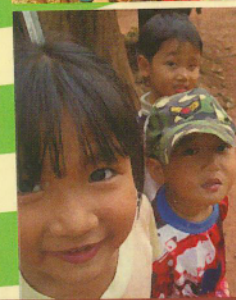
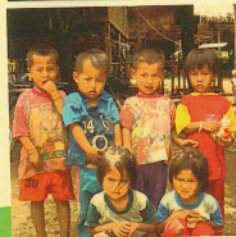
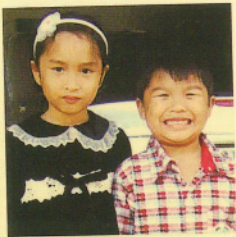




เด็กหัวแฉลบ



นายแพทย์วัชร สนิชชัย

เด็กหัวแฉลบ ไม่ใช่ศัพท์แสลง แต่เป็นชื่อที่เรียก
เด็กที่ฉลาดที่มีความเป็นอัจฉริยะทั้งด้วย I.Q.
และ E.Q. ทำให้เด็ก เก่ง ดี และมีความสุข
โดยเก่งทางด้านสร้างแรงจูงใจให้ตนเองตัดสินใจและ
แก้ปัญหา สร้างทั้งสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ดีทางด้าน
ควบคุมอารมณ์ และคลายอารมณ์ สัมพันธภาพและ
เข้าใจผู้อื่น และมีสุขด้านความสบายทางกายความ
สุขสบายทางใจ ความพึงพอใจในชีวิต และความ
ภูมิใจในตนเอง



เด็กหัวแหลม

ตัวอย่าง

โดย

“นายแพทย์วัชร: สบธิชัย”

คำนำสำนักพิมพ์



หนังสือเด็กหัวแหลม เป็นหนังสือที่น่าสนใจ และน่าอ่านเป็นอย่างยิ่ง ว่าทำไมคุณหมोजึงเลี้ยงลูกได้เรียนแพทย์ถึง 3 ท่าน และได้เรียนเป็นปริญญาเอกอีก 1 ท่าน คุณหมอมีประสบการณ์จากการเลี้ยงลูก แล้วนำเอามาเผยแพร่ให้ท่านผู้อ่านได้นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน และเพื่อลูกของท่าน และท่านที่กำลังจะมีลูก สำหรับท่านผู้อ่านที่จะเสริมความรู้ความเข้าใจนำไปใช้ในการทำวิจัย และอ้างอิงได้ เหมาะสำหรับห้องสมุด และทุกท่านทุกครอบครัว หนังสือเล่มนี้มีประโยชน์มากจริงๆ

สำนักพิมพ์หวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือเล่มนี้ เป็นอีกเล่มหนึ่งที่จะติดอันดับขายดี

ขอแสดงความนับถือ

The Knowledge Center

คำนำ



นักการศึกษาบางคนบอกว่าจะทำให้เด็กฉลาดบางกลุ่มเป็นเด็กหัวแหลม แต่แนวคิดใหม่เชื่อว่าสมองของเด็กทุกคนเปรียบเสมือน Hardware ซึ่งถ้าใส่ Software ที่ดีเข้าไปย่อมต้องทั้งดีทั้งเก่งได้เหมือนกัน

ดังนั้น หนังสือเล่มนี้มีความเชื่อว่า “ไม่ใช่เพียงเด็กบางคนที่หัวแหลมได้ แต่เด็กทุกคนสามารถเป็นเด็กหัวแหลมได้” และเนื้อหาในหนังสือเล่มนี้จะทำให้ลูกของท่านเป็นเด็กหัวแหลมได้จริง ๆ

(นายแพทย์วัชรระ สนธิชัย)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลหริภุญชัย เมโมเรียล

สารบัญ

เมื่อคิดจะมีลูก	1
ฉลาดแต่ในท้อง	3
คลอดอย่างไรให้ฉลาด	5
หัวแหลมตั้งแต่เด็ก	7
เด็กหัวแหลมได้อย่างไร	11
เลี้ยงลูกอย่างไรดี	13
เลี้ยงลูกเก่งอย่างไรให้เป็นสุข	21
สมองคน	27
สอบอย่างไรให้ได้คะแนนดี	31
หนึ่งสมองสองซีก	33
สมองอัจฉริยะ จิตพิศุทธิ์	35
สมองสั่งได้	39
ความลับของฟ้า	41
มนุษย์มหัศจรรย์	45
มนุษย์มหัศจรรย์ที่อัจฉริยะ	49
ฝึกคิด	51
ฉลาดฟัง	53
อ่านเอาโลก	55
อ่านไวได้เร็ว	59
พูดเป็น	61
พูดเก่ง	63
พูดได้ดี	65
เขียนดี	67

