



บทที่ ๑

บทนำ

ที่มาและความสำคัญของปัญหา

หัวใจสำคัญของการพัฒนาประเทศชาตินั้นคือการสร้างประชากรให้มีคุณภาพอันหมายถึงประชากรที่มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา และความสามารถที่จะทำงานร่วมกันให้เกิดประโยชน์แก่ส่วนรวมได้ วิทยากร เป็นจุดเริ่มต้นของชีวิตมนุษย์ ถ้าทารกได้รับการวางรากฐานเบื้องต้นที่ดี จะเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่สมบูรณ์เป็นกำลังอันสำคัญของสังคมและประเทศชาติได้ รากฐานการเจริญเติบโตของทารกมีจุดเริ่มต้นตั้งแต่อยู่ในครรภ์มารดา ทารกจะมีสุขภาพดีหรือไม่ขึ้นอยู่กับการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพและการบำรุงร่างกายของมารดาในระยะตั้งครรภ์รวมทั้งสภาพจิตใจที่เป็นปกติ ไม่มี ความเครียดหรือความวิตกกังวลตลอดระยะเวลาของการตั้งครรภ์ อย่างไรก็ตามแม้ว่าการตั้งครรภ์จะเป็นภาวะที่ผู้หญิงส่วนมากมีความชื่นชมยินดีใน การที่จะได้เป็นมารดาแต่ในขณะเดียวกันก็เป็นภาวะที่เกิดการเปลี่ยนแปลง ในชีวิตทั้งด้านร่างกาย จิตใจและสังคมซึ่งก่อให้เกิดความวิตกกังวล ความเครียด โดยเฉพาะหญิงครรภ์แรกซึ่งยังไม่เคยมีประสบการณ์ในการเป็น มารดามาก่อน มักจะประสบความยุ่งยากในการปรับตัวเข้าสู่บทบาทของ การเป็นมารดา โดยเฉพาะในระยะไตรมาสที่หนึ่งของการตั้งครรภ์ (First trimester ซึ่งมีอายุครรภ์ ๑-๓ เดือน หรือ ๑-๑๓ สัปดาห์) ระยะนี้อารมณ์ของ หญิงตั้งครรภ์จะเปลี่ยนแปลงได้ง่ายมาก มักจะหงุดหงิดอารมณ์อ่อนไหวและมี ความวิตกกังวล(กรรณิการ์ กันธะรักษา ๒๕๓๑: ๘-๙) เช่นเดียวกับ Caplan (๑๙๖๑: ๖๙-๙๕) ศึกษาถึงสุขภาพจิตของหญิงมีครรภ์พบว่าหญิงมีครรภ์ส่วนใหญ่ จะปรากฏการเปลี่ยนแปลงทางจิตวิทยาในระหว่างตั้งครรภ์ หญิงบางคน มีความรู้สึกที่ดีในช่วงตั้งครรภ์มากกว่าช่วงเวลาอื่น แต่บางคนรู้สึกที่ได้รับ

