

**ความรู้และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครั้งแรกในโรงเรียนพ่อแม่
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี**

วรรณฯ สิงห์เมือง
ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี

บทคัดย่อ

การให้ความรู้และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ประสบความสำเร็จ การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยประเมินผล (Evaluation Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความรู้และทักษะเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครั้งแรกก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่หอผู้ป่วยพิเศษ 4 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี โดยใช้แบบแผนการวิจัยแบบกลุ่มเดียวกัน วัดผลก่อนและหลัง (One Group Pretest Posttest Design) เปรียบเทียบความรู้และทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครั้งแรก ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่ ตั้งแต่เดือนสิงหาคม 2563 ถึงตุลาคม 2563 จำนวน 30 คน วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล ความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของกลุ่มตัวอย่างด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ และคะแนนเฉลี่ยทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ผลการศึกษา กลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้ คือ หญิงหลังคลอดครั้งแรก ซึ่งมากกว่าครึ่งหนึ่ง ร้อยละ 53.3 มีอายุระหว่าง 20-29 ปี มีอายุเฉลี่ย 28.7 ปี ภูมิลำเนาส่วนใหญ่อยู่ในเขตจังหวัดราชบุรี ร้อยละ 56.7 มีสถานภาพสมรส ร้อยละ 93.4 ระดับการศึกษามากกว่าครึ่งหนึ่งอยู่ในระดับปริญญาตรี ร้อยละ 60.0 ประกอบอาชีพทำนา/ทำสวน/ทำไร่ มากที่สุด ร้อยละ 33.3 รายได้ของครอบครัว 10,001-20,000 บาท มากที่สุด ร้อยละ 40.0 รองลงมา 20,001-30,000 บาท ร้อยละ 36.6 สิทธิการรักษาส่วนใหญ่ใช้สิทธิประกันสังคม ร้อยละ 63.3 ลักษณะการเลี้ยงดูบุตร เลี้ยงดูบุตรด้วยกันกับสามีและมีญาติช่วยเลี้ยงดูบุตรเท่ากัน ร้อยละ 50.0 ก่อนและหลังได้รับการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ มารดาหลังคลอดครั้งแรกมีคะแนนความรู้เฉลี่ยในระดับปานกลาง เท่ากับ 15.2 และ 15.9 คะแนนตามลำดับ แต่พบว่าสัดส่วนผู้ที่ตอบได้คะแนนสูงเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 46.7 เป็น 73.3 สำหรับทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พบว่าก่อนได้รับการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ หญิงหลังคลอดครั้งแรกมีทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับต่ำ คะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 20.0 (SD=1.08) หลังได้รับการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ คะแนนเฉลี่ยทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อยู่ในระดับสูง เท่ากับ 9.0 (SD=0.91) พยาบาลควรส่งเสริมและสนับสนุนให้มารดาหลังคลอดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยให้การช่วยเหลือฝึกทักษะต่างๆ และสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) ในเรื่อง ทำให้นมที่เหมาะสมกับมารดาเป็นรายบุคคล วิธีการบีบเก็บน้ำนมและการเก็บน้ำนมเพิ่มมากขึ้น เพื่อการนำไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้องต่อไป

คำสำคัญ : ความรู้, ทักษะ, การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่, โรงเรียนพ่อแม่

**Breastfeeding knowledge and skills of primipara postpartum women
at Parents school, Health Promoting Hospital
Regional Health Promotion Center 5, Ratchaburi**

Wanna Singmaung

Abstract

Maternal Breastfeeding knowledge and skills were key factors contributing to successful breastfeeding. The purpose of this evaluation research was to study the effectiveness of Parents school which educated postpartum women on breastfeeding knowledge and skills in the 4th department ward of Health Promoting Hospital, Regional Health Promotion Center 5, Ratchaburi. This research was one group pretest-posttest design, comparing the knowledge and skills of breastfeeding before and after attending Parents school. Data were collected from 30 primipara postpartum mothers during August to October 2020 and analyzed by descriptive statistics: percentage, mean and standard deviation.

53.3% of the sample were primipara postpartum women aged between 20-29 years. Mean age was 28.7 Majority of the sample 56.7% resided in Ratchaburi province. 93.4% were married, 60.0% graduated with a bachelor's degrees, 33.3% were agriculturists, 40.0% had family income 10,001-20,000 baht per month and 63.3% had rights to medical treatment under the Social Security Fund. 50.0% practiced child-rearing with husbands and the others practiced with relatives. The results found that the average knowledge scores, before and after receiving the education program in Parents school, were 15.2 (SD=1.50) and 15.9 (SD 1.70) respectively. But the percentage of the high scorers were increased from 46.7% to 73.3%. For breastfeeding skills, the average skills scores were 2.0 (SD=1.08) and 9.0 (SD 0.91), before and after receiving program in Parents school. Therefore, the nurses should promote and support primipara postpartum mothers by providing assistance, training, and developing health literacy about breastfeeding, e.g., positioning, expressing and storing breast milk, in order to help mothers breastfeed effectively and continue breastfeeding.

Keywords: knowledge, skills, Breastfeeding, Parents school

บทนำ

การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในทั่วโลก มีจุดเริ่มต้นจากการที่องค์การอนามัยโลก (WHO) และ องค์การกองทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ (UNICEF) ได้ร่วมกันกำหนดเป้าหมายเพื่อปกป้อง สนับสนุน และ ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ใน ค.ศ. 1981¹ หลังจากนั้นในปี 1991 จึงเริ่มมีการผลักดันให้มีโรงพยาบาลสายสัมพันธ์แม่-ลูก (Baby-Friendly Hospital; BFHI) ในทั่วทุกภูมิภาค โดยกำหนดเป้าหมายเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และเพิ่มอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ภายใต้คำขวัญที่ว่า “Breastfeeding Just 10 steps” ทำให้ทุกประเทศทั่วโลกตระหนักถึงความสำคัญในการส่งเสริมและสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างกว้างขวาง สำหรับประเทศไทยถือเป็นหนึ่งใน 11 ประเทศที่เป็นแกนนำในโครงการโรงพยาบาลสายสัมพันธ์แม่-ลูก ได้มอบหมายให้กระทรวงสาธารณสุขกำหนดนโยบายให้การสนับสนุนและส่งเสริมให้ประชาชนเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ อีกทั้งผลักดันให้โรงพยาบาลของรัฐทุกแห่งนำแนวทางการดำเนินงานตามบันได 10 ขั้นสู่ความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ขององค์การยูนิเซฟ และองค์การอนามัยโลกไปปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม โดยกำหนดเป้าหมายของนโยบายการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คือ อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียว 6 เดือนไม่น้อยกว่าร้อยละ 50 และส่งเสริมให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อไปพร้อมกับอาหารที่เหมาะสมตามวัยจนบุตรล่วงเข้าขวบปีที่ 2

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว (Exclusive breastfeeding) หมายถึง การให้บุตรกินนมแม่จากเต้านมมารดา รวมถึงนมแม่ที่จัดเตรียมไว้ให้ทารกเท่านั้น ไม่มีการให้อาหารอื่นๆ และน้ำเพิ่มเติม เนื่องจากในน้ำนมแม่มีสารอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการมากมายที่ส่งผลให้ทารกเจริญเติบโตและมีพัฒนาการสมวัย มีภูมิคุ้มกันโรคหลายชนิด เสริมสร้างความฉลาดทางสติปัญญา ความฉลาดทางอารมณ์ สร้างความรักความผูกพันระหว่างมารดา-ทารกและป้องกันปัญหาทางพฤติกรรมในเด็ก^{2,3} สำหรับประเทศไทยกำหนดเป้าหมายของอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนไม่น้อยกว่าร้อยละ 30 ตั้งแต่ พ.ศ. 2547 จนถึง 2558⁴ แต่อย่างไรก็ตามจากผลการสำรวจใน พ.ศ. 2549 , พ.ศ. 2555 และ พ.ศ. 2558 พบ อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนของสำนักงานสถิติแห่งชาติพบเพียง ร้อยละ 5.4, 12.1, และ 23.1 ตามลำดับ^{5,6} และในปีพ.ศ. 2559-2562 พบว่ามีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวตั้งแต่แรกเกิดถึงอายุต่ำกว่า 6 เดือน โดยพบร้อยละ 61.1, 62.6, 50.9 และ 57.9 (เป้าหมายร้อยละ 50) ในขณะที่เขตสุขภาพที่ 5 พบว่ามีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร้อยละ 62.8, 68.3, 53.1 และ 59.3 ตามลำดับ⁷

สำหรับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี ได้รับนโยบายส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากกระทรวงสาธารณสุขและนำยุทธวิธีบันได 10 ขั้นมาเป็นแนวปฏิบัติในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเป็นรูปธรรม โดยกำหนดเป้าหมายให้มารดาหลังคลอดสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ไม่น้อยกว่าร้อยละ 50 อีกทั้งกำหนดกิจกรรมในหอผู้ป่วยในพิเศษ 4 ให้มีกิจกรรมให้ความรู้และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่หญิงหลังคลอด ได้แก่ การให้ความรู้รายกลุ่มในโรงเรียนพ่อแม่ พร้อมกับสอนทักษะการให้นมแม่เป็นรายบุคคล เป็นต้น ทั้งนี้จากการดำเนินงานให้ความรู้และทักษะเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหอผู้ป่วยในพิเศษ 4 ที่ผ่านมายังไม่เคยมีการประเมินผลกิจกรรมหลังการสอนในหญิงหลังคลอดว่ามีความรู้และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างน้อยเพียงใด แต่จากสถิติของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในปี พ.ศ. 2560-2562 พบว่ามีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน เกินกว่าเป้าหมายที่กำหนด แต่มีแนวโน้มที่ลดลง โดยพบร้อยละ 63.6, 63.9, 53.6

ตามลำดับ⁸ แสดงให้เห็นว่าอาจมีปัญหาในการให้ความรู้และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงหลังคลอด ที่ทำให้มีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนลดลง

มารดาครรภ์แรกโดยทั่วไปเป็นกลุ่มที่ไม่เคยมีประสบการณ์ในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดามาก่อน ซึ่งการขาดประสบการณ์ทำให้มารดาขาดความมั่นใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และพบว่ามารดาครรภ์แรกมีความเสี่ยงสูง ที่จะยุติการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา สาเหตุของการล้มเลิกเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ได้แก่ น้ำนมไม่ไหล หัวนมแตก บุตรไม่ดูดนม มารดาไม่ทราบว่าจะบุตรดูดนมเพียงพอ หรือไม่ รวมถึงการได้รับการสนับสนุน และการได้รับข้อมูลที่ไม่เหมาะสมจากบุคลากรทางสุขภาพ⁹ ดังนั้นบุคลากรทางสุขภาพจึงควรให้ความสำคัญต่อการช่วยเหลือและสนับสนุนมารดาครรภ์แรก เพื่อให้สามารถประสบความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา¹⁰ ซึ่งในปี 2560-2562 พบว่ามีจำนวนหญิงหลังคลอดครรภ์แรกที่มารับไว้รักษาพยาบาลในหอผู้ป่วย 4 เป็นจำนวน 339 ราย, 520 ราย, และ 428 ราย ตามลำดับ และอัตราการคลอดครรภ์แรกปี 2560-2562 พบร้อยละ 46.7, 45.8 และ 45.0 ตามลำดับ

จากการทบทวนวรรณกรรมทั้งหมดพอสรุปได้ว่า การให้ความรู้และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ประสบความสำเร็จ อีกทั้งยังเป็นการเริ่มต้นในการปลูกฝังให้มารดาได้รับทราบถึงประโยชน์และความสำคัญของนมแม่เพื่อให้เกิดความรู้ และทักษะ ที่ทำให้มารดาสามารถให้นมบุตรได้ก่อนออกจากโรงพยาบาลและส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยในฐานะพยาบาลวิชาชีพ สังกัดกรมอนามัย ซึ่งมีบทบาทหน้าที่ในการดูแลและส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จึงสนใจที่จะประเมินประสิทธิผลของกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่ ในหอผู้ป่วยพิเศษ 4 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี โดยเปรียบเทียบความรู้และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครรภ์แรกก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่ (เนื่องจากเป็นกลุ่มที่ไม่เคยมีประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มาก่อน) เพื่อนำผลที่ได้ไปพัฒนารูปแบบและสื่อการสอน ส่งผลให้ผู้รับบริการสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปปรับใช้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน และสามารถให้นมแม่ต่อไปพร้อมกับอาหารเหมาะสมตามวัย จนล่วงเข้าขวบปีที่ 2 ได้เป็นผลสำเร็จ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเปรียบเทียบความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครรภ์แรกก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่ หอผู้ป่วยพิเศษ 4 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี
2. เพื่อเปรียบเทียบทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครรภ์แรก ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่ หอผู้ป่วยพิเศษ 4 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี

ขอบเขตการศึกษา

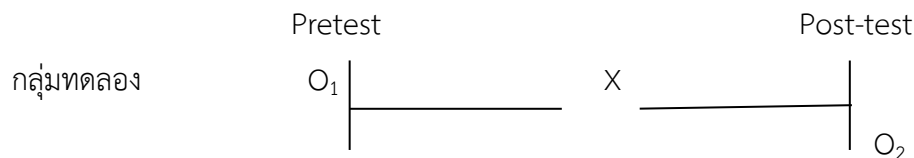
การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยประเมินผล (Evaluation Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินประสิทธิผลของกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่ หอผู้ป่วยพิเศษ 4 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี โดยใช้แบบแผนการวิจัยแบบกลุ่มเดียวกันวัดผลก่อนและหลัง (One Group Pretest Posttest Design) เปรียบเทียบความรู้

และทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครั้งแรก ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่ ตั้งแต่ เดือน สิงหาคม 2563 ถึง ตุลาคม 2563 จำนวน 30 คน

วิธีการศึกษา

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยประเมินผล (Evaluation Research) ใช้แบบแผนการวิจัยแบบกลุ่มเดียวกัน วัดผลก่อน และหลัง (One Group Pretest Posttest Design)



X หมายถึง กิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่

O1 หมายถึง ความรู้และทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครั้งแรก ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่

O2 หมายถึง ความรู้และทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครั้งแรก หลังเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ศึกษา คือ หญิงหลังคลอดครั้งแรกที่ได้รับความรู้และฝึกฝนทักษะในโรงเรียนพ่อแม่ หอผู้ป่วยในพิเศษ 4 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี จากสถิติปี 2562 มีจำนวน 428 คน

กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือหญิงหลังคลอดครั้งแรกที่มีอายุ 18 ปีขึ้นไป ที่คลอดปกติและผ่าตัดคลอด และพักหลังคลอดที่หอผู้ป่วยพิเศษ 4 ระหว่างวันที่ 28 ส.ค.63 ถึง 31 ต.ค.63 ซึ่งมีการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้อำนาจการทดสอบ G*Power 3.1.9.4 ขนาดของกลุ่มตัวอย่างได้มาจากการพิจารณาค่าขนาดอิทธิพล (effect size) = 0.5 และกำหนด $\alpha = 0.1$ Power = 0.90 ซึ่งทำให้ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 28 คน ถ้าจะเพิ่มความน่าเชื่อถือให้ดีขึ้นจึงเพิ่มขนาดตัวอย่างเป็น 30 ราย โดยมีคุณสมบัติตามเกณฑ์ ที่เป็นหญิงหลังคลอดครั้งแรกมาคลอดบุตรที่มีอายุ 18 ปีขึ้นไปทุกราย

เกณฑ์คัดเข้ากลุ่มตัวอย่าง

1. สตรีตั้งครรภ์มีอายุ 18 ปี ขึ้นไปที่คลอดบุตรครั้งแรก ทั้งการคลอดปกติและผ่าตัดคลอด และพักหลังคลอดที่หอผู้ป่วยพิเศษ 4 ระหว่างวันที่ 28 ส.ค.63 ถึง 31 ต.ค.63
2. สามารถอ่าน เขียน และสื่อสารภาษาไทยได้ดี
3. สมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัย
4. ได้รับความรู้และการฝึกฝนในโรงเรียนพ่อแม่ระยะเวลา 45 นาทีต่อครั้งในช่วงวันที่ 2-3 หลังคลอด