ทำดีมีกำลัง	71
บุคลิกผู้นำ	73
ผู้นำมืออาชีพ	77
การบริหารอำนาจ	79
ทีมเวิร์ค	83
การวางตัวสู่ความสำเร็จ	87
นักวิพากษ์	91
คิดใหม่แบบหมวก 6 สี	93
สุดยอดการประชุม	97
ชีวิตคือการต่อรอง	99
จับถูก	103
กระจกชีวิต	105
เวลามีค่ามากกว่าเงิน	107
อารมณ์มือสอง	109
หย่อนเวลา	111
ถามอย่างไรให้ถูกใจเรา	113
หักกันที่ลิปต์	115
ผีทะเล/สึนามิ	117
แม้แต่หมายังงง	119
เรื่องหมาๆ ไซว่าหมี	121
ผมชื่อมะนาวครับ	123
นกพูดได้	125
ทำไมหมาพูดไม่ได้	127
เมื่อหมอลงช่วยหมา	129

สืบจากหมา	131
คนใกล้ตายไม่โกหก	133
คนไม่โลภน้อย	135
ลดไม่ได้แต่แถมได้	137
อุบาทว์ลง	139
รอยตะปูใจ	141
บทเรียนจากฝูงปลาตะเพียน	143
รำลึกชาติได้จริงหรือ	145
พ่อค้ามืออาชีพ	147
เลือกอะไร	149
ใครผิด/ใครเสีย	151
บทเรียนจากแมคโดนัลด์	153
4,300/4,400	155
มองอย่างคิด	157





เมื่อคิดจะมีลูก

การมีลูกแต่ก่อนมีความเชื่อว่า ดาวตกหรือผีพุ่งไต้ คือ ผู้มีบุญมาเกิด หากใครใช้น้ำขี้จะทำให้ผู้มีบุญแทนที่จะเกิดในท้องคนแต่จะไปเกิดในท้องสุนัขแทน นั่นคือ ความเชื่อที่ไม่สามารถพิสูจน์ได้ แต่เมื่อการแพทย์เจริญขึ้นยืนยันโดยหลักฐานทางวิทยาศาสตร์ได้ว่า “ลูกที่จะเกิดเป็นผลพวงหรือต้นทุนเดิมของผู้เป็นพ่อและแม่ ภาวะโภชนาการและสิ่งแวดล้อมรอบตัวลูก”

ถ้าพ่อและแม่ไม่มีความผิดปกติทางกรรมพันธุ์ เช่น เป็นโรคหรือเป็นพาหะของทาลัสซีเมีย (Thalassemia) ไม่เป็นโรค เช่น โรคเอดส์ ไวรัสตับอักเสบบี ทารกที่เกิดใหม่ทุกคนย่อมมีสรีระร่างกายเหมือนกันหมด เคยมียาคุมกำเนิดชนิดหนึ่ง ซึ่งเลิกใช้ไปนานแล้ว กินไปกินมาจึงทราบว่า มีผลข้างเคียงทำให้ลูก มือกุด เท้ากุด นิ้วติด นิ้วหายไม่ครบ 20 นิ้ว เคยเจอหนูนุ่ม 24 นิ้ว ไม่ใช่ความยาว แต่เป็นจำนวนนิ้วที่มีทั้งมือและเท้า ข้างละ 6 นิ้ว ไม่ใช่ตึงนิ้วเหมือนบางคน แต่เป็นนิ้วเกินที่เหมือนนิ้วจริง ดูผ่านๆไม่รู้ถ้าไม่นับ

มีชาวเผ่าในต่างประเทศทุกคนมีนิ้วมือข้างละ 2 นิ้วคล้ายกำมปู พวกเราๆ ถ้าเข้าไปในหมู่บ้านนั้นจะกลายเป็นตัวประหลาด มีมือข้างละ 5 นิ้ว แปลกดีนะ คนปกติกลายเป็นชาวเผ่าที่ผิดปกติ

อายุของแม่ก็สำคัญ มีสถิติว่าแม่ที่มีลูกคนแรกถ้าอายุเกิน 35 ปีขึ้นไป ลูกมีโอกาสเป็นดาวน์ Down's syndrome ไม่ใช่ดาวน์แต่เป็นเด็กปัญญาอ่อน I.Q. ต่ำกว่า 80 ลงมาจนถึงขั้นช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ ถึงกระนั้นไม่ควรมียูกแต่เยาว์วัย ยังไม่ทันได้เป็นนางสาวก็ต้องกลายเป็นนางไปแล้ว จะมีปัญหาต่อการให้การอบรมเลี้ยงดูลูก เพราะแม่ยังเด็กเกินไป

