

“วัยรุ่น...วัยรุ่นกับปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พร้อม...ป้องกันอย่างไร”

“HOW TO PREVENT UNWANTED TEENAGE PREGNANCY?”

ลำเจียก กำธร (Lamchiek Khumtom)¹

บทคัดย่อ

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นปัญหาที่สำคัญ จากสถิติองค์การอนามัยโลกพบว่าปัญหาดังกล่าว มีแนวโน้มที่มากขึ้น ซึ่งผลกระทบจากการตั้งครรภ์นั้น มีหลายประการ เช่น ปัญหาการทำแท้งที่ผิดกฎหมาย การทิ้งทารก ปัญหาสุขภาพจิตของวัยรุ่น ปัจจุบันพบว่า การตั้งครรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่นนั้นว่าจะรุนแรงเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ รวมทั้งอายุของวัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์ในครั้งแรก มีแนวโน้มที่จะมีอายุลดลงด้วยเช่นกัน วัยรุ่นมีแนวโน้มคลอดเพิ่มขึ้นและคลอดเมื่ออายุน้อยลง โดยเฉพาะวัยรุ่นอายุ 15 – 17 ปี โดยพบว่า จำนวน 1 ใน 3 ของวัยรุ่นดังกล่าวไม่ได้ป้องกันการตั้งครรภ์เมื่อมีเพศสัมพันธ์ในขณะเดียวกันวัยรุ่นกลุ่มที่ชอบเที่ยวในสถานที่เรียมย์จะมีอัตราการมีเพศสัมพันธ์ที่เกิดจากการมีพฤติกรรมเสี่ยง เช่น จากการดื่มแอลกอฮอล์ การใช้สารเสพติดร่วม การถูกยั่วยุทางอารมณ์ อีกทั้งยังเสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศสูง อย่างไรก็ตามปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่นดังกล่าว สามารถป้องกันได้ ทั้งจากตัวของวัยรุ่น ครอบครัว โรงเรียน รวมทั้งชุมชนและสังคม จากความรัก ความเข้าใจและการให้โอกาสจากคนใกล้ชิด จากสังคม ที่จะทำให้วัยรุ่นกลุ่มนี้ก้าวข้ามผ่านภาวะนี้ไปได้

คำสำคัญ : การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ วัยรุ่น การป้องกันวัยรุ่นตั้งครรภ์

Abstract

Unwanted teenage pregnancy is an important problem. Statistics from the World Health Organization found that teenage pregnancy are more likely increase. The effects of adolescent pregnancy include illegal abortion, neglected child, and mental health in adolescents. Recently, it found that unwanted teenage pregnancies tend to increase steadily and age of teen-mom become decrease, especially in adolescents aged 15-17 years. It revealed that one third of adolescents do not prevent themselves from pregnancy when having sex while it found higher rate of risky sexual behaviors, such as drinking alcohol, drug uses, sexual seductiveness, and sexual violence in the adolescents who like to hang out in entertained venue at night. However, the problem of unwanted pregnancy in teenager can prevent by themselves, family, school, community, and society. Love and understanding from family, community, and society can help adolescents cross over this problem beautifully.

Keywords: unwanted teenage pregnancy, adolescent, adolescent pregnancy prevention

¹พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง E-mail: gumtom@gmail.com

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันสภาวะการตั้งครรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่นอุบัติขึ้นในทุกภูมิภาคของโลก มากหรือน้อยแตกต่างกัน เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของสังคม องค์การอนามัยโลก : WHO ให้นิยามคำว่าวัยรุ่น (Adolescence) หมายถึง ผู้ที่มีอายุ 10-19 ปี และการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น (Teenage pregnancy) หมายถึง การตั้งครรภ์ของสตรีที่มีอายุน้อยกว่า 20 ปี (WHO, 2006) และได้กำหนดเกณฑ์มาตรฐานเฝ้าระวังการคลอดของแม่วัยรุ่นต้องไม่เกินร้อยละ 10 จากการประชุมองค์การอนามัยโลก (WHO) เมื่อปี 2552 ระบุว่า ค่าเฉลี่ยของผู้หญิงตั้งครรภ์ที่มีอายุต่ำกว่า 20 ปีของทั่วโลกอยู่ที่ 65 ต่อ 1,000 คน ส่วนค่าเฉลี่ยของผู้หญิงในทวีปเอเชียอยู่ที่ 56 ต่อ 1,000 คน ประเทศไทยมีผู้หญิงตั้งครรภ์ที่อายุต่ำกว่า 20 ปี จำนวน 70 ต่อ 1,000 คน ซึ่งเป็นตัวเลขที่สูงที่สุดของประเทศในทวีปเอเชีย และเอเชียมีผู้หญิงตั้งครรภ์ที่อายุต่ำกว่า 20 ปี เป็นอันดับ 2 ของโลกรองจากทวีปแอฟริกา (ลำเจียก กำธร และ จิณัฐตา ศุภศรี, 2556) และจากสถานการณ์ล่าสุด พ.ศ.2555 พบว่าจำนวนการคลอดจากมารดาอายุต่ำกว่า 20 ปี มีจำนวน 133,027 คน คิดเป็นร้อยละ 16.59 ซึ่งในกลุ่มนี้ประกอบไปด้วยกลุ่มมารดาที่มีอายุ 15-19 ปี จำนวน 129,320 คน คิดเป็นร้อยละ 97.21 และจากกลุ่มมารดาอายุต่ำกว่า 15 ปี จำนวน 3,707 คน คิดเป็นร้อยละ 2.79 และพบว่าการคลอดบุตรของวัยรุ่นนั้นเกิดจากความตั้งใจ ร้อยละ 40 ไม่ตั้งใจและไม่แน่ใจ ร้อยละ 60 เคยกระทำเพื่อให้แท้งบุตร ร้อยละ 16.4 และร้อยละ 19 เคยคิดฆ่าตัวตาย (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2555)

