

การทบทวนวรรณกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา  
สำหรับพยาบาลในชุมชน



อรสุภา เพ็ญสมบุรณ์

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน)  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล  
พ.ศ. 2554

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหิดล

Copyright by Mahidol University

สารนิพนธ์

เรื่อง

การทบทวนวรรณกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา  
สำหรับพยาบาลในชุมชน

 /อรสุภา เพ็ญสมบุรณ์

นางสาว อรสุภา เพ็ญสมบุรณ์  
ผู้ศึกษา

 /อรพินท์ เจริญผล

รองศาสตราจารย์ อรพินท์ เจริญผล,  
ค.ม. (การบริหารการพยาบาล)  
อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์หลัก

 /แสงทอง ชีระทองคำ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ แสงทอง ชีระทองคำ,  
Ph.D (Nursing)  
อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ร่วม

 /บรรจง มไหสวริยะ

ศาสตราจารย์ บรรจง มไหสวริยะ,  
พ.บ., ว.ว. ออร์โทปิดิกส์  
คณบดี  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

 /อรสา พันธุ์กักดี

รองศาสตราจารย์ อรสา พันธุ์กักดี, พย.ด.  
ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร  
พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต  
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี  
มหาวิทยาลัยมหิดล

สารนิพนธ์

เรื่อง

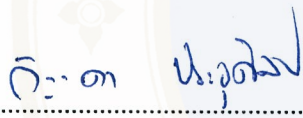
การทบทวนวรรณกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา  
สำหรับพยาบาลในชุมชน

ได้รับการพิจารณาให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน)

วันที่ 5 เมษายน พ.ศ. 2554



นางสาวอรสุภา เพ็ญสมบุรณ์  
ผู้ศึกษา



รองศาสตราจารย์ กัญญดา ประจุศิลป์,  
Ph.D (Nursing)  
กรรมการสอบสารนิพนธ์



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ จริยา วิทยะคุรุ,  
พย.ด.  
ประธานกรรมการสอบสารนิพนธ์



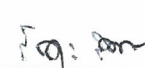
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ แสงทอง ชีระทองคำ,  
Ph.D (Nursing)  
กรรมการสอบสารนิพนธ์



รองศาสตราจารย์ อรพันธ์ เจริญผล,  
ค.ม. (การบริหารการพยาบาล)  
กรรมการสอบสารนิพนธ์



ศาสตราจารย์ บรรจง มไหสวริยะ,  
พ.บ., ว.ว. ออร์โธปิดิกส์  
คณบดี  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล



ศาสตราจารย์ รัชตะ รัชตะนาวิน,  
M.D., F.A.C.E.  
คณบดี  
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี  
มหาวิทยาลัยมหิดล

## กิตติกรรมประกาศ

การศึกษานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี เนื่องจากได้รับความอนุเคราะห์จาก รองศาสตราจารย์ อรพินธ์ เจริญผล อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. แสงทอง ชีระทองคำ อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. จริยา วิทยะศุกร และ รองศาสตราจารย์ ดร. กัญญดา ประจุศิลป์ ประธานกรรมการและกรรมการสอบสารนิพนธ์ ที่ได้กรุณาอุทิศเวลาให้ คำปรึกษา แนะนำตรวจสอบ แก้ไข และปรับปรุงรายละเอียดข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความเอาใจใส่ เป็นอย่างยิ่ง ขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิตทุกท่านที่ได้ ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ในระหว่างการศึกษา โดยเฉพาะอย่างยิ่งคณาจารย์ในสาขาวิชาการ พยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน

ขอขอบพระคุณท่านผู้บังคับบัญชา และขอบคุณเพื่อนร่วมงานทีมงานห้องคลอด งาน ห้องผ่าตัด งานห้องหลังคลอด และกลุ่มงานเวชฯ ที่โรงพยาบาลพระสมุทรเจดีย์สวาทยานนท์ทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือ ให้ผู้ศึกษาสามารถสำเร็จการศึกษา ลุล่วงไปได้ด้วยดี

ขอขอบคุณ พี่ๆ เพื่อน ๆ และน้องๆ หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการ พยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี รหัส 49 ทุกท่าน ที่คอยให้ คำแนะนำและช่วยเหลือ

สุดท้ายนี้ผู้ศึกษาขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ และครอบครัว ทุกคนที่แสดง ความรัก ความห่วงใย และให้กำลังใจแก่ผู้ศึกษามาโดยตลอด รวมทั้งให้ความช่วยเหลือในด้านต่างๆ จนทำให้สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

อรสุภา เพ็ญสมบุญ

การทบทวนวรรณกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาสำหรับพยาบาลในชุมชน

LITERATURE REVIEW OF BREASTFEEDING PROMOTION FOR NURSES IN THE COMMUNITY

อรสุภา เพ็ญสมบุรณ์ 4937562 RACN/M

พย.ม. (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน)

คณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์ : อร์พินธ์ เจริญผล, ก.ม. (การบริหารการพยาบาล), แสงทอง ชีระทองคำ, Ph.D. (NURSING)

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาอิทธิพลของการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือนอย่างเป็นระบบสำหรับพยาบาลในชุมชน เก็บข้อมูลโดยรวบรวมและวิเคราะห์หลักฐานเชิงประจักษ์ทั้งในประเทศและต่างประเทศ จากฐานข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ ได้แก่ Cochrane, PubMed, และ Nursing Consult รวมทั้งจากห้องสมุดมหาวิทยาลัยมหิดล จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มหาวิทยาลัยขอนแก่น และมหาวิทยาลัยบูรพา คำสำคัญที่ใช้ในการสืบค้นได้แก่ Breastfeeding promotion, Breastfeeding and promotion program และ Breastfeeding promotion and community ตีพิมพ์ตั้งแต่ปี ค.ศ. 2000–2010 พบงานวิจัยตามเกณฑ์คัดเข้า จำนวน 19 เรื่อง จาก 1,171 เรื่อง ส่วนใหญ่อยู่ในระดับ B ซึ่งเป็นงานวิจัยที่ทดลอง จำนวน 12 เรื่อง รองลงมาคือระดับ A ซึ่งเป็นงานวิจัยเชิงทดลองจำนวน 7 เรื่อง

ผลการศึกษาพบว่า กิจกรรมส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือนในระยะตั้งครรภ์ส่วนใหญ่คือ การให้ความรู้และคำแนะนำเรื่องประโยชน์ของนมมารดา จำนวน 7 เรื่อง รองลงมาคือ การประเมินคัดกรองปัญหาหัวนม/เต้านม จำนวน 6 เรื่อง ในระยะคลอด พบการให้ทารกดูดนมมารดาโดยเร็วภายใน 30–60 นาที จำนวน 5 เรื่อง ส่วนในระยะหลังคลอด พบส่วนใหญ่คือ การให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับการให้นมมารดา การแก้ไขปัญหาที่พบบ่อยขณะให้นม การบีบเก็บน้ำนม จำนวน 15 เรื่อง รองลงมาคือ การส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสามีและครอบครัว จำนวน 7 เรื่อง และในระยะจำหน่ายกลับบ้านพบ การติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ จำนวน 11 เรื่อง รองลงมาคือ การติดตามเยี่ยมบ้าน จำนวน 5 เรื่อง ผลการศึกษามีข้อเสนอแนะว่า พยาบาลควรส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์จนถึงระยะจำหน่ายกลับบ้าน ส่งผลให้เกิดความสำเร็จในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือน

คำสำคัญ : การทบทวนวรรณกรรม / การส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา / พยาบาลในชุมชน

# LITERATURE REVIEW OF BREASTFEEDING PROMOTION FOR NURSES IN THE COMMUNITY

ONSUPA PENSOMBOON 4937562 RACN/M

M.N.S. (COMMUNITY HEALTH NURSE PRACTITIONER)

THEMATIC PAPER ADVISORY COMMITTEE : ORAPIN CHAREONPOL, M.Ed.  
(NURSING ADMINISTRATION), SANGTHONG TERATHONGKUM, Ph.D.  
(NURSING)

## ABSTRACT

This study was conducted with the objective of a systematic review of a 4-6 month exclusive breastfeeding promotion for nurses in the community. The data were obtained from domestic and foreign research and literature on electronic medical and nursing databases such as Cochrane, PubMed and Nursing Consult, as well as from the libraries of Mahidol University, Chulalongkorn University, Chiang Mai University, Khon Kaen University, and Burapha University. Key words were breastfeeding promotion, breastfeeding and promotion program, and breastfeeding promotion and community. The research was published between 2000-2010. Of the 1,171 research papers, 12 were quasi-experimental research, which were categorized at level B, and seven were randomized controls that were classified as level A.

The findings revealed that seven studies reported health education activities to promote the benefits of a 4-6 month exclusive breastfeeding program during the antenatal stage, followed by six breast and nipple screening researches. In the delivery phase, five studies were found that showed early breastfeeding within 30-60 minutes. Health education related to breastfeeding, its problem solving, and the collection of breast milk in the postpartum phase were found in 15 studies, followed by seven reports on participation of husbands and family. In addition, 11 telephone follow-ups and five home visit reports were found in the discharge phase. The results suggest that nurses should promote breastfeeding from the antenatal stage to the discharge phase, which will result in the success of the 4-6 month exclusive breastfeeding program.

KEY WORDS : LITERATURE REVIEW / BREASTFEEDING PROMOTION /  
NURSES IN THE COMMUNITY

118 pages

## สารบัญ

|                                     | หน้า |
|-------------------------------------|------|
| กิตติกรรมประกาศ                     | ค    |
| บทคัดย่อ (ภาษาไทย)                  | ง    |
| บทคัดย่อ (ภาษาอังกฤษ)               | จ    |
| สารบัญตาราง                         | ช    |
| บทที่ 1 บทนำ                        | 1    |
| บทที่ 2 การทบทวนวรรณกรรม            | 6    |
| บทที่ 3 วิธีการศึกษา                | 26   |
| บทที่ 4 ผลการศึกษา                  | 29   |
| บทที่ 5 อภิปรายผลการศึกษา           | 36   |
| บทที่ 6 สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ | 39   |
| บทสรุปแบบสมบูรณ์ภาษาไทย             | 41   |
| บทสรุปแบบสมบูรณ์ภาษาอังกฤษ          | 55   |
| รายการอ้างอิง                       | 68   |
| ภาคผนวก                             | 77   |
| ประวัติผู้ศึกษา                     | 118  |

## สารบัญตาราง

| ตาราง |                                                                                              | หน้า |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 2.1   | การประเมินพฤติกรรมการให้นมทารกโดยวิธีแลซ (LATCH)                                             | 19   |
| 3.1   | จำนวนหลักฐานเชิงประจักษ์ทั้งหมดและที่ตรงประเด็น จากการสืบค้น<br>โดยใช้ฐานข้อมูลและคำสำคัญ    | 27   |
| 4.1   | ชื่องานวิจัย และระดับของงานวิจัย ในการทบทวนวรรณกรรมการส่งเสริมการ<br>เลี้ยงทารกด้วยนมมารดา   | 30   |
| 4.2   | กิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในระยะตั้งครรภ์<br>ระยะคลอด และระยะจำหน่ายกลับบ้าน | 33   |
| 4.3   | การให้ความรู้/คำแนะนำในระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอดและระยะหลังคลอด                                 | 35   |

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

กระทรวงสาธารณสุขมีเป้าหมายให้ประชาชนไทยทุกภูมิภาค ไม่ว่าในเขตเมืองหรือชนบท มีคุณภาพชีวิตที่ดี ซึ่งการบรรลุเป้าหมายดังกล่าวต้องเริ่มพัฒนาตั้งแต่วัยเด็ก ดังนั้นเด็กจำเป็นต้องได้รับการดูแล ให้มีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง เจริญเติบโตสมวัย มีสุขภาพจิตดี มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีสติปัญญาเฉลียวฉลาด มีความรับผิดชอบ มีจริยธรรม และสามารถดำรงตนอยู่ในครอบครัว และสังคมได้อย่างเป็นปกติสุข โดยกลวิธีที่สำคัญวิธีหนึ่ง ที่องค์การอนามัยโลกเสนอให้เป็นวิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิต คือการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ซึ่งเป็นที่ยอมรับกันแล้วว่านมมารดาเป็นอาหารที่ดีที่สุด และจำเป็นสำหรับทารก โดยในปี ค.ศ.1979 องค์การอนามัยโลกแนะนำให้ทารกได้ดื่มนมมารดาอย่างเดียว 4-6 เดือนแรกหลังคลอด (exclusive breast feeding: EBF) (World Health Organization, 2002; ศิราภรณ์ สวัสดิ์ และ โสภณ เอี่ยมศิริถาวร, 2548: 99)

น้ำนมมารดามีสารอาหารครบถ้วนและเหมาะสมที่สุดสำหรับเลี้ยงทารก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในระยะ 4 ถึง 6 เดือนแรกหลังคลอดเป็นช่วงที่ทารกมีการเจริญเติบโต ทั้งด้านร่างกายและสมองอย่างรวดเร็ว (Krebs & Hambidge, 2007: 639) ซึ่งในน้ำนมมารดามีสารอาหารหลักที่จำเป็นและเพียงพอสำหรับทารก ช่วยในการเจริญเติบโตและป้องกันการติดเชื้อ ส่งผลให้อัตราป่วยด้วยโรคอุจจาระร่วง โรคติดเชื้อทางเดินหายใจ และโรคมุมแพ้งของทารกที่เลี้ยงด้วยนมมารดาน้อยกว่าทารกที่เลี้ยงด้วยนมผสม (ศิราภรณ์ สวัสดิ์ และ โสภณ เอี่ยมศิริถาวร, 2548: 99; Vitolo, Bortolini, Campagnolo & Feldens, 2008) รวมทั้งช่วยประหยัดค่าใช้จ่าย ทำให้ครอบครัว ชุมชน และประเทศชาติ สามารถนำเงินจากการซื้อผลิตภัณฑ์นมผสมปีละหลายพันล้านบาท มาใช้ในการพัฒนาประเทศด้านอื่น (สำหรับ จิตตินันท์, 2546: 4) นอกจากนี้ ทารกยังได้รับอาหารทางใจ คือความรัก และความอบอุ่นจากมารดา จึงทำให้ทารกเจริญเติบโตทั้งด้านร่างกายและจิตใจอย่างสมบูรณ์ (วิระพงษ์ นัทรานนท์, 2546: 12; Alden, 2006; Old, London, Wieland, & Davidson, 2004)

การเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา นอกจากมีประโยชน์ต่อสุขภาพทารกแล้วยังมีประโยชน์ต่อสุขภาพมารดา คือสามารถช่วยลดการเกิดมะเร็งเต้านม มะเร็งรังไข่ และโรคกระดูกพรุน ซึ่งในขณะที่ทารกดื่มนมมารดา จะมีการหลั่งของฮอร์โมนออกซิโตซิน (oxytocin) ทำให้มดลูกหด

ตัวดี ช่วยลดอุบัติการณ์การตกเลือดหลังคลอด ร่างกายมารดากลับคืนสู่สภาพปกติเหมือนก่อนการตั้งครรภ์โดยเร็ว และมีรูปร่างดี เนื่องจากการให้นมมารดาจะช่วยเผาผลาญพลังงานส่วนหนึ่งจากไขมัน ที่สะสมอยู่ในร่างกายของมารดา จึงทำให้น้ำหนักตัวของมารดาลดลงอย่างรวดเร็ว (ราชวิทยาลัยสูตินรีแพทย์ แห่งประเทศไทย และชมรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่, 2548; สมศักดิ์ สุทัศนาวุฒิ, 2546: 51) การให้นมมารดาแก่ทารก ยังช่วยทำให้เกิดความรักและความผูกพันระหว่างมารดากับทารก มารดาจะมีความสุข และภูมิใจที่ได้แสดงบทบาทของการเป็นมารดาอย่างสมบูรณ์ (London, Ladewig, Ball, & Bindler, 2003) ทำให้ลดโอกาสเกิดภาวะซึมเศร้าหลังคลอด (Harlow, Cohen, Otto, Spiegelman, & Cramer, 2004)

แม้ว่าการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือน มีความสำคัญและมีประโยชน์ต่อทั้งมารดาและทารก แต่อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนั้นมีแนวโน้มลดลงจากการสำรวจในประเทศกำลังพัฒนา 37 ประเทศ ในปี ค.ศ. 2004 พบว่า อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4 เดือน คิดเป็นร้อยละ 52 โดยพบสูงสุดในประเทศแถบเอเชียและแปซิฟิก สำหรับประเทศสหรัฐอเมริกา พบอัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 3 เดือน และ 6 เดือน คิดเป็นร้อยละ 38 และร้อยละ 14 ตามลำดับ (Pinto, 2006) สำหรับในประเทศไทย จากการประเมินและติดตามผลการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาของสำนักส่งเสริมสุขภาพในปี พ.ศ.2547-2548 พบว่า อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4 เดือน มีเพียงร้อยละ 20.4 และอัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 6 เดือน มีเพียงร้อยละ 14.5 (จินตนา พัฒนพงศ์ธร, 2551: 2) ซึ่งยังต่ำกว่าเป้าหมาย ที่กระทรวงสาธารณสุขได้กำหนดนโยบายการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 6 เดือน ร้อยละ 30

สาเหตุสำคัญที่ทำให้อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาดำ เนื่องจากมารดาขาดความรู้และความตระหนักถึงความสำคัญของการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา รวมทั้งความเชื่อและวัฒนธรรมในท้องถิ่น ได้แก่ การป้อนข้าวหรือน้ำแก่ทารกก่อนกำหนด เพื่อให้ทารกอึด (สุพรรณิ กัณหดิลก และบุญสืบ โสโสม, 2548: 178) นอกจากนี้ ระบบการให้ความรู้และคำแนะนำแก่มารดา และครอบครัว ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด และระยะหลังคลอดยังขาดประสิทธิภาพ ทำให้มารดาไม่สามารถนำไปปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง (กัลยาณี มุลแก้ว, 2551: 3; สุพัตรา สุทธิประภา, 2544: 48) เช่น มารดาอุ้มทารกไม่ถูกวิธีขณะให้นม มารดาส่วนใหญ่มีปัญหาการให้นมแก่ทารกอย่างต่อเนื่องที่บ้าน (กลุ่มนมแม่, 2548, 26; จินตนา วัชรสินธุ์, 2545: 58) รวมทั้ง ระบบบริการทางการแพทย์ไม่เอื้ออำนวยต่อการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา เช่น ทารกแรกเกิดไม่ได้ดูดนมมารดาโดยเร็วภายหลังคลอด การแยกทารกแรกเกิดจากมารดาภายหลังคลอด ทำให้ทารกไม่สามารถดูดนมมารดาได้ตามต้องการ (จินตนา วัชรสินธุ์, 2545: 58; ศิริพร กัญชนะ, 2546: 235)

นอกจากนี้ ในปัจจุบันมารดาหลังคลอดมีแนวโน้มที่ต้องทำงานนอกบ้านเพิ่มขึ้น เนื่องจากปัญหาทางด้านสังคมและเศรษฐกิจของครอบครัว จึงทำให้ต้องหยุดให้นมมารดาแก่ทารก ทำให้อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาไม่ประสบผลสำเร็จตามเป้าหมาย (กัลยาณี มูลแก้ว, 2551: 15; ขวัญใจ รุ่งเรือง, 2549: 4) โดยเฉพาะมารดาที่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล ซึ่งส่วนใหญ่อพยพมาจากต่างจังหวัดเพื่อหารายได้เลี้ยงครอบครัว ทำให้หลังคลอดมารดาจึงต้องกลับไปทำงานนอกบ้านเช่นเดิม (ปิยภัทร์ ตรังกะพันท์, 2544: 29; สุกัญญา ประจุศิลป์, 2548: 80) โดยพบว่ามารดาต้องกลับไปทำงานหลังคลอดระหว่าง 1-3 เดือน และหยุดให้นมมารดาแก่ทารก เนื่องจากคิดว่าการบีบเก็บน้ำนมไว้ป้อนให้ทารกเป็นเรื่องยุ่งยากและไม่สะดวก (วิภา เทียงธรรม วันเพ็ญ สอนศิลป์ และพรณี อุ่นแอม, 2548: 167; ศิริพัฒนา ศิริธนารัตนกุล, 2546: 191) ส่งผลให้มารดาที่ทำงานนอกบ้านส่วนใหญ่ใช้นมผสมเลี้ยงทารก นอกจากนี้จากการศึกษาของ ดายกีส และคณะ พบว่า มารดาวัยรุ่นมีความวิตกกังวล และขาดความมั่นใจในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา และอัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาของมารดาวัยรุ่นต่ำกว่ามารดาที่มีอายุมากอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .01$ ) (Dykes, Moran, Burt & Edward, 2003) เนื่องจากวัยรุ่นส่วนใหญ่ยังพร่องวุฒิภาวะในการเป็นมารดา (Littleton & Engebretson, 2005) จึงเห็นว่าการให้ทารกดูดนมมารดานั้นยุ่งยากกว่าการให้นมผสม (Herrman, 2006)

การส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาจึงเป็นสิ่งสำคัญ และจะประสบความสำเร็จได้ควรเริ่มจากการกำหนดนโยบายการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวก่อน ร่วมกับการประยุกต์ใช้บันไดสิบขั้นสู่ความสำเร็จในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ten steps to successful breastfeeding) ทำให้ระบบบริการของโรงพยาบาลหรือสถานพยาบาลเกิดการปรับเปลี่ยน ส่งผลให้บรรลุเป้าหมายการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (วีระพงษ์ ธีตรานนท์, 2546: 14) นอกจากนี้ ต้องมีการเตรียมความเชื่อมั่นและความตั้งใจของมารดาตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ เพื่อให้เกิดความพร้อมในการให้นมมารดาแก่ทารก (วิพร เกตุบำรุงพร, 2544: 44) โดยในระยะฝากครรภ์ต้องเตรียมความพร้อมของมารดาในการให้นมแก่ทารก โดยการตรวจเต้านมและหัวนมในการฝากครรภ์ครั้งแรก เพื่อประเมินและแก้ไขในกรณีที่มีความผิดปกติทันที ได้แก่ หัวนมสั้น หัวนมบอด/ บวม (ขวัญใจ รุ่งเรือง, 2549; ญาณิศา เกื้อนเจริญ, 2550; Noel-weiss, Rupp, Cragg, Bassett & Wooden, 2006) การให้ความรู้และคำแนะนำในเรื่องประโยชน์ของนมมารดา หลักการให้นมมารดาอย่างถูกวิธี และการส่งเสริมการหลังของน้ำนม (Aidam, Escamilla & Lartey, 2005; Su et al., 2007)

การส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในระยะคลอด ตามบันไดสิบขั้นสู่ความสำเร็จปฏิบัติโดยการให้ทารกได้ดูดนมมารดาโดยเร็วและบ่อย ใช้หลัก skin to skin contact จะทำให้การให้นมมารดาแก่ทารกประสบผลสำเร็จ ส่งผลให้อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาเพิ่มมากขึ้น

(Bystrova et al., 2005; Moore, Anderson & Berman, 2008) ส่วนระยะหลังคลอดควรสอนให้มารดาอุ้มทารกดูคนอย่างถูกวิธีในท่าต่างๆ การแก้ไขปัญหาในการให้นมมารดา ได้แก่ น้ำนมไม่ไหล/ น้ำนมน้อย เต้านมคัดตึง หัวนมแตกหรือเป็นแผล การให้คำแนะนำเรื่องอาหารบำรุงน้ำนม การกระตุ้นให้ทารกดูดนมมารดาทุก 2 ชั่วโมง และการประเมินประสิทธิภาพการให้นมมารดาแก่ทารกโดยใช้แบบประเมิน LATCH จะช่วยให้มารดาสามารถให้นมแก่ทารกได้อย่างถูกต้อง และเหมาะสม (นิตยา คำแน่น, 2549; สรชา ดันติเวชกุล, 2543; อรทัย บัวคำ, 2548) ตลอดจนการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสามีและญาติในการช่วยเหลือมารดาให้นมแก่ทารก (สมพร ศรีสวัสดิ์, 2552; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Pisacane, Isabella, Aldinucci & Continisio, 2005) นอกจากนี้ ควรมีการติดตามเยี่ยมมารดาและทารกทางโทรศัพท์ในระยะจำหน่ายกลับบ้าน เพื่อทราบปัญหาในการให้นมมารดาแก่ทารก และให้การช่วยเหลือได้ทันที่ก่อนที่จะมีการตัดสินใจใช้นมผสมเลี้ยงทารกแทน (ขวัญใจ รุ่งเรือง, 2554; ญานิสสา เกื้อนเจริญ, 2551)

งานอนามัยแม่และเด็ก โรงพยาบาลพระสมุทรเจดีย์สวทยานนท์ พบว่า อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 6 เดือน ในปี พ.ศ. 2551 คิดเป็นร้อยละ 20 ซึ่งต่ำกว่าเกณฑ์ของประเทศ อัตราการคลอดของมารดาวัยรุ่นสูง คิดเป็นร้อยละ 22 และการประเมินปัญหาของเต้านม/หัวนม รวมทั้งการให้ความรู้ และคำแนะนำแก่มารดาที่มาฝากครรภ์ยังไม่เป็นระบบ ทำให้มารดาไม่ได้รับการแก้ไขปัญหอย่างถูกต้องและเหมาะสม ส่วนในหน่วยงานห้องคลอดพบว่า ทารกไม่ได้รับการให้ดูคนมมารดาในช่วง 30 นาทีแรกหลังคลอด เนื่องจากบุคลากรมีภาระงานมาก จึงไม่มีเวลาในการช่วยเหลือมารดาหลังคลอดเพื่อให้นมแก่ทารก สำหรับหน่วยงานหลังคลอดพบว่า ปัญหาให้นมมารดาไม่ไหล/ น้ำนมมารดาน้อยในช่วง 1-2 วันหลังคลอด คิดเป็นร้อยละ 40 นอกจากนี้ จากการติดตามเยี่ยมบ้านมารดาหลังคลอด พบว่า มารดาบางคนไม่ได้รับคำแนะนำการอุ้มทารกดูคนอย่างถูกวิธี มารดาที่ทำงานนอกบ้านไม่สามารถบีบเก็บน้ำนม เพื่อป้อนให้แกทารก และเมื่อเกิดปัญหาการให้นมมารดาแก่ทารก เช่น เต้านมคัดตึง หัวนมเป็นแผล หรือน้ำนมน้อย มารดาและญาติไม่ทราบจะขอคำปรึกษา และขอความช่วยเหลือจากบุคคลหรือหน่วยงานใด (งานอนามัยแม่และเด็ก โรงพยาบาลพระสมุทรเจดีย์สวทยานนท์, 2551) จากปัญหาดังกล่าว จึงเป็นอุปสรรคในการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือน และจากการทบทวนวรรณกรรมและหลักฐานเชิงประจักษ์ต่างๆ พบว่า การส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาส่วนใหญ่ มักศึกษาเฉพาะในขณะคลอด และ/ หรือ หลังคลอด บางงานวิจัยมีการศึกษาในขณะตั้งครรภ์ แต่ไม่พบการติดตามภายหลังคลอด ผู้ศึกษาในฐานะพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชนตระหนักถึงความสำคัญของการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือน ที่ยังไม่บรรลุเป้าหมาย จึงสนใจทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเป็นระบบ เพื่อเป็นแนวทางสำหรับพยาบาลในการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือน

## วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษากิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือน  
อย่างเป็นระบบสำหรับพยาบาลในชุมชน

## ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

แนวทางและกิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาสำหรับพยาบาลใน  
ชุมชน

## นิยามศัพท์

การทบทวนวรรณกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา หมายถึง การศึกษา  
งานวิจัยเกี่ยวกับแนวทางการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเป็นระบบ ประกอบด้วย  
วัตถุประสงค์การศึกษา ระดับของงานวิจัย รูปแบบการวิจัย กลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือวิจัย วิธีการเก็บ  
รวบรวมข้อมูล ผลการศึกษา ข้อดีและข้อจำกัด รวมทั้งข้อสรุปในการนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้  
เป็นแนวทางในการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือน

การส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาสำหรับพยาบาลในชุมชน หมายถึง กิจกรรม  
ที่ส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดานาน 4-6 เดือน โดยครอบคลุมตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ระยะ  
คลอด ระยะหลังคลอด และระยะจำหน่าย อาทิ การประเมินเต้านม/ หัวนม การให้ความรู้ในการ  
ส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา การส่งเสริมสมรรถนะของมารดา การส่งเสริมการมีส่วนร่วม  
ของครอบครัว สังคมและชุมชน การติดตามเยี่ยมบ้าน การติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ เป็นต้น

## บทที่ 2

### การทบทวนวรรณกรรม

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลกระทบการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือน อย่างเป็นระบบสำหรับพยาบาลในชุมชน การทบทวนวรรณกรรมประกอบด้วย

1. แนวคิดการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ
2. การส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา
  - 2.1 ประโยชน์ของการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาต่อมารดาและทารก
  - 2.2 ปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จของการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา
  - 2.3 กิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา
    - ระยะตั้งครรภ์
    - ระยะคลอด
    - ระยะหลังคลอด
    - ระยะจำหน่ายกลับบ้าน

#### 1. แนวคิดการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ

การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ เป็นการทบทวนหลักฐานเชิงประจักษ์เฉพาะเรื่องที่ต้องการศึกษา เพื่อตอบประเด็นคำถามที่ต้องการศึกษาในการปฏิบัติทางคลินิก จึงช่วยกำหนดกรอบแนวความคิดหรือขอบเขตของเรื่องที่ต้องการศึกษา ทำให้ผู้ศึกษามีความรู้ทั้งทฤษฎีและปฏิบัติที่ทันสมัย ทราบประเด็นองค์ความรู้ที่ต้องการศึกษาเพิ่มเติม (gap of knowledge) ข้อขัดแย้งขององค์ความรู้นั้นๆ หรือเหตุใดจึงต้องศึกษาเรื่องดังกล่าวซ้ำในกลุ่มประชากรหรือสถานที่อื่น และช่วยในการออกแบบการศึกษาวิจัย ตลอดจนพัฒนาแนวทางในการปฏิบัติทางคลินิก และกำหนดนโยบายต่างๆ (Parahoo, 2006 cited in Cronin, Ryan & Coughlan, 2007: 38-39; Polit & Beck, 2004)

ขั้นตอนในการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ เริ่มจากการสืบค้นงานวิจัย ซึ่งผู้ศึกษาควรมีคำถามในการศึกษา เพื่อเลือกเรื่องที่ต้องการศึกษาให้ตรงตามวัตถุประสงค์หรือคำถาม

ของการศึกษา สืบค้นโดยกำหนดคำสำคัญ (key words) ที่ตรงประเด็นกับเรื่องที่ต้องการศึกษา บนฐานข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ ซึ่งค้นหาได้ง่ายกว่าการสืบค้นด้วยตนเอง (manual search) กำหนดเวลาในการสืบค้น วิธีการประเมินและสังเคราะห์งานวิจัยที่ต้องการศึกษา ทั้งนี้งานวิจัยที่สืบค้นควรเป็นรายงานวิจัยจากผู้วิจัย (primary source) มากกว่างานวิจัยที่ผู้ศึกษารวบรวมจากงานวิจัยต่างๆ (secondary source) ซึ่งจะไม่ทราบรายละเอียดของงานวิจัย เมื่อได้งานวิจัยแล้ว จึงนำมาคัดเลือก (study selection) ตามเกณฑ์คัดเข้า (inclusion criteria) หรือเกณฑ์คัดออก (exclusion criteria) เพื่อให้ได้งานวิจัยที่ตรงประเด็นกับเรื่องที่ต้องการศึกษา แล้วจึงอ่าน วิเคราะห์ สังเคราะห์ และสรุปเรื่องที่ต้องการศึกษา โดยระบุชื่อผู้วิจัย ปี ชื่อเรื่อง วัตถุประสงค์ของงานวิจัย (problem / purpose) แบบการวิจัย (research design) กลุ่มตัวอย่าง (sample) สถานที่หรือแหล่งที่วิจัย (setting) เครื่องมือและการเก็บรวบรวมข้อมูล (data collection) วิธีการวิจัยหรือแนวปฏิบัติการพยาบาล (method / implementation) การวิเคราะห์ข้อมูล (data analysis) ผลการวิจัย (finding / results) ข้อเสนอแนะ ข้อดี และข้อจำกัดของการศึกษา (Parahoo, 2006 cited in Cronin et al., 2007: 38-39; Polit & Beck, 2004)

การศึกษานี้เป็นการสืบค้นหลักฐานเชิงประจักษ์ เพื่อส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือน ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด ระยะหลังคลอด และระยะจำหน่ายกลับบ้าน เพื่อเตรียมพร้อมหญิงตั้งครรภ์ในการให้นมทารกอย่างถูกวิธีและมีประสิทธิภาพ จนสามารถให้นมมารดาแก่ทารกอย่างต่อเนื่องที่บ้านนาน 4-6 เดือน โดยกำหนดคำสำคัญคือ การส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือน ที่เป็นงานวิจัยเชิงทดลองหรือกึ่งทดลอง เพื่อความน่าเชื่อถือของหลักฐานเชิงประจักษ์ แล้วจึงนำงานวิจัยไปวิเคราะห์อย่างเป็นระบบในรูปแบบตารางที่กำหนดประเด็นต่างๆ ได้แก่ ชื่อผู้วิจัย ปีที่พิมพ์ ชื่อเรื่อง วัตถุประสงค์ของงานวิจัย แบบการวิจัย กลุ่มตัวอย่าง สถานที่หรือแหล่งที่วิจัย วิธีการวิจัย การวิเคราะห์ข้อมูล ผลการวิจัย ข้อดี และข้อจำกัดของการศึกษา รวมทั้งข้อสรุปในการนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้อย่างเหมาะสมในบริบทของชุมชนและที่บ้าน หลังจากนั้น ผู้ศึกษาสรุปผลการศึกษาและเลือกแนวทางหรือกิจกรรมที่เหมาะสม ในการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือน ตลอดจนรวบรวมความถี่ของแต่ละกิจกรรมตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด ระยะหลังคลอด และระยะจำหน่ายกลับบ้าน อันจะทำให้ผู้ศึกษาได้แนวทางหรือกิจกรรมที่สำคัญในการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือน และสามารถนำไปประยุกต์ใช้อย่างเหมาะสมในบริบทของชุมชน

## 2. การส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา

น้ำนมมารดาเป็นอาหารที่เหมาะสมสำหรับการเจริญเติบโตทางกายของทารก และยังช่วยให้ทารกมีสุขภาพจิตที่ดี ตลอดจนเสริมสร้างสัมพันธอันดีระหว่างมารดากับทารก และเกิดความรักความอบอุ่นของครอบครัว จึงควรมีการสนับสนุนการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ซึ่งจะประสบความสำเร็จได้นั้น ต้องอาศัยความร่วมมือของทุกฝ่าย ทั้งในเชิงนโยบาย บุคลากรสาธารณสุข หญิงตั้งครรภ์และครอบครัว

### 2.1 ประโยชน์ของการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาต่อมารดาและทารก

การเลี้ยงทารกด้วยนมมารดามีประโยชน์ต่อมารดาและทารก ดังนี้

#### 2.1.1 ประโยชน์ต่อมารดา

1) สะดวก สบาย สามารถให้ทารกดูดนมได้ทุกเวลาและสถานที่ โดยไม่ต้องเสียเวลาในการเตรียมอุปกรณ์ นอกจากนี้ยังช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายของครอบครัว (Brownell, Hutton, Hartman & Dabrow, 2002; Wong et al., 2006)

2) ช่วยให้มารดามีรูปร่างกลับคืนสู่สภาพเดิมเร็ว รูปร่างดี ไม่อ้วน เพราะมีการนำไขมันที่สะสมไว้ในระหว่างตั้งครรภ์มาใช้ในการผลิตน้ำนม (Stable & Rankin, 2005) ทำให้ร่างกายมารดากลับคืนสู่สภาพเดิมเร็ว และไม่ต้องกังวลเกี่ยวกับน้ำหนักที่จะเพิ่มขึ้น หากต้องรับประทานอาหารให้เพียงพอกับความต้องการ เพื่อให้มีน้ำนมสำหรับเลี้ยงทารก

3) ลดโอกาสการตกเลือดหลังคลอด เนื่องจากขณะที่ทารกดูดนมมารดา จะมีการกระตุ้นให้สมองส่วนไฮโปทาลามัส ส่งกระแสประสาทไปกระตุ้นต่อมพิทูอิทารีส่วนหลัง ให้หลั่งฮอร์โมนออกซิโตซินเข้าสู่กระแสเลือด ส่งผลกระตุ้นให้มดลูกหดตัว ช่วยขับน้ำคาวปลา และลดอุบัติการณ์การตกเลือดหลังคลอด (Alden, 2006; Johnsons, 2008)

4) เป็นการวางแผนครอบครัวตามธรรมชาติ เนื่องจากการดูดนมมารดาของทารก จะกระตุ้นสมองส่วนไฮโปทาลามัส หลั่งฮอร์โมนโปรแลคติน ทำให้ไม่มีการตกไข่ เนื่องจากระดับของฮอร์โมนมีความสัมพันธ์กับความถี่ห่างของการให้นมมารดาแก่ทารก ดังนั้นเพื่อลดโอกาสการตั้งครรภ์ มารดาจึงควรคุมกำเนิดด้วยวิธีอื่นตั้งแต่หลังคลอดในสัปดาห์ที่ 3 (WHO, 2005)

5) ลดโอกาสการเกิดมะเร็งเต้านมและมะเร็งรังไข่ โดยมารดาที่เลี้ยงทารกด้วยนมมารดาตั้งแต่ 2-7 เดือน จะลดอัตราเสี่ยงการเกิดมะเร็งรังไข่ ร้อยละ 20 (Labbok, 2001) และพบว่า มารดาที่เลี้ยงทารกด้วยนมมารดาเป็นระยะเวลานาน สามารถป้องกันการเกิดมะเร็งเต้านมดีกว่ามารดาที่เลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในระยะเวลาค้น (Ackerman, 2005) โดยมารดาที่เลี้ยงทารก

ด้วยนมมารดานาน 12 เดือน มีอัตราการเกิดมะเร็งเต้านมลดลง ร้อยละ 4.3 และสามารถลดอัตราเสี่ยงของการเกิดมะเร็งเต้านม ร้อยละ 7 ต่อการคลอดในแต่ละครั้ง (Collaborative Group on Hormonal Factor in Breast Cancer, 2002)

6) ลดโอกาสการเป็นโรคมะเร็งเต้านม เนื่องจากการให้นมมารดาจะกระตุ้นการดูดซึมแคลเซียมของร่างกาย และภายหลังหยุดให้นมมารดาพบว่า ระดับพาราไธรอยด์ฮอร์โมนและวิตามินดี ในกระแสเลือดสูงขึ้น (Pillitteri, 2007)

7) มีผลดีต่อจิตใจของมารดาและทารก การสัมผัสและการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างมารดาและทารกตั้งแต่ระยะแรกเกิดอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง ก่อให้เกิดความรัก ความผูกพันซึ่งกันและกัน มารดาจะมีความสนใจในตัวทารกมากขึ้น รู้สึกมีความสุข และพึงพอใจ ขณะเดียวกันทารกก็ได้รับความอบอุ่นทั้งร่างกาย และจิตใจ ได้รับความสุข ความพึงพอใจจากการดูดนมมารดา ขณะที่ทารกดูดนมมารดาจะมีการสร้างฮอร์โมนแห่งความรัก (oxytocin) สูงขึ้น ซึ่งจะกระตุ้นความเป็นมารดาเพิ่มขึ้น ยังผลให้เกิดความรักและความผูกพันต่อกัน (วีระพงษ์ ฉัตรานนท์, 2546: 9-10) และยังช่วยสร้างสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นระหว่างครอบครัว (Fergusson & Woodward, 1990 อ้างใน รัตโนทัย พลับรู้งการ, 2546: 20)

8) ประโยชน์ต่อครอบครัวเศรษฐกิจและสิ่งแวดล้อม การเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายในการซื้อผลิตภัณฑ์อาหารทดแทนนมมารดา ค่าวัสดุหรืออุปกรณ์ในการให้อาหารทารก การสูญเสียเวลาในการเตรียมนมผสม และการทำความสะอาด (สำหรับจิตตินันท์, 2546: 7)

#### 2.1.2 ประโยชน์ต่อทารก

1) ทารกได้รับสารอาหารครบถ้วน เนื่องจากน้ำนมมารดามีสารอาหารที่พอเพียงและเหมาะสมกับการเจริญเติบโตของทารก โดยในช่วง 6 เดือนแรกปริมาณน้ำนมเฉลี่ยระหว่าง 700-800 มิลลิลิตรต่อวัน มีโปรตีนประมาณ 8.3-9.5 กรัม และพลังงาน 500-600 แคลอรี ซึ่งเพียงพอสำหรับทารก หลังจากนั้นปริมาณน้ำนมจะค่อยๆ ลดลงเหลือประมาณ 600 มิลลิลิตรต่อวัน ในช่วง 6-12 เดือน และเป็น 550 มิลลิลิตรต่อวัน ในระยะ 12-24 เดือนหลังคลอด ทารกที่ดูดนมมารดาสามารถเติบโตได้ดี โดยยังไม่ต้องรับประทานอาหารอื่นในช่วง 4-6 เดือนแรก และสามารถให้ทารกรับประทานนมมารดาต่อไปได้จนทารก อายุ 2 ปี โดยรับประทานอาหารตามวัยเป็นอาหารหลัก แล้วดูดนมมารดาเสริม (อุมาพร สุทัศน์วรุฒิ และสุจิตต์ สาลีพันธ์, 2548: 48)