เกณฑ์คัดออกกลุ่มตัวอย่าง

1. ระหว่างเก็บรวบรวมข้อมูล มารดาที่มีภาวะแทรกซ้อนหลังคลอด เช่น ความดันโลหิตสูงมาก มีภาวะชัก หรือมีภาวะตกเลือดหลังคลอดมาก
2. มารดาต้องการออกจากโครงการวิจัย หรือยกเลิกการเข้าร่วมโครงการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี เอกสารรับรองเลขที่ 24/2563 รับรองตั้งแต่วันที่ 21 สิงหาคม 2563 ถึงวันที่ 21 สิงหาคม 2564

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรต้น (Independent Variables) ได้แก่ กิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่ หอผู้ป่วยพิเศษ 4

ตัวแปรตาม (Dependent Variables) ได้แก่ ความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ ทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

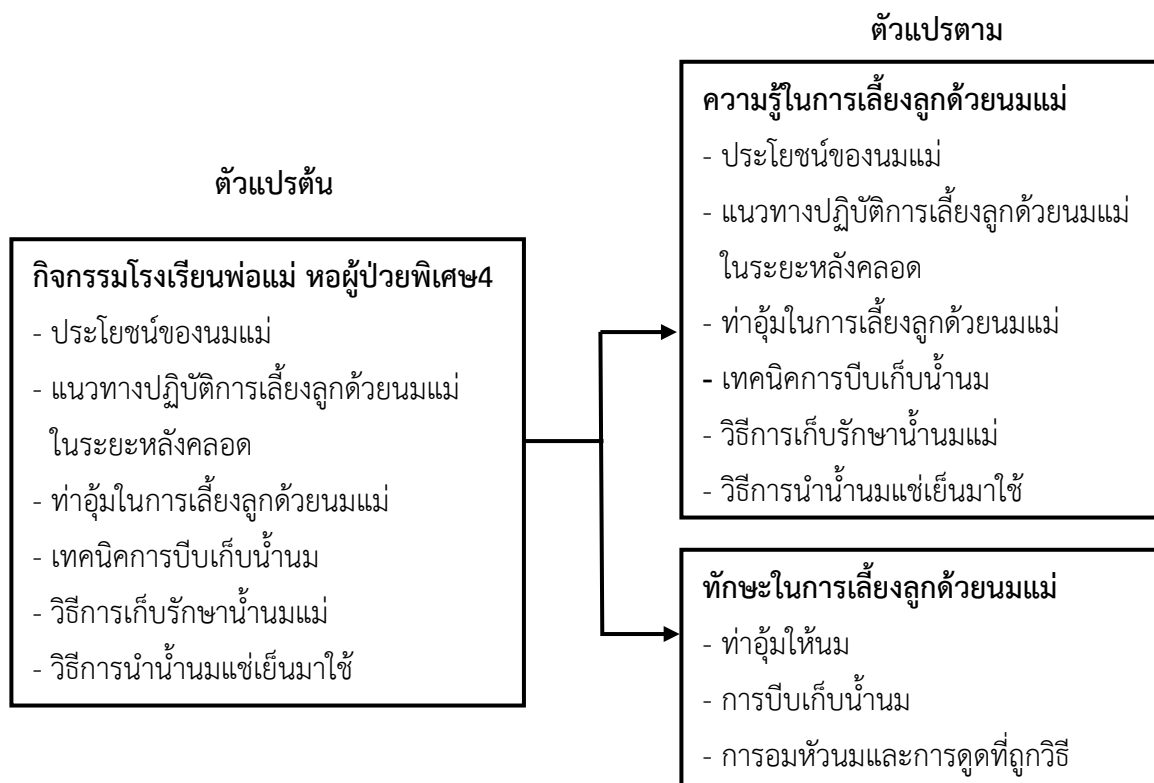
หญิงหลังคลอดครรภ์แรก หมายถึง สตรีตั้งครรภ์ที่คลอดบุตรครรภ์แรก ทั้งการคลอดปกติและผ่าตัดคลอดในหอผู้ป่วยใน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี

ความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หมายถึง ความเข้าใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ถูกต้องซึ่งได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่ของหญิงหลังคลอด ที่หอผู้ป่วยในพิเศษ 4 ประกอบด้วย ประโยชน์ของนมแม่ แนวทางปฏิบัติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระยะหลังคลอด ทำอุ้มในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เทคนิคการบีบเก็บน้ำนม และวิธีการเก็บรักษาน้ำนมแม่

ทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หมายถึง ความสามารถของหญิงหลังคลอดครรภ์แรกในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ได้แก่ ทำอุ้มให้นม การดูนมที่ถูกวิธี การบีบเก็บน้ำนม ซึ่งทักษะเหล่านี้เกิดจากการที่หญิงหลังคลอดได้รับการฝึกฝนจากการเข้าโรงเรียนพ่อแม่ของหญิงหลังคลอด ตามกิจกรรมของหอผู้ป่วยในพิเศษ 4 และปฏิบัติซ้ำต่อเนื่องจนกระทั่งสามารถปฏิบัติได้ด้วย ความชำนาญ ถูกต้อง รวดเร็ว คล่องแคล่ว ตามหลักการด้านสาธารณสุข

โรงเรียนพ่อแม่ หมายถึง บริการที่จัดทำขึ้นสำหรับการให้ความรู้แก่พ่อแม่ และผู้เลี้ยงดูเด็ก โดยจัดเตรียมไว้เป็นสัดส่วนในสถานพยาบาล สภาพแวดล้อมเหมาะสมต่อการเรียนรู้ สถานที่ไม่มีบุคคลอื่นรบกวน แสงสว่างเพียงพอ บรรยากาศร่มรื่นเงียบสงบ และไม่มีมีมลภาวะรบกวน เพื่อให้พ่อแม่และผู้เลี้ยงดูเด็กมีความรู้ ความเข้าใจ และมีทักษะที่ถูกต้องเหมาะสมต่อการทำหน้าที่พ่อแม่ มีทัศนคติที่ดีต่อการทำหน้าที่พ่อแม่ สามารถนำความรู้ไปวางแผน และดูแลส่งเสริมสุขภาพกายและจิตใจหญิงหลังคลอด ตลอดจนดูแลส่งเสริมพัฒนาการบุตรหลาน เลี้ยงดูได้เหมาะสมมีพัฒนาการสมวัย

กรอบแนวคิดในการวิจัย



เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดัดแปลงมาจากแบบสอบถามของ ลักษณะ ไซยนอก¹² ที่ได้ทำการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วย นมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดใน โรงพยาบาลมหาราชานครราชสีมา เพื่อให้ตรงตามวัตถุประสงค์ของงานวิจัย จึงจัดทำเป็นแบบประเมินโดยแบ่งเป็น 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของมารดาหลังคลอดครั้งแรก มีจำนวน 8 ข้อ ได้แก่ อายุ ภูมิภาค สถานภาพ สมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ สิทธิรักษาพยาบาลและลักษณะการเลี้ยงดูบุตร

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความรู้เรื่องประโยชน์ของนมแม่และทักษะในการให้นมแก่บุตรของมารดาหลังคลอดครั้งแรก แบ่งออกเป็น 2 ตอน มีจำนวนคำถามทั้งหมด 30 ข้อ ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบประเมินความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอดครั้งแรก ในโรงเรียนพ่อแม่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี จำนวน 20 ข้อ เป็นข้อคำถามแบบถูก-ผิด ประกอบด้วยข้อคำถาม ด้านบวกจำนวน 14 ข้อ คือ ข้อ 1, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17 และข้อคำถามด้านลบจำนวน 6 ข้อ คือ ข้อ 2, 7, 10, 18, 19, 20

เกณฑ์การให้คะแนน

ตอบถูก ให้ 1 คะแนน

ตอบผิด ให้ 0 คะแนน

การแปลผลคะแนน ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พิจารณาแบบอิงเกณฑ์ตามเกณฑ์ ของ Bloom¹¹ ดังนี้

คะแนนมากกว่าหรือเท่ากับร้อยละ 80	หมายถึง	มารดาหลังคลอดครั้งแรกมีความรู้เกี่ยวกับ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อยู่ในระดับสูง
คะแนนตั้งแต่ร้อยละ 60-79	หมายถึง	มารดาหลังคลอดครั้งแรกมีความรู้เกี่ยวกับ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อยู่ในระดับปานกลาง
คะแนนน้อยกว่าร้อยละ 60	หมายถึง	มารดาหลังคลอดครั้งแรกมีความรู้เกี่ยวกับ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อยู่ในระดับต่ำ

