

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนของมารดาหลังคลอด
ในเขตตำบลกำแพง อำเภออุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษ

นางลฎาภา ชารีผล

คลินิกนมแม่ กลุ่มการพยาบาลโรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย

พ.ศ. 2555

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาจากนายแพทย์ทนง วีระแสงพงษ์ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลอุทุมพิสัย ที่เห็นความสำคัญของการศึกษาวิจัย พร้อมทั้งเปิดโอกาสและสนับสนุนให้บุคลากรในโรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย ได้เรียนรู้เรื่องการทำวิจัย ขอขอบพระคุณท่านไว้ ณ โอกาสนี้ ขอขอบคุณ ดร. สมหมาย กชนาม อาจารย์ผู้สอน ชี้นำ และให้คำแนะนำในการทำวิจัย ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่าน ที่กรุณาตรวจสอบเนื้อหาและเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิจัย ตลอดจนให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ในการปรับปรุงเครื่องมือให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น ขอขอบพระคุณกลุ่มการพยาบาลและฝ่ายวิชาการ โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย ที่เป็นที่พักพิงให้กำลังใจ สนับสนุนและช่วยเหลือทั้งด้านวัสดุ อุปกรณ์ อัตราค่าจ้าง งบประมาณ ตลอดระยะเวลาการทำวิจัย

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอขอบพระคุณกลุ่มตัวอย่างทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการศึกษา
งานวิจัยสำเร็จลุล่วงด้วยดี

ผู้วิจัย

พฤศจิกายน 2555

ชื่อเรื่อง: ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน

ผู้วิจัย: นางลฎาภา ชารีผล

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน การวิจัยเชิงวิเคราะห์ครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวครบ 6 เดือนของมารดาหลังคลอดในเขตตำบลกำแพง อำเภออุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษและเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน กลุ่มตัวอย่างคือ มารดาหลังคลอดที่คลอดในโรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยคลอดระหว่างเดือนเมษายน 2554 – เมษายน 2555 บุตรมีอายุ 6 เดือน – 18 เดือนในเดือนตุลาคม 2555 ที่พาบุตรมารับบริการฉีดวัคซีนที่คลินิกเด็กดี ฝ่ายส่งเสริมสุขภาพ (สสข.) โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษ โดยการเลือกแบบสุ่มตัวอย่างมารดาหลังคลอดที่มีคุณสมบัติครบคือมาฝากครรภ์ที่แผนกฝากครรภ์(สสข.) โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยและคลอดที่โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย ตอนหลังคลอดต้องผ่านเข้าโรงเรียนพ่อแม่ที่คลินิกนมแม่ จำนวน 45 ราย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่แบบสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยจัดทำขึ้นเอง ซึ่งประกอบด้วยข้อมูล 3 ส่วน ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของมารดาหลังคลอด ส่วนที่ 2 ความรู้ของมารดาหลังคลอดเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และส่วนที่ 3 ทักษะต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทดสอบความเชื่อมั่น โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม 2555- 31 ตุลาคม 2555 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป สถิติพรรณนา ได้แก่ จำนวน ร้อยละ การแจกแจงความถี่ และสถิติวิเคราะห์ Chi-Square Tests

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวครบ 6 เดือนร้อยละ 55.6 อัตราการเลี้ยงด้วยนมแม่น้อยกว่า 6 เดือนมีเพียงร้อยละ 44.4 เมื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ได้แก่ อายุ การศึกษา อาชีพ รายได้ จำนวนบุตร โรคประจำตัวของมารดา โรคประจำตัวของทารก ความรู้และ ทักษะของมารดาหลังคลอดพบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน

จากการค้นพบดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า ควรมีการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวครบ 6 เดือนให้ประสบผลสำเร็จยิ่งขึ้น โดยทางโรงพยาบาลและสถานีอนามัยต่างๆควรมีนโยบายการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ชัดเจนและอบรมเจ้าหน้าที่ทุกระดับให้มีความรู้และทักษะที่ถูกต้องในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีการรณรงค์และสร้างกระแสการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้แพร่หลาย จัดตั้งชมรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ขึ้นในชุมชนต่างๆ ทุกชุมชน และแนะนำหญิงตั้งครรภ์ให้มาฝากครรภ์โดยเร็ว เพื่อเข้าโครงการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

สารบัญ	ก หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อ	ข
สารบัญตาราง	ค
บทที่ 1 บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
ขอบเขตของการวิจัย	3
นิยามศัพท์เฉพาะ (Definition of Terms)	4
ประโยชน์ที่ได้รับ	4
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	
แนวคิด ทฤษฎี	5
ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	5
ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	8
หลักสำคัญในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	8
บทบาทต่างๆ ของผู้ที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	8
มาตรฐานการดูแลเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในทารกแรกเกิดประเภทต่างๆ	9
การให้นมแม่ในทารกแรกเกิดปกติ	11
ระยะเวลาและความถี่ในการให้นม	13
การบีบและเก็บน้ำนมแม่	14
การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามบันได 10 ขั้น	14
กิจกรรมของโรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	15
งานห้องคลอด	16
งานหลังคลอด	16
งานคลินิกนมแม่	17
งานแพทย์แผนไทย	17

	ง
	หน้า
สารบัญ(ต่อ)	
งานวางแผนครอบครัว	17
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	18
กรอบแนวคิดในการวิจัย	22
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	23
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	23
การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ	24
การเก็บรวบรวมข้อมูล	24
การวิเคราะห์ข้อมูล	24
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	
ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	25
ความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	27
ทัศนคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	29
ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน	31
บทที่ 5 สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	
สรุปผล	35
อภิปรายผล	35
ข้อเสนอแนะ	36
บรรณานุกรม	38
ภาคผนวก	40
แบบสัมภาษณ์	41
ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของมารดา	41
ส่วนที่ 2 ความรู้ของมารดาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	42
ส่วนที่ 3. ทัศนคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	43
ประวัติผู้วิจัย	44

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของมารดาหลังคลอดจำแนกตามข้อมูลทั่วไป	26
ตารางที่ 2 ร้อยละของมารดาหลังคลอด จำแนกตามความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	27
ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของมารดาหลังคลอด จำแนกตามระดับความรู้	29
ตารางที่ 4 ร้อยละของมารดาหลังคลอดจำแนกตามทัศนคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	29
ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของมารดาหลังคลอดจำแนกตามระดับทัศนคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	31
ตารางที่ 6 ความสัมพันธ์ระหว่างอายุกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน	31
ตารางที่ 7 ความสัมพันธ์ระหว่างการศึกษากับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน	32
ตารางที่ 8 ความสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน	32
ตารางที่ 9 ความสัมพันธ์ระหว่างอาชีพกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน	33
ตารางที่ 10 ความสัมพันธ์ระหว่างโรคประจำตัวของทารกกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน	33
ตารางที่ 11 ความสัมพันธ์ระหว่างโรคประจำตัวของมารดากับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน	34
ตารางที่ 12 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของ มารดาหลังคลอดกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน	34

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

คนเราเป็นสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม ดังนั้นน้ำนมแม่จึงเป็นอาหารที่ธรรมชาติสร้างมา ซึ่งเหมาะสำหรับการเจริญเติบโตทางกายของลูกน้อย นอกจากนี้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ยังเสริมสร้างสัมพันธอันดีระหว่างแม่และลูกซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นแห่งความรักความอบอุ่นในครอบครัวที่คอยหล่อเลี้ยงจิตใจ ทำให้ลูกมีจิตใจที่อ่อนโยนและเมตตา รู้จักและสำนึกในบุญคุณอันยิ่งใหญ่ของผู้ที่ให้กำเนิดและเลี้ยงดู แต่ด้วยด้วยสภาพชีวิตปัจจุบันที่เร่งรีบและบีบรัดบวกกับความไม่รู้เกี่ยวกับวิธีการและประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่รวมทั้งวิธีการโฆษณาจากบริษัทจำหน่ายนมผงสำหรับทารก ทำให้อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีจำนวนน้อยลงหรือมีการให้นมแม่อยู่ในช่วงระยะเวลาสั้นๆ นอกจากนี้ยังมีแนวโน้มที่จะลดลงเรื่อยๆ หากไม่ได้รับการสนับสนุนและส่งเสริม เคยมีคนตั้งข้อสังเกตว่าการที่คนเรามีนิสัยก้าวร้าวขึ้นรวมทั้งมีจิตใจที่หยาบกระด้างตลอดจนมีโรคภูมิแพ้ต่างๆ เกิดขึ้นมากมายน่าจะมีสาเหตุจากการเลี้ยงลูกด้วยนมวัวแทนน้ำนมแม่ หากน้ำนมของสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมเหมาะสำหรับการเลี้ยงลูกของสิ่งมีชีวิตนั้นๆ น้ำนมแม่ก็น่าจะเหมาะสมต่อการเลี้ยงลูกของคนเราเช่นกัน น้ำนมแม่ไม่ได้เป็นแค่อาหารแต่เป็นการให้ขบวนการเลี้ยงดูลูก ขบวนการป้องกันโรคติดเชื้อให้ภูมิคุ้มกันลูกต่อเนื่องจากเมื่ออยู่ในครรภ์

ใน พ.ศ 2513 โลกเริ่มเห็นความสำคัญและรู้ว่าการไม่ได้กินนมแม่(การได้กินนมผสม)เป็นสาเหตุให้เด็กเจ็บป่วยและเสียชีวิตมาก องค์การอนามัยโลก องค์การยูนิเซฟ และองค์กรพันธมิตรนมแม่โลกได้ร่วมกันกำหนดกฏอย่างสำคัญให้เด็กได้กินนมแม่คือ

- . พ.ศ2522 แนะนำให้กินนมแม่อย่างเดียว 4 เดือนแทนการให้กินอาหารอื่นตั้งแต่อายุ 1 เดือน
- . พ.ศ 2524 กำหนดให้มี code of marketing of breast milk substitute
- . พ.ศ 2535 (ค.ศ 1991) นโยบายโรงพยาบาลสายสัมพันธ์แม่ลูก
- . พ.ศ 2544 แนะนำให้กินนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน

สำหรับประเทศไทยได้กำหนดให้เรื่องการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่บรรจุในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 4 (พ.ศ2520- 2524)และต่อเนื่องทุกฉบับ แต่ผลสัมฤทธิ์เป็นไปอย่างช้าๆ ข้อมูลจากศูนย์นมแม่เมื่อ พ.ศ 2549 พบว่าแม่ไทยหลังคลอด ณ วันจำหน่ายออกจากโรงพยาบาลแม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ถึงร้อยละ 90 แต่เมื่ออายุ 4 เดือนเหลือเพียงร้อยละ 50 ที่ยังคงกินนมแม่อยู่ และในจำนวนนี้มีเพียงร้อยละ 16 ที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างถูกต้อง การศึกษาของสถาบันสุขภาพเด็กฯ พ.ศ 2550 พบว่าแม่ที่ทำงานให้ลูกกินนมแม่เฉลี่ยเพียง 2.2 เดือน และถึงแม้จะมีสิทธิลาคลอดได้ 90 วันแม่ทั้งในระบบราชการและระบบเอกชนร้อยละ 30 ใช้สิทธิไม่ครบ ปัจจุบัน โครงการ

สายใยรักแห่งครอบครัวได้ก่อให้เกิดความร่วมมือจากภาคีเครือข่ายต่างๆทำให้เริ่มเห็นผลสัมฤทธิ์ที่ดีขึ้น โดยพบว่า ECBF 6 เดือนในระดับประเทศอยู่ที่ประมาณร้อยละ 16 และในจังหวัดที่มีการดำเนินการ โครงการสายใยรักแห่งครอบครัวอยู่ในระดับร้อยละประมาณ 30 ที่น่าสนใจคือกลุ่มแม่จาก 6 จังหวัดที่มีการดูแลเป็นพิเศษมี ECBF 6 เดือนสูงถึงร้อยละ 60-90 แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 7 (พ.ศ. 2535-2539)พบว่าอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระยะแรกสูงขึ้นแต่อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ลดลงเมื่อเด็กอายุมากขึ้นเหตุผลส่วนใหญ่คือการทำงานนอกร้านของแม่หลังคลอด ในปี 2547 กระทรวงสาธารณสุขได้กำหนดนโยบายให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนและตั้งเป้าหมายไว้ว่าเมื่อสิ้นแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2549)ทารกควรได้รับนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนร้อยละ 30 แต่จากการศึกษาวิจัยพบว่าอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 14 เป็นร้อยละ 25 แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554)ได้กำหนดเป้าหมายอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน(ECBF 6 เดือน)ร้อยละ 25 หรืออัตราECBFมากกว่าฐานเดิม 2.5% ต่อปี จากผลการดำเนินงานปี 2550 อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนทั้งประเทศเพียงร้อยละ 14 สำหรับโรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยและเครือข่ายบริการสุขภาพอุทุมพร- โพธิ์ศรีสุวรรณปี 2551อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ร้อยละ 18 ปี 2552 ร้อยละ 22 และ โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยเล็งเห็นความสำคัญจึงจัดตั้งคลินิกนมแม่ขึ้นในเดือนมกราคม 2552 เพื่อจะได้ให้ความช่วยเหลือ ให้คำแนะนำและแก้ไขปัญหการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่มารดาหลังคลอดให้ประสบผลสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากขึ้น โดยดำเนินงานตามมาตรฐานโรงพยาบาลสายสัมพันธ์ แม่-ลูก และยึดหลัก”บันได 10 ขั้นสู่ความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่”และตามมาตรฐานโรงพยาบาลสายใยรักแห่งครอบครัว

ภายใต้โครงการสายใยรักแห่งครอบครัวในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมารที่เกิดขึ้นจากพระปณิธานอันแน่วแน่ของพระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าศรีรัศมิ์ พระวรชายาฯ เพื่อสนับสนุนให้สมาชิกในครอบครัวอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ลูกได้รับความรัก ความอบอุ่น และได้รับการดูแลที่ดีตั้งแต่เริ่มชีวิตขณะอยู่ในครรภ์มารดา จนกระทั่งคลอดอย่างปลอดภัย ได้กินนมแม่ตั้งแต่แรกเริ่มของชีวิตตลอดจนได้รับการเลี้ยงดูมีการเจริญเติบโตและพัฒนาการสมวัย เดิบโตเป็นเยาวชนรุ่นใหม่ที่มีสุขภาพกายและจิตใจที่ดีไม่ก่อปัญหาสังคม ในการนี้ กระทรวงสาธารณสุข โดยกรมอนามัยได้สืบทอดพระปณิธาน โดยจัดทำโครงการ “โรงพยาบาลสายใยรักแห่งครอบครัว “ ขึ้นเพื่อพัฒนาระบบบริการอนามัยแม่และเด็กให้ได้มาตรฐาน โดยมีตัวชี้วัดหลักที่สำคัญ 1 ใน 4 คือ อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว6 เดือนร้อยละ 25 หรือเพิ่มขึ้นจากฐานเดิมร้อยละ2.5 ต่อปี ซึ่งผลลัพธ์จากกิจกรรมรณรงค์ต่างๆที่ผ่านมา กรมอนามัยได้มีการสำรวจอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่พบว่าเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 14.5 ในปี2546 เป็นร้อยละ 24.5

