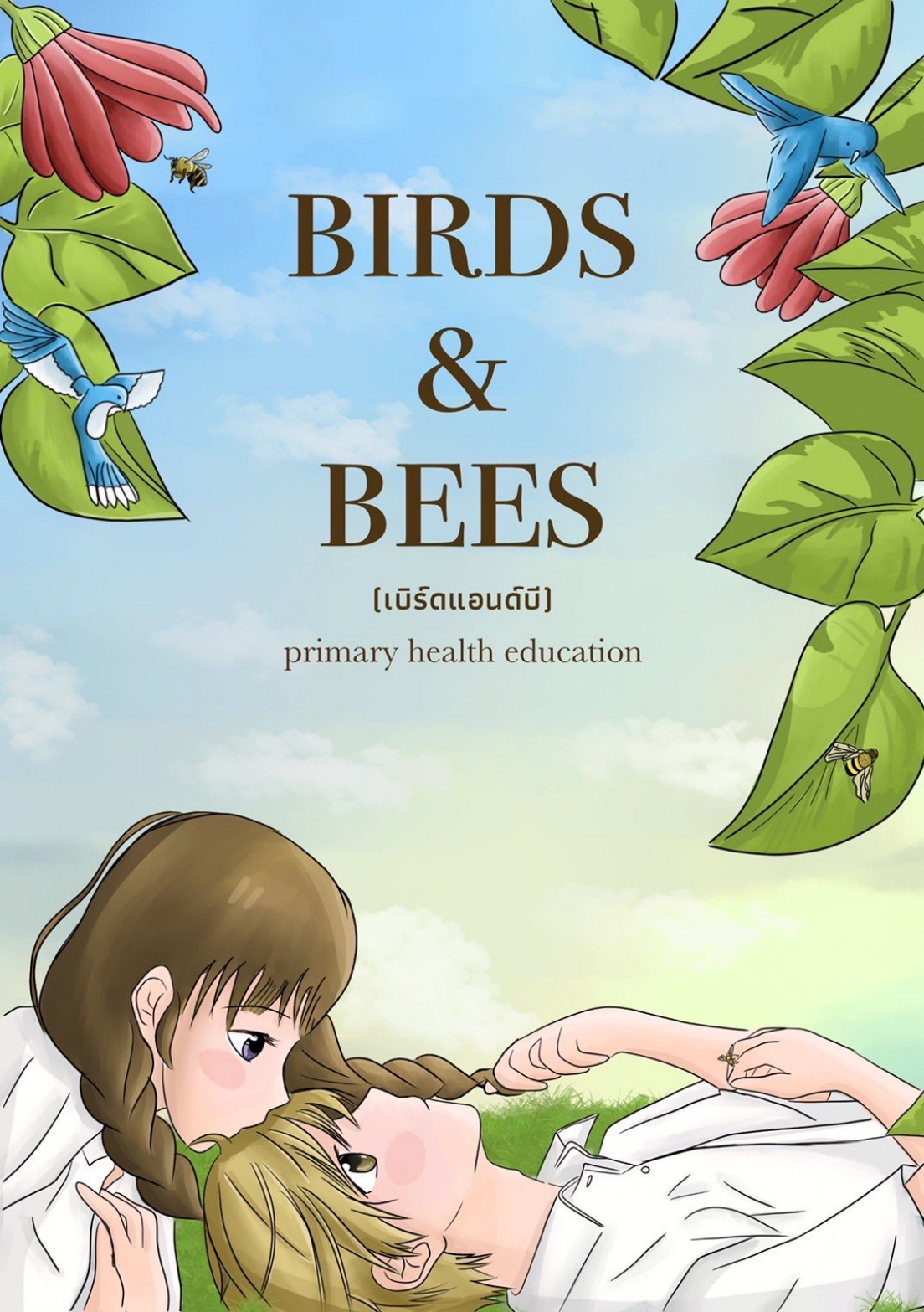


The background of the entire page is a soft-focus illustration of a young girl with brown hair in two pigtails, wearing a white shirt. She is looking upwards with a curious expression. The sky is a pale blue with wispy white clouds. In the upper corners, there are large green leaves and red flowers. A small yellow and black bee is flying near the top left flower, and a blue bird is perched on a leaf to its right. Another blue bird is shown in flight on the left side. In the bottom right corner, another bee is on a leaf. The overall style is gentle and educational.