2) เพิ่มภูมิคุ้มกันโรค โดยเฉพาะเชื้อที่เป็นสาเหตุของโรคที่ผ่านทาง mucosa โดยทารกแรกเกิดมี Immunoglobulin G (IgG) ที่ได้รับจากมารดาขณะที่ทารกอยู่ในครรภ์ ซึ่งถูกใช้หมดภายในอายุ 10-12 เดือน ทารกจะค่อยๆ สร้าง IgG ของตนเองตั้งแต่เดือนแรกๆ และมี

ปริมาณเพิ่มขึ้นจนเป็น 60% ของระดับที่พบในผู้ใหญ่เมื่ออายุ 12 เดือน ส่วน Immunoglobulin A (IgA) และ Immunoglobulin M (IgM) ที่ไม่ได้รับจากมารดา ทารกจะสร้างเองได้น้อยในระยะแรก จนถึงขวบปีแรก น้ำนมมารดาที่ออกมาใน 15 วันแรก มี secretory Immunoglobulin A (sIgA) จะไปกระตุ้น mucosal associated lymphoid tissue ในระบบทางเดินอาหาร และระบบทางเดินหายใจ จากการศึกษาพบว่า sIgA ช่วยลดการเกิดการติดเชื้อทางเดินอาหารได้ถึง 14-20 เท่า และลดการอักเสบของหูชั้นกลางด้วย นอกจากนี้ยังพบว่า ทารกที่ดื่มนมมารดาเป็นโรคติดเชื้อทางเดินหายใจรุนแรงน้อยกว่าทารกที่ไม่ดื่มนมมารดา 3 เท่า (Bradtzaeg, 2003 อ้างใน มานี ปิยะอนันต์, 2550: 4)

3) ส่งเสริมการเจริญเติบโตของทารก เนื่องจากนมมารดามีสารช่วยส่งเสริมการเจริญเติบโตของ mucosal cell และ epithelial cell โดยทำให้ mucosa แข็งแรง นอกจากนี้ยังพบ Human growth factor I, II และ III หรือ human milk growth factor (HMGF) ซึ่ง HMGF III กระตุ้นการสร้าง DNA และการแบ่งตัวเพิ่มจำนวนของเซลล์ ทำให้ทารกเจริญเติบโตอย่างเต็มที่ (มานี ปิยะอนันต์, 2548: 11) จากการศึกษาทารกในประเทศเซเนกัล จำนวน 443 คน ตั้งแต่อายุ 2 เดือน-3 ขวบ โดยชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงทุก 6 เดือน พบว่าทารกที่ดื่มนมมารดาในระยะยาว จะมีความสูงเพิ่มขึ้นมากกว่าทารกที่ได้รับนมมารดาระยะสั้น เมื่ออายุ 2 ขวบ และ 3 ขวบ และไม่พบวณมมารดาทำให้น้ำหนักตัวของทารกเพิ่มผิดปกติ (Simondon et al., 2001)

4) สร้างเสริมพัฒนาการทางสมองและเชาวน์ปัญญา ทารกที่ดื่มนมมารดาจะมีพัฒนาการด้านการเรียนรู้ การรับรู้ การมองเห็น การใช้กล้ามเนื้อ และระดับเชาวน์ปัญญาสูงกว่าทารกที่ได้รับนมผสม (วีระพงษ์ ฉัตรานนท์, 2546 :15) จากการศึกษาผลของระยะเวลาการให้นมมารดาต่อระดับเชาวน์ปัญญาในทารกชาวออร์เวย์ ที่ดื่มนมมารดาในช่วง 1 ปีแรก จำนวน 345 คน โดยประเมินพัฒนาการด้านสมองและกล้ามเนื้อด้วย Mental development index (MDI) และ psychomotor index (PDI) ด้วย Bayley's Scales of Infant Development และวัดระดับเชาวน์ปัญญา (IQ) ผลการศึกษาพบว่า ทารกที่ดื่มนมมารดาน้อยกว่า 3 เดือน มีคะแนนเฉลี่ย MDI score เมื่อ 13 เดือน และผล IQ เมื่ออายุ 5 ปี ต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของกลุ่มทั้งหมด แสดงว่าทารกที่ดื่มนมมารดามากกว่า 3 เดือนมีพัฒนาการทางด้านสมอง และระดับเชาวน์ปัญญาสูงกว่าทารกกลุ่มที่ดื่มนมมารดาน้อยกว่า 3 เดือน (Angelsen et al., 2001 อ้างใน รัตโนทัย พลับรู้งการ, 2548:18)

5) ลดโอกาสเสี่ยงต่อโรคมุมิแพ้ในทารก และโรคหอบหืดในทารกที่คลอดก่อนกำหนด เนื่องจากทารกได้รับนมวัวตั้งแต่แรกเกิด ร่างกายถูกกระตุ้นให้สร้างภูมิต้านทานต่อโปรตีนในนมวัว และระบบทางเดินอาหารของทารกยังพัฒนาไม่สมบูรณ์ ทำให้โปรตีนในนมวัวถูกดูดซึมเข้าสู่ร่างกายในลักษณะโมเลกุลใหญ่ ร่างกายจึงสร้าง IgG, IgM และ IgE ตอบสนองต่อโปรตีนเหล่านี้ ทารกที่มี specific IgE ต่อนมวัวในระดับสูง จะเกิดอาการภูมิแพ้ อาทิ ผื่นคันเรื้อรัง

ที่ผิวหนัง หอบหืด ใช้หัตถ์เรื้อรัง หรือถ่ายอุจจาระเป็นเลือด โดยการเริ่มให้นมวัวเมื่อทารกมีอายุมากกว่า 4 เดือน สามารถลดการเกิดโรคภูมิแพ้ ในช่วงอายุน้อยกว่า 2 ปี ร้อยละ 30 ดังนั้นการให้นมผสมจึงควรเริ่มให้เมื่อทารกอายุมากกว่า 6 เดือนขึ้นไปซึ่งเป็นช่วงที่ทารกมีการพัฒนาของระบบทางเดินอาหารที่ดี สามารถเลือกดูดซึมเฉพาะ โปรตีนที่มีโมเลกุลเล็ก เพื่อป้องกันการแพ้ นมวัว และโอกาสเกิดโรคภูมิแพ้ในอนาคต (ภาสุรี แสงสุภาวนิช, 2548: 39)

## 2.2 ปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จของการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา

การเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาให้ประสบความสำเร็จขึ้นกับปัจจัยหลายประการ ดังนี้

1) นโยบายบันได 10 ขั้น เพื่อความสำเร็จในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (Ten steps to successful breastfeeding) เป็นนโยบายที่สำคัญต่อการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (วิพร เกตุบำรุงพร, 2544: 39) สำหรับในประเทศไทยได้มีการพัฒนานโยบายการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ผ่านโครงการโรงพยาบาลสายสัมพันธ์แม่ - ลูก (Baby-Friendly Hospital Initiative) โดยกำหนดแนวทาง (สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2550; WHO, 2002) ดังนี้

1.1) มีนโยบายการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาเป็นลายลักษณ์อักษร ที่สื่อสารกับบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขทุกคน ผู้ให้บริการและญาติ ได้รับทราบและปฏิบัติตามนโยบายของโรงพยาบาล

1.2) ฝึกอบรมบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขทุกคน ให้มีทักษะในการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา

1.3) จัดแจงมารดาตั้งครรภ์ทุกคนให้ทราบถึงประโยชน์และวิธีการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา

1.4) ช่วยริเริ่มให้ทารกดูดนมภายในครึ่งชั่วโมงแรกหลังคลอด หรือดูดทันทีหลังคลอด (WHO & UNICEF, 2006) โดยใช้หลักการ skin to skin contact จะทำให้เพิ่มความสำเร็จในการริเริ่มดูดนมมารดา และอัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในระยะ 4 เดือนสูงขึ้น (Lawrence, & Lawrence, 2005; Moore, Anderson & Bergman, 2008)

1.5) แนะนำมารดาเกี่ยวกับวิธีเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา และวิธีทำให้น้ำนม มีปริมาณพอเพียง รวมทั้งการบีบและเก็บน้ำนม และการให้ทารกดื่มนมจากแก้ว (cup feeding) จากการศึกษาของ โฮวาร์ด และคณะ พบว่า ทารกที่ดื่มนมมารดาจากแก้ว จะกลับมามีนมมารดาได้สำเร็จ มากกว่าทารกที่ดูดนมจากขวด (Howard et al., 2003 อ้างใน มานี ปิยะอนันต์, 2548: 44)

1.6) อย่าให้อาหาร น้ำ หรือเครื่องดื่มแก่ทารกแรกเกิด นอกจากนมมารดา เว้นแต่จะมีข้อบ่งชี้ทางการแพทย์

1.7) ให้มารดาและทารกอยู่ด้วยกันตลอด 24 ชั่วโมง เพื่อให้ทารกสามารถดูดนมมารดาได้ตามต้องการ (มานี ปิยะอนันต์, 2548: 49)

1.8) สนับสนุนให้ทารกได้ดูดนมมารดาทุกครั้งที่ต้องการ

1.9) อย่าให้ทารกดูดหัวนมปลอม เนื่องจากกลไกการดูดหัวนมมารดากับหัวนมยางมีความแตกต่างกัน ทารกที่ดูดหัวนมยางมักจะแน่นเหงือกอยู่บนหัวนมโดยไม่ขยับขึ้นลง และลิ้นซึ่งอยู่ใต้มกก็ไม่เคลื่อนไหว ดังนั้นในระยะที่ทารกยังไม่ชินกับการดูดนมมารดาและน้ำนมยังน้อยอยู่ จึงไม่ควรให้ทารกดูดหัวนมยาง เพราะอาจทำให้ทารกติดหัวนม

1.10) ส่งเสริมให้มีการจัดตั้งกลุ่มสนับสนุนการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา และแนะนำให้มารดาเข้าร่วมกลุ่มดังกล่าว เมื่อออกจากโรงพยาบาล

จากการศึกษาของ จินตนา พัฒนพงศ์ธร และศันสนีย์ เจตนประยูทธ์ (2547) พบว่า ทารกดูดนมมารดาภายในครึ่งชั่วโมงแรกหลังคลอด มารดาได้รับการช่วยเหลือเมื่อเกิดปัญหาในการให้นมทารก พยาบาลไม่ให้น้ำ นมผสม หรืออาหารอื่นๆ แก่ทารกขณะอยู่โรงพยาบาล มารดาให้นมทารกทุกครั้งที่ต้องการ และการมีกลุ่มช่วยเหลือสนับสนุนมารดาในหมู่บ้านมีความสัมพันธ์กับอัตราการเพิ่มของระยะเวลาการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .05$ ) สอดคล้องกับการศึกษาในประเทศเบลารุส ที่ไชบัน ไคลิบขึ้นสู่ความสำเร็จในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ทำให้อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาเพิ่มขึ้น (Michael et al., 2001)

2) ความพร้อมและประสิทธิภาพการให้นมมารดาแก่ทารก การที่มารดาจะสามารถให้นมแก่ทารกได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้น มารดาต้องมีความสุขร่างกายและจิตใจ ที่พร้อมในการให้นมแก่ทารก (กรรณิการ์ บางสายน้อย และคณะ, 2549: 84-90) จากการศึกษา โดยการสัมภาษณ์มารดาหลังคลอด โรงพยาบาลราชวิถี จำนวน 300 คน พบว่า มารดาหลังคลอดมีการรับรู้ระดับความพร้อมในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ระดับสูง-ปานกลาง ปัจจัยที่มีผลต่อการรับรู้ระดับความพร้อมในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.5$ ) ได้แก่ ปัจจัยด้านร่างกายคือ การมีน้ำนมที่เพียงพอ การดูแลสุขภาพของมารดา และปัจจัยด้านจิตใจคือ ความตั้งใจในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ปัจจัยที่มีส่วนสนับสนุนคือ ประสบการณ์ในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (วิพร เกตุบำรุงพร, 2544)

3) การปฏิบัติตนของมารดาในช่วงให้นมมารดาแก่ทารกอย่างเหมาะสม ทำให้น้ำนมมีคุณค่าทางสารอาหาร และปริมาณเพียงพอแก่ความต้องการของทารก มารดาจึงควรปฏิบัติตน (กรณีการ์ บางสายน้อย และคณะ, 2550: 74) ดังนี้

3.1) การดูแลสุขภาพอนามัยให้แข็งแรงสมบูรณ์ หากมีปัญหาสุขภาพควรได้รับการรักษาจากแพทย์ทันที ไม่ซื้อยารับประทานเอง เพราะยาบางชนิดออกมาปนน้ำนม ทำให้ทารกอาจได้รับอันตราย และยาบางชนิดทำให้น้ำมน้อยลง

3.2) การพักผ่อนที่เพียงพอประมาณ 8-10 ชั่วโมงในเวลากลางคืน และ ½ - 1 ชั่วโมงในเวลากลางวัน

3.3) การหลีกเลี่ยงการทำงานหนักหลังคลอด 6 สัปดาห์

3.4) การสวมเสื้อยกทรงขนาดพอเหมาะเพื่อพยุงเต้านม ป้องกันเต้านมเสียทรง และช่วยลดอาการปวดเมื่อมีการคัดของเต้านม เสื้อยกทรงมารดาควรใช้ชนิดที่เปิดฝาครอบด้านหน้า เพื่อสะดวกเวลาให้นมทารก ควรใส่ไว้ตลอดทั้งกลางวันและกลางคืน

3.5) การอยู่ในอากาศถ่ายเทดี เพื่อหลีกเลี่ยงโรคติดต่อ

3.6) การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

3.7) การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ครบ 5 หมู่

3.8) การดูแลรักษาความสะอาดของเต้านมและหัวนม ขณะอาบน้ำ โดยการฟอกสบู่เบา ๆ เพื่อป้องกันไม่ให้ผิวหนังแห้งและแตกเป็นแผล

3.9) ในรายที่ไม่สามารถให้นมทารกได้ ควรได้รับความรู้เรื่องการปั๊มน้ำนม

## 2.3 กิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา

1) ในระยะตั้งครรภ์ ควรส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ดังนี้

1.1) การประเมินคัดกรองปัญหาหัวนมและเต้านม เป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อความสำเร็จในการให้นมมารดาแก่ทารก หากหญิงตั้งครรภ์ไม่ได้รับการแก้ไข ปัญหาหัวนมสั้น หรือหัวนมบอดตั้งแต่ระยะฝากครรภ์ จะทำให้มารดาประสบปัญหาการให้นมมารดาแก่ทารกในช่วงหลังคลอด (มานี ปิยะอนันต์, 2548: 61) โดยหญิงตั้งครรภ์ที่หัวนมบอด/ บุ่ม (Inverted nipple) เกิดจากหัวนมมีพังผืดยึดไว้ ทำให้เมื่อดึงหัวนมแล้ว หัวนมไม่ตั้งขึ้น แต่กลับบุ่มลงไป สามารถแก้ไขโดยใช้อุปกรณ์ช่วยดึงหัวนม (nipple puller) หรือ syringe 20 ซีซี ตัดปลายและครอบบริเวณหัวนม ดึงหัวนม เพื่อให้พังผืดที่ดึงรั้งหัวนมนิ่มลง ส่งผลให้หัวนมยื่นออกมา ควรดึงบ่อยๆ หรือวันละ 2 ครั้ง ครั้งละประมาณ 10 นาที เช้าและเย็น อย่างไรก็ตามวิธีการนี้อาจทำให้หญิง

ตั้งครรภ์มีภาวะเสี่ยงต่อการคลอดก่อนกำหนด เพราะการกระตุ้นหัวนมทำให้ต่อมใต้สมองหลั่ง oxytocin ส่งผลให้มดลูกหดรัดตัว (สุอารีย์ อันตระกูล และยุพียง แห่งเชาวิช, 2546: 93)

ส่วนหญิงตั้งครรภ์ที่หัวนมสั้น (Short nipple) ทำให้ทารกจะดูดนมมารดาไม่ได้ ทดสอบโดยให้ผู้ตรวจใช้นิ้วชี้และนิ้วหัวแม่มือวางที่ขอบลานนม กดนิ้วลงที่ขอบลานหัวนมเล็กน้อย แล้วรูดนิ้วที่กดไปที่หัวนม ถ้าหัวนมยาวน้อยกว่า 1 เซนติเมตร แสดงว่าหัวนมสั้น สามารถแก้ไขโดยวิธี Hoffman exercise ข้างละ 30 ครั้ง หลังอาบน้ำ โดยใช้นิ้วชี้ 2 ข้างวางที่โคนหัวนม กดเล็กน้อย และลากนิ้วแยกยึดลานนมออกจากกัน เพื่อให้หัวนมยื่นออกมา สลับเปลี่ยนตำแหน่งรอบหัวนม (มานี ปิยะอนันต์, 2548: 61)

1.2) การให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับประโยชน์ของนมมารดา เป็นรายบุคคลหรือรายกลุ่ม ผ่านสื่อวีดิทัศน์ การสาธิตและสาธิตย้อนกลับ การทำกิจกรรมกลุ่ม จากการศึกษาของ อรทัย บัวคำ (2006) ที่ศึกษาผลของโครงการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาต่ออัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียว 4 เดือน ในมารดาที่มีบุตรคนแรก โรงพยาบาลอำนาจเจริญ โดยกลุ่มทดลองได้รับความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของนมมารดา การประเมินหัวนม/เต้านมมารดา และการแก้ไขปัญหาความผิดปกติ การอุ้มทารกดูนมอย่างถูกวิธี / ทำในการให้นม ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีอัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียว 4 เดือน คิดเป็นร้อยละ 46.67 มากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ ) สอดคล้องกับการศึกษาของ ชู และคณะ ที่ให้ความรู้เรื่องนมมารดาแก่มารดา ที่ฝากครรภ์ และคลอดในประเทศสิงคโปร์ จำนวน 450 คน โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 ได้รับการดูแลตามปกติของโรงพยาบาล จำนวน 151 คน กลุ่มที่ 2 ได้รับการสอนเรื่องนมมารดาในระยะก่อนคลอด จำนวน 150 คน โดยให้ความรู้ คู่มือวีดิทัศน์เรื่องนมมารดาใช้เวลา 16 นาที พร้อมทั้งสาธิตการอุ้มทารกดูนม การดูแลเต้านม หัวนม และการให้คำปรึกษา ประมาณ 15 นาที กลุ่มที่ 3 เป็นมารดาหลังคลอดปกติ และได้รับความรู้เรื่องนมมารดาในช่วงหลังคลอด 3 วัน จำนวน 149 คน ผลการศึกษาพบว่า มารดากลุ่มที่ 2 และ 3 ที่ได้รับความรู้เรื่องนมมารดาในระยะก่อนคลอดและหลังคลอด มีอัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 6 เดือนมากกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Su et al., 2008)

2) ในระยะคลอด ควรส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา โดยการส่งเสริมให้มารดาได้โอบกอดทารกและทารกดูนมมารดาภายในครึ่งชั่วโมงหลังคลอดหรือดูดทันทีหลังคลอด (WHO & UNICEF, 2006) โดยใช้หลักการ skin to skin contact ส่งผลให้ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (Lawrence, & Lawrence, 2005; Moore, Anderson, & Bergman, 2008) จากการศึกษาของ แอนเดอร์สัน และคณะ ในมารดาและทารกที่คลอด ณ

โรงพยาบาลเวนเดอบริท ประเทศสหรัฐอเมริกา จำนวน 20 คู่ แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คู่ กลุ่มทดลองได้รับการดูแลตามแนวทางบันไดสิบขั้น และโอบกอดทารกโดยเนื้อแนบเนื้อ (Skin to skin contact) ภายใน 1-3 ชั่วโมง กลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามมาตรฐานปกติ ผลการศึกษาพบว่า มารดากลุ่มทดลอง มีการหลั่งของน้ำนมเร็วกว่า และให้นมมารดาอย่างมีประสิทธิภาพมากกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .05$ ) (Anderson et al., 2003) สอดคล้องกับการศึกษาที่ศูนย์อนามัยแม่และเด็กเมืองเซนต์ปีเตอร์สเบิร์ก ประเทศรัสเซีย กลุ่มตัวอย่างคือมารดาและทารก จำนวน 176 คู่ ได้รับการสุ่มแบ่งเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 ใช้หลัก skin to skin contact จำนวน 37 คู่ ในช่วงเวลาหลังคลอด 25-120 นาที กลุ่มที่ 2 ทารกได้รับการใส่เสื้อผ้า นำทารกวางบนอกของมารดาและให้ทารกได้ดูดนมมารดาในช่วงระยะเวลา 25-120 นาที จำนวน 40 คู่ กลุ่มที่ 3 ทารกถูกแยกอยู่ในห้องเด็กอ่อน และนำทารกมาดูดนมมารดา 7 มื้อต่อวัน จำนวน 38 คู่ กลุ่มที่ 4 ทารกได้รับการใส่เสื้อผ้าและให้อยู่กับมารดาได้ดูดนมมารดาตามความต้องการของทารก ใน 2 ชั่วโมงหลังคลอด จำนวน 38 คู่ ผลการศึกษาพบว่า มารดาที่ให้ทารกได้ดูดนมเร็วในช่วง 2 ชั่วโมงหลังคลอดมีปริมาณน้ำนมเพิ่มมากขึ้นในช่วงวันที่ 4 หลังคลอด มากกว่ากลุ่มที่ไม่ได้ให้ทารกได้ดูดนมเร็วในระยะ 2 ชั่วโมงแรกหลังคลอดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .01$ ) (Bystrova et al., 2005)

### 3) ในระยะหลังคลอด ควรส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ดังนี้

3.1) การให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ในประเด็นต่างๆ ดังนี้

3.1.1) ทำในการให้นมมารดาแก่ทารก เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ทำที่เหมาะสมช่วยทำให้น้ำนมมารดาไหลสะดวก และมีปริมาณมากเพียงพอแก่ความต้องการของทารก มารดาจึงควรนั่งในท่าที่สบาย โดยนั่งเก้าอี้มีพนักพิง มีม้านอนเท้าให้สูงขึ้นและใช้หมอนรองตัวทารก ทำให้นมมารดาไม่เกิดอาการเมื่อยล้า ทำในการให้นมมารดาแก่ทารก (มานี ปิยะอนันต์, 2548:76) ได้แก่

- ท่านอนขวางตัก (Cradle hold) ทารกนอนขวางตัก ตะแคงหน้าเข้าหา มารดา โดยท้องของทารกแนบชิดกับท้องมารดา แขนของมารดาพาดด้านหลังทารก ฝ่ามือซ้อนบริเวณก้นและต้นขา ศีรษะทารกอยู่ตรงบริเวณข้อพับของแขนมารดา และอยู่สูงกว่าบริเวณลำตัวเล็กน้อย

- ท่านอนขวางตักแบบประยุกต์ (Cross cradle hold) ทำนี้คล้ายท่าแรก แต่สลับมือ ใช้มือข้างเดียวกับเต้านมที่ทารกดูดประคองเต้านม มืออีกข้างรองรับต้นคอ และท้ายทอยของทารก

- ทำอุ้มลูกฟุตบอล (Clutch hold หรือ Football hold) ทารกอยู่ในท่ากึ่งตะแคงกึ่งนอนหงาย มือจับที่ต้นคอและท้ายทอยของทารก กอดลำตัวทารกให้กระชับกับลิ้นข้างของมารดา ขาของทารกชี้ไปทางด้านหลังของมารดา ทารกดูคนมจากด้านข้างเดียวกับมือที่จับทารก มืออีกข้างประคองเต้านมไว้ ท่านี้เหมาะสำหรับมารดาที่ผ่าตัดคลอด เพราะตัวของทารกจะไม่ไปสัมผัสบริเวณแผลผ่าตัดของมารดา และมารดาที่มีเต้านมใหญ่หรือห้วนมนั้น การอุ้มท่านี้จะมองเห็นปากทารกได้ดีกว่า และมือจะคอยควบคุมการเคลื่อนไหวของทารกได้ง่าย เหมาะสำหรับมารดาที่ครรภ์แฝด จะสามารถให้ทารกดูคนมจากเต้าได้พร้อมกันทั้งสองข้าง

- ท่านอน (side lying position) เหมาะสำหรับมารดาที่ยังอ่อนเพลีย ลูกนั่งลำบาก เช่น หลังคลอดใหม่ๆ หรือวันแรกหลังผ่าตัดคลอด การให้นมในท่านี้นั้นมารดาควรนอนหนุนหมอนสูง เพื่อให้มองเห็นทารกได้ชัดเจน และมารดาสามารถเอาก้นมาใส่ปากทารกได้สะดวก

3.1.2) การให้ทารกดูคนมได้บ่อยโดยเฉพาะ 24 ชั่วโมงแรกหลังคลอด ควรให้ทารกดูคนมประมาณ 8-10 ครั้ง (มานี ปิยะอนันต์, 2548: 49) เพื่อกระตุ้นให้มีการสร้างและการหลั่งน้ำนมมากขึ้น เพราะยิ่งดูกระตุ้นบ่อย สอร์โมนโปรแลคตินจะหลั่งออกมาในกระแสเลือดมากขึ้น ทำให้ secreting cells ใน acini สร้างน้ำนม ทำให้ทารกได้นมเร็วและเพียงพอ และการที่จะให้ทารกได้ดูคนมมารดาบ่อยนั้น จำเป็นที่จะต้องนำทารกมาอยู่กับมารดา ที่เรียกว่า “rooming-in” (Klaus & Kennell, 2001 อ้างใน เกรียงศักดิ์ จิระแพทย์, 2551: 68)

3.1.3) การแก้ไขปัญหาด้านนมคัดตึง (breast engorgement) และหัวนมแตกเป็นแผล (cracked nipple) ด้านนมคัดตึง มักพบในสัปดาห์แรกหลังคลอด สาเหตุเกิดจากการที่เต้านมไม่ได้รับการกระตุ้นจากการดูดของทารกอย่างสม่ำเสมอ ทำให้เกิดการกั่งของน้ำนม เต้านมจะคัดตึงและขยายใหญ่ สามารถแก้ไขโดยการบีบน้ำนมออกเบาๆ หากมีการอักเสบและบวมต้องประคบด้วยน้ำอุ่น สลับน้ำเย็น ถ้ามีอาการปวดมาก อาจต้องใช้ยาแก้ปวด ช่วยบรรเทาอาการปวด และแนะนำให้มารดาใส่เสื้อยกทรงเพื่อพยุงเต้านม (สุอารีย์ อันตระการ และธิดารัตน์ วงศ์วิสุทธิ, 2546: 120-121) ส่วนหัวนมแตกเป็นแผลเกิดจากการให้ทารกดูคนมไม่ถูกวิธี โดยทารกใช้เหงือกกดบนหัวนม ส่งผลให้เกิดแผล แก้ไขได้โดยขณะที่เอาก้นมออกจากปากทารก จะต้องรอให้ทารกคายหัวนมออกเอง หรือถ้ามารดาจำเป็นต้องเอาก้นมออก ควรใช้นิ้วมือสอดเข้าที่มุมปากของทารกให้นิ้วอยู่ระหว่างเหงือกของทารกแล้วค่อยๆ ดึงหัวนมออกจากปากทารก (มานี ปิยะอนันต์, 2548: 84) ส่วนมารดาที่หัวนมแตกเป็นแผล ให้ทารกดูดข้างที่ไม่แตก ไม่เป็นแผล หรือเจ็บน้อยก่อนเสมอ หลังทารกดูดนมแล้วให้บีบน้ำนมทาบนหัวนม และปล่อยให้แห้ง จึงให้มารดาใส่เสื้อยกทรง แต่ถ้าหัวนมแตกเป็นแผล มีเลือดออกควรงดให้ทารกดูด 1-2 วัน ให้บีบน้ำนมออกด้วยมือและป้อนด้วยถ้วยชั่วคราวแทน (สุอารีย์ อันตระการ และธิดารัตน์ วงศ์วิสุทธิ, 2546: 120-121)

3.1.4) การบีบเก็บนํ้านม มารดาที่ต้องทำงานนอกบ้านหลังคลอดเป็นสาเหตุสำคัญประการหนึ่ง ที่ทำให้มารดาเริ่มให้นมผสมแก่ทารก เพราะคิดว่าการบีบเก็บนํ้านม และนํ้านํ้านมมาใส่ถ้วย เพื่อป้อนให้ทารกดื่มเป็นเรื่องที่ยุงยาก ถ้ามารดาได้รับคำแนะนำการบีบเก็บนํ้านมมารดา จะช่วยทำให้มารดาเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาสำเร็จ ซึ่งสามารถบีบด้วยมือหรือการใช้เครื่องปั้มนํ้านม การบีบนํ้านมจากเต้าด้วยมือเป็นวิธีที่ดี สะดวก และปลอดภัย (กรรณิการ์ บางสายน้อย และคณะ, 2550: 107) มีวิธีการดังนี้

- เตรียมภาชนะใส่นํ้านม ควรเป็นขวดปากกว้าง หรือถ้วยแก้ว ซึ่งผ่านการล้างและต้มในนํ้าเดือดประมาณ 10 นาที เพื่อฆ่าเชื้อโรค หรือถุงเก็บนํ้านม
- ล้างมือให้สะอาดด้วยนํ้าและสบู่ แล้วนำผ้าชุบน้ำอุ่นจัดๆ ประคบเต้านมก่อน 1-3 นาที
- นวดเต้านมและคลึงเต้านมเบาๆ ในลักษณะเป็นวงกลมจากฐานเต้านมเข้าหาหัวนม และคลึงหัวนมและคลึงเบาๆ เพื่อกระตุ้นการหลั่งนํ้านม
- ทำจิตใจให้สบายเพื่อให้รู้สึกผ่อนคลาย เพื่อให้นํ้านมหลั่งออกได้ดี
- วางปลายนิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้บริเวณขอบนอกของลานหัวนม ในตำแหน่งที่ตรงกันข้ามกัน ถ้าลานหัวนมใหญ่ให้วางนิ้วห่างจากหัวนมประมาณ 1 นิ้ว
- กดนิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้เข้าหาผนังหน้าอก แล้วบีบเข้าหากันเบาๆ ลึกลงไปด้านหลังของลานหัวนมให้เป็นจังหวะ ห้ามรัดคั้นเต้านม กดหรือดึงหัวนม
- บีบนํ้านมทิ้งก่อน 2-3 หยด แล้วบีบเก็บในภาชนะที่เตรียมไว้
- เปลี่ยนตำแหน่งของนิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้ที่กดลานหัวนมไปรอบๆ ให้ทั่วจนกว่านํ้านมจะน้อยลง ซึ่งใช้เวลาข้างละประมาณ 5-10 นาที จากนั้นจึงสลับไปบีบนํ้านมออกจากเต้าอีกข้าง การบีบนํ้านมจะทำสลับกันไปมาทั้ง 2 ข้าง จนกว่าจะรู้สึกว่ายเต้านมนิ่มลง ซึ่งใช้เวลาประมาณ 20-30 นาที

3.1.5) วิธีการเก็บนํ้านมมารดา เพื่อป้องกันนํ้านมบูดและเสีย หรือการ สูญเสียคุณค่าอาหารในนํ้านม (กรรณิการ์ บางสายน้อย และคณะ, 2550: 107) โดยมีวิธีการดังนี้

- แบ่งเก็บนํ้านมใส่ภาชนะในปริมาณพอดีต่อมือ โดยเหลือที่ว่างในภาชนะไว้ประมาณ 1/4 - 1/2 นิ้ว ปิดฝาให้สนิท หากใช้ถุงเก็บนํ้านม ให้รัดซิปปิดให้สนิทโดยเหลือที่เผื่ออากาศในถุง เนื่องจากนํ้านมจะขยายตัว เมื่อนำไปแช่แข็ง
- เขียนป้ายชื่อ วัน เวลา และปริมาณนํ้านมติดไว้ เพื่อนํ้านํ้านมที่บีบเก็บไว้วันแรกสุดมาใช้ก่อน
- ควรเก็บนํ้านมในตู้เย็นบริเวณที่เย็นที่สุด ได้ช่องแช่แข็งบริเวณด้านใน

หรือตรงกลางของชั้น ส่วนนมที่ยังไม่ใช้ใน 2 วัน ควรเก็บในช่องแช่แข็ง ซึ่งจะเก็บได้นาน 2 สัปดาห์-3 เดือน ขึ้นกับชนิดของตู้เย็น

- นำนมที่ละลายหลังแช่แข็ง เก็บในตู้เย็นหรือกระติกน้ำแข็งได้ 1 วัน ส่วนนมนมที่ละลายนอกตู้เย็น เก็บได้ช่วงเวลารับประทาน 1 มื้อ

3.1.6) การป้อนนมด้วยถ้วย มีลักษณะคล้ายทารกคนนมมารดามากที่สุด และช่วยป้องกันไม่ให้เกิดการติดจุกนมขวด จนไม่ยอมดูดนมมารดา (กรณีการ บางสายน้อย และคณะ, 2550: 107) โดยมีวิธีปฏิบัติดังนี้

- เตรียมผู้ดูแลให้คุ้นเคยกับทารก สอนวิธีนำนมนมที่แช่ตู้เย็นมาใช้ และฝึกป้อนนมด้วยถ้วย ก่อนมารดาไปทำงานประมาณ 1-2 สัปดาห์

- เตรียมถ้วยเล็กๆ โสหรือแก้วน้ำสำหรับใส่นม ชนิดที่ทนความร้อนได้ ล้างให้สะอาดและต้มฆ่าเชื้อก่อน และเทนํานมใส่ถ้วยแต่ละครั้งประมาณครึ่งถ้วย

- ให้ผู้ดูแลนั่งในท่าที่สบาย อุ้มทารกไว้บนตัก โดยใช้ฝ่ามือรองบริเวณท้ายทอยให้ทารกอยู่ในท่าครึ่งนั่งครึ่งนอน (ศีรษะอยู่สูงท่ามุม 45 องศากับลำตัว) ถ้าทารกคืนให้ใช้ฝ่ามือตัวไว้

- วางปากถ้วยบริเวณริมฝีปากล่างของทารก เอียงถ้วยให้ระดับนํานมในถ้วยปรึ่มอยู่ที่ขอบถ้วย รินนมเข้าปากเล็กน้อย เมื่อทารกเริ่มใช้ลิ้นยื่นออกมาไล่ลมที่ปากถ้วย ค่อยๆ เอียงถ้วยเพื่อรักษาระดับนํานม ให้ปรึ่มที่ขอบถ้วยตลอดเวลา ทารกจะควบคุมจังหวะการดูดด้วยตนเอง ห้ามเทนมเข้าปากทารก เพราะจะทำให้สำลักได้

- ไล่ลมให้ทารกหลังป้อนนมด้วยถ้วย และไม่ต้องป้อนน้ำตามภายหลังการป้อนนมด้วยถ้วย

- ควรแนะนำผู้ดูแลให้งดป้อนนมแก่ทารกในช่วงใกล้เวลาที่มารดากลับบ้าน เพื่อทารกจะได้ไม่อิ่ม จนไม่ยอมดูดนมมารดา

จากการศึกษาเปรียบเทียบความรู้และพฤติกรรมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ในมารดาครรภ์แรก กลุ่มควบคุม จำนวน 65 คน ได้รับการสอนตามปกติ ส่วนกลุ่มทดลอง จำนวน 65 คน ได้รับการสอนอย่างมีแบบแผน ประกอบด้วย การเลี้ยงทารกนมมารดา การสาธิตและสาธิตย้อนกลับ และการแจกคู่มือการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้และพฤติกรรมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .01$ ) (นิตยา คำแน่น, 2549) สอดคล้องกับ การศึกษาของ นิวเวส และคณะ (Noel-weiss et al, 2006) ในมารดาตั้งครรภ์ก่อนคลอดและหลังคลอด กลุ่มควบคุม จำนวน 46 คน ได้รับการสอนตามปกติ ส่วนกลุ่มทดลอง จำนวน 46 คน ได้รับโปรแกรมการสอนตามแนวคิด

ทฤษฎีสมรรถนะแห่งตนของแบนดูรา โดยกิจกรรมกลุ่มใช้เวลา 2 ชั่วโมง 30 นาที ประกอบด้วย การเรียนรู้ด้วยตนเองโดยใช้แบบจำลอง การควิทัศน์ และการอภิปรายกลุ่ม ผลการศึกษาพบว่า มารดาในกลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถแห่งตนและมีอัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาสูงกว่า กลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ )

3.2) การประเมินพฤติกรรมการให้นมโดยวิธีแลช (LATCH) เป็นเครื่องมือที่พัฒนา เพื่อประเมินประสิทธิภาพของการให้นมมารดา แทนการรายงานตามความคิดเห็นของตนเอง โดยเกณฑ์การประเมินใช้ตัวอักษร L, A, T, C และ H แทนหัวข้อประเมิน จำนวน 5 ข้อ ข้อละ 2 คะแนน คะแนนรวมทั้งหมด 10 คะแนน คะแนนรวมเลขในแต่ละช่วงของการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา อาจแตกต่างกัน ถ้าคะแนนดีขึ้น แสดงถึงมารดาสามารถให้ทารกดูดนมมารดาได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น เกณฑ์การให้คะแนนโดยวิธีแลช แสดงดังตารางที่ 2.1 (กุสุมา ชูศิลป์, 2546)

ตารางที่ 2.1 การประเมินพฤติกรรมการให้นมทารกโดยวิธีแลช (LATCH)

| รายการ                           | เกณฑ์การให้คะแนน                                                                                   |                                                                                           |                                               |
|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
|                                  | 2 คะแนน                                                                                            | 1 คะแนน                                                                                   | 0 คะแนน                                       |
| L = Latch<br>การเลีย การอมหัวนม  | แนวเหงือกของทารกอยู่บนกระเปาะน้ำนมของมารดา ลิ้นทารกวางใต้ราวนม ริมฝีปากทั้ง 2 ข้างออก ดูเป็นจังหวะ | พยายามหลายครั้งเจ้าหน้าที่ช่วยนำหัวนมมารดาไว้ในปากทารก ทารกจึงดูดนมมารดา อมเฉพาะปลายหัวนม | ทารกกังววมก ไม่ยอมดูดนม ไม่อมหัวนม            |
| A = Audible<br>เสียงกลืนนม       | ได้ยินกลืนเป็นช่วงๆ                                                                                | นานๆ กลืนครั้ง และกลืนเฉพาะเมื่อมีการกระตุ้น                                              | ไม่ได้ยินเสียงกลืน                            |
| T= type of nipple<br>ลักษณะหัวนม | หัวนมยื่นออกมาดีขณะอยู่เฉยๆ หรือหลังจากการกระตุ้น                                                  | หัวนมแบน หรือยื่นเล็กน้อย                                                                 | หัวนมบวมเข้าไป                                |
| C= Comfort<br>ความสบาย           | เต้านมนุ่มยืดหยุ่น หัวนมปกติ มารดารู้สึกสบาย                                                       | มารดาปวดเล็กน้อยถึงปานกลาง                                                                | มารดาไม่สบายมากและเต้านมคัดตึงมาก             |
| H = Hold<br>การอุ้มทารก          | ทำอุ้มถูกต้อง เจ้าหน้าที่ไม่ต้องช่วย                                                               | เจ้าหน้าที่ให้ความช่วยเหลือในการจัดท่า 1 ข้าง อีกข้างทำได้เอง                             | เจ้าหน้าที่ให้ความช่วยเหลือในการอุ้มทารกดูดนม |

จากการศึกษาของ พิมลรัตน์ ศรียะโชติ (2546) พบว่า ในระยะหลังคลอดมารดาที่ได้รับการพักผ่อนเต็มที่ และได้รับการสนับสนุนจากพยาบาล ในการให้ความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของนมมารดา เมื่อประเมินโดยใช้แบบประเมิน LACTH จะมีค่าคะแนนในช่วง 8-10 ร่วมกับการให้กำลังใจและชมเชย จะทำให้มารดาประสบความสำเร็จในการให้นมแก่ทารก สอดคล้องกับการศึกษาของ สรชา ดันติเวชกุล (2543) ที่ศึกษาในมารดาวัยรุ่นครรภ์แรกอายุไม่เกิน 20 ปี อายุครรภ์มากกว่าหรือเท่ากับ 37 สัปดาห์ที่มาฝากครรภ์และคลอด ที่โรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า กลุ่มตัวอย่างถูกเลือกแบบเจาะจง 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 30 คน กลุ่มควบคุม 30 คน กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ กลุ่มทดลองได้รับการพยาบาลระบบสนับสนุนและให้ความรู้การเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ผลการศึกษาพบว่า มารดาวัยรุ่นกลุ่มทดลองมีการรับรู้อุปสรรคในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาต่ำกว่ามารดาวัยรุ่นกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .01$ ) และกลุ่มทดลองมีคะแนนประเมิน LATCH สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .01$ )

4) ในระยะจำหน่ายกลับบ้าน สามารถส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ดังนี้

