

## การจัดการความรู้ เรื่อง การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่น โดยครอบครัวมีส่วนร่วม

ประวีณา ปะตา<sup>1</sup> อมรรัตน์ ประสีระเก<sup>2</sup>

### บทคัดย่อ

การจัดการความรู้ เรื่อง การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่น โดยครอบครัวมีส่วนร่วมนี้มีผลโดยตรงกับแผนยุทธศาสตร์ที่ 1 การส่งเสริมสุขภาพป้องกันโรค และคุ้มครองผู้บริโภคเป็นเลิศ จังหวัดมหาสารคาม ปี 2558-2561 ในด้านแม่และเด็ก โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อพัฒนากระบวนการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่นโดยครอบครัวมีส่วนร่วม ผู้มีส่วนร่วมวิจัยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ 1) มารดาที่มาคลอดที่แผนกห้องคลอดที่มีช่วงอายุ 15-19 ปี จำนวน 47 คน 2) ผู้ดูแล ได้แก่ สามี จำนวน 9 คน ญาติ จำนวน 56 คน พยาบาลห้องคลอด จำนวน 5 คน และพยาบาลเวชปฏิบัติครอบครัวและชุมชน จำนวน 4 คน โดยผ่านการขออนุญาตจากผู้เข้าร่วมวิจัยและยอมรับจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมในการศึกษาคั้งนี้ การดำเนินการวิจัยประกอบด้วย 3 ระยะ ได้แก่ ระยะวิเคราะห์สถานการณ์ ระยะพัฒนา และระยะประเมินผล ดำเนินการระหว่างเดือนตุลาคม 2559 ถึงกันยายน 2560 เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ 1) แนวคำถามการสนทนากลุ่ม 2) แบบประเมินกิจกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 3) แบบประเมินการปฏิบัติตัวของมารดาวัยรุ่นในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 4) แบบบันทึกการเยี่ยมมารดาวัยรุ่น วิเคราะห์ข้อมูลด้วยคำร้อยละ ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

ผลการวิจัย ระยะวิเคราะห์สถานการณ์ : พบปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่น ได้แก่ ด้านมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ด้านสามี ด้านญาติ และด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ระยะพัฒนา : เกิดกระบวนการพัฒนา 4 วงจรปฏิบัติการ เกี่ยวกับ 1) เสริมสร้างความตระหนักการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และบทบาทของบิดา มารดา และญาติ 2) สร้างระบบรองรับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประกอบด้วย (1) การสร้างสายใยรักความผูกพันระหว่างพ่อ แม่ ลูก และสมาชิกในครอบครัว (2) การสนับสนุนบทบาทพ่อแม่ (3) การให้ความรู้และฝึกทักษะปฏิบัติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่น (4) การฝึกทักษะสมาชิกครอบครัวในการสนับสนุนช่วยเหลือ มารดาวัยรุ่น 3) การติดตามกำกับและประเมินผลเป็นระยะ ระยะประเมินผล : ประเมินคุณภาพกิจกรรม พบว่า มารดาและทารกแรกเกิดได้รับการส่งเสริมความผูกพันระหว่างมารดาและทารกโดยเร็วด้วยการช่วยให้แม่ลูกได้สัมผัสกันในลักษณะเนื้อแนบเนื้อ ภายใน 30 นาที ร้อยละ 97.87 ประเมินการเข้าเต้าดูดนมของทารกในการให้นมมารดา (LATCH Score)

พยาบาลวิชาชีพ<sup>1</sup> พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ<sup>2</sup>

กลุ่มงานห้องคลอด โรงพยาบาลนาเชือก จังหวัดมหาสารคาม

อยู่ในเกณฑ์ปกติร้อยละ 100 อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวในช่วงอายุ 0-1, 3, และ 6 เดือน เพิ่มขึ้นเป็น ร้อยละ 100, 70.21 และ 23.40 ตามลำดับ ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่า กระบวนการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่นโดยครอบครัวมีส่วนร่วม ส่งผลลัพธ์ที่ดีในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่น โดยได้นำไปแลกเปลี่ยนเรียนรู้ กระบวนการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่นในหน่วยงานห้องคลอด โรงพยาบาลนาเชือก และประกาศเป็นนโยบายแนวปฏิบัติของโรงพยาบาลนาเชือก และได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ระดับจังหวัดในงานมหกรรมวิชาการสาธารณสุขของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดมหาสารคาม ปี 2561 โดยได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2 ในการนำเสนอผลงานวิชาการสาขาการพยาบาล