เรื่องเพศก็เป็นเรื่องที่คุณสมรสจะคำนึงถึงว่า อยากได้เพศชายหรือเพศหญิง บางเชื้อชาติก็นิยมให้ลูกคนโตเป็นผู้ชายเพื่อสืบทอดนามสกุล แต่ยุคนี้ผู้หญิงแต่งงานแล้วมีสิทธิใช้นามสกุลเดิม หรือใช้ได้ทั้ง 2 นามสกุล ก็เลยไม่ค่อยเป็นประเด็นเกี่ยวกับเรื่องเพศเท่าไรนอกจากคำนิยม

มีคำแนะนำว่า ถ้าต้องการได้ลูกเป็นผู้ชาย ควรดูในช่วงกลางของรอบเดือน เพราะสเปิร์ม “y” จะแข็งแรงเข้าไปผสมกับไข่ “x” ของแม่ เกิด “xy” เป็นเพศชาย หากเป็นช่วงปลายๆของรอบเดือนภายในช่องคลอดมีภาวะเป็นกรดจะทำให้ สเปิร์ม “y” เคลื่อนที่ได้ช้า ทำให้สเปิร์ม “x” ไปผสมกับไข่ “x” เกิดเป็นผู้หญิงแต่ก็ไม่ 100% เพศไหนไม่ว่า เพราะอย่างไรก็เป็นลูกเรา ขอเพียงอย่าเป็นเพศประหลาดกึ่งหญิงกึ่งชาย (xxy, xyy) เป็นกระเทยแท้ก็แล้วกัน แม้เป็นความผิดปกติตามธรรมชาติเชื่อว่าไม่มีพ่อแม่คนไหนอยากมีลูกลักษณะนี้

ดังนั้น เมื่อคิดจะมีลูก นอกจากปรึกษากันเองแล้วควรหาเวลาไปปรึกษาแพทย์แล้วจะได้คำแนะนำที่มีประโยชน์เพื่อให้ได้ลูกที่มีคุณภาพ ไม่ใช่แล้วแต่ลูกจะเกิดตามบุญตามกรรม





ฉลาดแต่ในท้อง

การตั้งครรภ์ในแต่ละครั้ง แนะนำให้พ่อและแม่ตรวจร่างกาย และตรวจเลือดหาเชื้อเอดส์ ซิฟิลิส ไวรัสตับอักเสบบีและพาหะของ ทาลาสซีเมีย หากไม่พบอะไรผิดปกติจะได้มีลูกอย่างสบายใจ ไม่ต้อง นั่งภาวนาหรือคอยลุ้นว่าลูกเกิดมาจะพิการไหมนี่

มนุษย์ตั้งครรภ์ใช้เวลา 10 เดือน หรือ 40 สัปดาห์ โดยจะมี อวัยวะครบถ้วนจนถึงมีเพศชัดเจนตอนอายุครรภ์ครบ 3 เดือน เป็นช่วง ที่มีโอกาสแท้งค่อนข้างสูง จึงแนะนำว่าทันทีที่ตั้งครรภ์ควรไปฝากท้อง ที่คลินิก อนามัย หรือโรงพยาบาลแล้วแต่ความสะดวกและไม่ควรซื้อยา รับประทานเองโดยไม่จำเป็นเพราะยาบางอย่างมีผลทำให้เด็กพิการหรือ คลอดก่อนกำหนด

หากแพทย์สงสัยลูกจะผิดปกติอาจทำ อัลตราซาวด์ รวมถึง มีการเจาะเข้าไปในถุงน้ำคร่ำและเจาะเลือดของลูกในครรภ์มาตรวจดูว่า เป็นโรคร้ายแรงหรือไม่ หากจำเป็น กฎหมายเปิดโอกาสให้ทำแท้งได้

ในแต่ละครรภ์ควรฝากท้องและตรวจครรภ์ 4 ครั้ง ฉีดยาป้องกัน บาดทะยักป้องกันทั้งแม่และลูกให้ปลอดภัยจากโรคบาดทะยัก เพราะ ทารกแรกเกิดที่เป็นโรคบาดทะยักจะมีอัตราการตายค่อนข้างสูง