4.1) การติดตามเยี่ยมบ้าน (Home visit) คือ การจัดบริการสุขภาพต่อเนื่องที่บ้าน ซึ่งต้องอาศัยความชำนาญทางคลินิก ผสมผสานกับทักษะทางการบริหารจัดการ และทักษะทางสังคม เพื่อจัดบริการให้เหมาะสมกับภาวะสุขภาพของผู้ใช้บริการและครอบครัวทั้งในการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค รักษาโรค และฟื้นฟูสุขภาพ (สุภาณี อ่อนชื่นจิตร และฤทัยพร ตรีตรง, 2549; สำเร็จ แหงกระโทก และรุจิรา มังคละศิริ, 2545) โดยการติดตามเยี่ยมบ้านมีวัตถุประสงค์ เพื่อประเมินการดูแลตนเองของผู้ใช้บริการ สร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรค กลุ่มที่มีสุขภาพดีและกลุ่มเสี่ยง ค้นหาปัญหาสุขภาพของผู้ใช้บริการ/ กลุ่มเสี่ยงที่เข้าไม่ถึง เพื่อให้การรักษายาบาล ฟื้นฟูสุขภาพ และคำแนะนำในการดูแลสุขภาพ การแนะนำแหล่งประโยชน์ และติดตามผลการรักษา ทำให้เกิดการบริการอย่างเป็นองค์รวมและต่อเนื่อง (ไพเราะ ผ่องโชค, 2547; สุภาณี อ่อนชื่นจิตร และคณะ, 2549; สำเร็จ แหงกระโทก และรุจิรา มังคละศิริ, 2545)

การเยี่ยมบ้านยึดหลักกระบวนการพยาบาล ซึ่งต้องจัดลำดับการเยี่ยม โดย พิจารณาปัญหาเร่งด่วน และการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ เมื่อเยี่ยมผู้ป่วยที่บ้านต้องสร้างสัมพันธภาพ เน้นผู้ให้บริการเป็นศูนย์กลาง ให้การบริการผสมผสานทั้ง 4 ด้าน เพื่อช่วยให้ผู้ใช้บริการดูแลตนเองได้ ใช้เทคนิคป้องกันโรคติดเชื้อ และคำนึงถึงความปลอดภัยของผู้ใช้บริการและครอบครัว (ไพเราะ ผ่องโชค, 2547; สุภาณี อ่อนชื่นจิตร และฤทัยพร ตรีตรง, 2549) สำหรับขั้นตอนการเยี่ยมบ้าน ประกอบด้วย ขั้นตอนเตรียมการก่อนเยี่ยม ขั้นตอนดำเนินการเยี่ยมบ้าน และขั้นสิ้นสุดการเยี่ยมบ้านโดยขั้นตอนเตรียมการก่อนเยี่ยม ผู้ป่วยและครอบครัวควรได้รับการติดต่อก่อนการเยี่ยม

บ้าน พยาบาลต้องมีแผนที่บ้าน วัตถุประสงค์ของการเยี่ยมบ้าน ศึกษาหาความรู้เพื่อใช้วางแผนช่วยเหลือครอบครัว และเตรียมอุปกรณ์การเยี่ยมบ้าน เพื่อใช้ในการพยาบาลขณะเยี่ยมบ้าน (ไพเราะ ผ่องโชค, 2547)

สำหรับขั้นตอนการเยี่ยมบ้าน พยาบาลควรสร้างสัมพันธภาพ และให้การช่วยเหลือแก้ไขปัญหาของครอบครัว โดยเริ่มจากการประเมินครอบครัว การวางแผนร่วมกันกับผู้ให้บริการและครอบครัว ปฏิบัติการพยาบาล และการประเมินผล โดยการเยี่ยมบ้านในแต่ละครั้งควรใช้เวลาไม่เกิน 1 ชั่วโมง ความถี่ของการเยี่ยมบ้านขึ้นกับความต้องการของครอบครัว หรือการเจ็บป่วยของผู้ป่วย (ไพเราะ ผ่องโชค, 2547) ส่วนขั้นสิ้นสุดการเยี่ยมบ้าน พยาบาลควรทบทวนการเยี่ยมบ้านกับครอบครัว ประเมินผลการให้ความรู้และคำแนะนำ เพื่อความถูกต้องในการปฏิบัติ และวางแผนสำหรับการเยี่ยมบ้านครั้งต่อไป เมื่อพยาบาลเยี่ยมบ้านเสร็จสิ้น ควรลงบันทึกกิจกรรมการเยี่ยมบ้าน และทำความเข้าใจในการเยี่ยมบ้าน (ไพเราะ ผ่องโชค, 2547)

การเยี่ยมบ้านมีประโยชน์ คือ ทำให้ผู้ให้บริการเกิดความสะดวกต่อการได้รับบริการสุขภาพไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย และเวลาในการเดินทางไปรับบริการที่สถานพยาบาล ส่วนพยาบาลมีโอกาสได้รับทราบปัญหา และร่วมแก้ไขปัญห ำได้ตรงจุดในบริบทของผู้ให้บริการและครอบครัว ส่งผลให้เกิดการบริการแบบองค์รวมและต่อเนื่อง นอกจากนี้ยังช่วยสร้างสัมพันธภาพระหว่างพยาบาลผู้ให้บริการและผู้รับบริการ (ไพเราะ ผ่องโชค, 2547) อย่างไรก็ตาม การเยี่ยมบ้านมีข้อจำกัด ได้แก่ ผู้ให้บริการต้องใช้เวลาในการเดินทาง เพื่อดูแลให้การพยาบาลที่บ้าน ในแต่ละวัน อาจดูแลผู้รับบริการได้จำนวนน้อย จึงต้องลำดับความสำคัญก่อนหลัง เลือกเยี่ยมในกรณีที่เป็น และตามความจำกัดของบุคลากร ยานพาหนะ เวชภัณฑ์ และเครื่องมือทางการแพทย์ (ไพเราะ ผ่องโชค, 2547) นอกจากนี้ความไม่สะดวกในการพยาบาล เมื่อเกิดกรณีเจ็บป่วยฉุกเฉิน หรือภาวะวิกฤต เนื่องจากอุปกรณ์มีจำกัด และบางพื้นที่ไม่ปลอดภัย (สุภาณี อ่อนชื่นจิตร และฤทัยพร ศรีตรง, 2549)

4.2) การติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ เป็นการติดต่อสื่อสารที่สะดวกและรวดเร็ว และประหยัดค่าใช้จ่ายในการทำห้ทราบข้อมูลหรือปัญหาอย่างรวดเร็ว และสามารถให้คำปรึกษาได้ทันทีทั้งนี้ มีผู้ให้คำจำกัดความการติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ อาทิ ไรซ์ (Rice, 2000 อ้างใน รัชนี้ ศรีหิรัญ, 2544: 23) ได้ให้คำจำกัดความไว้ว่า การติดตามทางโทรศัพท์ เป็นการประเมินความต้องการของผู้ป่วยและครอบครัว การให้คำปรึกษา และการประทับประคองจิตใจแก่ผู้ป่วยและผู้ดูแล เพื่อส่งเสริมให้ผู้ป่วยสามารถดูแลตนเองที่บ้าน เช่นเดียวกับ ฮันเตอร์ (Hunter, 2000 อ้างใน รัชนี้ ศรีหิรัญ, 2544: 23) กล่าวว่า การติดตามทางโทรศัพท์เป็นการติดตาม กระตุ้น

แนะนำ และให้การเสริมแรงพฤติกรรมที่เหมาะสม สอดคล้องกับ ลานิกาน (Lanigan, 2000 อ้างใน รัชณี ศรีหิรัญ, 2544: 23) กล่าวว่า การติดตามทางโทรศัพท์ เป็นการให้ความรู้ คำแนะนำ ทบทวนในแผนการรักษา การนัดหมาย การบริการ และให้ความมั่นใจ รวมทั้งติดตามพฤติกรรมในการดูแลตนเอง

การติดตามทางโทรศัพท์มีวัตถุประสงค์เพื่อให้คำแนะนำและสนับสนุน เพื่อให้ผู้ใช้บริการสามารถดูแลตนเองที่บ้าน ติดตามผลการรักษาภายหลังจำหน่าย และส่งเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง รวมถึงการประเมินสุขภาพในด้านการทำหน้าที่ของร่างกาย จิตใจ และสังคม (Lanigan, 2000 อ้างใน รัชณี ศรีหิรัญ, 2544: 23) เช่นเดียวกับการเยี่ยมบ้าน การติดตามทางโทรศัพท์มีหลักการและวิธีการ ได้แก่ การสอบถามหมายเลขโทรศัพท์ และเตรียมข้อมูลที่ต้องการถามล่วงหน้า สร้างสัมพันธภาพ แนะนำตนเองโดยใช้น้ำเสียงที่นุ่มนวล และสร้างบรรยากาศการสนทนาในทางบวก เรียกชื่อผู้ป่วยแทนคำสรรพนาม พร้อมบอกวัตถุประสงค์ของการติดต่อทางโทรศัพท์ และประเมินสถานะสุขภาพโดยใช้คำถามปลายเปิดด้วยคำพูดที่เข้าใจง่าย สั้น กระชับ และได้ใจความ ในระหว่างการสนทนาสอดแทรกคำแนะนำและคำปรึกษา ใช้เวลาไม่ควรเกิน 15 นาที เมื่อสิ้นสุดการสนทนาควรทบทวนข้อมูล ความรู้และคำแนะนำ พร้อมทั้ง นัดหมายวันเวลาในการติดตามทางโทรศัพท์ครั้งต่อไป และบันทึกรายละเอียดต่างๆ เก็บไว้เป็นหลักฐาน เพื่อวางแผนในการสนทนาครั้งต่อไป (สุนันทา คำพอ, 2540)

ประโยชน์ของการติดตามทางโทรศัพท์ ได้แก่ สามารถเข้าถึงบริการได้ง่าย ประหยัดเวลาและค่าใช้จ่าย มีประสิทธิภาพ และความคุ้มค่ามากกว่าเมื่อเทียบกับการให้บริการที่บ้าน โรงพยาบาล และคลินิก ลดอุปสรรคต่างๆ ในการเข้ารับบริการทางสาธารณสุข เช่น การจราจร ภาวะเศรษฐกิจ การขาดแคลนบุคลากร และปัญหากระบวนการต่างๆ ที่ทำให้ประชาชนไม่สามารถเข้าถึงบริการสุขภาพได้อย่างสะดวกและทันต่อสถานการณ์ของปัญหา (Rice, 2000 อ้างใน รัชณี ศรีหิรัญ, 2544: 24) อย่างไรก็ตามการติดตามทางโทรศัพท์ มีข้อจำกัดคือไม่สามารถเห็นลักษณะและบริบทรอบตัวของผู้ใช้บริการ (Melton & Smoyak, 1992 อ้างใน รัชณี ศรีหิรัญ, 2544: 25)

จากการศึกษาของ ลาแบร์ และคณะ (Labarere et al., 2005) ที่ศึกษาผลของการสนับสนุนและการเตรียมการของบุคลากรในการเยี่ยมมารดาหลังคลอดโดยเร็วกับการดูแลตามปกติ กลุ่มตัวอย่างคือมารดาและทารกได้รับการสุ่มเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามปกติ จำนวน 115 คู่ กลุ่มทดลอง จำนวน 116 คู่ ได้รับการดูแลตามปกติ และได้รับการติดตามเยี่ยมบ้านจากพยาบาล ซึ่งผ่านการอบรมเรื่องนมมารดา 5 ชั่วโมง ในช่วง 1 เดือนหลังคลอด และการโทรศัพท์ติดตามเยี่ยมในช่วง 2, 3, 4, 5 และ 6 เดือน ผลการศึกษพบว่า กลุ่มทดลองมีอัตรา

การเลี้ยงทารกด้วยนมมารดามากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .05$ ) สอดคล้องกับการศึกษาของ นิตยา สุกแสน (2006) ศึกษาผลของการสอนสุศึกษาอย่างมีแบบแผนต่อความรู้และพฤติกรรมในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในมารดาหลังคลอดครั้งแรกโดยมีการติดตามเยี่ยมมารดาหลังคลอดทางโทรศัพท์ในระยะ 2-6 สัปดาห์ จำนวน 2-4 ครั้ง พร้อมการประเมินคะแนนพฤติกรรมในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีอัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวยาวกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .01$ )

4.3) การสนับสนุนจากสามีและญาติ การส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในระยะหลังคลอดและจำหน่ายกลับบ้าน เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้มารดาเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่องจนถึง 4-6 เดือนหลังคลอด โดยมารดาควรได้รับการสนับสนุน (House, 1981 อ้างใน ญานิสสา เกื้อนเจริญ, 2550: 37) ดังนี้

4.3.1) การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ คือ การที่สามีและญาติสนใจ เอาใจใส่ต่อมารดาที่ให้นมทารก โดยเริ่มตั้งแต่การตัดสินใจในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา หากสามีมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ เข้าใจมารดาถึงความเหนื่อยล้า อ่อนเพลีย หรือภาวะเครียด จะส่งผลให้มารดาเกิดกำลังใจ และพยายามที่จะเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา

4.3.2) การสนับสนุนทางด้านการประเมินเปรียบเทียบ เป็นการให้ข้อมูลเพื่อนำไปใช้ในการประเมินตนเองหรือการเรียนรู้ตนเอง โดยสามีและญาติเห็นพ้องด้วยการรับรองหรือให้ข้อมูลป้อนกลับ ทำให้มารดาเกิดความมั่นใจ และนำไปเปรียบเทียบตนเองกับมารดาท่านอื่นในสังคม

4.3.3) การสนับสนุนทางด้านข้อมูลข่าวสาร คือ การที่สามีและญาติสนใจศึกษา และสามารถให้ความรู้และคำแนะนำแก่มารดาเกี่ยวกับการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา

4.3.4) การสนับสนุนด้านเครื่องมือ สิ่งของ เงินหรือแรงงาน คือ การที่สามีและญาติสามารถช่วยแบ่งเบาภาระงานของมารดา การเปลี่ยนผ้าอ้อม การอาบน้ำทารก การช่วยเหลืองานบ้าน เป็นต้น

จากการศึกษาของ ปีซาเคน และคณะ (Pisacane et al., 2005) โดยการสุ่มกลุ่มตัวอย่างจากคู่สามีภรรยา และทารกที่มีสุขภาพดี จำนวน 280 คู่ ที่เมืองเนเปิล ประเทศอิตาลี กลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามปกติ กลุ่มทดลองได้รับการสอนและการให้คำปรึกษาแบบตัวต่อตัวแก่สามี ในเรื่องปัญหาของการให้น้ำนม การแก้ไขปัญหในการให้นม การช่วยมารดาให้นมแก่ทารกติดตามผลในระยะ 6 เดือน และ 12 เดือน ผลการศึกษาพบว่า อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวยาว 6 เดือน และ 12 เดือน ในกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .05$ ) สอดคล้องกับการศึกษาของ เพ็ญจันทร์ แจ่มใส (Chaemsai, 2007) ในมารดามารดาครั้งแรกที่ทำงานนอกบ้าน และคลอดที่โรงพยาบาลวชิระ จำนวน 100 คน แบ่งเป็น

กลุ่มควบคุม 50 คน ได้รับการพยาบาลตามปกติ กลุ่มทดลอง 50 คนได้รับการพยาบาลตามปกติ ร่วมกับการมีส่วนร่วมของสามีในโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีระยะเวลาการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนานกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .01$ ) และกลุ่มทดลองมีอัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาเพียงอย่างเดียว 4 เดือน สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .01$ ) เช่นเดียวกับการศึกษาของ ญานิศา เกื้อนเจริญ (2550) ในมารดาหลังคลอดจำนวน 40 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 20 คน ได้รับการพยาบาลตามปกติ ส่วนกลุ่มทดลอง 20 คน ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของมารดา ร่วมกับการสนับสนุนของสามี ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีระยะเวลาการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนานกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .05$ )

4.4) การมีกลุ่มสนับสนุนในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ทางสังคมและชุมชน เช่น กลุ่มสนับสนุนนมแม่ อาสาสมัครสาธารณสุขชนบท หรือกลุ่มแม่อาสาในชุมชน คอยให้คำแนะนำแก่มารดาและครอบครัวเมื่อเกิดปัญหา ซึ่งกลุ่มสนับสนุนดังกล่าว ต้องมีความรู้และความเข้าใจในเรื่องเกี่ยวกับการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ในปัจจุบันประเทศไทย มีการส่งเสริม และสนับสนุนการจัดตั้งกลุ่มนมแม่ เพื่อเผยแพร่ข่าวสาร ความรู้ ทางสื่อต่างๆ ได้แก่ โทรทัศน์ วิทยุ และทางอินเทอร์เน็ต เพื่อเป็นช่องทางให้มารดาและครอบครัว สามารถเข้าถึงข้อมูล และแหล่งความรู้ จาก การศึกษาของ นิตยา สุกแสน (2006) ศึกษาผลของการใช้กลุ่มสนับสนุนและกระตุ้นเตือนต่อความพึงพอใจ ระยะเวลา และพฤติกรรมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่นหลังคลอด กลุ่มตัวอย่างเป็นมารดาวัยรุ่นหลังคลอด จำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 30 คน ได้รับการดูแลตามแนวทางปกติ และกลุ่มทดลอง 30 คน ได้รับการดูแลตามแนวทางปกติและมีกลุ่มสนับสนุนโดยการจัดเข้ากลุ่มเรียนรู้ กลุ่มละ 2-5 คน โดยให้คู่มือที่พร้อมแจกคู่มือการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ติดตามเยี่ยมบ้านหลังคลอด 1 สัปดาห์ และติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ในช่วงหลังคลอด 2-6 สัปดาห์ 2-4 ครั้ง ผลการศึกษาพบว่า ระยะเวลาและคะแนนพฤติกรรมในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาของกลุ่มทดลองมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .01$ )

จากการศึกษาของ รัตนภรณ์ สุภษร (2552) ศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมบทบาทของอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชนในเรื่องการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา โดยกลุ่มตัวอย่างคือ มารดาครรภ์แรก ที่ไม่มีภาวะแทรกซ้อนและไม่มีข้อจำกัดในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา จำนวน 30 คน ผ่านการอบรมเรื่องการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา และติดตามเยี่ยมบ้าน 2 ช่วงเวลาคือ ก่อนคลอดในช่วงไตรมาสที่ 3 อย่างน้อย 1 ครั้ง และหลังคลอดในสัปดาห์แรก อย่างน้อย 3 ครั้ง ผลการศึกษาพบว่า มารดาที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชนมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชน

โดยรวม เท่ากับ 4.46 ซึ่งอยู่ในระดับสูง และมีความตั้งใจในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนานกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ )

จากการศึกษาของ วาสนา งามการ (2551) ซึ่งจัดตั้งกลุ่มแม่อาสาของโรงพยาบาลพระปกเกล้า จังหวัดจันทบุรี กิจกรรมกลุ่มมีการให้กำลังใจ และช่วยเหลือมารดาหลังคลอดที่มีปัญหาในการให้นมมารดาแก่ทารก การร่วมกลุ่มแลกเปลี่ยนประสบการณ์ กิจกรรมการออกติดตามเยี่ยมบ้านมารดาหลังคลอดในชุมชน การออกรายการวิทยุให้ความรู้เรื่องการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา โดยกลุ่มแม่อาสาและพ่ออาสาค่ายตากสิน การรับบริจาคขวดเก็บนมเพื่อนำมามอบให้โรงพยาบาล ผลการดำเนินงานพบว่า มารดาที่ทำงานนอกบ้านสามารถเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 6 เดือน ร้อยละ 15.38 และ 4 เดือน ร้อยละ 23.07 เช่นเดียวกับ สุกกาญจน์ ศิลปรัตน์ (2551: 109-110) ศึกษาการสร้างเครือข่ายสนับสนุนการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาซึ่งเป็นพี่เลี้ยงนมแม่ คอยให้การช่วยเหลือ โดยแบ่งพี่เลี้ยงเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 เป็นเจ้าหน้าที่หอผู้ป่วยหลังคลอดโรงพยาบาลมหาราช จังหวัดนครราชสีมา และกลุ่มที่ 2 พี่เลี้ยงเป็นแม่อาสาทำงานเป็นทีมร่วมกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข และผู้นิเทศจากโรงพยาบาลมหาราชฯ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มที่ 1 มีอัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาปี 2549 และ ปี 2550 เท่ากับร้อยละ 19 และร้อยละ 33 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มที่ 2 เท่ากับร้อยละ 92 และร้อยละ 91 ตามลำดับ จึงเห็นได้ว่าการสร้างเครือข่ายสนับสนุนการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาที่มีแม่อาสาปฏิบัติงานในชุมชน จะช่วยเพิ่มอัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 6 เดือนให้บรรลุเป้าหมายของประเทศ

การดำเนินแนวทางการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา จะประสบความสำเร็จได้ต้องอาศัยการร่วมมือจากหลายฝ่าย ตั้งแต่การกำหนดนโยบายจากภาครัฐในการที่จะดำเนินงานส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาตามแนวทางบันไดสิบขั้น โดยมีการส่งเสริมตั้งแต่ในระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด ระยะหลังคลอด จนถึงระยะจำหน่ายกลับบ้าน โดยกิจกรรมประกอบด้วย การให้ความรู้ และคำแนะนำ การส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนของมารดาตั้งแต่ในระยะตั้งครรภ์ การส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสามีและครอบครัว การใช้หลัก skin to skin contact การส่งเสริมให้ทารกดูดนมมารดาโดยเร็ว ดูดบ่อย และดูดอย่างถูกวิธี โดยมีการสาธิตและการสาธิตย้อนกลับ จนมารดาสามารถปฏิบัติได้ และมีการประเมินประสิทธิภาพในการให้นมมารดาแก่ทารก รวมทั้งมีการติดตามเยี่ยมมารดาหลังคลอดที่บ้าน การติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์และการติดตามเยี่ยมจากอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชน

### บทที่ 3

### วิธีการศึกษา

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลกระทบการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือน อย่างเป็นระบบสำหรับพยาบาลในชุมชน โดยมีวิธีการศึกษา ดังนี้

1. การรวบรวมงานวิจัยและหลักฐานอ้างอิงทางวิชาการ
  - 1.1 แหล่งข้อมูลงานวิจัย (data source)
  - 1.2 คำสำคัญในการสืบค้น (key words)
  - 1.3 การคัดเลือกงานวิจัย (study selection)
2. แนวทางในการวิเคราะห์งานวิจัย และหลักฐานอ้างอิงทางวิชาการ
  - 2.1 การประเมินคุณภาพงานวิจัย (study evaluation)
  - 2.2 การดึงข้อมูลจากงานวิจัย (data extraction)
  - 2.3 การพิจารณาการนำผลงานวิจัยมาใช้ทางคลินิก (Scientific-merit)

#### 1. การรวบรวมงานวิจัยและหลักฐานอ้างอิงทางวิชาการ

##### 1.1 แหล่งข้อมูลงานวิจัย (data source)

การสืบค้นแหล่งข้อมูลงานวิจัยและหลักฐานอ้างอิงทางวิชาการ จากฐานข้อมูลจากห้องสมุดของมหาวิทยาลัยต่างๆ รวมทั้งวารสารทางการแพทย์ การแพทย์ และสาขาที่เกี่ยวข้อง ทั้งในประเทศและต่างประเทศ จากฐานข้อมูลทางอิเล็กทรอนิกส์ ได้แก่ Cochrane, PubMed, Nursing consult รวมทั้งการสืบค้นรายงานวิจัย วิทยานิพนธ์ของมหาวิทยาลัยต่างๆ ได้แก่ มหาวิทยาลัยมหิดล จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มหาวิทยาลัยขอนแก่น และมหาวิทยาลัยบูรพา

1.2 คำสำคัญในการสืบค้น (key words) ได้แก่ Breastfeeding promotion, Breastfeeding and promotion program Breastfeeding and promotion and community

1.3 การคัดเลือกงานวิจัย (study selection) ใช้เกณฑ์การคัดเลือก (inclusion criteria) ในการพิจารณา ดังนี้

1.3.1 งานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา

1.3.2 รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์ (Full text) ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ โดยมีรูปแบบงานวิจัย ได้แก่ งานวิจัยที่เป็นการทดลองทางคลินิก และงานวิจัยกึ่งทดลอง

### 1.3.3 ระยะเวลาการตีพิมพ์ระหว่าง ค.ศ. 2000 - 2010

จากคำสำคัญสามารถสืบค้นงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจำนวน 1,171 เรื่อง และเมื่อพิจารณาตามเกณฑ์การคัดเข้า และไม่นับเรื่องที่ซ้ำกันในแต่ละฐานข้อมูลแล้ว พบงานวิจัยที่นำมาวิเคราะห์จำนวน 19 เรื่อง ดังแสดงในตารางที่ 3.1

**ตารางที่ 3.1** จำนวนหลักฐานเชิงประจักษ์ทั้งหมดและที่ตรงประเด็น จากการสืบค้นโดยใช้ ฐานข้อมูล และคำสำคัญ

| Databases             | Keywords                                  | Total       | Relevant  |
|-----------------------|-------------------------------------------|-------------|-----------|
| Cochrane              | Breastfeeding and promotion               | 11          | 2         |
|                       | Breastfeeding and promotion program       | 11          | 1         |
|                       | Breastfeeding and promotion and community | 11          | -         |
| Pub Med               | Breastfeeding and promotion               | 390         | 1         |
|                       | Breastfeeding and promotion program       | 84          | 1         |
|                       | Breastfeeding and promotion and community | 39          | -         |
| NURSING CONSULT       | Breastfeeding and promotion               | 278         | 1         |
|                       | Breastfeeding and promotion program       | 234         | -         |
|                       | Breastfeeding and promotion and community | 39          | 1         |
| มหาวิทยาลัยขอนแก่น    | Breastfeeding and promotion               | 5           | -         |
|                       | Breastfeeding and promotion program       | 2           | -         |
|                       | Breastfeeding and promotion and community | 2           | -         |
| จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย | Breastfeeding and promotion               | 10          | -         |
|                       | Breastfeeding and promotion program       | 2           | 2         |
|                       | Breastfeeding and promotion and community | 2           | -         |
| มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  | Breastfeeding and promotion               | 8           | -         |
|                       | Breastfeeding and promotion program       | 2           | -         |
|                       | Breastfeeding and promotion and community | 2           | -         |
| มหาวิทยาลัยบูรพา      | Breastfeeding and promotion               | 6           | -         |
|                       | Breastfeeding and promotion program       | 2           | -         |
|                       | Breastfeeding and promotion and community | 2           | -         |
| มหาวิทยาลัยมหิดล      | Breastfeeding and promotion               | 17          | 5         |
|                       | Breastfeeding and promotion program       | 10          | 4         |
|                       | Breastfeeding and promotion and community | 2           | 1         |
| <b>TOTAL</b>          |                                           | <b>1171</b> | <b>19</b> |

## 2. แนวทางในการวิเคราะห์งานวิจัย และหลักฐานอ้างอิงทางวิชาการ

2.1 การประเมินคุณภาพงานวิจัย (study evaluation) พิจารณาตามเกณฑ์การประเมินคุณภาพงานวิจัยของคณะกรรมการ Evidence-Based Medicine & Clinical Practice Guidelines ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย (2544) ซึ่งมีการแบ่งระดับงานวิจัยเป็น 4 ระดับ ดังนี้

Level A หมายถึง หลักฐานที่ได้จากงานวิจัยที่มีการทบทวนงานวิจัยเชิงทดลองอย่างเป็นระบบ (meta-analysis) หรือหลักฐานที่เป็นงานวิจัยเชิงทดลองที่มีการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง (randomized control trials)

Level B หมายถึง หลักฐานที่ได้จากงานวิจัยที่มีการทบทวนอย่างเป็นระบบ (meta-analysis) โดยมีงานวิจัยเชิงทดลองอย่างน้อย 1 เรื่อง หรือหลักฐานที่ได้จากงานวิจัยกึ่งทดลอง (quasi- experimental research design) ที่มีการออกแบบอย่างรัดกุม หรืองานวิจัยเชิงทดลองที่ไม่มีการสุ่มตัวอย่าง

Level C หมายถึง หลักฐานที่ได้จากงานวิจัยที่เป็นการเปรียบเทียบ การหาความสัมพันธ์ หรือเป็นงานวิจัยเชิงบรรยายอื่นๆ

Level D หมายถึง หลักฐานที่ได้จากฉันทามติ (consensus) ของผู้เชี่ยวชาญ เนื่องจากการปฏิบัติอื่นๆ ยังไม่มีข้อค้นพบจากการวิจัยทางคลินิก

2.2 การดึงข้อมูลจากงานวิจัย (data extraction) การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบทั้ง 19 เรื่อง ได้กำหนดขอบเขตของข้อมูลที่ดึงจากงานวิจัย ดังนี้

- 1) ปัญหาหรือวัตถุประสงค์ของงานวิจัย (problem / purpose)
- 2) แบบการวิจัย (research design)
- 3) กลุ่มตัวอย่าง (Sample)
- 4) สถานที่หรือแหล่งที่วิจัย (Setting)
- 5) เครื่องมือและการเก็บรวบรวมข้อมูล (data collection)
- 6) วิธีการวิจัยหรือแนวปฏิบัติการพยาบาล (method/ intervention)
- 7) ผลการวิจัย (finding/ result)
- 8) ข้อเสนอแนะเพื่อนำไปใช้ (implication / implementation)

ดังนั้นการศึกษากิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาสำหรับพยาบาลในครั้งนี้ ผู้ศึกษาพิจารณาความเพียงพอและความน่าเชื่อถือของหลักฐานเชิงประจักษ์ และกิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ครอบคลุมตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด ระยะหลังคลอด และระยะจำหน่ายกลับบ้าน

## บทที่ 4

### ผลการศึกษา

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลกระทบของการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือน อย่างเป็นระบบสำหรับพยาบาลในชุมชน ผลการศึกษาแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ความพึงพอใจและความน่าเชื่อถือของหลักฐานเชิงประจักษ์

ส่วนที่ 2 กิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา

2.1 ระยะตั้งครรภ์

2.2 ระยะคลอด

2.3 ระยะหลังคลอด

2.4 ระยะจำหน่ายกลับบ้าน

### ส่วนที่ 1 ความพึงพอใจและความน่าเชื่อถือของหลักฐานเชิงประจักษ์

การศึกษานววิจัยที่เกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา จำนวน 19 เรื่อง แสดงในตาราง ภาคผนวก ก. และเมื่อพิจารณาคุณภาพงานวิจัยตามเกณฑ์การประเมินคุณภาพงานวิจัยของคณะอนุกรรมการ Evidence-Based Medicine & Clinical Practice Guidelines ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย (2544) พบว่างานวิจัยส่วนใหญ่อยู่ในระดับ B จำนวน 12 เรื่อง รองลงมาอยู่ในระดับ A จำนวน 7 เรื่อง โดยเป็นงานวิจัยส่วนใหญ่ตีพิมพ์ในประเทศไทย จำนวน 12 เรื่อง และเป็นงานวิจัยที่ตีพิมพ์ในต่างประเทศจำนวน 7 เรื่อง ดังตารางที่ 4.1

**ตารางที่ 4.1** ชื่อผู้วิจัย และระดับของงานวิจัยในการทบทวนวรรณกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา

| ชื่อผู้แต่ง / ปี             | ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                    | ระดับงานวิจัย |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| 1. Aidam et al. (2003)       | Lactation counseling increases exclusive breastfeeding rates in Ghana: A Controlled Trial of the Father's Role in Breastfeeding Promotion                                     | A             |
| 2. Bystrova et al. (2005)    | Early lactation performance primiparous and multiparous women in relation to different maternity home practices: A randomized trial in St. Petersburg                         | A             |
| 3. Labarere et al. (2005)    | Efficacy of breastfeeding support provided by trained clinicians during an early, outline, preventive visit: a prospective, randomized, open trial of 226 mother-infant Pairs | A             |
| 4. Moore et al. (2008)       | Randomized controlled trail of very early mother infant skin to skin contact and breast feeding status                                                                        | A             |
| 5.Noel-weiss et al. (2006)   | Randomized controlled trial to determine effects of prenatal breastfeeding workshop on maternal breastfeeding self-efficacy and breastfeeding duration                        | A             |
| 6. Pisacane et al. (2005)    | A controlled trial of the father's role in breastfeeding promotion                                                                                                            | A             |
| 7. Su et al. (2008)          | Antenatal education and postnatal support strategies for improving rates of exclusive breast feeding: randomized controlled trial                                             | A             |
| 8.ขวัญใจ รุ่งเรือง (2549)    | ผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถต่อพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกบ้าน                                                                                      | B             |
| 9. ญาณิศา เกื้อนเจริญ (2550) | ผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของมารดา ร่วมกับการสนับสนุนของสามีต่อการปฏิบัติเลี้ยงลูกด้วยนมแม่                                                                      | B             |
| 10. นิตยา คำแน่น (2549)      | ผลการสอนสุขศึกษาอย่างมีแบบแผนต่อความรู้และพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาในมารดาหลังคลอดครั้งแรก                                                                                 | B             |
| 11. รัตนภรณ์ สุภษร (2552)    | ผลของโปรแกรมการส่งเสริมบทบาทของอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชนในเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่                                                                                           | B             |
| 12. สมพร ศรีสวัสดิ์ (2550)   | ผลของการส่งเสริมบทบาทการสนับสนุนทางสังคมของยายในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา                                                                                                      | B             |
| 13. สรชา ดันติเวชกุล (2543)  | ผลของพยาบาล ระบบสนับสนุนและการให้ความรู้ต่อการรับรู้อุปสรรค ความพึงพอใจ และพฤติกรรมในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาของมารดาวัยรุ่น                                                  | B             |
| 14. Buakhum (2006)           | The effects of breastfeeding promotion program on the rate of 4- months exclusive breast-feeding in the first- time mothers: Amnatcharaen Hospital                            | B             |

**ตารางที่ 4.1** ชื่อผู้วิจัย และระดับของงานวิจัยในการทบทวนวรรณกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ชื่อผู้แต่ง / ปี       | ชื่อเรื่อง                                                                                                             | ระดับงานวิจัย |
|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| 15. Chaemsai (2007)    | Effects of spouse involvement in breast-feeding program for working mother on exclusive breast-feeding in four month   | B             |
| 16. Kerdmakmee (2007)  | Effects of spouse involvement in breast-feeding program for working mother on exclusive breast-feeding in first month  | B             |
| 17. Pongkaew (2005)    | Effects of self-efficacy promotion program on breastfeeding behavior and duration among first-time working mothers     | B             |
| 18. Sooksaen (2006)    | The effects of group support and prompting on satisfaction, duration and behavior of breastfeeding in teenage mothers  | B             |
| 19. Wannarachoo (2003) | The effectiveness of a breastfeeding promotion program in postpartum women of health promotion center region 1 Bangkok | B             |

## ส่วนที่ 2 กิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา

การศึกษาทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับกิจกรรม การส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดานาน 4-6 เดือนสำหรับพยาบาลในชุมชน ใน 4 ระยะ โดยครอบคลุมตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด ระยะหลังคลอด และระยะจำหน่าย (ตารางที่ 4.2) มีรายละเอียดดังนี้

2.1 ระยะตั้งครรภ์ พบว่า กิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาส่วนใหญ่ คือ การให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับประโยชน์ของการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา จำนวน 7 เรื่อง (สรชา ตันติเวชกุล, 2543; Aidam et al., 2003; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Noel-weiss et al., 2006; Su et al., 2008) รองลงมาคือ การประเมินเต้านม/หัวนม มีจำนวน 6 เรื่อง (Bystrova et al, 2005; Buakhum, 2006; Labarere, et al, 2005; Noel-weiss et al., 2006; Su et al., 2008; Wannarachoo, 2003)

2.2 ระยะคลอด ส่วนใหญ่พบกิจกรรมการให้ทารกดูดนมมารดาโดยเร็วภายใน 30-60 นาที จำนวน 5 เรื่อง (สรชา ตันติเวชกุล, 2543; Buakhum, 2006; Bystrova et al, 2005; Moore et al, 2008; Pisacane et al, 2005) รองลงมาคือ การใช้หลัก skin to skin contact จำนวน 2 เรื่อง (Bystrova et al., 2005; Moore et al., 2008) ซึ่งเท่ากับ การดูแลตามแนวทางบันไดสิบขั้นสู่ความสำเร็จ (Moore et al., 2008; Pisacane et al, 2005)

2.3 ระยะหลังคลอด พบการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาส่วนใหญ่คือ การให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับการให้นมมารดา การแก้ไขปัญหาที่พบบ่อยขณะให้นม การบีบเก็บน้ำนม จำนวน 15 เรื่อง (ญานิสสา เกื้อนเจริญ, 2550; นิตยา คำแน่น, 2549; รัตนภรณ์ สุขธร, 2552;

สมพร ศรีสวัสดิ์, 2550; สรชา ตันติเวชกุล, 2543; Aidam, et al., 2003; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Labarere, et al, 2005; Pisacane et al, 2005, Pongkaew, 2005; Sooksaen, 2006; Su et al, 2008; Wannarachoo, 2003) รองลงมาคือการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสามีและครอบครัว จำนวน 7 เรื่อง (ญานิสสา เกื้อนเจริญ, 2550; สมพร ศรีสวัสดิ์, 2550; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Pisacane et al, 2005; Wannarachoo, 2003)

2.4 ระยะจำหน่ายกลับบ้าน พบการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา โดยติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ มีจำนวน 11 เรื่อง (ขวัญใจ รุ่งเรือง, 2549; ญานิสสา เกื้อนเจริญ, 2550; นิตยา คำแน่น, 2549; Aidam, et al., 2003; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Labarere, et al., 2005; Pisacane et al., 2005; Pongkaew, 2005; Sooksaen, 2006) รองลงมาคือการติดตามเยี่ยมบ้าน จำนวน 6 เรื่อง (ขวัญใจ รุ่งเรือง, 2549; ญานิสสา เกื้อนเจริญ, 2550; รัตนภรณ์ สุขธร, 2552; สมพร ศรีสวัสดิ์, 2550; Labarere, et al, 2005; Sooksaen, 2006)

สำหรับการให้ความรู้/คำแนะนำในระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด และระยะหลังคลอด แสดงในตารางที่ 4.3 โดยในระยะตั้งครรภ์ส่วนใหญ่พบเรื่องประโยชน์ของนมมารดา จำนวน 7 เรื่อง (สรชา ตันติเวชกุล, 2543; Aidam, et al., 2003; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Noel-weiss et al. 2006; Su et al., 2008) ระยะคลอด พบ การดูแลคนอย่างถูกวิธี จำนวน 2 เรื่อง (Bystrova et al., 2005; Moore et al., 2008) เท่ากับการใช้หลัก Skin to skin contact จำนวน 2 เรื่อง (Bystrova et al., 2005; Moore et al., 2008) ส่วนในระยะหลังคลอด พบการดูแลคนอย่างถูกวิธี 13 เรื่อง (ขวัญใจ รุ่งเรือง, 2549; ญานิสสา เกื้อนเจริญ, 2550; นิตยา คำแน่น, 2549; สมพร ศรีสวัสดิ์, 2550; Aidam, et al., 2003; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Labarere, et al., 2005; Pongkaew, 2005; Sooksaen, 2006; Su et al., 2008; Wannarachoo, 2003) เท่ากับปัญหาที่พบบ่อยในการให้นม/วิธีแก้ไข จำนวน 13 เรื่อง (ขวัญใจ รุ่งเรือง, 2549; ญานิสสา เกื้อนเจริญ, 2550; นิตยา คำแน่น, 2549; สมพร ศรีสวัสดิ์, 2550; Aidam, et al., 2003; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Labarere, et al., 2005; Pongkaew, 2005; Sooksaen, 2006; Su et al., 2008; Wannarachoo, 2003)

**ตารางที่ 4.2** กิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด ระยะหลังคลอด และระยะจำหน่าย

| ผู้แต่ง / ปี                    | ระยะตั้งครรภ์         |                        |                         |                               | ระยะคลอด                   |                           |                       | ระยะหลังคลอด               |                       |                         |                               |                                | ระยะจำหน่าย                |                       |                     |                          |                     |                               |
|---------------------------------|-----------------------|------------------------|-------------------------|-------------------------------|----------------------------|---------------------------|-----------------------|----------------------------|-----------------------|-------------------------|-------------------------------|--------------------------------|----------------------------|-----------------------|---------------------|--------------------------|---------------------|-------------------------------|
|                                 | การให้ความรู้/คำแนะนำ | การประเมินหัวนม/เต้านม | การส่งเสริมสมรรถนะตนเอง | การมีส่วนร่วมของสามี/ครอบครัว | การดูแลตามบันทึก ได้ดีขึ้น | หัดก skin to skin contact | การให้นมใน 30-60 นาที | การดูแลตามบันทึก ได้ดีขึ้น | การให้นมทุก 2 ชั่วโมง | การส่งเสริมสมรรถนะตนเอง | การมีส่วนร่วมของสามี/ครอบครัว | การประเมินประสิทธิภาพ การให้นม | การดูแลตามบันทึก ได้ดีขึ้น | การให้ความรู้/คำแนะนำ | การติดตามเยี่ยมบ้าน | ติดตามเยี่ยมทาง โทรศัพท์ | แรงสนับสนุนของชุมชน | การมีส่วนร่วมของสามี/ครอบครัว |
| 1. Aidam et al.<br>(2003)       | ✓                     |                        |                         |                               | ✓                          |                           |                       |                            |                       |                         |                               |                                |                            | ✓                     |                     | ✓                        |                     |                               |
| 2 Bystrova et al.<br>(2005)     |                       | ✓                      |                         |                               |                            | ✓                         | ✓                     |                            | ✓                     |                         |                               |                                |                            |                       |                     |                          |                     |                               |
| 3. Labarere et.al.<br>2005)     |                       | ✓                      |                         |                               |                            |                           |                       |                            |                       |                         |                               |                                |                            | ✓                     | ✓                   | ✓                        |                     |                               |
| 4. Moore et al.<br>(2008)       |                       |                        |                         |                               |                            | ✓                         | ✓                     | ✓                          | ✓                     |                         |                               | ✓                              | ✓                          |                       |                     |                          |                     |                               |
| 5. Noel-weiss et al.<br>(2006)  | ✓                     | ✓                      | ✓                       |                               | ✓                          |                           |                       |                            |                       |                         |                               |                                |                            |                       |                     |                          |                     |                               |
| 6. Pisacane et al.<br>(2005)    |                       |                        |                         |                               |                            |                           | ✓                     | ✓                          | ✓                     |                         | ✓                             |                                | ✓                          | ✓                     |                     | ✓                        |                     | ✓                             |
| 7. Su et al.<br>(2008)          | ✓                     | ✓                      |                         |                               | ✓                          |                           |                       |                            |                       |                         |                               |                                |                            | ✓                     |                     |                          |                     |                               |
| 8.ขวัญใจ รุ่งเรือง<br>(2549)    |                       |                        |                         |                               |                            |                           |                       |                            |                       | ✓                       |                               |                                |                            |                       | ✓                   | ✓                        |                     |                               |
| 9.ญาณิศา เกื้อน<br>เจริญ (2550) |                       |                        |                         |                               |                            |                           |                       |                            |                       | ✓                       | ✓                             |                                |                            | ✓                     | ✓                   | ✓                        |                     | ✓                             |
| 10.นิตยา คำแน่น<br>(2549)       |                       |                        |                         |                               |                            |                           |                       |                            |                       |                         |                               |                                |                            | ✓                     |                     | ✓                        |                     |                               |
| 11.รัตนภรณ์ สุขขร<br>(2552)     |                       |                        |                         |                               |                            |                           |                       |                            |                       |                         |                               |                                |                            | ✓                     | ✓                   |                          | ✓                   |                               |