**คำสำคัญ:** นมแม่, มารดาวัยรุ่น, ครอบครัวมีส่วนร่วม

## บทนำ

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในปัจจุบันเป็นที่ยอมรับกันว่าน้ำนมแม่มีประโยชน์สำหรับทารก มีผลดีทั้งต่อร่างกาย จิตใจ ส่งผลให้ทารกเติบโตมีพัฒนาการสมวัย แม้ว่าจะมีการศึกษาพบประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ว่าเป็นผลดีสำหรับลูก แต่จากผลการสำรวจสถานะสุขภาพเด็กไทย (MICS) ในปี 2555 โดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่า อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว ในช่วงอายุ 0-1, 3 และ 6 เดือน อยู่ที่ร้อยละ 30, 15 และ 12.3 ตามลำดับ โดยอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนของประเทศไทยมีเพียง ร้อยละ 12.3 ซึ่งยังคงต่ำกว่าเป้าหมายในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 11 (2555-2559) ที่ได้กำหนดเป้าหมายไม่น้อยกว่า ร้อยละ 30<sup>1</sup> ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยังมีอัตราต่ำ

สถิติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว ในมารดาวัยรุ่นปีงบประมาณ 2557- 2559 โรงพยาบาลนาเชือก พบอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้นาน 6 เดือน คิดเป็น ร้อยละ 15.94 , 14 และ 10 ตามลำดับ เมื่อเปรียบเทียบกับมารดาที่ไม่ใช่วัยรุ่น ปี พ.ศ. 2557-2559 คิดเป็น ร้อยละ 65.30, 43.98 และ 39.18 ตามลำดับ ซึ่งอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวในมารดาวัยรุ่นมีอัตราที่ต่ำกว่ามารดาที่ไม่ใช่วัยรุ่น มารดาที่มีอายุมากกว่ามีวุฒิภาวะที่สามารถจัดการกับปัญหาอุปสรรคต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ดีกว่า และปีงบประมาณ 2559 พบอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวในมารดาวัยรุ่นในช่วงอายุ 0-1, 3 และ 6 เดือน อยู่ที่ร้อยละ 74 , 46 และ 10 ตามลำดับ ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยังมีอัตราที่ลดลงตามระยะเวลาที่เพิ่มขึ้น ซึ่งช่วงเดือนแรกถือเป็นช่วงที่เสี่ยงต่อการหยุดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูง

และการส่งเสริมการให้นมแม่ตั้งแต่ครั้งแรก เป็นสิ่งที่สำคัญ ช่วยเพิ่มความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในครั้งแรก สร้างสายสัมพันธ์ระหว่างแม่ลูก สามารถเพิ่มอัตราและเพิ่มระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่<sup>2</sup>

จากที่ผู้วิจัยและคณะได้สังเกตพฤติกรรมมารดาวัยรุ่นหลังคลอดจำนวน 50 ราย ณ ห้องคลอดโรงพยาบาลนาเชือก ปี พ.ศ. 2559 พบว่า มารดาวัยรุ่นยังคำนึงถึงภาพลักษณ์ รูปร่างความสวยงามของตนเอง มีความเชื่อว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จะทำให้เต้านมหย่อนยานเสียรูปทรง คิดว่าการให้ลูกดูดนมเป็นความยุ่งยาก รบกวนความสุขสบายของตน และยังคิดว่า น้ำนมมาน้อยไม่เพียงพอกับความต้องการของลูกจึงต้องการเลี้ยงลูกด้วยนมผสม แทนเพราะมีความสะดวกสบายมากกว่า ประกอบกับญาติผู้ใหญ่ที่มีความเชื่อประสบการณ์เดิมเกี่ยวกับนมแม่ที่ถูกต้องไม่เพียงพอ คิดว่าน้ำนมของมารดาวัยรุ่นมาน้อย เต้านมเล็ก น้ำนมไม่เพียงพอกับความต้องการของลูกมีการป้อนน้ำ นมผสมเสริมแก่ทารก