ในปี 2551 ซึ่งจะเห็นได้ว่าต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานที่กำหนดไว้ โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยมีนโยบายชัดเจนในการดำเนินงานโรงพยาบาลสายใยรัก มีกิจกรรมรณรงค์สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เน้นการเชื่อมโยงกิจกรรมมาอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่ในระยะตั้งครรภ์มีโรงเรียนพ่อแม่เพื่อเตรียมความพร้อมของการเป็นพ่อแม่ สร้างความตระหนักถึงประโยชน์ของนมแม่กิจกรรมเมื่อฝากครรภ์มีการเฝ้าระวังปัญหาเต้านม โดยมีการตรวจห้านม ลานนมเพื่อแก้ไขปัญหาดังกล่าว เบื้องต้น ร่วมกับคลินิกนมแม่มีมีสนมแม่ที่คอยช่วยเหลือแก้ไขและสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ยั่งยืน กิจกรรมในห้องคลอดและห้องผ่าตัดสนับสนุนการดูคนตั้งแต่แรกคลอด เมื่อหลังคลอดให้ทารกนอนอยู่ร่วมกับมารดาติดตามประเมินการให้นมแม่โดยใช้แบบประเมินการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (LATCH score) และเมื่อกลับไปอยู่บ้านมีระบบติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ 7 วัน, 14 วัน, 2 เดือน, 4 เดือน, 6 เดือน และมีการติดตามเยี่ยมบ้านมารดาหลังคลอดภายใน 7-14 วัน เพื่อให้มารดาสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จ และมีเบอร์โทรศัพท์สายด่วนตอบปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไว้ให้แม่โทรปรึกษาได้ตลอด 24 ชั่วโมงเพื่อให้แม่มีความมั่นใจยิ่งขึ้น รวมถึงเมื่อพานุกรกลับมารับวัคซีนตามวัยที่คลินิกสุขภาพเด็กดี ยังมีกิจกรรมการให้ความรู้ในเรื่องของการบีบเก็บน้ำนมเมื่อแม่ต้องออกไปทำงานอีกด้วย แม้จะได้ดำเนินกิจกรรมทั้งหมดมาโดยตลอดแล้ว แต่พบว่าอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียว 6 เดือนยังต่ำเพิ่มขึ้นเพียงเล็กน้อยในแต่ละปีงบประมาณ ปี 2553 อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร้อยละ 25, ปี 2554 ร้อยละ 27, ปี 2555 ร้อยละ 29 แต่ก็ยังต่ำกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ โดยเฉพาะในเขตเมือง ดังนั้นคลินิกนมแม่โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย โดยหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง จึงได้ร่วมมือกันจัดทำโครงการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่ออัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่แท้จริง ซึ่งมีผลต่ออัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนทั้งที่เป็นจุดแข็งและจุดอ่อนเพื่อให้แม่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และเพื่อนำไปพัฒนาระบบการดูแลมารดาตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์จนถึงเด็ก 0-5 ปี ให้ได้รับนมแม่อย่างเต็มที่ที่มีการเจริญเติบโตสมวัย และพัฒนาการที่ดีตามศักยภาพต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวครบ 6 เดือนในเขตตำบลกำแพง
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวครบ 6 เดือน

ขอบเขตของการวิจัย

วิจัยนี้เป็นการศึกษาเชิงวิเคราะห์ (Analytical Research) ศึกษาอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวครบ 6 เดือนและ ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนในมารดาที่พานุกรมารับบริการที่แผนกตรวจสุขภาพเด็กดีเมื่ออายุ 6 เดือน – 18 เดือน ที่คลินิกเด็กดีโรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยซึ่งมารดาหลังคลอดมีภูมิลำเนาอยู่ในเขตตำบลกำแพง อำเภออุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษ ในเดือนตุลาคม 2555 ซึ่งเคยมีประวัติการมารับบริการต่อเนื่องตั้งแต่ฝากครรภ์

คลอดที่ แผนก ANC โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยและมาคลอดที่โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย หลังคลอด มารดาแข็งแรงดีไม่มีภาวะแทรกซ้อนบุตรมีสุขภาพแข็งแรงดีใน 48 ชั่วโมงหลังคลอด

นิยามศัพท์เฉพาะ (Definition of Terms)

1. การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน หมายถึง การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียว โดยไม่ให้น้ำ นมผสม หรืออาหารอื่นเพิ่มเติมตั้งแต่แรกเกิดจนถึงอายุครบ 6 เดือน ยกเว้นยาและวิตามิน

2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หมายถึง ปัจจัยที่สนับสนุน และปัจจัยที่ไม่สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวใน 6 เดือนแรกเกิด ทั้งจากตัวมารดา ทารก ครอบครัว และบริการทางการแพทย์การพยาบาล

3. โรงเรียนพ่อแม่ หมายถึง การให้ความรู้ที่มีมาตรฐานการสอน โดยกำหนดหลักสูตร มีแผนการสอน มีสื่อการสอน และมีการประเมินผลการสอน เพื่อให้เกิดมีความรู้และนำไปปฏิบัติได้อย่างเหมาะสมในการเลี้ยงดูบุตร

4. ความรู้ หมายถึง ความรู้ความสามารถของหญิงหลังคลอดที่มีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทั้งในเรื่องของการจำ ทักษะ ความเข้าใจหรือข้อเท็จจริงตามเนื้อหาความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งวัดจากแบบสัมภาษณ์เพื่อประเมินความรู้ ที่ผู้วิจัยประยุกต์จากแบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มี 20 ข้อ

5. หญิงหลังคลอด หมายถึง หญิงที่มาคลอดลูกใน โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยและมีที่อยู่อาศัยในเขตตำบลกำแพง อำเภออุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษ

6. การติดตามเยี่ยม หมายถึง การติดตามไปที่บ้านหญิงหลังคลอดและการ โทรศัพท์เยี่ยม หลังจากแพทย์จำหน่ายกลับไปอยู่ที่บ้านแล้วเพื่อให้คำปรึกษา แนะนำ ช่วยในการวางแผน สร้างความมั่นใจสนับสนุนให้กำลังใจตลอดจนช่วยแก้ไขปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตาม โปรแกรมที่กำหนดไว้

7. คลินิกนมแม่ หมายถึง สถานที่ให้บริการ ให้คำปรึกษาและแก้ไขปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำเร็จ

8.ทัศนคติ หมายถึง ความเชื่อ ค่านิยมเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ประโยชน์ที่ได้รับ 1.ทราบอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนของมารดาหลังคลอดในเขตตำบลกำแพง อำเภออุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษ

2. ทราบถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน เพื่อนำไปส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ให้ประสบผลสำเร็จมากยิ่งขึ้น

3.เป็นการพัฒนา ส่งเสริม สนับสนุนงานอนามัยแม่และเด็กของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขให้บรรลุเป้าหมายตามโครงการโรงพยาบาลสายใยรักแห่งครอบครัว

4. ทำให้เด็กไทยเจริญเติบโตแข็งแรงและมีพัฒนาการสมวัยอันเป็นรากฐานที่ดีของประเทศชาติต่อไป

บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

แนวคิด ทฤษฎี

ในบทนี้เป็นการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่มีผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องตลอดจนแนวคิดทฤษฎีที่ผู้วิจัยใช้เป็นกรอบแนวคิดในการศึกษาวิจัยตามหัวข้อต่อไปนี้

1. ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. หลักสำคัญในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
3. บทบาทต่างๆ ของผู้ที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
4. มาตรฐานการดูแลเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในทารกแรกเกิดประเภทต่างๆ
5. การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามบันได 10 ขั้น
6. กิจกรรมของโรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
7. วิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่มีผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ประโยชน์ต่อลูก ด้านร่างกาย ทำให้ลูกเจริญเติบโตอย่างเต็มที่ ลูกที่ได้รับนมแม่อย่างเดียวในช่วง 4 เดือนแรกหลังคลอดจะมีน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วมากกว่าลูกที่ได้รับนมแม่ร่วมกับนมผสมหรือลูกที่ได้รับนมผสมอย่างเดียว (piwez et al.,1996) อีกทั้งนมแม่ช่วยป้องกัน โรคอ้วน โดยพบว่าเด็กที่กินนมแม่มีโอกาสเป็นโรคอ้วนเมื่อโตขึ้นน้อยกว่าเด็กที่กินนมผสม นอกจากนี้ระยะเวลาที่เด็กได้รับนมผสมมีความสัมพันธ์ในทิศทางที่กลับกันกับอุบัติการณ์ของโรคอ้วน กล่าวคือ เด็กที่กินนมแม่ได้นานมากขึ้นเท่าใดจะมีโอกาสเป็นโรคอ้วนน้อยลง (สุทธิพงศ์ วิชรสินธุ, 2546:48) นมแม่ป้องกันการติดเชื้อ โดยทารกจะได้รับอิมมูโนโกลบูลิน (IgA) ทางนมแม่ที่มีความสำคัญอย่างยิ่งในการปกป้องเยื่อทางเดินอาหารและทางเดินหายใจร่วมกับสารสร้างภูมิคุ้มกัน โรคอีกหลายชนิดสารต่อต้านเชื้อเหล่านี้รอดพ้นจากการย่อยในระบบทางเดินอาหารและดูดซึมเข้าสู่ร่างกายของทารก ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันต้านโรคทั่วร่างกาย ทำให้ทารกที่ได้รับนมแม่มีปัญหาเรื่องการเจ็บป่วยจากโรคติดเชื้อน้อยกว่าทารกที่ได้รับนมผสมหรือหากมีการติดเชื้อเกิดขึ้นก็มีความรุนแรงน้อยกว่าและพบว่านมแม่ช่วยให้ร่างกายของทารกตอบสนองต่อวัคซีนได้ดีกว่าทารกที่กินนมผสม (กุลกัญญา โชคไพบูลย์, 2546:30-35) ลดโอกาสการเกิดโรคภูมิแพ้ ทารกที่ได้รับนมวัวแต่แรกเกิดมีความเสี่ยงต่อการถูกกระตุ้นให้ร่างกายสร้างภูมิคุ้มกันต้านโปรตีนในนมวัวเนื่องจากระบบทางเดินอาหารของทารกยังพัฒนาไม่สมบูรณ์ ทำให้โปรตีนในนมวัวถูกดูดซึมเข้าสู่ร่างกายในลักษณะโมเลกุลใหญ่ก่อให้เกิดภาวะภูมิแพ้ขึ้นมาในขณะที่เด็กกินนมแม่เพียงอย่างเดียวจะลดโอกาสการได้รับโปรตีนที่เสี่ยงต่อการแพ้จากนมวัวละอาหารเสริมอื่น (ภาสური แสงภูวนิช, 2546) การได้รับนมแม่อย่างเดียวนานเป็นระยะเวลา 6 เดือนจึงช่วยลดโอกาส

เจ็บป่วยจากโรคมุมิแพ้ทำให้ทารกมีโอกาสเติบโตเต็มที่นอกจากนี้ทารกที่ได้รับนมแม่อย่างเดียวนาน 4 เดือนขึ้นไปมีอัตราการเจ็บป่วยลดลง เช่น โรคอุจจาระร่วง โรคลำไส้อักเสบ (Necrotizing enterocolitis) โรคหูชั้นกลางอักเสบ โรคติดเชื้อทางเดินหายใจรุนแรง ภาวะติดเชื้อในกระแสโลหิต โรคเชื้อหุ้มสมองอักเสบ นอกจากนี้ยังช่วยป้องกันสุขภาพระยะยาวไม่ให้เป็นหรือลดความรุนแรงของโรคเรื้อรัง เช่น โรคเบาหวาน โรคหลอดเลือดหัวใจ ป้องกันภาวะตากะทันหันของทารก(กองโภชนาการ,2548;ศิริภรณ์ สวัสดิวัฒน์,2548:102;Kramer et al.,2002) จากการศึกษาในประเทศบราซิลพบว่า ทารกมีโอกาสเกิดโรคปอดบวมในขวบแรกเป็น 3.8 เท่าในกลุ่มที่ได้รับนมแม่กับนมผสมและ 16.7 เท่าในกลุ่มที่ได้รับนมผสมอย่างเดียว เมื่อเทียบกับกลุ่มที่ได้รับนมแม่อย่างเดียว(Cesar et al.,1999)

ด้านจิตใจ การสัมผัสและการปฏิสัมพันธ์ระหว่างแม่และลูกตั้งแต่แรกเกิดอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่องช่วยเสริมสร้างความมั่นคงทางจิตใจของลูก ก่อให้เกิดพัฒนาการด้านสมอง สติปัญญา ความฉลาดทางอารมณ์ และบุคลิกภาพที่สมบูรณ์พร้อมในเด็ก เด็กที่ได้รับนมแม่เป็นระยะเวลานานจะมีความสัมพันธ์ลูกและพ่อ-แม่ดีกว่าลูกที่เลี้ยงด้วยนมผสม เด็กที่ได้รับนมแม่มองตนเองว่าแม่ให้การดูแลตนเองในวัยเด็กดีว่า และมีความรู้สึกที่แม่ไม่ได้ปกป้องตนเองมากเกินไปเมื่อเทียบกับเด็กที่ได้รับนมผสม(ferguson&Woodward,1999)นมแม่ช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดปัญหาจิตเวชในอนาคตช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นระหว่างพ่อ-แม่ลูก เด็กที่ได้รับนมแม่มีการปรับตัวได้ดีกว่าเด็กที่ได้รับนมผสม เพราะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีส่วนกระตุ้นการเจริญเติบโตของเซลล์สมองทำให้เด็กมีเชาว์ปัญญาดีขึ้น(กุสุมา ชูศิลป์,2548)

ด้านพัฒนาการ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่พบว่ามีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการเสริมสร้างพัฒนาการของลูกทั้งทางร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีผลต่อสติปัญญาของลูก จากการศึกษาในประเทศอังกฤษเปรียบเทียบระหว่างชนิดของนมที่ลูกได้รับกับความฉลาดเมื่อโตเป็นผู้ใหญ่ จำนวน 944 ราย พบว่ากลุ่มที่ได้รับนมแม่อย่างเดียวมีระดับไอคิวสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับนมแม่ร่วมกับนมผสม และกลุ่มที่ได้รับนมผสมอย่างเดียว(Gale &Martyn,1996)การเพิ่มระยะเวลาให้นมแม่ให้นานขึ้นจะทำให้คะแนนเชาว์ปัญญาเพิ่มขึ้น เทียบระหว่างเด็กที่ได้รับนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนกับเด็กที่ได้รับนมผสม เด็กที่ได้รับนมแม่จะมีเชาว์ปัญญาเพิ่มขึ้น 8.6 คะแนน และ 5.8 คะแนนในเพศหญิงและเพศชายตามลำดับ(Quinn et al.,2001) ทารกที่เลี้ยงด้วยนมแม่จะมีพัฒนาการด้านบุคลิกภาพ มีความมั่นใจ มีความไว้วางใจผู้อื่น(Koopman-Esseboom et al.,1966) ทั้งนี้เพราะในขณะที่แม่ให้นมลูกจะเกิดการถ่ายทอดความรัก ความผูกพัน ซึ่งเป็นพื้นฐานในการสร้างรากฐานในการพัฒนาด้านอื่นๆ(Thapa&Williamson,1990;U.S. Agency For Internationnal Deverlopment,1990;WHO,1993)

ประโยชน์ต่อแม่ ช่วยเว้นระยะการมีบุตร แม่ที่ให้นมลูกอย่างเต็มที่ที่ไม่มีประจำเดือน 8-12 เดือนเมื่อเทียบกับแม่ที่ไม่ได้ให้นมลูก จะมีในช่วง 2-4 เดือนหลังคลอด และถ้าแม่ให้นมลูกอย่าง

สม่ำเสมอทั้งกลางวันและกลางคืน จะป้องกันไม่ให้เกิดการตั้งครรภ์ได้ประมาณ 6 เดือน(มานี ปิยะอนันต์,2548;ศิริภรณ์ สวัสดิ์วาร,2547;Jackson,1988:373)