ปัจจุบันวัยรุ่นมีแนวโน้มคลอดเพิ่มขึ้นและคลอดเมื่ออายุน้อยลง โดยเฉพาะวัยรุ่นอายุ 15 - 17 ปี สาเหตุที่วัยรุ่นตั้งครรภ์เป็นผลมาจากการไม่ได้ป้องกันพบว่า วัยรุ่นและเยาวชน (อายุ 10 - 25 ปี) จำนวน

1 ใน 3 ไม่ได้ป้องกันการตั้งครรภ์เมื่อมีเพศสัมพันธ์ ประมาณครึ่งหนึ่งใช้ถุงยางอนามัย และเพียงร้อยละ 10.7 เท่านั้นที่ใช้ยาคุมกำเนิดฉุกเฉิน (อนุศักดิ์ คงมาลัย, 2554) ในขณะที่เดียวกันวัยรุ่นกลุ่มที่ชอบเที่ยวในสถานที่เร่ร่อน เช่น ผับ บาร์ จะมีอัตราการมีเพศสัมพันธ์มีพฤติกรรมเสี่ยง เช่นการไม่ใช้ถุงยางอนามัย มีการดื่มแอลกอฮอล์และใช้สารเสพติดร่วมด้วยจะเสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศสูงกว่ากลุ่มอื่น ทั้งนี้พบว่าวัยรุ่นหญิงอายุต่ำกว่า 20 ปี ที่มีการตั้งครรภ์ตัดสินใจทำแท้งเดือน ร้อยละ 53 และเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลที่มีผลมาจากการทำแท้งถึงร้อยละ 28.5 และที่สำคัญมากกว่าร้อยละ 25 ของวัยรุ่นหญิงกลุ่มนี้กลับมาตั้งครรภ์ภายในเวลา 2 ปี (เบญจพร ปัญญายศ, 2554)

สถานการณ์การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นดังกล่าวนี้เป็นปัญหาที่กำลังรุนแรงมากขึ้นเรื่อยๆ ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อประชากรในแง่ของการพัฒนาประเทศ เนื่องจากเยาวชนหรือวัยรุ่นเป็นวัยที่ควรจะต้องอยู่ในช่วงของการศึกษาหากวัยรุ่นตั้งครรภ์ในช่วงอายุนี้นี้ จะทำให้เกิดผลกระทบและปัญหาทางสังคมต่างๆ ตามมามากมายทั้งระยะสั้นและระยะยาว ซึ่งผลกระทบระยะสั้นได้แก่การขาดความพร้อมในการดูแลสุขภาพของตนเอง ในระหว่างตั้งครรภ์และหลังคลอด ทำให้คุณภาพชีวิตของทั้งตนเองและเด็กทารกลดลง เนื่องจากแม่วัยรุ่นมักจะเป็นการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม วัยรุ่นจึงปกปิดปัญหาไม่กล้าจะบอกผู้ปกครอง ทำให้มาฝากครรภ์ช้า ไม่บำรุงครรภ์ มีผลต่อมารดาและทารก โดยพบว่ามีการคลอดก่อนกำหนด และทารกแรกเกิดมีน้ำหนักตัวน้อยที่อาจมีผลแทรกซ้อนภายหลังคลอดตามมาได้ ปัญหาการทอดทิ้งเด็กให้เป็นเด็กกำพร้าทั้งในโรงพยาบาลและตามถึงชยะ ปัญหาสภาวะทางอารมณ์ของแม่วัยรุ่นที่เสี่ยงต่อการเกิดความเครียดและภาวะซึมเศร้า จนถึง การฆ่าตัวตายหรือทำแท้งเดือนจนเกิดอันตรายต่อชีวิต และในรายที่เป็นแม่ขณะเป็นนักเรียนส่วนใหญ่มักต้อง

ออกจากโรงเรียนกลางคันส่งผลให้ขาดโอกาสทางการศึกษา (สุพร อภินันทเวช, 2553) รวมถึงปัญหาโรคเอดส์ และโรคทางเพศสัมพันธ์อื่น ๆ ด้วย ส่วนผลกระทบระยะยาวจะเป็นปัญหาลังคมและเศรษฐกิจที่มีต่อคุณภาพชีวิตของแม่วัยรุ่นและลูก ตลอดจนเป็นภาระของภาครัฐที่ต้องดูแลแก้ไขปัญหา ซึ่งการคุมครองแม่วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ไม่พร้อม ในสังคมไทยจึงเป็นประเด็นที่ควรใส่ใจและติดตาม เพราะจะนำไปสู่การเฝ้าระวังเพื่อป้องกันความเสี่ยงจากพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น รวมทั้งเป็นการสร้างเสริมให้แม่วัยรุ่นสามารถดำเนินวิถีชีวิตของตนเอง และลูกต่อไปในสังคมได้อย่างมีคุณภาพต่อไป เพราะวัยรุ่นถือว่าเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีความสำคัญมากต่อประเทศชาติ

ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของวัยรุ่น ไม่ใช่เป็นเพียงปัญหาของใครคนใดคนหนึ่ง แต่เป็นปัญหาที่ทุกภาคส่วนต้องเข้ามามีส่วนร่วมในการส่งเสริมป้องกันและแก้ไข ทั้งหน่วยงานภาครัฐและเอกชน เช่น สถาบันครอบครัว ระบบการศึกษา ระบบสาธารณสุข กฎหมาย การนำเสนอของสื่อ เป็นต้น ผู้ใหญ่มักกลัวว่าการให้ข้อมูลทางเพศกับเด็กจะเป็นการชี้โพรงให้กระรอก เพราะมักเชื่อมเรื่องเพศกับการร่วมเพศเป็นเรื่องเดียวกัน ทั้งที่แท้จริงแล้ว เรื่องเพศ (Sexuality) มีนัยยะครอบคลุมตั้งแต่ความเข้าใจในตัวเอง เข้าใจผู้อื่น การสร้างความสัมพันธ์กับเพศเดียวกัน และต่างเพศกว่าจะไปถึงปลายทางสุดท้ายคือเพศสัมพันธ์ ซึ่งไม่จำเป็นต้องเกิดขึ้นเสมอไป (กระทรวงสาธารณสุข, 2553)

จากผลการศึกษาวิจัย เรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ของวัยรุ่นจังหวัดตรัง ของลำเจียก กำธร และจิณัฐตา ศุภศรี (2556) ที่ศึกษาในกลุ่มนักเรียนจำนวน 400 คน ครูจำนวน 120 คน ผู้ปกครองจำนวน 120 คน พบว่าปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม เพื่อน เทคโนโลยีสารสนเทศ/สื่ออิเล็กทรอนิกส์ ระดับการศึกษา ความเชื่อ ค่านิยม ทักษะคิด ความสัมพันธ์ใน

ครอบครัว/การเลี้ยงดู มีผลต่อการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ของวัยรุ่น โดยพบว่า พฤติกรรมเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ในช่วงชีวิตของวัยรุ่น อันก่อให้เกิดการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรมาจากปัจจัยต่าง ๆ (ศิริพร จิรวัดนันกุล, 2555) ดังนี้

1. การเปิดโอกาสแก่ตนเองและผู้อื่น เป็นการเปิดโอกาสต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศมีหลายประการ เช่น การเที่ยวกลางคืนในสถานเริงรมย์ต่าง ๆ การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์และรับประทานอาหารจากคนแปลกหน้า การเดินทางตามที่เปลี่ยวมืด สถานที่ ไม่ปลอดภัย การไว้วางใจเพื่อน คนรัก หรือบุคคลแปลกหน้ามากเกินไปโดยไม่ไตร่ตรอง กระตุ้นอารมณ์ทางเพศตามสื่อต่าง ๆ ตลอดจนความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี การใช้ยาและสารเสพติด เป็นต้น

2. การเปิดเผยอารมณ์ทางเพศ การเปิดเผยอารมณ์ทางเพศ หมายถึง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่ก่อให้เกิดอารมณ์ทางเพศแก่ผู้พบเห็น เช่น การเปิดเผยสัดส่วนร่างกายด้วยการสวมเสื้อผ่ารัดรูป โชว์สัดส่วนจนเป็นที่สะดุดตาและยั่วให้เกิดอารมณ์ทางเพศ หรือการแสดงพฤติกรรมที่ยั่ววนด้วยกิริยาวาจาที่แสดงความพึงพอใจ สนใจ เรียกร้อง เชื้อเชิญต่อเพศตรงข้าม ตลอดจนการใช้ยากระตุ้นอารมณ์ทางเพศเพื่อแสดงให้ผู้อื่น เห็นความสามารถทางเพศของตน

3. ความเชื่อทางเพศที่ผิด การมีความเชื่อทางเพศที่ผิด มีผลต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ได้ เช่น การมีเพศสัมพันธ์ครั้งเดียวไม่อาจตั้งครรภ์ได้ การคุมกำเนิดไม่ควรใช้กับคนรัก ความสามารถในเรื่องเพศเป็นตัววัดความเป็นลูกผู้ชาย การมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานเป็นเรื่องธรรมดา ผู้หญิงและผู้ชายมีสิทธิเท่าเทียมกันในเรื่องเพศ ผู้ชายไม่มีความจำเป็นต้องรับผิดชอบภายหลังมีเพศสัมพันธ์ การมีเพศสัมพันธ์หลายคู่หรือหลายคนถือว่าเป็นผู้มีความสามารถ น่าสนใจ และเป็นคนมีเสน่ห์ เป็นต้น

4. สถาบันครอบครัว ครอบครัวเป็นสังคมแรกที่ปลูกฝังความรัก ความเข้าใจ คุณธรรม จริยธรรม แก่บุคคลในครอบครัว การขาดการอบรมเลี้ยงดูที่ดี ความแตกแยกในครอบครัว การขาดความรัก การดูแลเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน ทำให้วัยรุ่นมักมีปฏิสัมพันธ์ที่ไม่ดีต่อครอบครัว หรือไปคบเพื่อนซึ่งอาจชักชวนกันไปในทางที่ผิดได้

ผลกระทบจากการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น โดยธรรมชาติวัยรุ่นจะมีการเจริญเติบโตและความสมบูรณ์ทางร่างกาย ทำให้เกิดความพร้อมทางภาวการณ์เจริญพันธุ์สูงมาก เป็นการตั้งครรภ์ในขณะที่ทั้งสองฝ่ายยังไม่มีความพร้อมในทุก ๆ ด้าน จึงก่อให้เกิดปัญหาตามมาอย่างมากมาย ทั้งตัวของวัยรุ่น ทั้งทางด้านครอบครัว เศรษฐกิจ และสังคม ปัญหาการตั้งครรภ์นี้ส่งผลกระทบต่ออนาคตของวัยรุ่นอย่างมากด้วย (เบญจพร ปัญญาองค์, 2554)

ผลกระทบต่อตัวของวัยรุ่นทั้งทางร่างกายและจิตใจ

1. วัยรุ่นหญิงที่เป็นฝ่ายที่ตั้งครรภ์ส่วนใหญ่ กำลังศึกษาเล่าเรียนอยู่ เมื่อตั้งครรภ์ขึ้นมาก็ไม่อาจศึกษาเล่าเรียนต่อไปได้ ทำให้ต้องออกจากการศึกษากลางคัน ซึ่งหมายถึงอนาคตการเรียนจะหมดไปอย่างสิ้นเชิง บางรายเมื่อตั้งครรภ์จะไม่กล้าบอกพ่อแม่ ผู้ปกครองให้ทราบ แต่ก็ไม่สามารถปกปิดได้ตลอดไป จึงตัดสินใจหนีออกจากบ้านไปเผชิญชีวิตด้วยตนเอง เมื่อคลอดลูกก็จะเกิดปัญหาตามมามากมาย โดยเฉพาะปัญหาทางเศรษฐกิจและปัญหาสังคม

2. ในบางกรณีตัดสินใจทำแท้งเพื่อยุติการตั้งครรภ์โดยหวังว่าเมื่อไม่ตั้งครรภ์แล้วจะสามารถกลับมาใช้ชีวิตและศึกษาเล่าเรียนได้ตามปกติ ในความเป็นจริงแล้ว การทำแท้งเป็นเรื่องที่ผิดทั้งทางด้านศีลธรรม กฎหมาย และค่านิยมของสังคม และที่สำคัญที่สุดคือส่งผลกระทบต่อสุขภาพ ในบางรายที่ทำแท้ง

โดยผู้ทำไม่ใช่แพทย์ อาจเป็นอันตรายรุนแรง เช่น ตกเลือด ติดเชื้ออย่างรุนแรง ทำให้เสียชีวิตได้ หรือบางรายอาจต้องผ่าตัด ตัดมดลูกทิ้งทำให้ไม่สามารถมีโอกาสตั้งครรรภ์ได้อีกเลย

3. ในบางกรณี เมื่อตั้งครรภ์ขึ้นมาจะทำให้เกิดภาวะจำยอมที่ต้องแต่งงานกัน โดยทั้งสองฝ่ายยังไม่มีความพร้อมสำหรับการใช้ชีวิตคู่ที่ต้องมีการเลี้ยงดูบุตร ทำให้เกิดปัญหาครอบครัวซึ่งนำไปสู่การหย่าร้างในที่สุด

4. ปัญหาทางด้านจิตใจและอารมณ์ วัยรุ่นที่มีปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ มักจะมีความรู้สึกที่ตนทำผิดเกิดความละอายใจและวิตกกังวลว่าคนอื่นจะรู้จักถึงฝ่ายชายจะรับผิดชอบหรือไม่ พ่อแม่จะคิดอย่างไร ทำให้เก็บตัวเกิดความเศร้าโศก รู้สึกเครียด แต่สิ่งเหล่านี้จะลดน้อยลงได้ถ้าคนในครอบครัวยอมรับฟังปัญหาที่เกิดขึ้นและให้อภัย

5. เสียการเรียน เมื่อวัยรุ่นหมกมุ่นกับเรื่องเพศ และต้องการเวลาอยู่ด้วยกันมาก จะทำให้สนใจการเรียนน้อยหรือไม่สนใจการเรียนเลย มักขาดเรียนบ่อยหรือหนีเรียนไปเลย หลายคนต้องลาออกจากโรงเรียน โดยเฉพาะฝ่ายหญิงจะพบมาก และจากรายงานวิจัยของลำเจียก กำธรและจิณัฐตา ศุภศรี (2556) พบว่า ผลของการมีเช็กส์ในวัยรุ่นสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการเรียนและผลการเรียนที่ตกต่ำลงด้วย

6. การมองเห็นคุณค่าตนเองลดลง การที่วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์เสรีมากขึ้นทำให้การมองเห็นคุณค่าตนเองเปลี่ยนไปจากเดิม มองกิจกรรมทางเพศเป็นเพียง “การแลกเปลี่ยน” อารมณ์และวัตถุทางเพศ ยิ่งเมื่อมีบ่อยครั้งขึ้นการเคารพและเห็นคุณค่าตนเองก็จะยิ่งน้อยลง

7. การติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การมีเพศสัมพันธ์อาจทำให้เกิดการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้ ที่สำคัญคือ โรคในกลุ่มกามโรค และโรคเอดส์ โดยเฉพาะโรคเอดส์เป็นโรคที่กำลังแพร่ระบาดและทำให้เกิดปัญหาทางสังคมอย่างมาก ทั้งยังเป็นโรค

ที่ไม่มียาหรือวิธีการรักษาที่ทำให้หายขาดได้ และไม่มีวัคซีนสำหรับป้องกันโรคนี้ การติดเชื้อโรคเอดส์จึงทำให้เกิดปัญหาสุขภาพและปัญหาสังคมตามมา ทั้งยังทำลายอนาคตอีกด้วย