ความกดดันตลอดระยะเวลาที่ตั้งครรภ์ มีอารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงโดยทันทีและไม่มีเหตุผล ดังได้กล่าวข้างต้นแล้วว่ามารดาและทารกในครรภ์มีความสัมพันธ์กัน ดังนั้นสุขภาพกายและสุขภาพจิตของมารดาย่อมส่งผลกระทบต่อทารกในครรภ์ ตามที่มีผู้ศึกษาว่าสถานะของอารมณ์มารดามีผลต่อการรับประทานอาหาร ถ้ามารดารับประทานอาหารมากเกินไปและเกิดภาวะครรภ์เป็นพิษ (Preclampsia) จะเป็นอันตรายต่อทารก แต่ถ้ารับประทานน้อยเกินไปขาดสารอาหารที่จำเป็น ก็จะเป็นอันตรายต่อทารกเช่นกัน หญิงตั้งครรภ์ที่มีความกังวลมากหรือมีความกดดันระหว่างตั้งครรภ์จะทำให้กำเนิดทารกที่หงุดหงิดง่ายและมีโอกาสที่ทารกจะทรมาณเพราะจุกเสียดด้วย และหญิงตั้งครรภ์ที่มีอารมณ์แปรปรวน (Emotional Disturbances) มีภาวะเหนื่อยล้ารุนแรงตั้งแต่ระยะแรก จนถึงระยะสุดท้ายของการตั้งครรภ์จะคลอดบุตรที่พิการ เช่นทารกจะมีความผิดปกติของกระดูกเพราะอาหารและวิตามิน นอกจากนั้นยังพบอีกว่าทารกที่คลอดจากมารดาซึ่งมีภาวะเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์และมีความเครียดตลอดระยะเวลาที่ตั้งครรภ์นั้นจะเจ็บป่วยโดยไม่มีสาเหตุในช่วงอายุ ๑-๓ ปี นอกจากนี้ยังมีข้อเขียนที่สนับสนุนเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของสุขภาพของมารดาที่มีผลต่อทารกในครรภ์ได้แก่ Kroger (๑๙๖๒: ๘-๓๓) กล่าวว่าทารกในครรภ์สามารถที่จะรับรู้และตอบสนองสิ่งที่ทำให้เกิดความกลัวหรือเสียงดังๆได้ ผลของการตอบสนองเหล่านี้ออกมาในรูปการชัก การหายใจเร็วขึ้น ชีพจรเต้นเร็ว และได้เน้นว่าอารมณ์ของมารดาจะมีผลต่อการเคลื่อนไหวของทารกในครรภ์ นอกจากนี้เมื่อทำการทดลอง เป็นกลุ่มกับหญิงตั้งครรภ์ที่มีอารมณ์ไม่คงที่ มีความวิตกกังวลหรือมีความเครียดเพิ่มขึ้น พบว่านอกจากจะทำให้ทารกมีหัวใจเต้นเร็วแล้ว ภายหลังคลอดพบว่าทารกตัวเล็กกว่าปกติ มีการขับถ่ายอุจจาระและปัสสาวะมากกว่าทารกทั่วไป ส่วน Israel (๑๙๖๒: ๘๓๖-๘๓๘) กล่าวว่าถึงอารมณ์ของมารดาโดยเฉพาะอารมณ์ที่มีความขัดแย้งว่าจะผ่านไปสู่ทารกได้โดยผ่านทางระบบต่อมไร้ท่อและฮัยโปธาลามัสทำให้มีผลต่อการหดตัวของมดลูกและต่อปริมาณของเลือดและออกซิเจนที่มาหล่อเลี้ยงทารก เป็นเหตุให้เกิดอันตรายได้

ดังนั้นจึงมีแพทย์และพยาบาลทางสูติกรรมพยายามจะให้คำแนะนำ และชี้แจงแก่หญิงตั้งครรภ์ว่าควรจะทำอย่างไรเพื่อลดความวิตกกังวล ในระหว่างตั้งครรภ์เพื่อให้ทารกที่คลอดออกมา มีความสมบูรณ์และเป็นปกติ เช่น พรณีย์ สุขสมัย (๒๕๒๖: ๓๕-๔๗) กล่าวว่าสตรีที่สมรสควรจัดปัญหา ทางด้านจิตใจให้หมดไปด้วยวิธีต่างๆ เช่นขอคำปรึกษาหารือจากผู้ที่เกี่ยวข้อง จากผู้มีประสบการณ์หรือการค้นคว้าจากหนังสือที่มีคุณประโยชน์ การบริหาร ร่างกายเป็นประจำหรือออกกำลังกายจะช่วยให้ความตึงเครียดทางอารมณ์ลดลง ไปได้บ้างถ้าสุขภาพจิตดีย่อมเกิดความสัมพันธ์กับความสมบูรณ์แข็งแรง ด้านร่างกายเพื่อเตรียมพร้อมที่จะเลี้ยงดูบุตรตั้งแต่นั้นครรถ์ให้สมบูรณ์แข็งแรง จนเติบโตใหญ่และการศึกษาของ Read (๑๙๖๓: ๓๑๐-๓๔๗) พบว่าสาเหตุสำคัญ ประการหนึ่งที่ทำให้หญิงมีครรภ์มีความวิตกกังวลคือความไม่รู้เกี่ยวกับ กระบวนการตั้งครรภ์ กระบวนการคลอดและไม่ทราบจะทำปฏิบัติตนอย่างไร การให้ความรู้ในเรื่องดังกล่าวจะช่วยให้หญิงมีครรภ์มีความกระจ่าง เกิดความเข้าใจในการปฏิบัติตนตลอดจนสามารถปรับตัวได้ ความวิตก กังวลจะลดลงไประดับหนึ่ง การศึกษาของ Read สอดคล้องกับงานวิจัยของ พาณี ยงใจยุธ (๒๕๒๐: ๑๗๓-๑๗๕) ที่ศึกษาถึงปัญหาและความต้องการของ มารดาครรภ์แรก การปฏิบัติตนของมารดาในระยะตั้งครรภ์ระยะคลอดและ ระยะภายหลังคลอดพบว่าสตรีครรภ์แรกร้อยละ ๒๐ มีความรู้สึกหงุดหงิด โกรธง่ายและหายเร็ว อารมณ์ร้อนไม่สบายใจ ร้อยละ ๕๓.๓๓ มีความ กังวลเกี่ยวกับการคลอด ร้อยละ ๕ มีความกลัวว่าบุตรไม่สมบูรณ์ นอกจาก นั้นสตรีครรภ์แรกยังมีความรู้น้อยมากเกี่ยวกับเรื่องมารดาและทารก สตรีครรภ์แรกต้องการคำแนะนำในการปฏิบัติตนที่ถูกต้องในขณะที่บุตรกำลังจะ เกิดเช่นเดียวกับการศึกษาของ Bash และ Gold (๑๙๘๑: ๑๗๖-๑๗๗) พบว่าหญิงมีครรภ์เมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและจิตใจ แล้วขาดการได้รับความแนะนำ ขาดความรู้ทำให้เกิดความกลัว เกิดความวิตก กังวลจนไม่มีความสุข

