



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH



สมุดบันทึกสุขภาพ

Health Book

แอปพลิเคชันสมุดบันทึกสุขภาพ

สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย



“ คือ แอปพลิเคชันที่รวบรวมสมุดบันทึกสุขภาพไว้ในโปรแกรมเดียว ที่พร้อมใช้งานสำหรับประชาชนหลากหลายกลุ่มวัย โดยประชาชนสามารถบันทึกข้อมูล ร่วมกับสถานบริการได้ และเป็นข้อมูลเป็นข้อมูลที่ตรงกัน เพื่อการตระหนักรู ด้ดูแลสุขภาพของตนเอง เสมือนมีข้อมูลติดตัวตลอดเวลาเมื่อไปตรวจ สุขภาพข้อมูลไม่สูญหาย และแชร์ข้อมูลในสมุดบันทึกสุขภาพแก่กันระหว่าง ประชาชนกับหน่วยบริการสุขภาพ

ฟีเจอร์โปรแกรม



1

สมุดสุขภาพหลายเล่ม

ประกอบด้วย แม่และเด็ก ผู้สูงอายุ ผู้พิการ โรคประจำตัว

2

คิวอาร์โค้ดเด็ขวบ

มีคิวอาร์โค้ดประจำตัว นำไปแสดงเข้ารับบริการ โดย
ข้อมูลจะออนไลน์ตรงกันทุกสถานบริการที่ใช้บริการ

3

ไม่พลาดวันนัด

ระบบแจ้งเตือนวันนัด วันที่ทำไร่ เรื่องอะไร สถาน
บริการ อีกที่วันจะถึงวันนัด ครอบคลุม

4

เข้าถึงได้ทุกอุปกรณ์

สามารถเข้าถึงโปรแกรมผ่านทาง [website](#) และแอปพลิเคชันทั้ง
iOS และ Android

สมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก (Pink Book)

วิเชียร พรหมแก้ว

สมุดบันทึกสุขภาพ

สมุดแม่และเด็ก



เบอร์โทรฉุกเฉิน

☎ 0678978999

☎ 0844891935

ส่วนที่ 1

บริการหญิงตั้งครรภ์และครอบครัว

- ประวัติสุขภาพแม่และครอบครัว
- ประวัติการตั้งครรภ์ปัจจุบัน
- ความเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์
- บันทึกการตรวจครรภ์
- คัดกรองเชื้อไวรัสซิกา
- ความเสี่ยงลูกเป็นโรคธาลัสซีเมีย
- ตรวจสอบสุขภาพช่องปาก
- กราฟโภชนาการตั้งครรภ์
- การน้บลูกดั้น
- สุขภาพจิตตั้งครรภ์และหลังคลอด
- บันทึกการคลอด
- บันทึกประวัติส่วนตัว

ส่วนที่ 2

บริการเด็กแรกเกิด-6 ปี

- บันทึกทารกแรกเกิด
- สุขภาพและพัฒนาการ
- ความเสี่ยงพินู


ส่วนที่ 3

ความรู้สู่การปฏิบัติเพื่อแม่-ลูก
สุขภาพดี

- บันทึกการได้รับวัคซีน
- ตรวจร่างกายและรักษาพยาบาล
- บันทึกการเยี่ยมบ้านโดยเจ้าหน้าที่
สาธารณสุข หรือ อาสาสมัคร

สมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก (Pink Book)

ส่วนที่ 1 บริการหญิงตั้งครรภ์และครอบครัว



ส่วนที่ 1

บริการหญิงตั้งครรภ์และครอบครัว

- ประวัติสุขภาพแม่และครอบครัว
- ประวัติการตั้งครรภ์ปัจจุบัน
- ความเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์
- บันทึกการตรวจครรภ์
- คัดกรองเชื้อไวรัสซิกา
- ความเสี่ยงลูกเป็นโรคธาลัสซีเมีย
- ตรวจสอบสุขภาพช่องปาก
- กราฟโภชนาการตั้งครรภ์
- การนับลูกดิ้น
- สุขภาพจิตตั้งครรภ์และหลังคลอด
- บันทึกการคลอด
- บันทึกประวัติส่วนตัว