ตอนที่ 2 แบบประเมินทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอด ในเรื่องเกี่ยวกับ ทำอุ้มให้นม การดูนมที่ถูกวิธี การบีบเก็บน้ำนม จำนวน 10 ข้อ โดยให้กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติตามข้อคำถามและ ผู้ทำวิจัยประเมินว่ากลุ่มตัวอย่างปฏิบัติได้ถูกต้องหรือปฏิบัติไม่ถูกต้อง

ปฏิบัติได้ถูกต้อง หมายถึง ให้คะแนน 1 คะแนน

ปฏิบัติไม่ถูกต้อง หมายถึง ให้คะแนน 0 คะแนน

ให้นำคะแนนทักษะแต่ละข้อมาหาคะแนนรวม แบ่งคะแนนเป็น 3 ระดับ โดยใช้แบบอิงเกณฑ์ของบลูม Bloom¹¹ ในภาพรวมจะมีคะแนนระหว่าง 0-10 คะแนน

เกณฑ์การแบ่งคะแนนทางด้านทักษะแบ่งได้ตามระดับดังนี้

ระดับต่ำ	(คะแนนต่ำกว่าร้อยละ 60)	คะแนนอยู่ระหว่าง 0 – 5
ระดับปานกลาง	(คะแนนร้อยละ 60-79)	คะแนนอยู่ระหว่าง 6 – 7
ระดับสูง	(คะแนนร้อยละ 80 ขึ้นไป)	คะแนนอยู่ระหว่าง 8 – 10

การแปลผล คะแนนทักษะเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พิจารณาแบบอิงเกณฑ์ตามเกณฑ์ ของ Bloom¹¹ ดังนี้

คะแนน $\geq$ ร้อยละ 80	หมายถึง	มารดาหลังคลอดมีทักษะเกี่ยวกับการ เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อยู่ในระดับสูง
คะแนนตั้งแต่ ร้อยละ 60-79	หมายถึง	มารดาหลังคลอดมีทักษะเกี่ยวกับการ เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อยู่ในระดับปานกลาง
คะแนน $\leq$ ร้อยละ 60	หมายถึง	มารดาหลังคลอดมีทักษะเกี่ยวกับการ เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อยู่ในระดับต่ำ

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1. การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยนำแบบประเมินความรู้และทักษะไปปรึกษาผู้เชี่ยวชาญอย่างน้อย 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความครบถ้วนของเนื้อหา ความถูกต้อง และความเหมาะสมของภาษา

2. การตรวจสอบความเที่ยง (Reliability) โดยนำแบบประเมินความรู้ที่ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try out) จำนวน 30 คน และทำการวิเคราะห์ความเที่ยงของเครื่องมือโดยคำนวณหาค่าคอนบราห์อัลฟา (Conbrach alpha) ได้ความเที่ยงของแบบประเมิน = 0.74

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป IBM SPSS Statistics 21 ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี มีสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล, ความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยและสัดส่วนจำนวนกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับคะแนนความรู้ และคะแนนทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่ ด้วยสถิติเชิงพรรณนา

ผลการศึกษา

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของหญิงหลังคลอดครรภ์แรกในโรงเรียนพ่อแม่

ตอนที่ 2 ความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ของหญิงหลังคลอดครรภ์แรกในโรงเรียนพ่อแม่

ตอนที่ 3 ทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ของหญิงหลังคลอดครรภ์แรกในโรงเรียนพ่อแม่

ตอนที่ 4 การเปรียบเทียบความรู้และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครรภ์แรกก่อนและหลังได้รับการสอนในโรงเรียนพ่อแม่

ตอนที่ 1. ข้อมูลทั่วไปของหญิงหลังคลอดครรภ์แรกในโรงเรียนพ่อแม่

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้คือหญิงหลังคลอดครรภ์แรกจำนวน 30 คน มากกว่าครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 53.3) มีอายุระหว่าง 20-29 ปี และร้อยละ 46.7 มีอายุ 30 ปีขึ้นไป โดยมีอายุน้อยที่สุด 20 ปี อายุมากที่สุด 38 ปี และอายุเฉลี่ย 28.6 ปี ภูมิลำเนาส่วนใหญ่อยู่ในเขตจังหวัดราชบุรี ร้อยละ 56.7 มีสถานภาพสมรสร้อยละ 93.4 และหม้าย/หย่า และแยกกันอยู่กับสามีเท่ากันร้อยละ 3.3 ระดับการศึกษามากกว่าครึ่งหนึ่ง อยู่ในระดับปริญญาตรีร้อยละ 60.0 รองลงคือระดับมัธยมศึกษา ร้อยละ 16.6 ระดับสูงกว่าปริญญาตรี ร้อยละ 10.0 และระดับประถมศึกษาและปวส./อนุปริญญาเท่ากัน ร้อยละ 6.7 ประกอบอาชีพทำนา ทำสวน ทำไร่ ร้อยละ 33.3 รองลงมาอาชีพค้าขาย ร้อยละ 20.0 อาชีพรับจ้างและราชการ/รัฐวิสาหกิจเท่ากัน ร้อยละ 16.7 และอาชีพแม่บ้าน ร้อยละ 13.3 รายได้ของครอบครัว มีรายได้ 10,001-20,000 บาท มากที่สุด ร้อยละ 40.0 รองลงมา 20,001-30,000 บาท ร้อยละ 36.6 สิทธิการรักษา ส่วนใหญ่ใช้สิทธิประกันสังคม ร้อยละ 63.3 ลักษณะการเลี้ยงดูบุตรเลี้ยงดูบุตรด้วยกันกับสามีและมีญาติช่วยเลี้ยงดูบุตรเท่ากัน ร้อยละ 50.0

ตอนที่ 2 ความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครรภ์แรกในโรงเรียนพ่อแม่

ผลการศึกษาพบว่า ก่อนและหลัง ได้รับการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ หญิงหลังคลอดครรภ์แรกในโรงเรียนพ่อแม่ รายละเอียดแสดงดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครั้งแรก
ในโรงเรียนพ่อแม่

ข้อ	ข้อความ	ก่อนสอน				หลังสอน			
		ตอบถูก		ตอบผิด		ตอบถูก		ตอบผิด	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	นมแม่มีสารอาหารที่ครบถ้วน และเหมาะสมกับทารกมากที่สุด	30	100.0	0	0	30	100.0	0	0.0
2	นมแม่ทำให้ทารกท้องผูก เพราะย่อยยากกว่านมผสม	29	96.7	1	3.3	29	96.7	1	3.3
3	นมแม่สามารถเลี้ยงทารกได้นาน 6 เดือนโดยไม่ต้องใช้อาหารเสริม	29	96.7	1	3.3	30	100.0	0	0.0
4	การที่แม่ให้ลูกดูดนมบ่อยๆ จะทำให้หมดลูกเข้าอู่ได้เร็วขึ้น	15	50.0	15	50.0	19	63.3	11	36.7
5	การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จะทำให้แม่มีรูปร่างดี ไม่อ้วน	16	53.3	14	46.7	20	66.7	10	33.3
6	แม่ที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่จะเสี่ยง ต่อการเกิดมะเร็งเต้านมน้อยกว่า แม่ที่เลี้ยงลูกด้วยนมผสม	20	66.7	10	33.3	19	63.3	11	36.7
7	น้ำนมเหลืองที่ออกมาใน 1-3 วัน แรกหลังคลอด เป็นน้ำนม ที่ไม่มีประโยชน์	21	70.0	9	30.0	21	70.0	9	30.0
8	นมแม่มีภูมิคุ้มกันต่อโรค สร้างภูมิคุ้มกันได้ดีที่สุด	30	100.0	0	0.0	30	100.0	0	0.0
9	แม่ควรให้ทารกดูดนมภายใน 1 ชม หลังคลอดแม้ว่าน้ำนมไม่ไหล	24	80.0	6	20.0	25	83.3	5	16.7
10	แม่ที่มีเต้านมใหญ่ จะมีน้ำนม มากกว่าแม่ที่มีเต้านมเล็ก	25	83.3	5	16.7	25	83.3	5	16.7
11	ควรให้ลูกดูดนม กระตุ้นเต้านม ทุก 2-3 ชั่วโมง	30	100.0	0	0.0	30	100.0	0	0.0