การศึกษาที่ผ่านมา พบว่า ความล้มเหลวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดา มาจากหลายสาเหตุ โดยปัจจัยภายในสำคัญที่ทำให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไม่ประสบความสำเร็จ คือ การขาดความตั้งใจ ความตระหนัก ทศนคติเกี่ยวกับนมแม่ และความไม่มั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว ทศนคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ ได้แก่ ความรู้และ

ความเชื่อของสตรีตั้งครรภ์และทัศนคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของคนรอบข้าง ทศนคติที่ไม่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่<sup>3</sup> และพบว่าแรงสนับสนุนจากคนในครอบครัวก็มีส่วนเกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สามี หรือมารดาหญิงตั้งครรภ์เป็นปัจจัยที่ทำนายความตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวของหญิงตั้งครรภ์ได้<sup>4</sup> หญิงตั้งครรภ์ควรได้รับการสนับสนุนและช่วยเหลือในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำได้ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ จนถึงระยะหลังคลอด แนวทางการให้ความรู้ทำได้ทั้งเป็นรายกลุ่มและรายบุคคล การให้ความรู้มักเป็นการประเมินความรู้ ความเข้าใจ เจตคติ ความต้องการ การให้คำแนะนำ และการช่วยเหลือ และควรเปิดโอกาสให้ญาติ สามี เข้าร่วมรับฟังด้วย เพื่อจะช่วยให้การเรียนรู้รายละเอียดของการสนับสนุน ความต้องการ และถามปัญหาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่เหมาะสมกับบริบทของมารดาวัยรุ่น<sup>5</sup> ซึ่งจะนำไปสู่การวางแผนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และเป็นโอกาสที่ดีในการสร้างความเข้าใจรับรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างถูกต้อง

จากปัญหาดังกล่าวจึงได้มีการประชุมปรึกษาร่วมกันระหว่างทีม และหาแนวทางแก้ไขปัญหา โดยร่วมกันวางแผนเพื่อพัฒนานำแผนสู่การปฏิบัติจริง มีการสังเกตและประเมินผลการปฏิบัติ เข้าสู่ขั้นตอนการวางแผนปรับปรุงพัฒนางาน และดำเนินการใหม่เป็นวงจร ให้ได้กระบวนการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ที่เหมาะสม เพื่อให้มารดาวัยรุ่นได้รับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยิ่งเพิ่มมากขึ้น

การจัดการความรู้เรื่องการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่นโดยครอบครัวมีส่วนร่วมนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสถานการณ์และผลของกระบวนการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่นโดยครอบครัวมีส่วนร่วมโรงพยาบาลนาเชือก

### วิธีการศึกษา

การวิจัยนี้เป็นวิจัยเชิงปฏิบัติการ 3 ระยะ ได้แก่ ระยะวิเคราะห์สถานการณ์ ระยะพัฒนา และระยะประเมินผล ผู้มีส่วนร่วมวิจัยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ 1) มารดาที่มาคลอดที่แผนกห้องคลอดที่มีช่วงอายุ 15-19 ปี จำนวน 47 คน 2) ผู้ดูแล ได้แก่ สามี จำนวน 9 คน ญาติ จำนวน 56 คน พยาบาลห้องคลอด จำนวน 5 คน และพยาบาลเวชปฏิบัติครอบครัวและชุมชน จำนวน 4 คน โดยผ่านการขออนุญาตจากผู้เข้าร่วมวิจัยและยอมรับจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมในการศึกษาครั้งนี้ ระยะเวลาดำเนินการระหว่างเดือนตุลาคม 2559 ถึงกันยายน 2560 เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ 1) แบบบันทึกการสนทนากลุ่ม แบ่งเป็น 2 ส่วน ได้แก่ ระยะวิเคราะห์สถานการณ์ และระยะพัฒนากระบวนการ 2) แบบประเมินกิจกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 3) แบบประเมินการปฏิบัติตัวของมารดาวัยรุ่นในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 4) แบบบันทึกการเยี่ยมมารดาวัยรุ่น

