

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา

รหัสวิชา พ๒๓๑๐๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

เรื่อง อนามัยการเจริญพันธุ์

ครูผู้สอน ครูกฤษณา แก้วพิพัฒน์



อนามัยการเจริญพันธุ์





จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกองค์ประกอบของอนามัยการเจริญพันธุ์ได้ถูกต้อง
๒. เสนอแนวทางในการปฏิบัติตนเกี่ยวกับอนามัยการเจริญพันธุ์ที่เหมาะสมกับวัยได้
๓. แสดงความคิดเห็นที่เห็นคุณค่าของการปฏิบัติตนเกี่ยวกับอนามัยการเจริญพันธุ์ให้เหมาะสมตามวัยได้ถูกต้อง

หัวข้อข่าววันนี้ เรื่อง สสส. ลุยแก้ปัญหา "ท้องวัยรุ่น" หนุนเข้าถึงอนามัยเจริญพันธุ์
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง อนามัยการเจริญพันธุ์
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง ชีวิตและครอบครัว
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ๒๓๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

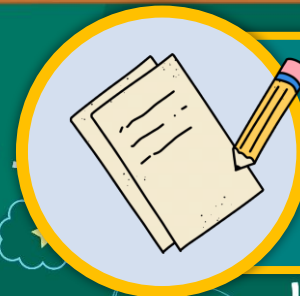
สสส. ลุยแก้ปัญหา "ท้องวัยรุ่น" หนุนเข้าถึงอนามัยเจริญพันธุ์



"สสส." จับมือ สสจ.โคราช ลุยแก้ปัญหา "ท้องวัยรุ่น" กลุ่มสองข้างทางรถไฟ ชู ๕ ยุทธศาสตร์ชาติ
หนุนเสริมทางรอดท้องเพศ วัยรุ่นเข้าถึงอนามัยเจริญพันธุ์ ลดปัญหาแม่วัยรุ่น

เมื่อวันที่ ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕ ที่กลุ่มสองข้างทางรถไฟ ต.โนนเมือง อ.เมือง จ.นครราชสีมา สำนักงานกองทุนสนับสนุนการเสริมสุขภาพ (สสส.) ร่วมกับ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครราชสีมา กองสวัสดิการสังคม เทศบาลนครราชสีมา และภาคีเครือข่าย ลงพื้นที่ติดตามความคืบหน้าการดำเนินงาน ขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ป้องกันและแก้ไขปัญหาดังครกในวัยรุ่น จังหวัดนครราชสีมา

นายชาติวุฒิ วัจกุล ผู้อำนวยการสำนักสนับสนุนการควบคุมปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพ สสส. กล่าวว่า สสส. สนับสนุนการทำงานสร้างเสริมสุขภาพทางเพศมาตั้งแต่ปี ๒๕๔๘ โดยร่วมกับภาคีเครือข่ายทั้งภาครัฐ ภาคประชาสังคม มุ่งสร้างทัศนคติเชิงบวกเรื่องเพศ เพื่อลดการติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ลดการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และเพิ่มการเข้าถึงบริการอนามัยเจริญพันธุ์ที่ปลอดภัยทั้งการคุมกำเนิด การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์



แลกเปลี่ยนเรียนรู้



หัวข้อข่าววันนี้ เรื่อง สสส. ลุยแก้ปัญหา "ห้องวัยรุ่น" หนุนเข้าถึงอนามัยเจริญพันธุ์
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง อนามัยการเจริญพันธุ์
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง ชีวิตและครอบครัว
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ๒๓๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

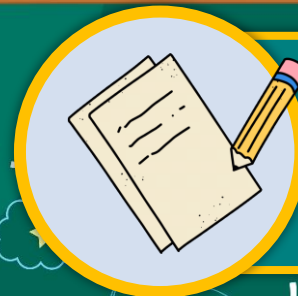
สสส. ลุยแก้ปัญหา "ห้องวัยรุ่น" หนุนเข้าถึงอนามัยเจริญพันธุ์



"สสส." จับมือ สสจ.โคราช ลุยแก้ปัญหา "ห้องวัยรุ่น" กลุ่มสองข้างทางรถไฟ ชู ๕ ยุทธศาสตร์ชาติ
หนุนเสริมทางรอดเรื่องเพศ วัยรุ่นเข้าถึงอนามัยเจริญพันธุ์ ลดปัญหาแม่วัยรุ่น