ช่วยส่งเสริมสุขภาพแม่ภายหลังคลอด ลดความเสี่ยงต่อการตกเลือดหลังคลอดเนื่องจากการดูดนมของลูกจะกระตุ้นให้แม่มีการหลั่งฮอร์โมนออกซิโทซิน(Oxytocin) ออกมา ซึ่งจะช่วยในการไหลเวียนน้ำนมและช่วยให้มดลูกมีการหดตัว มีอัตราการตกเลือดน้อยลงและช่วยกระตุ้นให้มดลูกเข้าอู่เร็ว(Chua et al.,1994;Lawence,1999) นอกจากนี้ยังช่วยให้น้ำหนักของแม่ที่เพิ่มขึ้นในระหว่างการตั้งครรภ์ลดลงสู่สภาพเดิม เนื่องจากร่างกายได้ใช้ไขมันที่สะสมไว้ มีการศึกษาพบว่าแม่ที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นเวลา 6 ถึง 12 เดือน จะช่วยลดปริมาณไขมันที่สะสมในร่างกายได้มากกว่าแม่ที่เลี้ยงลูกด้วยนมผสม(Jacobi and Lavin:41;Deitra Lenard milk et al.,1999:556) นอกจากนี้ผลของการหลั่งฮอร์โมนออกซิโทซินจะกระตุ้นความเป็นแม่เพิ่มขึ้น ส่งผลให้แม่มีความรักความผูกพันต่อลูกโยโยให้ดูแลและพุ่มพักดูแลเอาใจทะนุถนอม(สมศักดิ์ สุทัศนาวุฒิ,2546)

ลดโอกาสการเกิดมะเร็ง โดยพบว่าแม่ที่ให้ลูกดูดนมตนเองจะมีอัตราเสี่ยงต่อการเกิดมะเร็งเต้านมก่อนวัยหมดประจำเดือนต่ำกว่าแม่ที่ไม่ได้ลูกดูดนมตนเองและอัตราการป้องกันจะสูงขึ้น โดยสัมพันธ์กับเวลาที่ให้ลูกดูดนมขึ้น(Siskind et al.,1997;Enger.,1998) การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นอกจากจะช่วยลดอัตราการเป็นมะเร็งเต้านมแล้ว ยังสามารถลดอัตราการเกิดมะเร็งรังไข่ มะเร็งมดลูกได้(Deitra Leonard milk et al.,1999) มีการศึกษาในประเทศกรีซเมื่อปี ค.ศ 1989-1991 โดยศึกษาในสตรีวัยก่อนหมดประจำเดือนที่เคยเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นระยะเวลานาน 24 เดือนหรือมากกว่าพบว่ามีอัตราเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งเต้านมน้อยกว่าสตรีที่เคยเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระยะเวลาน้อยกว่าหรือไม่เคยเลี้ยงลูกด้วยนมแม่(Katsouyami et al.,1996)

ลดโอกาสเป็นโรคกระดูกพรุน จากการศึกษาในปัจจุบัน พบว่าในระหว่างการให้นมลูกแม่อาจจะมีกระดูกบางได้ แต่เมื่อหยุดให้นมลูกมวลกระดูกจะกลับมากปกติ ในระยะยาวพบว่าแม่กลุ่มนี้มีโอกาสเป็นโรคกระดูกพรุน กระดูกหักจากภาวะกระดูกพรุนน้อยกว่าแม่ที่ให้นมผสม(Sowers,1995 อ้างในศิริภรณ์ สวัสดิ์วาร,2546:6)

ผลต่อด้านอื่นๆ ประหยัด การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทำให้เกิดการประหยัดโดยตรงคือครอบครัวไม่ต้องจ่ายสำหรับค่านมผสมและอุปกรณ์ต่างๆ(วิรพงษ์ ฉัตรานนท์,2536) ส่วนผลการประหยัดทางอ้อมคือการที่ลูกได้รับภูมิคุ้มกันโรค และไม่มีปัจจัยเสี่ยงต่อการติดเชื้อในระบบทางเดินอาหารทำให้มีสุขภาพสมบูรณ์ แข็งแรงมีการเจ็บป่วยน้อย ประหยัดเงินเพื่อการบริหารสุขภาพและการดูแลลูก(Meershoek,1993) ส่วนในระดับประเทศการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีผลต่อเศรษฐกิจอย่างยั่งยืนเพราะลดค่าใช้จ่ายในการนำเข้าวัตถุดิบส่งผลดีต่อสภาพแวดล้อม เนื่องจากการผลิตผลิตภัณฑ์นมผสม ขวดนมลดจำนวนขยะ และทำให้เกิดมลพิษน้อยลง

สะดวกและปลอดภัย แม่ที่เลี้ยงลูกด้วยนมตนเองจะได้รับความสะดวกในการเลี้ยงลูก เนื่องจากนมแม่จะมีพร้อมเสมอเมื่อลูกต้องการโดยไม่ต้องเสียเวลาในการเตรียม (Leifer,1999 อ้างใน สุสันหา ยิ้มแย้ม และคณะ,2545)

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (พัชรี,2553)

1. ความช่วยเหลือและการสนับสนุนจากครอบครัว โดยเฉพาะบิดา
2. ความมุ่งมั่นและตั้งใจของมารดา ที่สนใจต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตลอดจนความเชื่อ
3. ความรู้และแนวปฏิบัติของทีมสุขภาพ

หลักสำคัญในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (The Academy of Breastfeeding Medicine, 2004)

1. การสื่อสารและสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างมารดาและทีมสุขภาพ ทีมสุขภาพทุกคนต้องมีแนวทางการปฏิบัติที่เข้าใจตรงกัน นอกจากนี้การสื่อสารต้องแสดงถึงการให้กำลังใจ กิริยาและวาจา
2. การประเมินความพร้อม ปัญหา อุปสรรคในทุกๆ ระยะ เพื่อหาแนวทางการแก้ไขร่วมกันได้ทันที
3. มีคลินิกนมแม่ที่เปิดอำนวยความสะดวกทั้งในระยะเวลาราชการและนอกเวลาตลอดจนทั้งผู้ป่วยในและนอก
4. หลีกเลี่ยงการแยกแม่-ลูกในทุกๆ ระยะ โดยเฉพาะระยะ 48 ชั่วโมงหลังเกิด
5. ป้องกันและแก้ไขปัญหาที่เป็นอุปสรรคต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เช่นทารกมีภาวะน้ำตาลในเลือดต่ำ อุณหภูมิร่างกายต่ำตัวเหลือง ขาดน้ำน้ำหนักลดลงมาก เป็นต้น
6. ความรู้ต้องมีการอบรมและให้ความรู้แก่บุคลากรที่ดูแลเกี่ยวกับมารดาและทารกอย่างสม่ำเสมอต้องมีพยาบาลผู้เชี่ยวชาญเรื่องนมแม่และต้องให้ความรู้แก่มารดาและครอบครัวเป็นระยะๆ
7. มีการวางแผนการจำหน่ายมารดาและทารก โดยมีการกำหนดคุณลักษณะที่ชัดเจน ติดตามและประเมินผลเป็นระยะๆ ตลอดจนให้ข้อมูลของแหล่งประโยชน์ต่างๆ ที่มารดาสามารถขอความช่วยเหลือได้เมื่อเกิดปัญหา

บทบาทต่างๆ ของผู้ที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

1. ทีมสุขภาพ พยาบาลเป็นบุคลากรสาธารณสุขที่มีจำนวนมากที่สุด เป็นบุคลากรหลักที่ดูแลใกล้ชิดแม่และทารกตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด ระยะหลังคลอด และการดูแลต่อเนื่องเมื่อกลับไปอยู่ที่บ้านหรือในชุมชน พยาบาลจึงควรมีความรู้ ความเข้าใจ และมีทักษะในเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนม

แม่อย่างลึกซึ้งซึ่งสามารถนำไปปฏิบัติเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทั้งในสถานบริการและนอกสถานบริการ

วิธีการในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีดังนี้ (Palda, Guise, & Wathen, 2004)

- การสอนในระยะตั้งครรถ์ช่วยเพิ่มอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทั้งในระยะเริ่มต้น/ระยะสั้น หลังเกิด
- การสอนและการให้ความสนับสนุนเป็นรายบุคคล หรือการโทรศัพท์ติดตามช่วยเพิ่มอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทั้งในระยะเริ่มต้น และระยะสั้นๆ หลังเกิดร้อยละ 5-10
- Peer counseling เป็นวิธีการที่ส่งผลดีต่ออัตราและระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- การแจกเอกสารเพียงอย่างเดียวโดยไม่ร่วมกับวิธีการอื่นนั้นไม่ช่วยส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- หลีกเลี่ยงการแจกของขวัญหรือของที่ระลึกที่มีโฆษณาหรือตราของนมผสม
- ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยมีศูนย์ช่วยเหลือเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตลอด 24 ชั่วโมง ครอบคลุมในการให้ความช่วยเหลือและการสนับสนุนจากครอบครัว โดยเฉพาะสามีปู่ย่าตายาย ชุมชน เช่น ส่งเสริมชุมชนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เช่น มีสถานที่ให้นมแม่ในที่สาธารณะ

มาตรฐานการดูแลเพื่อการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในทารกแรกเกิดประเภทต่างๆ (พัชร, 2553)

1. การประเมินในระยะก่อนคลอดได้แก่ข้อมูลส่วนบุคคลที่มีผลต่ออัตราการให้นมแม่ความตั้งใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่บุคคลหรือแหล่งที่สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทัศนคติต่อเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สรีระและโครงสร้างร่างกายที่มีผลต่อความสามารถในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2. มารดาที่ไม่สามารถให้นมได้ชั่วคราวเช่น มารดาอยู่ในระหว่างรักษาด้วยยาแนะนำให้บิบน้ำนมทั้งส่วนทารกที่ไม่สามารถดูดนมได้ชั่วคราวเช่นหายใจเร็วแนะนำให้มารดาบิบน้ำนมเก็บเพื่อให้อารกทางสายยาง

3. การให้ความรู้เพื่อประกอบการตัดสินใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หัวข้อที่ควรสอนหรือแจกเอกสารเพื่อให้ความรู้ได้แก่หัวข้อต่อไปนี้ (WHO, 2004)

- ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่มีต่อมารดาและทารก
- แบบแผนชีวิต (Life style)
- สรีระวิทยาของเต้านมและกลไกการผลิตน้ำนม
- ทำอุ้มในการให้นมแม่
- Latching and milk transfer
- การป้องกันและแก้ไขปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

- การรับประทานยาระหว่างการให้นมบุตร
 - แหล่งข้อมูลที่สามารถหาข้อมูลเพิ่มเติม
4. การประเมินในระยะหลังคลอด พยาบาลควรประเมินและสังเกตเรื่องต่อไปนี้
- ประสิทธิภาพในการคลอด
 - การได้รับยาระหว่างและหลังคลอด
 - สภาพร่างกายของมารดาและความไม่สุขสบายของมารดา
 - ทำนังและทำอุ้มขณะให้นม
 - Latch on and milk transfer
 - การรับรู้ของแม่ต่อสื่อสัญญาณทารก
 - ปฏิสัมพันธ์ระหว่างแม่ลูกและการตอบสนองต่อสื่อสัญญาณ
 - บุคคลสำคัญที่มีส่วนในการสนับสนุนและตัดสินใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อไปอย่าง

ต่อเนื่อง

- ความรู้สึกต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

5. ทารกควรได้รับการประเมินโดยแพทย์ ภายใน 3-5 วันหลังคลอดการประเมินมารดาถึงปัญหาที่ เคยพบในครรภ์ที่ผ่านมา ส่วนทารกประเมินน้ำหนักโดยปกติไม่ควรลดเกินร้อยละ 7 ของน้ำหนักแรกเกิด ตรวจร่างกายโดยเฉพาะเรื่องตัวเหลืองและภาวะขาดน้ำประเมินการขับถ่าย ช่วง 3-5 วันหลังเกิด ทารกจะถ่ายปัสสาวะ 3-5 ครั้งต่อวัน ถ่ายอุจจาระ 3-4 ครั้งต่อวัน ในช่วง 5-7 วันจะถ่ายปัสสาวะ 4-6 ครั้งต่อวันถ่ายอุจจาระ 3-6 ครั้งต่อวัน

6. การให้ความรู้หลังคลอดและก่อนกลับบ้านเพื่อให้มารดาสามารถให้นมแม่ได้อย่างถูกต้องและต่อเนื่อง ควรสอนหรือแจกเอกสารเพื่อให้ความรู้ได้แก่หัวข้อต่อไปนี้ (WHO, 2004)

- การนวดและประคบเต้านม
- การดูนมที่ถูกวิธี
- ปัญหาหัวนมแตก เต้านมคัดตึงและแนวทางการแก้ไข
- แบบแผนการให้นม
- การบีบและเก็บน้ำนม
- เลี้ยงลูกด้วยน้ำนมแม่ในมารดาที่ทำงาน
- กลยุทธ์ในการทำให้มีน้ำนมมากและมีต่อไป

7. มีการประเมินติดตามมารดาและทารก ในช่วง 2-3 สัปดาห์หลังคลอด โดยทารกหลังจาก 2 สัปดาห์แรกควรเพิ่มขึ้น 0.5 กิโลกรัมต่อเดือน ประเมินการนอนหลับของทารกหลังจากการดูด

นมแล้วและประเมินปัญหาหรืออุปสรรคของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพื่อช่วยเหลือและทางแก้ไข (Moreland & Coombs, 2000)

การให้นมแม่ในทารกแรกเกิดปกติ

1. การเตรียมเต้านมมารดาก่อนการดูดจากเต้านมครั้งแรก ควรมีการนวดและประคบผ้าชุบน้ำอุ่น

2. ทารกควรได้รับการกระตุ้นและส่งเสริมให้ดูดนมแม่ครั้งแรกภายใน 1 ชั่วโมงหลังคลอด (International Lactation Consultant Association, 1999; WHO, 1998) และควรให้ทารกดูดบ่อยๆ โดยเฉพาะในช่วง 24 ชั่วโมงหลังเกิด ซึ่งพบว่าการดูดบ่อยจะช่วยให้มีน้ำนมมาก ถ้าทารกได้รับน้ำนมมากก็จะช่วยเพิ่มการขับถ่าย meconium และลดการเกิดอาการตัวเหลือง (Yamauchi & Yamanouchi, 1990)

3. ส่งเสริมและสนับสนุนให้มี skin-to-skin contact ในระยะ 1 ชั่วโมงหลังคลอดและในระยะต่อมาด้วยจนกระทั่งก่อนการให้นมครั้งแรก โดยใช้ระยะเวลาประมาณ 30 นาที (International Lactation Consultant Association, 1999; WHO, 1998) ช่วยทำให้ stabilization of heart rate, respiratory effort, temperature control (Chiu, Anderson, Burkhammer, 2005), metabolic stability, and early breastfeeding นอกจากนี้ยังช่วยให้การให้นมแม่ครั้งแรกประสบความสำเร็จ มารดามีความพึงพอใจและอยากจะทำอีกหากมีบุตรคนต่อไป (Carfoot, Williamson, & Dick, 2005)

4. หลีกเลี่ยงการป้อนนมจากขวดและการใช้หัวนมปลอมจนกระทั่งการให้นมแม่สำเร็จลุล่วงด้วยดี เพราะการใช้หัวนมปลอมอาจทำให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ยุ่งยากขึ้น และทารกอาจลดความสนใจที่จะอยากดูดนมแม่ (Canadian Paediatric Society, 2003; WHO, 1998) หากจำเป็นต้องให้นมจากขวด ควรชโลไปจนถึงสัปดาห์ที่ 3-4 เพื่อป้องกัน nipple confusion และการหย่านมเร็วกว่ากำหนด (Moreland & Coombs, 2000)

5. ทารกควรได้รับวิตามินเควัน (vitamin K 1.0mg IM) ภายหลังจากดูดนมแม่ครั้งแรกหรือภายใน 6 ชั่วโมงหลังเกิด (American Academy of Pediatrics Section of Breastfeeding, 2005) เพื่อป้องกันภาวะเลือดออกง่ายทั้งนี้ไม่ต้องให้ซ้ำ

6. การสอนมารดาเกี่ยวกับเทคนิคในการให้นมแม่

- แนะนำมารดาให้สามารถประเมินสื่อสัญญาณที่ทารกแสดงว่าหิวได้ ซึ่งสื่อสัญญาณหิวที่ทารกแสดงได้แก่หันหน้าเข้าหาเต้านม เอามือเข้าปาก ดูดปาก ดูนิ้วมือหรือมีเสียงดูด เปิดหรืออ้าปากกว้างเมื่อมีการกระตุ้น โดยสัมผัสใกล้ริมฝีปาก