ผลกระทบต่อครอบครัว

1. สร้างความทุกข์ให้กับพ่อแม่ไม่มีพ่อแม่คนใดที่พอใจเมื่อลูกของตนมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร แต่ที่พ่อแม่บางคนมีการยอมรับกันนั้นก็ด้วยความสงสารลูก ซึ่งพ่อแม่จะต้องทุกข์ระทมใจกับการกระทำที่ผิดพลาดของลูก

2. เสื่อมเสียชื่อเสียงของวงศ์ตระกูล ลูกสาวถ้าได้รับความเสียหายทางเพศเกิดขึ้น พ่อแม่ก็จะอับอายวงศ์ตระกูลจะพลอยมัวหมองไปด้วย

3. เกิดความไม่เข้าใจกันของคนในครอบครัว และอาจเกิดปัญหาเรื่องค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงดูเด็กที่เกิดจากการตั้งครรภ์ที่ไม่ตั้งใจ

4. เกิดปัญหาการหย่าร้างมากขึ้น

ผลกระทบต่อสังคม

ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรส่งผลกระทบต่อสังคม โดยเป็นสาเหตุให้เกิดปัญหาอื่น ๆ ตามมาได้แก่

1. เกิดปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ ปัญหาการทำแท้ง และปัญหาเด็กถูกทอดทิ้งและเด็กเร่ร่อน

2. ปัญหาความเสื่อมของวัฒนธรรมอันดีของสังคมไทย

3. ปัญหาโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

4. ปัญหายาเสพติด ปัญหาเรื่องบุหรี่ยาเสพติด และการพนัน

5. ปัญหาแหล่งบันเทิง ผับ บาร์ ดิสโก้เธค สถานอาบอบนวด ซ่อง

6. ปัญหาเรื่องภาพยนตร์โป๊ หนังสือโป๊ หรือเรื่องโป๊เปลือยร่างกาย

7. ปัญหาการล่อลวง

8. ปัญหาคุณภาพของประชากรต่ำ

ข้อเสนอแนะในการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม

การป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่นจากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า มีแนวทางในการป้องกันดังนี้

ด้านบุคคล

1. การเปิดโอกาสต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ เช่น การไม่เที่ยวเตร่ตามสถานเริงรมย์ต่าง ๆ การไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ การไม่คบหาบุคคลแปลกหน้า การไม่เดินในที่เปลี่ยวและมีอันตราย การหลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้นความรู้สึกทางเพศทางสื่อวิทยุโทรทัศน์ สื่อสิ่งพิมพ์ อินเทอร์เน็ต การเลือกคบเพื่อนที่ดี เป็นต้น

2. การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงของตนเอง เช่น การแต่งกายรัดรูป การเปิดเผยสัดส่วนในที่สาธารณะ ตลอดจนการแสดงออกทางด้านกิริยา ท่าทางที่ยั่ววนไม่เหมาะสม เช่น การถูกเนื้อต้องตัว โดยการโอบ การกอด การจูบ เป็นต้น

3. รู้จักทักษะการปฏิเสธ การรู้จักการปฏิเสธเป็นการช่วยลดความต้องการทางเพศได้ เช่น คำว่า ไม่หยุด อย่า ทั้งนี้ต้องเป็นการปฏิเสธที่มาจากความตั้งใจจริงที่จะหลีกเลี่ยงและป้องกันตนเองมากกว่าการเสแสร้งยั่ววนหรือส่งเสริมอารมณ์ทางเพศมากขึ้น ดังนั้นทักษะการปฏิเสธจะต้องทำด้วยน้ำเสียงที่สุภาพ เข้มแข็ง และมีความมั่นคง พร้อมทั้งการแสดงท่าทางในการหลีกเลี่ยงสถานการณ์ขณะนั้น เพื่อเปลี่ยนกิริยาท่าทางการแสดงหรือความรู้สึกทางเพศที่เกิดขึ้นให้ผ่อนคลายหรือหมดไป

4. รู้จักทักษะการต่อรอง ปฏิเสธเพียงอย่างเดียว บางครั้งอาจไม่เกิดผล การรู้จักการสื่อสาร การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีโดยรู้จักการต่อรองด้วยวิธีการต่าง ๆ

อาจจะโดยเสนอกิจกรรมอื่น ๆ ที่ดีกว่าเพื่อเป็นการหลีกเลี่ยงเหตุการณ์เฉพาะหน้า เช่น การขอไปเปิดโทรทัศน์ ขณะที่กำลังถูกเพื่อนชาย โอบกอด การหลีกเลี่ยงการอยู่สองคนตามลำพัง โดยการไปออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา เป็นต้น

5. รู้จักการคุมกำเนิด การคุมกำเนิดเป็นการป้องกันการตั้งครรภ์ได้ การคุมกำเนิดมีหลายวิธีการรู้จักเลือกวิธีในการควบคุมกำเนิดขึ้นอยู่กับความเหมาะสม ความสะดวกของแต่ละคน แต่การรู้จักการคุมกำเนิดโดยใช้ถุงยางอนามัย เป็นวิธีการที่สะดวกประหยัด ได้ผลดี ทั้งการป้องกันการตั้งครรภ์ และการปลอดภัยจากโรคทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์แต่ขณะเดียวกัน การรู้จักวิธีการใช้ถุงยางอนามัยที่ถูกต้องก็เป็นสิ่งจำเป็น เพราะถุงยางอนามัยที่หมดอายุและวิธีการใช้ไม่ถูกต้องอาจก่อปัญหาขึ้นได้

6. ความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครอบครัว ความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครอบครัวเป็นการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่สำคัญอย่างหนึ่งของวัยรุ่น ความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคคลในครอบครัวจะสร้างความรัก ความผูกพัน ความเข้าใจ ซึ่งเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันให้กับวัยรุ่น ตลอดจนการยึดมั่นเรื่องการรักษานวลสงวนตัวก่อนถึงการแต่งงานก็จะช่วยลดพฤติกรรมที่เสี่ยงได้

7. วัยรุ่นต้องเรียนรู้ถึงความคิดเห็นต่างกันของหญิง - ชายในเรื่องเพศ ความตระหนักถึงความแตกต่างระหว่างชายหญิง จะเป็นการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่คาดคิด เช่น การทำความเข้าใจว่าผู้ชายมีเพศสัมพันธ์ได้โดยไม่มีความรัก หากแต่อาจเป็นเพียงการหาความสุขร่วมกันและไม่ต้องผูกพัน ซึ่งอาจต่างจากฝ่ายหญิงที่มีเพศสัมพันธ์ เพราะความรัก ถ้ามีเพศสัมพันธ์กับชายใด จะต้องมีความรักและผูกพันกับชายคนนั้น

8. วัยรุ่นชายควรคิดเสมอว่าวัยรุ่นหญิงเป็นเพศเดียวกับแม่ พี่สาว หรือน้องสาว ควรช่วยเหลือและให้เกียรติ

ด้านครอบครัว

แม้ว่าส่วนใหญ่แล้ว คนที่รู้เรื่องของวัยรุ่นก่อนมักจะเป็นเพื่อน แต่คนที่วัยรุ่นอยากให้อ่านใจมากที่สุดคงจะเป็นพ่อแม่ ซึ่งเป็นคนที่รักเขามากที่สุด แต่ถ้าปรากฏว่าพ่อแม่ไม่ยอมรับ ก็มักจะทำให้วัยรุ่นที่ท้องไม่พร้อมเกิดปัญหาด้านจิตใจตามมา ดังนั้นพ่อแม่และสมาชิกในครอบครัวจึงอาจจะต้องเป็นแหล่งพึ่งพิงช่วยเหลือและให้กำลังใจ เพื่อป้องกันการท้องไม่พร้อม (กรมสุขภาพจิต, 2554) ดังนี้

1. ครอบครัวต้องถือว่าเป็น หน้าที่หลักที่จะดูแลลูกหลานวัยรุ่นของตนเองอย่างใกล้ชิด ให้ความรักและความใกล้ชิด ซึ่งจะทำให้ตรวจพบสิ่งผิดปกติตั้งแต่เริ่มแรก

2. เพศศึกษาเริ่มจากที่บ้าน พ่อและแม่ควรคุยกับลูกทันทีเมื่อลูกมีความสงสัยเกี่ยวกับเรื่องเพศ เพราะโดยธรรมชาติแล้วเด็กจะเริ่มเรียนรู้เรื่องเพศด้วยตัวเอง ตั้งแต่แรกเกิด จากการสำรวจร่างกายตัวเองและซึมซับจากวิธีที่พ่อแม่ปฏิบัติ พูดคุย อบรมเลี้ยงดูเขา รวมทั้งจากการสังเกตพฤติกรรมที่คนในครอบครัวและสังคมรอบข้างปฏิบัติต่อกันด้วย แต่ในสายตาของพ่อแม่ทุกคน มัก มองว่าลูกยังคงเป็นเด็กน้อยๆ เสมอ จึงคิดว่ายังไม่เหมาะสมที่จะพูดเรื่องเพศกับลูก โดยอาจลืมนึกไปว่าวันหนึ่งเขาก็ต้องเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ใช้ชีวิตและตัดสินใจเรื่องต่างๆ ด้วยตัวเอง การเตรียมความพร้อมให้เขามีวุฒิภาวะ มีทักษะในการดูแลตนเองเป็นเรื่องที่ต้องฝึกกันตั้งแต่เด็ก ๆ เหมือนกับที่พ่อแม่สอนวิธีข้ามถนนอย่างปลอดภัยให้กับลูก ในเรื่องเพศก็เช่นเดียวกันการใช้ชีวิตทางเพศให้ปลอดภัย ก็เป็นอีกทักษะหนึ่งที่ควรมีให้กับลูก พ่อแม่ควรเปิดใจให้กว้าง ยอมรับ ปรับทัศนคติในการมองเรื่อง เพศใหม่ เพราะเรื่องเพศไม่ได้มีแค่เรื่องเพศสัมพันธ์เท่านั้น แต่เรื่องเพศเป็นส่วนหนึ่งของการใช้ชีวิตและจำเป็นต้องเรียนรู้ให้ถูกต้องจากแหล่งข้อมูลที่ไว้วางใจได้ นั่นก็คือ จากพ่อแม่ตนเอง ไม่ใช่ให้เขาเรียนรู้

เอาเองจากเพื่อน หรือจากสื่อต่าง ๆ เช่น สื่ออินเทอร์เน็ต หนังสือไป หนังสือไป หรือจากเพื่อน ๆ ที่อาจจะรู้ผิด ๆ และส่งผลร้ายที่ไม่คาดคิดตามมาได้