อาหารการกินก็มีความสำคัญต่อแม่และลูก แม่ที่มีภาวะทางโภชนาการที่ดีจะมีสุขภาพดี ภาวะแทรกซ้อนก็น้อย ควรดื่มน้ำไม่อุ่นหรือเย็น เพราะจะทำให้ลูกตัวเล็กกว่าเกณฑ์มาตรฐาน เด็กไทยน้ำหนักเฉลี่ย 2,800-3,000 กรัม ควรรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ โดยเฉพาะอาหารที่มีโปรตีนซึ่งมีในเนื้อสัตว์ ปลา ถั่ว นมและไข่ ไอโอดีนมีในอาหารทะเลหรือกับเกลือเสริมไอโอดีน ธาตุเหล็กมีมากในตับ เนื้อสัตว์ กรดโฟลิกมีมากในผักเขียว หากแพทย์เจาะเลือดแล้วแม่มีภาวะซีดพบความเข้มข้นของเม็ดเลือดแดง (Hemoglobin) น้อยกว่า 10 gm% จะส่งยาบำรุงเลือด (FBC) หรือ ยา Folic acid เสริมให้รับประทานทุกวัน

ส่วนการที่ต้องการให้ลูกในครรภ์ฉลาดและมีสุข แม่จะต้องมีจิตใจที่สบายและมีสุขด้วย ลูกในท้องมองไม่เห็นเพราะในท้องแม่ไม่มีแสงสว่าง และไม่หายใจเนื่องจากลอยอยู่ในน้ำคร่ำที่ไม่มีอากาศให้หายใจ แต่หูจะได้ยินเสียงเพราะมีการทดลองเปิดเพลงให้ฟังแล้วดูการเคลื่อนไหวของเด็กในครรภ์จากเครื่องอัลตราซาวด์ เด็กจะเหลียวไปยังทิศทางที่ได้ยินเสียง

ดังนั้น ควรพูดกับลูกในท้องบ่อยๆ และเปิดเพลงที่ไพเราะนุ่มนวลให้ลูกฟังมากกว่าเพลงประเภทอึกทึก ครึกโครม เพราะลูกเกิดมาอาจก้าวร้าว เป็นนักเลงหรือทอมได้หรือฉลาดแกมโกง แต่ก็ไม่ควรเปิดเพลงหวานซึ่งจนลูกออกมาเป็นตุ๊ด





คลอดอย่างไรให้ฉลาด

ความฉลาดของลูกเกี่ยวกับการคลอดด้วย ถ้าลูกคลอดก่อนกำหนด คือ ก่อนอายุครรภ์ 36 สัปดาห์หรือคลอดหลังกำหนด คือ หลังอายุครรภ์ 42 สัปดาห์โอกาสลูกจะขาดออกซิเจนจะต้องใส่ท่อช่วยหายใจหรืออยู่ในตู้อบ หรือเกิดภาวะตัวเหลืองต้องอยู่ในตู้อบที่มีไฟส่อง อันจะมีผลกระทบต่อสมองของเด็ก แทนที่จะฉลาดมากกลายเป็นโง่ น้อยไป

ดังนั้น ตอนที่ตั้งครรภ์ต้องเตรียมตัวเตรียมใจเพื่อความเป็นแม่ แต่ไม่ต้องวิตกกังวลเพราะ 95% จะคลอดปกติโดยเอาหัวออกและได้ลูกที่ปกติและสมบูรณ์ น้ำหนักอยู่ในเกณฑ์ ควรขอคำแนะนำจากแพทย์พยาบาลหรือเจ้าหน้าที่อนามัยว่าการตั้งครรภ์ของตัวเองอยู่ในเกณฑ์ปกติหรือเปล่า มีภาวะของการตั้งครรภ์เป็นพิษหรือไม่ คือ มีชาบวม มีไข่ขาว (Protein) ในปัสสาวะหรือมีความดันโลหิตสูง บางคนสูงมากจนเกิดอาการชัก อาจทำอุลตราซาวด์เพื่อดูความสมบูรณ์ของเด็ก ซึ่งเป็นเครื่องมือที่ใช้คลื่นเสียงและไม่เคยมีรายงานว่าการตรวจอุลตราซาวด์มีอันตรายต่อเด็กในครรภ์ ถ้าต้องการรู้เพศควรทำตอนอายุประมาณ 7 เดือนจะแม่นยำที่สุด