เมื่อวันที่ ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕ ที่กลุ่มสองข้างทางรถไฟ ต.โนเมือง อ.เมือง จ.นครราชสีมา สำนักงานกองทุนสนับสนุนการเสริมสุขภาพ (สสส.) ร่วมกับ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครราชสีมา กองสวัสดิการสังคม เทศบาลนครราชสีมา และภาคีเครือข่าย ลงพื้นที่ติดตามความคืบหน้าการดำเนินงานขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ป้องกันและแก้ไขปัญหาวัยรุ่นในวัยรุ่น จังหวัดนครราชสีมา

นายชาติวุฒิ วัจกุล ผู้อำนวยการสำนักสนับสนุนการควบคุมปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพ สสส. กล่าวว่า สสส. สนับสนุนการทำงานสร้างเสริมสุขภาพทางเพศมาตั้งแต่ปี ๒๕๔๘ โดยร่วมกับภาคีเครือข่ายทั้งภาครัฐ ภาคประชาสังคม มุ่งสร้างทัศนคติเชิงบวกเรื่องเพศ เพื่อลดการติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ลดการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และเพิ่มการเข้าถึงบริการอนามัยเจริญพันธุ์ที่ปลอดภัยทั้งการคุมกำเนิด การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์



แลกเปลี่ยนเรียนรู้

“นักเรียนได้ข้อคิดอะไร
จากข่าวเรื่องนี้”



หัวข้อข่าววันนี้ เรื่อง สสส. ลุยแก้ปัญหา "ห้องวัยรุ่น" หนุนเข้าถึงอนามัยเจริญพันธุ์
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง อนามัยการเจริญพันธุ์
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง ชีวิตและครอบครัว
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ๒๓๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

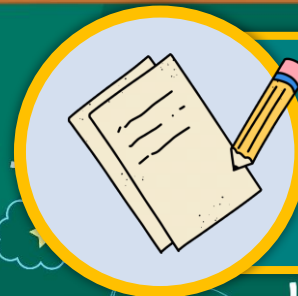
สสส. ลุยแก้ปัญหา "ห้องวัยรุ่น" หนุนเข้าถึงอนามัยเจริญพันธุ์



"สสส." จับมือ สสจ.โคราช ลุยแก้ปัญหา "ห้องวัยรุ่น" กลุ่มสองข้างทางรถไฟ ชู ๕ ยุทธศาสตร์ชาติ
หนุนเสริมทางรอดเรื่องเพศ วัยรุ่นเข้าถึงอนามัยเจริญพันธุ์ ลดปัญหาแม่วัยรุ่น

เมื่อวันที่ ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕ ที่กลุ่มสองข้างทางรถไฟ ต.โนนเมือง อ.เมือง จ.นครราชสีมา สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ร่วมกับ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครราชสีมา กองสวัสดิการสังคม เทศบาลนครราชสีมา และภาคีเครือข่าย ลงพื้นที่ติดตามความคืบหน้าการดำเนินงานขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ป้องกันและแก้ไขปัญหาดังครกในวัยรุ่น จังหวัดนครราชสีมา

นายชาติวุฒิ วัจกุล ผู้อำนวยการสำนักสนับสนุนการควบคุมปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพ สสส. กล่าวว่า สสส. สนับสนุนการทำงานสร้างเสริมสุขภาพทางเพศมาตั้งแต่ปี ๒๕๔๘ โดยร่วมกับภาคีเครือข่ายทั้งภาครัฐ ภาคประชาสังคม มุ่งสร้างทัศนคติเชิงบวกเรื่องเพศ เพื่อลดการติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ลดการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น และเพิ่มการเข้าถึงบริการอนามัยเจริญพันธุ์ที่ปลอดภัยทั้งการคุมกำเนิด การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์



แลกเปลี่ยนเรียนรู้

นักเรียนคิดว่าปัญหา
การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร
สามารถลดลงได้ด้วยวิธีใด



คำถามชวนคิด

นักเรียนรู้จักคำว่าอนามัยการเจริญพันธุ์หรือไม่

“อนามัยการเจริญพันธุ์ สำคัญอย่างไร”



อนามัยการเจริญพันธุ์

“ภาวะความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกายและจิตใจที่เป็นผลสัมฤทธิ์อันเกิดจากกระบวนการและหน้าที่ของการเจริญพันธุ์ที่สมบูรณ์ของทั้งชายและหญิง ทุกช่วงอายุของชีวิต ซึ่งทำให้เขาเหล่านั้นสามารถมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข”