BIRDS & BEES

[เบิร์ดแอนด์บี]

primary health education

คำนำ

หนังสือ Birds and Bees มีเนื้อหาเกี่ยวกับเรื่องการสร้างความตระหนักและป้องกันการท้องไม่พร้อมในวัยรุ่น โดยในหนังสือจะมีการบอกเล่าเรื่องราวผ่านตัวละครเด็กวัยรุ่นมัธยมปลายในโรงเรียนแห่งหนึ่งที่กำลังพบเจอกับอุปสรรคครั้งใหญ่ในชีวิต มาร่วมลุ้นไปกับตัวละครว่า จะสามารถผ่านอุปสรรคครั้งนี้ไปได้อย่างไร นอกจากนี้ในหนังสือยังมีข้อคิดและข้อความรู้ที่สำคัญที่วัยรุ่นควรรู้อีกมากมาย

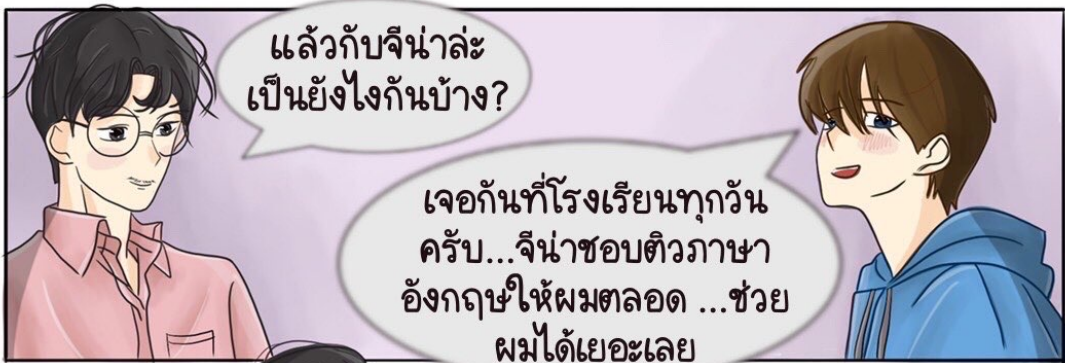
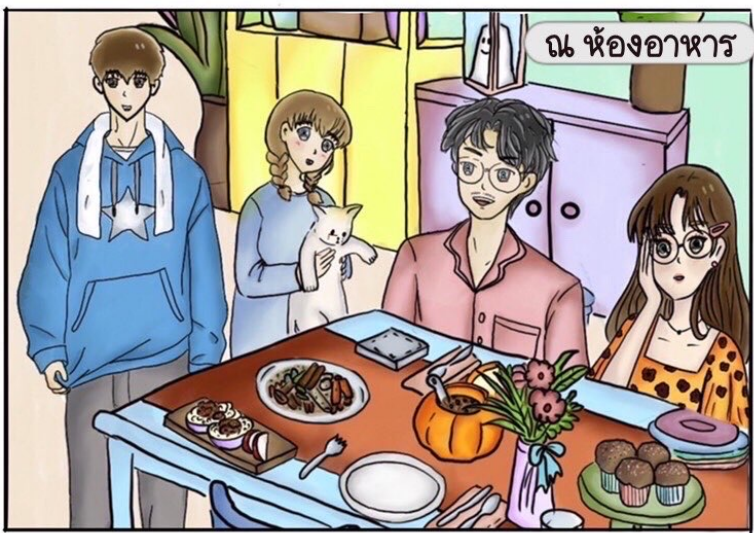
หนังสือ Birds and Bees นอกจากจะสามารถใช้เป็นหนังสืออ่านนอกเวลาแล้ว ยังจัดทำขึ้นเพื่อใช้เป็นแนวทางในการสอน สำหรับครูผู้สอนและนักเรียนในการเรียนรู้ เรื่องพฤติกรรมเสี่ยงและปัญหาของวัยรุ่น ทางคณะผู้จัดทำหวังว่า หนังสือ Birds and Bees ฉบับนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อการเรียนรู้ของนักเรียนและการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนสำหรับครูผู้สอน รวมถึงวัยรุ่นทั่วไปและผู้อ่านที่สนใจ ต่อไป