ตารางที่ 4.2 กิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด ระยะหลังคลอด และระยะจำหน่าย (ต่อ)

| ผู้แต่ง / ปี               | ระยะตั้งครรภ์         |                         |                         |                                |                            | ระยะคลอด                        |                       |                            | ระยะหลังคลอด          |                         |                               |                                |                            | ระยะจำหน่าย           |                     |                         |                        |                               |
|----------------------------|-----------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------------|----------------------------|---------------------------------|-----------------------|----------------------------|-----------------------|-------------------------|-------------------------------|--------------------------------|----------------------------|-----------------------|---------------------|-------------------------|------------------------|-------------------------------|
|                            | การให้ความรู้/คำแนะนำ | การประเมินหัวนม/ เต้านม | การส่งเสริมสมรรถนะตนเอง | การมีส่วนร่วมของสามี/ ครอบครัว | การดูแลตามบันทึก ได้ดีขึ้น | หลีกเลี่ยง skin to skin contact | การให้นมใน 30-60 นาที | การดูแลตามบันทึก ได้ดีขึ้น | การให้นมทุก 2 ชั่วโมง | การส่งเสริมสมรรถนะตนเอง | การมีส่วนร่วมของสามี/ครอบครัว | การประเมินประสิทธิภาพ การให้นม | การดูแลตามบันทึก ได้ดีขึ้น | การให้ความรู้/คำแนะนำ | การติดตามเยี่ยมบ้าน | ติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ | แรงงานสนับสนุนของชุมชน | การมีส่วนร่วมของสามี/ครอบครัว |
| 12.สมพร ศรีสวัสดิ์ (2550)  |                       |                         |                         |                                |                            |                                 |                       |                            |                       |                         | ✓                             |                                |                            | ✓                     | ✓                   |                         |                        | ✓                             |
| 13.สรชา ตันติเวชกุล (2543) | ✓                     |                         |                         |                                |                            |                                 | ✓                     |                            | ✓                     |                         |                               |                                |                            | ✓                     |                     |                         |                        |                               |
| 14. Buakhum (2006)         | ✓                     | ✓                       |                         |                                |                            |                                 | ✓                     |                            | ✓                     |                         | ✓                             | ✓                              |                            | ✓                     |                     | ✓                       |                        | ✓                             |
| 15. Chaemsai (2007)        | ✓                     |                         |                         | ✓                              |                            |                                 |                       |                            |                       |                         | ✓                             |                                |                            | ✓                     |                     | ✓                       |                        |                               |
| 16. Kerdmakmee (2007)      | ✓                     |                         |                         | ✓                              |                            |                                 |                       |                            |                       |                         | ✓                             |                                |                            | ✓                     |                     | ✓                       |                        |                               |
| 17. Pongkaew (2005)        |                       |                         |                         |                                |                            |                                 |                       |                            | ✓                     |                         |                               |                                |                            | ✓                     |                     | ✓                       |                        |                               |
| 18. Sooksaen (2006)        |                       |                         |                         |                                |                            |                                 |                       |                            |                       |                         |                               | ✓                              |                            | ✓                     | ✓                   | ✓                       |                        |                               |
| 19.Wannarachoo (2003)      |                       | ✓                       |                         |                                |                            |                                 |                       |                            |                       |                         | ✓                             |                                | ✓                          | ✓                     |                     |                         |                        |                               |
| รวม                        | 7                     | 6                       | 1                       | 2                              | 3                          | 2                               | 5                     | 2                          | 5                     | 3                       | 7                             | 3                              | 3                          | 15                    | 6                   | 11                      | 1                      | 4                             |

**ตารางที่ 4.3** การให้ความรู้/ คำแนะนำในระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด และระยะหลังคลอด

| ผู้แต่ง /ปี                  | หัวข้อความรู้/ คำแนะนำ |                        |                     |                           |                     |                                    |
|------------------------------|------------------------|------------------------|---------------------|---------------------------|---------------------|------------------------------------|
|                              | ระยะตั้งครรภ์          |                        | ระยะคลอด            |                           | ระยะหลังคลอด        |                                    |
|                              | ประโยชน์ของนมมารดา     | การแก้ไขปัญหาล้นนม/บอด | การดูนมอย่างถูกวิธี | หลัก Skin to skin contact | การดูนมอย่างถูกวิธี | ปัญหาที่พบบ่อยในการให้นม/วิธีแก้ไข |
| 1. Aidam et al. (2003)       | ✓                      |                        |                     |                           | ✓                   | ✓                                  |
| 2 Bystrova et al. (2005)     |                        |                        | ✓                   | ✓                         |                     |                                    |
| 3. Labarere et.al. 2005)     |                        |                        |                     |                           | ✓                   | ✓                                  |
| 4. Moore et al. (2008)       |                        |                        | ✓                   | ✓                         |                     |                                    |
| 5. Noel-weiss et al. (2006)  | ✓                      |                        |                     |                           |                     |                                    |
| 6. Pisacane et al. (2005)    |                        |                        |                     |                           |                     |                                    |
| 7. Su et al. (2008)          | ✓                      |                        |                     |                           | ✓                   | ✓                                  |
| 8. ขวัญใจ รุ่งเรือง (2549)   |                        |                        |                     |                           | ✓                   | ✓                                  |
| 9. ญาณิศา เกื้อนเจริญ (2550) |                        |                        |                     |                           | ✓                   | ✓                                  |
| 10. นิตยา คำแน่น (2549)      |                        |                        |                     |                           | ✓                   | ✓                                  |
| 11. รัตนภรณ์ สุภษร (2552)    |                        |                        |                     |                           |                     |                                    |
| 12. สมพร ศรีสวัสดิ์ (2550)   |                        |                        |                     |                           | ✓                   | ✓                                  |
| 13. สรชา ตันติเวชกุล (2543)  | ✓                      | ✓                      |                     |                           |                     |                                    |
| 14. Buakhum (2006)           | ✓                      |                        |                     |                           | ✓                   | ✓                                  |
| 15. Chaemsai (2007)          | ✓                      |                        |                     |                           | ✓                   | ✓                                  |
| 16. Kerdmakmee (2007)        | ✓                      |                        |                     |                           | ✓                   | ✓                                  |
| 17. Pongkaew (2005)          |                        |                        |                     |                           | ✓                   | ✓                                  |
| 18. Sooksaen (2006)          |                        |                        |                     |                           | ✓                   | ✓                                  |
| 19.Wannarachoo (2003)        |                        |                        |                     |                           | ✓                   | ✓                                  |
| <b>จำนวน</b>                 | <b>7</b>               | <b>1</b>               | <b>2</b>            | <b>2</b>                  | <b>13</b>           | <b>13</b>                          |

## บทที่ 5

### อภิปรายผลการศึกษา

การศึกษาในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา กิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือนอย่างเป็นระบบสำหรับพยาบาลในชุมชน การอภิปรายผลการศึกษาประกอบด้วย

1. ความเพียงพอและความน่าเชื่อถือของหลักฐานเชิงประจักษ์
2. กิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา
  - 2.1 ระยะตั้งครรภ์
  - 2.2 ระยะคลอด
  - 2.3 ระยะหลังคลอด
  - 2.4 ระยะจำหน่ายกลับบ้าน

#### 1. ความเพียงพอและความน่าเชื่อถือของหลักฐานเชิงประจักษ์

การทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา จำนวน 19 เรื่อง จาก 1,171 พบว่างานวิจัยส่วนใหญ่อยู่ในระดับ B จำนวน 12 เรื่อง ซึ่งเป็นงานวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental) รองลงมาอยู่ในระดับ A จำนวน 7 เรื่อง ซึ่งเป็นงานวิจัยเชิงทดลอง (Experimental/ RCT) จึงเห็นได้ว่า ผลการทบทวนวรรณกรรมมีจำนวนพอเพียงและมีความน่าเชื่อถือ (strength of evidence) อยู่ในระดับ 2 และ 3 ตามเกณฑ์ของเมลินซ์และไฟเอท์-โอเวอร์ฮอลท์ (Melnik & Fineout-Overholt, 2005) ซึ่งการพัฒนาขั้นถัดไปควรพัฒนาแนวทางปฏิบัติทางคลินิก (Evidence based practice) เพื่อส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา

## 2. กิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา

2.1 ระยะตั้งครรภ์ พบ กิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ส่วนใหญ่คือ การให้ความรู้และคำแนะนำเรื่องประโยชน์ของนมมารดามีจำนวน 7 เรื่อง รองลงมาคือ การประเมินคัดกรองปัญหาหัวนม/เต้านม จำนวน 6 เรื่อง แสดงให้เห็นว่า การให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับประโยชน์ของนมมารดามีความสำคัญและจำเป็น ในการกระตุ้นและชักจูงหญิงตั้งครรภ์ให้เกิดความต้องการในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ส่งผลให้เสริมสร้างสัมพันธอันดีระหว่างมารดากับทารก และเกิดความรักความอบอุ่นของครอบครัว (วีระพงษ์ ฉัตรานนท์, 2546: 12; Alden, 2006; Old, London, Wieland, & Davidson, 2004) และทำให้ทารกมีการเจริญเติบโตทางกายและใจอย่างสมบูรณ์ (ศิริภรณ์ สวัสดิ์ และ โสภณ เอี่ยมศิริถาวร, 2548: 99; Vitolo, Bortolini, Campagnolo & Feldens, 2008)

สำหรับการประเมินคัดกรองปัญหาหัวนมและเต้านม ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อความสำเร็จในการให้นมมารดาแก่ทารก หากหญิงตั้งครรภ์ไม่ได้รับการแก้ไขปัญหาหัวนมสั้น หรือหัวนมบอดตั้งแต่ระยะฝากครรภ์ จะทำให้มารดาประสบปัญหาการให้นมมารดาแก่ทารกในช่วงหลังคลอด โดยหญิงตั้งครรภ์ที่หัวนมบอด/ บุ่ม (Inverted nipple) เกิดจากหัวนมมีพังผืดยึดไว้ ทำให้เมื่อดึงหัวนมแล้ว หัวนมไม่ตั้งขึ้น แต่กลับบุ่มลงไป หากได้รับการแก้ไขตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ จะทำให้ทารกสามารถดูดนมมารดาได้ เช่นเดียวกับ หญิงตั้งครรภ์ที่หัวนมสั้น (Short nipple) สามารถแก้ไขได้ง่าย และทารกจะสามารถดูดนมมารดาได้ง่ายกว่ามารดาหัวนมบอดหรือบุ่ม (มานี ปิยะอนันต์, 2548: 61 (สุวริย์ อันตรการ และยุพยง แห่งเชาวนิช, 2546: 93)

2.2 ในระยะคลอด พบว่า ส่วนใหญ่เป็นการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา โดยการให้ทารกดูดนมมารดาโดยเร็วภายใน 30–60 นาที จำนวน 5 เรื่อง จะกระตุ้นให้มีการสร้างและการหลั่งน้ำนมมากขึ้นเป็นผลจากการกระตุ้นฮอร์โมนโปรแลคติน ทำให้ secreting cells ใน acini สร้างน้ำนม ทำให้ทารกได้นมเร็วและเพียงพอ (Klaus & Kennell, 2001 อ้างใน เกรียงศักดิ์ จิระแพทย์, 2551: 68) ส่งผลให้เพิ่มความสำเร็จในการดูดนมมารดา และอัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในระยะ 4 เดือนสูงขึ้น (Lawrence, & Lawrence, 2005; Moore, Anderson & Bergman, 2008)

2.3 ระยะหลังคลอด พบว่า การส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาส่วนใหญ่คือ การให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับการให้นมมารดา การแก้ไขปัญหาคอขวดที่พบบ่อยขณะให้นม และการบีบเก็บน้ำนม จำนวน 15 เรื่อง รองลงมาคือการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสามีและครอบครัวมี จำนวน 7 เรื่อง การให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับการให้นมมารดา และการแก้ไข จะช่วยให้มารดาเกิดความพร้อมในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา และสามารถแก้ไขปัญหาดังกล่าว ชะพ้อนให้ทารกได้ เช่น

เด้านมคัดตึง น้ำนมไหลน้อย เป็นต้น นอกจากนี้ยังช่วยเตรียมความพร้อมมารดาให้เลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่อง โดยการบีบเก็บน้ำนม แม้จะต้องกลับไปทำงาน (มานี ปิยะอนันต์, 2548; วัฒนา เทียงธรรม วันเพ็ญ สอนศิลป์ และพรณี อุ๋นเอม, 2548: 167; ศิริพัฒนา ศิริชนารัตนกุล, 2546: 191) ส่วนการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสามีและครอบครัว จะช่วยให้มารดามีกำลังใจ ผ่อนคลาย และรู้สึกได้รับการแบ่งเบาภาระ ส่งผลให้มารดาเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่อง 4-6 เดือน (House, 1981 อ้างใน ญานิศา เกื้อนเจริญ, 2550: 37)

2.4 ระยะจำหน่ายกลับบ้าน พบว่า การส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาโดย การติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ มีจำนวน 11 เรื่อง รองลงมาคือการติดตามเยี่ยมบ้าน จำนวน 5 เรื่อง จะเห็นได้ว่าการติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์และการเยี่ยมบ้าน จะช่วยเป็นแรงสนับสนุนทางสังคมแบบหนึ่ง ที่ช่วยให้มารดาเกิดกำลังใจในการเลี้ยงทารกอย่างต่อเนื่อง เพราะมารดาจะรู้สึกอบอุ่นใจที่ได้รับ การดูแล และให้คำแนะนำเมื่อเกิดปัญหาการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่อง (ไพเราะ ผ่อง โชค, 2547; สุนันทา คำพอ, 2540; สุภาณี อ่อนชื่นจิตร และคณะ, 2549; สำเริง แหะงกระโทก และ รุจิรา มังคะศิริ, 2545; Lanigan, 2000 อ้างใน รัชนี ศรีหิรัญ, 2544: 23)

สำหรับการให้ความรู้/ คำแนะนำส่วนใหญ่พบเรื่องประโยชน์ของนมมารดาในระยะ ตั้งครรภ์ จำนวน 7 เรื่อง ส่วนในระยะคลอด พบ การดูคนอย่างถูกวิธี จำนวน 2 เรื่อง เท่ากับการใช้ หลัก Skin to skin contact จำนวน 2 เรื่อง สำหรับในระยะหลังคลอด พบการดูคนอย่างถูกวิธี 13 เรื่อง เท่ากับปัญหาที่พบบ่อยในการให้นม/ วิธีแก้ไข จำนวน 13 เรื่อง ซึ่งจะเห็นได้ว่า การให้ความรู้/ คำแนะนำต้องให้ในแต่ละเรื่องตามเวลาที่เหมาะสมกับสภาวะของมารดา เพื่อจะได้นำไปใช้ ประโยชน์ได้เต็มที่ ส่งผลให้เกิดความสำเร็จของการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้วิธีการให้ความรู้ควรให้ในลักษณะของการสาธิตและสาธิตกลับ เพื่อให้มารดาสามารถ ปฏิบัติได้จริง จนเกิดความชำนาญต่อการให้นมมารดาแก่ทารก (Buakhum, 2006; Su et al., 2008)

## บทที่ 6

### สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ

การศึกษาในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษากิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือนอย่างเป็นระบบสำหรับพยาบาลในชุมชน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสืบค้นข้อมูลงานวิจัยและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง (Literature search) จากฐานข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ทั้งทางการแพทย์และทางการแพทย์ ได้แก่ Cochrane, PubMed และ Nursing Consult รวมทั้งจากห้องสมุดมหาวิทยาลัยมหิดล จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มหาวิทยาลัยขอนแก่น และมหาวิทยาลัยบูรพา คำสำคัญที่ใช้ในการสืบค้น ได้แก่ Breastfeeding promotion, Breastfeeding and promotion program และ Breastfeeding promotion and community โดยใช้เกณฑ์คัดเข้า ได้แก่ เลือกเรื่องที่ศึกษาเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ที่มีงานวิจัยฉบับสมบูรณ์ (full text) ทั้งภาษาไทยและอังกฤษ ตีพิมพ์ในช่วง ค.ศ. 2000 - 2010 พบงานวิจัยตามเกณฑ์คัดเข้า จำนวน 19 เรื่อง จาก 1,171 เรื่อง โดยเป็นงานวิจัยในระดับ B จำนวน 12 เรื่อง ซึ่งเป็นงานวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) รองลงมาอยู่ในระดับ A จำนวน 7 เรื่อง ซึ่งเป็นงานวิจัยเชิงทดลอง (Experimental research/ RCT)

ผลการศึกษาพบว่า กิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาจำแนกเป็น 4 ระยะ โดยครอบคลุมตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด ระยะหลังคลอด และระยะจำหน่ายกลับบ้าน ในระยะตั้งครรภ์ พบกิจกรรมส่วนใหญ่คือการให้ความรู้และคำแนะนำเรื่องประโยชน์ของนมมารดามีจำนวน 7 เรื่อง รองลงมาได้แก่การประเมินคัดกรองปัญหาห้วนนม/ เต้านม จำนวน 6 เรื่อง ส่วนในระยะคลอด พบการให้ทารกดูดนมมารดาโดยเร็วภายใน 30-60 นาที จำนวน 5 เรื่อง สำหรับในระยะหลังคลอด พบส่วนใหญ่คือการให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับการให้นมมารดา การแก้ไขปัญหาที่พบบ่อยขณะให้นม การบีบเก็บน้ำนม จำนวน 15 เรื่อง รองลงมาคือการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสามีและครอบครัวในการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา จำนวน 7 เรื่อง และในระยะจำหน่ายกลับบ้านพบ การติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ มีจำนวน 11 เรื่อง รองลงมาคือการติดตามเยี่ยมบ้าน จำนวน 5 เรื่อง

## ข้อเสนอแนะ

1. การปฏิบัติการพยาบาล ควรส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์จนถึงระยะหลังคลอดเมื่อจำหน่ายกลับบ้าน โดยประยุกต์กิจกรรมการให้ความรู้และคำแนะนำเรื่องประโยชน์ของนมมารดา และการประเมินคัดกรองปัญหาหวั่นม/ เต้านมในระยะตั้งครรภ์ ส่วนในระยะคลอด ควรสนับสนุนให้ทารกดูดนมมารดาโดยเร็วภายใน 30–60 นาที ต่อเนื่องจนถึงระยะหลังคลอด ควรให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับการให้นมมารดา การแก้ไข ปัญหาที่พบบ่อยขณะให้นม การบีบเก็บน้ำนม ร่วมกับการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสามีและครอบครัว สำหรับในระยะจำหน่ายกลับบ้าน พยาบาลควรติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ และเยี่ยมบ้านอย่างต่อเนื่อง จนมารดาสามารถเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างชำนาญ และสามารถแก้ไข ปัญหาต่างๆ ได้ด้วยตนเอง อันจะทำให้เกิดความสำเร็จในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา

2. การพัฒนาแนวปฏิบัติทางการพยาบาล ในการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์จนถึงระยะหลังคลอดเมื่อจำหน่ายกลับบ้าน ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมการให้ความรู้และคำแนะนำเรื่องประโยชน์ของนมมารดา และการประเมินคัดกรองปัญหาหวั่นม/ เต้านม ในระยะตั้งครรภ์ ส่วนในระยะคลอด คือการส่งเสริมให้ทารกดูดนมมารดาโดยเร็วภายใน 30–60 นาที ระยะหลังคลอด ประกอบด้วย การให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับการให้นมมารดา การแก้ไข ปัญหาที่พบบ่อยขณะให้นม การบีบเก็บน้ำนม ร่วมกับการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสามีและครอบครัว สำหรับในระยะจำหน่ายกลับบ้าน ได้แก่ การติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ และเยี่ยมบ้าน ซึ่งแนวปฏิบัตินี้ควรนำไปทดลองใช้ และนำมาปรับปรุง เพื่อให้เหมาะสมกับบริบทของชุมชน

## ข้อจำกัดของการศึกษา

งานวิจัยที่นำมาศึกษาในครั้งนี้ หากแยกงานวิจัยในแต่ละระยะการตั้งครรภ์ จะพบว่ามีจำนวนงานวิจัยและตัวแปรที่ศึกษาที่แตกต่างกัน ซึ่งส่วนใหญ่มักศึกษาในระยะหลังคลอด และระยะจำหน่ายกลับบ้าน ส่วนระยะตั้งครรภ์และระยะคลอดมีจำนวนน้อย ดังนั้นผลการศึกษานี้จึงมีข้อจำกัดในการนำไปประยุกต์ใช้ในสองระยะแรก

การทบทวนวรรณกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาสำหรับพยาบาลในชุมชน  
LITERATURE REVIEW OF BREASTFEEDING PROMOTION FOR NURSES IN THE  
COMMUNITY

อรสุภา เพ็ญสมบูรณ์ 4937562 RACN/M

พย.ม. (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน)

คณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์: อรพินธ์ เจริญผล, ค.ม. (การบริหารการพยาบาล),  
แสงทอง ชีระทองคำ, Ph.D. (NURSING)

บทสรุปแบบสมบูรณ์

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

กระทรวงสาธารณสุขมีเป้าหมายให้ประชาชนไทยทุกภูมิภาคมีคุณภาพชีวิตที่ดี ซึ่งการบรรลุเป้าหมายดังกล่าวต้องเริ่มพัฒนาตั้งแต่วัยเด็ก กลวิธีสำคัญวิธีหนึ่ง คือการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ซึ่งเป็นอาหารที่ดีที่สุดและจำเป็นสำหรับทารก โดยในปี ค.ศ.1979 องค์การอนามัยโลกแนะนำให้ทารกได้ดื่มนมมารดาอย่างเดียว 4 – 6 เดือนแรกหลังคลอด (exclusive breast feeding: ECBF) (World Health Organization, 2002; ศิราภรณ์ สวัสดิ์วร และโสภณ เอี่ยมศิริถาวร, 2548: 99)

น้ำนมมารดามีสารอาหารครบถ้วนและเหมาะสมที่สุดสำหรับเลี้ยงทารก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในระยะ 4 ถึง 6 เดือนแรกหลังคลอด ซึ่งเป็นช่วงที่ทารกมีการเจริญเติบโต ทั้งด้านร่างกายและสมองอย่างรวดเร็ว (Krebs & Hambidge, 2007: 639) โดยนมมารดาช่วยในการเจริญเติบโตและป้องกันการติดเชื้อ ส่งผลให้อัตราป่วยด้วยโรคอุจจาระร่วง โรคติดเชื้อทางเดินหายใจ และโรคภูมิแพ้ของทารกที่เลี้ยงด้วยนมมารดาน้อยกว่าทารกที่เลี้ยงด้วยนมผสม (ศิราภรณ์ สวัสดิ์วร และโสภณ เอี่ยมศิริถาวร, 2548: 99; Vitolo, Bortolini, Campagnolo & Feldens, 2008) รวมทั้งช่วยประหยัดค่าใช้จ่าย (สำหรับ จิตตินันท์, 2546: 4) และทารกยังได้รับความรักและความอบอุ่นจากมารดา (วีระพงษ์ นัตรานนท์, 2546: 12; Alden, 2006; Old, London, Wieland, & Davidson, 2004)

การเลี้ยงทารกด้วยนมมารดายังมีประโยชน์ต่อสุขภาพมารดา คือสามารถช่วยลดการเกิดมะเร็งเต้านม มะเร็งรังไข่ และโรคกระดูกพรุน ซึ่งในขณะที่ทารกดื่มนมมารดา จะมีการหลั่งของฮอร์โมนออกซิโตซิน (oxytocin) ทำให้มดลูกหดตัวดี ช่วยลดอุบัติการณ์การตกเลือดหลังคลอด ร่างกายมารดากลับคืนสู่สภาพปกติโดยเร็ว และทำให้น้ำหนักของมารดาลดลงอย่างรวดเร็ว (ราชวิทยาลัยสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทย และชมรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่, 2548; สมศักดิ์ สุทัศนาวรรุฒิ, 2546: 51) นอกจากนี้ ยังช่วยทำให้เกิดความรักและความผูกพันระหว่างมารดากับทารก มารดาจะมีความสุข และภูมิใจที่ได้แสดงบทบาทของการเป็นมารดาอย่างสมบูรณ์ (London, Ladewig, Ball, & Bindler, 2003) ทำให้ลดโอกาสเกิดภาวะซึมเศร้าหลังคลอด (Harlow, Cohen, Otto, Spiegelman, & Cramer, 2004)

แม้ว่าการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือน มีความสำคัญและมีประโยชน์ต่อทั้งมารดาและทารก แต่อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนั้นมีแนวโน้มลดลงจากการสำรวจในประเทศกำลังพัฒนา 37 ประเทศ ในปี ค.ศ. 2004 พบว่า อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4 เดือน คิดเป็นร้อยละ 52 โดยพบสูงสุดในประเทศแถบเอเชียและแปซิฟิก สำหรับประเทศสหรัฐอเมริกา พบอัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 3 เดือนและ 6 เดือน คิดเป็นร้อยละ 38 และร้อยละ 14 ตามลำดับ (Pinto, 2006) สำหรับในประเทศไทย จากการประเมินและติดตามผลการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาของสำนักส่งเสริมสุขภาพในปี พ.ศ.2547-2548 พบว่า อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4 เดือน มีเพียงร้อยละ 20.4 และอัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 6 เดือน มีเพียงร้อยละ 14.5 (จินตนา พัฒนพงศ์ธร, 2551: 2) ซึ่งต่ำกว่าเป้าหมาย ที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนดนโยบายการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 6 เดือน เป็นร้อยละ 30

สาเหตุสำคัญที่ทำให้อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาดำ เนื่องจากมารดาขาดความรู้และความตระหนักถึงความสำคัญของการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา รวมทั้งความเชื่อและวัฒนธรรมในท้องถิ่น (สุพรรณิ กัณหดิลก และบุญสืบ โตโส, 2548: 178) นอกจากนี้ ระบบการให้ความรู้ หรือคำแนะนำแก่มารดาและครอบครัว ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด และระยะหลังคลอด ยังขาดประสิทธิภาพ และมารดาไม่สามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างต่อเนื่อง (กัลยาณี มูลแก้ว, 2551: 3; สุพัตรา สุทธิประภา, 2544: 48) รวมทั้งระบบบริการทางการแพทย์ไม่เอื้ออำนวยต่อการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา เช่น ทารกแรกเกิดไม่ได้ดื่มนมมารดาโดยเร็วภายหลังคลอด การแยกทารกแรกเกิดจากมารดาภายหลังคลอด ทำให้ทารกไม่สามารถดื่มนมมารดาได้ตามต้องการ (จินตนา วัชรสินธุ์, 2545: 58; ศิริพร กัญชนะ, 2546: 235) นอกจากนี้ ในปัจจุบันมารดาหลังคลอดมีแนวโน้มที่ต้องทำงานนอกบ้านเพิ่มขึ้น เนื่องจากปัญหาทางด้านสังคมและเศรษฐกิจของครอบครัว จึงทำให้

ต้องหยุดให้นมมารดาแก่ทารก ทำให้อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาไม่ประสบผลสำเร็จตามเป้าหมาย (กัลยาณี มุลแก้ว, 2551: 15; ขวัญใจ รุ่งเรือง, 2549: 4)

การส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาจึงเป็นสิ่งสำคัญ และจะประสบความสำเร็จได้ต้องเริ่มจากการกำหนดนโยบายการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวน โดยกระทรวงสาธารณสุขได้ ร่วมกับการประยุกต์ใช้บันไดสิบขั้นสู่ความสำเร็จในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ten steps to successful breastfeeding) ทำให้ระบบบริการของโรงพยาบาลเกิดการปรับเปลี่ยน ส่งผลให้บรรลุเป้าหมายการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (วีระพงษ์ ฉัตรานนท์, 2546: 14) นอกจากนี้ ต้องมีการเตรียมความเชื่อมั่นและความตั้งใจของมารดาตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ เพื่อให้เกิดความพร้อมในการให้นมมารดาแก่ทารก (วิพร เกตุบำรุงพร, 2544: 44) โดยในระยะฝากครรภ์ต้องเตรียมความพร้อมของมารดาในการให้นมแก่ทารก โดยการตรวจเต้านม และหัวนมเมื่อมาฝากครรภ์ครั้งแรก เพื่อประเมินและแก้ไขในกรณีที่มีความผิดปกติ ได้แก่ หัวนมสั้น หัวนมบอด/ บุ่ม (ขวัญใจ รุ่งเรือง, 2549; ญานิสรา เกื้อนเจริญ, 2550; Noel-weiss, Rupp, Cragg, Bassett & Wooden, 2006) การให้ความรู้และคำแนะนำในเรื่องประโยชน์ของนมมารดา หลักการให้นมมารดาอย่างถูกวิธี และการส่งเสริมการหลั่งของน้ำนม (Aidam, Escamilla & Lartey, 2005; Su et al., 2007)

สำหรับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในระยะคลอด ปฏิบัติโดยการให้ทารกได้ดูดนมมารดาโดยเร็วและบ่อย ใช้หลัก skin to skin contact จะทำให้การให้นมมารดาแก่ทารกประสบผลสำเร็จ ส่งผลให้อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาเพิ่มมากขึ้น (Bystrova et al., 2005; Moore, Anderson & Berman, 2008) ส่วนระยะหลังคลอดควรสอนให้มารดาอุ้มทารกดูดนมอย่างถูกวิธีในท่าต่างๆ การแก้ไขปัญหาในการให้นมมารดา ได้แก่ น้ำนมไม่ไหล/ น้ำนมน้อย เต้านมคัดตึง หัวนมแตกหรือเป็นแผล การให้คำแนะนำเรื่องอาหารบำรุงน้ำนม การกระตุ้นให้ทารกดูดนมมารดาทุก 2 ชั่วโมง และการประเมินประสิทธิภาพการให้นมมารดาแก่ทารกโดยใช้แบบประเมิน LATCH จะช่วยให้มารดาสามารถให้นมแก่ทารกได้อย่างถูกต้อง และเหมาะสม (นิตยา คำแน่น, 2549; สรชา ตันติเวชกุล, 2543; อรทัย บัวคำ, 2548) ตลอดจนการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสามี และญาติในการช่วยเหลือมารดาให้นมแก่ทารก (สมพร ศรีสวัสดิ์, 2552; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Pisacane, Isabella, Aldinucci & Continisio, 2005) นอกจากนี้ควรมีการติดตามเยี่ยมมารดาและทารกทางโทรศัพท์ในระยะจำหน่ายกลับบ้าน เพื่อให้การช่วยเหลือในการแก้ไขปัญหาการให้นมมารดาแก่ทารก (ขวัญใจ รุ่งเรือง, 2549; ญานิสรา เกื้อนเจริญ, 2551)

งานอนามัยแม่และเด็ก โรงพยาบาลพระสมุทรเจดีย์สวาทยานนท์ พบว่า อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 6 เดือน ในปี พ.ศ. 2551 คิดเป็นร้อยละ 20 ซึ่งต่ำกว่าเกณฑ์ของประเทศ อัตราการคลอดของมารดาวัยรุ่นสูง คิดเป็นร้อยละ 22 และการประเมินปัญหาของเต้านม/

ห้วนม รวมทั้งการให้ความรู้ และคำแนะนำแก่มารดาที่มาฝากครรภ์ยังไม่เป็นระบบ ทำให้มารดาไม่ได้รับการแก้ไขปัญหาย่างถูกต้องและเหมาะสม ส่วนในหน่วยงานห้องคลอดพบว่า ทารกไม่ได้รับการให้ห้วนมมารดาในช่วง 30 นาทีแรกหลังคลอด เนื่องจากบุคลากรมีภาระงานมาก จึงไม่มีเวลาสำหรับหน่วยงานห้องคลอดพบว่า ปัญหาน้ำนมมารดาไม่ไหล/ น้ำนมมารดาน้อยในช่วง 1-2 วันหลังคลอด คิดเป็นร้อยละ 40 และนอกจากนี้ จากการติดตามเยี่ยมบ้านมารดาหลังคลอด พบว่ามารดาบางคนไม่ได้รับคำแนะนำการอุ้มทารกคุณน้อมอย่างถูกวิธี มารดาที่ทำงานนอกบ้านไม่สามารถบีบเก็บน้ำนม เพื่อป้อนให้แก่ทารก และเมื่อเกิดปัญหาการให้นมมารดาแก่ทารก เช่น เต้านมคัดตึง ห้วนมเป็นแผล หรือน้ำนมน้อย มารดาและญาติไม่ทราบจะขอคำปรึกษาและขอความช่วยเหลือจากบุคคลหรือหน่วยงานใด (งานอนามัยแม่และเด็ก โรงพยาบาลพระสมุทรเจดีย์สวาทยานนท์, 2551) จากปัญหาดังกล่าวจึงเป็นอุปสรรคในการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือน และจากการทบทวนวรรณกรรมและหลักฐานเชิงประจักษ์ต่างๆ พบว่า การส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาส่วนใหญ่มักศึกษาเฉพาะในขณะคลอด และ/ หรือ หลังคลอด บางงานวิจัยมีการศึกษาในขณะตั้งครรภ์ แต่ไม่พบการติดตามภายหลังคลอด ผู้ศึกษาในฐานะพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชนตระหนักถึงความสำคัญของการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือนที่ยังไม่บรรลุเป้าหมาย จึงสนใจทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเป็นระบบ เพื่อเป็นแนวทางสำหรับพยาบาลในการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือน

## วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษากิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือนอย่างเป็นระบบสำหรับพยาบาลในชุมชน

## ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

แนวทางและกิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาสำหรับพยาบาลในชุมชน

## วิธีการศึกษา

การรวบรวมงานวิจัยและหลักฐานอ้างอิงทางวิชาการ เพื่อการทบทวนวรรณกรรมอย่างมีระบบ มีขั้นตอนดังนี้

1. การสืบค้นข้อมูล จากฐานข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ (electronic resource) ทางการแพทย์ และการพยาบาลที่สำคัญ ได้แก่ Cochrane, PubMed และ Nursing consult รวมทั้งการสืบค้น วิทยานิพนธ์จากมหาวิทยาลัยมหิดล จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มหาวิทยาลัยขอนแก่น และมหาวิทยาลัยบูรพา คำสำคัญในการสืบค้น (key words) ได้แก่ Breastfeeding promotion, Breastfeeding and promotion program Breastfeeding and promotion and community

2. เกณฑ์การคัดเลือกงานวิจัย (inclusion criteria) ได้แก่ งานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริม การเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ซึ่งเป็นงานวิจัยเชิงทดลองและกึ่งทดลองฉบับสมบูรณ์ (Full text) ทั้ง ภาษาไทยและภาษาอังกฤษ ตีพิมพ์ระหว่าง ค.ศ. 2000 - 2010

3. การประเมินคุณภาพงานวิจัยโดยใช้เกณฑ์ของคณะกรรมการ Evidence Based Medicine & Clinical Practice Guidelines ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย (2544) ซึ่งแบ่ง คุณภาพหลักฐานงานวิจัยออกเป็น 4 ระดับ ได้แก่

3.1 Level A หมายถึง หลักฐานที่เป็นงานวิจัยเชิงทดลอง ที่มีการสุ่ม กลุ่มตัวอย่าง (randomized controlled trials) หรือ หลักฐานที่ได้จากการทบทวนงานวิจัยเชิงทดลอง อย่างเป็นระบบ (meta-analysis)

3.2 Level B หมายถึง หลักฐานที่ได้จากงานวิจัยที่มีการทบทวนอย่าง เป็นระบบ (meta-analysis) โดยมีงานวิจัยเชิงทดลองอย่างน้อย 1 เรื่อง หรือ หลักฐานที่ได้จาก งานวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental research design) ที่มีการออกแบบอย่างรัดกุม หรืองานวิจัย เชิงทดลองที่ไม่มีการสุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่ม

3.3 Level C หมายถึง หลักฐานที่ได้จากงานวิจัยที่เป็นการศึกษา เปรียบเทียบการศึกษาหาความสัมพันธ์ (correlation study) งานวิจัยเชิงบรรยาย (descriptive study) งานวิจัยเชิงสำรวจ (survey study) หรือ หลักฐานที่ได้จากการทบทวนงานวิจัยเชิงบรรยายอย่างเป็น ระบบ

3.4 Level D หมายถึง หลักฐานจากฉันทามติ (consensus) ของกลุ่ม ผู้เชี่ยวชาญ

4. การดึงข้อมูลจากงานวิจัย (data extraction) กำหนดขอบเขตในการวิเคราะห์งานวิจัย ในด้านต่างๆ ได้แก่ แบบการวิจัย วัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการศึกษา ผลลัพธ์ของการศึกษา ข้อดี ข้อจำกัด และข้อสรุปเพื่อนำไปใช้

## ผลการศึกษา

การศึกษาการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา สามารถนำเสนอผลการศึกษา ดังนี้

1. ความเพียงพอและความน่าเชื่อถือของหลักฐานเชิงประจักษ์ จากการสืบค้นหลักฐานเชิงประจักษ์เกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาพบ จำนวน 19 เรื่อง จาก 1,171 เรื่อง และเมื่อพิจารณาคุณภาพงานวิจัยตามเกณฑ์การประเมินของคณะอนุกรรมการ Evidence - Based Medicine & Clinical Practice Guidelines ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย (2544) พบว่า งานวิจัยส่วนใหญ่อยู่ในระดับ B จำนวน 12 เรื่อง ซึ่งเป็นงานวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental research design) รองลงมาอยู่ในระดับ A จำนวน 7 เรื่อง ซึ่งเป็นงานวิจัยเชิงทดลอง (experimental research design) ดังตารางที่ 1

**ตารางที่ 1** ชื่อผู้วิจัย และระดับของงานวิจัยในการทบทวนวรรณกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา

| ชื่อผู้แต่ง / ปี              | ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                    | ระดับงานวิจัย |
|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| 1. Aidam et al. (2003)        | Lactation counseling increases exclusive breastfeeding rates in Ghana: A Controlled Trial of the Father's Role in Breastfeeding Promotion                                     | A             |
| 2. Bystrova et al. (2005)     | Early lactation performance primiparous and multiparous women in relation to different maternity home practices: A randomized trial in St. Petersburg                         | A             |
| 3. Labarere et al. (2005)     | Efficacy of breastfeeding support provided by trained clinicians during an early, outline, preventive visit: a prospective, randomized, open trial of 226 mother-infant Pairs | A             |
| 4. Moore et al. (2008)        | Randomized controlled trail of very early mother infant skin to skin contact and breast feeding status                                                                        | A             |
| 5.Noel-weiss et al. (2006)    | Randomized controlled trial to determine effects of prenatal breastfeeding workshop on maternal breastfeeding self-efficacy and breastfeeding duration                        | A             |
| 6. Pisacane et al. (2005)     | A controlled trial of the father's role in breastfeeding promotion                                                                                                            | A             |
| 7. Su et al. (2008)           | Antenatal education and postnatal support strategies for improving rates of exclusive breast feeding: randomized controlled trial                                             | A             |
| 8.ขวัญใจ รุ่งเรือง (2549)     | ผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถต่อพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกร้าน                                                                                  | B             |
| 9. ญาณิสา เกื้อน เจริญ (2550) | ผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของมารดา ร่วมกับการสนับสนุนของสามีต่อการปฏิบัติ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่                                                                  | B             |