- สอนมารดาในท่าที่ถูกต้องและสะดวกสบาย โอบกอดทารกอย่างมั่นใจไม่เกร็ง โดยศีรษะทารกอยู่ในระดับนมแต่สูงกว่าลำตัวทารก ศีรษะ คอและลำตัวอยู่ในแนวเดียวกัน ลำตัวทารกแนบชิดกับลำตัวมารดา ผิวหนังสัมผัสกัน ทารกหันลำตัวและใบหน้าเข้าหามารดา คางชิดเต้านมมารดา มือมารดาพุงก้นทารกให้กระชับ ระยะห่างระหว่างมารดาและทารกอำนวยความสะดวกการมองเห็นและประสานสายตา ทำอุ้มที่นิยมได้แก่ The football hold, Modified cradle hold และ The "C" hold

- แนะนำมารดาในการให้ทารกอมหัวนมที่ถูกวิธีโดยกระตุ้นให้อ้าปาก โดยใช้หัวนมเขี่ยที่ริมฝีปากสังเกตจากทารกอ้าปากกว้างไม่สายหน้าหนี ริมฝีปากแนบสนิทเต้านม ริมฝีปากไม่เม้มเข้าหากันปากทารกอมถึงลานหัวนมแม่คางชิดเต้า ลิ้นอยู่ใต้ลานหัวนมและจมูกทารกหายใจได้สะดวก ขณะดูดแก้มป่อง ไม่บวม

7. ประเมินว่าทารกได้รับนมหรือคุณนมแม่ได้ถูกต้อง โดยสังเกตสิ่งต่อไปนี้

- จังหวะการดูดและกลืนนมที่สม่ำเสมอของทารก
- เลียงกลืนน้ำนม ซึ่งในช่วง 2-3 วันหลังเกิดทารกจะดูดประมาณ 6-7 ครั้งจึงจะกลืน 1 ครั้ง เมื่ออายุ 3-5 วัน จะกลืนบ่อยขึ้นซึ่งสังเกตจำนวนครั้งของการกลืนได้จากจำนวนครั้งที่น้ำนมอีกข้างมี let down คือประมาณทุกๆ 6-10 นาทีในช่วงเวลาของการให้นม (Dann, 2005)

- แขนและมือที่ผ่อนคลายไม่เกร็งภายหลังที่คุณนมไปสักพัก
- ริมฝีปากชุ่มชื้นด้วยน้ำนม
- ความพึงพอใจของทารกภายหลังคุณนม เช่น หลับ นอนสงบ ไม่คุณนมอีก

8. ประเมินจากมารดาว่าทารกได้รับนมแม่และวิธีให้นมถูกวิธีได้แก่

- เต้านมไม่คัดตึง คลำไม่ได้ก้อนจากท่อน้ำนมอุดตัน ลานนมนิ่ม หัวนมไม่แตกหรือไม่มีอาการเจ็บหัวนมเพราะโดยปกติการให้นมไม่ควรมีอาการเจ็บหัวนม อาจมีความรู้สึกเจ็บเล็กน้อยในจังหวะของการดูดแรกๆ 2-3 ทีและหลังจากนั้น 1-2 นาทีผ่านไปอาการดังกล่าวควรหายไป หากมารดาเจ็บอยู่ควรประเมินหาสาเหตุของอาการเจ็บทันทีเพราะการดูดเจ็บอาจนำไปสู่หัวนมแตก ซึ่งจะมองเห็นการแตกที่ผิวหนัง 2-3 วันหลังจากที่ดูดแล้วเจ็บ

- อาการกระหายน้ำหลังการให้นม
- มดลูกหดตัวหรือน้ำคาวปลาไหลระหว่างหรือภายหลังการให้นมในช่วง 3-5 วันแรก
- ขณะให้นมเต้านมอีกข้างหนึ่งมีน้ำนมไหลออกมาด้วย
- อาการอ่อนเพลียและง่วงนอน
- เต้านมนิ่มลงและหัวนมยื่นออกภายหลังที่ทารกคุณนมแล้ว

9. แนะนำมารดาเรื่องการประเมินคือสัญญาณที่ทารกแสดงว่าอึดได้ซึ่งได้แก่หันหน้าออกจากเต้านม คายหัวนมออกจากปาก แขนขาเหยียดออก ผ่อนคลาย เห็นน้ำนมอยู่ในปาก หลับ ไม่มีอาการ

หรือสื่อสัญญาณที่แสดงว่าทารกหิว โดยมารดาควรถอนหัวนมออกจากปากอย่างถูกวิธี โดยการกดคางเบาๆหรือใช้นิ้วค่อยๆ สอดเข้าที่มุมปากระหว่างเหงือกกับกระพุ้งแก้ม เพื่อป้องกันการบาดเจ็บที่หัวนม

10. การเรอระหว่างและหลังมือนม

11. การให้นมเสริมจากการดูดนมแม่จากเต้า ควรป้อนนมแม่ให้โดยวิธีป้อนจากแก้ว (GA>32 wk.) ซ้อนหรือ syringe หลีกเลี่ยงการให้สารน้ำอื่นๆ เช่น น้ำ น้ำผลไม้ น้ำผสมน้ำตาล กลูโคส เพราะอาจทำให้ทารกเกิดการติดเชื้อหรือมีอาการแพ้ได้ นอกจากนี้มีความจำเป็นทางการแพทย์เพื่อรักษา (American Academy of Pediatrics Section of Breastfeeding, 2005)

12. สอนมารดาในการบันทึกเวลาและระยะเวลาในการดูดนม การจับถ่ายปัสสาวะและอุจจาระทั้งในขณะที่อยู่โรงพยาบาลและเมื่อกลับไปอยู่ที่บ้าน 1 สัปดาห์แรก

13. มารดาและทารกควรนอนด้วยกันจะช่วยส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (The Academy of Breastfeeding Medicine, 2003; American Academy of Pediatrics Section of Breastfeeding, 2005)

14. แนะนำเรื่องการปฏิบัติตัวเพื่อให้มีน้ำนมและเพิ่มปริมาณมากขึ้น ได้แก่

- การดื่มน้ำ
- การรับประทานอาหารและชนิดอาหารที่ช่วยเพิ่มน้ำนม
- การพักผ่อนนอนหลับ การผ่อนคลายความเครียด ซึ่งในมารดาบางรายที่อาจมีน้ำนมมาช้า โดยมีปัจจัยที่เกี่ยวข้อง เช่น stress, cesarean (surgical) delivery, postpartum hemorrhage, retained placenta fragments, infection or illness with fever, diabetes (juvenile, adult-onset, or gestational), thyroid conditions และ strict or prolonged bed rest during pregnancy

ระยะเวลาและความถี่ในการให้นม

1. อย่างน้อย 8-12 ครั้งใน 24 ชั่วโมง (International Lactation Consultant Association, 1999; WHO, 1998)

2. ให้นมทารกตามความต้องการและ/หรือทุก 2-3 ชั่วโมงเมื่อทารกแสดงสัญญาณหิว เช่นดูดนิ้ว หันหลังที่มาสัมผัสริมฝีปาก (American Academy of Pediatrics, 1997)

3. ปล่อยให้ทารกดูดนมตามความต้องการประมาณข้างละ 10-15 นาที (American Academy of Pediatrics, 1997) โดยให้ดูดทั้งสองข้าง

4. หากทารกนอนนานเกิน 4 ชั่วโมง กระตุ้นหรือปลุกทารกที่ไม่แสดงสัญญาณหิว

5. ในแต่ละมือนมควรสลับเต้าที่ทารกดูดครั้งแรกเพื่อส่งเสริมการสร้างและการหลั่งน้ำนมของทั้งสองเต้าเช่น มือนี่เริ่มดูดเต้าขวาก่อนมือต่อไปก็ต้องเริ่มดูดเต้าซ้ายก่อนบ้าง

6. ทารกควรได้รับนมแม่อย่างเดียวนเป็นระยะเวลา 6 เดือนการเริ่มอาหารเสริมควรเริ่มภายหลัง จากครบ 6 เดือนร่วมกับการให้นมแม่ต่อไปได้จนกระทั่ง 2-3 ปีหรือจนกว่าน้ำนมจะหมดเพราะการให้นมแม่นานเกิน 3 ปียังไม่มีรายงานผลเสียใดๆ

การบีบและเก็บน้ำนมแม่

1. สอนมารดาเกี่ยวกับการบีบและเก็บน้ำนม
2. ประคบเต้านมด้วยผ้าชุบน้ำอุ่นจัดและนวดคลึงเต้านมก่อนการบีบน้ำนม
3. มารดาล้างมืออย่างถูกวิธีและเช็ดหัวนมลานนมด้วยสำลีชุบน้ำต้มสุกหรือ sterile water ก่อนการบีบนม

4. การบีบน้ำนม 3 วิธีได้แก่การบีบด้วยมือ การบีบด้วยเครื่อง การบีบด้วยเครื่องไฟฟ้าโดยในแต่ละวิธีมีขั้นตอนดังนี้

- การบีบน้ำนมครั้งแรก (stimulating prolactin secretion) ควรทำหลังคลอดทารกในวันแรก ประมาณ 10-15 นาที หากมีน้ำนมไหลออกมาควรบีบต่อจนกระทั่งน้ำนมหยุดสุดท้ายหมดให้ บีบต่ออีกประมาณ 2 นาที

- หากใช้เครื่องบีบทั้งสองข้างพร้อมกันให้บีบนาน 15 นาทีบีบทีละข้างใช้เวลาประมาณ 30 นาทีโดยให้สลับข้างละ 5 นาทีการบีบให้บีบบ่อยเหมือนมือนมของทารกคือ อย่างน้อย 8 ครั้งต่อวัน

5. ภาชนะที่ใส่นมควรเป็นขวดที่เป็นแก้วหรือพลาสติกชนิดหนา เขียนชื่อ วันที่และเวลาติด ข้างขวดเสมอและแบ่งน้ำนมตามปริมาณที่ทารกควรได้รับต่อมือหรือประมาณ 2-4 ออนซ์ต่อขวด

6. ระยะเวลาที่เหมาะสมในการเก็บนมในที่ต่างๆ มีดังนี้ (ชมรมนมแม่แห่งประเทศไทย) พบว่าใน NICU บางแห่งต้องแช่แข็งนม 3 วันก่อนให้ทารกที่มีอายุครรภ์น้อยกว่า 32 สัปดาห์เนื่องจากการแช่ตู้เย็นในช่องแช่แข็งช่วยฆ่าเชื้อ CMV virus (<http://www.leron-line.com/PrematureInfant.htm>)

7. การอุ่นนม โดยการแกว่งภาชนะที่ใส่น้ำนมในน้ำอุ่น

การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามบันได 10 ขั้น

โดยทั่วไปพบว่าปัจจัยสำคัญที่ทำให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมตนเองหรือไม่อยู่ที่การปฏิบัติงานของ โรงพยาบาลและสถานบริการสาธารณสุขต่างๆ ดังนั้นเพื่อให้การสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประสบความสำเร็จจึงกำหนดขั้นตอนการปฏิบัติงานของ โรงพยาบาลและสถานบริการสาธารณสุขทั่วโลกดังนี้

1. มีนโยบายการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นลายลักษณ์อักษรที่มีการสื่อสารกับบุคคลากรทางการ แพทย์และสาธารณสุขได้เป็นประจำ

2. ฝึกอบรมบุคคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขทุกคนให้มีทักษะที่จะนำนโยบายไปปฏิบัติ

3. ชี้แจงให้หญิงตั้งครรภ์ทุกคนทราบถึงประโยชน์และวิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ซึ่งจะต้องเริ่มตั้งแต่ขณะมาฝากครรภ์

4. ช่วยแม่เริ่มให้ลูกดูดนมภายในครึ่งชั่วโมงแรกหลังคลอด หรือดีที่สุด ให้ดูดทันทีหลังคลอด

5. แสดงให้แม่รู้วิธีเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และวิธีทำให้น้ำนมแม่ยังคงมีปริมาณพอเพียงแม้ว่าแม่ลูกจะต้องแยกกัน

6. อย่าให้อาหาร น้ำ หรืออาหารอื่นแก่เด็กแรกเกิดนอกจากนมแม่เว้นแต่จะมีข้อบ่งชี้ทางการแพทย์ การที่ลูกไม่ได้น้ำหรือนมผสมเลยจะไม่เป็นอันตรายต่อลูก แต่ลูกได้รับน้ำมีโทษมากกว่าประโยชน์ที่จะได้รับ

7. ให้แม่และลูกอยู่ในห้องเดียวกันตลอด 24 ชั่วโมงโดยให้แม่และลูกที่ออกมาพักติดอยู่ด้วยกันตลอดเวลาโดยเร็ว ไม่ต้องแยกลูกไปผ่านห้อง nursery ก่อน

8. สนับสนุนให้ลูกได้ดูดนมแม่ทุกครั้งที่ลูกต้องการ เมื่อใดที่ลูกหิวควรให้ลูกได้กินนมแม่ทุกเวลา ไม่ว่าจะกลางวันหรือกลางคืน

9. อย่าให้ลูกดูดหัวนมยางและหัวนมหลอดหรือหัวนมปลอม เพราะการดูดนมแม่และการดูดหัวนมยางไม่เหมือนกัน เด็กอาจติดหัวนมยางอาจไม่ยอมดูดนมแม่

10. ส่งเสริมให้มีการจัดตั้งกลุ่มสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และส่งเสริมให้ติดต่อกลุ่มดังกล่าวเมื่อออกจากโรงพยาบาล หรือคลินิก

กิจกรรมของโรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยนั้นรับนโยบายโรงพยาบาลสายใยรักแห่งครอบครัวการดำเนินกิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จึงมีการดำเนินงานอย่างชัดเจนเป็นรูปธรรมในทุกหน่วยงานอันได้แก่ งานฝากครรภ์

- ตรวจหัวนม ลานนมเมื่อมาฝากครรภ์ครั้งแรกทุกราย กรณีลานนมผิดปกติจะนัดตรวจซ้ำที่อายุครรภ์24-28 สัปดาห์ถ้ายังพบว่า ลานนมผิดปกติจะส่งชื่อและแนะนำการใช้ประทุมแก้ว

- กรณีหัวนมผิดปกติจะส่งตรวจซ้ำที่คลินิกนมแม่ที่อายุครรภ์24-28 สัปดาห์

- ลานหัวนมและหัวนมที่ปกติจะยืดหยุ่นดีและหัวนมจะพุ่งออกมายาวประมาณ 1 เซนติเมตร เรียกว่าหัวนมปกติ

- ลานหัวนม และ หัวนมที่ผิดปกติเมื่อทำการทดสอบพบว่า

- * ลานหัวนมตึงมาก ยึดหยุ่นได้ไม่ดีเรียกว่าลานหัวนมผิดปกติ
 - * ส่วนหัวนมที่ผิดปกติจะอยู่กับที่หรือเคลื่อนที่เล็กน้อยและมีความยาวน้อยกว่า 1 เซนติเมตร
 - * ส่วนหัวนมที่นุ่ม หรือ บอด จะหดกลับและจมลงไปเรียกว่าหัวนมผิดปกติ
 - ส่งโรงเรียนพ่อแม่สอนเรื่องการเตรียมความพร้อมเพื่อเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เมื่ออายุครรภ์ 32 สัปดาห์ขึ้นไปเป็นรายกลุ่มมีรายละเอียด
 - ซิตี 20 นาทีที่มีรายละเอียดประโยชน์นมแม่ □ ความเชื่อเรื่องนมผสมและการให้น้ำ, สรีระและกลไกการสร้างและหลั่งน้ำนมแม่, วิธีการบีบเก็บนมแม่
- สรุปประโยชน์นมแม่, 4 จุดและฝึกปฏิบัติการอุ้มหุ่นทารกทำนึ่ง 3 ท่า
- แนะนำแหล่งขอรับการช่วยเหลือแก้ไขปัญหาเต้านมเมื่อตั้งครรภ์และการให้นมแม่เมื่อหลังคลอด
 - รายที่ไม่ได้เข้าโรงเรียนพ่อแม่งานฝากครรภ์สอนเรื่องประโยชน์นมแม่เมื่ออายุครรภ์ 32 สัปดาห์ขึ้นไปเป็นรายบุคคล