### ผลการศึกษา

ระยะวิเคราะห์สถานการณ์ พบปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่นประกอบด้วย 1) ด้านมารดาวัยรุ่นหลังคลอด จากการศึกษาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่นพบปัญหาจากหลายสาเหตุ ได้แก่ (1) ปัญหาด้านสรีระ เต้านมเล็ก หัวนมสั้น (2) ภาพลักษณ์มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เช่น น้ำนมที่ไหลเปรอะเปื้อนเสื้อผ้า ความยุ่งยากในการให้ลูกดูดนม กลัวเต้านมหย่อนยานเสียรูปทรง (3) ขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับนมแม่ที่ถูกต้อง (4) ความตระหนักถึงความสำคัญของนมแม่/วุฒิภาวะในการเป็นมารดาไม่สามารถจัดการกับความไม่สุขสบายต่างๆ เช่น เจ็บปวดคัดตึงเต้านม ความเหนื่อยล้าจากการให้นมทารก เมื่อมารดาพบปัญหาและอุปสรรค เกิดความไม่มั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (5) เชื่อฟังคำแนะนำของญาติผู้ใหญ่ 2) ด้านสามี ขาดการมีส่วนร่วมในบทบาทของสามี /วุฒิภาวะในการเป็นบิดา 3) ญาติ ยังมีความเชื่อความเข้าใจประสบการณ์เดิมที่ผ่านมา/มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ถูกต้องไม่เพียงพอ 4) ด้านบุคลากร ผู้ให้บริการมีความรู้ทักษะการพยาบาลในการให้คำแนะนำสุขศึกษาที่ไม่เป็นแนวเดียวกัน

ระยะพัฒนา เกิดกระบวนการพัฒนา 4 วงจรปฏิบัติการ เกี่ยวกับ 1) เสริมสร้างความตระหนักการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และบทบาทของบิดา มารดา และญาติ ทำการสนทนากลุ่ม เน้นให้ครอบครัวมีส่วนร่วม

แสดงความคิดเห็นเห็นความเข้าใจความต้องการเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และทบทวนบทบาทของตนเอง โดยผู้วิจัยและคณะ ซึ่งเป็นพยาบาลห้องคลอดช่วยประสานและพูดคุยโน้มน้าวให้เกิดการมีส่วนร่วมเพื่อช่วยให้ได้เรียนรู้ปัญหา ความต้องการของการสนับสนุนที่เหมาะสมกับบริบทของมารดาวัยรุ่น ซึ่งจะนำไปสู่การวางแผนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และเป็นการสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับนมแม่ได้ถูกต้อง 2) สร้างระบบรองรับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ประกอบด้วย (1) การสร้างสายใยรักความผูกพันระหว่างพ่อ แม่ ลูก และสมาชิกในครอบครัว เกิดกิจกรรมสายสัมพันธ์แม่ลูก ได้มีการให้มารดาวัยรุ่นเริ่มต้นการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ภายใน 1 ชั่วโมงแรกคลอดและการนำแม่ลูกสัมผัสในลักษณะเนื้อแนบเนื้อทันทีภายใน 30 นาที โดยเร็วภายในห้องคลอด ส่งเสริมสัมพันธภาพแม่ลูกและสมาชิกในครอบครัว กระตุ้นให้เกิดการโอบกอด สัมผัสทารก เปิดโอกาสให้สมาชิกในครอบครัวดูแลช่วยเหลือกิจกรรม (2) การสนับสนุนบทบาทพ่อแม่ (3) การให้ความรู้และฝึกทักษะปฏิบัติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่น โดยได้ทำกิจกรรมอภิปรายกลุ่มสอนสาธิต และฝึกปฏิบัติทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่มารดาวัยรุ่น สามี่โดยใช้แผนการสอนร่วมกับใช้ภาพพลิกหุ่นทารก เต้านมจำลองเป็นสื่อการสอนและติดตามสอนสาธิตปฏิบัติเป็นรายบุคคล สุขศึกษาข้างเตียง เกิดครอบครัวตัวอย่างขึ้น (4) การฝึกทักษะสมาชิกครอบครัวในการสนับสนุน ช่วยเหลือ มารดาวัยรุ่น การให้