ระยะใกล้ครบคลอด 40 สัปดาห์ แพทย์จะนัดมาตรวจทุกสัปดาห์ จากที่เคยนัด 4 สัปดาห์และ 2 สัปดาห์ หากตัวแม่ไม่เล็กและ ตัวลูกไม่โตแพทย์จะแนะนำให้คลอดออกทางช่องคลอด ซึ่งอาจจะ เบ่งเองหรือใช้เครื่องมือช่วย เช่น คีมคีบหรือเครื่องดูด หากคลอดทาง ช่องทางปกติไม่ได้อาจต้องตัดสินใจผ่าตัดเอาลูกออกทางหน้าท้อง ซึ่งแพทย์ผู้ผ่าตัดต้องมีความเชี่ยวชาญ และต้องเตรียมเลือดไว้เพื่อใช้ กรณีที่เลือดออกมาก และการตั้งครรภ์ครั้งต่อไปก็ต้องใช้วิธีผ่าตัดอีก เพราะมดลูกมีแผลจากผ่าตัดแล้วหากปล่อยให้คลอดเอง มดลูกตอน บีบตัวอาจจะทำให้มดลูกแตกได้ตรงแผลเดิม

การคลอดภายใต้คำขวัญว่า “แม่เกิดรอด ลูกปลอดภัย” นั้น นอกจากลูกปลอดภัยแล้วจะต้องไม่เสี่ยงต่อภาวะการขาดออกซิเจน อันมีผลต่อเซลล์สมองของเด็ก ถ้าเด็กตัวโตคลอดเองไม่ได้ใช้คีมคีบ ก็อาจจะหนีบศีรษะเด็กแรงเกินไป ใช้เครื่องดูดอาจทำให้เลือดออก ในสมองเด็ก คลอดท่าหัวอาจติดไหล่ทำให้ไหล่ปลาร้าหัก เส้นประสาท ของแขนฉีกขาดถ้าถาวรก็จะทำให้แขนข้างนั้นพิการไปตลอดชีวิต คลอดท่าก้นอาจติดหัว สายรกถูกกดเกิน 8 นาทีก็จะทำให้เด็กคลอด ออกมาไม่ดี หัวใจเต้นช้ากว่า 100 ครั้งต่อนาที ตัวเขียว กล้ามเนื้อ อ่อนแรง ไม่ร้อง เรียกว่า APGAR SCORE ต่ำ

หากการคลอดมีภาวะเสี่ยง คือ ท่าหัวแต่มีข้อบ่งชี้ว่าไม่สามารถ คลอดได้เองตามธรรมชาติ เด็กท่าก้นในท้องแรก เด็กท่าผิดปกติ เช่น ท่าขวาง เอามือออก เท้าออก หากเตรียมการทันควรใช้วิธีการผ่าตัด ออกทางหน้าท้องซึ่งแม้จะเสี่ยงต่อฤทธิ์ของยาสลบบ้างลูกก็ยังมีโอกาส ปลอดภัยมากกว่า โอกาสที่เด็กจะเกิดภาวะสมองขาดออกซิเจนอันมี ผลต่อความฉลาดของเด็กในอนาคตมีน้อยกว่าการดันทุรังทำคลอดทาง ช่องคลอด อยากได้ลูกฉลาดต้องคลอดอย่างมีแผน จะได้ไม่ต้องมานั่ง เสียใจทีหลังว่าคลอดลูกทั้งที่ไม่ได้ทำดีเพื่อลูก





ประวัติผู้เขียน
นายแพทย์วัชร สนิธิชัย
เกิด 12 สิงหาคม 2496

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลหริภุญชัย เมโมเรียล จังหวัดลำพูน
ปี 2538 จนถึงปัจจุบัน

ประวัติการทำงาน

- นายกสโมสรนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ปี 2518 - 2519
- ประธานคณะกรรมการเผยแพร่ประชาธิปไตยภาคเหนือ
สมัยรัฐบาล ฯพณฯ สัญญา ธรรมศักดิ์
- แพทย์ฝึกหัดโรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่
- แพทย์ประจำบ้านสาขาเวชปฏิบัติ โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่
- ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเทศบาลนครเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่
- ผู้อำนวยการโรงพยาบาลปิยะธำมณี อำเภออุ้มผาง จังหวัดสุพรรณบุรี
- นายกสโมสรโรตารีลำพูน ปี 2542 - 2543
- กรรมการการเลือกตั้งประจำจังหวัดลำพูน ปี 2541 - 2547
- ผู้ช่วยผู้ว่าการภาคโรตารีสากล ภาค 3360 ปี 2550 - 2551

(ผู้เขียนมีบุตร เรียนแพทย์ 3 ท่าน ปริญญาเอก 1 ท่าน)

ท่านเลี้ยงลูกอย่างไร น่าสนใจ!

เด็กตัวแฉะ



The Knowledge Center

นำเสนอหนังสือดี มีคุณค่า