จากวรรณกรรมต่างๆข้างต้นจะเห็นได้ว่ามีความจำเป็นอย่างสูง ที่จะให้ความรู้แก่หญิงตั้งครรภ์ มิใช่เพียงเพื่อให้หญิงตั้งครรภ์ได้ปฏิบัติตนให้

ถูกต้องในขณะที่ตั้งครรภ์เท่านั้นแต่มีผลต่อสภาพจิตใจของหญิงตั้งครรภ์ที่จะเตรียมสภาพจิตใจให้พร้อมและสะสมประสบการณ์จากความรู้ที่ได้รับเพื่อเตรียมการที่จะพบกับประสบการณ์ในอนาคตที่กำลังจะเกิดขึ้น ผู้วิจัยมีความเห็นว่าหญิงตั้งครรภ์เหล่านั้นย่อมจะลดความวิตกกังวลในเรื่องต่างๆเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ลงได้ซึ่งในการให้ความรู้แก่หญิงตั้งครรภ์นั้นสามารถทำได้หลายวิธี เช่น จากคำแนะนำของแพทย์ พยาบาล จากการสอนและชี้แจงของหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในโรงพยาบาลและจากการที่หญิงตั้งครรภ์ค้นคว้าหาหนังสือมาอ่านเพื่อหาความรู้เพิ่มเติมดังเช่นบทความของ สุนทรศิริวัฒนา (๒๕๐๑: ๔๕-๕๐) ซึ่งชี้ให้เห็นถึงคุณค่าและประโยชน์ของหนังสือแต่ละประเภทในการช่วยแก้ปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันคอนหนึ่งว่า "ปัญหาสำคัญต่อการครองชีพคือปัญหาที่เกี่ยวกับโรคภัยไข้เจ็บ ปัจจุบันนี้การแพทย์ได้เจริญก้าวหน้าไปมาก แต่กระนั้นมนุษย์ยังต้องเผชิญปัญหาซึ่งเป็นบ่อเกิดแห่งทุกข์ หนังสือที่จะช่วยแก้ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพและโรคภัยไข้เจ็บ ได้แก่หนังสือแนะนำสุขวิทยาต่างๆ เป็นต้นว่าแนะนำวิธีปฏิบัติตนในชีวิตประจำวัน มีการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การพักผ่อนที่ถูกต้อง เพื่อให้มีสุขภาพดีและมีแรงต้านทานโรค" จึงเห็นได้ว่าคุณประโยชน์จากหนังสือนั้นมีมากมาย ถ้ารู้จักนำมาใช้ให้ตรงกับปัญหาของตน หนังสือช่วยทำให้เกิดความจรรโลงใจ ความเจริญเติบโตทางปัญญาและแรงดลใจบางอย่างช่วยทำให้เกิดความกระจ่าง เข้าใจปัญหาต่างๆในชีวิตได้ถูกต้องรู้จักแก้ปัญหาของผู้อ่านซึ่งบังเอิญตรงกับเนื้อหาของหนังสือเล่มนั้น (แมนมาส ชาลิต ๒๕๒๕: ๖๘) ดังนั้นจึงได้มีการนำหนังสือมาใช้เป็นเครื่องมือช่วยในการบำบัดรักษาโรคทางกายและทางจิตเป็นต้นว่า "การบำบัดด้วยหนังสือ" (Bibliotherapy) หรือบรรณบำบัด (อัมพร ทิยะระ ๒๕๒๘: ๓๔) หมายถึงการใช้หนังสือเพื่อการรักษาซึ่งเป็นขบวนการของการเปลี่ยนแปลงภายในจิตใจหลังจากอ่านหนังสือแล้ว (Dorland's Illustrated Medical Dictionary ๑๙๗๔: ๑๙๘)