3. สมาชิกในครอบครัวทุกคนต้องเห็นความสำคัญของการป้องกันท้องในวัยรุ่น โดยถือว่าเป็นหน้าที่ที่จะช่วยกันอบรมสั่งสอน สอดส่องดูแลความประพฤติของวัยรุ่น เป็นหูเป็นตา แจ้งแก่สมาชิกในครอบครัวหรือแจ้งสถานศึกษา เมื่อพบความเสี่ยง เพื่อหาทางช่วยเหลือ

4. พ่อ แม่ผู้ปกครองต้องเข้าใจจิตวิทยาของวัยรุ่น ต้องพัฒนาตนเองให้ทันยุคสมัยและสังคมที่เปลี่ยนแปลง ทั้งเรื่องข้อมูลข่าวสาร เทคโนโลยี การใช้ชีวิต ฯลฯ เพื่อลดช่องว่างในการอยู่ร่วมกัน

5. หากมีลูกหลานเป็นชาย ควรสอนเขาตั้งแต่เด็ก ถึงความเป็นสุภาพบุรุษ ไม่ล่วงเกินเพศตรงข้าม หากยังไม่พร้อมและไม่สามารถรับผิดชอบเลี้ยงดู สร้างครอบครัวได้

6. สร้างค่านิยมไม่มีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น สอนให้รู้จักการปฏิเสธ สนับสนุนการสร้างปณิธานให้รักษาพรหมจรรย์จนถึงวัยอันควร โดยใช้ความสัมพันธ์อันดีในครอบครัว

7. ล้อมรั้วด้วยรัก อภัย เข้าใจ และเห็นใจ ทั้งจากคนในครอบครัว และคนรอบข้าง สิ่งเหล่านี้จะสร้างความมั่นใจและให้กำลังใจ ทำให้วัยรุ่นที่เสียตัวไปแล้วไม่ตั้งครรภ์ ที่ตั้งครรภ์ไปแล้วก็จะไม่ท้องในวัยรุ่นซ้ำอีกเป็นครั้งที่สอง

ดังนั้นความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวระหว่างพ่อแม่ลูก การทำตัวเป็นแบบอย่างที่ดีของพ่อแม่ ตลอดจนทั้งความรักความเข้าใจกันในครอบครัวจะช่วยวัยรุ่นห่างไกลจากปัญหานี้ได้

ด้านโรงเรียน

1. จัดให้มีการสอนเพศศึกษาในโรงเรียน ซึ่งถือว่าเป็นการแก้ปัญหาที่ดีที่สุดเพราะเป็นการแก้ที่ต้นเหตุ ทำให้นักเรียนได้รับความรู้อย่างเต็มที่และหลากหลาย

ดังนั้นแทนที่จะไปแฝงอยู่กับวิชาอนามัยเจริญพันธุ์ หรือวิชาสุขศึกษา อย่างเช่นสมัยก่อน ก็ควรสอนวิชาเพศศึกษาเพื่อให้วัยรุ่นเข้าใจและนำไปใช้ในการปฏิบัติได้ จัดให้มีสื่อการสอนเพศศึกษาในโรงเรียน สื่อต่าง ๆ ควรสนับสนุนบทเรียนและการเรียนรู้ทางเพศศึกษาที่ถูกต้อง โดยมีตำราที่รองรับ ฯลฯ เป็นตัวอย่างที่ดีให้แก่วัยรุ่น

2. การกระตุ้นส่งเสริมให้วัยรุ่นประสบความสำเร็จทางการศึกษา โดยเน้นไปที่พัฒนาการด้านการรู้จักคิดของวัยรุ่นหรือที่เรียกในภาษาอังกฤษว่า Cognitive Development จะช่วยสร้างแรงจูงใจในการพัฒนาตนเองให้แก่วัยรุ่น ทำให้มีสมาธิกับการพัฒนาตนเองแทนการหมกมุ่นในเรื่องเพศ รวมทั้งทำให้วัยรุ่นรู้จักใคร่ครวญ ไตร่ตรอง ซึ่งผลดีผลเสียก่อน จะตัดสินใจทำอะไรรู้จักตั้งข้อสังเกตคิดวิเคราะห์หาข้อสรุปด้วยตนเอง รู้จักการวางแผนในการดำเนินชีวิตของตน ทำให้เด็กเติบโตได้อย่างมีคุณภาพไม่มีปัญหาเรื่องเพศ

ด้านชุมชนและสังคม

1. การปลูกฝังค่านิยมเรื่องเพศสัมพันธ์ที่มีวุฒิภาวะให้เกิดขึ้นในสังคมไทย นั่นคือการมีเพศสัมพันธ์ทุกครั้งจะต้องเกิดจากความสมัครใจ เต็มใจ ปราศจากการขู่ข่มขู่ และยังเป็นเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย ไม่เสี่ยงต่อการติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือเกิดผลลัพธ์ที่ไม่ต้องการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการท้องไม่พร้อม โดยวัยรุ่นต้องมีความรับผิดชอบต่อเพศสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นด้วย

2. ประชาชน ทุกคนต้องเห็นความสำคัญของการป้องกันท้องในวัยรุ่น โดยถือว่าเป็น หน้าที่ของพลเมืองดีที่จะช่วยกันอบรมสั่งสอน เท่าที่จะเป็นไปได้ สอดส่องดูแลความประพฤติของวัยรุ่น ช่วยเป็นหูเป็นตา แจ้งผู้ปกครอง สถานศึกษา ตำรวจ ฯลฯ เมื่อพบความเสี่ยง