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครั้งแรกในโรงเรียนพ่อแม่ (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	ก่อนสอน				หลังสอน			
		ตอบถูก		ตอบผิด		ตอบถูก		ตอบผิด	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
12	แม่ควรให้ลูกดูดนมสลับกัน ทั้ง 2 ข้าง นานข้างละ 10-15 นาที ทุกครั้ง	29	96.7	1	3.3	30	100.0	0	0.0
13	ภายหลังลูกดูดนมจนอิ่มแล้ว ควรไล่ลมให้ลูกเรอทุกครั้ง เพื่อป้องกันอาการท้องอืด	30	100.0	0	0.0	30	100.0	0	0.0
14	การบีบเก็บน้ำนมจะใช้มือ ข้างถนัดวางปลายนิ้วหัวแม่มือ และนิ้วชี้ที่ขอบนอกของลานนม (เป็นรูปตัวC) หรือห่างจาก หัวนมประมาณ 3 ซม.	26	86.7	4	13.3	30	100.0	0	0.0
15	ควรดื่มน้ำหรืออาหารประเภทน้ำมากๆ อย่างน้อย 3 ลิตรต่อวัน	27	90.0	3	10.0	27	90.0	3	10.0
16	รับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ และหลีกเลี่ยงการอดอาหาร เพื่อการลดน้ำหนัก	30	100.0	0	0.0	28	93.3	2	6.7
17	ทำให้นมท่านอน (Side Lying Position) เหมาะกับมารดา หลังผ่าตัดคลอดในวันแรก	26	86.7	4	13.3	26	86.7	4	13.3
18	ทำให้นมที่เหมาะสมสำหรับมารดา ที่มีปัญหาหัวนมสั้น คือ ท่านอนขวางดัก	5	16.7	25	83.3	11	36.7	19	63.3
19	วิธีการเก็บน้ำนม ที่เก็บในตู้เย็น ช่องแช่แข็ง(ตู้เย็น 1 ประตู) สามารถเก็บได้ 3 สัปดาห์	9	30.0	21	70.0	9	30.0	21	70.0
20	วิธีการเก็บน้ำนมที่ถูกต้อง เก็บในอุณหภูมิห้อง ได้นาน 1 ชั่วโมง	6	20.0	24	80.0	8	26.7	22	73.3

จากตารางที่ 2 เมื่อพิจารณาในภาพรวมพบว่า ก่อนได้รับความรู้ในโรงเรียนพ่อแม่ มารดาหลังคลอดครั้งแรก มีความรู้ระดับสูง ร้อยละ 46.7 ระดับปานกลาง ร้อยละ 50.0 และระดับต่ำ ร้อยละ 3.3 มีคะแนนความรู้เฉลี่ยในระดับปานกลาง(คะแนนเฉลี่ย 15.2 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.5) และมีค่ามัธยฐานที่ 15.0 คะแนน หลังได้รับความรู้ในโรงเรียนพ่อแม่ หญิงหลังคลอดครั้งแรกมีความรู้ระดับสูง ร้อยละ 73.3 ระดับปานกลาง ร้อยละ 20.0 และระดับต่ำ ร้อยละ 6.7 มีคะแนนความรู้เฉลี่ยในระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย 15.9 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.7) และมีค่ามัธยฐานที่ 16.0 คะแนน รายละเอียดดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของระดับความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครั้งแรก ก่อนและหลังได้รับความรู้ในโรงเรียนพ่อแม่

ระดับความรู้	ก่อนสอน		หลังสอน	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำ (0-11.99 คะแนน)	1	3.3	2	6.7
ปานกลาง(12-15.99 คะแนน)	15	50.0	6	20.0
สูง (16-20 คะแนน)	14	46.7	22	73.3
	Median =15.0		Median =16.0	
	$\bar{x} = 15.2, S.D. = 1.5$		$\bar{x} = 15.9, S.D. = 1.7$	
	min 12, max 18		min 11, max 19	

ตอนที่ 3 ทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ของหญิงหลังคลอดครั้งแรกในโรงเรียนพ่อแม่

จากการศึกษาพบว่า ก่อนได้รับการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ หญิงหลังคลอดครั้งแรกมีทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ดังนี้ (ข้อ1) มารดานั่งในท่าที่สบายและมีหมอนรองให้มร่วมด้วย โดยปฏิบัติ ได้ถูกต้องมากที่สุด ร้อยละ 66.7 รองลงมา คือ (ข้อ5) เลือกทำให้นมเหมาะสมกับลักษณะเต้านมและหัวนม ร้อยละ 63.3 นอกจากนี้ จะปฏิบัติไม่ค่อยถูกต้อง หลังได้รับการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ หญิงหลังคลอดครั้งแรกมีทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากขึ้นทุกข้อ โดยพบว่าข้อที่ปฏิบัติได้ถูกต้องทุกคน ร้อยละ 100 มีเพิ่มขึ้นถึง 4 ข้อ คือ (ข้อ1) มารดานั่งในท่าที่สบายและมีหมอนรองให้มร่วมด้วย (ข้อ2) อุ้มลูกน้อยโดยให้หน้าท้องลูกแนบชิดกับหน้าท้องของแม่ (ข้อ5) เลือกทำให้นมเหมาะสมกับลักษณะเต้านมและหัวนม และ (ข้อ10) นวดเต้านมและคลึงเต้านมเบาๆ ให้เป็นลักษณะของวงกลม โดยเริ่มจากฐานเต้านมเข้าหาหัวนม จากนั้นค่อยๆ ใช้นิ้วดึงหัวนมและคลึงเบาๆ รายละเอียดดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครั้งแรกในโรงเรียนพ่อแม่

ข้อ	ข้อความ	ก่อนสอน				หลังสอน			
		ปฏิบัติถูกต้อง		ปฏิบัติไม่ถูกต้อง		ปฏิบัติถูกต้อง		ปฏิบัติไม่ถูกต้อง	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	มารดานั่งในท่าที่สบายและมีหมอนรองให้นมร่วมด้วย	20	66.7	10	33.3	30	100.0	0	0.0
2	อุ้มลูกน้อยโดยให้หน้าท้องของลูกแนบชิดกับหน้าท้องของแม่	6	20.0	24	80.0	30	100.0	0	0.0
3	คางของลูกแนบชิดกับอกแม่โดยให้ไหล่และสะโพกเป็นแนวเส้นตรง	1	3.3	29	96.7	25	83.3	5	16.7
4	ลูกอ้าปากกว้างขนานกับเต้าแม่ ศีรษะกับไหล่และสะโพกต้องเป็นแนวเส้นตรง	6	20.0	24	80.0	27	90.0	3	10.0
5	เลือกท่าให้นมเหมาะสมกับลักษณะเต้านมและหัวนม	19	63.3	11	36.7	30	100.0	0	0.0
6	ลูกอ้าปากกว้าง จับลิ้นถึงลานนม โดยคุณแม่อาจใช้นิ้วชี้ใต้คางให้ลูกอ้าปากแล้วค่อยๆสอดหัวนมเข้าไป	1	3.3	29	96.7	22	73.3	8	26.7
7	ให้ลูกจับหัวนมจนลิ้นถึงลานนม สังเกตว่าเวลาลูกดูดนมคางลูกต้องอยู่ชิดเต้านมแม่จนุกเขียดขึ้น	0	0.0	30	100.0	24	80.0	6	20.0
8	ลูกดูดนมได้แรง กลืนเป็นจังหวะ และมีการสลับหยุดเป็นพักๆ	2	6.7	28	93.3	25	83.3	5	16.7
9	บีบน้านมได้ถูกต้องโดยวางนิ้วโป้งและ นิ้วชี้ที่ขอบนอกของลานนม โดยจะมีลักษณะเป็นตัว C ๑	0	0.0	30	100.0	27	90	3	10.0
10	นวดเต้านมและคลึงเต้านมเบาๆ ให้เป็นลักษณะของวงกลม โดยเริ่มจากฐานเต้านม เข้าหาหัวนม จากนั้นค่อยๆใช้นิ้วดึงหัวนมและคลึงเบาๆ	5	16.7	25	83.3	30	100.0	0	0.0

เมื่อพิจารณาในภาพรวมของระดับทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พบว่าก่อนได้รับการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ มารดาหลังคลอดครรภ์แรกมีทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับต่ำร้อยละ 100.0 (คะแนนเฉลี่ย 2.0 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.1) และมีความรู้ฐาน ที่ 2.0 คะแนน หลังได้รับการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ มารดาหลังคลอดครรภ์แรกมีทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพิ่มขึ้นในระดับสูง ร้อยละ 100.0 และมีความรู้ฐานที่ 9.0 คะแนน (คะแนนเฉลี่ย 9.0 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.9) รายละเอียดดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของระดับทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครรภ์แรกในโรงเรียนพ่อแม่