องค์ประกอบของอนามัยการเจริญพันธุ์



๑

การวางแผนครอบครัว

๒

การอนามัยแม่และเด็ก

๓

โรคเอดส์

๔

มะเร็งระบบสืบพันธุ์

๕

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์



องค์ประกอบของอนามัยการเจริญพันธุ์



๖

เพศศึกษา

๗

การแท้งและภาวะแทรกซ้อน

๘

อนามัยวัยรุ่น

๙

ภาวะมีบุตรยาก

๑๐

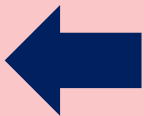
ภาวะหลังวัยเจริญพันธุ์และผู้สูงอายุ

 อนามัยการเจริญพันธุ์

สุขภาพ
ทางเพศดี



สุขภาพกาย
และใจแข็งแรง



ชีวิต
มีความสุข



ใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง ชีวิตและครอบครัว
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ๒๓๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

สุขภาพอนามัยการเจริญพันธุ์ หรือ อนามัยการเจริญพันธุ์ แปลมาจากคำว่า Reproductive health ซึ่งหมายถึง ภาวะที่บุคคลควรมีชีวิตทางเพศที่รับผิดชอบ ทั้งใจและปลอดภัย มีความสามารถที่จะมีบุตร รวมทั้งการเลือกว่าจะมีบุตรเมื่อไร ที่ทางเท่าไร มีสิทธิ์ที่จะรับรู้และเลือกวิธีคุมกำเนิดที่ปลอดภัยมีประสิทธิภาพ ราคาถูก รวมทั้งสิทธิที่จะได้รับบริการทางการแพทย์ที่ทำให้สตรีมีความปลอดภัยในการตั้งครรภ์คลอดบุตรและให้กำเนิดบุตรที่แข็งแรง

ในปีพ.ศ ๒๕๔๐ กระทรวงสาธารณสุขได้ประกาศนโยบายอนามัยการเจริญพันธุ์โดยให้คำนิยามใหม่ให้เข้าใจได้ง่ายขึ้นว่า **อนามัยการเจริญพันธุ์** หมายถึง ภาวะความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกายและจิตใจ ที่เป็นผลจากกระบวนการและการทำหน้าที่การเจริญพันธุ์ที่สมบูรณ์ทางเพศชายและหญิงทุกช่วงอายุ อันส่งผลให้มีชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

องค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์

๑. **การวางแผนครอบครัว** เพื่อสนับสนุนให้คนไทยมีขนาดครอบครัวที่เหมาะสมตามต้องการ หรือศักยภาพของแต่ละครอบครัว ปัจจุบันประเทศไทยประสบความสำเร็จในการวางแผนครอบครัว โดยอัตราการคุมกำเนิดในหญิงที่สมรสอายุ ๑๕-๔๙ ปีได้เพิ่มขึ้นเป็นลำดับ ซึ่งส่งผลให้ภาวะเจริญพันธุ์ในประเทศไทยลดลงอย่างต่อเนื่อง อย่างไรก็ตามในปัจจุบันอายุเฉลี่ยของการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเริ่มที่อายุน้อยจึงเป็นเรื่องสำคัญและเร่งด่วนที่ต้องดำเนินการให้วัยรุ่นและเยาวชนทั้งหญิงชายตระหนักและเข้าถึงบริการคุมกำเนิดที่มีคุณภาพเหมาะสมโดยความสมัครใจ

๒. **การอนามัยแม่และเด็ก** เพื่อดูแลสุขภาพของหญิงทั้งก่อน ระหว่าง และหลังตั้งครรภ์ ให้มีความปลอดภัย พร้อมทั้งมีลูกที่สมบูรณ์แข็งแรง และได้รับการเลี้ยงดูอย่างมีคุณภาพตามเป้าหมายการพัฒนาที่ ๕ ของประเทศไทย ที่เป็นไปตามข้อตกลงแห่งสหประชาชาติเพื่อพัฒนาสุขภาพสตรีมีครรภ์ การเน้นให้การพัฒนาศูนย์การดูแลสตรีมีครรภ์ให้สามารถค้นหาความเสี่ยงต่อความผิดปกติของทั้งมารดาและทารกในครรภ์ให้เร็วที่สุด ทั้งการดูแลครรภ์คุณภาพ การควบคุมและป้องกันโรคทางพันธุกรรม การควบคุมและป้องกันโรคติดต่อ การส่งเสริมการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมแม่ ส่งเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัว และการส่งเสริมพัฒนาการเด็กเพื่อให้นมารดาและทารกที่เกิดมาไม่เพียงแต่รอดชีวิตและปลอดภัยเท่านั้นแต่ต้องเป็นประชากรที่มีคุณภาพด้วย

