอฮอล์ และสูบบุหรี่ จะส่งผลกระทบต่อทารกหากเกิดการตั้งครรภ์ (ร้อยละ 95.5) ผู้มีโรคประจำตัว เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ หรือโรคไทรอยด์ ควรปรึกษาแพทย์ก่อนตั้งครรภ์ (ร้อยละ 94.8) รองลงมาคือ และการออกกำลังกายและการมีสุขภาพจิตที่ดี จะช่วยเพิ่มโอกาสในการตั้งครรภ์มากขึ้น (ร้อยละ 93.8) ตามลำดับ อย่างไรก็ตามมีเรื่องที่พบว่าผู้ตอบยังไม่รู้หรือไม่แน่ใจ ได้แก่ เรื่อง หญิงอายุน้อยกว่า 20 ปี มีความเสี่ยงที่จะคลอดบุตรที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ (ต่ำกว่า 2,500 กรัม) มากกว่ากลุ่มอายุอื่น เรื่องผู้ที่ติดเชื้อเอช ไอ วี และซิฟิลิส ไม่ควรมีบุตรเพราะ จะสามารถถ่ายทอดเชื้อไปยังบุตรได้ เป็นต้น รายละเอียดดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์

ข้อ	คำถาม	ร้อยละ			เฉลย
		ใช่	ไม่ แน่ใจ	ไม่ใช่	
1	หญิงอายุน้อยกว่า 20 ปี มีความเสี่ยงที่จะคลอดบุตรที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ (ต่ำกว่า 2,500 กรัม) มากกว่ากลุ่มอายุอื่น	68.8*	17.1	14.1	ใช่
2	ผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคไทรอยด์ ควรปรึกษาแพทย์ก่อนตั้งครรภ์	94.8*	1.0	4.2	ใช่
3	ผู้ป่วยที่มีปัญหาด้านสุขภาพจิต/จิตเวช ผู้ที่ใช้สารเสพติด ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สูบบุหรี่ จะส่งผลกระทบต่อทารกหากเกิดการตั้งครรภ์	95.5*	0.8	3.7	ใช่
4	การออกกำลังกาย และการมีสุขภาพจิตที่ดี ช่วยเพิ่มโอกาสในการตั้งครรภ์มากขึ้น	93.8*	4.0	2.2	ใช่
5	หญิงวัยเจริญพันธุ์ที่ต้องการมีบุตร ต้องรับประทานวิตามินเสริมธาตุเหล็กและโฟลิก ก่อนตั้งครรภ์ อย่างน้อย 3 เดือน เพื่อลดภาวะซีดและลดความเสี่ยงในการเกิดความพิการแต่กำเนิดในทารก	90.6*	7.4	2.0	ใช่

ข้อ	คำถาม	ร้อยละ			เฉลย
		ใช่	ไม่ แน่ใจ	ไม่ใช่	คำตอบเกี่ยวกับความรู้ ที่ถูกต้อง
6	ผู้ที่ติดเชื้อเอช ไอ วี และซิฟิลิส ไม่ควรมีบุตร เพราะจะสามารถถ่ายทอดเชื้อไปยังบุตรได้	72.5	11.1	16.3*	ไม่ใช่ เพราะผู้ที่ติดเชื้อเหล่านี้ ยังสามารถมีบุตรได้ แต่ ต้องอยู่ในการดูแลของ แพทย์ และรับการ รักษา/ป้องกันอย่าง เหมาะสม
7	ผู้ที่อ้วนหรือมีน้ำหนักตัวเกิน (BMI \geq 25) ควร ลดน้ำหนักตัวก่อน เพื่อเพิ่มโอกาสในการมีบุตร	76.7*	14.9	8.4	ใช่
8	ถ้ามีค่าความดันโลหิตสูงมากกว่าหรือเท่ากับ 140/90 มิลลิเมตรปรอท จะมีความเสี่ยงต่อ ครรภ์เป็นพิษ	84.1*	13.4	2.5	ใช่
9	การควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้อยู่ในภาวะ ปกติ (มากกว่าหรือเท่ากับ 126 มิลลิกรัม/ เดซิลิตร) ช่วยลดความเสี่ยงในการแท้งบุตร	74.2	12.4	13.4*	ไม่ใช่ เพราะระดับน้ำตาลใน เลือดในเกณฑ์ปกติ ต้อง น้อยกว่า 100 มิลลิกรัม/ เดซิลิตร ขณะอดอาหาร ช่วยลดความเสี่ยงในการ แท้งบุตร
10	ปัจจัยเสี่ยงด้านสิ่งแวดล้อม เช่น ฝุ่น PM 2.5 ส่งผลต่อภาวะแทรกซ้อนขณะตั้งครรภ์	86.4*	9.9	3.7	ใช่