ส่วนที่ 1 บริการหญิงตั้งครรภ์:ครอบครัว

ประวัติสุขภาพแม่และครอบครัว

ประวัติสุขภาพ

ประวัติสุขภาพตั้งครรภ์และครอบครัว

ก่อนตั้งครรภ์ คุณกำเนิดวิธี

ยาฉีดคุมกำเนิด

ระยะเวลา (ปี)

5

ระยะเวลา (เดือน)

1

หยุดคุมกำเนิด (ปี)

หยุดคุมกำเนิด (เดือน)

พฤษภาคม

รอบเดือนมาทุกวัน

15

รอบเดือนมาเฉลี่ยครั้งละ (วัน)

4

บันทึกประวัติสุขภาพ

ประวัติการตั้งครรภ์

ประวัติการตั้งครรภ์

ครรภ์ที่	1	2	3
ว/ด/ป คลอด/แท้ง	-	-	01/05/2021
กายครรภ์ (สัปดาห์)	-	-	47

ความเสี่ยงการตั้งครรภ์

ประวัติอดีต

- เคยมีทารกตายในครรภ์ หรือเสียชีวิตแรกเกิด มี ไม่มี
- เคยแท้ง 3 ครั้ง ติดต่อกัน หรือมากกว่าติดต่อกัน มี ไม่มี
- เคยคลอดบุตรน้ำหนักน้อยกว่า 2,500 กรัม หรือคลอดเมื่อมีอายุครรภ์น้อยกว่า 37 สัปดาห์ มี ไม่มี
- เคยคลอดบุตรน้ำหนักมากกว่า 4,000 กรัม มี ไม่มี
- เคยเข้ารับการรักษาพยาบาล ความดันโลหิตสูงระหว่างตั้งครรภ์ หรือครรภ์เป็นพิษ มี ไม่มี
- เคยผ่าตัดอวัยวะในระบบสืบพันธุ์ เช่น เนื้องอกมดลูก ผ่าคลอด ผูกปากมดลูก ฯลฯ มี ไม่มี

บันทึกประวัติอดีต

กราฟโภชนาการตั้งครรภ์

กราฟโภชนาการแม่ตั้งครรภ์

สัปดาห์

14

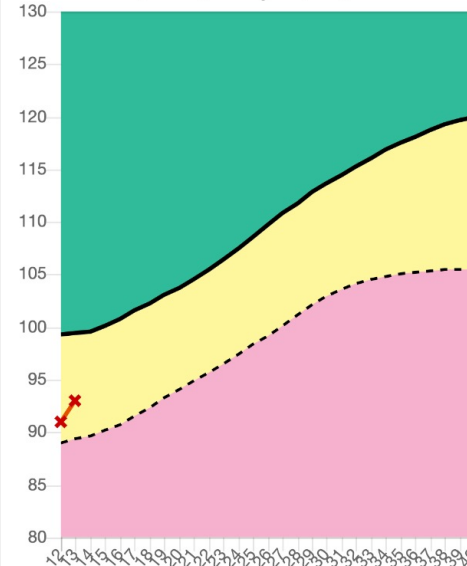
น้ำหนักแม่ (กก.)