ได้มีผู้ให้คำนิยามและความสำคัญของการบำบัดด้วยหนังสือไว้หลายคน เช่น Smith (๑๙๔๘: ๒๗๑-๒๗๘) ได้ให้ความหมายของการบำบัด

ด้วยหนังสือว่าคือการอ่านที่เป็นประโยชน์โดยตรงต่อการเปลี่ยนแปลง  
บุคลิกภาพหรือพฤติกรรมตลอดจนช่วยเสริมแต่งสุขภาพจิตของผู้อ่านใน  
Webster's Dictionary (๑๙๖๖: ๒๑๒) ให้คำจำกัดความของการบำบัด  
ด้วยหนังสือว่าหมายถึงการนำสิ่งพิมพ์มาใช้เป็นเครื่องช่วยทางการแพทย์  
ในการบำบัดรักษาและให้คำแนะนำแก่ผู้ที่มีปัญหาทางจิตใจ ในคริสต์ศตวรรษที่ ๑๙  
นับได้ว่าเป็นระยะเริ่มต้นของการบำบัดด้วยหนังสืออย่างจริงจัง โดยความร่วมมือ  
จากบุคคลหลายฝ่ายทั้งบรรณารักษ์ นักการศึกษา แพทย์ จิตแพทย์ นักจิตวิทยา  
นักสังคมสงเคราะห์จนกระทั่งเป็นที่ยอมรับกันแพร่หลายในปัจจุบันนี้ตามที่  
Menninger (๑๙๗๘: ๑๔๓-๑๔๔) ได้เปรียบเทียบไว้ว่าหนังสือเป็นเสมือนยา  
อย่างหนึ่ง เราสามารถออกใบสั่งหนังสือ (Book Prescribe) เพื่อการรักษาได้  
เช่นเดียวกับการออกใบสั่งยา (Medicine Prescribe) เพื่อรักษาอาการ  
อย่างใดอย่างหนึ่ง บุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขจำนวนมากไม่น้อยต่างเห็น  
ถึงความสำคัญของการใช้หนังสือในการช่วยการบำบัดโรคและได้มีการศึกษาวิจัย  
อย่างกว้างขวาง ส่วนในประเทศไทยยังไม่มีงานการบำบัดรักษาด้วยหนังสือ  
มาใช้กันอย่างจริงจัง แต่ได้มีผู้ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้โดยงานการบำบัดรักษา  
ด้วยหนังสือมาทดลองใช้กับเด็กนักเรียน (สาวิกา กาญจนะ ๒๕๑๘) เด็กพิการ  
(กุลวนิดา ตุงคะ เสรณี ๒๕๒๓) เยาวชนที่ติดยาเสพติด (ชไมพร เจริญสิน ๒๕๒๕)  
และผู้ป่วย เช่นผู้ป่วยโรคมะเร็งปากมดลูก (นฤมล กิจไพศาลรัตน์ ๒๕๒๙) และ  
ผู้ป่วยโรคไต (อัมพร พินิจวัฒนา ๒๕๒๗) ซึ่งผลการวิจัยส่วนใหญ่พบว่า การบำบัด  
ด้วยหนังสือมีผลช่วยลดความวิตกกังวลได้ และจากการค้นคว้ารวมทั้งติดตาม  
การศึกษาวิจัยทั้งจากต่างประเทศและภายในประเทศพบว่ายังไม่มีผู้ใดศึกษาหรือ  
ทำการวิจัยโดยนำการบำบัดด้วยหนังสือมาใช้กับหญิงครรภ์แรกมาก่อน ผู้วิจัย  
ในฐานะเป็นบรรณารักษ์ของห้องสมุดกรมแพทย์ทหารเรือและมีแผนกสูตินรีเวชกรรม  
ของโรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้าซึ่งสังกัดกรมแพทย์ทหารเรือ จึงประสงค์จะ  
ศึกษาเรื่องดังกล่าวนี้เพื่อใคร่จะทราบว่า การใช้หนังสือที่มีเนื้อหาสอดคล้องกับปัญหา  
ของหญิงมีครรภ์ เพื่อนำมาใช้ในการบำบัดรักษาจะสามารถลดความวิตกกังวล  
เกี่ยวกับการตั้งครรภ์ของหญิงมีครรภ์ได้หรือไม่และได้มากน้อยเพียงใดเพื่อจะเป็น  
วิถีทางหนึ่งในการนำการบำบัดด้วยหนังสือมาใช้ควบคู่ไปกับการรักษาทาง  
แพทย์ เพื่อช่วยขจัดปัญหาของหญิงมีครรภ์โดยเฉพาะหญิงมีครรภ์ครั้งแรกของ