หมายเหตุ เครื่องหมาย * หมายถึง คำตอบเรื่องความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ที่ถูกต้อง (ตอบ
ข้อนี้ได้ 1 คะแนน (ตอบข้ออื่นได้ 0 คะแนน) และมีทั้งหมด 10 ข้อ จึงมีคะแนนเต็มในส่วนนี้ 10 คะแนน)



ภาพที่ 1 การกระจายของค่าคะแนนเรื่องความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ที่ถูกต้อง

ในภาพรวมค่าคะแนนเรื่องความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ที่ถูกต้อง มีค่าเฉลี่ย (\pm SD) ที่ 7.2 ± 1.5 คะแนน โดยมีค่าต่ำสุดที่ 0 คะแนนและสูงสุดที่ 10 คะแนน

- **ระดับของความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์**

เมื่อนำค่าคะแนนจากการตอบคำถามเรื่องของความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ (10 ข้อ) มาวิเคราะห์เพื่อจัดกลุ่มระดับของความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ พบว่าผู้ตอบมีความรู้ในระดับเพียงพอ ร้อยละ 53 และในระดับที่ไม่เพียงพอ ร้อยละ 47 รายละเอียดดังตาราง ที่ 2

ตารางที่ 2 ระดับของความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์

ระดับความรู้	เกณฑ์การคิดระดับของความรู้		ผลการวิเคราะห์ระดับความรู้	
	คำนิยาม	ช่วงคะแนน (เต็ม 10 คะแนน)	จำนวน (ราย)	ร้อยละ
เพียงพอ	มีความรู้ถูกต้องเกือบจะทุกด้านของการดำเนินชีวิตที่สำคัญต่อการตั้งครรภ์	ได้ 8-10 คะแนน	214	53.0
ไม่เพียงพอ	มีความรู้ถูกต้อง แต่ยังไม่เพียงพอที่จะปรับพฤติกรรมให้เหมาะสมกับการเตรียมความพร้อมต่อการตั้งครรภ์	ได้ 0-7 คะแนน	190	47.0

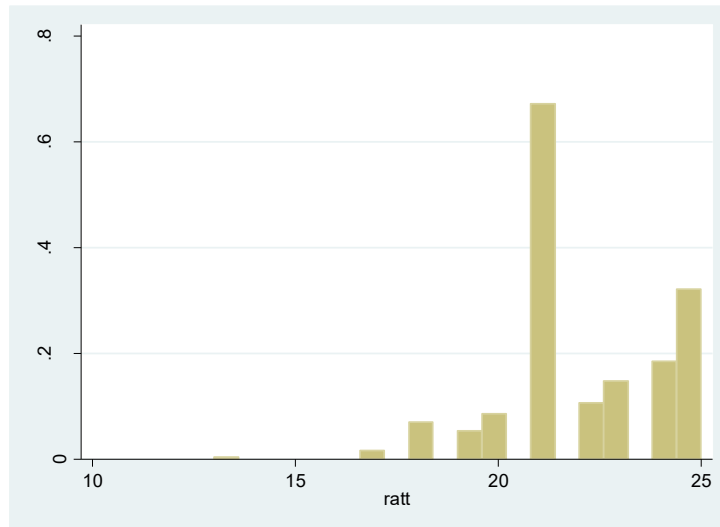
1.2 ทักษะคติในการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์