55

บันทึก

ร้อยละค่ามาตรฐานดัชนีมวลกายหญิงไทย (BMI21)

น้ำหนัก (กิโลกรัม) / ส่วนสูง² (เมตร) x 100/21



ผล < 2,500 กรัม น้ำหนักของลูก

< 3,000 กรัม น้ำหนักของลูก

บันทึกการคลอด

บันทึกการคลอด

ค้นหาสถานที่คลอด ✓

[11130] รพ.สันทราย ต.หนองหาร อ.:

โดย

แพทย์ พยาบาล อื่นๆ

ระบุ

อายุครรภ์ (สัปดาห์)

34

วิธีคลอด

เลือก

ภาวะแทรกซ้อนขณะคลอด

ไม่มี มี

กรณีตอบ มี

ระบุ

สมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก (Pink Book)

ส่วนที่ 2 บริการเด็กแรกเกิดถึง 6 ปี



< ส่วนที่ 2 >

บริการเด็กแรกเกิด-6 ปี

- บันทึกทารกแรกเกิด
- สุขภาพและพัฒนาการ
- ความเสี่ยงพันธุ

ส่วนที่ 2 บริการเด็กแรกเกิดถึง 6 ปี

บันทึกทารกแรกเกิด

บันทึกทารกแรกเกิด

บันทึกทารกแรกเกิด (เจ้าหน้าที่บันทึก)

วันเดือนปีเกิด	เวลา
22/02/2564	12:00 AM
เพศ	น้ำหนักแรกเกิด(กรัม)
ชาย	3000
ความยาว(ซม)	เส้นรอบศีรษะ(ซม)
45	20
Apgar Score(1 นาที)	Apgar Score(5 นาที)
10	15

ความผิดปกติแต่กำเนิด

ใช่ ไม่ใช่

*ไข้(ระบุ)

การตรวจคัดกรองทารกแรกเกิด

วันที่ตรวจ
21/02/2564

การตรวจภาวะพร่องไทรอยด์ซอร์โมน

ปกติ ผิดปกติ

การตรวจ PKU

ปกติ ผิดปกติ

การตรวจคัดกรองการได้ยินด้วยเครื่องมือพิเศษ(OAE หรือ Automed-ABR)

วันที่ตรวจ
21/02/2564

ข้างขวา

ปกติ ผิดปกติ

ข้างซ้าย

ปกติ ผิดปกติ

ประวัติทารก

เด็กคลอดก่อนกำหนด (มารดาอายุครรภ์น้อยกว่า 37 สัปดาห์)

ใช่ ไม่ใช่

ไม่แน่ใจ ไม่ทราบ

ทารกแรกเกิดน้ำหนักต่ำกว่า 2,500 กรัม

ใช่ ไม่ใช่

ไม่แน่ใจ ไม่ทราบ

Hypoglycemia

ใช่ ไม่ใช่

ไม่แน่ใจ ไม่ทราบ

Hyperbilirubinemia

ใช่ ไม่ใช่

ไม่แน่ใจ ไม่ทราบ

Congenital Anomaly (แล้วแต่แพทย์พิจารณา)

ใช่ ไม่ใช่

ไม่แน่ใจ ไม่ทราบ

Anemia (Central Hct น้อยกว่า 40% ที่อายุ น้อยกว่า 7 วัน)

ใช่ ไม่ใช่

ไม่แน่ใจ ไม่ทราบ

เกิดจากแม่มดเชื้อไวรัสซิกา

ใช่ ไม่ใช่

ไม่แน่ใจ ไม่ทราบ

บันทึก

ส่วนที่ 2 บริการเด็กแรกเกิดถึง6ปี

สุขภาพและพัฒนาการ

← สุขภาพและพัฒนาการ

บันทึกการตรวจสุขภาพประเมินการเจริญเติบโต พัฒนาการเด็กปฐมวัย

โปรดระบุค่าตัวเลขที่ตรวจพบแต่ละกิจกรรมลงในช่อง ผล

- ชั่งน้ำหนัก & วัดส่วนสูง
- วัดเส้นสีริชะ
- ความดันโลหิต(30เดือนขึ้นไป)
- ติดตามเฝ้าระวังพัฒนาการโดยผู้ปกครอง(development surveillance)
- ตรวจคัดกรองพัฒนาการโดยผู้ปกครอง(development screening)
- ประเมินปัญหาทางจิตใจ สังคม พฤติกรรม และการเรียนรู้