งานห้องคลอด

- มีโครงการสนับสนุนสามีมีส่วนร่วมในการคลอดเพื่อส่งเสริมการคลอดธรรมชาติลดการใช้ยาระงับปวด
- กระตุ้น early bonding และ early breastfeeding

งานห้องผ่าตัด

- กระตุ้น early bonding และ early breastfeeding

งานหลังคลอด

- ส่งเสริม rooming in และการดูแลคูปอย คูดูกวิธี
- ให้ความรู้ทั้ง bedside ในวันแรกหลังคลอด (การดูแลคูปอยและการให้นมในท่านอน) และแบบเสวนากลุ่มในรูปแบบโรงเรียนพ่อแม่วันที่ 2 หลังคลอด มีรายละเอียดเรื่อง
 - ทบทวนความสำคัญและประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
 - การทำให้มีน้ำนมเพียงพอสำหรับลูก
 - การอุ้มลูกให้ดูดนมแม่อย่างถูกวิธี
 - สาเหตุและการแก้ไขอาการเจ็บหัวนม หัวนมแตก เต้านมคัด และเต้านมอักเสบ
 - การเก็บรักษาน้ำนมแม่ที่บีบออกมาแล้วและการนำมาใช้
 - การทำงานนอกบ้านคู่กับกลวิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
 - ประเมิน LATCH score ทุกเวอร์จนกว่าจะจำหน่าย

- สูติแพทย์ให้ยา motilium กระตุ้นน้ำนมแม่ในกรณีที่น้ำนมแม่ยังไม่ไหลในวันที่ 2 หลังคลอด

- ส่งคลินิกนมแม่ในกรณีที่เจ้าหน้าที่พยาบาลช่วยเหลือแล้วอย่างน้อย 1 ครั้งแต่ยังคงนมไม่ได้

- ประเมินความรู้ก่อนจำหน่ายตามแบบบันทึกการเตรียมความพร้อมก่อนจำหน่าย

- ให้เบอร์โทรศัพท์สอบถามปัญหาที่คลินิกนมแม่ 24 ชั่วโมง

- นัดกลับมารวบรวมประเมินนมแม่ซ้ำที่คลินิกนมแม่ในรายที่มีปัญหาภายใน 1 สัปดาห์

- นัดตรวจ 6 สัปดาห์หลังคลอดที่งานวางแผนครอบครัวหรือสถานบริการใกล้บ้าน

งานคลินิกนมแม่

- โทรศัพท์ติดตามเยี่ยมมารดาหลังคลอดเมื่อบุตรอายุ 7-14 วัน, 2 เดือน, 4 เดือน, 6 เดือนและส่งรายชื่อมารดาหลังคลอดทางอีเมลล์ให้เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ(สถานีอนามัย)เชื่อมต่อภายใน 7-14 วัน รายที่มีปัญหาส่งต่อที่คลินิกนมแม่ให้แก้ปัญหาจนสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จ และติดตามการส่งข้อมูลกลับจากเครือข่าย

- แนะนำมารดานวดกระตุ้น และบีบเก็บน้ำนมแม่ใส่ตู้เย็นคลังนมแม่ไว้ให้ทารกที่ยังไม่สามารถดูดนมแม่จากเต้าได้

- ฝึกทารกให้ดูดนมแม่จากเต้าทันทีเมื่อพร้อม

- ประเมิน LATCH score ทุกเวรจนกว่าจะจำหน่าย

- ส่งคลินิกนมแม่ในกรณีที่เจ้าหน้าที่พยาบาลช่วยเหลือแล้วอย่างน้อย 1 ครั้งแต่ยังคงนมไม่ได้

- ให้เบอร์โทรศัพท์สอบถามปัญหาที่คลินิกนมแม่ 24 ชั่วโมงเบอร์ 087-4472671

งานแพทย์แผนไทย

- นวดประคบเต้านมด้วยสมุนไพรในกรณีที่น้ำนมแม่ไม่ไหลเป็นทางเลือกให้มารดาหลังคลอด

- กรณีหวั่นมผิดปกติจะส่งตรวจซ้ำที่คลินิกนมแม่ที่อายุครรภ์ 24-28 สัปดาห์ถ้าความผิดปกติยังคงอยู่จะประสานงานฝากครรภ์ตั้งชื่อและแนะนำการใช้ Nipple Puller ในช่วงอายุครรภ์ 24-28 สัปดาห์แต่ถ้าอายุครรภ์เกินกว่า 28 สัปดาห์จะตั้งชื่อและแนะนำการใช้ประทุมแก้วต่อจากการใช้ Nipple Puller จากนั้นจะนัดมาตรวจซ้ำทุกครั้งที่มาฝากครรภ์จนกว่าจะปกติ

- ออกติดตามเยี่ยมบ้านมารดาหลังคลอดในเขตเทศบาลตำบลกำแพง อำเภออุทุมพรพิสัย ทุกวันศุกร์เพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

งานวางแผนครอบครัว

- สอบถามและให้คำแนะนำเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ส่งคลินิกนมแม่ ในกรณีที่มีความประสงค์จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แต่ต้องไปทำงาน

งาน WCC

- ให้ความรู้ในรูปแบบโรงเรียนพ่อแม่มีรายละเอียดดังนี้
- ทวนถามวิธีการบีบเก็บน้ำนม และวิธีการให้นมแก่เด็กจากนมแม่ที่เก็บไว้และแนะนำเพิ่มเติม

ในกรณีแม่ต้องไปทำงานนอกบ้านในช่วงอายุเด็ก 1-4 เดือน

- แนะนำเรื่องอาหารเสริมที่เหมาะสมกับวัยได้เมื่ออายุ4เดือนเพื่อป้องกันการให้อาหารเสริมก่อนอายุ6เดือน
- ส่งคลินิกนมแม่ ในกรณีมีความประสงค์จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แต่ต้องไปทำงาน
- ติดตามการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่อายุเด็ก 1,2,4, 6 เดือนหลังคลอด

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

วารสารพิมพ์พรหมสาขา ณ สกลนคร (2548) ได้ทำการประเมินกระบวนการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่6 ขอนแก่น พบว่ามีปัจจัยที่มีผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยังน้อย 6 เดือน คือ อาชีพหลังคลอดบุตรคนล่าสุด ภาวะแทรกซ้อนของการตก การให้ลูกดูดนมทันทีหลังคลอด ระยะเวลาที่ได้เลี้ยงลูกคนล่าสุด การได้รับการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากเจ้าหน้าที่และจากสามี ญาติและครอบครัว ความสะดวกในการเข้าถึงแหล่งประโยชน์ฯ ความคิดเห็นของมารดาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ความรู้ของมารดาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ความพึงพอใจของมารดาต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ความพึงพอใจต่อการบริการฯและสุขภาพและการเจริญเติบโตของทารกมณฑล ไซยวัฒน์ (2550) ได้วิจัยเรื่องปัจจัยที่มีผลสำเร็จต่อความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 4 ราชบุรี ผลการศึกษาพบว่า อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 24.3 เป็นร้อยละ 34.7 โดยปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติคือกลุ่มที่เป็นแม่บ้าน แม่ตัดสินใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่อ่อนช่วงฝากครรภ์ ห้วนมปกติ ได้รู้ประโยชน์ของนมแม่จากแพทย์ ทารกได้รับนมแม่ล้วน ไม่ได้รับจุกนมยาง สามีและคนในครอบครัวให้ความช่วยเหลือและสนับสนุน เมื่อกลับบ้าน

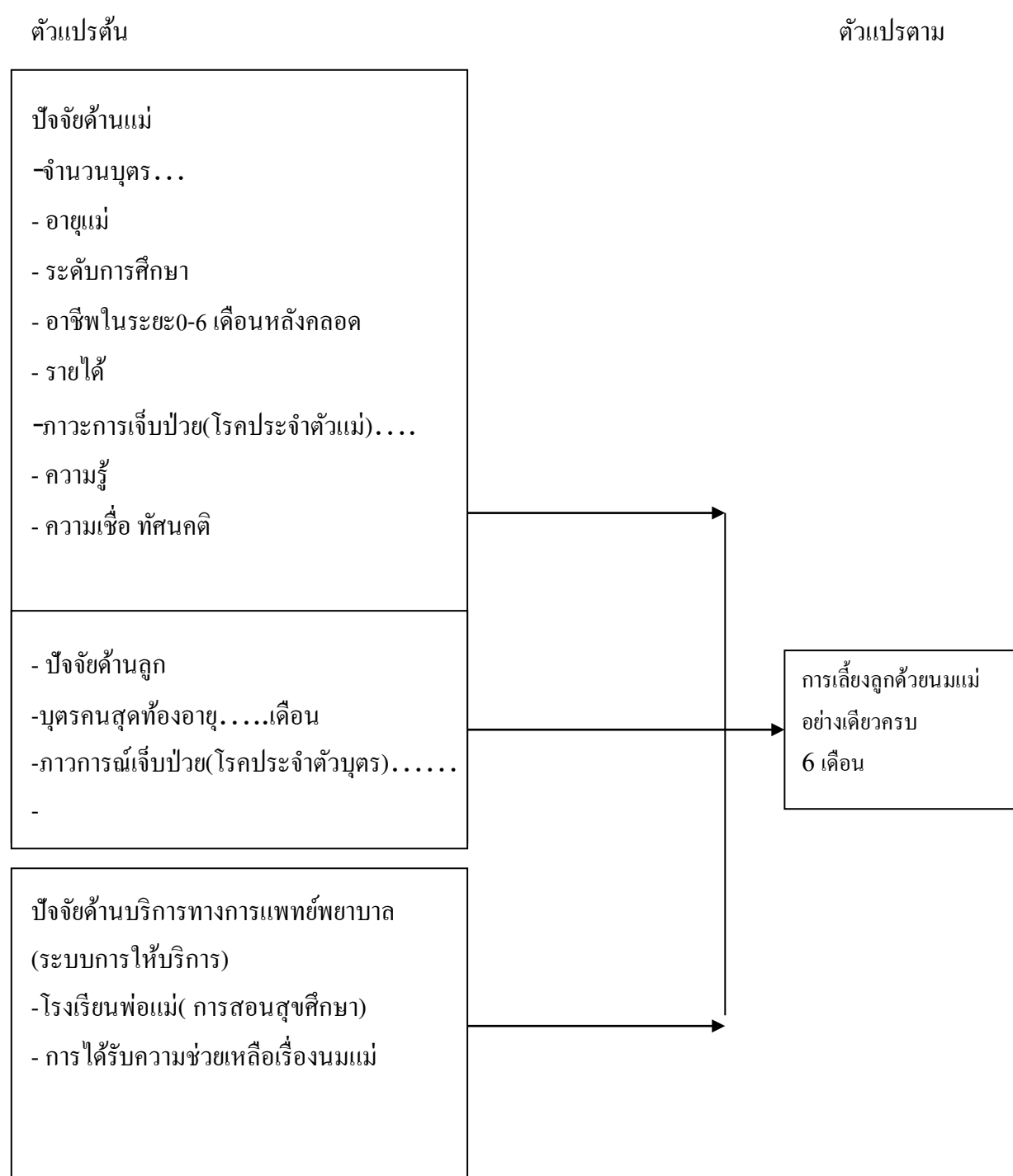
ไม่มีปัญหาการให้นมแม่ในระยะ 1 เดือนแรกหลังคลอด แม่ทำงานนอกบ้านได้รับคำแนะนำเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สามารถบีบเก็บน้ำนมไว้ให้ลูกและหรือกลับมาให้ลูกดูดนมในช่วงพักกลางวัน การโฆษณาผสมมีผลทำให้ระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สั้นลงอย่างมีนัยสำคัญ

เกศินีนาถ ทองปัญญา (2552) ศึกษาเรื่องการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวของครอบครัว แบบมีส่วนร่วม 4 ขั้นตอน คือ การค้นหาปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว การสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณการมีส่วนร่วมตัดสินใจและเลือกแนวทางปฏิบัติและการคงไว้ซึ่งการปฏิบัติและมีการติดตามเยี่ยมบ้าน ในวันที่ 5 และ 10 หลังคลอด ในครอบครัวและหญิงหลังคลอด 15 ครอบครัวที่คลอดปกติพบว่า กิจกรรมดังกล่าวทำให้มารดาหลังคลอดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนานขึ้น และการนำครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมรับรู้ผลประโยชน์ข้อดีของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวทำให้ครอบครัวปรับเปลี่ยนความเชื่อ ทศนคติและเป็นพลังในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นอกจากนี้การเยี่ยมบ้านเป็นการให้ความช่วยเหลือแก้ไขปัญหา และเป็นการช่วยให้กิจกรรมยั่งยืนนั้ นพร พวงแก้ว(2548)ศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะของตนเองต่อพฤติกรรมและระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกบ้านที่มีบุตรคนแรก โดยโปรแกรมแบ่งเป็น 4 ระยะประกอบด้วย ระยะที่1 การจัดกิจกรรมกลุ่มหลังคลอด ระยะที่2 หลังคลอดวันที่2 โทรศัพท์ประเมินปัญหาการให้นมแม่ระยะที่3 หลังคลอด 4 สัปดาห์จัดกิจกรรมกลุ่มระหว่างรอบบุตรตรวจสุขภาพและฉีดวัคซีน ระยะที่4 เมื่อ 6 สัปดาห์หลังคลอดโทรศัพท์ติดต่อประเมินการบีบน้ำนมแม่ด้วยมือการปั๊มนมแม่ด้วยถ้วยและการเก็บรักษานมแม่พบว่ามารดาที่ร่วมในโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะของตนเอง มีคะแนนการรับรู้สมรรถนะของตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หลังคลอด 4 และ 8 สัปดาห์สูงกว่ามารดาที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและมีคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก่อนจำหน่ายจากโรงพยาบาลสูงกว่าก่อนการศึกษาและสูงกว่ามารดาที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมและเมื่อ 8 สัปดาห์หลังคลอดมีระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และระยะเวลาที่ตั้งใจจะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนานกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติประภาพร วิสารพันธ์(2551) ศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่ออัตราและระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวในมารดาทำงานนอกบ้าน ซึ่งโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ประกอบด้วย ในระยะตั้งครรภ์กิจกรรมกลุ่มแลกเปลี่ยนเรื่องประโยชน์นมแม่เหตุการณ์ที่ต้องเผชิญในระยะหลังคลอดที่อาจจะเป็นอุปสรรคในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ปัญหาและวิธีการแก้ไข สาธิตและฝึกทักษะการอุ้มลูกดูดนมแม่ ได้รับการแจกคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และเมื่อมาคลอดลูกจะได้ดูดนมมือแรกใน 1 ชั่วโมงหลังคลอด และทุกๆ 2-3 ชั่วโมงประมาณ 3 มื้อจนกว่าแม่จะมั่นใจ และปฏิบัติได้ถูกต้องในเวลาที่ยุติมาเยี่ยมจะมีการพูดคุยร่วมกันเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก่อน