จากผลการสำรวจเกี่ยวกับทักษะคติในการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์แยกเป็นรายประเด็น พบว่า ผู้ตอบให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพและการปรับพฤติกรรมเสี่ยง โดยประเด็นที่มีผู้ตอบเห็นด้วยอย่างยิ่ง 3 อันดับแรก ได้แก่ การที่ผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตหรือใช้สารเสพติด ดื่มแอลกอฮอล์ และสูบบุหรี่ ควรปรับพฤติกรรมก่อนตั้งครรภ์ ซึ่งมีผู้เห็นด้วยอย่างยิ่งถึง ร้อยละ 90.4 รองลงมาคือ เรื่องการตรวจร่างกายก่อนตั้งครรภ์มีความสำคัญ ร้อยละ 88.6 และการที่ผู้ที่มีโรคประจำตัวควรปรึกษาแพทย์ก่อนตั้งครรภ์ ร้อยละ 86.9 รายละเอียดดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ทักษะคติในการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์

ข้อ	คำถาม	ร้อยละ				
		เห็นด้วยอย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
1	การตรวจร่างกายมีความสำคัญในการวางแผนก่อนการตั้งครรภ์	88.6	11.1	-	-	0.3
2	การออกกำลังกาย และการมีสุขภาพจิตที่ดี จะช่วยให้มีโอกาสในการตั้งครรภ์มากขึ้น	80.4	17.6	1.7	0.3	-
3*	การเลือกรับประทานเนื้อสัตว์ ไข่ ธัญพืช ผักใบเขียว ผลไม้ และลดการกินน้ำตาล เกลือ ไขมัน ไม่เกี่ยวข้องกับการเพิ่มโอกาสในการตั้งครรภ์มากขึ้น	38.6	15.8	9.9	15.4	20.3
4	ผู้ที่มีโรคประจำตัว ควรปรึกษาแพทย์ก่อนตั้งครรภ์	86.9	12.4	0.7	-	-
5	ผู้ที่มีปัญหาด้านสุขภาพจิต/จิตเวช ผู้ที่ใช้สารเสพติด ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สูบบุหรี่ ควรปรับพฤติกรรมก่อนตั้งครรภ์	90.4	8.9	0.7	-	-

หมายเหตุ เกณฑ์การให้คะแนน เรื่องทักษะคติในการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ หากเลือกตอบว่า “เห็นด้วยอย่างยิ่ง” ได้ 5 คะแนน “เห็นด้วย” ได้ 4 คะแนน “ไม่แน่ใจ” ได้ 3 คะแนน “ไม่เห็นด้วย” ได้ 2 คะแนน และ “ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง” ได้ 1 คะแนน ตามลำดับ (ยกเว้นข้อ 3 การเลือกรับประทานเนื้อสัตว์ ไข่ ธัญพืชฯ การให้คะแนน จะเป็นในทางตรงกันข้าม) รวม 5 ข้อ มีคะแนนเต็ม 25 คะแนน



ภาพที่ 2 การกระจายของค่าคะแนนเรื่องทัศนคติในการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์

จากการวิเคราะห์ค่าคะแนนเรื่องทัศนคติเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ในภาพรวม มีค่าเฉลี่ย (\pm SD) ที่ 22.0 ± 2.1 คะแนน โดยมีค่าต่ำสุดที่ 13 คะแนนและสูงสุดที่เต็ม 25 คะแนน

- **ระดับของทัศนคติเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์**

เมื่อนำค่าคะแนนจากการตอบคำถามเรื่องทัศนคติเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ (5 ข้อ) มาวิเคราะห์เพื่อจัดกลุ่มระดับของทัศนคติเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ พบว่าผู้ตอบมีทัศนคติในระดับเชิงบวก ร้อยละ 86.1 และในระดับกลาง ร้อยละ 13.9 รายละเอียดดังตาราง ที่ 4

ตารางที่ 4 ระดับของทัศนคติเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์

ระดับทัศนคติในการเตรียมความพร้อม	เกณฑ์การแบ่งระดับของทัศนคติ		ผลการวิเคราะห์	
	คำนิยาม	ช่วงคะแนน	จำนวน (ราย)	ร้อยละ
เชิงลบ	มีความคิดส่วนใหญ่ไม่เอื้อต่อการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ที่มีคุณภาพ	0 - 11 คะแนน	-	-
กลาง	มีความคิดส่วนใหญ่ที่ผสมผสานระหว่างเชิงบวก ไม่น่าใจ และเชิงลบ ไม่น่าใจไปทางทิศใดทิศหนึ่ง ต่อการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์	12 - 20 คะแนน	56	13.9
เชิงบวก	มีความคิดส่วนใหญ่เอื้อต่อการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ที่มีคุณภาพ	21 - 25 คะแนน	348	86.1