**ตารางที่ 1** ชื่อผู้วิจัย และระดับของงานวิจัยในการทบทวนวรรณกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ชื่อผู้แต่ง / ปี            | ชื่อเรื่อง                                                                                                                                         | ระดับงานวิจัย |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| 10. นิตยา คำแน่น (2549)     | ผลการสอนสุขศึกษาอย่างมีแบบแผนต่อความรู้และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาในมารดาหลังคลอดครั้งแรก                                                   | B             |
| 11. รัตนภรณ์ สุขษร (2552)   | ผลของโปรแกรมการส่งเสริมบทบาทของอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชนในเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่                                                                | B             |
| 12. สมพร ศรีสวัสดิ์ (2550)  | ผลของการส่งเสริมบทบาทการสนับสนุนทางสังคมของยายในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา                                                                           | B             |
| 13. สรชา ดันติเวชกุล (2543) | ผลของพยาบาล ระบบสนับสนุนและการให้ความรู้ต่อการรับรู้อุปสรรค ความพึงพอใจ และพฤติกรรมในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาของมารดาวัยรุ่น                       | B             |
| 14. Buakhum (2006)          | The effects of breastfeeding promotion program on the rate of 4- months exclusive breast-feeding in the first- time mothers: Amnatcharaen Hospital | B             |
| 15. Chaemsai (2007)         | Effects of spouse involvement in breast-feeding program for working mother on exclusive breast-feeding in four month                               | B             |
| 16. Kerdmakmee (2007)       | Effects of spouse involvement in breast-feeding program for working mother on exclusive breast-feeding in first month                              | B             |
| 17. Pongkaew (2005)         | Effects of self-efficacy promotion program on breastfeeding behavior and duration among first-time working mothers                                 | B             |
| 18. Sooksaen (2006)         | The effects of group support and prompting on satisfaction, duration and behavior of breastfeeding in teenage mothers                              | B             |
| 19. Wannarachoo (2003)      | The effectiveness of a breastfeeding promotion program in postpartum women of health promotion center region 1 Bangkok                             | B             |

2. กิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา จำแนกเป็น 4 ระยะ โดยครอบคลุมตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด ระยะหลังคลอด และระยะจำหน่ายกลับบ้าน แสดงในตารางที่ 2 โดยในระยะตั้งครรภ์ พบกิจกรรมส่วนใหญ่คือ การให้ความรู้และคำแนะนำเรื่องประโยชน์ของนมมารดา จำนวน 7 เรื่อง (สรชา ดันติเวชกุล, 2543; Aidam et al., 2003; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Noel-weiss et al., 2006; Su et al., 2008) รองลงมาคือ การประเมินเต้านม/หัวนม จำนวน 6 เรื่อง (Bystrova et al, 2005; Buakhum, 2006; Labarere, et al, 2005; Noel-weiss et al., 2006; Su et al., 2008; Wannarachoo, 2003) ส่วนในระยะคลอด พบการให้

ทารกคนมมารดาโดยเร็วภายใน 30–60 นาที จำนวน 5 เรื่อง (สรชา ตันติเวชกุล, 2543; Buakhum, 2006; Bystrova et al, 2005; Moore et al, 2008; Pisacane et al, 2005) รองลงมาคือ การใช้หลัก skin to skin contact จำนวน 2 เรื่อง (Bystrova et al., 2005; Moore et al., 2008) ซึ่งเท่ากับ การดูแลตามแนวทางบันไดสิบขั้นสู่ความสำเร็จ (Moore et al., 2008; Pisacane et al, 2005)

ในระยะหลังคลอด พบการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาส่วนใหญ่คือ การให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับการให้นมมารดา การแก้ไขปัญหาที่พบบ่อยขณะให้นม การบีบเก็บน้ำนม จำนวน 15 เรื่อง (ญานิสสา เกื้อนเจริญ, 2550; นิตยา คำแน่น, 2549; รัตนภรณ์ สุขธร, 2552; สมพร ศรีสวัสดิ์, 2550; สรชา ตันติเวชกุล, 2543; Aidam, et al., 2003; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Labarere, et al, 2005; Pisacane et al, 2005; Pongkaew, 2005; Sooksaen, 2006; Su et al, 2008; Wannarachoo, 2003) รองลงมาคือการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสามีและครอบครัว จำนวน 7 เรื่อง (ญานิสสา เกื้อนเจริญ, 2550; สมพร ศรีสวัสดิ์, 2550; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Pisacane et al, 2005; Wannarachoo, 2003) นอกจากนี้ในระยะจำหน่ายกลับบ้าน พบการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาโดย การติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ มีจำนวน 11 เรื่อง (ขวัญใจ รุ่งเรือง, 2549; ญานิสสา เกื้อนเจริญ, 2550; นิตยา คำแน่น, 2549; Aidam, et al., 2003; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Labarere, et al., 2005; Pisacane et al., 2005; Pongkaew, 2005; Sooksaen, 2006) รองลงมาคือการติดตามเยี่ยมบ้าน จำนวน 6 เรื่อง (ขวัญใจ รุ่งเรือง, 2549; ญานิสสา เกื้อนเจริญ, 2550; รัตนภรณ์ สุขธร, 2552; สมพร ศรีสวัสดิ์, 2550; Labarere, et al, 2005; Sooksaen, 2006)

สำหรับการให้ความรู้/ คำแนะนำในระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด และระยะหลังคลอด (ตารางที่ 3) โดยในระยะตั้งครรภ์ส่วนใหญ่พบเรื่องประโยชน์ของนมมารดา จำนวน 7 เรื่อง (สรชา ตันติเวชกุล, 2543; Aidam, et al., 2003; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Noel-weiss et al. 2006; Su et al., 2008) ระยะคลอด พบ การดูแลอย่างถูกวิธี จำนวน 2 เรื่อง (Bystrova et al., 2005; Moore et al., 2008) เท่ากับการใช้หลัก Skin to skin contact จำนวน 2 เรื่อง (Bystrova et al., 2005; Moore et al., 2008) ส่วนในระยะหลังคลอด พบการดูแลอย่างถูกวิธี 13 เรื่อง (ขวัญใจ รุ่งเรือง, 2549; ญานิสสา เกื้อนเจริญ, 2550; นิตยา คำแน่น, 2549; สมพร ศรีสวัสดิ์, 2550; Aidam, et al., 2003; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Labarere, et al., 2005; Pongkaew, 2005; Sooksaen, 2006; Su et al., 2008; Wannarachoo, 2003) เท่ากับปัญหาที่พบบ่อยในการให้นม/ วิธีแก้ไข จำนวน 13 เรื่อง (ขวัญใจ รุ่งเรือง, 2549; ญานิสสา เกื้อนเจริญ, 2550; นิตยา คำแน่น, 2549; สมพร ศรีสวัสดิ์, 2550; Aidam, et al., 2003; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Labarere, et al., 2005; Pongkaew, 2005; Sooksaen, 2006; Su et al., 2008; Wannarachoo, 2003)

**ตารางที่ 2** กิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด ระยะหลังคลอด และระยะจำหน่าย

| ผู้แต่ง / ปี                    | ระยะตั้งครรภ์         |                         |                         |                                |                            | ระยะคลอด                        |                       |                            | ระยะหลังคลอด          |                         |                               |                                |                            | ระยะจำหน่าย           |                     |                          |                     |                               |
|---------------------------------|-----------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------------|----------------------------|---------------------------------|-----------------------|----------------------------|-----------------------|-------------------------|-------------------------------|--------------------------------|----------------------------|-----------------------|---------------------|--------------------------|---------------------|-------------------------------|
|                                 | การให้ความรู้/คำแนะนำ | การประเมินหัวนม/ เต้านม | การส่งเสริมสมรรถนะตนเอง | การมีส่วนร่วมของสามี/ ครอบครัว | การดูแลตามบันทึกได้สืบขึ้น | หลีกเลี่ยง skin to skin contact | การให้นมใน 30-60 นาที | การดูแลตามบันทึกได้สืบขึ้น | การให้นมทุก 2 ชั่วโมง | การส่งเสริมสมรรถนะตนเอง | การมีส่วนร่วมของสามี/ครอบครัว | การประเมินประสิทธิภาพ การให้นม | การดูแลตามบันทึกได้สืบขึ้น | การให้ความรู้/คำแนะนำ | การติดตามเยี่ยมบ้าน | ติดตามเยี่ยมทาง โทรศัพท์ | แรงสนับสนุนของชุมชน | การมีส่วนร่วมของสามี/ครอบครัว |
| 1. Aidam et al.<br>(2003)       | ✓                     |                         |                         |                                | ✓                          |                                 |                       |                            |                       |                         |                               |                                |                            | ✓                     |                     | ✓                        |                     |                               |
| 2 Bystrova et al.<br>(2005)     |                       | ✓                       |                         |                                |                            | ✓                               | ✓                     |                            | ✓                     |                         |                               |                                |                            |                       |                     |                          |                     |                               |
| 3. Labarere et.al.<br>2005)     |                       | ✓                       |                         |                                |                            |                                 |                       |                            |                       |                         |                               |                                |                            | ✓                     | ✓                   | ✓                        |                     |                               |
| 4. Moore et al.<br>(2008)       |                       |                         |                         |                                |                            | ✓                               | ✓                     | ✓                          | ✓                     |                         |                               | ✓                              | ✓                          |                       |                     |                          |                     |                               |
| 5. Noel-weiss et al.<br>(2006)  | ✓                     | ✓                       | ✓                       |                                | ✓                          |                                 |                       |                            |                       |                         |                               |                                |                            |                       |                     |                          |                     |                               |
| 6. Pisacane et al.<br>(2005)    |                       |                         |                         |                                |                            |                                 | ✓                     | ✓                          | ✓                     |                         | ✓                             |                                | ✓                          | ✓                     |                     | ✓                        |                     | ✓                             |
| 7. Su et al.<br>(2008)          | ✓                     | ✓                       |                         |                                | ✓                          |                                 |                       |                            |                       |                         |                               |                                |                            | ✓                     |                     |                          |                     |                               |
| 8.ขวัญใจ รุ่งเรือง<br>(2549)    |                       |                         |                         |                                |                            |                                 |                       |                            |                       | ✓                       |                               |                                |                            |                       | ✓                   | ✓                        |                     |                               |
| 9.ญาณิศา เกื้อน<br>เจริญ (2550) |                       |                         |                         |                                |                            |                                 |                       |                            |                       | ✓                       | ✓                             |                                |                            | ✓                     | ✓                   | ✓                        |                     | ✓                             |
| 10.นิตยา คำแน่น<br>(2549)       |                       |                         |                         |                                |                            |                                 |                       |                            |                       |                         |                               |                                |                            | ✓                     |                     | ✓                        |                     |                               |
| 11.รัตนภรณ์ สุภษร<br>(2552)     |                       |                         |                         |                                |                            |                                 |                       |                            |                       |                         |                               |                                |                            | ✓                     | ✓                   |                          | ✓                   |                               |

**ตารางที่ 2** กิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด ระยะหลังคลอด และระยะจำหน่าย (ต่อ)

| ผู้แต่ง / ปี               | ระยะตั้งครรภ์         |                        |                         |                               |                            | ระยะคลอด                        |                       |                            | ระยะหลังคลอด          |                         |                               |                                |                            | ระยะจำหน่าย           |                     |                         |                        |                               |
|----------------------------|-----------------------|------------------------|-------------------------|-------------------------------|----------------------------|---------------------------------|-----------------------|----------------------------|-----------------------|-------------------------|-------------------------------|--------------------------------|----------------------------|-----------------------|---------------------|-------------------------|------------------------|-------------------------------|
|                            | การให้ความรู้/คำแนะนำ | การประเมินหัวนม/เต้านม | การส่งเสริมสมรรถนะตนเอง | การมีส่วนร่วมของสามี/ครอบครัว | การดูแลตามบันทึกได้สืบขึ้น | หลีกเลี่ยง skin to skin contact | การให้นมใน 30-60 นาที | การดูแลตามบันทึกได้สืบขึ้น | การให้นมทุก 2 ชั่วโมง | การส่งเสริมสมรรถนะตนเอง | การมีส่วนร่วมของสามี/ครอบครัว | การประเมินประสิทธิภาพ การให้นม | การดูแลตามบันทึกได้สืบขึ้น | การให้ความรู้/คำแนะนำ | การติดตามเยี่ยมบ้าน | ติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ | แรงงานสนับสนุนของชุมชน | การมีส่วนร่วมของสามี/ครอบครัว |
| 12.สมพร ศรีสวัสดิ์ (2550)  |                       |                        |                         |                               |                            |                                 |                       |                            |                       |                         | ✓                             |                                |                            | ✓                     | ✓                   |                         |                        | ✓                             |
| 13.สรชา ตันติเวชกุล (2543) | ✓                     |                        |                         |                               |                            |                                 | ✓                     |                            | ✓                     |                         |                               |                                |                            | ✓                     |                     |                         |                        |                               |
| 14. Buakhum (2006)         | ✓                     | ✓                      |                         |                               |                            |                                 | ✓                     |                            | ✓                     |                         | ✓                             | ✓                              |                            | ✓                     |                     | ✓                       |                        | ✓                             |
| 15. Chaemsai (2007)        | ✓                     |                        |                         | ✓                             |                            |                                 |                       |                            |                       |                         | ✓                             |                                |                            | ✓                     |                     | ✓                       |                        |                               |
| 16. Kerdmakmee (2007)      | ✓                     |                        |                         | ✓                             |                            |                                 |                       |                            |                       |                         | ✓                             |                                |                            | ✓                     |                     | ✓                       |                        |                               |
| 17. Pongkaew (2005)        |                       |                        |                         |                               |                            |                                 |                       |                            |                       | ✓                       |                               |                                |                            | ✓                     |                     | ✓                       |                        |                               |
| 18. Sooksaen (2006)        |                       |                        |                         |                               |                            |                                 |                       |                            |                       |                         |                               | ✓                              |                            | ✓                     | ✓                   | ✓                       |                        |                               |
| 19.Wannarachoo (2003)      |                       | ✓                      |                         |                               |                            |                                 |                       |                            |                       |                         | ✓                             |                                | ✓                          | ✓                     |                     |                         |                        |                               |
| รวม                        | 7                     | 6                      | 1                       | 2                             | 3                          | 2                               | 5                     | 2                          | 5                     | 3                       | 7                             | 3                              | 3                          | 15                    | 6                   | 11                      | 1                      | 4                             |

**ตารางที่ 3** การให้ความรู้/ คำแนะนำในระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด และระยะหลังคลอด

| ผู้แต่ง /ปี                  | หัวข้อความรู้/ คำแนะนำ |                        |                      |                                 |                      |                                    |
|------------------------------|------------------------|------------------------|----------------------|---------------------------------|----------------------|------------------------------------|
|                              | ระยะตั้งครรภ์          |                        | ระยะคลอด             |                                 | ระยะหลังคลอด         |                                    |
|                              | ประโยชน์ของนมมารดา     | การแก้ไขปัญหาล้นนม/บอด | การดูดนมอย่างถูกวิธี | หลีกเลี่ยง Skin to skin contact | การดูดนมอย่างถูกวิธี | ปัญหาที่พบบ่อยในการให้นม/วิธีแก้ไข |
| 1. Aidam et al. (2003)       | ✓                      |                        |                      |                                 | ✓                    | ✓                                  |
| 2 Bystrova et al. (2005)     |                        |                        | ✓                    | ✓                               |                      |                                    |
| 3. Labarere et.al. 2005)     |                        |                        |                      |                                 | ✓                    | ✓                                  |
| 4. Moore et al. (2008)       |                        |                        | ✓                    | ✓                               |                      |                                    |
| 5. Noel-weiss et al. (2006)  | ✓                      |                        |                      |                                 |                      |                                    |
| 6. Pisacane et al. (2005)    |                        |                        |                      |                                 |                      |                                    |
| 7. Su et al. (2008)          | ✓                      |                        |                      |                                 | ✓                    | ✓                                  |
| 8. ขวัญใจ รุ่งเรือง (2549)   |                        |                        |                      |                                 | ✓                    | ✓                                  |
| 9. ญานิศา เกื้อนเจริญ (2550) |                        |                        |                      |                                 | ✓                    | ✓                                  |
| 10. นิตยา คำแน่น (2549)      |                        |                        |                      |                                 | ✓                    | ✓                                  |
| 11. รัตนกรณีย์ สุกษร (2552)  |                        |                        |                      |                                 |                      |                                    |
| 12. สมพร ศรีสวัสดิ์ (2550)   |                        |                        |                      |                                 | ✓                    | ✓                                  |
| 13. สรชา ตันติเวชกุล (2543)  | ✓                      | ✓                      |                      |                                 |                      |                                    |
| 14. Buakhum (2006)           | ✓                      |                        |                      |                                 | ✓                    | ✓                                  |
| 15. Chaemsai (2007)          | ✓                      |                        |                      |                                 | ✓                    | ✓                                  |
| 16. Kerdmakmee (2007)        | ✓                      |                        |                      |                                 | ✓                    | ✓                                  |
| 17. Pongkaew (2005)          |                        |                        |                      |                                 | ✓                    | ✓                                  |
| 18. Sooksaen (2006)          |                        |                        |                      |                                 | ✓                    | ✓                                  |
| 19.Wannarachoo (2003)        |                        |                        |                      |                                 | ✓                    | ✓                                  |
| จำนวน                        | 7                      | 1                      | 2                    | 2                               | 13                   | 13                                 |

## อภิปรายผลการศึกษา

การศึกษากิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 4-6 เดือน อย่างเป็นระบบสำหรับพยาบาลในชุมชน สามารถอภิปรายผลการศึกษา ดังนี้

1. ความเพียงพอและความน่าเชื่อถือของหลักฐานเชิงประจักษ์ จากการทบทวนวรรณกรรมส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา จำนวน 19 เรื่อง จาก 1,171 พบว่างานวิจัยส่วนใหญ่อยู่ในระดับ B จำนวน 12 เรื่อง ซึ่งเป็นงานวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental) รองลงมาอยู่ในระดับ A จำนวน 7 เรื่อง ซึ่งเป็นงานวิจัยเชิงทดลอง (Experimental/ RCT) จึงเห็นได้ว่า ผลการทบทวนวรรณกรรมมีจำนวนพอเพียงและมีความน่าเชื่อถือ (strength of evidence) อยู่ในระดับ 2 และ 3 ตามเกณฑ์ของเมลนิคและไฟเอท์-โอเวอร์โฮลท์ (Melnik & Fineout-Overholt, 2005) ซึ่งการพัฒนาขั้นต่อไปควรพัฒนาแนวทางปฏิบัติทางคลินิก (Evidence based practice) เพื่อส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา

### 2. กิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ประกอบด้วย

2.1 ระยะตั้งครรภ์ พบ กิจกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ส่วนใหญ่คือการให้ความรู้และคำแนะนำเรื่องประโยชน์ของนมมารดามีจำนวน 7 เรื่อง รองลงมาคือการประเมินคัดกรองปัญหาหัวนม/ เต้านม จำนวน 6 เรื่อง แสดงให้เห็นว่า การให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับประโยชน์ของนมมารดามีความสำคัญและจำเป็น ในการกระตุ้นและชักจูงหญิงตั้งครรภ์ให้เกิดความต้องการในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ส่งผลให้เสริมสร้างสัมพันธอันดีระหว่างมารดากับทารก และเกิดความรักความอบอุ่นของครอบครัว (วีระพงษ์ นัทรานนท์, 2546: 12; Alden, 2006; Old, London, Wieland, & Davidson, 2004) และทำให้ทารกมีการเจริญเติบโตทางกายและใจอย่างสมบูรณ์ (ศิริภรณ์ สวัสดิ์วิตร และ โสภณ เอี่ยมศิริถาวร, 2548: 99; Vitolo, Bortolini, Campagnolo & Feldens, 2008)

สำหรับการประเมินคัดกรองปัญหาหัวนมและเต้านม ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อความสำเร็จในการให้นมมารดาแก่ทารก หากหญิงตั้งครรภ์ไม่ได้รับการแก้ไขปัญหาหัวนมสั้น หรือหัวนมบอดตั้งแต่ระยะฝากครรภ์ จะทำให้มารดาประสบปัญหาการให้นมมารดาแก่ทารกในช่วงหลังคลอด โดยหญิงตั้งครรภ์ที่หัวนมบอด/ บุ่ม (Inverted nipple) เกิดจากหัวนมมีพังผืดยึดไว้ทำให้เมื่อดึงหัวนมแล้ว หัวนมไม่ตั้งขึ้น แต่กลับบุ่มลงไป หากได้รับการแก้ไขตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ จะทำให้ทารกสามารถดูดนมมารดาได้ เช่นเดียวกับ หญิงตั้งครรภ์ที่หัวนมสั้น (Short nipple) สามารถแก้ไขได้ง่าย และทารกจะสามารถดูดนมมารดาได้ง่ายกว่ามารดาหัวนมบอดหรือบุ่ม (มานี ปิยะอนันต์, 2548: (สุอารีย์ อันตระการ และยุพยง แห่งเชาวนิช, 2546: 93)

2.2 ระยะคลอด พบว่า ส่วนใหญ่เป็นการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา โดยการให้ทารกดูดนมมารดาโดยเร็วภายใน 30–60 นาที จำนวน 5 เรื่อง จะกระตุ้นให้มีการสร้างและการหลั่งน้ำนมมากขึ้นเป็นผลจากการกระตุ้นฮอร์โมนโปรแลคติน ทำให้ secreting cells ใน acini สร้างน้ำนม ทำให้ทารกได้นมเร็วและเพียงพอ (Klaus & Kennell, 2001 อ้างใน เกรียงศักดิ์ จิระแพทย์, 2551: 68) ส่งผลให้เพิ่มความสำเร็จในการดูดนมมารดา และอัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในระยะ 4 เดือนสูงขึ้น (Lawrence, & Lawrence, 2005; Moore et al., 2008)

2.3 ระยะหลังคลอด พบว่า การส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ส่วนใหญ่คือ การให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับการให้นมมารดา การแก้ไขปัญหาคอขวดขณะให้นม และการบีบเก็บน้ำนม จำนวน 15 เรื่อง รองลงมาคือการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสามีและครอบครัวมี จำนวน 7 เรื่อง การให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับการให้นมมารดา และการแก้ไข จะช่วยให้มารดาเกิดความพร้อมในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา และสามารถแก้ไขปัญหาต่างๆ ขณะให้นมทารกได้ เช่น เต้านมคัดตึง น้ำนมไหลน้อย เป็นต้น นอกจากนี้ยังช่วยเตรียมความพร้อมมารดาให้เลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่อง โดยการบีบเก็บน้ำนม แม้ว่าต้องกลับไปทำงาน (มานี ปิยะอนันต์, 2548; วิภา เทียงธรรม วันเพ็ญ สอนศิลป์ และพรณี อุ่นอม, 2548: 167; ศิริพัฒนา ศิริธนา รัตนกุล, 2546: 191) ส่วนการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสามีและครอบครัว จะช่วยให้มารดามีกำลังใจ ผ่อนคลาย และรู้สึกได้รับการแบ่งเบาภาระ ส่งผลให้มารดาเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่อง 4–6 เดือน (House, 1981 อ้างใน ญานิศา เกื้อนเจริญ, 2550: 37)

2.4 ระยะจำหน่ายกลับบ้าน พบว่า การส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาโดย การติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ มีจำนวน 11 เรื่อง รองลงมาคือการติดตามเยี่ยมบ้าน จำนวน 5 เรื่อง จะเห็นได้ว่าการติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์และการเยี่ยมบ้าน จะช่วยเป็นแรงสนับสนุนทางสังคมแบบหนึ่ง ที่ช่วยทำให้มารดาเกิดกำลังใจในการเลี้ยงทารกอย่างต่อเนื่อง เพราะมารดาจะรู้สึกอบอุ่นใจที่ได้รับการดูแล และให้คำแนะนำเมื่อเกิดปัญหาการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่อง (ไพเราะ ผ่องโชค, 2547; สุนันทา คำพอ, 2540; สุภาณี อ่อนชื่นจิตร และคณะ, 2549; สำเร็จ แหียงกระโทก และรุจิรา มังคละศิริ, 2545; Lanigan, 2000 อ้างใน รัชนี ศรีหิรัญ, 2544: 23)

สำหรับการให้ความรู้/ คำแนะนำส่วนใหญ่พบเรื่องประโยชน์ของนมมารดาในระยะตั้งครรภ์ จำนวน 7 เรื่อง ส่วนในระยะคลอด พบ การดูดนมอย่างถูกวิธี จำนวน 2 เรื่อง เท่ากับการใช้หลัก Skin to skin contact จำนวน 2 เรื่อง สำหรับในระยะหลังคลอด พบการดูดนมอย่างถูกวิธี 13 เรื่อง เท่ากับปัญหาที่พบบ่อยในการให้นม/ วิธีแก้ไข จำนวน 13 เรื่อง ซึ่งจะเห็นได้ว่าการให้ความรู้/ คำแนะนำต้องให้ในแต่ละเรื่องตามเวลาที่เหมาะสมกับสภาวะของมารดา เพื่อจะได้นำไปใช้ประโยชน์ได้เต็มที่ ส่งผลให้เกิดความสำเร็จของการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่อง

นอกจากนี้วิธีการให้ความรู้ควรให้ในลักษณะของการสาธิตและสาธิตกลับ เพื่อให้มารดาสามารถปฏิบัติได้จริง จนเกิดความชำนาญต่อการให้นมมารดาแก่ทารก (Buakhum, 2006; Su et al., 2008)

## ข้อเสนอแนะ

1. การปฏิบัติการพยาบาล ควรส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์จนถึงระยะหลังคลอดเมื่อจำหน่ายกลับบ้าน โดยประยุกต์กิจกรรมการให้ความรู้และคำแนะนำเรื่องประโยชน์ของนมมารดา และการประเมินคัดกรองปัญหาห้วนม/ เต้านมในระยะตั้งครรภ์ ส่วนในระยะคลอด ควรสนับสนุนให้ทารกดูดนมมารดาโดยเร็วภายใน 30-60 นาที ต่อเนื่องจนถึงระยะหลังคลอด ควรให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับการให้นมมารดา การแก้ไข ปัญหาที่พบบ่อยขณะให้นม การบีบเก็บน้ำนม ร่วมกับการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสามีและครอบครัว สำหรับในระยะจำหน่ายกลับบ้าน พยาบาลควรติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ และเยี่ยมบ้านอย่างต่อเนื่อง จนมารดาสามารถเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างชำนาญ และสามารถแก้ไข ปัญหาต่างๆ ได้ด้วยตนเอง อันจะทำให้เกิดความสำเร็จในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา

2. การพัฒนาแนวปฏิบัติทางการพยาบาล ในการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์จนถึงระยะหลังคลอดเมื่อจำหน่ายกลับบ้าน ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมการให้ความรู้และคำแนะนำเรื่องประโยชน์ของนมมารดา และการประเมินคัดกรองปัญหาห้วนม/ เต้านม ในระยะตั้งครรภ์ ส่วนในระยะคลอด คือการส่งเสริมให้ทารกดูดนมมารดาโดยเร็วภายใน 30-60 นาที ระยะหลังคลอด ประกอบด้วย การให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับการให้นมมารดา การแก้ไข ปัญหาที่พบบ่อยขณะให้นม การบีบเก็บน้ำนม ร่วมกับการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสามีและครอบครัว สำหรับในระยะจำหน่ายกลับบ้าน ได้แก่ การติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ และเยี่ยมบ้าน ซึ่งแนวปฏิบัตินี้ควรนำไปทดลองใช้ และนำมาปรับปรุง เพื่อให้เหมาะสมกับบริบทของชุมชน

## ข้อจำกัดของการศึกษา

งานวิจัยที่นำมาศึกษาในครั้งนี้ หากแยกงานวิจัยในแต่ละระยะการตั้งครรภ์ จะพบว่ามีจำนวนงานวิจัยและตัวแปรที่ศึกษาที่แตกต่างกัน ซึ่งส่วนใหญ่มักศึกษาในระยะหลังคลอด และระยะจำหน่ายกลับบ้าน ส่วนระยะตั้งครรภ์และระยะคลอดมีจำนวนน้อย ดังนั้นผลการศึกษานี้จึงมีข้อจำกัดในการนำไปประยุกต์ใช้ในสองระยะแรกของการตั้งครรภ์

## LITERATURE REVIEW OF BREASTFEEDING PROMOTION FOR NURSES IN THE COMMUNITY

ONSUPA PENSOMBOON 4937562 RACN/M

M.N.S. (COMMUNITY HEALTH NURSE PRACTITIONER)

THEMATIC PAPER ADVISORY COMMITTEE: ORAPIN CHAREONPOL, M.Ed.  
(NURSING ADMINISTRATION), SANGTHONG THERATHONGKUM, Ph.D.  
(NURSING)

### EXTENDED SUMMARY

#### Background and rationale

Ministry of Public Health aimed to enhance better quality of life of people in Thailand. To achieve such goal, it was necessary to develop children by using a significant strategy as breastfeeding, which are the best food and most importance for infants. In 1979, World Health Organization suggested infants having exclusive breastfeeding during the first 4-6 months after birth (Sawasdivorn & Iamsirithaworn, 2006: 99; World Health Organization, 2002;).

Breast milk provided the best nutrients and the most suitable for infants especially during the first 4-6 months after birth which infants grew fast both physical and brain conditions (Krebs & Hambidge, 2007: 639). Breast milk contributed to promote growth and prevent infection. As a result, morbidity rate of diarrhea, respiratory disease, and allergy among breast milk-fed infants was lower than those fed with non-breast milk (Sawasdivorn and Iamsirithaworn, 2006: 99; Vitolo, Bortolini, Campagnolo & Feldens, 2008), as well as being able to save expenses (Chittinand, 2004: 4). In addition, infants were also provided with maternal bonding and attachment (Chatranon, 2004: 12; Alden, 2006; Old, London, Wieland, & Davidson, 2004).

Breastfeeding is also beneficial for mothers' health as it could reduce the incidence of breast cancer, ovary cancer, and osteoporosis. While infants are sucking breast, oxytocin hormone will be released resulting in effective uterine contraction, reduced incidence of postpartum hemorrhage, and early return to healthy as well as rapid weight loss (The Royal Thai College of Obstetricians and Gynaecologists and Breastfeeding Club, 2006; Suthutvoravut, 2004: 51). In addition, it could enhance bonding and attachment between mothers and infants. Mother would feel happy and be proud of their maternal role (London, Ladewig, Ball, & Bindler, 2003) resulting in less depression after delivery (Harlow, Cohen, Otto, Spiegelman, & Cramer, 2004).

Although the exclusive breastfeeding is critical and beneficial for both mothers and infants, but it was tended to be decreased. According to the survey on 37 developing countries in 2004, exclusive breastfeeding for 4 months accounted for 52%; mostly found in Asia Pacific countries. As for USA, exclusive breastfeeding for 3 months and 6 months accounted for 38% and 14%, respectively (Pinto, 2006). In Thailand, according to the breastfeeding evaluation and follow-up of Bureau of Health Promotion in 2005-2006, exclusive breastfeeding for 4 months accounted for only 20.4%, and exclusive breastfeeding for 6 months accounted for only 14.5% (Pattanapongthorn, 2008: 2) that was still lower than Ministry of Public Health's goal at 30%.

Low rate of breastfeeding mainly came from uneducated mothers, and unawareness of breastfeeding's importance, as well as local belief and culture (Kanhadilok, & Sosome, 2006: 178). Besides, health education system for mothers and family members during antenatal, delivery and postpartum phase lacked efficiency, and mothers could not apply to practice continuously (Moonkaew, 2008: 3; Suthiprapa, 2001: 48). Also, medical service system did not facilitate breastfeeding promotion, for example, infants were not early provided with breastfeeding after birth due to their separation from mothers (Kanshana, 2003: 235; Watcharasin, 2002: 58). In addition, postpartum mothers were likely to work outside the home nowadays due to their social and economic problems, so they had to stop breastfeeding leading to unachievable goal of breastfeeding ratio (Moonkaew, 2008: 15; Rungreang, 2006: 4).

Therefore, breastfeeding promotion was significant, and would be achieved from the policy of exclusive breastfeeding launched by Ministry of Public

Health together with the application of ten steps to successful breastfeeding resulting in improved service system of the hospital leading to achieve goal of breastfeeding promotion (Chatranon, 2003: 14). Besides, mothers had to be prepared for ensuring their confidence and attention since antenatal care (Ketbumrongporn, 2001: 44). During antenatal phase, mothers should be assessed breast and nipple upon their first antenatal care in order to treat in case of abnormalities such as short / inverted / hollow nipple (Rungreang, 2006; Thuancharoen, 2007; Noel-weiss, Rupp, Cragg, Bassett & Wooden, 2006) as well as health education about breastfeeding benefits, breastfeeding method, and breast-milk ejecting promotion (Aidam, Escamilla & Lartey, 2005; Su et al., 2007). Breastfeeding promotion during delivery phase could be implemented by encouraging infants to have early and frequent breastfeeding, applying skin to skin contact that would contribute to successful breastfeeding resulting increased ratio of breastfeeding (Bystrova et al., 2005; Moore, Anderson & Berman, 2008). During the postpartum phase, mothers should be taught about how to hold infants properly while breastfeeding, how to solve problems such as less breast-milk / breast engorgement / cracked nipple or nipple fissure. Besides, advices about foods that boosted breast-milk production, stimulation of breastfeeding every 2 hour, and breastfeeding efficiency evaluation by LATCH would enable correct and appropriate breastfeeding (Khamnan, 2006; Tantivetjakul, 2000; Buakhum, 2005). Including promotion of husband & relative participation in breastfeeding support (Srisawat, 20009; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Pisacane, Isabella, Aldinucci & Continisio, 2005). Moreover, home visit and telephone follow-up should be implemented during the discharge phase in order to help solve breastfeeding problems (Rungreang, 2006; Thuancharoen, 2008).

According to Maternal and Child Health, Prasamuthjedee Hospital, exclusive breastfeeding for 6 months in 2008 accounted for 20% that could not meet the national criteria; birth rate among adolescent mothers was as high as 22%. There had not been any system regarding evaluation of breast/ nipple problems including health education provided for mothers during their antenatal care, so mothers' problems were not solved correctly and properly. In the labor room, infants were not arranged to have breastfeeding during the first 30 minutes after birth due to personnel workload. In the postpartum unit, problems of less breast-milk during a few days after

birth accounted for 40%. In addition, home visit during the postpartum revealed that some mothers did not receive advices about proper infants holding, working mothers could not collect breast-milk, and when they faced problems such as breast engorgement / nipple fissure / less breast-milk, mothers and relatives did not know sources of assistance (Maternal and Child Health, Prasamuthjedee Hospital, 2008). Therefore, such problems represented barriers of exclusive breastfeeding for 4-6 months. According to the literature and evidence review, most studies on breastfeeding promotion had usually been conducted only during delivery and / or postpartum phase. Some studies had been conducted during pregnancy phase, but without the follow-up during postpartum phase. Taking a role of community health nurse practitioner, the researcher realized the importance of exclusive breastfeeding for 4-6 months that had not met the target, so the researcher was interested in reviewing the literature related to breastfeeding promotion systematically in order to provide guideline for exclusive breastfeeding promotion for 4-6 months.

## **Objectives**

The purpose of this study was to systematically explore the activities of exclusive breastfeeding promotion for 4-6 months for nurses in the community.

## **Expected outcomes**

To acquire the guideline and activities related to breastfeeding promotion for nurses in the community.

## **Research methods**

Researches and academic evidences had been collected for the systematic review as follows:

1. The data were searched from electronic medical and nursing databases such as Cochrane, PubMed, and Nursing Consult, as well as theses from Mahidol University, Chulalongkorn University, Chiang Mai University, Khon Kaen University,

and Burapha University. Key words were Breastfeeding promotion, Breastfeeding and promotion program, Breastfeeding and promotion and community.

2. Study selection was based on the following inclusion criteria: Being related to breastfeeding promotion, being full text of randomized controlled trials and quasi-experimental research in both Thai and English version, and being published during 2000-2010.

3. Study evaluation was made based on the criteria of Sub-committee on Evidence - Based Medicine & Clinical Practice Guidelines of the Royal College of Physicians of Thailand (2001), classifying the studies into 4 levels as follows:

3.1 Level A means evidences from meta-analysis or randomized controlled trials.

3.2 Level B means evidences from meta-analysis with at least 1 randomized controlled trial, or quasi-experimental research, or non-randomized controlled trials.

3.3 Level C means evidences from comparison studies, correlation studies, descriptive studies, survey studies, or evidences from the systematic review of descriptive studies.

3.4 Level D means evidences from consensus of experts.

4. Data extraction – The scope of data extraction included research design, purpose, method / intervention, finding / result, benefits, limitation, and implication / implementation.

## Results

The results of the study on breastfeeding promotion could be presented as below:

1. Sufficiency and reliability of evidences - Out of 19 from 1,171 researches were related to breastfeeding promotion. Based on the criteria of Sub-committee on Evidence - Based Medicine & Clinical Practice Guidelines of the Royal College of Physicians of Thailand (2001), most studies were 12 quasi-experimental researches categorized in level B, followed by 7 randomized controlled trials classified as level A as shown in Table 1.

**Table 1** Author and level of evidences from the literature review on breastfeeding promotion

| Author / Year              | Title                                                                                                                                                                         | Level of evidences |
|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| 1. Aidam et al. (2003)     | Lactation counseling increases exclusive breastfeeding rates in Ghana: A Controlled Trial of the Father's Role in Breastfeeding Promotion                                     | A                  |
| 2. Bystrova et al. (2005)  | Early lactation performance primiparous and multiparous women in relation to different maternity home practices: A randomized trial in St. Petersburg                         | A                  |
| 3. Labarere et al. (2005)  | Efficacy of breastfeeding support provided by trained clinicians during an early, outline, preventive visit: a prospective, randomized, open trial of 226 mother-infant Pairs | A                  |
| 4. Moore et al. (2008)     | Randomized controlled trail of very early mother infant skin to skin contact and breast feeding status                                                                        | A                  |
| 5.Noel-weiss et al. (2006) | Randomized controlled trial to determine effects of prenatal breastfeeding workshop on maternal breastfeeding self-efficacy and breastfeeding duration                        | A                  |
| 6. Pisacane et al. (2005)  | A controlled trial of the father's role in breastfeeding promotion                                                                                                            | A                  |
| 7. Su et al. (2008)        | Antenatal education and postnatal support strategies for improving rates of exclusive breast feeding: randomized controlled trial                                             | A                  |
| 8. Rungreang, ( 2006)      | The effects of perceived self-efficacy promoting program on breastfeeding behavior of working mothers                                                                         | B                  |
| 9.Teunjarern, (2007)       | The effects of perceived maternal self-efficacy promotion program with husband support on breastfeeding practice.                                                             | B                  |
| 10. Khamnan, ( 2006)       | Effects of patterned health education on breastfeeding knowledge and behaviors of the first-time postpartum mothers                                                           | B                  |
| 11. Supason (2009)         | Effects of a community health volunteer role promoting program on breastfeeding                                                                                               | B                  |
| 12. Srisawat, (2007)       | Effects of promoting grandmothers' role in providing support for breastfeeding in first-time mother                                                                           | B                  |
| 13. Tantivetjakul, (2000)  | Effects of supportive educative nursing on perceived barriers, satisfaction, and behaviors of breast-feeding in adolescent mothers.                                           | B                  |

**Table 1** Author and level of evidences from the literature review on breastfeeding promotion (cont.)

| Author / Year          | Title                                                                                                                                              | Level of evidences |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| 14. Buakhum (2006)     | The effects of breastfeeding promotion program on the rate of 4- months exclusive breast-feeding in the first- time mothers: Amnatcharaen Hospital | B                  |
| 15. Chaemsai (2007)    | Effects of spouse involvement in breast-feeding program for working mother on exclusive breast-feeding in four month                               | B                  |
| 16. Kermakmee (2007)   | Effects of spouse involvement in breast-feeding program for working mother on exclusive breast-feeding in first month                              | B                  |
| 17. Pongkaew (2005)    | Effects of self-efficacy promotion program on breastfeeding behavior and duration among first-time working mothers                                 | B                  |
| 18. Sooksaen (2006)    | The effects of group support and prompting on satisfaction, duration and behavior of breastfeeding in teenage mothers                              | B                  |
| 19. Wannarachoo (2003) | The effectiveness of a breastfeeding promotion program in postpartum women of health promotion center region 1 Bangkok                             | B                  |

2. The activities of breastfeeding promotion were divided into 4 phases comprising antenatal, delivery, postpartum, and discharge phase as shown in Table 2. The activities in antenatal stage were mostly health education on breastfeeding benefits found in 7 studies (Aidam et al., 2003; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kermakmee, 2007; Noel-weiss et al., 2006; Su et al., 2008; Tantivetjakul, 2000). Followed by breast/ nipple screening found in 6 studies. (Buakhum, 2006; Bystrova et al., 2005; Labarere, et al., 2005; Noel-weiss et al., 2006; Su et al., 2008; Wannarachoo, 2003). During delivery phase, the early breastfeeding within 30-60 minutes was shown in 5 studies (Buakhum, 2006; Bystrova et al., 2005; Moore et al., 2008; Pisacane et al., 2005; Tantivetjakul, 2000). Followed by skin to skin contact found in 2 studies. (Bystrova et al., 2005; Moore et al., 2008). Being similar to the ten steps to successful breastfeeding (Moore et al., 2008; Pisacane et al., 2005).

As for the postpartum stage, main activities of breastfeeding promotion included health education related to breastfeeding, its problem solving, collecting

breast-milk mentioned in 15 studies (Aidam, et al., 2003; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Khamnan, 2006; Kerdmakmee, 2007; Labarere, et al, 2005; Pisacane et al, 2005, Pongkaew, 2005; Sooksaen, 2006; Srisawat, 2007; Su et al., 2008; Supasorn, 2009; Tantivetjakul, 2000; Thuancharoen, 2007; Wannarachoo, 2003). Followed by participation promotion of her husband and family members mentioned in 7 studies (Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Pisacane et al., 2005; Srisawat, 2007; Thuancharoen, 2007; Wannarachoo, 2003). Regarding the discharge phase, 11 studies revealed about the telephone follow-up (Aidam, et al., 2003; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Khamnan, 2006; Labarere, et al., 2005; Pisacane et al., 2005; Pongkaew, 2005; Rungreang, 2006; Sooksaen, 2006; Thuancharoen, 2007). Followed by 6 studies about home visit (Labarere, et al., 2005; Rungreang, 2006; Supasorn, 2009; Srisawat, 2007; Sooksaen, 2006; Thuancharoen, 2007).

