

เนื้อหาของหลักสูตรการดูแลสุขภาพและความงามสตรีหลังเรือนไฟ ๑๕๐ ชั่วโมง

ชื่อวิชา	คำอธิบาย	จำนวนชั่วโมง		
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ	รวม
<b>๑. หมวดวิชาความรู้พื้นฐาน</b>		<b>๑๘</b>	<b>๓</b>	<b>๒๑</b>
๑.๑ กายวิภาคศาสตร์สำหรับสตรีหลังเรือนไฟ	กายวิภาคและสรีรวิทยาของระบบต่างๆ ในร่างกาย เช่น ระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ ระบบไหลเวียนเลือดและน้ำเหลือง ระบบหายใจ ระบบประสาท ระบบย่อยอาหาร ระบบต่อมไร้ท่อ ระบบสืบพันธุ์ การปฏิสนธิและการตั้งครรภ์ การคลอด การเปลี่ยนแปลงและภาวะแทรกซ้อนหลังคลอด	๙		
๑.๒ กฎหมายและจรรยาบรรณวิชาชีพ	หลักทั่วไปของกฎหมายวิชาชีพ จรรยาบรรณ และบทกำหนดโทษของกฎหมาย หลักจริยธรรม ศีลธรรมและกิริยามารยาท	๓		
๑.๓ สมาธิเพื่อสุขภาพ	การฝึกปฏิบัติเพื่อการเรียนรู้ถึงวิธีการนำเข้าสู่สมาธิ เพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้ให้และผู้รับบริการ		๓	
๑.๔ ทฤษฎีการแพทย์แผนไทย	ประวัติการแพทย์แผนไทย การกำเนิดมนุษย์ สาเหตุของการเกิดโรคธาตุทั้ง ๔ ฤดูกาล อายุ เวลา สถานที่ อาหาร และพฤติกรรม การปรับสมดุล การนำทฤษฎีการแพทย์แผนไทยไปประยุกต์ใช้	๖		
<b>๒. หมวดวิชาความรู้เฉพาะสาขา</b>		<b>๒๖</b>	<b>๖๔</b>	<b>๙๐</b>
๒.๑ การดูแลสตรีหลังเรือนไฟ	การดูแล แนะนำ และการส่งเสริมสุขภาพสตรีหลังเรือนไฟ ด้วยการสาธิต ขั้นตอนการนวด การนวดน้ำมัน นวดหน้า ชัดผิว อบสมุนไพร ประคบสมุนไพร และการอบสมุนไพร	๓	๓	
๒.๒ การบริหารแบบไทยด้วยท่าฤๅษีดัดตนและการบริหารร่างกายสตรีหลังเรือนไฟ	วิธีการ ขั้นตอน ประโยชน์ ข้อห้ามและฝึกปฏิบัติของกายบริหารฤๅษีดัดตน เพื่อส่งเสริมสุขภาพของร่างกาย การบริหารร่างกายสตรีหลังเรือนไฟกลับคืนสู่สภาวะปกติได้เร็วขึ้น	๓	๔	
๒.๓ การอบ การอาบ และการประคบด้วยสมุนไพร	อุปกรณ์ วิธีการและขั้นตอน ประโยชน์และข้อห้ามของการอบ การอาบและการประคบ สมุนไพรที่ใช้ วิธีการทำและการเก็บรักษา ประโยชน์ และข้อควรระวังสำหรับสตรีหลังเรือนไฟ	๓	๑๒	
๒.๔ การนวดเพื่อสุขภาพสตรีหลังเรือนไฟ	การนวดขา นวดหลัง นวดขาด้านนอก นวดขาด้านใน นวดบ่า นวดศรีษะ ประโยชน์ ข้อห้ามและข้อควรระวังในการนวดสตรีหลังเรือนไฟ	๓	๖	

ชื่อวิชา	คำอธิบาย	จำนวนชั่วโมง		
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ	รวม
๒.๕ การนวดเพื่อความงามสตรีหลังเรือนไฟ	การนวดเพื่อเสริมความงาม เช่น นวดน้ำมัน นวดหน้า ขัดผิว พอกผิว ฯลฯ ประโยชน์ ข้อห้ามและข้อควรระวังในการนวดในสตรีหลังเรือนไฟ	๓	๑๕	
๒.๖ โภชนาการสตรีหลังเรือนไฟ	อาหารบำรุงน้ำนมและบำรุงสุขภาพ เครื่องดื่มสมุนไพร อาหารแสลงสำหรับสตรีหลังเรือนไฟ	๓	๓	
๒.๗ การดูแลความงามและผิวพรรณด้วยสมุนไพร	ลักษณะของผิวแต่ละประเภท ขั้นตอนและวิธีการดูแลความงามและผิวพรรณ สมุนไพรที่ใช้ในการดูแลความงาม ประโยชน์ของสมุนไพรชนิดต่างๆ และสูตรการดูแลผิวสตรีหลังเรือนไฟ	๓	๑๕	
๒.๘ การประเมินสุขภาพเบื้องต้น และการบันทึกผลการดูแลสตรีหลังเรือนไฟ	การประเมินภาวะสุขภาพสตรีหลังเรือนไฟเบื้องต้นที่สามารถดูแลได้หรือไม่ได้ กระบวนการดูแลสตรีหลังเรือนไฟที่เหมาะสม ขั้นตอนในการดูแลสุขภาพ ภาวะเสี่ยง การบันทึกผล และการฝึกปฏิบัติการประเมินสุขภาพ	๓	๓	
๒.๙ การให้คำปรึกษา	ความสำคัญและประโยชน์การให้คำปรึกษา กระบวนการ การสำรวจ การทำความเข้าใจ สาเหตุและความต้องการ การวางแผน แก้ไขปัญหาต่างๆ และการให้คำแนะนำสตรีหลังเรือนไฟ	๒	๓	
๓. หมวดการฝึกปฏิบัติ			๓๙	๓๙
	- ฝึกปฏิบัติในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพหรือหน่วยงานที่กรมสนับสนุนบริการสุขภาพเห็นชอบ จำนวน ๒๐ ราย การทำรายงานหลังการฝึกปฏิบัติ		๓๙	
รวมทั้งสิ้น		๔๔	๑๐๖	๑๕๐