1.3 ด้านความรู้ในการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์

เรื่องความรู้ในการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ พิจารณาจากการเข้าถึงข้อมูลและการซักถามข้อสงสัยเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ โดยด้านการเข้าถึงข้อมูลการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ พบว่าผู้ตอบส่วนใหญ่ตอบว่าสามารถเข้าถึงข้อมูลได้ “ง่ายมาก” โดยเฉพาะการหาข้อมูลการกินอาหารเพื่อเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ (ร้อยละ 56.2) หาข้อมูลการลดพฤติกรรมเสี่ยง ที่ส่งผลต่อการตั้งครรภ์ เช่น การเลิกใช้สารเสพติด การเลิกดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การเลิกสูบบุหรี่ได้ (ร้อยละ 54.5) หาข้อมูลการออกกำลังกาย เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ (ร้อยละ 52.5) ตามลำดับ รายละเอียดดังตารางที่ 5

ด้านการซักถามข้อสงสัยกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข พบว่าผู้ตอบส่วนใหญ่สามารถสอบถามได้ในระดับง่ายและง่ายมาก โดยสามารถสอบถามข้อมูลเรื่องการดูแลรักษาตัวเองเพื่อให้สามารถตั้งครรภ์ได้อย่างปลอดภัย รองลงมาคือ สามารถซักถามเรื่องโรคประจำตัวและผลต่อการตั้งครรภ์ และการถามเรื่องการวางแผนครอบครัว และการปรับพฤติกรรมเพื่อวางแผนการตั้งครรภ์ให้มีคุณภาพ ตามลำดับ รายละเอียดดังตารางที่ 5

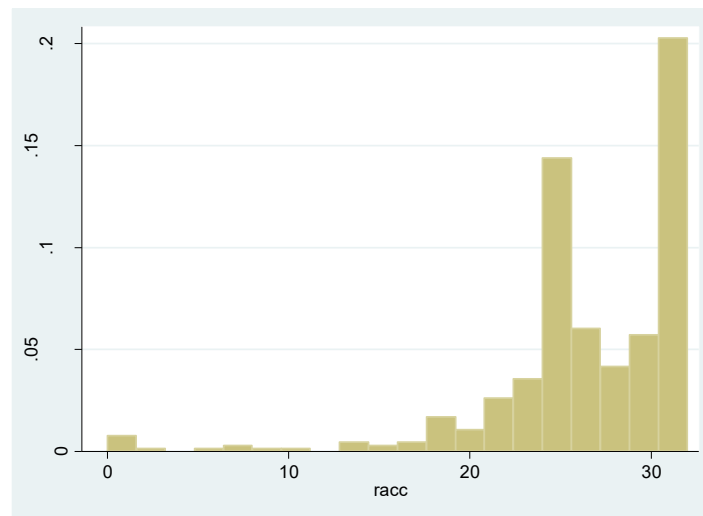
ตารางที่ 5 ด้านการเข้าถึงข้อมูลการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ และการซักถามข้อสงสัย

ข้อ	ประเด็นด้านการเข้าถึงข้อมูลการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ (5 ข้อ)	ร้อยละ				
		หาข้อมูลไม่ได้	ยากมาก	ยาก	ง่าย	ง่ายมาก
1	ท่านหาข้อมูลโรคประจำตัวที่ส่งผลต่อการตั้งครรภ์ได้	6.4	1.2	3.0	49.8	39.6
2	ท่านหาข้อมูลการกินอาหารเพื่อเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ได้	3.5	0.2	2.2	37.9	56.2
3	ท่านหาข้อมูลการลดพฤติกรรมเสี่ยง ที่ส่งผลต่อการตั้งครรภ์ เช่น การเลิกใช้สารเสพติด การเลิกดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การเลิกสูบบุหรี่ได้	1.7	1.0	2.0	40.8	54.5
4	ท่านหาข้อมูลการออกกำลังกาย เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ได้	2.0	1.2	3.5	40.8	52.5
5	ท่านหาข้อมูลหน่วยบริการสาธารณสุขที่ให้คำปรึกษาเพื่อวางแผนครอบครัวได้	2.2	2.5	4.7	40.1	50.5