ระดับทักษะการปฏิบัติ		ก่อนสอน		หลังสอน	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำ	(0-5 คะแนน)	30	100.0	0	0.0
ปานกลาง	(6-7 คะแนน)	0	0.0	0	0.0
สูง	(8-10 คะแนน)	0	0.0	30	100.0
		Median =2.0		Median =9.0	
		$\bar{x} = 2.0$, S.D. = 1.1		$\bar{x} = 9.0$, S.D. = 0.9	
		min 0, max 4		min 8, max 10	

ตอนที่ 4 การเปรียบเทียบความรู้และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครรภ์แรกก่อนและหลังได้รับการสอนในโรงเรียนพ่อแม่

4.1 ความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่พบว่า หญิงหลังคลอดครรภ์แรกมีความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก่อนและหลังการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ ไม่แตกต่างกัน แต่เมื่อพิจารณาสัดส่วนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่ได้ระดับคะแนนสูง (16-20 คะแนน) จะพบความแตกต่างอย่างชัดเจน คือ สัดส่วนก่อนสอนได้ร้อยละ 46.7 หลังสอนมีสัดส่วนเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 73.3 (รายละเอียดดังตารางที่ 2)

เมื่อพิจารณาในภาพรวมพบว่า ก่อนได้รับความรู้ในโรงเรียนพ่อแม่ มารดาหลังคลอดครรภ์แรก มีความรู้ระดับสูง ร้อยละ 46.7 ระดับปานกลาง ร้อยละ 50.0 และระดับต่ำ ร้อยละ 3.3 มีคะแนนความรู้เฉลี่ยในระดับปานกลาง(คะแนน เฉลี่ย 15.2 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.5) และมีความรู้ฐาน ที่ 15.0 คะแนน หลังได้รับความรู้ในโรงเรียนพ่อแม่หญิงหลังคลอดครรภ์แรกมีความรู้ระดับสูง ร้อยละ 73.3 ระดับปานกลาง ร้อยละ 20.0 และระดับต่ำ ร้อยละ 6.7 มีคะแนนความรู้เฉลี่ยในระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย 15.9 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.7) และมีความรู้ฐาน ที่ 16.0 คะแนน

4.2 ทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่พบว่า หญิงหลังคลอดครั้งแรกมีทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก่อนและหลังการสอนในโรงเรียนพ่อแม่แตกต่างกันอย่างชัดเจน (ก่อนสอน $\bar{x} = 2.0$ และค่ามัธยฐาน=2.0 ,หลังสอน $\bar{x} = 9.0$ และค่ามัธยฐาน=9.0) เมื่อพิจารณาสัดส่วนของทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พบว่า ก่อนสอนกลุ่มตัวอย่างมีทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับต่ำ (0-5 คะแนน) ด้วยสัดส่วนร้อยละ 100 หลังสอนมีมีทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ในระดับสูง (8-10 คะแนน) ด้วยสัดส่วนร้อยละ 100 (รายละเอียดดังตารางที่ 4)

อภิปรายผล

หญิงหลังคลอดครั้งแรกมากกว่าครึ่งหนึ่งมี อายุ อยู่ระหว่าง 20-29 ปี ร้อยละ 53.3 มีสถานภาพสมรส ร้อยละ 93.3 ระดับการศึกษาจบการศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 60 มีรายได้ 10,001-20,000 บาท ร้อยละ 40.0 รองลงมาได้ 20,001-30,000 บาท ร้อยละ 36.7 ซึ่งจะเห็นได้ว่ากลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มวัยทำงาน มีความรู้ระดับปริญญาตรี ทำให้มีความพร้อมทั้งวัยวุฒิและคุณวุฒิในการเลี้ยงดูบุตร ซึ่งปัจจุบันสามารถเข้าถึงข้อมูลความรู้ได้หลากหลายช่องทางทั้ง สื่อตำรา ความรู้ที่ได้รับจากแพทย์พยาบาลเมื่อไปรับบริการฝากครรภ์ สื่อโทรทัศน์ หรือสื่ออินเทอร์เน็ต เป็นผลทำให้กลุ่มตัวอย่าง ในภาพรวมมีความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับปานกลาง ตั้งแต่ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่ หอผู้ป่วยพิเศษ 4 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี

ความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครั้งแรก ก่อนและหลัง เข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่ หอผู้ป่วยพิเศษ 4 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี มีความรู้ระดับปานกลางทั้งก่อนเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่ (คะแนนเฉลี่ย 15.2 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.5) และหลังเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่ (คะแนนเฉลี่ย 15.9 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.7) ข้อที่มีผู้ตอบถูกมากที่สุด ทั้งก่อนและหลังได้รับการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ โดยตอบถูกต้องร้อยละ100 มีจำนวน 7 ข้อ ได้แก่ (ข้อ1) นมแม่มีสารอาหารที่ครบถ้วนและเหมาะสมกับทารกมากที่สุด (ข้อ3)นมแม่สามารถเลี้ยงทารกได้นาน 6 เดือนโดยไม่ต้องใช้อาหารเสริม (ข้อ8) นมแม่มีภูมิคุ้มกันต่อโรค สร้างภูมิคุ้มกันได้ดีที่สุด (ข้อ11) ควรให้ลูกดูดนม กระตุ้นเต้านมทุก 2-3 ชั่วโมง (ข้อ12) แม่ควรให้ลูกดูดนมสลับกันทั้ง 2 ข้าง นานข้างละ 10-15 นาที ทุกครั้ง (ข้อ13) ภายหลังลูกดูดนมจนอิ่มแล้ว ควรไล่ลมให้ลูกทุกครั้ง เพื่อป้องกันอาการท้องอืด (ข้อ14) การบีบเก็บน้ำนมจะใช้มือข้างถนัดวางปลายนิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้ที่ขอบนอกของลานนม (เป็นรูปตัวC) หรือห่างจากหัวนมประมาณ 3 ซม.ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ปวีศรี อารยะสุขวัฒน์ และคณะ¹² ที่ศึกษาความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาที่มาคลอดบุตร ที่โรงพยาบาลศรีนครินทร์2 พบว่ามีบางข้อคำถามที่มีมารดาตอบถูกมากที่สุด ได้แก่ น้ำนมแม่ช่วยป้องกันโรคมุมิแพ้ และการดูดนมที่ถูกวิธีคือ ริมฝีปากบุตรต้องอมให้มิดลานนมและดูดบ้อยตามที่บุตรต้องการ ตอบถูกต้องเท่ากัน ร้อยละ 95.5 จะเห็นได้ว่าความรู้ของนมแม่เรื่องช่วยป้องกันโรคมุมิแพ้ หรือช่วยสร้างภูมิคุ้มกันต่อโรค เป็นข้อที่แม่หลังคลอดส่วนใหญ่รับทราบและเห็นประโยชน์ในเรื่องนี้จะช่วยทำให้ยินดีเลี้ยงลูกด้วยนมมากขึ้น นอกจากนี้จากการศึกษาในครั้งนี้พบว่าในภาพรวมพบว่า ก่อนได้รับความรู้ในโรงเรียนพ่อแม่ มารดาหลังคลอดครั้งแรก มีความรู้ระดับสูง ร้อยละ 46.7 หลังได้รับความรู้ในโรงเรียนพ่อแม่หญิงหลังคลอดครั้งแรก มีความรู้

ระดับสูง ร้อยละ 73.3 ซึ่งสอดคล้องกับ นางเยาว์ ไบยา และคณะ¹³ ที่ศึกษาผลของการพัฒนาระบบบริการการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อมารดาหลังคลอดและครอบครัว โรงพยาบาลศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ผลการวิจัยพบว่ามารดาหลังคลอดมีคะแนนความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เฉลี่ย 9.2 จากคะแนนเต็ม 11 และส่วนใหญ่ได้คะแนนมากกว่าหรือเท่ากับ 80 ร้อยละ 70.0 อธิบายได้ว่าการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ในช่วงที่คลอดบุตรใหม่ๆ จะช่วยทำให้มารดาหลังคลอดมีความตั้งใจที่จะรับรู้สิ่งที่จะเป็นประโยชน์ในการเลี้ยงลูกด้วยนม ทำให้ตอบข้อคำถามได้มากขึ้น มีความรู้เพิ่มขึ้น

สำหรับทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พบว่าก่อนได้รับการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ มารดาหลังคลอดครรภ์แรก ในภาพรวมมีทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับต่ำ ร้อยละ 100.0 หลังได้รับการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ มารดาหลังคลอดครรภ์แรกมีทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพิ่มขึ้นในระดับสูง ร้อยละ 100.0 เมื่อเปรียบเทียบกับระดับคะแนนทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครรภ์แรกในโรงเรียนพ่อแม่ ก่อนและหลังการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ พบว่าสัดส่วนของกลุ่มตัวอย่างที่ได้คะแนนระดับสูงเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 0.0 เป็นร้อยละ 100.0 แสดงให้เห็นว่า การสอนทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นสิ่งสำคัญ และจำเป็นสำหรับแม่หลังคลอด เพราะแม่หลังคลอดมีความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของนางเยาว์ ไบยา และคณะ¹³ ศึกษาผลของการพัฒนาระบบบริการการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อมารดาหลังคลอดและครอบครัว โรงพยาบาลศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ผลการวิจัยพบว่าคะแนนเฉลี่ยความสามารถในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากการประเมินการเข้าเต้า กลุ่มหลังการช่วยเหลือมีคะแนนสูงกว่ากลุ่มก่อนการช่วยเหลืออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ($t=9.20, p<0.01$) ดังนั้นควรนำระบบบริการ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มาปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง เพื่อช่วยส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอด และครอบครัวให้มีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นานขึ้นมากกว่า 6 เดือน

สำหรับทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พบว่าก่อนได้รับการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ มารดาหลังคลอดครรภ์แรก ในภาพรวมมีทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับต่ำ ร้อยละ 100.0 หลังได้รับการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ มารดาหลังคลอดครรภ์แรกมีทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพิ่มขึ้นในระดับสูง ร้อยละ 100.0 เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่พบว่า หญิงหลังคลอดครรภ์แรกมีทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก่อนและหลังการสอนในโรงเรียนพ่อแม่แตกต่างกันอย่างชัดเจน (ก่อนสอน $\bar{x} = 2.0$, หลังสอน $\bar{x} = 9.0$) โดยพบว่าก่อนสอนกลุ่มตัวอย่างมีทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับต่ำ (0-5 คะแนน) ด้วยสัดส่วนร้อยละ 100 หลังสอนมีทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับสูง (8-10 คะแนน) ด้วยสัดส่วนร้อยละ 100 แสดงให้เห็นว่า การสอนทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นสิ่งสำคัญ และจำเป็นสำหรับแม่หลังคลอด เพราะแม่หลังคลอดมีความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของนางเยาว์ ไบยา และคณะ¹³ ศึกษาผลของการพัฒนาระบบบริการการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อมารดาหลังคลอดและครอบครัว โรงพยาบาลศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ผลการวิจัยพบว่าคะแนนเฉลี่ยความสามารถในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากการประเมินการเข้าเต้า กลุ่มหลังการช่วยเหลือมีคะแนนสูงกว่ากลุ่มก่อนการช่วยเหลืออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ($t=9.20, p<0.01$) ดังนั้นควรนำระบบบริการ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มาปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง เพื่อช่วยส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอด และครอบครัวให้มีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นานขึ้นมากกว่า 6 เดือน

การนำไปใช้ประโยชน์

1. ความรู้ที่กลุ่มตัวอย่างความรู้อยู่แล้วก่อนการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ โดยตอบถูกต้องร้อยละ 100.0 ได้แก่ (ข้อ1) นมแม่มีสารอาหารที่ครบถ้วนและเหมาะสมกับทารกมากที่สุด (ข้อ 8) นมแม่มีภูมิคุ้มกันต่อโรค สร้างภูมิคุ้มกันได้ดีที่สุด (ข้อ11) ควรให้ลูกดูนมกระตุ้นเต้านมทุก 2-3 ชั่วโมง (ข้อ13) ภายหลังลูกดูนมจนอิ่มแล้ว ควรไล่ลมให้ลูกทุกครั้ง เพื่อป้องกันอาการท้องอืด (ข้อ16) รับประทานอาหารให้ครบ 5หมู่ และหลีกเลี่ยงการอดอาหารเพื่อการลดน้ำหนัก สามารถใช้วิธีสอนโดยการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในโรงเรียนพ่อแม่ ไม่ต้องเน้นย้ำมาก

2. ความรู้ที่ยังไม่รู้ ดังจะเห็นได้จาก ก่อนและหลังสอนในโรงเรียนพ่อแม่กลุ่มตัวอย่างตอบไม่ถูกต้องมากกว่าร้อยละ 50.0 ได้แก่ (ข้อ 18) ทำให้นมที่เหมาะสมสำหรับมารดาที่มีปัญหาหัวนมสั้น คือ ท่านอนขวางตัก ก่อนสอนตอบผิดถึงร้อยละ 83.3 (ข้อ 20) วิธีการเก็บน้ำนม ที่ถูกต้อง เก็บในอุณหภูมิห้องได้นาน 1 ชั่วโมง ตอบผิดร้อยละ 80.0 และ (ข้อ 19) วิธีการเก็บน้ำนม ที่เก็บในตู้เย็นช่องแช่แข็ง (ตู้เย็น 1 ประตู) สามารถเก็บได้ 3 สัปดาห์ ตอบผิดก่อนสอนร้อยละ 70.0 แสดงให้เห็นว่าความรู้เรื่องทำให้นมบุตรในกรณีที่หัวนมผิดปกติเป็นเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ความเข้าใจน้อย ควรได้รับการสอนที่ต้องเน้นย้ำให้มารดาหลังคลอดมีความรู้ให้มากขึ้น เพื่อให้ทารกได้กินนมแม่จากเต้าได้สำหรับเรื่องวิธีการเก็บน้ำนม หญิงหลังคลอดครั้งแรกอาจไม่มีความรู้ในเรื่องนี้ การสอนในโรงเรียนพ่อแม่ ควรเน้นย้ำการสอนในเรื่องวิธีการเก็บน้ำนมที่ถูกต้องให้มากขึ้น เพื่อให้มารดาหลังคลอดมีความรู้ในเรื่องดังกล่าวได้อย่างถูกต้อง

3. ความรู้ที่สอนแล้วก็ยังมีความรู้ไม่เพียงพอ ดังจะเห็นได้จาก ข้อคำถามที่หลังได้รับการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ตอบถูกต้องลดลง ได้แก่ (ข้อ 16) รับประทานอาหารให้ครบ 5หมู่ และหลีกเลี่ยงการอดอาหารเพื่อการลดน้ำหนัก ตอบถูกต้องลดลงจากร้อยละ 100 เป็นร้อยละ 93.3 แสดงให้เห็นว่าหลังการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ในประเด็นของการรับประทานอาหาร อาจมีคำพูดที่ทำให้มารดาหลังคลอดเข้าใจผิด จึงควรปรับคำพูดให้มารดาหลังคลอดเข้าใจอย่างถูกต้อง เพื่อทำให้นมแม่มีคุณค่าทางอาหาร เพื่อเลี้ยงทารก โดยสอบถามข้อมูลย้อนกลับ นอกจากนี้ยังพบว่าข้อคำถามที่หลังสอนในโรงเรียนพ่อแม่กลุ่มตัวอย่างตอบไม่ถูกต้องมากกว่าร้อยละ 50.0 ได้แก่ (ข้อ 18) ทำให้นมที่เหมาะสมสำหรับมารดาที่มีปัญหาหัวนมสั้น คือ ท่านอนขวางตัก หลังสอนตอบผิดถึงร้อยละ 63.3 (ข้อ 20) วิธีการเก็บน้ำนมที่ถูกต้อง เก็บในอุณหภูมิห้องได้นาน 1 ชั่วโมง หลังสอนตอบผิดถึงร้อยละ 73.3 และ (ข้อ 19) วิธีการเก็บน้ำนม ที่เก็บในตู้เย็นช่องแช่แข็ง (ตู้เย็น 1 ประตู) สามารถเก็บได้ 3 สัปดาห์ หลังสอนตอบผิดร้อยละ 70.0 แสดงให้เห็นว่าวิธีการสอนในโรงเรียนพ่อแม่อาจยังไม่ทำให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจในเรื่องทำอุ้มให้นมในกรณีที่หัวนมผิดปกติ และวิธีการเก็บน้ำนมที่ถูกต้อง แม้ว่าจะได้รับการสอนแล้ว จึงควรปรับวิธีการสอนโดยเน้นย้ำให้มารดาหลังคลอดมีความรู้ในเรื่องดังกล่าว ด้วยการสอบถามข้อมูลย้อนกลับ โดยตั้งคำถามกระตุ้นให้กลุ่มตัวอย่างพูด และทบทวนความรู้