จำหน่ายจะได้รับการประเมินประสิทธิภาพการให้นมบุตร (LATCH) และรับแจกถุงเก็บน้ำนมแม่และเมื่อกลับไปอยู่บ้านใช้โทรศัพท์ติดตามเยี่ยมในระยะ 1 วัน, 1 สัปดาห์และทุก 1 เดือนจนกว่าทารกจะอายุครบ 4 เดือน กรณีมีปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สามารถโทรศัพท์ปรึกษาได้ตลอด 24 ผลการศึกษาพบว่า มารดากลุ่มทดลองมีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 4 เดือน คิดเป็น ร้อยละ 26.67 ขณะที่กลุ่มควบคุมมีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 4 เดือน คิดเป็นร้อยละ 0 ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติมารดากลุ่มทดลองมีระยะเวลาเฉลี่ย ในการเลี้ยง ลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนานกว่ากลุ่มควบคุม (69.5 วันและ 4.46 วันตามลำดับ)ซึ่งแตกต่างกันอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติพัชรวิรัมย์ (2552) ศึกษาเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมการพัฒนารูปแบบการดูแลต่อเนื่องเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาครรภ์แรก พบว่า รูปแบบการดูแลต่อเนื่องเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มี 4 ระยะ ได้แก่ระยะตั้งครรรภ์ ตั้งแต่ไตรมาส 2 ประเมินความตั้งใจของมารดาต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เมื่อพบว่ามารดาตั้งใจจึงให้ความรู้เรื่องการให้นมแม่คัดกรองและแก้ไขหัวนมลานนมที่มีผลต่อการให้นมลูก แต่ถ้าพบว่าไม่ตั้งใจให้โน้มน้าวเพื่อส่งเสริมให้มีความตั้งใจ ระยะคลอดสอนหายใจเพื่อบรรเทาอาการเจ็บครรภ์ลดการใช้ยาแก้ปวดและยานอนหลับ ในรายคลอดปกติ ประเมินความพร้อมของมารดาและลูกนำลูกมาโอบกอดเนื้อแนบเนื้อและให้ดูดนมแม่ครั้งแรก หลังคลอดประเมินความพร้อมและนำลูกมาดูดนมแม่บ่อยๆ ให้ความรู้ในเรื่องนมแม่และสาธิตย้อนกลับมารดาที่มีแนวโน้มจะมีปัญหาในการให้นมแม่ที่บ้าน นัดมาโรงพยาบาลเพื่อติดตามอย่างต่อเนื่องติดตามทางโทรศัพท์ 7 วันหลังคลอดทุกรายพบว่ามารดามีพฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ดีร้อยละ 53.3 มีระยะเวลาในการให้นมแม่ตามคาดหวังมากกว่าและเท่ากับ 6 เดือน 5 ราย ร้อยละ 33.3 พิมพ์ชนก แพสุวรรณ (2551) ศึกษาประสิทธิภาพรูปแบบการแก้ไขปัญหานมแม่ในมารดาที่รับบริการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 8 นครสวรรค์พบว่า ทั้ง 2 กลุ่มมีค่าคะแนนเฉลี่ยของความรู้ ทักษะคิด และพฤติกรรมเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว ในกลุ่มศึกษา และกลุ่มเปรียบเทียบเฉลี่ย 5.29 เดือน และ 5.48 เดือน ตามลำดับ เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว ทั้ง 2 กลุ่มไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และเมื่อเปรียบเทียบงบประมาณในการดำเนินการติดตามแก้ไขปัญหานมแม่ ด้วยการเยี่ยมบ้าน ในกลุ่มศึกษา ซึ่งให้พยาบาลอนามัยชุมชนติดตามเยี่ยมที่บ้าน 4 ครั้ง ได้แก่ 14 วัน, 2, 4, 5 เดือนหลังคลอดและติดตามอายุ 6 เดือนที่แผนกตรวจสุขภาพเด็กดี พบว่าใช้งบประมาณ (เป็นค่าน้ำมันเชื้อเพลิง) สูงกว่า กลุ่มเปรียบเทียบ ซึ่งใช้วิธีการประสานเครือข่าย ไปรษณีย์บัตร และวิธีการโทรศัพท์ให้คำแนะนำเป็นรายบุคคล ในการติดตาม เดือนที่ 2, 4 และ 5 ตามลำดับและติดตามอายุ 6 เดือนที่แผนกตรวจสุขภาพเด็กดีรุจิรา ภู่วทิว (2551) ศึกษาปัจจัยการรับรู้ปัจจัยร่วม และพฤติกรรมเตรียมตัวเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องก่อนกลับไปทำงาน ของมารดาที่ทำงานนอกบ้าน โดยศึกษาในมารดาที่มีความตั้งใจให้นมแม่ร่วมกับ

ทำงานนอกบ้าน ลากคลอได้ไม่เกิน 90 วัน และยังให้นมแม่ในระยะ 6 สัปดาห์แรกหลังคลอด โดยได้รับคำแนะนำและตรวจสอบวิธีการบีบน้ำนมตนเองด้วยมือเมื่อหลังคลอด พบว่าการรับรู้ประโยชน์และวิธีการเตรียมตัวเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง ไม่สอดคล้องกับพฤติกรรมเตรียมตัวเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง ก่อนกลับไปทำงาน เนื่องจากมารดาขาดความมั่นใจในการบีบเก็บนม การปั๊มนมแม่ด้วยแก้ว รวมทั้งคุณค่าของน้ำนมแม่ที่บีบเก็บแช่เย็นไว้ไร้ภูมิต้านทาน, จิตอาสา ทองเชื้อ และสุนทร ทองเยี่ยม (2552) ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้แก่ อายุ อาชีพ ปัญหาด้านนม อักเสบ / หัวนมแตก สุขภาพของมารดาและทารกหลังคลอด การได้รับความรู้ที่ถูกต้องเหมาะสมของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการมีทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อาจารย์ สุริยจันทร์(2548) ศึกษาผลการพยาบาลครอบครัวต่อการรับรู้และการสนับสนุนของครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยใช้การพยาบาลครอบครัว โดยสัปดาห์ที่ 1 หลังคลอด เยี่ยมบ้านให้ความรู้กับครอบครัวเกี่ยวกับประโยชน์ของนมแม่ ผลกระทบจากการให้อาหารที่ไม่เหมาะสมกับทารกอุปสรรคของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และแนวทางการแก้ไข การปฏิบัติตัวในระยะหลังคลอดและการดูแลทารกแรกเกิดช่วยเหลือครอบครัวที่ประสบปัญหาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยให้ครอบครัวและมารดาหลังคลอดมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาตามสภาพปัญหาที่แท้จริงของแต่ละครอบครัว มีการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยการพูดคุย ชมเชย ให้กำลังใจ เสริมสร้างความมั่นใจของครอบครัวและมารดาหลังคลอดในการเผชิญปัญหาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ช่วยเหลือบรรเทาความไม่ สุขสบายด้านร่างกายของมารดาหลังคลอด เปิดโอกาสให้ครอบครัวได้แสดงความคิดเห็นเล่าประสบการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่พร้อมสรุปประเด็นที่ถูกต้อง ในช่วงสัปดาห์ที่ 2 หลังคลอดติดตามประเมินปัญหาอุปสรรคของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมมือกับครอบครัวและมารดาหลังคลอดในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรคต่างๆที่ประสบ พบว่ามารดา กลุ่มที่ได้รับการพยาบาลครอบครัวเพิ่มเติมจากงานประจำมีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์มากขึ้นในสวรรค์ ใฝ่ประเสริฐ(2548) ศึกษาประสิทธิผลของการบูรณาการการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่ออัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว นาน 6 เดือน ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ นครสวรรค์โดยติดตามหญิงตั้งครรภ์จำนวน 261 คน ซึ่งมาคลอดที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 8 นครสวรรค์ และติดตามต่อเนื่องจนทารกอายุ 6 เดือน ที่คลินิกสุขภาพเด็กดีพบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติคือระดับของการศึกษาและการประกอบอาชีพของมารดา

กรอบแนวคิดในการวิจัย



- การติดตามเยี่ยมหลังคลอด
- คลินิกนมแม่
-

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

วิจัยนี้เป็นการศึกษาเชิงวิเคราะห์ (Analytical Research) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน และศึกษาอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวกว่า 6 เดือนของมารดาหลังคลอดในเขตตำบลกำแพง อำเภออุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษของโรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย อำเภออุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษมีรายละเอียดการดำเนินการศึกษา ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

มารดาที่พบบุตรอายุ 6 เดือน- 18เดือน(บุตรคลอดเดือนเมษายน 2554 –เดือนเมษายน 2555)ที่มารับบริการที่แผนกสุขภาพเด็กดีใน โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย และมารดาหลังคลอดมีภูมิลำเนาอยู่ในเขตตำบลกำแพง อำเภออุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษในเดือนตุลาคม 2555 จำนวน 62 รายจากสูตร

$$n = \frac{N}{1+Ne^2}$$

n = ขนาดกลุ่มตัวอย่าง

N = ประชากรที่ใช้ศึกษา (ยอดผู้รับบริการอายุ 6 เดือน- 1 ปีครึ่งใน เดือนตุลาคม 2555เท่ากับ 74 คน)

e = ค่าความเชื่อมั่น (0.05)

เงื่อนไข มารดาต้องฝากครรภ์ที่โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยและคลอดที่โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยและต้องผ่านเข้าโรงเรียนพ่อแม่ที่คลินิกนมแม่ มีจำนวน 45 ราย

โดยมีคุณสมบัติตามเกณฑ์ ดังนี้

1. เข้าร่วมโครงการด้วยความสมัครใจ
2. เป็นผู้รับบริการต่อเนื่องตั้งแต่ฝากครรภ์ คลอดที่โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย หลังคลอดตลอดจนพบบุตรมารับวัคซีนตามนัดจนครบอายุ 6 เดือน- 1ปีครึ่งที่แผนกเด็กดี(สสช.)โรงพยาบาล

อุทุมพรพิสัยอำเภออุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษ และต้องเข้าอบรม โรงเรียนพ่อ-แม่ตอนหลังคลอดที่
คลินิกนมแม่โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษ

3. เป็นมารดาหลังคลอดแข็งแรงดีไม่มีภาวะแทรกซ้อนและบุตรมีสุขภาพแข็งแรงดีใน 48
ชั่วโมงหลังคลอด

2.เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ใช้แบบสัมภาษณ์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย 3 ส่วนคือ

ส่วนที่ 1 แบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไปของมารดาหลังคลอด

ส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์ความรู้ของมารดาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ส่วนที่ 3 แบบสัมภาษณ์ทัศนคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

1. แบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไปของมารดาหลังคลอด เช่น อายุ การศึกษา อาชีพ รายได้
จำนวนบุตร โรคประจำตัวของมารดา โรคประจำตัวของบุตร

2. แบบสัมภาษณ์ความรู้ของมารดาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มี 20 ข้อ

ตอบถูกให้ 1 คะแนน ตอบผิดให้ 0 คะแนน

3. แบบสัมภาษณ์ทัศนคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มี 10 ข้อ

ทัศนคติด้านบวก 5 ข้อ ถามความคิดเห็น 5 ระดับ

ตอบเห็นด้วยอย่างยิ่ง ให้ 5 คะแนน

ตอบเห็นด้วย ให้ 4 คะแนน

ตอบไม่แน่ใจ เฉยๆ ให้ 3 คะแนน

ตอบไม่เห็นด้วย ให้ 2 คะแนน

ตอบไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ให้ 1 คะแนน

ทัศนคติด้านลบ 5 ข้อถามความคิดเห็น 5 ระดับ

ตอบไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ให้ 5 คะแนน

ตอบไม่เห็นด้วย ให้ 4 คะแนน

ตอบไม่แน่ใจ เฉยๆ ให้ 3 คะแนน

ตอบเห็นด้วย ให้ 2 คะแนน

ตอบด้วยอย่างยิ่ง ให้ 1 คะแนน

เกณฑ์การแบ่งระดับคะแนนใช้แบบอิงเกณฑ์ของ Bloom(1994:42)ดังนี้

คะแนนเท่ากับหรือมากกว่าร้อยละ 80 สูง

คะแนนตั้งแต่ร้อยละ 60 – 79 ปานกลาง

คะแนนน้อยกว่าร้อยละ 60 ต่ำ

3.การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

ผู้วิจัยทำแบบสัมภาษณ์ขึ้นเอง เสนอให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่านตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหา หลังจากผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว ผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมแล้วนำไปใช้

4.การเก็บรวบรวมข้อมูล ดำเนินการดังนี้ ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยการสัมภาษณ์มารดาหลังคลอดกลุ่มตัวอย่างที่พานุศรมารับบริการฉีดวัคซีนที่คลินิกเด็กดีแผนกส่งเสริมสุขภาพ(สสช.) โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษ ระหว่างวันที่ 1-31 ตุลาคม 2555

5.การวิเคราะห์ข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป

- 1.สถิติพรรณนา ได้แก่ จำนวน ร้อยละ การแจกแจงความถี่
- 2.สถิติวิเคราะห์ ใช้การทดสอบไคสแควร์(Chi-Square Tests)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนของมารดา หลังคลอดในเขตตำบลกำแพง อำเภออุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษที่คลอดระหว่างเดือนเมษายน 2554 – เดือนเมษายน 2555 ที่บุตรมีอายุครบ 6 เดือน – 18 เดือนในเดือนตุลาคม 2555 ที่มารับบริการฉีดวัคซีนที่แผนกเด็กดี ฝ่ายส่งเสริมสุขภาพ(สสช.) โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย อำเภออุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษ ที่มีคุณสมบัติครบถ้วนตามเงื่อนไขมีจำนวน 45 ราย ผลการวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอด้วย

ตารางประกอบคำบรรยายตามลำดับดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 2 ความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ส่วนที่ 3 ทักษะต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ส่วนที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่างๆ กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

อย่างเดียวนาน 6 เดือน

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ผลการศึกษาพบว่ามารดาหลังคลอดร้อยละ 46.7 มีอายุต่ำกว่า 30 ปี ส่วนใหญ่มีอายุมากกว่า 30 ปีร้อยละ 53.3 , มีการศึกษาระดับปริญญาตรีร้อยละ 48.9 การศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรี ร้อยละ 51.1 , การประกอบอาชีพส่วนมากรับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจร้อยละ 48.9 , มีรายได้มากกว่าหนึ่งหมื่นบาทต่อเดือนร้อยละ 57.8 มีรายได้ต่ำกว่าหนึ่งหมื่นบาทต่อเดือนร้อยละ 42.2 ,

ส่วนใหญ่มีบุตรจำนวน 1 คน ร้อยละ 48.9 มีบุตรจำนวน 2 คน ร้อยละ 42.2 ปัจจุบันบุตรคนสุดท้ายที่มีอายุ 6 เดือนร้อยละ 15.6 , อายุ 7 – 12 เดือนร้อยละ 46.5 , อายุ 13 – 18 เดือนร้อยละ 37.6 บุตรส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัวร้อยละ 97.8, มารดาส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัวร้อยละ 95.6 , บุตรกินนมแม่อย่างเดียว ครบ 6 เดือนร้อยละ 55.6 , กินนมแม่อย่างเดียว น้อยกว่า 6 เดือนร้อยละ 44.4 ดังรายละเอียดในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของมารดาหลังคลอดจำแนกตามข้อมูลทั่วไป

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
--------------	------------	--------

อายุ(ปี)		
< 30 ปี	21	46.7
≥ 30 ปี	24	53.3
ระดับการศึกษา		
<ปริญญาตรี	23	51.1
≥ปริญญาตรี	22	48.9
อาชีพ		
ทำไร่ ทำนา ทำสวน	7	15.6
รับราชการ/วิสาหกิจ	17	37.8
ค้าขาย	8	17.8
รับจ้างทั่วไป	4	8.9
นักธุรกิจ(เจ้าของกิจการ)	2	4.4
แม่บ้าน	5	11.1
อื่นๆ	2	4.4
รายได้เฉลี่ยต่อเดือน/บาท		
< 15,000	19	42.2
≥15,000	26	57.8
จำนวนบุตร(คน)		
1	22	48.9
2	19	42.2
3	3	6.7
4	1	2.2

อายุบุตรคนสุดท้อง(เดือน)		
6	7	15.6
7 – 12	21	46.5
13 - 18	17	37.6
โรคประจำทารก		
ไม่มี	44	97.8
มี	1	2.2
โรคประจำตัวมารดา		
ไม่มี	43	95.6
มี	2	4.4
การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว		
< 6 เดือน	20	44.4
≥ 6 เดือน	25	55.6