แผนกสูติรีเวชกรรม กองสูติรีเวชกรรม โรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาว่าหญิงมีครรภ์ครั้งแรกหรือหญิงครรภ์แรกที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือจะสามารถลดความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ได้หรือไม่

### สมมุติฐานในการวิจัย

สมมุติฐานที่ต้องการทดสอบในการวิจัยครั้งนี้คือหญิงครรภ์แรกที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือจะสามารถลดความวิตกกังวลได้มากกว่าหญิงครรภ์แรกที่ไม่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือในด้านต่างๆ ดังนี้

๑. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการปฏิบัติตนระหว่างตั้งครรภ์
๒. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับสุขภาพของทารกในครรภ์
๓. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการคลอด
๔. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเลี้ยงดูทารก

### ตัวแปรของการวิจัย

จากปัญหาและสมมุติฐานการวิจัยข้างต้นผู้วิจัยกำหนดตัวแปรสำคัญดังนี้

ตัวแปรอิสระ

การบำบัดด้วยหนังสือ

ตัวแปรตาม

ความวิตกกังวลของหญิงครรภ์แรก

### ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้จะกระทำเฉพาะในขอบเขตดังต่อไปนี้คือ

๑. ศึกษาหญิงครรภ์แรกที่มาฝากครรภ์กับแผนกสูติรีเวชกรรม

กองสูตินรีเวชกรรม โรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า กรมแพทยทหารเรือ  
จำนวน ๖๐ คน จากจำนวนประชากรทั้งหมดที่มาฝากครรภ์

๒.ระยะเวลาในการศึกษาทดลอง ๑๗ สัปดาห์

๓.ประชากรเป็นหญิงครรภ์แรกมีอายุครรภ์ไม่เกิน ๑๗ สัปดาห์  
(ประมาณ ๔ เดือน) มีอายุระหว่าง ๒๐-๓๐ ปี การศึกษาจบชั้นมัธยมศึกษา  
ปีที่ ๑ ขึ้นไป มีรายได้โดยเฉลี่ย ๒,๐๐๐ บาทขึ้นไป/เดือน

๔.การเลือกกลุ่มตัวอย่าง เลือกแบบเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนดไว้  
(Purposive sampling) และสุ่มเข้ากลุ่มตัวอย่างเป็น ๒ กลุ่ม คือกลุ่ม  
ควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มละ ๓๐ คน กลุ่มควบคุมได้รับการดูแลจาก  
โรงพยาบาลตามปกติ ส่วนกลุ่มทดลองได้รับการบำบัดด้วยหนังสือ  
ควบคู่ไปกับการดูแลจากโรงพยาบาล

๕.การวิจัยครั้งนี้ศึกษาเฉพาะความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นใน  
ระหว่างตั้งครรภ์โดยถือเอาคะแนนจากแบบทดสอบเพื่อวัดความวิตกกังวล  
เป็นเกณฑ์