- ประเมินปัญหาทางจิตใจ สังคม พฤติกรรม และการเรียนรู้
- วัดสายตาโดยใช้เครื่องมือ
- การได้ยิน-ด้วยเครื่องมือ พิเศษ(OAE/Automed-ABR)
- โดยการซักถามและใช้เทคนิคการตรวจอย่างง่าย(whispered Voice)
- ตรวจเลือดคัดกรองทารกแรกเกิด(PKU,TSH)
- ตรวจระดับฮีโมโกลบิน/ฮีมาโตคริต
- การเลี้ยงลูกตามวัย ส่งเสริมพัฒนาการ และการเรียนรู้
- โภชนาการและการออกกำลังกาย
- การดูแลสุขภาพช่องปากและฟัน
- ส่งต่อบุคลากรทางทันตกรรม(อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง)
- สารเสพติด/อนามัยเจริญพันธ์/พฤติกรรมเสี่ยงอื่นๆ

ส่วนที่ 2 บริการเด็กแรกเกิดถึง6ปี

สุขภาพและพัฒนาการ

บันทึกการตรวจสอบสุขภาพประเมินการเจริญเติบโต
พัฒนาการเด็กปฐมวัย

โปรดระบุค่าตัวเลขที่ตรวจพบแต่ละกิจกรรม
ลงในช่อง ผล

ชั่งน้ำหนัก & วัดส่วนสูง	
เพิ่ม	ดูประวัติ
วันที่ตรวจ	
22/02/2564	
น้ำหนัก (กก.)	
ความสูง (ซม.)	
บันทึก	
วัดเส้นศีรษะ	
ความดันโลหิต(30เดือนขึ้นไป)	

บันทึกการตรวจสอบสุขภาพประเมินการเจริญเติบโต
พัฒนาการเด็กปฐมวัย

โปรดระบุค่าตัวเลขที่ตรวจพบแต่ละกิจกรรม
ลงในช่อง ผล

ชั่งน้ำหนัก & วัดส่วนสูง			
เพิ่ม	ดูประวัติ		
ตาราง	กราฟ		
น้ำหนัก	ส่วนสูง		
อายุเดือน	0 เดือน	1 เดือน	2 เดือน
วันที่ตรวจ	04/03/2564	26/03/2564	23/04/2564
ผล (กก.)	8	8	10
วัดเส้นศีรษะ			
ความดันโลหิต(30เดือนขึ้นไป)			
ติดตามเฝ้าระวังพัฒนาการโดยผู้ พัฒนาการเด็กปฐมวัย			