3. สังคม ต้องมีส่วนรับผิดชอบต่อ เช่น ลดการย้ายยุทธการทางมรดก ไม่ปากว่าตาขยิบกับวัยรุ่น ไม่ว่าจะในสถานบันเทิง การขายสุรา การมั่วสุมในที่ต่าง ๆ ฯลฯ

4. รัฐบาล ต้องถือว่าการลดการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นนโยบายสำคัญ มีงบประมาณ กลยุทธ์สนับสนุนองค์กรที่เกี่ยวข้อง และมีการลงมือปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม

5. ประชาชนในชุมชนหรือในสังคม ต้องไม่มีอคติต่อวัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

6. มีหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน ที่ช่วยปรึกษาหาทางออกให้ เมื่อวัยรุ่นพลาดพลั้งตั้งครรภ์

7. มีแหล่งบริการให้คำปรึกษาวัยรุ่น ที่สามารถติดต่อปรึกษาได้ทุกเมื่อ การให้ความช่วยเหลือ โดยให้การปรึกษาทั้งก่อนและหลังการท้องไม่พร้อม โดยเน้นเรื่องการเสริมสร้างกำลังใจ และหาทางออกที่เหมาะสมให้กับแต่ละรายไป

สรุป

เมื่อเกิดปัญหาการมีเพศสัมพันธ์หรือตั้งครรภ์ในกลุ่มวัยรุ่นชั้น พ่อ แม่ ผู้ปกครองและผู้ใหญ่ในสังคม

ต้องให้โอกาสเด็กเหล่านี้ให้สามารถดำเนินชีวิตต่อไป ไม่กล่าวโทษหรือตำหนิ โดยต้องเดินเคียงคู่ไปกับเขา แม้วัยรุ่นจะรู้ว่าตั้งครรภ์แล้วยังอึดอัดยังเก็บเด็กเอาไว้ ถือว่าเป็นเรื่องที่น่าชื่นชมและกล้าหาญ เพราะมันไม่ใช่เรื่องง่าย ๆ สำหรับวัยรุ่นอย่างเขา แต่ถ้าเขาผ่านตรงจุดนี้ไปได้ก็ต้องชื่นชมเขา เป็นกำลังใจให้เขาด้วย ให้เขาได้ฝึกรักตัวเองให้เป็น ความรัก ความเข้าใจและการให้โอกาสจากคนใกล้ชิด จากสังคมจะทำให้เด็กกลุ่มนี้ก้าวข้ามผ่านภาวะนี้ไปได้ พร้อม ๆ กับได้เรียนรู้ ได้ประสบการณ์จากสิ่งที่ผ่านมาในชีวิต และสามารถใช้มันให้เป็นพลังทางบวกให้ตัวเองเข้มแข็งและเป็นแม่ที่ดีต่อไปในอนาคตได้ ยังไม่สายที่ทุกฝ่ายจะร่วมมือร่วมใจกันในการลงมือปฏิบัติแก้ไขปัญหาท้องไม่พร้อมให้เห็นเป็นรูปธรรมเพื่อเยาวชนในวันนี้จะเป็นผู้ใหญ่ที่ดีและมีอนาคตในวันข้างหน้าได้

เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต. (2554). รายงานการทบทวนสถานการณ์เรื่องพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น การเสริมสร้างทักษะชีวิตและการให้คำปรึกษา. กรุงเทพมหานคร: กรมสุขภาพจิต.
- กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2555). รายงานสภาวะการมีบุตรของวัยรุ่นไทย. กรุงเทพฯ: กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2553). นโยบายและยุทธศาสตร์การพัฒนามาตรการเจริญพันธุ์แห่งชาติ ฉบับที่ 1 (พ.ศ.2553-2557). กรุงเทพมหานคร: กระทรวงสาธารณสุข.
- เบญจพร ปัญญาสงค์. (2554). คู่มือการให้การปรึกษา ปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พร้อม. นนทบุรี: กลุ่มที่ปรึกษากรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- ลำเจียก กำธร และ จิณัฐตา ศุภศรี. (2556). รายงานการวิจัย เรื่อง ผลการรณรงค์ป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ของวัยรุ่นในสถานศึกษาเขตจังหวัดตรังต่อค่านิยมเรื่องเพศ พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ และการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรที่ส่งผลต่อการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง จังหวัดตรัง.
- ศิริพร จิรวัดน์กุล. (2555). เพศศึกษา: เสี่ยงสะท้อนจากวัยรุ่นไทย. วารสารพยาบาลศาสตร์และสุขภาพ. 35(4), 1-11.
- สุพร อภินันทเวช. (2553). การให้คำปรึกษาในวัยรุ่นตั้งครรภ์. ใน ธราธิป โคละทัต, บุญยิ่ง มานะบริบูรณ์ และวิทยา ถิฐาพันธ์ (บรรณาธิการ), *วัยรุ่นตั้งครรภ์และทารกเกิดก่อนกำหนด...ปัญหาที่ท้าทาย* (หน้า107-112). กรุงเทพมหานคร: อัมรินทร์พรินติ้งแอนด์พับลิชชิง.
- อนุศักดิ์ คงมาลัย. (2554). *สภาวะการมีบุตรของวัยรุ่นไทย*. [online]. สืบค้นจาก http://www.m-society.go.th/document/statistic/statistic_7883.pdf
- World Health Organization. (2006). *The second decades: Improving adolescent health and development*. [online]. Retrieved from <http://www.WHO.org>