สำหรับเรื่องทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครั้งแรก พบว่าส่วนใหญ่หลังได้รับการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ กลุ่มตัวอย่างมีทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับสูง ร้อยละ 100 ทั้งนี้เป็นผลเนื่องมาจากกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่มีสื่อการสอนมีโมเดลตุ๊กตาให้ฝึกตามพยาบาลผู้สอน และเมื่อก่อนกลุ่มตัวอย่างไปเลี้ยงลูกของตนเอง พยาบาลจะไปสอนรายบุคคลในห้องพักเพื่อให้หญิงหลังคลอดครั้งแรก เกิดความมั่นใจในการเลี้ยงลูกมากยิ่งขึ้น จึงควรนำระบบการสอนในโรงเรียนพ่อแม่ไปใช้อย่างต่อเนื่อง และส่งเสริมให้สามีหรือญาติที่

ช่วยเลี้ยงดูบุตร เข้ามามีส่วนร่วมเรียนรู้ในกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่ เพื่อเป็นแรงสนับสนุนในการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมแม่ต่อไป

ความยุ่งยากในการดำเนินการ/ปัญหาอุปสรรค

ช่วงเวลาที่สอนในโรงเรียนพ่อแม่ ให้กับ หญิงหลังคลอดครั้งแรกในบางวันเป็นช่วงเวลาที่แพทย์ผู้ดูแลมาตรวจ หญิงหลังคลอดหรือตรวจบุตร แต่ละท่านมาตรวจไม่พร้อมกัน ต้องรอเวลาให้หญิงหลังคลอดและบุตรได้รับการตรวจก่อนจึงจะเข้าร่วมกิจกรรม ในโรงเรียนพ่อแม่ได้ ทำให้ต้องใช้เวลารอคอยค่อนข้างนาน กิจกรรมที่กำหนดไว้ต้องล่าช้าไป

ข้อเสนอแนะ

1. ควรมีการศึกษาประชากรกลุ่มหญิงหลังคลอดครั้งแรก และครรภ์หลัง จากกลุ่มตัวอย่างที่หลากหลาย ได้แก่ กลุ่มตัวอย่างที่มารับบริการการคลอดที่โรงพยาบาลทุกราย
2. ควรศึกษาปัจจัยอื่นๆ ที่ส่งผลการปฏิบัติตัวของหญิงหลังคลอดครั้งแรกในการดูแลเลี้ยงดูบุตร เช่น แรงสนับสนุนทางสังคมจากบุคลากรทางการแพทย์ ครอบครัว หรือ เพื่อนบ้าน ปัจจัยด้านทัศนคติ ที่มีผลต่อการเลี้ยงดูบุตร
3. ควรมีการทำวิจัยในเชิงปฏิบัติการ หรือการเข้ามามีส่วนร่วมของสามี และญาติผู้ดูแล หญิงหลังคลอดครั้งแรกเมื่อไปดูแลบุตรที่บ้าน เพื่อให้หญิงหลังคลอดครั้งแรกและญาติหรือผู้ดูแลเล็งเห็นความสำคัญในการปฏิบัติตัว และมีส่วนร่วมในการฝึกทักษะการเลี้ยงดูบุตรเพื่อให้มีประสิทธิภาพ

กิตติกรรมประกาศ

เรื่อง การศึกษาความรู้และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอดครั้งแรกในโรงเรียนพ่อแม่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี เสร็จสมบูรณ์ได้ด้วยความกรุณาจาก ดร.พัชรินทร์ สมบูรณ์ หัวหน้าศูนย์ฝึกอบรม นางรัชณี ลักษิตานนท์ หัวหน้ากลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยเรียนและวัยรุ่น นางบุษบา แพงบุปผา หัวหน้ากลุ่มการพยาบาล และนางสาวกัญญา โพธิ์ปิติ ที่ให้คำแนะนำ ช่วยแก้ไขปรับปรุงงานวิจัยให้มีความสมบูรณ์ ขอขอบคุณนายแพทย์วิเชียร ต้นสุวรรณนนท์ ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี นายแพทย์สมเกียรติ อรุณาคมงคล รองผู้อำนวยการศูนย์ด้านบริการ ที่ให้การสนับสนุนให้มีการอบรมวิจัย เพื่อประยุกต์ใช้ในการทำงานด้านสาธารณสุข เจ้าหน้าที่หอผู้ป่วยตึกพิเศษ 4 และขอขอบคุณมารดาหลังคลอดครั้งแรกที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย เป็นผลให้งานวิจัยเรื่องนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

เอกสาร/เว็บไซต์อ้างอิง

๑. World Health Organization. Breastfeeding–exclusive breastfeeding [Internet]. 1981 [cited 2020 Jun 16]. Available from: http://www.who.int/elena/titles/exclusive_breastfeeding/en/
๒. Tamsen JR. Exclusive breastfeeding and cognition. executive function and behavioral disorders in primary school-aged children in rural South Africa: A cohort analysis. Journal PLOS Medicine 2016;1–30.
๓. Liu J, Leung P, Yang A. Breastfeeding and active bonding protects against children’s internalizing behavior problems. Nutrients 2014;6:76-89.
๔. สำนักงานนโยบายและแผนยุทธศาสตร์สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข. รายละเอียดตัวชี้วัดกระทรวงสาธารณสุขประจำปีงบประมาณ 2560. กระทรวงสาธารณสุข; 2559.
๕. สำนักงานสถิติแห่งชาติ. การสำรวจสถานการณเด็กและสตรีในประเทศไทย พ.ศ. 2555; อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน. สำนักงานสถิติแห่งชาติ; 2555.
๖. สำนักงานสถิติแห่งชาติ. การสำรวจสถานการณเด็กและสตรีในประเทศไทย พ.ศ. 2559; อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน. สำนักงานสถิติแห่งชาติ; 2559.
๗. กระทรวงสาธารณสุข. ฐานข้อมูลตัวชี้วัดกระทรวงสาธารณสุข รายงานตัวชี้วัดอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน(HDC) 2562 [อินเทอร์เน็ต]. 2563 [เข้าถึงเมื่อวันที่ 13 กุมภาพันธ์ 2563]. เข้าถึงได้จาก <https://hdcservice.moph.go.th/>
๘. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ ๕ ราชบุรี. รายงานผลการดำเนินงาน งานเวชสถิติ ปี ๒๕๖๐-๒๕๖๒; ๒๕๖๓.
๙. Hauck YL, Dhaliwal SS, Butt J. The association between women’s perceptions of professional support and problems experienced on breastfeeding cessation: A Western Australian study [Internet]. 2011 [cited 2020 Jun 16]. Available from: <http://jhl.sagepub.com/content/27/1/49.full.pdf+html>
๑๐. ลักษณา ไชยนอก. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่น หลังคลอดในโรงพยาบาลมหาราช นครราชสีมา [วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต]. นครราชสีมา: มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี; 2558.
๑๑. Bloom BS. Mastery learning. UCLA–CSEIP Evaluation Comment. Los Angeles: University of California at Los Angeles; 1968.
๑๒. ปวีศรี อารยะสุขวัฒน์, ปฎิเวช สุคนธ์จรรยา, ปรีดิตร โพธิ์รักษานนท์, พัทธมน เจริญรัตน์, วรณพร อึ้งสกุล, ระวีวัชร บรรณรักษ์ณา และคณะ. ความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาที่มาคลอดบุตรที่โรงพยาบาลศรีนครินทร์. ศรีนครินทร์เวชสาร 2556;28(2):163-69.
๑๓. นงเยาว์ ใบยา, สุชาติ เกษสุวรรณ, นันทิพย์ แพ้ชัยภูมิ, ภาวิน พัวพรพงษ์. ผลของการพัฒนาระบบบริการการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อมารดาหลังคลอดและครอบครัว โรงพยาบาลศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี. วารสารการแพทย์และวิทยาศาสตร์สุขภาพ 2013;20(2):17-23.