2.ความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ผลการศึกษา พบว่า มารดาหลังคลอดส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ถูกต้อง 2 ลำดับแรก ได้แก่ นมแม่อย่างเดียวช่วยลดการติดเชื้ออุจจาระร่วงและ เด็กที่กินนมแม่จะมีพัฒนาการและความฉลาด ไอคิว ดีกว่าเด็กที่กินนมผสม ตอบถูกทั้งหมด รองลงมาคือ ทารกที่กินนมแม่ป่วยเป็น โรคอุจจาระร่วงมากกว่าเด็กที่กินนมผสมและนมมีสารสร้างเซลล์สมองทำให้ลูกฉลาด ร้อยละ 97.8

มารดาหลังคลอดมีความรู้น้อยที่สุด หรือตอบผิดมาก 2 ลำดับแรก ได้แก่ เด็กที่กินนมแม่จะมีน้ำหนักน้อยกว่าเด็กที่กินนมผสม ร้อยละ 44 รองลงมาคือ การเลี้ยงลูกด้วยนมผสมเหมาะสมสำหรับแม่ที่ทำงานนอกบ้าน ร้อยละ 37.8 ดังรายละเอียดในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ร้อยละของมารดาหลังคลอด จำแนกตามความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ที่	ความรู้	ตอบถูก ร้อยละ	ตอบผิด ร้อยละ
1	นมแม่อย่างเดียวช่วยลดการติดเชื้อ โรคอุจจาระร่วง	100	0
2	ทารกที่กินนมแม่ป่วยเป็น โรคอุจจาระร่วงมากกว่าทารกที่กินนมผสม	97.8	2.2
3	สารอาหารในนมแม่ไม่เพียงพอสำหรับทารกอายุแรกเกิด – 6 เดือน	95.6	4.4

4	นมวัวมีโปรตีนที่น้อยได้ดีกว่านมแม่	95.6	4.4
5	นมแม่มีทั้งไขมันและน้ำย่อยตามที่ทารกต้องการ	95.6	4.4
6	หัวนมมีสารกระตุ้นการขับถ่ายขี้เทา ทำให้ลดอาการตาเหลือง	95.6	4.4
7	. นมแม่มีสารช่วยสร้างเซลล์สมองทำให้ลูกฉลาด	97.8	2.2
8	เด็กที่กินนมแม่จะมีพัฒนาการและความฉลาด ไอคิว ดีกว่าเด็กที่กินนมผสม	100	0
9	เด็กที่กินนมแม่จะมีน้ำหนักน้อยกว่าเด็กที่กินนมผสม	55.6	44.4
10	ขนาดของเต้านมมีผลต่อการสร้างน้ำนม	75.6	24.4
11	การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ช่วยขับน้ำคาวปลาทำให้หมดลูกเข้าอู่เร็ว	95.6	4.4
12	เมื่อลูกหลับไม่ควรปลุกลูกดูคนควรรอจนกว่าลูกจะตื่น	68.9	31.1
13	การโอบกอดเนื้อแนบเนื้อและดูคนในระยะแรกเกิดช่วยกระตุ้นฮอร์โมนที่ช่วยให้น้ำนมไหลมากขึ้น	93.3	6.7
14	การมีน้ำนมหยดจากเต้านมขณะดูคน บ่งชี้ว่ามีการหลั่งน้ำนมเต็มที่	95.6	4.4
15	การเลี้ยงลูกด้วยนมผสมเหมาะสำหรับแม่ที่ทำงานนอกบ้าน	62.2	37.8
16	แม่ที่ไปทำงานนอกบ้านสามารถเก็บนมแช่ตู้เย็นไว้เลี้ยงลูกได้	95.6	4.4
17	แม่ควรให้อาหารเสริมร่วมกับนมแม่เมื่อลูกอายุถึง 6 เดือน	91.1	8.9
18	การให้ลูกดูคนไม่ถูกวิธีทำให้ลูกได้รับนมไม่เพียงพอและทำให้หัวนมแตกได้	86.7	13.3

19	ห้วนมแตกเกิดจากอมห้วนมลึกถึงลานนม	73.3	26.7
20	แม่ควรรับประทานอาหารบำรุงและกระตุ้นการหลั่งน้ำนมเช่น จิง ปลี	100	0

เมื่อพิจารณา ความรู้ของมารดาหลังคลอด พบว่าส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ อยู่ในระดับสูงร้อยละ 91.1 อยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 6.7 อยู่ในระดับต่ำร้อยละ 2.2 ตามลำดับดังรายละเอียดในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของมารดาหลังคลอด จำแนกตามระดับความรู้

ระดับความรู้	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ต่ำ(0-11คะแนน)	1	2.2
ปานกลาง(11-15คะแนน)	3	6.7
สูง(16-20คะแนน)	41	91.1
รวม	45	100

3. ทักษะต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ผลการศึกษา พบว่า มารดาหลังคลอดมีทัศนคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ถูกต้อง 2 ลำดับแรก ได้แก่ แม่ที่ให้นมตัวเองเป็นการสร้างความรัก ความผูกพันระหว่างแม่- ลูกมากขึ้น ร้อยละ 88.9 รองลงมา คือลูกที่กินนมแม่เจริญเติบโตดี แข็งแรง ไม่ค่อยเจ็บป่วยง่าย ร้อยละ 80.0

มารดาหลังคลอดมีทัศนคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่น้อยที่สุด หรือตอบผิดมีส่วนน้อย ดังรายละเอียดในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ร้อยละของมารดาหลังคลอดจำแนกตามทัศนคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ข้อที่	ทัศนคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	ความคิดเห็น				
		เห็นด้วยอย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ เฉยๆ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
1	ให้ลูกกินนมแม่ทำให้แม่ทรวงเสีย	0	6.7	15.6	35.6	42.5

2	ให้นมแม่หรือนมผสมก็เหมือนกัน เพราะมี ประโยชน์เท่าๆ กัน	0	6.7	8.9	48.9	35.6
3	ในหอหลังคลอดแม่และลูกควรรนอน เตียงเดียวกันหรือนอนใกล้ๆ กัน	71.1	22.2	2.2	2.2	2.2
4	แม่ทำงานนอกบ้านเป็นอุปสรรคใน การเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่	11.1	24.4	4.4	44.4	13.3
5	น้ำนมเหลืองเป็นน้ำนมเสีย ควรบีบ ทิ้ง	6.7	4.4	4.4	17.8	66.7
6	แม่ที่ให้นมตัวเองเป็นการสร้างความ รัก ความผูกพันระหว่างแม่-ลูกมาก ขึ้น	88.9	8.9	0	0	2.2
7	น้ำนมแม่เป็นยาละลายช่วยขับจี้เทา ออกเร็ว	73.3	24.4	0	0	2.2
8	ลูกที่กินนมแม่เจริญเติบโตดี แข็งแรง ไม่ค่อยเจ็บป่วยง่าย	80.0	15.6	2.2	0	2.2
9	ให้ลูกดูดหัวนมยางจะทำให้ลูกไม่ ร้องกวน	0	0	13.3	35.6	51.1
10	ลูกดูดนมแม่จะได้นมที่สะอาด ลูกได้ ทันทีไม่ต้องเตรียม	71.1	22.2	0	4.4	2.2

เมื่อพิจารณาทัศนคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พบว่ามารดาหลังคลอดส่วนใหญ่มีทัศนคติต่อการเลี้ยง
ลูกด้วยนมแม่อยู่ในระดับสูงร้อยละ 100 ดังรายละเอียดในตารางที่ 5

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของมารดาหลังคลอดจำแนกตามระดับทัศนคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ระดับทัศนคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	จำนวน(คน)	ร้อยละ
คะแนนที่ ≥ 40 คะแนน	45	100
คะแนนที่ 30 -39.5 คะแนน	-	-
คะแนนที่ < 30 คะแนน	-	-
รวม	45	100

4. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนครบ 6 เดือน

อายุ จากผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีอายุน้อยกว่า 30 ปีมีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนครบ 6 เดือนมากกว่ามารดาที่มีอายุมากกว่า 30 ปีคือ ร้อยละ 57.1 และ ร้อยละ 54.2 ตามลำดับเมื่อทดสอบความสัมพันธ์ พบว่าอายุไม่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนครบ 6 เดือน ดังแสดงในตารางที่ 6

ตารางที่ 6 ความสัมพันธ์ระหว่างอายุกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนครบ 6 เดือน

กลุ่มอายุ	การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนครบ 6 เดือน		รวม
	น้อยกว่า 6 เดือน	มากกว่า 6 เดือน	
อายุน้อยกว่า 30	9(42.9)	12(57.1)	21(100)
อายุมากกว่า 30	11(45.8)	13(54.2)	24(100)
รวม	20(44.4)	25(55.6)	45(100)

$$X^2 = 0.000, df = 1, p = 1.000$$

จากผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการศึกษามากกว่าหรือเท่ากับปริญญาตรี มีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนครบ 6 เดือนมากกว่ามารดาที่มีการศึกษาต่ำกว่าปริญญา ร้อยละ 63.6 และ ร้อยละ 47.8 ตามลำดับเมื่อทดสอบความสัมพันธ์พบว่าการศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนครบ 6 เดือนดังแสดงในตารางที่ 7

ตารางที่ 7 ความสัมพันธ์ระหว่างการศึกษากับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน

การศึกษา	การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน		รวม
	น้อยกว่า 6 เดือน	มากกว่า 6 เดือน	
<ปริญญาตรี	12(52.2)	11(47.8)	23(100)
≥ปริญญาตรี	8(36.4)	14(63.6)	22(100)
รวม	20(44.4)	25(55.6)	45(100)

$$X^2 = .588, df = 1, p = .443$$

รายได้ จากผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้น้อยกว่าหนึ่งหมื่นบาท/เดือนมีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนมากกว่ามารดาหลังคลอด ที่มีรายได้มากกว่าหนึ่งหมื่นบาท/เดือนร้อยละ 63.2 และร้อยละ 50.0 ตามลำดับ เมื่อทดสอบความสัมพันธ์พบว่ารายได้ไม่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนดังแสดงในตารางที่ 8

ตารางที่ 8 ความสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน

รายได้	การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน		รวม
	น้อยกว่า 6 เดือน	มากกว่า 6 เดือน	
<หนึ่งหมื่นบาท/เดือน	7(36.8)	12(63.2)	19(100)
≥หนึ่งหมื่นบาท/เดือน	13(50)	13(50.0)	26(100)
รวม	20(44.4)	25(55.6)	45(100)

$$X^2 = .329, df = 1, p = .566$$

อาชีพ จากผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพรับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ มีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนมากกว่ามารดาหลังคลอดที่ไม่มีอาชีพรับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ ร้อยละ 64.7 และร้อยละ 50.0 ตามลำดับ เมื่อทดสอบความสัมพันธ์พบว่ารายได้ไม่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนดังแสดงในตารางที่ 9

ตารางที่ 9 ความสัมพันธ์ระหว่างอาชีพกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน

อาชีพ	การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน		รวม
	น้อยกว่า 6 เดือน	มากกว่า 6 เดือน	
ไม่ได้รับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ	14(50.0)	14(50.0)	28(100)
รับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ	6(35.3)	11(64.7)	17(100)
รวม	20(44.4)	25(55.6)	45(100)

$$X^2 = .427, df = 1, p = .514$$

โรคประจำตัวของทารก จากผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีโรคประจำตัวของทารกมีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวครบ 6 เดือนมากกว่ามารดาที่มีโรคประจำตัวของทารกร้อยละ 68.2 และร้อยละ 43.5 ตามลำดับเมื่อทดสอบความสัมพันธ์พบว่าโรคประจำตัวของทารกไม่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวครบ 6 เดือน ดังแสดงในตารางที่ 10

ตารางที่ 10 ความสัมพันธ์ระหว่างโรคประจำตัวของทารกกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน

โรคประจำตัวของทารก	การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน		รวม
	น้อยกว่า 6 เดือน	มากกว่า 6 เดือน	
ไม่มีโรคประจำตัว	7(31.8)	15(68.2)	22(100.0)
มีโรคประจำตัว	13(56.5)	10(43.5)	23(100.0)
รวม	20(44.4)	25(55.6)	45(100.0)

$$X^2 = 1.869, df = 1, p = .172$$

โรคประจำตัวของมารดา จากผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีโรคประจำตัวของมารดามีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวครบ 6 เดือนมากกว่ามารดาที่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 56.8 และร้อยละ 0 ตามลำดับ เมื่อทดสอบความสัมพันธ์พบว่าโรคประจำตัวของมารดาไม่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวครบ 6 เดือนดังแสดงในตารางที่ 11

ตารางที่ 11 ความสัมพันธ์ระหว่างโรคประจำตัวของมารดากับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน

โรคประจำตัวของมารดา	การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน		รวม
	น้อยกว่า 6 เดือน	มากกว่า 6 เดือน	
มีโรคประจำตัว	1(100.0)	0(0)	1(100.0)
ไม่มีโรคประจำตัว	19(43.2)	25(56.8)	44(100.0)
รวม	20(44.4)	25(55.6)	45(100.0)

$X^2 = .013$, $df = 1$, $p = .444$

ความรู้ จากผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับสูงมากกว่ามารดาที่มีความรู้ในระดับปานกลางร้อยละ 56.1 และร้อยละ 50.0 ตามลำดับ เมื่อทดสอบความสัมพันธ์พบว่าความรู้ของมารดาไม่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน ดังแสดงในตารางที่ 12

ตารางที่ 12 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของ มารดาหลังคลอดกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน

ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน		รวม
	น้อยกว่า 6 เดือน	มากกว่า 6 เดือน	
มีความรู้ระดับปานกลาง	2(50.0)	2(50)	4(100.0)
มีความรู้ระดับสูง	18(43.9)	23(56.1)	41(100.0)
รวม	20(44.4)	25(55.6)	45(100.0)

$X^2 = .000$, $df = 1$, $p = 1.000$

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

สรุปผล

การวิจัยเชิงวิเคราะห์ครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวกว่า 6 เดือนของมารดาหลังคลอดในเขตตำบลกำแพง อำเภออุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษและเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวกว่า 6 เดือน กลุ่มตัวอย่างคือ มารดาหลังคลอดที่คลอดใน โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยคลอดระหว่างเดือนเมษายน 2554 – เมษายน 2555 บุตรมีอายุ 6 เดือน – 18 เดือนในเดือนตุลาคม 2555 ที่พบบุตรมารับบริการฉีดวัคซีนที่คลินิกเด็กดี ฝ่ายส่งเสริมสุขภาพ(สสข.) โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษ โดยการเลือกแบบสุ่มตัวอย่าง มารดาหลังคลอดที่มีคุณสมบัติครบคือมาฝากครรภ์ที่แผนกฝากครรภ์(สสข.) โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย และคลอดที่โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย ตอนหลังคลอดต้องผ่านเข้าโรงเรียนพ่อแม่ที่คลินิกนมแม่ จำนวน 45 ราย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่แบบสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยจัดทำขึ้นเอง ซึ่งประกอบด้วย ข้อมูล 3 ส่วน ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของมารดาหลังคลอด ส่วนที่ 2 ความรู้ของมารดาหลังคลอด เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และส่วนที่ 3 ทักษะต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทดสอบความเชื่อมั่น โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน เก็บรวบรวมข้อมูล โดยการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม 2555- 31 ตุลาคม 2555 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป สถิติพรรณนา ได้แก่ จำนวน ร้อยละ การแจกแจงความถี่ และสถิติวิเคราะห์ Chi-Square Tests ผลการวิจัยมีดังต่อไปนี้

กลุ่มตัวอย่างมีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวกว่า 6 เดือนร้อยละ 55.6 อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่น้อยกว่า 6 เดือนมีเพียงร้อยละ 44.4

เมื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ได้แก่อายุ การศึกษา อาชีพ รายได้ จำนวนบุตร โรคประจำตัวของมารดา โรคประจำตัวของทารก ความรู้และ ทักษะของมารดาหลังคลอดพบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน

อภิปรายผล

ผู้วิจัยขออภิปรายผลการวิจัย ตามวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้

1.อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนร้อยละ 55.6 ซึ่งมากกว่าเกณฑ์มาตรฐานของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขที่กำหนดให้โรงพยาบาลที่ดำเนินงาน โรงพยาบาลสายใยรักแห่งครอบครัว มีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนร้อยละ 50 ขึ้นไปหรือเพิ่มจากฐานเดิมร้อยละ 2.5