Health education during antenatal, delivery, and postpartum phase (Table 3) – As for antenatal stage, they were mostly related to benefits of breast-milk found in 7 studies (Aidam, et al., 2003; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Noel-weiss et al. 2006; Su et al., 2008; Tantivetjakul, 2000). During delivery phase, 2 studies revealed about proper milk sucking (Bystrova et al., 2005; Moore et al., 2008), as equally as 2 studies of skin to skin contact (Bystrova et al., 2005; Moore et al., 2008). In postpartum phase, there were 13 studies on proper milk sucking (Aidam, et al., 2003; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Khamnan, 2006; Labarere, et al., 2005; Pongkaew, 2005; Rungreang, 2006; Srisawat, 2007; Sooksaen, 2006; Su et al., 2008; Thuancharoen, 2007; Wannarachoo, 2003) as equally as 13 studies of common problems of breastfeeding/ their solutions (Aidam, et al., 2003; Buakhum, 2006; Chaemsai, 2007; Kerdmakmee, 2007; Khamnan, 2006; Labarere, et al., 2005; Pongkaew, 2005; Rungreang, 2006; Srisawat, 2007; Sooksaen, 2006; Su et al., 2008; Thuancharoen, 2007; Wannarachoo, 2003).

**Table 2** The activities of breastfeeding promotion during antenatal, delivery, postpartum, and discharge phase

| Author / Year               | Antenatal        |                           |                         |                              |                         | Delivery             |                            |                         | Postpartum                 |                         |                              |                  |                         | Discharge        |            |                     |                   |                              |
|-----------------------------|------------------|---------------------------|-------------------------|------------------------------|-------------------------|----------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|-------------------------|------------------------------|------------------|-------------------------|------------------|------------|---------------------|-------------------|------------------------------|
|                             | Health education | Nipple/ breast assessment | Self-efficacy promotion | Husband/family participation | Ten steps to successful | Skin to skin contact | Breastfeeding within 30-60 | Ten steps to successful | Breastfeeding every 2 hour | Self-efficacy promotion | Husband/family participation | LATCH assessment | Ten steps to successful | Health education | Home visit | Telephone follow-up | Community support | Husband/family participation |
| 1. Aidam et al. (2003)      | √                |                           |                         |                              | √                       |                      |                            |                         |                            |                         |                              |                  |                         | √                |            | √                   |                   |                              |
| 2 Bystrova et al. (2005)    |                  | √                         |                         |                              |                         | √                    | √                          |                         | √                          |                         |                              |                  |                         |                  |            |                     |                   |                              |
| 3. Labarere et.al. (2005)   |                  | √                         |                         |                              |                         |                      |                            |                         |                            |                         |                              |                  |                         | √                | √          | √                   |                   |                              |
| 4. Moore et al. (2008)      |                  |                           |                         |                              |                         | √                    | √                          | √                       | √                          |                         |                              | √                | √                       |                  |            |                     |                   |                              |
| 5. Noel-weiss et al. (2006) | √                | √                         | √                       |                              | √                       |                      |                            |                         |                            |                         |                              |                  |                         |                  |            |                     |                   |                              |
| 6. Pisacane et al. (2005)   |                  |                           |                         |                              |                         |                      | √                          | √                       | √                          |                         | √                            |                  | √                       | √                |            | √                   |                   | √                            |
| 7. Su et al. (2008)         | √                | √                         |                         |                              | √                       |                      |                            |                         |                            |                         |                              |                  |                         | √                |            |                     |                   |                              |
| 8. Rungreang (2006)         |                  |                           |                         |                              |                         |                      |                            |                         |                            | √                       |                              |                  |                         |                  | √          | √                   |                   |                              |
| 9.Thuancharoen, (2006)      |                  |                           |                         |                              |                         |                      |                            |                         |                            | √                       | √                            |                  |                         | √                | √          | √                   |                   | √                            |
| 10. Khamnan (2006)          |                  |                           |                         |                              |                         |                      |                            |                         |                            |                         |                              |                  |                         | √                |            | √                   |                   |                              |
| 11. Supasorn (2009)         |                  |                           |                         |                              |                         |                      |                            |                         |                            |                         |                              |                  |                         | √                | √          |                     | √                 |                              |
| 12. Srisawat. (2007)        |                  |                           |                         |                              |                         |                      |                            |                         |                            |                         | √                            |                  |                         | √                | √          |                     |                   | √                            |
| 13. Tantivetjakul (2000)    | √                |                           |                         |                              |                         |                      | √                          |                         | √                          |                         |                              |                  |                         | √                |            |                     |                   |                              |
| 14. Buakhum (2006)          | √                | √                         |                         |                              |                         |                      | √                          |                         | √                          |                         | √                            | √                |                         | √                |            | √                   |                   | √                            |
| 15. Chaemsai (2007)         | √                |                           |                         | √                            |                         |                      |                            |                         |                            |                         | √                            |                  |                         | √                |            | √                   |                   |                              |
| 16.Kerdmakmee (2007)        | √                |                           |                         | √                            |                         |                      |                            |                         |                            |                         | √                            |                  |                         | √                |            | √                   |                   |                              |
| 17. Pongkaew (2005)         |                  |                           |                         |                              |                         |                      |                            |                         |                            | √                       |                              |                  |                         | √                |            | √                   |                   |                              |
| 18. Sooksaen (2006)         |                  |                           |                         |                              |                         |                      |                            |                         |                            |                         |                              | √                |                         | √                | √          | √                   |                   |                              |
| 19. Wannarachoo (2003)      |                  | √                         |                         |                              |                         |                      |                            |                         |                            |                         | √                            |                  | √                       | √                |            |                     |                   |                              |
| Total                       | 7                | 6                         | 1                       | 2                            | 3                       | 2                    | 5                          | 2                       | 5                          | 3                       | 7                            | 3                | 3                       | 15               | 6          | 11                  | 1                 | 4                            |

**Table 3** Health education during antenatal, delivery and postpartum phase

| Author / Year               | Topic                   |                             |                     |                      |                     |                                           |
|-----------------------------|-------------------------|-----------------------------|---------------------|----------------------|---------------------|-------------------------------------------|
|                             | Antenatal               |                             | Delivery            |                      | Postpartum          |                                           |
|                             | Benefits of breast-milk | Solution of nipple problems | Proper milk sucking | Skin to skin contact | Proper milk sucking | Common problems breastfeeding / solutions |
| 1. Aidam et al. (2003)      | √                       |                             |                     |                      | √                   | √                                         |
| 2 Bystrova et al. (2005)    |                         |                             | √                   | √                    |                     |                                           |
| 3. Labarere et.al. 2005)    |                         |                             |                     |                      | √                   | √                                         |
| 4. Moore et al. (2008)      |                         |                             | √                   | √                    |                     |                                           |
| 5. Noel-weiss et al. (2006) | √                       |                             |                     |                      |                     |                                           |
| 6. Pisacane et al. (2005)   |                         |                             |                     |                      |                     |                                           |
| 7. Su et al. (2008)         | √                       |                             |                     |                      | √                   | √                                         |
| 8. Rungreang (2006)         |                         |                             |                     |                      | √                   | √                                         |
| 9. Thuancharoen, (2006)     |                         |                             |                     |                      | √                   | √                                         |
| 10. Khamnan . (2006)        |                         |                             |                     |                      | √                   | √                                         |
| 11. Supasorn . (2009)       |                         |                             |                     |                      |                     |                                           |
| 12. Srisawat. (2007)        |                         |                             |                     |                      | √                   | √                                         |
| 13. Tantivetjakul (2000)    | √                       | √                           |                     |                      |                     |                                           |
| 14. Buakhum (2006)          | √                       |                             |                     |                      | √                   | √                                         |
| 15. Chaemsai (2007)         | √                       |                             |                     |                      | √                   | √                                         |
| 16. Kerdmakmee (2007)       | √                       |                             |                     |                      | √                   | √                                         |
| 17. Pounkaew (2005)         |                         |                             |                     |                      | √                   | √                                         |
| 18. Sooksaen (2006)         |                         |                             |                     |                      | √                   | √                                         |
| 19. Wannarachoo (2003)      |                         |                             |                     |                      | √                   | √                                         |
| Total                       | 7                       | 1                           | 2                   | 2                    | 13                  | 13                                        |

## Discussion

The systematic review on the 4-6 month exclusive breastfeeding promotion for nurses in the community could be discussed as follows:

1. Sufficiency and reliability of evidences – Based on the literature review on 19 out of 1,171 researches, most studies were 12 quasi-experimental researches categorized in level B, followed by 7 randomized controlled trials classified as level A. This indicated that the evidence review was sufficient and reliable. Strength of evidence achieved level 2 and 3 in compliance with the criteria of Melnyk & Fineout-Overholt (2005). Next step should be the development of evidence-based practice for breastfeeding promotion.

2. The activities of breastfeeding promotion were as follows:

- 2.1 Antenatal stage – The activities in antenatal stage were mostly health education on breastfeeding benefits found in 7 studies, followed by breast/ nipple screening found in 6 studies. This indicated that such health education was significant and necessary for motivating pregnant women to be aware of breastfeeding leading to good relationships between mothers and infants as well as family attachment (Chatranon, 2003: 12; Alden, 2006; Old, London, Wieland, & Davidson, 2004), and complete growth of infants physically and psychologically (Iamsirithaworn and Sawasdivorn, 2005: 99; Vitolo, Bortolini, Campagnolo & Feldens, 2008).

- Nipple / breast screening significantly affected success of breastfeeding. If pregnant women's problems of short / inverted nipple had not been solved since their antenatal care, they would be in trouble with breastfeeding during postpartum phase. Inverted nipple was caused by ligament that could be solved since antenatal stage as same as short nipple in order to ensure breastfeeding for infants, but less success (Ontrakarn and Hangchaovanich, 2003: 93; Piya-anant, 2005).

- 2.2 During delivery phase, the early breastfeeding within 30-60 minutes was shown in 5 studies. Such action would stimulate milk production as a result of prolactin release contributing to sufficient and timely milk supply for infants (Klaus & Kennell, 2001 cited in Jirapat, 2008: 68) resulting in higher ratio of success of 4-6 month breastfeeding (Lawrence & Lawrence, 2005; Moore et al., 2008).

2.3 As for the postpartum stage, main activities of breastfeeding promotion included health education related to breastfeeding, its problem solving, and collecting breast-milk mentioned in 15 studies, followed by participation promotion of her husband and family members mentioned in 7 studies. Such health education would enable mothers to be ready for breastfeeding and solve several problems such as breast engorgement, less milk supply, etc. Besides, mothers would be prepared for continuous breastfeeding by collecting milk even when they returned to work (Piya-anant, 2005; Sirithanarattanakul, 2003: 191; Thiangtham, Sornsilp and Ounaim, 2005: 167). To enhance husbands and family members' participation would give encouragement and make mothers feel relaxed resulting in their continuous 4-6 month breastfeeding (House, 1981 cited in Thuancharoen, 2007: 37).

2.4 Regarding the discharge phase, 11 studies revealed about the telephone follow-up, followed by 5 studies about home visit. This indicated that the telephone follow-up and home visit were the social support that gave encouragement to mothers as they would feel warm when receiving caring and advices continuously (Khampor, 1998; Lanigan, 2000 cited in Srihirun, 2001: 23; Oncheinjit et al., 2006; Phongchoke, 2004; Yangkratok, and Mungkalasiri, 2002)

Regarding health education during antenatal stage, they were mostly related to benefits of breast-milk found in 7 studies. During delivery phase, 2 studies revealed about proper milk sucking, as equally as 2 studies of skin to skin contact. In postpartum phase, there were 13 studies on proper milk sucking, as equally as 13 studies of common problems of breastfeeding / solutions. Health education for each topic had to be selected appropriately with mothers' status for most benefits and success of continuous breastfeeding. Besides, health education should be provided through demonstration and return demonstration in order that mothers could apply to practice leading to their skillful breastfeeding (Buakhum, 2006; Su et al., 2008).

## Suggestions

1. Nursing practice - It was suggested promoting breastfeeding from antenatal stage to discharge phase by applying following activities: The health education on benefits of breastfeeding, and nipple/ breast screening during antenatal

stage; the early breastfeeding within 30-60 minutes during delivery phase; the health education related to breastfeeding, its problem solving, collecting breast milk, and participation promotion of husband and family members in the postpartum stage; and the telephone follow-up, and home visit in the discharge phase for ensuring mothers' skillful breastfeeding and problem solving leading to successful breastfeeding.

2. Development of clinical nursing practice guideline for promoting breastfeeding from antenatal stage to discharge phase included following activities: The health education on benefits of breastfeeding and nipple / breast screening during antenatal stage; the early breastfeeding within 30-60 minutes during delivery phase; the health education related to breastfeeding, its problem solving, collecting breast milk, and participation promotion of husband and family members in the postpartum stage; the telephone follow-up and home visit in the discharge phase. This practice guideline should be trial implemented and adjusted appropriately with the community context.

## **Limitation**

According to the study, the selected researches of each stage were varied in number and variable. Most studies were conducted during postpartum phase and discharge phase whereas there were few studies during antenatal stage and delivery phase. Therefore, the findings might have limitations in case of applying to the first two stages of pregnant trimester.

## รายการอ้างอิง

- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2548). *นมแม่ทุนสมอง. การประชุมวิชาการนมแม่แห่งชาติ ครั้งที่ 1* วันที่ 14-16 ธันวาคม 2548. โรงแรมมิราเคิล กรุงเทพฯ
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2550). *สถิติสาธารณสุข. กรมอนามัย สำนักงานปลัดกระทรวง* กระทรวงสาธารณสุข.
- กรรณิการ์ บางสาขน้อย, กรรณิการ์ วิจิตรสุคนธ์, กุสุมา ชูศิลป์, กุศล รัศมิเจริญ, จปรัส ปรีชาพานิช, จารุณี ลิ้มระกุล และคณะ. (2549). *คู่มือปฏิบัติการเพื่อคุณภาพแม่-ลูก สำหรับบุคลากร* สาธารณสุข . กรุงเทพฯ. โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- กัลยาณี มุลแก้ว. (2551). *ผลของการใช้กระบวนการกลุ่มในการส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา* ต่ออัตราและระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวยของสตรีทำงานนอก บ้านในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการ พยาบาลมารดาและทารกแรกเกิด, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- กลุ่มนมแม่. (2548). *นมแม่.....แบบสู่นมแม่* (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: โต ไว ไว.
- กุสุมา ชูศิลป์. (2546). การอุ้มลูกวิธีและการดูแลลูกวิธี. ใน สำหรับ จิตตินันท์, วีระพงษ์ ถัทรานนท์ และศิริภรณ์ สวัสดิ์ (บรรณาธิการ). *เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ความรู้..สู่ปฏิบัติ* (หน้า 96-101). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- เกรียงศักดิ์ จิระแพทย์. (2551). Breastfeeding: ความสำคัญต่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์. *การอบรม* เชิงปฏิบัติการเรื่องการพัฒนางานเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โรงพยาบาลศิริราช. ศูนย์ฝึกอบรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่, คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล
- ขวัญใจ รุ่งเรือง. (2549). *ผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถต่อพฤติกรรม* การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาทำงานนอกบ้าน. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตร มหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- คณะอนุกรรมการ Evidence-Base Medicine & Clinical Practice Guideline (ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์ แห่งประเทศไทย. (2544). คำแนะนำการสร้าง “แนวทางเวชปฏิบัติ” (Clinical Practice Guidelines). *สารราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย*, 18(6), 36-47.
- จินตนา พัฒนพงษ์ และ ศันสนีย์ เจตน์ประยูร. (2547). อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และปัจจัยที่ มีผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 4 เดือน. *การประชุมวิชาการส่งเสริมสุขภาพ* ประจำปี 2547 เรื่องรวมพลังสร้างสุขภาพสู่..Healthy Thailand. กรมอนามัย.

- จินตนา พัฒนพงศ์ธร. (2551). คู่มือการดำเนินงานโครงการ โรงพยาบาลสายใยรักแห่งครอบครัว ภายใต้สิทธิประโยชน์หลักประกันสุขภาพถ้วนหน้าด้านส่งเสริม ป้องกัน และเฝ้าระวัง การเจ็บป่วยกลุ่มหญิงมีครรภ์และเด็กแรกเกิด-5 ปี พ.ศ. 2551. กรุงเทพฯ: สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ.
- จินตนา วัชรสินธุ์. (2545). มุมมองของแม่ครั้งแรกต่อการสนับสนุนช่วยเหลือจากพยาบาลในการ ให้นมแม่. วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. หน้า 58-59.
- ญาณิศา เกื้อนเจริญ. (2550). ผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของมารดา ร่วมกับการ สนับสนุนของสามีต่อการปฏิบัติเลี้ยงลูกด้วยนมแม่. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาล ศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิพรณพร วรมงคล. (2550). คู่มือการอบรมผู้เชี่ยวชาญการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทยจำกัด.
- นิตยา คำแน่น. (2549). ผลการสอนสุขศึกษาอย่างมีแบบแผนต่อความรู้และพฤติกรรม การเลี้ยงทารก ด้วยนมมารดาในมารดาครรภ์แรกหลังคลอด. สรรพสิทธิเวชสาร, 27, 207-217
- ปิยภัทร์ ตรังกะพันธุ์. (2544). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาที่ทำงาน นอกบ้านที่นำบุตรมาตรวจสุขภาพใน โรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์ สำนัก การแพทย์ กรุงเทพมหานคร. (เอกสารอัดสำเนา).
- ผกากรอง ขวัญข้าว และสุภาภรณ์ ปิติพร. (2551). อาหารและสมุนไพรให้แม่มิให้นม. การประชุม วิชาการนมแม่แห่งชาติ ครั้งที่ 2 วันที่ 6-8 สิงหาคม 2551. โรงแรมมิราเคิล กรุงเทพฯ.
- พรเพ็ญ ปทุมวิวัฒนา และกุสุมา ชูศิลป์. (2548). การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน. การ ประชุมวิชาการนมแม่แห่งชาติ ครั้งที่ 1 วันที่ 14-16 ธันวาคม 2548. โรงแรมมิราเคิล กรุงเทพฯ.
- พิมลวรรณ ตริยะโชติ. (2546). ผลของการพยาบาลระบบสนับสนุนและให้ความรู้ต่อความสามารถ ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาครรภ์แรกหลังคลอด. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาล ศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลครอบครัว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัย ขอนแก่น.
- ไพเราะ ผ่องโชค. (2547). การเยี่ยมดูแลผู้ป่วยและครอบครัวที่บ้าน. ใน ไพเราะ ผ่องโชค สมบูรณ์ จัยวัฒน์ และเฉลิมศรี นันทวรรณ (บรรณาธิการ). การพยาบาลอนามัยชุมชน (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: จุฑทอง.
- พองคำ ติลกสกุลชัย. (2549). การปฏิบัติตามหลักฐานเชิงประจักษ์: การประยุกต์ในการพยาบาล ทารกแรกเกิด. กรุงเทพฯ: ฟรีวัน.

- ภาสุรี แสงสุวานิช. (2546). คุณค่ายิ่งกว่าอาหาร. ใน สำหรับ จิตตินันท์ วีระพงษ์ ฉัตรานนท์ และ ศิราภรณ์ สวัสดิ์วร, (บรรณาธิการ). *เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ความรู้สู่การปฏิบัติ* (หน้า 9-11). กรุงเทพฯ: กรุงเทพฯเวชสาร.
- มานี ปิยะอนันต์. (2548). *นมแม่* (พิมพ์ครั้งที่1). กรุงเทพฯ : ศิริโชคการพิมพ์ (ประเทศไทย) จำกัด.
- รัชณี ศรีหิรัญ. (2544). *ผลของการติดตามทางโทรศัพท์ต่อการดูแลตนเองของผู้ป่วยจิตเภทหลังหน่วย*. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- รัตนภรณ์ สุขภร. (2552). *ผลของโปรแกรมส่งเสริมบทบาทของอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่*. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลเด็ก, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- รัตโนทัย พลับรูการ. (2546). การเลี้ยงลูกด้วยเชาว์ปัญญาและจิตสังคม ใน สำหรับ จิตตินันท์. *เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ความรู้สู่การปฏิบัติ* (พิมพ์ครั้งที่2). กรุงเทพฯ: กรุงเทพฯเวชสาร.
- ราชวิทยาลัยสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทย และชมรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่. (2548). *คู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่*. กรุงเทพฯ.
- วาสนา งามการ. (2551). Breastfeeding networking: Experience sharing จังหวัดจันทบุรี. *การประชุมวิชาการนมแม่แห่งชาติ ครั้งที่ 2* (หน้า 116-121) วันที่ 6-8 สิงหาคม 2551. โรงแรมมิราเคิล กรุงเทพฯ.
- วันเพ็ญ บุญประกอบ. (2546). คุณค่ายิ่งกว่าอาหาร. ใน สำหรับ จิตตินันท์, วีระพงษ์ ฉัตรานนท์ และ ศิราภรณ์ สวัสดิ์วร (บรรณาธิการ). *เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ความรู้สู่การปฏิบัติ* (หน้า 9-11). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์กรุงเทพฯเวชสาร.
- วิพร เกตุบำรุงพร. (2544). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการรับรู้ระดับความพร้อมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในโรงพยาบาลราชวิถี*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาประชากรศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วีณา เทียงธรรม วันเพ็ญ สอนศิลป์ และพรณี อุ่นเอม. (2548). การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในเขตกรุงเทพฯ. *การประชุมวิชาการนมแม่แห่งชาติ ครั้งที่ 1* วันที่ 14-16 ธันวาคม 2548. โรงแรมมิราเคิล กรุงเทพฯ.
- วีระพงษ์ ฉัตรานนท์. (2546). คุณค่ายิ่งกว่าอาหาร. ใน สำหรับ จิตตินันท์ วีระพงษ์ ฉัตรานนท์ และ ศิราภรณ์ สวัสดิ์วร, (บรรณาธิการ). *เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ความรู้สู่การปฏิบัติ* (หน้า 9-11). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์กรุงเทพฯเวชสาร.
- ศิริพัฒนา ศิริรัตนกุล. (2546). เมื่อแม่ต้องทำงาน. ใน สำหรับ จิตตินันท์, วีระพงษ์ ฉัตรานนท์ และศิราภรณ์ สวัสดิ์วร, (บรรณาธิการ). *เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ความรู้สู่การปฏิบัติ* (หน้า 191). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์กรุงเทพฯเวชสาร.

- ศิริพร กัญชนะ. (2546). นโยบายส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของประเทศไทย. ในสำหรับ  
จิตตินันท์ วีระพงษ์ ฉัตรานนท์และศิริภรณ์ สวัสดิ์วร, (บรรณาธิการ). *เลี้ยงลูกด้วย  
นมแม่ความรู้..สู่การปฏิบัติ*. (หน้า 331-337). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์กรุงเทพเวชสาร.
- ศิริภรณ์ สวัสดิ์วร และโสภณ เอี่ยมศิริถาวร.(2548). ให้นมแม่อย่างเดียวแก่ทารกนาน 6 เดือน  
ข้อสนับสนุนและข้อคัดค้าน. *การประชุมวิชาการนมแม่แห่งชาติ ครั้งที่ 1* วันที่ 14-16  
ธันวาคม 2548. โรงแรมมิราเคิล กรุงเทพฯ.
- ศุภกาญจน์ ศิลประศรี. (2551). การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน เรื่องจริงที่นครศรีธรรมราช.  
*การประชุมวิชาการนมแม่แห่งชาติ ครั้งที่ 2*. (หน้า 110-111) วันที่ 6-8 สิงหาคม 2551.  
โรงแรมมิราเคิล กรุงเทพฯ.
- สำเริง แหงกระโทก และรุจิรา มังคละศิริ. (2545). *กลวิธีในการดูแลสุขภาพที่บ้าน*. เข้าถึงเมื่อวันที่ 31  
กรกฎาคม พ.ศ. 2554, จาก Cyberclass. msu. ac. th /cyberclass/libs/.../3.7/3122. doc.
- สมศักดิ์ สุทัศน์วรุฒ. (2546).สุขภาพของแม่ที่ให้นมลูก. ใน สำหรับ จิตตินันท์ วีระพงษ์ ฉัตรานนท์  
และศิริภรณ์ สวัสดิ์วร (บรรณาธิการ). *เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ความรู้..สู่ปฏิบัติ*. (หน้า  
50-55). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์กรุงเทพเวชสาร.
- สรชา ตันติเวชกุล. (2543). *ผลของการพยาบาลระบบสนับสนุนและให้ความรู้ต่อการรับรู้อุปสรรค  
ความพึงพอใจและพฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่น*. วิทยานิพนธ์  
ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลแม่และเด็ก, บัณฑิตวิทยาลัย,  
มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สายพิน หัตถิรัตน์. (2544). *คู่มือหมอครอบครัว: VI. เครื่องมือในการดูแลผู้ป่วยและครอบครัวอย่าง  
ง่ายชุดที่ 5. คลินิก, 17, 639-642.*
- สำหรับ จิตตินันท์. (2546). นมแม่มีความสำคัญมากทางเศรษฐกิจ.ใน สำหรับ จิตตินันท์, วีระพงษ์  
ฉัตรานนท์ และศิริภรณ์ สวัสดิ์วร (บรรณาธิการ). *เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ความรู้..สู่ปฏิบัติ*  
(หน้า 3-8). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์กรุงเทพเวชสาร.
- สุกัญญา ประจุศิลป์. (2548). Working mom: คุณแม่ทำงานนอกบ้าน. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่ง  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุนิสา ปัทมาภรณ์พงศ์. (2551). *การพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิกในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนม  
แม่ในมารดาวัยรุ่น โรงพยาบาลแพร่*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขา  
การผดุงครรภ์ขั้นสูง, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุดา เข็นบำรุง. (2546). ผลของความเครียดต่อการให้น้ำนมแม่.ใน สำหรับ จิตตินันท์, วีระพงษ์  
ฉัตรานนท์ และศิริภรณ์ สวัสดิ์วร (บรรณาธิการ). *เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ความรู้..สู่ปฏิบัติ*.  
(หน้า109-111). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์กรุงเทพเวชสาร.

- สุพรรณิ กัณหดิลก และบุญสืบ โสโสม. (2548). ผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อการรับรู้ความสามารถของตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่. *การประชุมวิชาการนมแม่แห่งชาติ ครั้งที่ 1*. (หน้า 178-179) วันที่ 14-16 ธันวาคม 2548. โรงแรมมิราเคิล กรุงเทพฯ.
- สุพัตรา สุทธิประภา. (2544). การสนับสนุนของที่ทำงานในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาที่ทำงานนอกบ้าน. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุอารีย์ อ้นตระกูล และธิดารัตน์ วงศ์วิสุทธิ. (2546). ปัญหาหัวนมและเต้านมแม่. ใน สำหรับจิตตินันท์, วีระพงษ์ ฉัตรานนท์ และศิริภรณ์ สวัสดิ์. (บรรณาธิการ). *เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ความรู้..สู่ปฏิบัติ*. (หน้า 115-126). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์กรุงเทพเวชสาร.
- อุมพร สุทัศน์วรวิ. (2548). อาหารแม่ในระยะตั้งครรภ์และให้นมลูก. ใน ยุพยง แห่งเชาวนิช, ภรณ์การ วิจิตรสุคนธ์ และปิยาภรณ์ บวรเกียรติขจร. (บรรณาธิการ). *การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ Breastfeeding*. (หน้า 43-62). กรุงเทพฯ: บริษัท วิสคอมเซ็นเตอร์จำกัด.
- Aidam, B. A., Pérez-Escamilla R., & Lartey, A. (2005). Lactation counseling increases exclusive breast-feeding rates in Ghana. *The Journal of Nutrition*, 135(7),1691-5.
- Alden, K. P., (2006). Newborn nutrition and feeding. In D. Lowdermilk & Jerry (Eds.). *Maternity Nursing* (p 617-647). Canada: Mosky Elsevier.
- Anderson, A. K., Damio, G., Young, S., Chapman, D. J, & Perez-Escamilla, R. (2005). A randomized trail assessing the efficacy of peer counseling on exclusive breastfeeding in predominantly Latina low-income community. *Archives Pediatrics and Adolescent Medicine*, 159(9),836-41.
- Angelsen, N. K., Vtk, T. Jacobsen, G., & Bakketeig, L. S. (2001). Breastfeeding and cognitive development at age 1 and 5 year. *Archives Diseases in Childhood*, 85(3),183-8.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control* . Newyork: W.H.Freeman.
- Blyth, R. J., Creedy, D. K., Dennis, C. L., Moyle, W., Pratt, J., Varies, S. M., & et al. (2004). Breastfeeding duration in an Australian population: The influence of modifiable antenatal factors. *Journal of Human Lactation*, 20(1), 30-8.
- Brownell, K., Hutton, L., Hartman, J., & Dabrow, S. (2002). Barriers to breastfeeding among African American adolescent mothers. *Clinical Pediatrics*, 41(9), 669-73.

- Buakhum, O. (2006). *The effects of breastfeeding- promotion program on the rate of 4- months exclusive breast-feeding in the first- time mothers: Amnatcharaen hospital*. Thesis of Nursing Science (Maternity and Newborn Nursing), Faculty of Graduate Studies, Mahidol University.
- Bystrova, K., Widstrom, A. M., Matthiesin, A. S., Ransjo-Arvison, A. B., Welles-Nystrom, B., Vorontsov, I., & et al. (2005). Early lactation performance primiparous and multiparous women in relation to different maternity home practices : A randomized trial in St. Petersburg. *International Breastfeeding Journal*, 2, 9.
- Chaemsai, P. (2007). *Effects of spouse involvement in breast- feeding promotion program for working Mother on exclusive breast-feeding during first four months*. Thesis of Nursing Science (Pediatric Nursing), Faculty of Graduate Studies, Mahidol University.
- Collaborative Group on Hormonal Factor in Breast Cancer. (2002). Breast cancer and breastfeeding : collaborative reanalysis of individual data form 47 epidemiological studies in 30 Countries, including 50302 women with breast cancer and 96973 women without the Disease. *THE LANCET*, 360(9328),187-95.
- Crustolo, A.M., Ackerman, S., Kates, N., & Schamehorn, S. (2005). *Integrating nutrition services into primary care experience in Hamilton, ont, Canadian Family Physician*, 51, 1647-53.
- Dennis, C. L. (2001). A randomized controlled trial in the north of England examining the effects of skin to skin care on breast feeding. *Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing*, 31(1), 12-32.
- Dewey, K. G, Cohen, R. J. & Brow, K. H. (2001). Effects of exclusive breastfeeding for versus six months on maternal neonatal status and infant motor development results of two randomized trial in Honduras. *The Journal of Nutrition*, 131(2), 262-7.
- Dykes, F., Moran, V. H., Burt, S., & Edward, J. (2003). Adolescent mother and breastfeeding: Experiences and support need- an exploratory study. *Journal of Human Lactation*, 19(4), 391-401.
- Herrman, J. W. (2006). The voice of teen mothers the experience of repeat pregnancy. *The American Journal of Maternal/ Child Nursing*, 31(4), 243-249.

- Harlow, B. L., Cohen, L. S., Otto, M.W., Spiegelman, D., & Cramer, D. W. (2004). Early life menstrual characteristics and pregnancy experiences among women with and without major depression: the Harvard study of moods and cycles. *Journal of Affective Disorder*, 79(3), 167-176.
- Howard, C., Howard, F., & Lawrence, R. (2000). Office prenatal formula advertising ad its effect on patterns. *Obstetrics and Gynecology*, 95(2), 296-303.
- Jensen, D., Wallace, S., & Kelsay, P. (1994). LATCH: A breastfeeding charting system and documentation tool. *Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing*, 23, 27-32.
- Johnsons, A. K. (2008). Effects of shaded versus unshaded wallows on behavior, performance, and physiology of the outdoor lactating sow. *Obstetrics and Gynecology*, 12, 3628-34.
- Kerdmakmee, C. (2007). *Effects of spouse involvement in breast-feeding promotion program for working mother on exclusive breast-feeding in first month*. Thesis of Nursing Science (Maternity and Newborn Nursing), Faculty of Graduate Studies, Mahidol University.
- Kramer, M. S., Chalmers, B., Hodnett, E. D., Sevkovskaya, Z., Kzikovich, I., Shapiro, S., & et al. (2001). Promotion of breastfeeding intervention trial (PROBIT): a randomized trial in the republic of Belarus. *Journal of the American Medical Association*, 285(4), 413-44.
- Krebs, N.F., & Hambidge, K.M. (2007). Complementary feeding: clinically relevant factors affecting timing and composition. *The American Journal Clinical Nutrition*, 85(2), 639S-645S.
- Labbok, M. H., (2001). Effects of breastfeeding on the mother. *Pediatrics Clinics of North America*, 48(1), 143-58.
- Lawrence, R. A., & Lawrence, R. M. (2005). *Breastfeeding: A guide for the medical profession*. (6<sup>th</sup> ed.). Philadelphia: Elsevier Mosby.
- Littleton, L. Y. & Engebretson, J.C. (2005). *Maternity nursing care*. Canada: Homson Delmar Learning.
- London, M. L., Ladewig, P. W., Ball, J. W., & Bindler, R. C. M. (2003). *Maternal- newborn & child nursing*, London: Prentice Hall.
- Melnyk, B. M., & Fineout- Overholt, E. (2005). *Evidence-base practice in nursing & healthcare: A guide to base practice*. Phladelphia: Lippincott William &Wilkins.

- Moore, E. R., Anderson, G. C., & Berman, N. (2008). *Early skin-to-skin contact for mothers and their health newborn infants (review)*. Retrieved January 3, 2008, from <http://www.cochrane.com/science>
- Noel-weiss, J., Rupp, A., Cragg, B., Bassett, V., & Wooden, A. K. (2006). Randomized controlled trial to determine effects of prenatal breastfeeding workshop on maternal breastfeeding self-efficacy and breastfeeding duration. *AWHONN, the Association of Women Health, Obstetric and Neonatal Nurse*, 35, 616-624.
- Old, S.B., London, M. L., Wieland, P. A., & Davidson, M. R. (2004). *Maternal- Newborn Nursing & women' s health care (7<sup>th</sup> ed.)*. New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Phuongkaew, N. (2005). *Effects of self-efficacy promotion program on breastfeeding behavior and duration among first-time working mothers*. Thesis of Nursing Science (Pediatric Nursing), Faculty of Graduate Studies, Mahidol University.
- Pillitteri, A. (2007). *Maternal & child health nursing: Care of the childrearing family (4<sup>th</sup> ed.)*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Pinto, S. (2006). *Breastfeeding: Global Trends and Practice*. Retrieved August 10, 2006, from [www. Cinahl Information Systems](http://www.CinahlInformationSystems.com).
- Pisacane, A., Isabella, G., Aldinucci, M., & Continisio, P. (2005). A controlled trial of the father's role in breastfeeding promotion. *Pediatrics*, 116, e494-8.
- Polit, D. f. & Beck, C. T. (2003). *Nursing research: in principles and methods (7<sup>th</sup> ed.)*. Philadelphia: Lippincott.
- Polit, D. F., & Hungler, B. P. (2004). *Essentials of Nursing Research: Method, Appraisal and Utilization (4<sup>th</sup> ed)*. Philadelphia: Lippincott-Raven.
- Sooksaeen, N. (2006). *The effects of group support and prompting on satisfaction, duration and behavior of breastfeeding in teenage mothers*. Thesis of Nursing Science (Maternity and Newborn Nursing), Faculty of Graduate Studies, Mahidol University.
- Stable, D. & Rankin, J. (2005). *Physiology in childbearing with anatomy and related biosciences (2<sup>nd</sup> ed.)*. China: Elsevier Limited.
- Su, L. L., Chong, Y. S., Chan, Y. H., Chan, Y. S., Fok, D., Tun, K. T., & et al. (2007). Antenatal education and postnatal support strategies for improving rates of exclusive breast feeding: Randomized controlled trial. *British Medical Journal*, 335(7620), 596.

- UNICEF / WHO. (2006). *Baby friendly hospital initiative revised, updated and expands for integrated care*. Retrieved January 11, 2010 From [http://www.who.int/nutrition/topics/BFHI\\_Revised\\_Section\\_4.pdf](http://www.who.int/nutrition/topics/BFHI_Revised_Section_4.pdf).
- Vitolo, M.R., Bortolini, G. A., Campagnolo, P. D. B., & Feldens, C. A. (2008). Effective of a nutrition program in reducing symptoms of respiratory morbidity in children: A randomized field trial. *Preventive Medicine*, 47, 384-388.
- Wannarachoo, C. (2003). *The effectiveness of a breastfeeding promotion program in postpartum women of health promotion center region 1 Bangkok*. The degree of Master of Science. (Public health), Major in Family health, Faculty of Graduate Studies, Mahidol University.
- World Health Organization. (2002). *The optimal duration of exclusive breastfeeding: Results of WHO systemic review*. Geneva.
- World Health Organization. (2005). *Nutrition*. Retrieved August 9, 2007 from <http://www.who.int/inf.htm>.
- Wong, D. L., Perry, S. E., Hockenberry, M. J., Lowdermilk, D. L., & Wilson, D. (2006). *Maternal child Nursing Care* (3<sup>rd</sup> ed). St Louis: Mosby.



ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                     | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                                                                                                                | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                              | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Aidam et al.,<br>(2003)<br>Title: Lactation<br>counseling<br>increases<br>exclusive<br>breastfeeding<br>rates in Ghana | รูปแบบงานวิจัย : การ<br>วิจัยแบบทดลอง<br>ระดับงานวิจัย : A<br>วัตถุประสงค์ของ<br>งานวิจัย<br>เพื่อศึกษาผลของการให้<br>คำปรึกษาเรื่องการเลี้ยง<br>ทารกด้วยนมมารดาต่อ<br>อัตราการเลี้ยงทารกด้วย<br>นมมารดา | กลุ่มตัวอย่าง: มารดาฝากครรภ์รายใหม่ 231 คน ในช่วงเดือน<br>พฤษภาคม- กันยายน 2002 ซึ่งมีคุณสมบัติดังนี้คือตั้งครรภ์ในไตรมาส<br>ที่ 3 คลอดทารกปกติไม่มีภาวะแทรกซ้อนและมีApgar score $\geq 6$ at 1<br>and 5 min นน.ทารก $\geq 2,500$ กรัม และพักอาศัยอยู่ในเทศบาลเมืองที่<br>มาหลังจากคลอดทารกแล้วอย่างน้อย 6 เดือน<br>สถานที่ : แผนกฝากครรภ์ในโรงพยาบาล 2 แห่งในเทศบาลเมืองที่มีมา<br>ประเทศกานา.<br>วิธีดำเนินการวิจัย:<br>1.สุ่มมารดาเข้ากลุ่ม 3 กลุ่ม โดยเรียงลำดับหมายเลขการลงทะเบียน<br>เป็นกลุ่มทดลอง 1, กลุ่มทดลอง 2 และกลุ่มที่ 3 เป็นกลุ่มควบคุม<br>2.มารดากลุ่มทดลอง 1 จำนวน 74 คน ได้รับการให้คำปรึกษาและ<br>แนะนำเกี่ยวกับการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในช่วงระยะก่อนคลอด<br>และหลังคลอดในช่วง 48 ชั่วโมงแรกหลังคลอด โดยการให้คำแนะนำ<br>เป็นรายกลุ่ม กลุ่มละ 2-3 คน ใช้เวลาประมาณ 20 นาที<br>3.มารดากลุ่มทดลอง 2 จำนวน 72 คน ได้รับการให้การศึกษาเรื่อง<br>การเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในช่วงหลังคลอด 48 ชั่วโมงแรก โดยการ | ผลการศึกษา :<br>1. กลุ่มทดลอง 1 มีอัตราการ<br>เลี้ยงทารกด้วยนมมารดา<br>อย่างเดียวก 6 เดือนหลัง<br>คลอด= 90%<br>กลุ่มทดลอง 2 = 74.4% และ<br>กลุ่มควบคุม = 47.7%<br>2.อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนม<br>มารดาระหว่างกลุ่มทดลอง<br>และกลุ่มควบคุมแตกต่างกัน<br>อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.001$ ) | -แนวทางบันไดสิบขั้นใน<br>ข้อที่ 3 การชี้แจงให้<br>มารดาตั้งครกที่ทราบถึง<br>ประโยชน์ของนมมารดา<br>- การให้คำปรึกษาและ<br>แนะนำเกี่ยวกับการเลี้ยง<br>ทารกด้วยนมมารดา<br>ในช่วงระยะก่อนคลอด<br>และหลังคลอดในช่วง 48<br>ชั่วโมงแรกหลังคลอด<br>- การติดตามอัตราการ<br>เลี้ยงทารกด้วยนมมารดา<br>โดยการโทรศัพท์ เมื่อ<br>ทารกอายุ 1 เดือนและ 6<br>เดือน |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง/ข้อจำกัด                                                                                                    | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| <p>ให้คำแนะนำเป็นรายกลุ่ม กลุ่มละ 2-3 คน ใช้เวลาประมาณ 20 นาที เช่น เดียวกัน</p> <p>4. มารดากลุ่มที่ 3 กลุ่มควบคุมจำนวน 85 คน ได้รับการให้คำปรึกษา แนะนำเรื่องข้อมูลการปฏิบัติตนหลังคลอดตามแนวทางปฏิบัติเดิม</p> <p>5. ติดตามอัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาโดยการโทรศัพท์สอบถาม ข้อมูลกับมารดาทั้ง 3 กลุ่ม เมื่อทารกอายุ 1 เดือน และ 6 เดือน</p> <p><b>เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย</b></p> <p>- แบบสอบถามข้อมูลการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาโดยการสอบถาม ข้อมูลทางโทรศัพท์เมื่อ ทารกอายุ 1 เดือน และ 6 เดือน</p> <p><b>การวิเคราะห์ข้อมูล</b></p> <p>การทดสอบหาค่าร้อยละ ค่ามัธยฐาน สถิติ t - test</p> |                                                           |                                                            |                                                                                                                                    |                        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                           |                                                            | <p><b>จุดแข็ง:</b></p> <p>1.เป็นงานวิจัยระดับ A(RCT)</p> <p>2.ผลการวิจัยสามารถตอบ ตรงตามวัตถุประสงค์</p> <p><b>ข้อจำกัด:</b> -</p> |                        |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                     | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                                                         | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2. Bystrova et al. (2005)<br>Title: Early lactation performance primiparous and multiparous Women in relation to different maternity home practices. A randomized trial in St. Petersburg | รูปแบบงานวิจัย : การวิจัยแบบทดลอง<br>ระดับงานวิจัย : A<br>(RCT)<br>วัตถุประสงค์ของงานวิจัย<br>เพื่อศึกษาผลของการให้นมมารดาแก่ทารกของมารดาหลังคลอด | กลุ่มตัวอย่าง:<br>มารดาและทารกจำนวน 176 คู่ โดยมีเกณฑ์คัดเลือกดังนี้คือมารดาและทารกที่มีสุขภาพแข็งแรง ไม่มีภาวะแทรกซ้อนที่เป็นอุปสรรคในการให้นมทารก หัวนม/เต้านมปกติ ทารกไม่มีภาวะแทรกซ้อนที่เป็นอุปสรรคในการให้นมเช่นปากแหว่ง เพดานโหว่ นำหนักทารกมากกว่า 2,500 กรัม ไม่มีภาวะ Birth asphyxia<br>สถานที่ : ศูนย์อนามัยแม่และเด็กเมืองเซนต์ปีเตอส์เบิร์กประเทศรัสเซีย<br>วิธีดำเนินการวิจัย | ผลการศึกษา :<br>1. มารดาครรภ์หลังในกลุ่ม 3 มีปริมาณน้ำนมน้อยกว่ามารดาในกลุ่มที่ 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.01$ )<br>2. มารดาในกลุ่ม 1, 2 และ 4 มีปริมาณน้ำนมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p > 0.5$ )<br>3. มารดาที่ให้การได้ดูดนมเร็วในช่วง 2 ชั่วโมงหลังคลอดมีปริมาณน้ำนมเพิ่มขึ้นในช่วงวันที่ 4 หลังคลอดมากกว่ากลุ่มที่ไม่ได้ให้การได้ดูดนม | -การประยุกต์ใช้รูปแบบการดูแลมารดาและทารกในลักษณะ SSC (Skin to skin Contact)<br>- การดูดเร็ว ดูดบ่อยและดูถูกวิธี |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                      | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
|                       |                                                           | <p>กลุ่มที่ 3 จำนวนมารดาและทารกจำนวน 38 คู่ ทารกถูกแยกมาอยู่ในห้องเด็กอ่อนและนำทารกมาดูนมมารดา 7 มื้อต่อวัน</p> <p>กลุ่มที่ 4 มารดาและทารกจำนวน 38 คู่ ได้รับการใส่เสื้อผ้าและให้อยู่กับมารดา ได้ดูนมมารดาตามความต้องการของทารกในระหว่าง 2 ชั่วโมง หลังคลอดเช่นกัน</p> <p>2. ทำการบันทึกพฤติกรรมการให้นมของมารดาทั้ง 4 กลุ่ม ในช่วง วันที่ 4 หลังคลอด ลักษณะพฤติกรรมที่บันทึก ได้แก่ระยะเวลาในการดูนมในช่วงแรกคลอดของทารก จำนวนครั้งของการให้นมแก่ทารก ปริมาณน้ำนมที่ทารกได้รับ</p> | <p>เร็วในระยะ 2 ชั่วโมงหลังคลอดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (<math>p &lt; 0.01</math>)</p> <p><b>จุดแข็ง;</b></p> <p>1. เป็นงานวิจัย A(RCT)</p> <p>2. ผลการวิจัยตอบตรงตามวัตถุประสงค์</p> <p><b>ข้อจำกัด:</b></p> <p>-</p> |                        |
|                       |                                                           | <p><b>เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย</b></p> <p>แบบสังเกตพฤติกรรมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา</p> <p><b>การวิเคราะห์ข้อมูล</b></p> <p>การทดสอบค่ากลาง สถิติ t-test</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                       |                        |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับ การส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                                              | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                                                                                                 | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                                          | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3. Labarere, et. al. (2005)<br>Title: Efficacy of breastfeeding support provided by trained clinicians during an early, outline, preventive visit: a prospective randomized, open trial of 226 mother-Infant Pairs | รูปแบบงานวิจัย : การวิจัยแบบทดลอง<br>ระดับงานวิจัย : A<br>วัตถุประสงค์ของงานวิจัย<br>เพื่อศึกษาผลของการสนับสนุนและการเตรียมการของบุคลากรในการเยี่ยมมารดาหลังคลอด โดยเร็วกับการดูแลตามปกติ | กลุ่มตัวอย่าง:<br>-จำนวนมารดา-ทารกที่คลอดทารกอายุครรภ์มากกว่า 37 สัปดาห์ มารดามีอายุมากกว่า 18 ปี มารดามีหัวนมและเต้านมปกติ ทารกไม่มีภาวะแทรกซ้อนใดๆ ที่เป็นอุปสรรคในการให้นมมารดาแก่ทารก และนอนโรงพยาบาล 2-7 วัน จำนวน 849 คู่<br>สถานที่: รพ. ในกรุงปารีสประเทศฝรั่งเศส<br>วิธีดำเนินงานวิจัย:<br>1. สุ่มกลุ่มตัวอย่างจาก 849 คู่ โดยเรียงลำดับหมายเลขการลงทะเบียนได้ กลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมงานวิจัยแบ่งเป็นกลุ่มตัวอย่าง 231 คู่โดยเป็นกลุ่มทดลอง 116 คู่ และกลุ่มควบคุม 115 คู่<br>2. กลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามแนวปฏิบัติของโรงพยาบาลโดยไม่ได้รับการเยี่ยมบ้านใน 1 เดือนหลังคลอดและโทรศัพท์ติดตามเยี่ยมในระยะเวลา 2, 3, 4, 5 และ 6 เดือน<br>4. กลุ่มทดลองได้รับการดูแลตามแนวปฏิบัติของโรงพยาบาลและได้รับการเยี่ยมบ้านจากผู้ตั้งผ่านการอบรมเรื่องนมมารดา 5 ชั่วโมง ในการติดตามเยี่ยมบ้าน 1 เดือน หลังคลอด และโทรศัพท์ติดตามเยี่ยมในระยะเวลา 2, 3, 4, 5 และ 6 เดือน | ผลการศึกษา :<br>1. อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียว (ECBF) ใน 4 สัปดาห์และ 6 เดือนหลังคลอดในกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ )<br>2. ค่ามัธยฐานของระยะเวลาในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา กลุ่มทดลองมีระยะเวลา มากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ ) | - การให้ความรู้เรื่อง การเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา<br>-ระบบการติดตามเยี่ยมบ้านหลังคลอดโดยทีมเยี่ยมบ้านที่ได้รับ การอบรมในเรื่องการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา และโทรศัพท์ติดตามเยี่ยมใน ระยะ 2, 3, 4, 5 และ 6 เดือน |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------|
| <div>เครื่องมือในการเก็บข้อมูล</div> <div>-แบบสัมภาษณ์เรื่องการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา</div> <div>การวิเคราะห์ข้อมูล :</div> <div>การทดสอบค่ามัธยฐาน สถิติ t-test</div>                                                                                                                                                                                |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| <div>จุดแข็ง:</div> <div>1.เป็นงานวิจัยระดับ A(RCT)</div> <div>2.ผลการวิจัยตอบตรงตามวัตถุประสงค์</div> <div>3.จำนวนกลุ่มตัวอย่างขนาดใหญ่มีความน่าเชื่อถือของข้อมูล</div> <div>ข้อจำกัด:</div> <div>1.กลุ่มตัวอย่างมีขนาดใหญ่พบการสูญหายของข้อมูล(24 ราย)คิดเป็น 10 % อาจทำให้มีความคลาดเคลื่อน ที่มีผลต่อความตรงภายใน ซึ่งอาจเกิด type 2 error</div> |                                                           |                                                            |                                  |                        |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                              | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                                                                                                                                                                 | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 4. Moore et al. (2008).<br><b>Title:</b><br>Randomized controlled trail of very early mother infant skin to skin contact and breast feeding status | <b>รูปแบบงานวิจัย :</b><br>การวิจัยแบบทดลอง<br><b>ระดับงานวิจัย : A</b><br><b>วัตถุประสงค์ของงานวิจัย</b><br>เพื่อเปรียบเทียบผลของการให้ทารกได้สัมผัสผิวหนังทารกโดยการโอบกอดเนื้อแนบเนื้อภายหลังคลอดต่อความสำเร็จในการดูดนมมารดาได้<br>อย่างมีประสิทธิภาพ | <b>กลุ่มตัวอย่าง:</b><br>มารดาและทารกหลังคลอดจำนวน 20 คู่ ตามเกณฑ์คัดเลือกเข้าครั้งนี้คือมารดาและทารกที่มีสุขภาพแข็งแรง ไม่มีภาวะแทรกซ้อนที่เป็นอุปสรรคในการให้นมทารก มารดามีความตั้งใจเลี้ยงทารกด้วยนมตนเองอย่างน้อย 1 เดือน ทารกไม่มีภาวะแทรกซ้อนที่เป็นอุปสรรคในการให้นมเช่นปากแหว่ง เพดานโหว่ น้ำหนักทารกมากกว่า 2,200 กรัม ไม่มีภาวะ Birth asphyxia<br><b>สถานที่:</b> มหาวิทยาลัยแวนคูเวอร์ ประเทศสหรัฐอเมริกา ระหว่างเดือนสิงหาคม – ธันวาคม 2007<br><b>วิธีดำเนินการวิจัย</b><br>1. การสุ่มเลือกคู่มารดาและทารกจำนวน 20 คู่จากทะเบียนประวัติการฝากครรภ์ในช่วงเดือนสิงหาคม – เดือน ธันวาคม 2005<br>2. แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 คู่ และกลุ่มควบคุม 10 คู่<br>3. ภายหลังคลอดกลุ่มควบคุม ได้รับการดูแลตามมาตรฐานปกติ และได้รับการดูแลตามแนวทางบันไดสิบขั้นสู่ความสำเร็จในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ตั้งแต่ในระยก่อนคลอด โดยการให้ความรู้เรื่องนมมารดา | <b>ผลการศึกษา :</b><br>1. ทดลองที่ได้ไอบกอดทารกเนื้อแนบเนื้อ (Skin to skin contact ) ภายใน 1-3 ชั่วโมงหลังคลอด พบว่าทารกประสบความสำเร็จในการดูดนมอย่างมีประสิทธิภาพมากกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ( $p < 0.05$ )<br>2. มารดากลุ่มทดลองมีน้ำนมมาเร็วกว่าและมีปัญหาการให้นมน้อยกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ ) | - หลักการ SSC (Skin to skin contact) ในการดูแลทารกในช่วงแรกคลอด<br>- แนวทางบันไดสิบขั้นสู่ความสำเร็จในการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา<br>- การประเมินการให้นมโดยใช้แบบประเมิน infant breast feeding assessment tool (IBFAT) |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------|
| <p>4. กลุ่มทดลองได้รับการดูแลตามปกติตามแนวทางบันไดสิบขั้นและให้มารดา โอบกอดทารกแนบเนื้อ (Skin to skin contact ) ในการดูแลทารกในช่วงแรกคลอดภายใน 1-3 ชั่วโมง</p> <p>5. ประเมินการให้นมโดยใช้แบบประเมิน infant breast feeding assessment tool (IBFAT) ทั้ง 2 กลุ่มเพื่อให้มารดาในช่วง 7 วัน โดยประเมินพฤติกรรมการทารกกทุกวัน ขณะที่ทารกนอนคว่ำอยู่นอกของมารดา การเคลื่อนไหว และการแสดงออกของการกินนมที่ได้รับนมมารดา ลักษณะหัวนมของมารดามีการเปลี่ยนแปลงเมื่อทารกดูดนม โดยมีการให้ค่าคะแนน IBFAT 1-12 คะแนน โดยค่าคะแนน 10-12 ถือว่าทารกดูดนมได้อย่างมีประสิทธิภาพ</p> |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| <p><b>เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล</b></p> <p>แบบประเมิน infant breast feeding assessment tool (IBFAT)</p> <p><b>การวิเคราะห์ข้อมูล :</b></p> <p>ค่าเฉลี่ย ร้อยละ การทดสอบค่ามัธยฐาน สถิติ t-test</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                           |                                                            |                                  |                        |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                                   | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                                                                                                                                                                          | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                  | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5. Noel- weiss et al. (2006)<br><b>Title:</b><br>Randomized controlled trial to determine effects of prenatal breastfeeding workshop on maternal breastfeeding self-Efficacy and breastfeeding duration | <b>รูปแบบงานวิจัย :</b><br>การวิจัยแบบทดลอง<br><b>ระดับงานวิจัย : A</b><br><b>วัตถุประสงค์ของงานวิจัย</b><br>เพื่อศึกษาผลของการทำกิจกรรมกลุ่มในมารดาตั้งครรภ์ก่อนคลอดต่อ การรับรู้ความสามารถตนเองในการเลี้ยงทารก ด้วยนมมารดาและระยะเวลาในการเลี้ยงทารก ด้วยนมมารดา | <b>กลุ่มตัวอย่าง:</b><br>-กลุ่มมารดาฝากครรภ์จำนวน 92 คน โดยมียุคสมบัติ เป็นมารดาครรภ์แรกที่มีอายุครรภ์ไม่ต่ำกว่า 34 สัปดาห์ ตั้งครรภ์เดี่ยว ไม่มีภาวะแทรกซ้อน ที่เป็นอุปสรรคในการให้นมมารดาแก่ทารก ห้วนนมและเต้านมปกติ ตั้งใจเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา<br><b>สถานที่:</b> โรงพยาบาล เมืองออนตาริโอ ประเทศแคนาดา | <b>ผลการศึกษา :</b><br>1.คะแนนความสามารถในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาของทั้งสองกลุ่มเพิ่มมากขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ )<br>2.มารดาในกลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถหึ่งค่านสูงกว่ามารดาในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ )<br>3.มารดาในกลุ่มทดลองมีอัตราการเลี้ยงทารกด้วยนม มารดา มากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ ) | - การทำกิจกรรมกลุ่มโดยการใช้แบบจำลองในการผ่านตัวแบบหรือประสบการณ์ของผู้อื่น เช่นการดูวิดีโอเรื่องการแก้ปัญหาเต้านม/ห้วนนมการให้นมอย่างถูกวิธี การบีบเต้านมและมีการให้ปฏิบัติจริงโดย การสาธิตและสาธิตย้อนกลับ |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------|
| <p>เครื่องมือในการเก็บข้อมูล</p> <p>แบบสอบถาม Breast feeding Self-Efficacy Scale-Short Form (BSES-SF) จำนวน 14 ข้อ ในแต่ละข้อมี 5 - point Likert scale</p> <p>การวิเคราะห์ข้อมูล :</p> <p>การทดสอบค่ามัธยฐาน และค่าร้อยละ และ สถิติ t-test</p> <p>ทางสถิติ(<math>p&lt;.001</math>)</p> <p>จุดแข็ง:</p> <p>1.เป็นงานวิจัย ระดับ A(RCT)</p> <p>2.ผลการวิจัยสามารถตอบตรงตามวัตถุประสงค์</p> <p>ข้อจำกัด: -</p> |                                                           |                                                            |                                  |                        |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                            | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                                                                           | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6. Pisacane et al. (2005)<br><b>Title:</b><br>A Controlled Trial of the Father's Role in Breastfeeding Promotion | การวิจัยแบบทดลอง<br>ระดับงานวิจัย<br>การวิจัยระดับ A<br>วัตถุประสงค์ของงานวิจัย<br>เพื่อเปรียบเทียบบทบาทของสามีในการช่วยสนับสนุนและส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา | เลือกคู่สามีภรรยาที่เลี้ยงทารกด้วยนมมารดาจำนวน 280 คู่<br>สถานที่ : ศูนย์อนามัยแม่และเด็ก เมืองเนเปิล ประเทศอิตาลี<br>วิธีดำเนินงานวิจัย:<br>1. คัดเลือกบิดาจากคู่มารดา -ทารก ที่มีสุขภาพดีจำนวน 280 คู่ นำหนักทารกแรกเกิดอยู่ในเกณฑ์ปกติ และมารดาและทารกไม่มีภาวะแทรกซ้อนที่เป็นอุปสรรคในการให้นมมารดาแก่ทารก โดยทารกที่เกิดในระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม 2002 - 31 มกราคม 2003 โดยมีเกณฑ์การคัดออกคือ มารดาที่ไม่ได้อยู่กับสามี มารดาตัดสินใจเลี้ยงทารกด้วยนมผง และมารดาที่ทารกต้องเข้าห้อง ICU<br>2. จัดอบรมผู้สัมภาษณ์การจัดการเกี่ยวกับแบบฟอร์มการสำรวจความคิดเห็นของมารดาและบิดาเกี่ยวกับการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา<br>3. สุ่มกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองโดยสุ่มตามเดือนเกิดของทารกโดยทารกที่เกิดเดือนตุลาคมและเดือนพฤศจิกายนจัดอยู่ในกลุ่มทดลอง ส่วนทารกที่เกิดในเดือนธันวาคมและมกราคมอยู่ในกลุ่มควบคุม<br>4. กลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามแผนการดูแลตามปกติตามแนวทางบันไดสิบขั้นในการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา | ผลการศึกษา:<br>1. อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 6 เดือนของมารดากลุ่มทดลอง เท่ากับร้อยละ 25 และมารดากลุ่มควบคุม เท่ากับร้อยละ 15 ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .05$ )<br>2. อัตราการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 12 เดือนของมารดากลุ่มทดลอง เท่ากับร้อยละ 19 และมารดากลุ่มควบคุม เท่ากับร้อยละ 11 ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ ) | - โปรแกรมการมีส่วนร่วมของบิดาในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา<br>- แผนการสอนเรื่องการมีส่วนร่วมของสามีในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา<br>- บันไดสิบขั้นในการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา<br>- การโทรศัพท์ติดตามพฤติกรรมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในระยะ 6 และ 12 เดือน หลังคลอด<br>- อบรมเรื่องการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------|
| <p>5. กลุ่มทดลองได้รับการสอนและการให้คำปรึกษาแบบตัวต่อตัวแก่สามี ในช่วง 24 ชั่วโมงหลังคลอด ในเรื่องเกี่ยวกับปัญหาในการหลั่งน้ำนม การแก้ปัญหาต่างๆ ในการให้นม และการช่วยมารดาให้นมแก่ทารก ใช้ เวลา ประมาณ 40 นาที โดยผู้สอนและให้คำปรึกษาเป็นผดุงครรภ์ที่ผ่านการอบรมเรื่องเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาของWHO-UNICEF เป็นเวลา 40 ชั่วโมง</p> <p>6. โทรศัพท์ติดตามพฤติกรรมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในระยะ 6 เดือนและ 12 เดือน หลังคลอด</p> <p><b>เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย</b></p> <p>- แผนการสอนเรื่องเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาโดยการมีส่วนร่วมของ สามี</p> <p>- แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาทางโทรศัพท์</p> <p><b>การวิเคราะห์ข้อมูล :</b></p> <p>ค่าเฉลี่ย ร้อยละ และสถิติ t-test</p> |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| <p><b>จุดแข็ง :</b></p> <p>1. เป็นงานวิจัย A(RCT)</p> <p>2. ผลการวิจัยสามารถตอบตรงตามวัตถุประสงค์</p> <p><b>ข้อจำกัด: -</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                           |                                                            |                                  |                        |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                                | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                                                                                                                                               | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7. Su et al.<br>(2008)<br><b>Title:</b><br>Antenatal<br>education<br>and postnatal<br>support strategies<br>for improving<br>rates of exclusive<br>breast feeding:<br>randomised<br>controlled trial | <b>รูปแบบงานวิจัย:</b><br>การวิจัยแบบทดลอง<br><b>ระดับงานวิจัย:</b> A<br>(RCT)<br><b>วัตถุประสงค์ของ<br/>งานวิจัย</b><br>เพื่อศึกษาผลของการให้<br>ความรู้เรื่องนมมารดา<br>ต่อการเพิ่มของอัตรา<br>การให้นมมารดาอย่าง<br>เดียวนาน 6 เดือน | <b>กลุ่มตัวอย่าง:</b><br>มารดาที่ท่าผ่าคลอดที่มีอายุครรภ์ ก่อน 34 สัปดาห์และมารดาไม่มีภาวะ<br>แทรกซ้อนที่เป็นอุปสรรคในการให้นม มีด้านนม/หัวนมปกติ ทารกไม่มี<br>ภาวะแทรกซ้อนที่เป็นอุปสรรคในการให้นม<br><b>สถานที่ดำเนินการวิจัย:</b> โรงพยาบาลในประเทศสิงคโปร์<br><b>วิธีดำเนินการวิจัย:</b><br>1. สุ่มแบ่งกลุ่มมารดาเป็น 3 กลุ่มเรียงตามลำดับระยะเวลาที่ยื่นทีมผ่า 1, 2<br>และ 3<br>2. กลุ่มที่ 1 จำนวน 151 คน ได้รับการดูแลตามปกติของโรงพยาบาล<br>ที่จัดให้<br>2. มารดากลุ่มที่ 2 จำนวน 150 คน ได้รับการสอนเรื่องนมมารดาในระยะ<br>ก่อนคลอด โดยทำให้ความรู้และดู video ระยะเวลา 16 นาทีเรื่อง<br>ประโยชน์ของนมมารดาพร้อมทั้งสาธิตเกี่ยวกับท่าอุ้ม ในการให้นมแก่<br>ทารกและการอมหัวนมอย่างถูกต้อง, การดูแลเต้านมและการพูดคุย<br>แนะนำเรื่องทั่วไปรวมถึงการให้คำปรึกษาเรื่องนมมารดาอีกประมาณ<br>15 นาที | <b>ผลการศึกษา:</b><br>1. มารดากลุ่ม 2 และกลุ่ม 3<br>มีอัตราการเลี้ยงทารกด้วย<br>นมมารดาอย่างเดียวนาน<br>ระยะ 2 สัปดาห์ 6 สัปดาห์<br>3 เดือนและ 6 เดือนมาก<br>กว่ามารดากลุ่ม 1 อย่างมี<br>นัยสำคัญทางสถิติ<br>( $p < 0.01$ )<br>2. มารดากลุ่ม 2 มีอัตรา<br>การเลี้ยงทารกด้วยนม<br>มารดาอย่างเดียว ในระยะ<br>2 สัปดาห์ 6 สัปดาห์ 3<br>เดือน และ 6 เดือน สูงกว่า<br>มารดากลุ่ม 3 อย่างมีนัย<br>สำคัญทางสถิติ ( $p < 0.01$ ) | -โปรแกรมการให้<br>คำแนะนำเรื่องการเลี้ยง<br>ทารกด้วยนมมารดาใน<br>ระยะก่อนคลอดและหลัง<br>คลอด<br>-แนวทางบันไดลิบซันใน<br>ข้อที่ 3 การชี้แจงให้<br>มารดาตั้งครกที่ราบถึง<br>ประโยชน์ของนมมารดา<br>- การติดตามอัตราการ<br>เลี้ยงลูกด้วยนมมารดาใน<br>ระยะหลังคลอด ระยะ 2<br>สัปดาห์, 6 สัปดาห์, 3<br>เดือน และ 6 เดือน |



ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                    | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                                                                                                                                                                             | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                               | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 8.ขวัญใจ รุ่งเรือง (2549)<br>ชื่อเรื่อง:<br>ผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ ความสามารถของ ตนเองต่อ พฤติกรรมการ เลี้ยงทารกด้วยนม มารดาของมารดา ทำงานนอกบ้าน | รูปแบบงานวิจัย: การวิจัยกึ่งทดลอง<br>ระดับงานวิจัย : B<br>วัตถุประสงค์ของ งานวิจัย : เพื่อเปรียบเทียบคะแนน พฤติกรรมการเลี้ยงลูก ด้วยนมมารดาของ มารดาทำงานนอกบ้าน ระหว่างกลุ่มที่ได้รับ โปรแกรมส่งเสริมการ รับรู้ความสามารถของ ตนเองกับกลุ่มที่ไม่ได้รับคำแนะนำตามปกติ | กลุ่มตัวอย่าง: มารดาหลังคลอดครั้งแรกอายุ 20ปีขึ้นไปทำงานนอกบ้านเต็มเวลาไม่น้อยกว่า 35 ชั่วโมง/สัปดาห์ คลอดปกติ ทารกครบกำหนด ไม่มีภาวะแทรกซ้อนใดๆ<br>สถานที่ดำเนินการวิจัย : โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี<br>วิธีการดำเนินการวิจัย :<br>1.จัดกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง โดยกลุ่มตัวอย่าง 20 รายแรกเป็นกลุ่มควบคุมและ 20 รายหลังเป็นกลุ่มทดลอง<br>2.กลุ่มควบคุมได้รับการคำแนะนำตามปกติที่โรงพยาบาลจัดให้และตอบแบบสอบถามพฤติกรรมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาของมารดาทำงานนอกบ้านหลังมารดาคลอด 1 เดือน โดยส่งแบบสอบถามให้ทางไปรษณีย์<br>2. มารดากลุ่มทดลองได้รับการส่งเสริมความสามารถตนเองที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยจัดกิจกรรมเป็นรายบุคคล และรายกลุ่ม 4 ครั้ง ครั้งที่ 1 เมื่อ 24 ชั่วโมงหลังคลอด ครั้งที่ 2 ในวันที่ 3 หลังคลอด หรือวันที่มารดาจะ กลับบ้าน | ผลการวิจัย:<br>1. กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการ เลี้ยงทารกด้วยนม มารดาเท่ากับ 54 จากคะแนนเต็ม 60 คะแนนซึ่งอยู่ในระดับดี ส่วนกลุ่ม ควบคุมมีค่าเฉลี่ยของ คะแนนพฤติกรรมการ เลี้ยงทารกด้วยนมมารดา เท่ากับ 43 จากคะแนนเต็ม 60 คะแนน และแตกต่าง กันอย่างมีนัยสำคัญทางที่ สถิติ (p < 001 ) | -โปรแกรมส่งเสริมการ รับรู้ความสามารถของ ตนเองในการเลี้ยงทารก ด้วยนมมารดาโดยการ จัดกิจกรรมส่งเสริม ความสามารถตนเองเป็น รายบุคคลและรายกลุ่ม - การติดตามเยี่ยมบ้าน และทางโทรศัพท์ |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------|
| <p>ครั้งที่ 3 วันที่ 7- 10 หลังคลอด โดยผู้วิจัยโทรศัพท์สอบถาม ครั้งที่4 เมื่อ<br/>หลังคลอดครบ 1 เดือนผู้วิจัยเยี่ยมบ้านเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล</p> <p><b>เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย</b></p> <p>1.โปรแกรมการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเอง</p> <p>2.ภาพพลิกแผนการสอนเรื่องนมมารดา</p> <p>3.แบบสอบถามพฤติกรรมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาของมารดา<br/>ทำงานนอกบ้าน</p> <p><b>การวิเคราะห์ข้อมูล:</b> โดยใช้ สถิติ แยกแยะความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วน<br/>เบี่ยงเบนมาตรฐานและ t – test</p> |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| <p><b>จุดแข็ง:</b></p> <p>1. มีการจัดทำและมี<br/>กลุ่มเปรียบเทียบ</p> <p><b>ข้อจำกัด:</b></p> <p>1. ขาดการสุ่มตัวอย่าง</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                           |                                                            |                                  |                        |



ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------|
| <b>3. มารดากลุ่มทดลอง</b> ได้รับการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของมารดา ร่วมกับการสนับสนุนของสามีในวันที่ 1 หลังคลอด และให้มารดาตอบ แบบวัดความสามารถในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ในวันที่ 3 หลังคลอด และติดตามเยี่ยมมารดาทางโทรศัพท์ในช่วงสัปดาห์ที่ 1 และ 2 และเยี่ยมบ้านในสัปดาห์ที่ 4 หลังคลอดและให้มารดาตอบแบบประเมิน การรับรู้การสนับสนุนจากสามี และในสัปดาห์ที่ 6 เมื่อมารดาตรวจ หลังคลอดให้มารดาทำแบบสอบถามการปฏิบัติในการเลี้ยงทารกด้วย นมมารดา |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| <b>เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 1.แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเลี้ยงทารก ด้วยนมมารดา                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 3.แบบประเมินการรับรู้การได้รับการสนับสนุนจากสามี                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 4. แบบสอบถามการปฏิบัติการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| <b>การวิเคราะห์ข้อมูล:</b> โดยใช้ สถิติ แจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและ t – test                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                           |                                                            |                                  |                        |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเรียนรู้ทางการด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                  | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                                                                                                                                                                          | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10.นิตยา คำแน่น<br>(2549)<br>ชื่อเรื่อง : ผลการ<br>สอนสุขศึกษาอย่าง<br>มีแบบแผนต่อ<br>ความรู้และ<br>พฤติกรรมการ<br>เลี้ยงลูกด้วยนม<br>มารดาในมารดา<br>หลังคลอดครั้งแรก | รูปแบบงานวิจัย:<br>เป็นงานวิจัยกึ่งทดลอง<br>ระดับงานวิจัย : B<br>วัตถุประสงค์ :<br>เพื่อเปรียบเทียบความรู้<br>และพฤติกรรมการเลี้ยง<br>ทารกด้วยนมมารดาใน<br>มารดาครั้งแรกหลัง<br>คลอดที่ได้รับการสอน<br>สุขศึกษาอย่างมีแบบ<br>แผนกับมารดาที่ได้รับ<br>การสอนตามปกติ | กลุ่มตัวอย่าง : มารดาครรภ์แรกที่เกิดแบบปกติทางช่องคลอด ในช่วง<br>เดือน กุมภาพันธ์ 2549 – เมษายน 2549 จำนวน 130 คน<br>สถานที่ดำเนินการวิจัย : โรงพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์<br>จังหวัดอุบลราชธานี<br>วิธีการดำเนินการวิจัย :<br>1.เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง 130 คนแบ่งเป็น กลุ่มทดลอง 65<br>คนกลุ่มควบคุม 65 คน<br>2.กลุ่มควบคุมได้รับการปฏิบัติตัวในระยะเวลาหลังคลอด การ<br>ดูแลทารก การเลี้ยงดู ข้อมูลเกี่ยวกับสิทธิการรักษา และการเลี้ยงทารก<br>ด้วยนมมารดาโดยสอนเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 15 - 20 คน ใช้เวลา 30 - 40 นาที<br>3.กลุ่มทดลองได้รับการสอนตามแผนนมมารดา การสาธิตฝึกปฏิบัติ การแจก<br>คู่มือและสอนเป็นรายบุคคล โดยผู้วิจัยเป็นผู้สอน ใช้เวลา 30 - 40 นาที<br>4. เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม และผู้วิจัยสังเกตพฤติกรรมทั้ง<br>ก่อนและหลังสอนอย่างมีแบบแผน ในวันที่ 3 หลังคลอดโดยใช้แบบ<br>สังเกตการปฏิบัติหรือไม่ปฏิบัติตามมารดา | ผลการศึกษา :<br>1.กลุ่มทดลองมีคะแนน<br>เฉลี่ยด้านความรู้และ<br>คะแนนเฉลี่ยด้าน<br>พฤติกรรมการสูงกว่ากลุ่ม<br>ควบคุมอย่างมีนัย<br>สำคัญทางสถิติ( $p < 0.01$ )<br>2.การติดตามพฤติกรรม<br>การเลี้ยงทารกด้วยนม<br>มารดาในวันที่ 30 หลัง<br>คลอดพบว่ากลุ่มทดลอง<br>เลี้ยงทารกด้วยนมมารดา<br>อย่างดีกว่า(ร้อยละ 14.2)<br>สูงกว่ากลุ่มควบคุม(ร้อย<br>ละ 7.9) อย่างมีนัย<br>สำคัญทางสถิติ( $p < 0.01$ ) | -รูปแบบการสอนสุข<br>ศึกษาโดยการสอนและ<br>การสาธิต<br>-แผนการสอนเรื่องการ<br>ส่งเสริมการเรียนรู้<br>ด้วยนมมารดา<br>- การติดตามทาง<br>โทรศัพท์ |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลือกการด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------|
| <p>5.ติดตามพฤติกรรมมารดาในระยะ 30 วันหลังคลอดโดยการสอบถามทางโทรศัพท์</p> <p><b>เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย</b></p> <p>1.แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปและข้อมูลการเลือกการด้วยนมมารดา</p> <p>2.แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการเลือกการด้วยนมมารดา</p> <p>2.แผนการสอนอย่างมีแบบแผนเรื่องนมมารดา</p> <p>3.แบบสังเกตพฤติกรรมการเลือกการด้วยนมมารดา ซึ่งเป็นแบบสังเกตการปฏิบัติหรือไม่ปฏิบัติของมารดา</p> <p><b>วิเคราะห์ข้อมูล</b></p> <p>ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติ t-test และวิเคราะห์ความแปรปรวน</p> |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| <p><b>จุดแข็ง:</b></p> <p>1.มีการจัดทำและมีกลุ่มเปรียบเทียบ</p> <p>2. ผลการวิจัยสามารถตอบตรงวัตถุประสงค์</p> <p><b>ข้อจำกัด:</b></p> <p>1.ขาดการสุ่มตัวอย่าง</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                           |                                                            |                                  |                        |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                         | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                                                                                                                         | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11. รัตนกรณ<br>ศุภสร<br>(2552)<br>ชื่อเรื่อง :<br>ผลของโปรแกรม<br>การส่งเสริม<br>บทบาทของ<br>อาสาสมัคร<br>สาธารณสุขชุมชน<br>ในเรื่องการเลี้ยง<br>ลูกด้วยนมแม่ | รูปแบบงานวิจัย:<br>เป็นงานวิจัยกึ่งทดลอง<br>ระดับงานวิจัย :<br>ระดับ B<br>วัตถุประสงค์ :<br>เพื่อศึกษาผลของ<br>โปรแกรมการส่งเสริม<br>บทบาทของ<br>อาสาสมัคร<br>สาธารณสุขชุมชน<br>ในเรื่องการเลี้ยง<br>ลูกด้วยนมแม่ | กลุ่มตัวอย่าง :<br>-อาสาสมัครสาธารณสุขชุมชนทำงานในอำเภอหนองพอกจังหวัดร้อยเอ็ด<br>จำนวน 30 คน โดยมีคุณสมบัติเกณฑ์คัดเลือกดังนี้ คือ<br>1.เพศหญิงอายุ 25 – 50 ปี<br>2.อาสาสมัครสาธารณสุขชุมชนทำงานในอำเภอหนองพอกจังหวัด<br>ร้อยเอ็ด<br>3.ในพื้นที่รับผิดชอบของอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชนมีการตรวจครรภ์<br>แรกที่มีอายุครรภ์อยู่ในไตรมาสที่ 3<br>-มารดาครรภ์แรกที่อยู่ในพื้นที่อำเภอหนองพอกจังหวัดร้อยเอ็ดจำนวน<br>30 คน โดยมีคุณสมบัติตามเกณฑ์คัดเลือกดังนี้ คือ<br>1.มารดาตั้งครรภ์ที่ยังไม่เคยมีบุตร<br>2.มีอายุครรภ์อยู่ในไตรมาสที่ 3 ของการตั้งครรภ์<br>3.ไม่มีโรคแทรกซ้อนในขณะตั้งครรภ์<br>4.ไม่มีข้อจำกัดในการให้นมมารดา<br>5.อาศัยอยู่ในพื้นที่รับผิดชอบของอาสาสมัครสาธารณสุขที่เป็นกลุ่ม<br>ตัวอย่าง<br>สถานที่ดำเนินการวิจัย : อำเภอหนองพอกมีทั้งหมด 12 ตำบล แต่ละ<br>ตำบลมีหมู่บ้านจำนวน 4-8 หมู่บ้าน แต่ละหมู่บ้าน มีประมาณหมู่บ้านละ | ผลการศึกษา :<br>พบว่าอาสาสมัคร<br>สาธารณสุขชุมชนมี<br>คะแนนความรู้หลังการ<br>ทดลองดีกว่าก่อนการ<br>ทดลองอย่างมีนัยสำคัญ<br>ทางสถิติ( $p < 0.01$ )<br>2.มารดาครรภ์แรกมี<br>ค่าเฉลี่ยการรับรู้การ<br>สนับสนุนทางสังคมจาก<br>อาสาสมัครสาธารณสุข<br>ชุมชนโดยรวม 4.46 ซึ่งอยู่<br>ในระดับการสนับสนุน<br>ทางสังคมสูง<br>3. มารดาครรภ์แรกมีความ<br>ตั้งใจในการเลี้ยงทารก<br>ด้วยนมมารดาอย่างเดียว | -แผนการสอนเรื่องการ<br>ส่งเสริมการเลี้ยงทารก<br>ด้วยนมมารดาสำหรับ<br>อาสาสมัครสาธารณสุข<br>ชุมชน<br>-รูปแบบโปรแกรมการ<br>ส่งเสริมบทบาทของ<br>สาธารณสุขชุมชนในการ<br>เลี้ยงทารกด้วยนมมารดา<br>-การเยี่ยมบ้าน<br>-การสนับสนุนทางสังคม<br>จากอาสาสมัคร<br>สาธารณสุข |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
|                       |                                                           | 50-100 หลังคาเรือน การบริการด้านสุขภาพมีโรงพยาบาลหนองพอกเป็น<br>โรงพยาบาล 30 เตียง มีสถานอนามัยประจำตำบล 1 แห่ง มีอาสาสมัคร<br>สาธารณสุข จาก 3 ตำบล                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | ก่อนการทดลองมีค่า<br>2-6 เดือน ค่าเฉลี่ย 4.03<br>เดือน หลังการทดลองมีค่า<br>พิสัย 5-6 เดือน ค่าเฉลี่ย<br>5.93 เดือน<br>4.พบว่ามารดาครรภ์แรกมี<br>ความตั้งใจในการเลี้ยง<br>ทารกด้วยนมมารดาอย่าง<br>เดียวหลังการทดลองเป็น<br>ระยะเวลานานกว่าก่อน<br>การทดลองอย่างมี<br>นัยสำคัญทางสถิติ<br>( $p < 0.001$ )<br>5.มีข้อเสนอแนะว่า<br>พยาบาลและเจ้าหน้าที่<br>ที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริม<br>การเลี้ยงทารกด้วยนม |                        |
|                       |                                                           | <b>วิธีการดำเนินการวิจัย :</b><br><b>สัปดาห์ที่ 1</b> ขั้นตอนที่ 1 ผู้วิจัยพบอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชนที่คัดเลือก<br>ตามเกณฑ์คัดเลือกที่สถานีนอนมัย เพื่อขอความร่วมมือและลงนาม<br>ยินยอม<br><b>ขั้นตอนที่ 2</b><br>1.การฝึกอบรมอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชน โดยใช้เวลาในการฝึกอบรม<br>1 วัน จัดอบรมทั้งหมด 3 ครั้ง ครั้งละ 10 คน โดยทำให้ความรู้ตาม<br>แผนการสอนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และแจกคู่มือ<br>2.ฝึกทักษะการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาโดยจัดเป็น 3 ขั้นตอน แต่ละฐานมี<br>ผู้ช่วยวิจัยประจำฐานเพื่อเป็นวิทยากรและมีอาสาสมัครสาธารณสุข<br>ชุมชน<br>ฐานละ 3-4 คน ใช้เวลาประมาณ 30 นาที (ฝึกทักษะกับหุ่น)<br>3. ศึกษาดูงานการทำงานของพยาบาลวิชาชีพกับมารดาหลังคลอด<br><b>สัปดาห์ที่ 2</b> หลังการฝึกอบรม มีการทดสอบความรู้หลังการฝึกอบรมโดย |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                        |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                       | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
|                       |                                                           | <p>ใช้แบบทดสอบความรู้ ซึ่งผู้ช่วยวิจัยเป็นผู้สังเกตทักษะ ในแต่ละฐาน</p> <p>อาสาสมัครสาธารณสุขชุมชนต้องได้คะแนนร้อยละ 100 ขึ้นไป จึงถือว่าผ่านเกณฑ์ ถ้าไม่ผ่านต้องได้รับการสอนเพิ่มเติมในส่วนที่ยังไม่ถูกต้องจากผู้ช่วยวิจัยในแต่ละทักษะที่ไม่ผ่านแล้วต้องทดสอบให้ผ่านตามเกณฑ์การประเมินภายในวันนั้น</p> <p><b>สัปดาห์ที่ 3-12</b> ขึ้นดำเนินงานของอาสาสมัครสาธารณสุข โดยอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชนที่ผ่านการอบรมกับมาตรการแรกออกยูเครกในไตรมาสที่ 3 ของการตั้งครรภ์ ในเขตพื้นที่รับผิดชอบ โดยมีการเยี่ยมบ้าน 2 ช่วงเวลา คือ ก่อนคลอดในช่วงไตรมาสที่ 3 อย่างน้อย 1 ครั้ง และหลังคลอดในสัปดาห์แรก อย่างน้อย 3 ครั้ง</p> <p><b>ขั้นตอนในการวิจัยกับการดูละการแรกตั้งต่อไปนี้</b></p> <p>ขั้นตอนที่ 1 ผู้วิจัยพบมารดาครั้งแรก ที่คัดเลือกตามเกณฑ์คัดเลือกเข้าและชี้แจงวัตถุประสงค์</p> <p>ขั้นตอนที่ 2 ผู้วิจัยติดตามสอบถามการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากอาสาสมัครสาธารณสุขในการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาหลังการทดลองที่บ้าน ในสัปดาห์ที่ 2 หลังคลอด และสอบถามความตั้งใจในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา</p> | <p>มารดาสามารถนำไปใช้ในเกมนี้ไปใช้ในการฝึกอบรมอาสาสมัครสาธารณสุขเพื่อสร้างเครือข่ายการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในชุมชน</p> <p><b>จุดแข็ง:</b></p> <p>1. มีการจัดทำและมีกลุ่มเปรียบเทียบ</p> <p>2. ผลการวิจัยตอบตรงตามวัตถุประสงค์</p> <p><b>ข้อจำกัด:</b></p> <p>1. ขาดการสุ่มตัวอย่าง</p> |                        |