ข้อ	ประเด็นการซักถามข้อสงสัย (3 ข้อ)	ร้อยละ				
		ไม่เคย ซักถาม	ยากมาก	ยาก	ง่าย	ง่ายมาก
6	ท่านถามข้อมูลจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข เช่น หมอ พยาบาล เกี่ยวกับโรคประจำตัวที่เป็นอยู่ว่าจะส่งผลต่อการตั้งครรภ์หรือไม่	4.7	1.0	5.0	46.5	42.8
7	ท่านถามข้อมูลจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข เช่น หมอ พยาบาล เรื่องการดูแลรักษาตัวเองเพื่อให้สามารถตั้งครรภ์ได้อย่างปลอดภัย	5.0	1.2	2.7	44.8	46.3
8	ท่านถามข้อมูลจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข เช่น หมอ พยาบาล เรื่องการวางแผนครอบครัวและการปรับพฤติกรรมเพื่อวางแผนการตั้งครรภ์ให้มีคุณภาพ	4.7	0.8	5.7	46.0	42.8

จากผลการสำรวจด้านการเข้าถึงข้อมูลการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ และการซักถามข้อสงสัย นำมาวิเคราะห์เป็นคะแนนของความรู้ด้านการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ โดยมีภาพรวมคะแนนเต็ม 32 คะแนน (8 ข้อคำถาม x 4 คะแนน) มีเกณฑ์การให้คะแนน พิจารณาจากข้อคำถามแต่ละข้อมีคะแนนตั้งแต่ 1 – 4 คะแนน หากตอบว่า “ยากมาก” ได้ 1 คะแนน และ “ง่ายมาก” ได้ 4 คะแนน ตามลำดับ โดย

- “หาข้อมูลไม่ได้เลย” เท่ากับ ทำได้ยากมาก การให้คะแนน 0 คือ แย่กว่า ยากมาก ซึ่งไม่สะท้อนทักษะที่บุคคลมี ดังนั้น ไม่ควรนำมาคิดคำนวณ
- “ไม่เคยซักถาม” เท่ากับ ไม่เกี่ยวข้องข้อง การให้คะแนน 0 คือ แย่กว่า “ซักถามได้ยากมาก” ซึ่งไม่สะท้อนทักษะที่บุคคลมี ดังนั้น จึงไม่นำมาคิดคำนวณ



ภาพที่ 3 แสดงการกระจายของค่าคะแนนด้านความรู้ในการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์

จากการวิเคราะห์ค่าคะแนนด้านความรู้ โดยพิจารณาจากคะแนนการเข้าถึงข้อมูลและการซักถามข้อสงสัยการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ ในภาพรวม มีคะแนนด้านความรู้ ค่าเฉลี่ย (\pm SD) ที่ 26.5 ± 5.7 คะแนน โดยมีค่าต่ำสุดที่ 0 คะแนนและสูงสุดที่เต็ม 32 คะแนน

- **ระดับของความรู้ ในการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์**

จากคะแนนที่ได้ นำมาวิเคราะห์เพื่อจัดกลุ่มระดับความรู้ในการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ โดยใช้เกณฑ์การแบ่งระดับความรู้ และสรุปผลตามรายละเอียดดังตารางที่ 6 ซึ่งพบว่าผู้ตอบมีระดับความรู้ของการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์ในระดับที่เพียงพอ ร้อยละ 88.9 และในระดับไม่เพียงพอ ร้อยละ 11.1

ตารางที่ 6 ระดับความรู้ในการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์

ระดับความรู้	เกณฑ์การคิดระดับความรู้ ในการเตรียมความพร้อมก่อนตั้งครรภ์	ผลการวิเคราะห์ระดับความรู้	
		จำนวน (ราย)	ร้อยละ
	ช่วงคะแนน (เต็ม 32 คะแนน)		
เพียงพอ	21.12 – 32.00 คะแนน	359	88.9
ไม่เพียงพอ	0 - 21.11 คะแนน	45	11.1