๓. **โรคเอดส์** เหตุจากรายงานสถานการณ์ผู้ป่วยเอดส์และผู้ติดเชื้อที่มีอาการในประเทศไทยโดยสำนักงานโรคติดต่อควบคุมโรค เมื่อเดือนสิงหาคม ๒๕๕๓ พบว่าแนวโน้มของผู้ป่วยและผู้ติดเชื้อด้วยเอดส์ลดลงกว่าในอดีตที่ผ่านมาเนื่องจากการรักษาด้วยยาต้านไวรัส ทำให้ผู้ป่วยมีชีวิตยืนยาว และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น อย่างไรก็ตามพบว่าผู้ป่วยเอดส์ส่วนใหญ่เป็นวัยรุ่นและวัยเจริญพันธุ์อายุ ๑๕-๕๙ ปี โดยพบมากที่สุด ดังนั้นจึงควรให้ความรู้ ให้คำปรึกษาแก่ผู้มีปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรค ตลอดจนควบคุม ป้องกันและให้การรักษาแก่ผู้เป็นโรค

๔. **มะเร็งระบบสืบพันธุ์** ถ้าจะลดอัตราการเกิดมะเร็งระบบสืบพันธุ์ก็ต้องลดพฤติกรรมเสี่ยงและหาทางให้มีการเข้าถึงบริการตรวจคัดกรองเพื่อให้ได้รับการรักษาเร็วที่สุด มะเร็งระบบสืบพันธุ์ในผู้หญิงที่พบมากที่สุด คือ มะเร็งเต้านม ซึ่งผู้หญิงไทยควรตรวจเต้านมด้วยตนเองเป็นประจำ และได้รับการตรวจเต้านมโดยแพทย์หรือ



ใบความรู้ที่ ๑

เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์



(สามารถดาวน์โหลดได้ที่
www.dltv.ac.th)



ชิ้นงาน (ผังมโนทัศน์) เรื่อง “องค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์ และวิธีการดูแลรักษาสุขภาพ
เบื้องต้น” หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการตั้งครรภ์
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๙ เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ ๒๓๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

คำชี้แจง : ครูให้นักเรียนเขียนแผนผังสรุปองค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์ จำนวน ๑๐ ข้อ และบอกวิธีการ
ดูแลรักษาสุขภาพเบื้องต้น จำนวน ๓ ข้อ



ตัวอย่าง ชิ้นงาน

“องค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์
และวิธีการดูแลรักษา
สุขภาพเบื้องต้น”



ตัวแทนนักเรียนนำเสนอ
แลกเปลี่ยนเรียนรู้



กิจกรรม “กะหล่ำปลีน้อย”



จากองค์ประกอบของอนามัยการเจริญพันธุ์ จำนวน ๑๐ ข้อ
นักเรียนคิดว่าข้อใดเป็นเรื่องที่น่าสนใจที่สุด



จากองค์ประกอบของอนามัยการเจริญพันธุ์ จำนวน ๑๐ ข้อ
นักเรียนคิดว่าข้อใดเป็นเรื่องที่ใกล้ตัวนักเรียน
และนักเรียนจะนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้



จากองค์ประกอบของอนามัยการเจริญพันธุ์ จำนวน ๑๐ ข้อ
นักเรียนคิดว่าข้อใดเป็นเรื่องที่สำคัญ
ในอนาคตของนักเรียน



องค์ประกอบของอนามัยการเจริญพันธุ์ ได้แก่อะไรบ้าง



ให้นักเรียนเสนอแนวทางในการปฏิบัติตน เกี่ยวกับอนามัยการเจริญพันธุ์ที่เหมาะสมกับวัย



สรุปบทเรียน

อนามัยการเจริญพันธุ์

ภาวะความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกายและจิตใจที่เป็น
ผลสัมฤทธิ์อันเกิดจากกระบวนการและหน้าที่ของการเจริญพันธุ์
ที่สมบูรณ์ทั้งชายและหญิงทุกช่วงอายุของชีวิต ซึ่งทำให้เขา
เหล่านั้นมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข





บทเรียนครั้งต่อไป

เรื่อง การวางแผนครอบครัว



ดาวน์โหลดเอกสารเพิ่มเติมได้ที่ www.dltv.ac.th
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓





สิ่งที่ต้องเตรียม

๑. แบบบันทึกผลศูนย์การเรียนรู้ เรื่อง การวางแผนครอบครัว
๒. ศูนย์การเรียนรู้ จำนวน ๖ หัวข้อ



ดาวน์โหลดเอกสารเพิ่มเติมได้ที่ www.dltv.ac.th
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