ครอบครัวเข้าร่วมกิจกรรมให้เกิดความรู้ความเข้าใจ และตั้งใจสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 3) การติดตามกำกับและประเมินผลเป็นระยะ

ระยะประเมินผล ประเมินคุณภาพกิจกรรม พบว่า มารดาและทารกแรกเกิดได้รับการส่งเสริมความผูกพันระหว่างมารดาและทารกโดยเร็ว ด้วยการช่วยให้แม่ลูกได้สัมผัสกันในลักษณะเนื้อแนบเนื้อภายใน 30 นาที ร้อยละ 97.87 ประเมินการเข้าเต้าคุณนมของทารกในการให้นมมารดา (LATCH Score) อยู่ในเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 100 อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนในช่วงอายุ 0-1, 3 และ 6 เดือนเพิ่มขึ้น โดยพบว่าอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนในมารดาวัยรุ่นในช่วงอายุ 0-1, 3 และ 6 เดือน ของปีงบประมาณ 2560 อยู่ที่ร้อยละ 100, 70.21 และ 23.40 ตามลำดับ เมื่อเปรียบเทียบกับปีงบประมาณ 2559 ที่พบอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนในมารดาวัยรุ่นในช่วงอายุ 0-1, 3 และ 6 เดือน อยู่ที่ ร้อยละ 74, 46 และ 10 ตามลำดับ ซึ่งมีการเพิ่มขึ้นจากปีงบประมาณ 2559 อย่างเห็นได้ชัด ผลการศึกษานี้ชี้ให้เห็นว่ากระบวนการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่นโดยครอบครัวมีส่วนร่วม ส่งผลลัพธ์ที่ดีในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่น สามารถช่วยให้มารดาวัยรุ่นมีความพร้อมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากขึ้น เพิ่มอัตราและเพิ่มระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้นานขึ้น โดยได้นำไปแลกเปลี่ยนเรียนรู้กระบวนการส่งเสริม

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่น  
ในหน่วยงานห้องคลอด และประกาศเป็น  
นโยบายแนวปฏิบัติของโรงพยาบาล  
นาเชือก และยังได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ระดับ  
จังหวัดในงานมหกรรมวิชาการสาธารณสุข  
ของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด  
มหาสารคาม ปี 2561 โดยได้รับรางวัล  
รองชนะเลิศอันดับ 2 ในการนำเสนอผลงาน  
วิชาการ สาขาการพยาบาล

### อภิปรายผลการศึกษา

การจัดการความรู้ เรื่อง กระบวนการ  
ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดา  
วัยรุ่นโดยครอบครัวมีส่วนร่วมนี้ได้เสริม  
สร้างความเข้าใจความตระหนักในบทบาท  
ของบิดา มารดา และญาติ เริ่มจากการ  
สนทนากลุ่ม เน้นให้ครอบครัวมีส่วนร่วม  
แสดงความคิดเห็นความรู้ความเข้าใจ  
เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ  
ทบทวนบทบาทของตนเองร่วมกันกับสามี  
ญาติ สอดคล้องกับการศึกษาอำนาจการ  
ทำนายของการสนับสนุนจากสามี ย่า ยาย  
และพยาบาลต่อระยะเวลาในการเลี้ยงลูก  
ด้วยนมแม่อย่างเดียว<sup>5</sup> พบว่า แนวทาง  
การให้ความรู้ทำได้ทั้งเป็นรายกลุ่มและ  
รายบุคคล การให้ความรู้มักเป็นการ  
ประเมินความรู้ ความเข้าใจ เจตคติ  
ความต้องการ การให้คำแนะนำ และการ  
ช่วยเหลือ และควรเปิดโอกาสให้ญาติ สามี  
เข้าร่วมรับฟังด้วย เพื่อจะช่วยให้การเรียนรู้  
รายละเอียดของการสนับสนุนความ  
ต้องการ และถามปัญหาเกี่ยวกับการเลี้ยง  
ลูกด้วยนมแม่ที่เหมาะสมกับบริบทของ  
มารดาวัยรุ่น