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสำรวจ

ผู้ตอบแบบสำรวจ 404 คน เป็นเพศหญิง อายุระหว่าง 19 – 49 ปี มีอายุเฉลี่ยที่ 34.2 ปี ส่วนใหญ่มีอาชีพรับราชการ/รัฐวิสาหกิจ/พนักงานของรัฐ/ลูกจ้างรัฐ ร้อยละ 58.4 รองลงมาคือ พนักงานบริษัทเอกชน/ลูกจ้างเอกชน ร้อยละ 9.4 และธุรกิจส่วนตัว/ค้าขาย/อาชีพอิสระ ร้อยละ 7.2 ตามลำดับ ส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในพื้นที่ขององค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.) ร้อยละ 39.4 รองลงมาคือ เทศบาลตำบล ร้อยละ 26.5 และเทศบาลเมือง ร้อยละ 15.3

ปัจจุบันมีสถานภาพสมรส หรือมีคู่ ร้อยละ 67 ในขณะที่โสด ร้อยละ 29 และเมื่อถามถึงความต้องการใช้ชีวิตคู่ พบว่าส่วนใหญ่ต้องการมีคู่ถึงร้อยละ 88 อย่างไรก็ตามมีผู้ที่ต้องการเป็นโสด ที่ร้อยละ 12 ในภาพรวมเมื่อถามถึงความต้องการมีบุตรพบว่า ต้องการมีบุตรร้อยละ 63 และกำลังตั้งครรภ์ร้อยละ 8 ในขณะที่ ไม่ต้องการมีที่ร้อยละ 29 ทั้งนี้ผู้ตอบให้ความเห็นถึงสวัสดิการที่สามารถจูงใจให้ตัดสินใจมีบุตรได้มากที่สุดคือ เพิ่มเงินอุดหนุนในการเลี้ยงดูบุตรให้เป็นแบบถ้วนหน้า รองลงมาคือ เพิ่มจำนวนวันลาคลอดได้เป็น 180 วัน โดยได้รับเงินเดือนเต็ม รวมทั้งมีข้อเสนอเพิ่มเติมถึง สิทธิข้าราชการที่ควรเบิกค่าทำ ICSI / IVF ได้ 50-70% หรือมีสิทธิการรักษาผู้มีบุตรยากฟรีสำหรับผู้ที่เคยใช้วิธี IUI/ICSI แล้วแต่ยังไม่ตั้งครรภ์ รายละเอียดดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสำรวจ

ข้อมูลทั่วไป	จำนวนผู้ตอบ	ร้อยละ
สถานภาพสมรส		
โสด	116	28.71
มีคู่	271	67.08
หม้าย	4	0.99
หย่า	7	1.73
แยกกันอยู่	6	1.49
ความต้องการใช้ชีวิตคู่		
ต้องการเป็นโสด	49	12.13
ต้องการมีคู่	355	87.87
ความต้องการมีบุตร		
ไม่ต้องการ	117	28.96
ต้องการ	255	63.12
กำลังตั้งครรภ์	32	7.92
การคุมกำเนิดในรอบ 6 เดือนที่ผ่านมา (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)		
ไม่ได้มีเพศสัมพันธ์	97	24.01
ไม่ได้คุมกำเนิด	156	38.61
สวมถุงยางอนามัย	78	19.31
ทำหมัน	22	5.45
ฝังยาคุมกำเนิด	12	2.97
ใส่ห่วง	-	-
ฉีดยาคุม	16	3.96
กินยาคุม	54	13.37
สิทธิการรักษาพยาบาล (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)		
ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ	186	46.04
บัตรทอง 30 บาท ประกันสุขภาพถ้วนหน้า สูงอายุ ผู้พิการ	111	27.48
ประกันสังคม	111	27.48
จ่ายเอง	28	6.93