ซึ่งถือว่าสนับสนุนการดำเนินงาน โรงพยาบาลสายใยรักให้ประสบผลสำเร็จตามเป้าหมาย เนื่องจากการที่โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยดำเนินงานตามมาตรฐานโรงพยาบาลสายรักแห่งครอบครัว โดยยึดหลักบันไดสิบขั้นสู่ความสำเร็จการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ , หลักสำคัญในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (The Academy of Breastfeeding Medicine, 2004) และเมื่อพิจารณาจากกลุ่มตัวอย่างพบว่า กลุ่มตัวอย่างเอง(มารดาหลังคลอด)อาศัยอยู่ในชุมชนเมือง ส่วนใหญ่มีอาชีพรับราชการ/พนักงาน รัฐวิสาหกิจถึงร้อยละ 37.8 , มีความรู้อยู่ในระดับสูง(16-20 คะแนน)ร้อยละ91.1,ทั้งหมดมีทัศนคติที่ถูกต้องต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับสูง(คะแนน ≥ 40 คะแนน) และมาฝากครรภ์และคลอดในโรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยรวมทั้งได้เข้ากิจกรรม โรงเรียนพ่อแม่และทุกคนผ่านคลินิกนมแม่

2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน เมื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ได้แก่ อายุ การศึกษา อาชีพ รายได้ จำนวนบุตร โรคประจำตัวของมารดา โรคประจำตัวของทารก ความรู้และ ทัศนคติ ของมารดาหลังคลอด พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 ซึ่งไม่สอดคล้องกับ จิตภา ทองเชื้อ และสุนระ ทองเยี่ยม (2552) ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้แก่ อายุ อาชีพ ปัญหาเต้านม อักเสบ / หัวนมแตก สุขภาพของมารดาและทารกหลังคลอด การได้รับความรู้ที่ถูกต้องเหมาะสมของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการมีทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ อธิบายได้ว่าเพราะการเก็บกลุ่มตัวอย่าง จำนวนอาจน้อยเกินไปและมีเงื่อนไขคือกลุ่มตัวอย่างต้องฝากท้องและคลอดที่โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยและต้องผ่านคลินิกนมแม่ทำให้ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวนน้อยและเก็บแค่กลุ่มเดียวเฉพาะในเขตตำบลกำแพงซึ่งเป็นชุมชนเมือง ส่วนใหญ่จะเข้าถึงข้อมูลข่าวสาร สื่อต่างๆ และมีความรู้ในระดับดี และส่วนมากมีการศึกษาในระดับปริญญาตรี จึงทำให้ปัจจัยไม่แตกต่างกันมากจึงทำให้ไม่สัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน

ข้อเสนอแนะ

ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

1. โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัยมีนโยบายส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีการจัดอบรมเจ้าหน้าที่ครบ 80 % ทุกปี ควรจะเพิ่มการอบรมให้เจ้าหน้าที่ใน โรงพยาบาลให้ครบ 100 % และควรประเมินความรู้ความเข้าใจในนโยบายการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของเจ้าหน้าที่ และ นอกจากนั้นควรขยายเครือข่ายนโยบายการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สู่ชุมชน โดยจัดอบรมเจ้าหน้าที่สถานีอนามัย อสม. เพื่อให้คำแนะนำแก่หญิงที่ตั้งครรภ์และมารดาหลังคลอด

2. จากการศึกษาพบว่า มีมารดาหลังคลอดที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวน้อยกว่า 6 เดือน ถึงร้อยละ 44.4 ซึ่ง ถือว่ายังมากอยู่ ดังนั้นจึงควรมีการรณรงค์ ส่งเสริมให้มีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่าง

เด็ยว 6 เดือน ใ้หมักยั้งขึ้น โดยแนะนำหญิงที่ตั้งครรภ์มาฝากครรภ์โดยเร็วตั้งแต่ที่ทราบว่ตั้งครรภ์ เพื่อให้ได้เข้าโครงการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ครบกระบวนการ และควรจัดตั้งชมรมมารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ขึ้นในชุมชนต่างๆ เช่นชมรมนมแม่ ชมรมสายใยรัก ชมรมทูตนมแม่ เพื่อให้สมาชิกได้พบกันและช่วยเหลือซึ่งกันและกันเป็นการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ประสบผลสำเร็จมากยิ่งขึ้นไป

3. จากการศึกษาคั้งนี้ พบว่ไม่มีปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเด็ยว 6 เดือน อาจเป็นเพราะการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างยั้งน้อยอาจไม่เพียงพอ และเป็นกรเก็บข้อมูลในกลุ่มชุมชนเมืองเพียงกลุ่มเด็ยว ดังนั้นการศึกษาคั้งต่อไปควรเก็บข้อมูลให้มากขึ้นและเก็บในกลุ่มอื่นๆ ให้มีความหลากหลายของข้อมูลทั้งในชุมชนเมืองและชนบท เป็นต้น

บรรณานุกรม

- เกศินี นารด ทองปัญญา. โครงการ การศึกษาเรื่อง การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว ของครอบครัว . รายงานการศึกษาอิสระปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา การพยาบาลครอบครัว คณะพยาบาลศาสตรมหาวิทาลัยขอนแก่น.2552.
- กรรณิการ์ บางสาขน้อย.(2548). เอกสารประกอบการประชุมเชิงปฏิบัติการการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่. ศูนย์อนามัยที่ 10 เชียงใหม่
- นันทพร พ่วงแก้ว. ผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ สมรรถนะของตนเองต่อพฤติกรรมและระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดา ทำงานนอกรบ้านที่มีบุตรคนแรก. วิทยานิพนธ์ สาขาการพยาบาลเด็ก คณะพยาบาลศาสตร มหาวิทาลัยมหิดล.2548.
- ประภาพร วิสารพันธ์.ผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่ออัตราและระยะเวลา การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวมารดาที่ทำงานนอกรบ้าน.วิทยานิพนธ์การพยาบาลมารดา ทารกแรกเกิดและสุขภาพสตรีมหาวิทาลัยมหิดล.2551.
- พัชรี รัสมิแจ่ม. การพัฒนารูปแบบการดูแลต่อเนื่องเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดา ครรภ์แรก.วิทยานิพนธ์สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน มหาวิทาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระ เกียรติ.2552.
- พัชรี วรร กิจพูนผล.Evidence based nursing for breastfeeding. (11 พฤษภาคม 2553).
[http://www.cmnb.org/cmn/index.php/newborn/12-evidence-based-nursing-practice-for-breastfeeding-inneonates.](http://www.cmnb.org/cmn/index.php/newborn/12-evidence-based-nursing-practice-for-breastfeeding-inneonates)
- พิมพ์ชนก แพสุวรรณ .ศึกษาประสิทธิภาพรูปแบบการแก้ไขปัญหานมแม่ในมารดาที่รับบริการ. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่8 นครสวรรค์.2551.
- มณฑา ไชยวัฒน์และคณะ. ปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่าง เดียว 6 เดือน. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่4 ราชบุรี .2550.
- รุจิรา ภูทิว. ปัจจัยการรับรู้ ปัจจัยร่วม และพฤติกรรมเตรียมตัวเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่าง ต่อเนื่องก่อนกลับไปทำงาน ของมารดาที่ทำงานนอกรบ้าน.วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตร มหาบัณฑิตสาขาวิชาการผดุงครรภ์ขั้นสูง บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทาลัยขอนแก่น.2551.
- เรณู สุขแจ่ม,จิตาภา ทองเชื้อและสุนระ ทองเอี่ยม. ปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จของการเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่8 นครสวรรค์.2552.

วารสารพิมพ์พรหมสาขา ณ สกลนคร.การประเมินกระบวนการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่.

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่6 ขอนแก่น.2548.

ศิริภรณ์ สวัสดิ์วิธ. เอกสารประกอบการอบรมนมแม่ระยะสั้น การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ครั้งที่ 4

สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี. 2553.

ไสววรรณ ไพ่ประเสริฐ .การศึกษาประสิทธิผลของการบูรณาการการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ต่ออัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ

นครสวรรค์. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่8 นครสวรรค์.2548.

หอผู้ป่วยสูติกรรม กลุ่มการพยาบาล โรงพยาบาลศรีสะเกษ.ผลการเยี่ยมบ้านหญิงหลังคลอดต่อ

ความรู้และอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนในเขตเทศบาลเมืองศรีสะเกษ.2551

อาจารย์ สุริยพันธ์.ผลการพยาบาลครอบครัวต่อการรับรู้และการสนับสนุนของครอบครัว

ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ □ วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการ

พยาบาลครอบครัวบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น. 2548.

ภาคผนวก

แบบสัมภาษณ์

การศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน

ตำบลกำแพง อำเภออุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษ

คำแนะนำในการสัมภาษณ์

1. ขอความร่วมมือในการตอบแบบสัมภาษณ์โดยแจ้งให้ทราบว่าข้อมูลที่ได้จะเก็บไว้เป็นความลับ
2. แบบสัมภาษณ์นี้ใช้สัมภาษณ์มารดาที่มีบุตรอายุ 6- 18 เดือน ที่มีภูมิลำเนาในเขตตำบลกำแพง

เลขที่แบบสัมภาษณ์.....

ที่อยู่อาศัย บ้านเลขที่.....หมู่ที่.....ชื่อหมู่บ้าน.....ตำบล.....

อำเภอ.....จังหวัด.....

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของมารดา

1. ปัจจุบันท่านอายุ.....ปี

2. ท่านจบการศึกษาชั้นสูงสุด

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่ได้เรียนหนังสือ | <input type="checkbox"/> 2. ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 |
| <input type="checkbox"/> 3. ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น | <input type="checkbox"/> 4. ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช. |
| <input type="checkbox"/> 5. อนุปริญญา/ปวส. | <input type="checkbox"/> 6. ปริญญาตรี |
| <input type="checkbox"/> 7. ปริญญาโท | <input type="checkbox"/> 8. อื่น ๆ ระบุ..... |

3. ท่านประกอบอาชีพใดเป็นอาชีพหลัก (อาชีพที่ทำรายได้มากที่สุด)

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 1. ทำไร่ ทำนา ทำสวน | <input type="checkbox"/> 2. เลี้ยงสัตว์/ ประมง |
| <input type="checkbox"/> 3. รับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ | <input type="checkbox"/> 4. ค้าขาย |
| <input type="checkbox"/> 5. รับจ้างทั่วไป | <input type="checkbox"/> 6. นักธุรกิจ (เช่น เจ้าของกิจการ/เจ้าของที่ดิน/บ้านเช่า) |
| <input type="checkbox"/> 7. แม่บ้าน | <input type="checkbox"/> 8. อื่น ๆ ระบุ..... |

4. รายได้ของครอบครัวท่าน / เดือน จำนวน.....บาท/เดือน

5. จำนวนบุตร.....คน

6. ปัจจุบันบุตรคนสุดท้ายของท่านมีอายุ.....เดือน

7. โรคประจำตัวของทารก () ไม่มี () มีระบุ.....

8. โรคประจำตัวของมารดา () ไม่มี () มีระบุ.....

9. การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว () น้อยกว่า 6 เดือน

() มากกว่า 6 เดือน

ส่วนที่ 2 ความรู้ของมารดาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

คำชี้แจง จงกาเครื่องหมาย \surd หน้าข้อที่ถูก และกาเครื่องหมาย \times หน้าข้อที่ผิด

- 1. นมแม่อย่างเดียวช่วยลดการติดเชื้อโรคอุจจาระร่วง
- 2. ทารกที่กินนมแม่ป่วยเป็น โรคอุจจาระร่วงมากกว่าทารกที่กินนมผสม
- 3. สารอาหารในนมแม่ไม่เพียงพอสำหรับทารกอายุแรกเกิด – 6 เดือน
- 4. นมวัวมีโปรตีนที่น้อยกว่านมแม่
- 5. นมแม่มีทั้งไขมันและน้ำย่อยตามที่ทารกต้องการ
- 6. หัวนมที่มีสารกระตุ้นการขับถ่ายชี้เทา ทำให้ลดอาการตาเหลือง
- 7. นมแม่มีสารช่วยสร้างเซลล์สมองทำให้ลูกฉลาด
- 8. เด็กที่กินนมแม่จะมีพัฒนาการและความฉลาด ไอคิว ดีกว่าเด็กที่กินนมผสม
- 9. เด็กที่กินนมแม่จะมีน้ำหนักน้อยกว่าเด็กที่กินนมผสม
- 10. ขนาดของเต้านมมีผลต่อการสร้างน้ำนม
- 11. การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ช่วยขับน้ำคาวปลาทำให้มดลูกเข้าอู่เร็ว
- 12. เมื่อลูกหลับไม่ควรปลุกลูกดูนมควรรอจนกว่าลูกจะตื่น
- 13. การโอบกอดเนื้อแนบเนื้อและดูคนมในระยะแรกเกิดช่วยกระตุ้นฮอร์โมนที่ช่วยให้น้ำนมไหลมากขึ้น
- 14. การมีน้ำนมหยดจากเต้านมขณะลูกดูดนม บ่งชี้ว่ามีการหลั่งน้ำนมเต็มที่
- 15. การเลี้ยงลูกด้วยนมผสมเหมาะสำหรับแม่ที่ทำงานนอกบ้าน
- 16. แม่ที่ไปทำงานนอกบ้านสามารถเก็บนมแช่ตู้เย็นไว้เลี้ยงลูกได้
- 17. แม่ควรให้อาหารเสริมร่วมกับนมแม่เมื่อลูกอายุถึง 6 เดือน
- 18. การให้ลูกดูดนมไม่ถูกวิธีทำให้ลูกได้รับนมไม่เพียงพอและทำให้หัวนมแตกได้
- 19. หัวนมแตกเกิดจากอมหัวนมลึกถึงลานนม
- 20. แม่ควรรับประทานอาหารบำรุงและกระตุ้นการหลั่งน้ำนมเช่น จิง ปลี

ส่วนที่ 3. ทศนคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

คำชี้แจง จงกาเครื่องหมาย ✓ หน้าข้อที่ท่านเห็นว่าเหมาะสม

รายละเอียดข้อคิดเห็น	ความคิดเห็น				
	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่แน่ใจ เฉยๆ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
1. ให้ลูกกินนมแม่ทำให้แม่ทรวงเสียว 2. ให้นมแม่หรือนมผสมก็เหมือนกันเพราะมี ประโยชน์เท่าๆ กัน 3. ในหอหลังคลอดแม่และลูกควรนอนเตียง เดียวกันหรือนอนใกล้ๆ กัน 4. แม่ทำงานนอกบ้านเป็นอุปสรรคในการเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่ 5. นำนมเหลือเป็นนํานมเสีย ควรบีบทิ้ง 6. แม่ที่ให้นมตัวเองเป็นการสร้างความรัก ความผูกพันระหว่างแม่-ลูกมากขึ้น 7. นำนมแม่เป็นยาระบายช่วยขับขี้เทาออกเร็ว 8. ลูกที่กินนมแม่เจริญเติบโตดี แข็งแรง ไม่ค่อยเจ็บป่วยง่าย 9. ให้ลูกดูดหัวนมยางจะทำให้ลูกไม่ร้องกวน 10. ลูกดูดนมแม่จะได้นมที่สะอาด ลูกได้ทันที ไม่ต้องเตรียม					

ขอขอบคุณที่ให้ข้อมูลกับ

ผู้สัมภาษณ์.....

วันที่ ...เดือน.....พ.ศ....

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ – สกุล นางลลภา ชารีผล

การศึกษา พยาบาลศาสตร์(ต่อเนื่อง 2 ปีเทียบเท่าปริญญาตรี)

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสรรพสิทธิประสงค์อุบลราชธานี

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

สถานที่ปฏิบัติงาน คลินิกนมแม่ กลุ่มการพยาบาล โรงพยาบาลอุทุมพรพิสัย