การทำกิจกรรมอภิปรายกลุ่มสอน  
สาธิต และฝึกปฏิบัติทักษะการเลี้ยงลูกด้วย  
นมแม่แก่มารดาวัยรุ่น สามีและญาติ โดยใช้  
แผนการสอนร่วมกับใช้ภาพพลิก หุ่นทารก  
เต้านมจำลองเป็นสื่อการสอนที่ได้จัดเตรียม  
ไว้ และติดตามสอนสาธิตปฏิบัติเป็นราย  
บุคคล สุขศึกษาข้างเตียงเกิดครอบครัว  
ตัวอย่างขึ้น หากมารดาวัยรุ่นได้รับแรง  
สนับสนุนจากครอบครัว สามีหรือญาติเห็น  
ด้วยกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แสดงบทบาท  
ของสามีหรือบิดาได้ มารดาวัยรุ่นก็จะมี  
แนวโน้มที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน  
ที่สุด หรือนาน 6 เดือน สอดคล้องกับ  
การศึกษาปัจจัยทำนายความตั้งใจเลี้ยงบุตร  
ด้วยนมมารดาอย่างเดียวของสตรีตั้งครรภ์<sup>4</sup>  
ที่พบว่า การให้ความรู้ ได้ฝึกการจดจำให้  
นมบุตรจำลองอย่างถูกวิธีเป็นการเริ่มต้น  
กระตุ้นให้นมมา โดยการสอนสาธิตเป็น  
แบบอย่างแก่สามี หรือมารดาหญิงตั้งครรภ์  
เป็นปัจจัยที่ทำนายความตั้งใจเลี้ยงลูกด้วย  
นมแม่อย่างเดียวของหญิงตั้งครรภ์ได้  
และถ้าหญิงตั้งครรภ์มีความเชื่อว่าตัวเองก็  
สามารถทำได้ ทำให้เกิดการรับรู้การควบคุม  
พฤติกรรม หรือรับรู้ว่าจะสามารถเลี้ยงลูกด้วย  
นมแม่อย่างเดียวได้เป็นปัจจัยที่ทำนาย  
ความตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวของ  
หญิงตั้งครรภ์ได้

สร้างระบบกระบวนการจัดการ  
ความรู้ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่  
เกิดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะความรู้การ  
เลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยครอบครัวมีส่วนร่วม  
มีการจัดการความรู้ที่เป็นระบบ กิจกรรม  
สายสัมพันธ์แม่ลูก ได้มีการให้มารดาวัยรุ่น

เริ่มต้นการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ภายใน 1 ชั่วโมงแรกคลอดและการนำแม่ลูกสัมผัสในลักษณะเนื้อแนบเนื้อ ทันทีภายใน 30 นาทีหลังคลอด สอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยทำนายความตั้งใจเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดี่ยวของสตรีตั้งครรภ์<sup>2</sup> พบว่าการส่งเสริมการให้นมแม่ตั้งแต่ครั้งแรกเป็นสิ่งที่สำคัญช่วยเพิ่มความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในครั้งแรกสร้างสายสัมพันธ์ระหว่างแม่ลูก สามารถเพิ่มอัตราและเพิ่มระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