ข้อมูลทั่วไป	จำนวนผู้ตอบ	ร้อยละ
การไปสถานพยาบาลกรณีเจ็บป่วย (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)		
สถานพยาบาลตามสิทธิ	320	79.21
สถานพยาบาลตามที่สะดวก	152	37.62
สถานพยาบาลเอกชน	66	16.34
สวัสดิการใดที่สามารถจูงใจให้ตัดสินใจมีบุตรได้มากที่สุด		
เพิ่มเงินอุดหนุนในการเลี้ยงดูบุตรให้เป็นแบบถ้วนหน้า	179	44.31
เพิ่มสิทธิการลาให้สามีที่ทำงานในภาคเอกชนสามารถลาเพื่อช่วยภรรยาเลี้ยงดูบุตรได้	23	5.69
เพิ่มจำนวนวันลาคลอดได้เป็น 180 วัน โดยได้รับเงินเดือนเต็ม	101	25.00
ให้สินเชื่อเพื่อซื้อที่อยู่อาศัยในอัตราดอกเบี้ยต่ำ	9	2.23
ให้สิทธิในการทำงานแบบยืดหยุ่นเวลา หรือ work form home ได้	38	9.41
มีศูนย์เด็กเล็กอายุต่ำกว่า 2 ปี ที่ไม่เสียค่าใช้จ่ายและมีความปลอดภัย	29	7.18
ให้คุ้มครองส่วนลดในการซื้อของกินของใช้สำหรับเด็ก	8	1.98
อื่นๆ ได้แก่ สิทธิข้าราชการสามารถเบิกค่าทำ ICSI/IVF ได้ 50-70% / สิทธิการรักษาผู้มีบุตรยากฟรี สำหรับผู้ที่เคยใช้วิธี IUI/ICSI แล้วแต่ยังไม่ตั้งครรภ์		
โรคประจำตัว		
ไม่มี	325	80.45
มี (เช่น มะเร็ง เบาหวาน หัวใจและหลอดเลือด ความดันโลหิตสูง อัมพฤกษ์/อัมพาต)	79	19.55
รายได้ต่อเดือน		
ต่ำกว่า 10,000 บาท	77	19.06
10,001 - 20,000 บาท	122	30.20
20,001 - 30,000 บาท	124	30.69
30,001 - 40,000 บาท	53	13.12
40,000 บาทขึ้นไป	28	6.96
ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	14	3.47
ปริญญาตรี	261	64.60
มัธยมต้น	17	4.21

ข้อมูลทั่วไป	จำนวนผู้ตอบ	ร้อยละ
มัธยมปลาย /ปวช.	46	11.39
สูงกว่าปริญญาตรี	49	12.13
อนุปริญญา/ปวส.	17	4.21
อาชีพ		
เกษตรกร	18	4.46
ธุรกิจส่วนตัว/ค้าขาย/อาชีพอิสระ	29	7.18
นักเรียน/ นักศึกษา	3	0.74
พนักงานบริษัทเอกชน/ลูกจ้างเอกชน	38	9.41
แม่บ้าน/พ่อบ้าน	26	6.44
รับจ้างทั่วไป	26	6.44
รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ/พนักงานของรัฐ/ลูกจ้างรัฐ	238	58.42
ว่างงาน/ระหว่างรองาน	16	3.96
อสม.	9	2.23
อื่นๆ	3	0.75
พื้นที่พักอาศัย		
เขตการปกครองรูปแบบพิเศษ (กทม./พัทยา)	29	7.18
เทศบาลตำบล	107	26.49
เทศบาลนคร	47	11.63
เทศบาลเมือง	62	15.35
องค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.)	159	39.36

ช่องทางการเข้าถึงผลอนามัยโพล เพื่อการนำไปใช้ประโยชน์

ผลอนามัยโพล ประเด็น “ระดับความพร้อมในการเตรียมตัวก่อนตั้งครรภ์” สํารวจระหว่างวันที่ 1 กรกฎาคม – 31 สิงหาคม 2568 มีไฟล์รายงานสรุปผลอนามัยโพล ที่เผยแพร่เพื่อให้ผู้สนใจนำไปใช้ประโยชน์ สามารถเข้าถึงได้ที่ website กองประเมินผลกระทบต่อสุขภาพ <https://hfd.anamai.moph.go.th>

โดย คณะทำงานขับเคลื่อนอนามัยโพล ปีงบประมาณ 2568
 สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กองส่งเสริมความรอบรู้และสื่อสารสุขภาพ และกองประเมินผลกระทบต่อสุขภาพ

31 สิงหาคม 2568