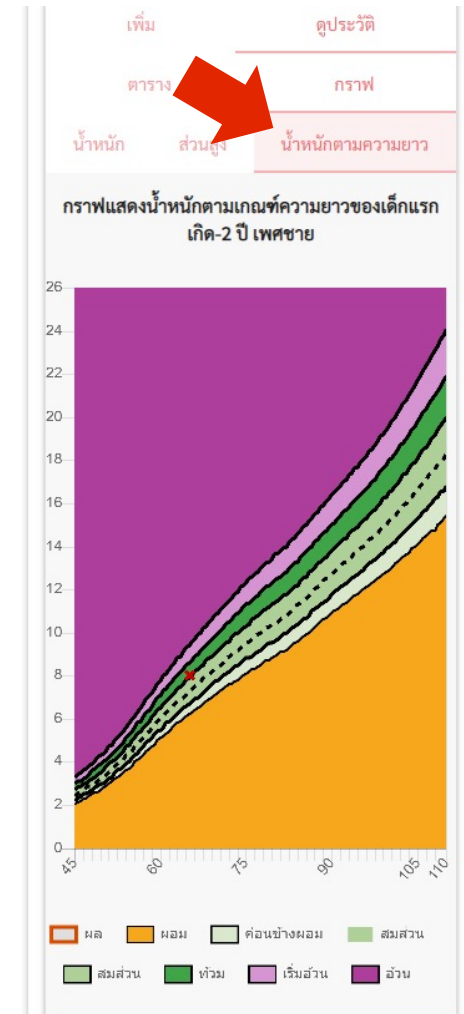
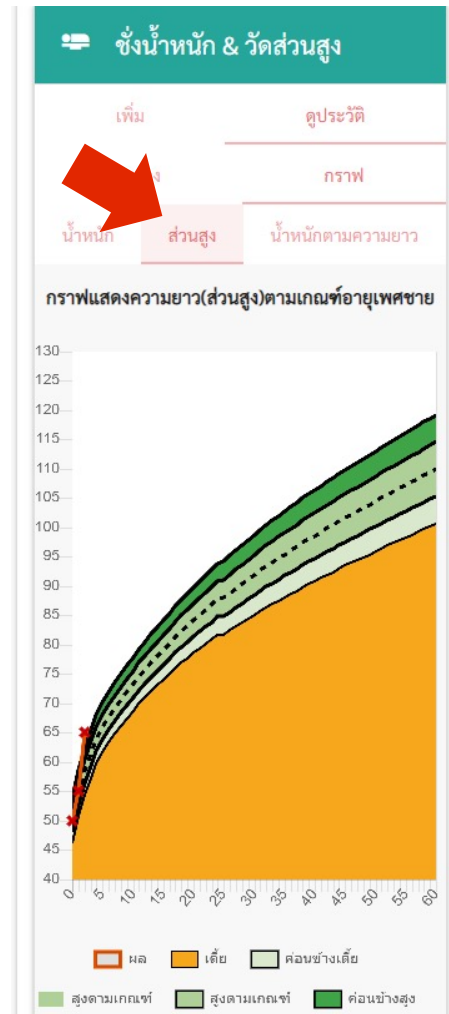
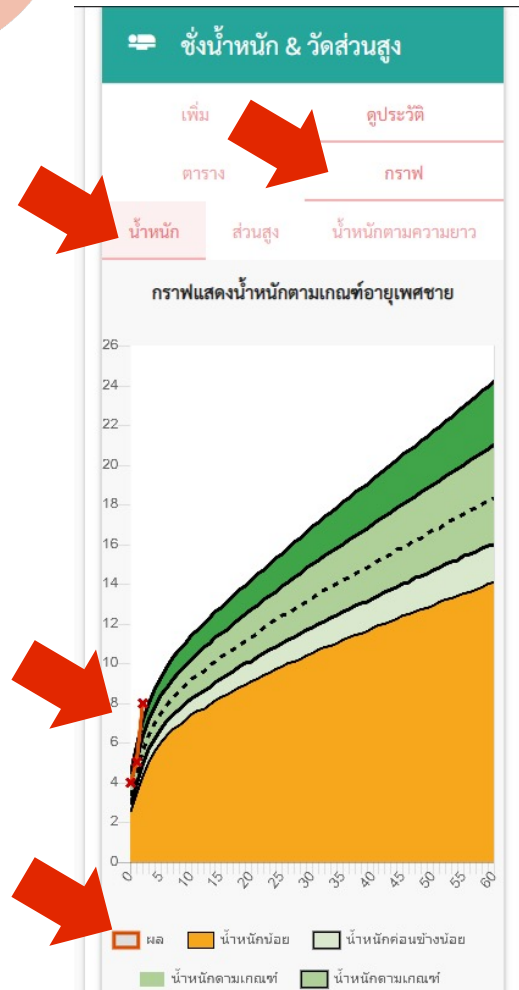
บันทึกการตรวจสอบสุขภาพประเมินการเจริญเติบโต
พัฒนาการเด็กปฐมวัย