#### ข้อตกลงเบื้องต้นของการวิจัย

๑.ความวิตกกังวลของหญิงครรภ์แรกนั้นอาจเกิดจากสาเหตุ  
ต่างๆเช่น ฐานะทางเศรษฐกิจ ความสัมพันธ์กับสามี สิ่งแวดล้อมและสภาพ  
ครอบครัวแต่การวิจัยครั้งนี้จะศึกษาเฉพาะความวิตกกังวลอันเนื่องมาจาก  
การตั้งครรภ์ การปฏิบัติตนระหว่างตั้งครรภ์ สุขภาพของทารกในครรภ์  
การคลอดและการเลี้ยงดูทารกเท่านั้น ซึ่งเชื่อว่าสาเหตุเหล่านี้มีผลต่อความ  
วิตกกังวลมากเพียงพอที่จะประเมินโดยใช้แบบทดสอบเพื่อวัดความวิตก  
กังวลได้

๒.วิธีให้การดูแลรักษาพยาบาลของแพทย์และพยาบาล จากแผนก  
สูตินรีเวชกรรม กองสูตินรีเวชกรรม โรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า  
ถือได้ว่าไม่มีความแตกต่างกัน จึงไม่มีผลต่อการประเมินระดับความวิตกกังวล

๓.หนังสือที่นำมาให้หญิงครรภ์แรกอ่านมีเนื้อหาและความน่าเชื่อถือได้  
ใกล้เคียงกัน แม้หญิงครรภ์แรกจะไม่ได้อ่านหนังสือเล่มเดียวกันแต่จะได้รับความรู้

เท่าเทียมกัน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย

๑. ทราบผลของการบำบัดด้วยหนังสือต่อการลดความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ของหญิงครรภ์แรกที่มาฝากครรภ์ ณ โรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า กรมแพทย์ทหารเรือ

๒. เพื่อเป็นข้อเสนอแนะสำหรับห้องสมุดโรงพยาบาลในการจัดคู่มือหนังสือด้านสุขวิทยา สุขภาพจิตของหญิงมีครรภ์และการเลี้ยงดูทารกไว้ให้หญิงมีครรภ์ได้ยืมไปอ่านเมื่อมาฝากครรภ์ที่โรงพยาบาล

คำอธิบายศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

การบำบัดด้วยหนังสือ หมายถึงการใช้หนังสือบำบัดโรคทางกาย และ/หรือโรคทางจิต โดยอาศัยความร่วมมือของแพทย์ พยาบาลและบรรณารักษ์ในโรงพยาบาล แพทย์ทำหน้าที่ตรวจและรักษาในกรณีเจ็บป่วย พยาบาลทำหน้าที่ตรวจครรภ์และการเจริญเติบโตของทารกในครรภ์ บรรณารักษ์ที่มีความรู้ในเรื่องหนังสือ เป็นผู้เลือกสรรหนังสือและให้คำแนะนำหญิงมีครรภ์ในการอ่าน โดยพิจารณาว่าหนังสือที่นำมาให้หญิงมีครรภ์อ่านนั้นเป็นหนังสือเกี่ยวกับสิ่งที่ควรปฏิบัติระหว่างตั้งครรภ์ ด้านสุขวิทยาสุขภาพจิตของหญิงมีครรภ์ ความรู้เกี่ยวกับการคลอดและการเลี้ยงดูทารก

หญิงครรภ์แรก หมายถึงหญิงมีครรภ์ครั้งแรกโดยไม่เคยแท้ง (Abortion) มาก่อน อายุครรภ์ไม่เกิน ๑๓ สัปดาห์ (ประมาณ ๔ เดือน) และมาฝากครรภ์ ณ โรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า กรมแพทย์ทหารเรือ

ความวิตกกังวล หมายถึงสภาพทางอารมณ์ซึ่งบุคคลรู้สึกไม่สบายใจ อึดอัดใจ ตึงเครียด หงุดหงิดและกังวลใจอันเนื่องมาจากการตั้งครรภ์และในด้านต่างๆ ดังนี้คือ เกี่ยวกับการปฏิบัติตนระหว่างตั้งครรภ์ วิตกกังวลเกี่ยวกับสุขภาพของทารกในครรภ์ การคลอดและการเลี้ยงดูทารก