คณะผู้จัดทำ

CHAPTER I

**Family means
“You’re never ALONE”**

ครอบครัวคือที่หนึ่ง



ณ ห้องนั่งเล่น

ลูกสองคนดูได้นะ!
พ่อกับแม่ก็จะดูไป
ด้วยกัน

ลูกดูอย่างไหนหนึ่งนะ!
พระเอกนางเอกอยู่ด้วยกันตามลำพัง...เมื่อ
อารมณ์พาไป...โอกาสที่จะมีเพศสัมพันธ์โดยไม่
ตั้งใจก็เกิดขึ้นได้...แต่พระเอกก็มีควมรับผิดชอบ
ชอบ...เห็นไหมนั้น?...เขาพกถุงยางอนามัยด้วย
แล้วลูกรู้ไหมว่าหากมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้
ถุงยางอนามัยจะเกิดอะไรขึ้น?

ครับพ่อ

ผู้หญิงก็อาจจะ
ท้องได้ครับ

แล้วก็อาจจะติดโรค
ด้วยใช่ไหมคะ?

ใช่แล้วจะลูก!

เมื่ออยากจะทำอย่างรักอย่างลูกๆ
จะต้องรู้จักยับยั้งชั่งใจ ไม่ปล่อยตัวปล่อยใจไปมี
เพศสัมพันธ์เข้าล่ะ...แต่...ถ้าหากพลาดเกิดมีเพศ
สัมพันธ์โดยไม่คาดคิดก็ต้องรู้จักปรึกษาพ่อแม่
หรืออาจารย์ และสิ่งสำคัญที่สุดคือ การป้องกัน
อย่างถูกวิธีนะจ๊ะ ทั้งสองคนเลย!

KEY MESSAGES

ยุทธศาสตร์การป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นระดับชาติ พ.ศ. 2560-2569

ตาม พรบ.การป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พ.ศ.2559

1. พัฒนาระบบการศึกษาที่ส่งเสริมการเรียนรู้ด้านเพศวิถีและทักษะชีวิตที่มีคุณภาพ และมีระบบการดูแลช่วยเหลือที่เหมาะสม
2. ส่งเสริมบทบาทครอบครัว ชุมชน และสถานประกอบการในการเลี้ยงดูสร้างสัมพันธภาพ และการสื่อสารด้านสุขภาวะทางเพศของวัยรุ่น
3. พัฒนาระบบบริการสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์ที่มีคุณภาพและเป็นมิตร
4. พัฒนาระบบการช่วยเหลือ การคุ้มครองสิทธิอนามัยเจริญพันธุ์ และการจัดสวัสดิการสังคมในกลุ่มวัยรุ่น
5. ส่งเสริมการบูรณาการ การจัดการฐานข้อมูลงานวิจัยและจัดการความรู้ โดยมีมาตรการหลักในการช่วยเหลือ คือ
 - พ่อแม่วัยรุ่นควรได้รับการสนับสนุนให้สามารถเลี้ยงดูลูกได้อย่างมีคุณภาพ
 - ได้เรียนเพศศึกษาที่สอดคล้องกับวัยและนำไปใช้ในชีวิตรจริงได้
 - ใช้บริการจากคลินิกสุขภาพทางเพศได้และสามารถตัดสินใจเองได้
 - มีสิทธิได้รับการช่วยเหลือเมื่อมีปัญหาจากการตั้งครรภ์ เพื่อให้ตัวเองปลอดภัย
 - วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ สามารถเรียนต่อจนจบได้โดยไม่ต้องพักการเรียนหรือถูกบังคับให้ย้ายไปเรียนที่อื่น

ช่องทางการขอรับคำปรึกษาเมื่อตั้งครรภ์ไม่พร้อม

- โทร 1663 เพื่อขอรับคำปรึกษา และช่องทางการติดต่อเครือข่าย RSA ได้ทุกวัน ตั้งแต่เวลา 09.00 – 21.00 น.
- ติดต่อผ่าน facebook: 1663 สายด่วนปรึกษาเอดส์และท้องไม่พร้อม ได้ตลอด 24 ชม.