โปรดระบุค่าตัวเลขที่ตรวจพบแต่ละกิจกรรม
ลงในช่อง ผล

ชั่งน้ำหนัก & วัดส่วนสูง		
เพิ่ม	ดูประวัติ	
ตาราง	กราฟ	
น้ำหนัก	ส่วนสูง	
อายุเดือน	1 เดือน	2 เดือน
วันที่ตรวจ	26/03/2564	23/04/2564
ผล (ซม.)	45	48
วัดเส้นศีรษะ		
ความดันโลหิต(30เดือนขึ้นไป)		
ติดตามเฝ้าระวังพัฒนาการโดยผู้ พัฒนาการเด็กปฐมวัย		

ส่วนที่ 2 บริการเด็กแรกเกิดถึง6ปี

สุขภาพและพัฒนาการ



ส่วนที่ 2 บริการเด็กแรกเกิดถึง6ปี

สุขภาพและพัฒนาการ

สุขภาพและพัฒนาการ

บันทึกการตรวจสุขภาพประเมินการเจริญเติบโตพัฒนาการเด็กปฐมวัย

โปรดระบุค่าตัวเลขที่ตรวจพบแต่ละกิจกรรมลงในช่อง ผล

ชั่งน้ำหนัก & วัดส่วนสูง

วัดเส้นศีรษะ

เพิ่ม ดูประวัติ

วันที่ตรวจ
29/04/2564

เส้นรอบศีรษะ
42

บันทึก

ความดันโลหิต(30เดือนขึ้นไป)

ติดตามแผนระวางพัฒนาการโดยผู้ปกครอง(development)

สุขภาพและพัฒนาการ

บันทึกการตรวจสุขภาพประเมินการเจริญเติบโตพัฒนาการเด็กปฐมวัย

โปรดระบุค่าตัวเลขที่ตรวจพบแต่ละกิจกรรมลงในช่อง ผล

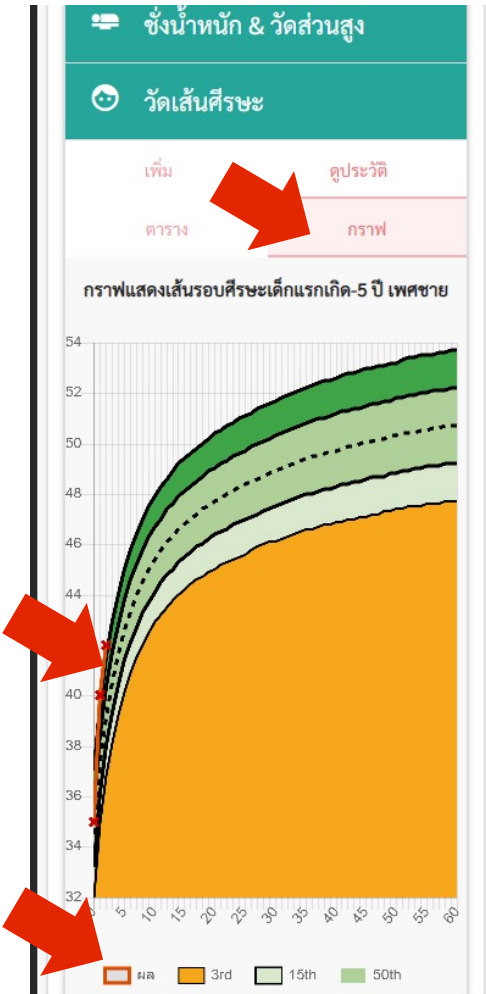
ชั่งน้ำหนัก & วัดส่วนสูง

วัดเส้นศีรษะ

เพิ่ม ดูประวัติ

ตาราง กราฟ

อายุเดือน	0 เดือน	1 เดือน
วันที่ตรวจ	21/02/2564	22/03/2564
ผล (ซม.)	35	40



ส่วนที่ 2 บริการเด็กแรกเกิดถึง 6 ปี

ความเสี่ยงฟันผุ

← เสี่ยงฟันผุ

ประเมินความเสี่ยงฟันผุ

บันทึก / แก้ไข ดูประวัติ

อายุ
6 เดือน

①

- กินนมรสหวาน
- กินนมม้อนึ่ง
- ดูดนมขวด/หลั้คขวด
- ใส่เครื่องตีนมรสหวานในขวดให้เด็กดูด
- กินขนมหวาน, เครื่องตีนมรสหวาน 2 ครั้ง/วัน
- เด็กไม่ได้รับการแปรงฟันด้วยยาสีฟันฟลูออไรด์อย่างน้อย 2 ครั้ง/วัน
- ตรวจพบคราบจุลินทรีย์ ขี้ฟัน