การวิเคราะห์ข้อมูล : ค่าเฉลี่ย ร้อยละ และสถิติ paired t – test

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                             | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                    | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 12. สมพร ศรีสวัสดิ์ (2550)<br>ชื่อเรื่อง : ผลของการส่งเสริมทารกด้วยนมมารดา<br>ระดับ B<br>วัตถุประสงค์ : เพื่อศึกษาผลของการส่งเสริมทารกด้วยนมมารดา | เป็นงานวิจัยกึ่งทดลอง<br>ระดับงานวิจัย : ระดับ B<br>วัตถุประสงค์ : เพื่อศึกษาผลของการส่งเสริมทารกด้วยนมมารดา | กลุ่มตัวอย่าง : กลุ่มตัวอย่างมารดาและทารก จำนวน 50 คน โดยมีเกณฑ์คัดเข้าดังนี้คือมารดาครั้งแรก อายุครรภ์ครบกำหนด คลอดปกติ ไม่มีภาวะแทรกซ้อนระหว่างคลอดและหลังคลอด มีเต้านมและหัวนมปกติ ไม่ใช้ข้อห้ามทางการแพทย์ในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา และมารดามีความต้องการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ส่วนด้านทารก คือมีคะแนน APGAR แรกคลอดตั้งแต่ 7 คะแนนขึ้นไป ทารกไม่มีข้อจำกัดในการดูดนมมารดา เช่น ปากแหว่ง เพดานโหว่ เป็นต้น และทารกสุขภาพแข็งแรง ไม่มีภาวะแทรกซ้อนที่ทำให้ต้องรับการรักษาต่อเนื่องในโรงพยาบาลหลังเกิด และมีไข้หรือมีอาการอื่นที่ผิดปกติอยู่ในบ้านหรือรับตัวด้วยอย่างรุนแรง<br>รวมทั้งสามารถสื่อสารภาษาไทยได้เข้าใจ | ผลการศึกษา : พบว่าการรับรู้ของมารดาต่อการสนับสนุนทางสังคมของพยาบาลในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา กลุ่มทดลองดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ )<br>2.มารดาส่วนใหญ่มีความพอใจมากที่พยาบาลได้เข้าร่วมโครงการส่งเสริมบทบาทการสนับสนุนทางสังคมของพยาบาลในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา 3.มีข้อเสนอแนะพยาบาลและเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องสามารถนำโครงการนี้ | -กิจกรรมการให้ความรู้เป็นรายกลุ่มกลุ่มละ 3-4 คน ใช้ระยะเวลาประมาณ 45-50 นาที<br>-แผนการสอนเรื่องประโยชน์และการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา<br>- การติดตามเยี่ยมบ้านมารดาหลังคลอด<br>-การสนับสนุนของพยาบาลหรือพยาบาล |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| <p>3. ผู้วิจัยและผู้ช่วยไปเยี่ยมบ้านในวันที่ 2-3 หลังจำหน่ายจากโรงพยาบาล ซึ่งเป็นกิจกรรมตามปกติของโรงพยาบาล และเมื่อมารดาตรวจหลังคลอดให้ตอบแบบสอบถามการรับรู้ของมารดาต่อการสนับสนุนทางสังคมของพยาบาลในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา</p> <p>4. กลุ่มทดลองระยะที่ 1 ได้รับการสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคลและขอเบอร์โทรศัพท์และที่อยู่อย่างละเอียดเพื่อสะดวกในการติดต่อขึ้นรับการนัดหมายและการเยี่ยมบ้าน ภายใน 24 ชั่วโมงหลังคลอด และผู้ช่วยวิจัยประเมินความรู้เรื่องนมมารดาของพยาบาลหรือพยาบาลที่ใช้แบบสัมภาษณ์ความรู้เรื่องนมมารดา</p> <p>5. ผู้วิจัยจัดกลุ่มให้ความรู้เรื่องประโยชน์และการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา วัธีปฏิบัติโดยการพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การใช้วิธีทัศน์ การฝึกปฏิบัติแก่พยาบาลหรือพยาบาลกลุ่มละ 3-4 คน ใช้เวลาประมาณ 45-50 นาที</p> <p>6. ระยะที่ 2 ก่อนจำหน่ายกลับบ้านที่ตึกหลังคลอดผู้วิจัยเยี่ยมมารดา และพบพยาบาลเพื่อประเมินพฤติกรรมมารดาช่วยเหลือของพยาบาลหรือพยาบาลที่ใช้แบบสังเกตการปฏิบัติของพยาบาลในการช่วยเหลือมารดาให้นม</p> <p>7. ระยะที่ 3 ผู้วิจัยและผู้ช่วยไปเยี่ยมบ้านในวันที่ 2-3 หลังจำหน่ายเพื่อประเมินความรู้ของพยาบาลหรือพยาบาลที่ใช้แบบสัมภาษณ์ความรู้เรื่องนมมารดา</p> |                                                           |                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                           |                                                            | <p>ใช้เพื่อส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาได้อย่างต่อเนื่องตั้งแต่ระยะพักฟื้นหลังคลอด ระยะจำหน่ายออกจากโรงพยาบาล และสามารถนำมาปรับใช้ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ เพื่อส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น</p> <p><b>จุดแข็ง:</b></p> <p>1. มีการจัดกระทำและมีกลุ่มเปรียบเทียบ</p> <p>2. ผลการวิจัยตอบตรงตามวัตถุประสงค์</p> <p><b>ข้อจำกัด:</b></p> <p>1. ขาดการสุ่มตัวอย่าง</p> |                        |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------|
| <p>หากพบว่าคะแนนความรู้ต่ำกว่าร้อยละ 65 ผู้วิจัยจะแก้ไขความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาให้ถูกต้องและสอดคล้องกับหรือขยายถึงปัญหา และให้คำแนะนำให้กำลังใจ และกระตุ้นให้ช่วยเหลือมารดาให้กำลังใจต่อไป</p> <p>8. ระยะที่ 4 เมื่อมารดาตรวจหลังคลอดประมาณ 6 สัปดาห์ ที่ฝ่ายส่งเสริมสุขภาพ ให้มารดาตอบแบบสอบถามการรับรู้การสนับสนุนทางสังคม และแบบสอบถามความเครียดเห็นต่อโครงการส่งเสริมบทบาทการสนับสนุนทางสังคมของพยาบาลในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา</p> <p><b>เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.แผนการสอนเรื่องนมมารดา</li> <li>2.วิดีโอ แผ่นพับ ภาพพลิกเรื่องนมมารดา</li> <li>3.แบบสอบถามการรับรู้ของมารดาต่อการสนับสนุนของพยาบาลหรือพยาบาล</li> <li>4.แบบประเมินความรู้ของพยาบาลเรื่องนมมารดา</li> <li>5.แบบสังเกตการปฏิบัติของพยาบาลในการช่วยมารดาให้นมแก่ทารก</li> </ol> <p><b>วิเคราะห์ข้อมูล :</b> ค่าเฉลี่ย ร้อยละ และสถิติ Independent t – test</p> |                                                           |                                                            |                                  |                        |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลือกการด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                                      | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                                                                                                                                                                             | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 13. สรชา<br>ต้นตอชกุล<br>(2543)<br>ชื่อเรื่อง: ผลของ<br>การพยาบาล<br>ระบบสนับสนุน<br>และให้ความรู้ต่อ<br>การรับรู้อุปสรรค<br>ความพึงพอใจและ<br>พฤติกรรมในการ<br>เลือกการด้วยนม<br>มารดาของมารดา<br>วัยรุ่น | รูปแบบงานวิจัย:<br>การวิจัยกึ่งทดลอง<br>ระดับงานวิจัย: B<br>วัตถุประสงค์ของ<br>งานวิจัย<br>1. เพื่อเปรียบเทียบการ<br>รับรู้อุปสรรคในการ<br>เลี้ยงลูกด้วยนมแม่<br>ระหว่างกลุ่มที่ได้รับ<br>การพยาบาลสนับสนุน<br>และให้ความรู้<br>กับกลุ่มที่ไม่ได้รับ<br>การพยาบาลปกติ | กลุ่มตัวอย่าง : เป็นมารดาวัยรุ่นครรภ์แรกอายุไม่เกิน 20 ปีที่มีอายุครรภ์<br>มากกว่าหรือเท่ากับ 37 สัปดาห์ที่มาฝากครรภ์และคลอดที่โรงพยาบาล<br>สมเด็จพระปิ่นเกล้า<br>สถานที่ดำเนินการวิจัย : โรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า<br>วิธีดำเนินการวิจัย:<br>1. เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง 60 คน กลุ่มทดลอง 30 คน กลุ่ม<br>ควบคุม 30 คน<br>2. กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ<br>3. ผู้วิจัยพบกลุ่มทดลองครั้งที่ 1 ที่แผนกฝากครรภ์โดยให้มารดาตอบ<br>แบบสอบถามการรับรู้อุปสรรคในการเลือกการด้วยนมมารดาและสอน<br>เรื่องการเลือกการด้วยนมมารดาเป็นรายกลุ่ม กลุ่มละ 2-5 คน<br>4. ผู้วิจัยพบกลุ่มทดลองครั้งที่ 2 ที่แผนกหลังคลอดภายใน 1 ชั่วโมงแรก<br>หลังคลอดและช่วยมารดาให้การก่อกำเนิดบุตรตามมารดาทั้ง 2 ข้างข้างละ อย่าง<br>น้อย 5 นาที<br>5. ผู้วิจัยพบกลุ่มทดลองครั้งที่ 3 ภายใน 3 ชั่วโมงแรกหลัง<br>คลอด และให้การชี้แนะและสนับสนุนมารดาในการให้การดูแลนม<br>มารดาอย่างถูกต้องอย่างน้อย 2 มื้อ | ผลการวิจัย<br>1. มารดาวัยรุ่นกลุ่มที่<br>ได้รับการพยาบาล ระบบ<br>สนับสนุนและให้ความรู้<br>มีการรับรู้อุปสรรคในการ<br>เลือกการด้วยนมมารดา<br>ต่ำกว่ามารดาวัยรุ่นกลุ่มที่<br>ได้รับการพยาบาลปกติ<br>อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ<br>( $P < 0.01$ )<br>2. กลุ่มทดลองมีคะแนน<br>ประเมิน LATCH อยู่ใน<br>ระดับดี และมีคะแนนสูง<br>กว่ากลุ่มควบคุมอย่างมี<br>นัยสำคัญทางสถิติ<br>( $P < 0.01$ ) | -แผนการสอนเรื่องการ<br>เลือกการด้วยนมมารดา<br>ในระยะก่อนคลอด<br>-การชี้แจงให้มารดา<br>ตั้งครรภ์ทราบถึง<br>ประโยชน์ของนมมารดา<br>-แผนการสอนเรื่องนม<br>มารดาในระยะหลังคลอด<br>- การดูแลเร็ว ดูดบ่อยและ<br>ดูถูกวิธี<br>- การกระตุ้นให้ทารกดูด<br>นมมารดาทุก 2 ชั่วโมง |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                                               | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                              | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
|                       | วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                               |                        |
|                       | 2. เพื่อเปรียบเทียบความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระหว่างกลุ่มที่ได้รับพยาบาลระบบสนับสนุนและให้ความรู้กับกลุ่มที่ได้รับพยาบาลตามปกติ | 6. ผู้วิจัยพบกลุ่มทดลองครั้งที่ 4 ที่แผนกหลังคลอด ให้คำแนะนำมารดาเรื่องการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา และปัญหาที่พบในการให้นมทารกเพื่อเตรียมมารดาก่อนกลับบ้านเป็นรายบุคคลผู้ช่วยวิจัยสังเกตพฤติกรรมการให้นมมารดาแก่ทารก<br><b>เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย</b><br>1.แผนการสอนเรื่องการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่น<br>2.แบบสอบถามการรับรู้อุปสรรคการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาของมารดาวัยรุ่น<br>2.แบบสังเกตพฤติกรรมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาของมารดาวัยรุ่น<br><b>การวิเคราะห์ข้อมูล:</b><br>ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและสถิติ t – test | <b>จุดแข็ง:</b><br>1.เป็นงานวิจัยแบบกึ่งทดลองมีการจัดการกระทำมีกลุ่มเปรียบเทียบก่อนหลังการทดลองสามารถบอกความเป็นเหตุเป็นผลได้ |                        |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                                            | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                                                                                                                                                                               | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 14. Buakhum (2006)<br>ชื่อเรื่อง: ผลของ<br>โครงการส่งเสริม<br>การเลี้ยงทารกด้วย<br>นมมารดาต่ออัตรา<br>การเลี้ยงทารกด้วย<br>นมมารดาอย่างเร็ว<br>เพียง 4 เดือนใน<br>มารดาที่มีบุตรคน<br>แรกโรงพยาบาล<br>อำนาจเจริญ | รูปแบบงานวิจัย:<br>การวิจัยกึ่งทดลอง<br>ระดับงานวิจัย: B<br>วัตถุประสงค์ของ<br>งานวิจัย:<br>เพื่อศึกษาผลของ<br>โครงการส่งเสริมการ<br>เลี้ยงทารกด้วยนม<br>มารดาต่ออัตราการเลี้ยง<br>ทารกด้วยนมมารดา<br>อย่างเร็ว 4 เดือนใน<br>มารดาที่มีบุตรคนแรก<br>โรงพยาบาลอำนาจเจริญ | กลุ่มตัวอย่าง: เป็นหญิงตั้งครรภ์อายุระหว่าง 17-45 ปี ที่มีบุตรคนแรก<br>อายุครรภ์ระหว่าง 37-40 สัปดาห์เมื่อเริ่มทำการศึกษาภาคแรกและตลอด<br>ระหว่างเดือน สิงหาคม ถึงตุลาคม 2548 กลุ่มตัวอย่างจำนวน 60 คน<br>สถานที่ดำเนินการวิจัย: โรงพยาบาลอำนาจเจริญ<br>วิธีการดำเนินงานวิจัย:<br>1. แบ่ง กลุ่มควบคุมจำนวน 30 คนและกลุ่มทดลองจำนวน 30 คน<br>2. กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติและประเมินประสิทธิภาพการ<br>ให้นมมารดา (LATCH score) ก่อนจำหน่ายรวมทั้งการสอบถามข้อมูล<br>ทางโทรศัพท์เมื่ออายุ 1 และ 3 เดือนและนัดสัมภาษณ์ที่โรงพยาบาลเมื่อ<br>มารดาพบบุตรมารับตัวขึ้นเมื่ออายุ 2 และ 4 เดือน<br>3. กลุ่มทดลองได้รับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาซึ่งประกอบ<br>ด้วยการคัดกรองความผิดปกติของหัวนม/เต้านม ของมารดาตั้งครรภ์และ<br>การให้ความรู้ตามแผนการสอนเรื่องนมมารดาประกอบด้วยประโยชน์<br>ของนมมารดาวิธีทำให้น้ำนมมาเร็ว ทำที่ใช้ในการให้นม ใช้เวลา<br>ประมาณ 50 นาทีรวมทั้งแผนการให้การช่วยเหลือมารดาหลังคลอด 24-<br>48 ชั่วโมง โดยใช้หลักดูดเร็ว ดูดบ่อย ดูดถูกวิธี โดยนำทารกมาดูนม<br>มารดาภายใน 1 ชั่วโมงหลังคลอด นานอย่างน้อย 10 นาที และดูบ่อย<br>ทุก 2-3 ชั่วโมง โดยช่วยเหลือให้การกได้ดูนมมารดาติดต่อกันอย่างน้อย | ผลการศึกษา:<br>1.พบว่ากลุ่มทดลองมี<br>อัตราการเลี้ยงทารกด้วย<br>นมมารดาอย่างเร็ว 4<br>เดือนร้อยละ 46.67<br>ในขณะที่ กลุ่มควบคุม<br>ร้อยละ 0 และแตกต่าง<br>กันอย่างมีนัยสำคัญทาง<br>สถิติ ( $p < .001$ )<br>2.กลุ่มทดลองมีระยะ<br>เวลาเฉลี่ยในการเลี้ยง<br>ทารกด้วยนมมารดาอย่าง<br>เร็ว 104.1 วันนานกว่า<br>กลุ่มควบคุม 9.66 วันอย่าง<br>มีนัยสำคัญทางสถิติ<br>( $p < .001$ ) | -การคัดกรองความ<br>ผิดปกติของหัวนม/เต้านม<br>-คู่มือการเลี้ยงทารกด้วย<br>นมมารดา<br>-การชี้แจงให้มารดา<br>ตั้งครรภ์ทราบถึง<br>ประโยชน์ของนมมารดา<br>-หลักดูดเร็ว ดูดบ่อย ดูด<br>ถูกวิธี<br>-การประเมิน<br>ประสิทธิภาพการให้นม<br>(LATCH score)<br>-การติดตามเยี่ยมทาง<br>โทรศัพท์<br>-ส่งเสริมให้สามีและ/หรือ<br>ญาติเข้ามามีส่วนร่วม |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลือกการด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                              | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
|                       |                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p><b>จุดแข็ง;</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. มีการจัดทำและมีกลุ่มเปรียบเทียบ</li> <li>2. ผลการวิจัยสามารถตอบตรงตามวัตถุประสงค์</li> </ol> <p><b>ข้อจำกัด:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ขาดการสุ่มตัวอย่าง</li> </ol> |                        |
|                       |                                                           | <p>3 ครั้ง และมีการประเมินประสิทธิภาพ โดยใช้แบบประเมิน LATCH ถ้าได้ 9 -10 คะแนนแสดงว่ามารดาสามารถให้นมได้อย่างถูกต้อง หากมารดายังไม่สามารถให้นมได้ ให้การช่วยเหลือในการให้นมอย่างต่อเนื่อง และประเมินอีกครั้งก่อนจำหน่าย และส่งเสริมให้สามีและ/หรือญาติเข้ามามีส่วนร่วม 4. กลุ่มทดลองได้รับการประเมินประสิทธิภาพการให้นม (LATCH) ก่อนจำหน่าย สอบถามข้อมูลทางโทรศัพท์เมื่ออายุ 1 และ 3 เดือนและนัดสัมภาษณ์ที่โรงพยาบาลเมื่อนำบุตรมารับวัคซีนเมื่ออายุ 2 และ 4 เดือน</p> <p><b>เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. แบบวัดความรู้เกี่ยวกับวิธีปฏิบัติเลือกการด้วยนมมารดาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 20 ข้อ</li> <li>2. แบบสัมภาษณ์และสังเกตวิธีปฏิบัติเลือกการด้วยนมมารดาอย่างเดี่ยว ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจำนวน 19 ข้อ</li> <li>3. แบบสัมภาษณ์มารดาตั้งครรภ์และหลังคลอดครั้งแรกเกี่ยวกับการได้รับแรงสนับสนุนจากสามีที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจำนวน 10 ข้อ</li> <li>4. แผนการสอนเรื่องเลือกการด้วยนมมารดาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น</li> </ol> <p><b>การวิเคราะห์ข้อมูล:</b></p> <p>การหาค่า ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติ t-test</p> |                                                                                                                                                                                                                                                               |                        |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                      | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                                                                                                                                                                                 | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 15. Chaemsai (2007)<br>ชื่อเรื่อง:<br>Effects of spouse involvement in breast-feeding program for working mother on exclusive breast-feeding in four month | รูปแบบงานวิจัย:<br>เป็นงานวิจัยกึ่งทดลอง<br>ระดับงานวิจัย:<br>ระดับ B<br>วัตถุประสงค์ :<br>เพื่อศึกษาผลของการมี<br>ส่วนร่วมของสามีใน<br>โปรแกรมส่งเสริมการ<br>เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของ<br>หญิงครรภ์แรกที่ทำงาน<br>นอกบ้าน ต่อการเลี้ยง<br>ลูกด้วยนมแม่อย่างเดีย<br>ว 4 เดือน | กลุ่มตัวอย่าง : หญิงตั้งครรภ์แรกที่มาฝากครรภ์และคลอดระหว่างเดือน<br>กรกฎาคม 2549 - มีนาคม 2550 จำนวน 100 ราย<br>สถานที่ดำเนินการวิจัย : วิทยาลัยแพทยศาสตร์กรุงเทพ และศิริยา<br>บาล<br>วิธีการดำเนินการวิจัย :<br>1. เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง 100 คน กลุ่มทดลอง 50 คนกลุ่ม<br>ควบคุม 50 คน<br>2. กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติในช่วงฝากครรภ์และหลัง<br>คลอดและได้รับการติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ในช่วง 2 และ 4 สัปดาห์<br>หลังคลอด<br>3. กลุ่มทดลองได้รับการเข้ากลุ่มในการอภิปรายกลุ่มระหว่างมารดา สามี<br>และผู้ศึกษาการอภิปรายมีการให้ความรู้เรื่องประโยชน์ของนมมารดา<br>การแก้ไขปัญหาในการให้นม โดยมีกรให้ความรู้ตามแผนการสอนและมี<br>การสาธิตและสาธิตย้อนกลับ พร้อมทั้งให้เอกสารการเลี้ยงทารกด้วยนม<br>มารดาและคู่มือการให้คำปรึกษาเรื่องนมมารดา ให้มารดาและสามี<br>กลับไปพบทวนที่บ้านในช่วงไตรมาสที่ 3 ของการตั้งครรภ์ | ผลการวิจัย : 1.มารดากลุ่ม<br>ทดลองมีระยะเวลาการ<br>เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่าง<br>เดียว นานกว่ามารดากลุ่ม<br>ควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ<br>ทางสถิติ (p=0.01) (14.40<br>และ 2.73 สัปดาห์)<br>2.มารดากลุ่มทดลองมี<br>อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนม<br>แม่อย่างเดียวน้อยกว่า 4<br>เดือนสูงกว่ากลุ่มควบคุม<br>อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ<br>(p=0.001)<br>(ร้อยละ 74 และ 4<br>ตามลำดับ) | -โปรแกรมส่งเสริมการ<br>เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของ<br>หญิงครรภ์แรกที่ทำงาน<br>นอกบ้านร่วมกับสามี<br>ส่วนร่วมของสามี<br>- แผนการสอนเรื่องนม<br>มารดาในระยะก่อนคลอด<br>- แผนการสอนเรื่องนม<br>มารดาในระยะหลังคลอด<br>- การติดตามเยี่ยมทาง<br>โทรศัพท์ |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลือกการด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                             | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
|                       |                                                           | <p>4. โทรศัพท์ติดตามเยี่ยมใน 1, 2 และ 4 สัปดาห์</p> <p>5. ให้มารดาคอบแบบสอบถามแผนการให้นมทารกเมื่อมารดาพาบุตรมา<br/>รับวัคซีนเมื่ออายุ 1 เดือน 2 เดือนและ 4 เดือน</p> <p><b>เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย</b></p> <p>1.แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปและข้อมูลการเลือกการด้วยนมมารดา</p> <p>2.แบบติดตามข้อมูลการเลือกการด้วยนมมารดาทางโทรศัพท์</p> <p>3.แบบสอบถามแผนการให้นมมารดาแก่ทารก</p> <p><b>วิเคราะห์ข้อมูล :</b></p> <p>ค่าเฉลี่ย ร้อยละ ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติ-test</p> | <p><b>จุดแข็ง:</b></p> <p>1. มีการจัดทำและมี<br/>กลุ่มเปรียบเทียบ</p> <p>2. ผลการวิจัยสามารถ<br/>ตอบตรงวัตถุประสงค์</p> <p><b>ข้อจำกัด:</b></p> <p>1.ขาดการคุ้มครองอย่าง</p> |                        |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                         | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                                                                                                                                                                | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                                                           | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 16. Kerdmakmee (2007)<br>ชื่อเรื่อง:<br>Effects of spouse involvement in breast-feeding program for working mother on exclusive breast-feeding in first month | รูปแบบงานวิจัย:<br>เป็นงานวิจัยกึ่งทดลอง<br>ระดับงานวิจัย:<br>ระดับ B<br>วัตถุประสงค์:<br>เพื่อศึกษาผลของการมีส่วนร่วมของสามีในโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาของหญิงตั้งครรภ์แรกที่ทำงานนอกบ้านต่อการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาอย่างเดียวนในเดือนแรก | กลุ่มตัวอย่าง : หญิงตั้งครรภ์แรกที่มาฝากครรภ์และคลอดระหว่างเดือนกรกฎาคม 2549-มีนาคม 2550 จำนวน 100 ราย<br>สถานที่ดำเนินการวิจัย : วิทยาลัยแพทยศาสตร์กรุงเทพฯ และ วิทยาลัยพยาบาล<br>วิธีการดำเนินการวิจัย:<br>1. เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง 100 คน กลุ่มทดลอง 50 คนกลุ่มควบคุม 50 คน<br>2. กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติในช่วงฝากครรภ์และหลังคลอดและได้รับการติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ในช่วง 2 และ 4 สัปดาห์หลังคลอด<br>3. กลุ่มทดลองได้รับการเข้ากลุ่มในการอภิปรายกลุ่มในเรื่องประโยชน์ของการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ในระหว่างมารดา สามี และผู้ศึกษาในช่วงไตรมาสที่ 3 ของการตั้งครรภ์<br>4. กลุ่มทดลองได้รับการสอน และสาธิตการปฏิบัติในเรื่องการให้นมทารกใน 24 ชั่วโมงแรกหลังคลอด และในวันที่กลับบ้านมีการให้คำแนะนำเรื่องปัญหาที่อาจพบในการให้นมทารก และสาธิตการแก้ปัญหาให้มารดาได้ฝึกปฏิบัติ | ผลการวิจัย:<br>1. มารดากลุ่มทดลองมีระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนานกว่ามารดากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ ) ( $x = 29.30$ วัน ในกลุ่มทดลอง และ $x = 14.36$ วัน ในกลุ่มควบคุม)<br>2. มารดากลุ่มทดลองมีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวกว่าแตกต่างจากมารดากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ | - โปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาที่ทำงานนอกบ้านร่วมกับการทำงานร่วมกันของสามี<br>- แผนการสอนเรื่องนมมารดาในระยะก่อนคลอด<br>- แผนการสอนเรื่องนมมารดาในระยะหลังคลอด<br>- การติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                               | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------|
| 5. โทรศัพท์ติดตามเยี่ยมใน ระยะ 2 วัน , 1 สัปดาห์และ 2 สัปดาห์หลัง<br>ทารก และสารติดตามแก้ปัญหาให้มารดาได้ฝึกปฏิบัติ |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 6. ให้มารดาตอบแบบสอบถามแผนการให้นม ในช่วงอายุ 1 เดือนเมื่อนำ<br>บุตรมารับวัคซีน                                     |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| <b>เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย</b>                                                                                   |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 1.แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปและข้อมูลการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา                                                            |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 2.แบบติดตามข้อมูลการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาทางโทรศัพท์                                                                |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 3.แบบสอบถามแผนการให้นมมารดาแก่ทารก                                                                                  |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| <b>วิเคราะห์ข้อมูล :</b>                                                                                            |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| ค่าเฉลี่ย ร้อยละ ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติ t-test                                                                   |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| <b>จุดแข็ง :</b>                                                                                                    |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 1.มีการจัดการกระทำและมี                                                                                             |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| กลุ่มเปรียบเทียบ                                                                                                    |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 2. ผลการวิจัยสามารถ                                                                                                 |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| ตอบตรงวัตถุประสงค์                                                                                                  |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| <b>ข้อจำกัด:</b>                                                                                                    |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 1.ขาดการสุ่มตัวอย่าง                                                                                                |                                                           |                                                            |                                  |                        |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                  | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                                                                                                                                 | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 17. Pongkaew (2005)<br>ชื่อเรื่อง : Effects of self-efficacy promotion program on breastfeeding behavior and duration among first-time working mothers | รูปแบบงานวิจัย : งานวิจัยกึ่งทดลอง<br>ระดับงานวิจัย : ระดับ B<br>วัตถุประสงค์ของงานวิจัย เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะของตนเองต่อพฤติกรรมเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาของมารดาของมารดาทำงานนอกบ้านที่มีบุตรคนแรก | กลุ่มตัวอย่าง: มารดาทำงานนอกบ้านที่ฝากครรภ์และคลอดปกติบุตรคนแรกที่โรงพยาบาลศิริราช จำนวน 60 คน<br>สถานที่ดำเนินการวิจัย: โรงพยาบาลศิริราช<br>วิธีดำเนินการวิจัย<br>1.เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง 60 คน กลุ่มทดลอง 30 คนกลุ่มควบคุม 30 คน<br>2.กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติและตอบแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามความมั่นใจในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาและสังเกตพฤติกรรมการให้นม 2 ครั้งในระหว่างที่นอนพักหลังคลอดและให้ตอบแบบสอบถามความมั่นใจในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในวันนั้นได้รับวัดคืนทารกเมื่ออายุ 1, 2 เดือน<br>3.กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะของตนเองในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาโดยให้ตอบแบบสอบถาม สังเกตวิธีการให้นมและจัดกิจกรรมส่งเสริมความมั่นใจในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาที่ห้องพักหลังคลอดและให้ตอบแบบสอบถามความพึงพอใจในกิจกรรมโทรศัพท์ติดต่อสอบถามหลังกลับบ้าน 2 วัน, 6 สัปดาห์และให้ตอบ | ผลการวิจัย:<br>1.กลุ่มทดลองมีคะแนนการรับรู้สมรรถนะของตนเองในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาหลังคลอด 4 และ 8 สัปดาห์ สูงกว่ามารดาในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p<.001)<br>2.มารดาในกลุ่มทดลองมีคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ก่อนจำหน้าจากโรงพยาบาลสูงกว่าก่อนการศึกษาและสูงกว่ามารดาในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p<.001) | - โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะของตนเอง<br>- แบบสังเกตพฤติกรรม<br>- การให้นมทารก<br>- การติดตามทางโทรศัพท์ |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                        | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------|
| แบบสอบถามอีกครั้งในระหว่างพาทารกมารับวัคซีนเมื่ออายุ 1 เดือนและ 2 เดือน      |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย                                                   |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 1.แผนการสอนเรื่องการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในมารดา                             |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 2.แบบสอบถามความมั่นใจในการเลี้ยงทารก                                         |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 2.แบบสังเกตพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงทารก                                         |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| จุดแข็ง:                                                                     |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 1.มีการจัดทำและมีกลุ่มเปรียบเทียบ                                            |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 2. ผลการวิจัยสามารถตอบตรงวัตถุประสงค์                                        |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| ข้อจำกัด:                                                                    |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 1.ขาดการสุ่มตัวอย่าง                                                         |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| วิเคราะห์ข้อมูล: โดยใช้ร้อยละ ค่าเฉลี่ย วิเคราะห์ความแปรปรวน, สถิติ t – test |                                                           |                                                            |                                  |                        |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                           | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                                                                                                                                     | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 18. Sooksaen (2006)<br>ชื่อเรื่อง:<br>The effects of group support and prompting<br>On satisfaction, duration and behavior of breast feeding in teenage mothers | รูปแบบงานวิจัย:<br>เป็นงานวิจัยกึ่งทดลอง<br>ระดับงานวิจัย:<br>ระดับ B<br>วัตถุประสงค์:<br>เพื่อศึกษาผลของการใช้<br>กลุ่มสนับสนุนและกระตุ้นเตือนต่อความพึงพอใจ ระยะเวลา และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่นหลังคลอด | กลุ่มตัวอย่าง : มารดาครรภ์วัยรุ่นหลังคลอดที่คลอดและเข้าพื้นที่<br>แผนกสูติกรรมระหว่างเดือน มิถุนายน 2548 – พฤศจิกายน 2548 จำนวน 60 ราย<br>สถานที่ดำเนินการวิจัย : โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช<br>วิธีการดำเนินการวิจัย :<br>1. เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง 60 คน แบ่งเป็น กลุ่มทดลอง 30 คนกลุ่มควบคุม 30 คน<br>2. กลุ่มควบคุม "ได้รับการพยาบาลตามปกติหลังคลอดในช่วงเวลา 24-36 ชั่วโมง และมีการสังเกตพฤติกรรมความเสี่ยงทารกด้วยนมมารดาในช่วง 24-36 ชั่วโมง และติดตามดูพฤติกรรมการให้นมมารดาในช่วง 4 สัปดาห์หลังคลอด<br>3. กลุ่มทดลองได้รับการพยาบาลตามปกติหลังคลอด ในช่วงเวลา 24 -36 ชั่วโมงและมีการสังเกตพฤติกรรมความเสี่ยงทารกด้วยนมมารดา และได้เข้าร่วมกลุ่มสนับสนุนและกระตุ้นเตือน โดยการจัดเข้ากลุ่มเรียนรู้ กลุ่มละ 2 - 5 คน และให้ชมวิดีโอพร้อมทั้งแจกคู่มือการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาผู้วิจัยติดตามเยี่ยมบ้านหลังคลอด 1 สัปดาห์ และติดตามเยี่ยมทาง | ผลการศึกษา :<br>1.กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีระดับความพึงพอใจในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาไม่แตกต่างกันมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p > 0.01$ )<br>2.ระยะเวลาในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาของ กลุ่มทดลองมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัย<br>สำคัญทางสถิติ( $p < 0.01$ )<br>3.คะแนนพฤติกรรมในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาของกลุ่มทดลองสูง<br>กว่ากลุ่มควบคุมอย่างมี | - กิจกรรมการใช้กลุ่มสนับสนุนและกระตุ้นเตือน<br>-การประเมินประสิทธิภาพการให้นม (LATCH score)<br>-การโทรศัพท์ติดตามเยี่ยมหลังคลอด<br>-การติดตามเยี่ยมบ้านหลังคลอด 1 สัปดาห์ |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลือกการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                     | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------|
| โทรศัพท์ที่ใช้แบบสอบถามและแบบประเมินที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ในระยะ 2 - 6 สัปดาห์ 2 - 4 ครั้ง |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย                                                                |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 1.แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปและข้อมูลการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา                                  |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 2.แบบติดตามข้อมูลการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาทางโทรศัพท์                                      |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 3.แบบสอบถามความพึงพอใจในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา                                          |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 4.แบบประเมินพฤติกรรมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาที่ใช้แบบสังเกต                               |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| พฤติกรรม (LATCH)                                                                          |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| วิเคราะห์ข้อมูล :                                                                         |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| ค่าเฉลี่ย ร้อยละ ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติ-t-test และวิเคราะห์ความแปรปรวน                 |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| ข้อจำกัด:                                                                                 |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| 1.ขาดการสุ่มตัวอย่าง                                                                      |                                                           |                                                            |                                  |                        |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                                                                                              | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย                                                                                                                                                                                            | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย                                                                                                                                                                                                                                                            | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด                                                                                                                                                                                                                        | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 19. Wannarachoo (2003)<br>ชื่อเรื่อง:<br>การศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่<br>วัตถุประสงค์ของงานวิจัย:<br>เพื่อศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่<br>6 สัปดาห์ ในหญิงหลังคลอด ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพเขต 1 กรุงเทพมหานคร | รูปแบบงานวิจัย:<br>การวิจัยกึ่งทดลอง<br>ระดับงานวิจัย : B<br>วัตถุประสงค์ของงานวิจัย:<br>วัตถุประสงค์ของงานวิจัย:<br>เพื่อศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่<br>6 สัปดาห์ ในหญิงหลังคลอด ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพเขต 1 กรุงเทพมหานคร | กลุ่มตัวอย่าง: มารดาหลังคลอด จำนวน 60 คน ที่มาคลอด โรงพยาบาลแม่และเด็ก ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ เขต 1 กรุงเทพฯ โดยมีคุณสมบัติดังนี้ คือมารดาไม่มีภาวะแทรกซ้อนก่อนคลอด มีเต้านม หัวนมปกติ ทารกที่คลอดสามารถดูดนมแม่ได้โดยไม่จำเป็นต้องจำกัดทางแพทย์ ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล ระหว่างเดือน 11 มิถุนายน 2545 – 16 กันยายน 2545 | ผลการวิจัย:<br>1. กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.001$ )<br>2. กลุ่มทดลองมีระยะเวลาการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดายาวนานกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.001$ ) | - โปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาโดยใช้แรงสนับสนุนของสามี<br>- แผนการสอนเรื่องนมแม่ ประสานใจ สายสัมพันธ์ และบันไดสู่ความสำเร็จ |

ตารางวิเคราะห์ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลือกการด้วยนมมารดา (ต่อ)

| ผู้แต่ง/ปี/ชื่อเรื่อง                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | รูปแบบงานวิจัย/<br>ระดับงานวิจัย/<br>วัตถุประสงค์งานวิจัย | กลุ่มตัวอย่าง/สถานที่ดำเนินการวิจัย/<br>วิธีดำเนินการวิจัย | ผลการศึกษา/<br>จุดแข็ง /ข้อจำกัด | สิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------|
| <p>4. กลุ่มควบคุมได้รับความรู้ตามแบบปกติของผู้ป่วย</p> <p>5. กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ได้รับการเฝ้าผล โดยการตอบแบบสอบถามด้วยตนเองก่อนและหลังการทดลอง</p> <p><b>เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย</b></p> <p>1. แบบวัดความรู้เกี่ยวกับวิธีปฏิบัติการเลือกการด้วยนมมารดาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 20 ข้อ</p> <p>2. แบบสัมภาษณ์และสังเกตวิธีปฏิบัติการเลือกการด้วยนมมารดาอย่างเดี่ยว ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจำนวน 19 ข้อ</p> <p>3. แบบสัมภาษณ์มารดาตั้งครรภ์และหลังคลอดครั้งแรกเกี่ยวกับการได้รับแรงสนับสนุนจากสามีที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจำนวน 10 ข้อ</p> <p>4. แผนการสอนเรื่องการเลือกการด้วยนมมารดาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น</p> <p><b>การวิเคราะห์ข้อมูล:</b></p> <p>การหาค่า ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติ t-test</p> |                                                           |                                                            |                                  |                        |
| <p><b>จุดแข็ง:</b></p> <p>1. มีการจัดทำและมีกลุ่มเปรียบเทียบ</p> <p>2. ผลการวิจัยสามารถตอบตรงตามวัตถุประสงค์</p> <p><b>ข้อจำกัด:</b></p> <p>1. ขาดการสุ่มตัวอย่าง</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                           |                                                            |                                  |                        |

## ประวัติผู้ศึกษา

ชื่อ - สกุล

นางสาวอรสุภา เพ็ญสมบุญ

วัน เดือน ปีเกิด

11 กรกฎาคม พ.ศ. 2506

ประวัติการศึกษา

วิทยาลัยพยาบาลนราธิวาส, พ.ศ. 2526-2528

ประกาศนียบัตรพยาบาลและผดุงครรภ์ระดับต้น

มหาวิทยาลัยรามคำแหง, พ.ศ. 2528-2532

ศึกษาศาสตรบัณฑิต เอกสุขศึกษา

มหาวิทยาลัยมหิดล, พ.ศ. 2535-2537

พยาบาลศาสตรบัณฑิต

คณะพยาบาลศาสตร์ ศิริราชพยาบาล

มหาวิทยาลัยมหิดล, พ.ศ. 2549-2554

พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน (ภาคพิเศษ)

โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

ตำแหน่งและสถานที่ทำงาน

พ.ศ. 2526-2535 งานรักษาพยาบาลและส่งเสริมสุขภาพ

สถานีอนามัยสิริยะจรเข้ใหญ่ จังหวัดสมุทรปราการ

ตำแหน่ง พยาบาลเทคนิค

พ.ศ. 2537-ปัจจุบัน งานสุติกรรม

ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

โรงพยาบาลพระสมุทรเจดีย์สวาทยานนท์

จังหวัดสมุทรปราการ

ที่อยู่

68/87 ม.1 ต.ท่าทราย อ.เมือง จ.นนทบุรี 11000

โทรศัพท์ ที่ทำงาน 02- 4259407 ต่อ 1115

มือถือ 081-9275845

Email address: paon\_1107@hotmail.com