### สรุปผลการศึกษา

กระบวนการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่นโดยครอบครัวมีส่วนร่วม ส่งผลลัพธ์ที่ดีในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่น สามารถนำไปแลกเปลี่ยนเรียนรู้กระบวนการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่นในหน่วยงานห้องคลอด โรงพยาบาลนาเชือก ประกาศเป็นนโยบายแนวปฏิบัติของโรงพยาบาลนาเชือก และนำไปแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระดับจังหวัดในงานมหกรรมวิชาการสาธารณสุขของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดมหาสารคาม ปี 2561 ซึ่งมีผู้เข้าร่วมงานมากกว่า 200 คน โดยได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2 ในการนำเสนอผลงานวิชาการ สาขาการพยาบาล ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ 1) ควรมีการพัฒนากระบวนการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่นให้ต่อเนื่องเพื่อให้สำเร็จตามเป้าหมายมาตรฐานการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และเพิ่มระบบการประสานงานติดตามของเครือข่ายในชุมชนเพื่อการพัฒนาที่ดียิ่งขึ้น

2) โรงพยาบาลอื่นที่สนใจสามารถนำกระบวนการนี้ไปประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาหลังคลอดที่สอดคล้องกับบริบทโรงพยาบาลนั้นๆได้

### กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณแพทย์หญิงทักษิณา จิตเรืองไฟโรจน์ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลนาเชือก นางวีรวรรณ คำแห่งพล หัวหน้ากลุ่มการพยาบาลที่ให้การสนับสนุน ผู้ที่เกี่ยวข้องทุกท่านของทุกหน่วยงาน ทั้งกลุ่มงานห้องคลอด กลุ่มงานเวชปฏิบัติครอบครัวและชุมชน งานฝากครรภ์ (ANC) ในโรงพยาบาล และผู้ร่วมวิจัยทุกท่านที่ให้ความร่วมมือให้ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้า และขอขอบพระคุณทีมผู้ดูแลทุกท่านที่คอยประสานงานอำนวยความสะดวก คอยให้ความช่วยเหลือจนทำให้วิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

### การนำไปใช้ประโยชน์

1. การนำไปเป็นแนวทางการปฏิบัติในหน่วยงานและเครือข่ายบริการสุขภาพ
2. กำหนดเป็น Best practice เพื่อเป็นตัวอย่างการปฏิบัติงานภายในเครือข่ายบริการสุขภาพ
3. ใช้เป็นแนวทางเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับหน่วยงานบริการสุขภาพเพื่อพัฒนางานให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้นไป

## เอกสารอ้างอิง

1. กรมอนามัย. ผลการดำเนินงานตามตัวชี้วัดตามประเด็นยุทธศาสตร์ของกรมอนามัย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2555. 2555.
2. ยิ่งขวัญ อยู่รัตน์, ปิยภรณ์ ปัญญาวิชิต. การทำกิจกรรมเพื่อส่งเสริมความผูกพันระหว่างมารดา ทารกโดยเร็วและการให้นมแม่ครั้งแรกในห้องคลอดโรงพยาบาลรามาริบัติ. วารสารพยาบาล 2557; 304-312.
3. อรทัย บัวคำ, นิตยา สีนสุกใส, เยาวลักษณ์ เสรีเสถียร และกรรณิการ์ วิจิตรสุคนธ์. ผลของโครงการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่ออัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 4 เดือน ในมารดาที่มีบุตรคนแรกโรงพยาบาลอำนาจเจริญ. วารสารพยาบาล 2550; 62-75.
4. จิราพร วงศ์ใหญ่, ลาวัลย์ สมบูรณ์และกรรณิการ์ กันธะรักษา. ปัจจัยทำนายทำนายความตั้งใจเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวของสตรีตั้งครรภ์. วารสารพยาบาล 2554; 17-26.
5. ชญาภา ชัยสุวรรณ, ทศนี ประสภกิตติคุณ, พรรรัตน์ แสงเพิ่ม, และสุดาภรณ์ พัยคมเรือง. อำนวยการทำนายของการสนับสนุนจากสามี ย่า ยาย และพยาบาลต่อระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว. วารสารพยาบาล 2555; 70-80.
6. แผนยุทธศาสตร์ระบบสุขภาพจังหวัดมหาสารคาม ปี2558-2561และการกำหนดตัวชี้วัดการดำเนินงานสาธารณสุขของจังหวัดมหาสารคามปี 2561; 42-59.