← เสี่ยงฟันผุ

ประเมินความเสี่ยงฟันผุ

บันทึก / แก้ไข ดูประวัติ

อายุ	ดูประวัติ	
	6 เดือน	9 เดือน
กินนมรสหวาน	ไม่มี	ไม่มี
กินนมม้อนึ่ง	ไม่มี	ไม่มี
ดูดนมขวด, หลั้คขวด	ไม่มี	ไม่มี
เด็กดูดเครื่องตีนมรสหวาน	ไม่มี	ไม่มี
กินขนมหรือน้ำรสหวาน	ไม่มี	ไม่มี
เด็กไม่ได้แปรงฟันด้วยยาสีฟันฟลูออไรด์	ไม่มี	ไม่มี
พบคราบจุลินทรีย์	ไม่มี	ไม่มี
พบผิวฟันมีรอยขาวขุ่น	ไม่มี	ไม่มี
พบฟันผุเป็นรู	ไม่มี	ไม่มี

เด็กมีความเสี่ยงฟันผุ	ไม่มี	ไม่มี
ให้คำแนะนำ	ไม่มี	ไม่มี
ฝึกแปรงฟัน	ไม่มี	ไม่มี
ทาฟลูออไรด์	ไม่มี	ไม่มี
บริการอื่นๆ	ไม่มี	ไม่มี
ระบุ อื่นๆ	-	-
ผู้ให้บริการ	AA	AA
วันที่ให้บริการ	22/02/64	22/02/64
นัดครั้งต่อไป	24/03/64	26/05/64

สมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก (Pink Book)

ส่วนที่ 3 ความรู้สู่การปฏิบัติแม่-ลูกสุขภาพดี



ส่วนที่ 3

ความรู้สู่การปฏิบัติเพื่อแม่-ลูก
สุขภาพดี



บันทึกการได้รับวัคซีน



ตรวจร่างกายและรักษาพยาบาล




บันทึกการเยี่ยมบ้านโดยเจ้าหน้าที่
สาธารณสุข หรือ อาสาสมัคร

ส่วนที่ 3 ความรู้สู่การปฏิบัติแม่-ลูกสุขภาพดี

บันทึกการได้รับวัคซีน

ตารางฉีดวัคซีน	
อายุที่ควรได้รับ	วัคซีน
แรกเกิด	2/2
1 เดือน	1/1
2 เดือน	0/2
4 เดือน	0/3
6 เดือน	0/2
9 เดือน	0/1
1 ปี	0/1
1 ปี 6 เดือน	0/2
2 ปี 6 เดือน	0/2
4 ปี	0/2
วัคซีนอื่นๆ	

แรกเกิด

 รายการวัคซีน

- ฉีดวัคซีนป้องกันโรค (BCG)

วันที่ได้รับวัคซีน: 23/11/2564 หมายเลขชุดวัคซีน: x

- ฉีดวัคซีนป้องกันโรคตับอักเสบบี (HB) (เฉพาะรายที่แม่เป็นพาหะ)

วันที่ได้รับวัคซีน: 09/03/2563 หมายเลขชุดวัคซีน: Cyt

บันทึก

ตารางฉีดวัคซีน	
อายุที่ควรได้รับ	วัคซีน
แรกเกิด	2/2
1 เดือน	1/1
2 เดือน	0/2
4 เดือน	0/3
6 เดือน	0/2
9 เดือน	0/1
1 ปี	0/1
1 ปี 6 เดือน	0/2
2 ปี 6 เดือน	0/2
4 ปี	0/2
วัคซีนอื่นๆ	

