

สารบัญ

หน้า

คำนิยาม.....	ก
คำนำ	ข
แนวปฏิบัติการพยาบาลเพื่อการจัดการภาวะน้ำหนักเกินในสตรีตั้งครรภ์	1
หลักเกณฑ์การใช้ดัชนีมวลกายในการดูแลสตรีตั้งครรภ์ที่มีภาวะน้ำหนักเกิน และอ้วน	2
บทบาทของผู้ให้บริการสุขภาพสตรีตั้งครรภ์ที่มีภาวะน้ำหนักเกินตามแนวคิด ระบบนิเวศวิทยา	3
แนวปฏิบัติในการดูแลสตรีตั้งครรภ์	4
ระยะก่อนการตั้งครรภ์	4
การดูแลในระยะตั้งครรภ์	12
การดูแลในระยะหลังคลอด	15
แนวปฏิบัติการพยาบาลเพื่อการจัดการภาวะน้ำหนักเกินในเด็กวัยเรียน.....	21
คำจำกัดความของน้ำหนักเกินและโรคอ้วน.....	22
การประเมินความอ้วนในเด็กอายุ 2-20 ปี.....	22
ความสำคัญและปัจจัยที่มีผลต่อของการควบคุมน้ำหนักในเด็กวัยเรียน	23
เคล็ดลับในการควบคุมน้ำหนักในเด็กวัยเรียน	23
แนวทางของโรงเรียนในการดำเนินการเพื่อควบคุมน้ำหนักของเด็กวัยเรียน	23
บทบาทของครอบครัวในการพัฒนาสุขนิสัยในการควบคุมน้ำหนักในเด็ก.....	24
เครื่องมือที่ใช้คัดกรอง เกี่ยวกับการรับรู้อุปสรรคในการลดน้ำหนักของเด็ก วัยเรียน.....	25
บทบาทพยาบาลในการสนับสนุนการควบคุมน้ำหนักในเด็กวัยเรียน	27
แนวปฏิบัติการดูแลสุขภาพเด็กวัยเรียนที่มีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วนที่ ดำเนินการโดยอาศัยความร่วมมือของโรงเรียน ครอบครัว และชุมชน	28

แนวปฏิบัติการให้คำปรึกษาเด็กวัยเรียนที่มีภาวะน้ำหนักเกินหรืออ้วน เป็นรายบุคคล.....	33
ตัวอย่างประเด็นคำถามที่พบบ่อย และแนวทางการให้คำปรึกษา.....	38
แนวปฏิบัติการพยาบาลเพื่อการจัดการภาวะน้ำหนักเกินในวัยรุ่น.....	41
คุณลักษณะของพยาบาลผู้ให้บริการ.....	41
ประเมินความพร้อมผู้ให้บริการ.....	42
การจัดสิ่งแวดล้อมในการให้บริการสุขภาพ.....	42
แนวปฏิบัติการจัดการภาวะน้ำหนักเกินของวัยรุ่น.....	43
สิ่งที่พบได้และวัยรุ่นต้องการคำตอบ.....	46
แนวปฏิบัติการพยาบาลเพื่อการจัดการภาวะน้ำหนักเกินในวัยผู้ใหญ่.....	55
ลักษณะทั่วไปและลักษณะเด่นของแต่ละช่วงอายุ.....	56
แนวปฏิบัติการพยาบาลเพื่อการจัดการภาวะน้ำหนักเกินและอ้วนในวัยผู้ใหญ่.....	58
แนวทางการจัดการภาวะน้ำหนักเกินและอ้วนในวัยผู้ใหญ่.....	63
วิธีการลดน้ำหนักในวัยผู้ใหญ่.....	65
การควบคุมอาหาร (DIETARY THERAPY).....	67
กิจกรรมทางกาย (PHYSICAL ACTIVITY).....	68
การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม.....	70
การใช้ยาลดน้ำหนัก.....	72
แนวปฏิบัติการพยาบาลเพื่อการจัดการภาวะน้ำหนักเกินในสถานประกอบการ ...	77
วิธีการใช้คู่มือการจัดการภาวะน้ำหนักเกินในสถานประกอบการ.....	78
ขั้นตอนที่ 1 สร้างบรรยากาศ และศึกษาลักษณะของสถานประกอบการ.....	78
ขั้นตอนที่ 2 ขึ้นดำเนินการตามมาตรการเพื่อการจัดการภาวะน้ำหนักเกิน ในสถานประกอบการ.....	86
ขั้นตอนที่ 3 ขึ้นประเมินผลตามมาตรการ.....	89
ดัชนี.....	95