ส่วนที่ 3 ความรู้สู่การปฏิบัติแม่-ลูกสุขภาพดี

การตรวจร่างกายและรักษาพยาบาล

< ตรวจร่างกายและรักษาพยาบาล

บันทึกการตรวจร่างกายและรักษาพยาบาล

ครั้งที่	วันที่
1	22/02/2564
น้ำหนัก (กก.)	ส่วนสูง (ซม.)
58	158
ดัชนีมวลกาย (BMI)	ชีพจร (ครั้ง/นาที)
23.23	90
ความดันโลหิต (มม.ปรอท)	
150/94	
ตรวจเต้านม	
ปกติ	
ตรวจทวารหนัก	
ปกติ	
ตรวจสายตา	
ปกติ	
ตรวจการได้ยิน	
ปกติ	

ตรวจอื่นๆ ระบุ

ปกติ

อาการที่ตรวจพบ

ปกติ

คำวินิจฉัย

ปกติ

การรักษาที่ให้

-

ลงชื่อผู้ตรวจ

นก

ชื่อสถานพยาบาลที่ตรวจ

รพสต.บ้านพญาชมภู

บันทึกการประเมิน

< ตรวจร่างกายและรักษาพยาบาล

เริ่มทำการตรวจ

ประวัติการตรวจร่างกายและรักษาพยาบาล

ครั้งที่	1	2
เมื่อวันที่	22/02/64	22/
น้ำหนัก	58	58
ส่วนสูง	158	158
ดัชนีมวลกาย	23.23	23.
ชีพจร	90	90
ความดันโลหิต	150/94	160/
ตรวจเต้านม	ปกติ	ปก
ตรวจทวารหนัก	ปกติ	ปก
ตรวจสายตา	ปกติ	ปก
ตรวจการได้ยิน	ปกติ	ปก
ตรวจอื่นๆ	ปกติ	ปก

ส่วนที่ 3 ความรู้สู่การปฏิบัติแม่-ลูกสุขภาพดี

การตรวจร่างกายและรักษาพยาบาล

< บันทึกเยี่ยมบ้านและได้รับความรู้



ครั้งที่	วันที่	เวลา
1	22/02/2564	04:00 PM

กิจกรรมเยี่ยมบ้าน/ให้ความรู้/คำแนะนำ

- สุขภาพจิตกับผู้สูงอายุ
- การดูแลสิ่งแวดล้อมในบ้าน
- การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร/สิทธิประโยชน์ และการเข้าถึงสิทธิ
- การตรวจสุขภาพประจำปี และรับการตรวจรักษาตามนัด
- การส่งเสริมความจำ ป้องกันสมองเสื่อม
- การรับประทานยาประจำตัว และการสังเกตอาการข้างเคียงจากยา
- การป้องกันการพลัดตกหกล้ม การป้องกันอุบัติเหตุ
- การบริหารกล้ามเนื้อควบคุมการขยับถ่าย (เช่น ป้องกันปัสสาวะเล็ด)
- การออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
- การรับประทานอาหารที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ



ดูได้เลย!

<https://healthbook.anamai.moph.go.th>



วิธีการเข้าใช้งาน (การลงทะเบียน)

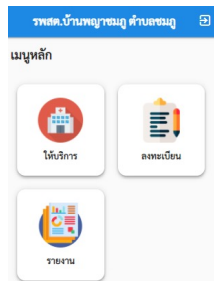


https://youtu.be/lioT_Z5p1Ow

ประชาชน

เจ้าหน้าที่

1 เลือกเมนู
ลงทะเบียน



2 กรอกข้อมูล



3 ขึ้นคิวอาร์โค้ด หรือ
รหัส 6 หลัก



4 เลือกสแกนคิวอาร์โค้ด
หรือกรอกรหัส 6 หลัก เพื่อรับข้อมูล



เสร็จแล้ว!





กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

THANK YOU