

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือนในจังหวัดนครศรีธรรมราช

EXCLUSIVE BREASTFEEDING
IN NAKHORN SI THAMMARAT, THAILAND

ศุภกัญจน์ ศิลปรัตน์
จิระประไพ แก้วภราดัย
ชัชภรณ์ เอ็งศิริ
ละมัย แสงเพ็ง

โรงพยาบาลมหาราชนครศรีธรรมราช



บทคัดย่อ

บทนำ : ประเทศไทยได้ดำเนินการสนับสนุนให้แม่หลังคลอดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องตั้งแต่ปี พ.ศ. 2534 จนถึงปัจจุบัน โดยมีเป้าหมายของประเทศที่จะให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมตนเองอย่างเดียวยอย่างน้อย 6 เดือน ร้อยละ 30 แต่มีแม่เพียงร้อยละ 14.5 เท่านั้นที่สามารถให้นมแม่อย่างเดียวยต่อเนื่องถึง 4 เดือน

วัตถุประสงค์ : เพื่อหาแนวทางเพิ่มอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยอย่างน้อย 6 เดือนให้ได้ร้อยละ 30

วิธีการ : กลุ่มสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในจังหวัดนครศรีธรรมราชซึ่งประกอบด้วยพยาบาลของโรงพยาบาลมหาราชนครศรีธรรมราชและแม่อาสาในโครงการประสานสายใยคู่อใจนมแม่ ติดตามเยี่ยมและช่วยเหลือแม่ให้เลี้ยงลูกด้วยนมตนเองจนสำเร็จเมื่อ 1, 2, 4 สัปดาห์และ 2, 4, 6 เดือนหลังคลอด โดยดำเนินการระหว่าง เดือนมิถุนายน พ.ศ. 2548-พฤษภาคม พ.ศ. 2549

ผลการศึกษา : จากการติดตามแม่ 771 คน มีแม่เพียง 747 คนที่สามารถติดตามได้จนถึง 6 เดือน โดยที่มีแม่กลุ่มเสี่ยง 496 คน ซึ่งเป็นแม่ทำงานนอกบ้าน แม่ที่มีปัญหาในการให้นมเด็กป่วย และเด็กที่ขณะจำหน่ายยังรับนมแม่ได้ไม่ดี อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวย 6 เดือนในแม่ปกติและแม่กลุ่มเสี่ยงเท่ากับ ร้อยละ 92 และ 19 ตามลำดับ โดยทั้ง 2 กลุ่มมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$)

สรุป : ผลจากการศึกษาพบว่า การช่วยเหลือและคอยแก้ปัญหาให้แก่แม่หลังคลอดอย่างต่อเนื่องจะช่วยเพิ่มอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และช่วยให้แม่สามารถให้นมลูกได้ยาวนานขึ้น

ABSTRACT

Introduction : Breastfeeding initiation rate in Thailand increased significantly since 1991. Although the national target of exclusive breastfeeding for 6 months is 30%, only 14.5% of Thai mothers practices exclusive breastfeeding for 4 months.

Aim : To improve the rate of breastfeeding to 30% for 6 months.

Material: Postpartum follow up to provide lactation support by nurses and maternal support group was done at 1, 2, 4 weeks and 2, 4, 6 months after delivery. The study carry out during June 2005 to May 2006 at Nakhorn si Thammarat province, Thailand.

Results : Of 771 subjects, 747 were followed until 6 months, 496 subjects were risk group e.g. working women, breastfeeding problems, sick babies and inadequate breastfeeding on discharge. The rate of exclusive breastfeeding for 6 months in risk and non risk groups were 19% and 92%, there are statistical differences. ($p < 0.05$)

Conclusions : Our study suggests that postpartum follow up to provide lactation support increases breastfeeding continuation rate.

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2534 เป็นต้นมาประเทศไทยประสบความสำเร็จอย่างสูงในการกระตุ้นให้โรงพยาบาลทั่วประเทศ เข้าร่วมเป็นโรงพยาบาลสายสัมพันธ์ แม่-ลูก มีการสนับสนุนให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามบันได 10 ขั้นสู่ความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่⁽¹⁾ โรงพยาบาลส่วนใหญ่สามารถดำเนินงานได้ดีในโรงพยาบาล เมื่อจำหน่ายแม่หลังคลอดมากกว่าร้อยละ 90 สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมตนเองได้ แต่มีเพียงร้อยละ 14.5 เท่านั้นที่ยังให้นมแม่ต่อเนื่องถึง 6 เดือน ซึ่งต่ำกว่าเป้าหมายของประเทศที่ระบุไว้ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมฉบับที่ 9 ว่าเมื่อสิ้นสุดแผนในปี พ.ศ. 2549 แม้อ้อยละ 30 จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยังน้อย 6 เดือน จากการศึกษาของ ชัชภรณ์ เอ็งศิริ⁽²⁾

ในปี พ.ศ. 2546 พบว่าปัจจัยสำคัญที่ทำให้แม่ไม่สามารถให้นมลูกได้ตามเป้าหมาย เนื่องจากแม่ทำงานนอกบ้าน มีปัญหาในการให้นม และกระแผลการตลาดของนมชนิดอื่น แม่ส่วนมากจะเสริมหรือเปลี่ยนไปใช้นมผสมเมื่อกลับไปบ้านในเดือนแรก จากโครงการเตรียมหญิงตั้งครรภ์ไตรมาสสุดท้ายของ ละมัย แสงเพ็ง ซึ่งได้เตรียมความพร้อมของแม่ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ให้มีความพร้อมที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และติดตามเยี่ยมหลังคลอดเพื่อให้คำปรึกษาและแก้ไขปัญหาในการให้นมและการเลี้ยงดูลูกจนครบ 1 ปี พบว่า แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างต่อเนื่องร้อยละ 82 ปัจจัยแห่งความสำเร็จเกิดจากการที่มีที่ปรึกษาที่ไว้วางใจคอยช่วยเหลือดูแลอย่างใกล้ชิด จากผลสำเร็จของโครงการเตรียมหญิงตั้งครรภ์ไตรมาสสุดท้าย และการศึกษาในต่างประเทศ⁽³⁻⁶⁾ คณะกรรมการนมแม่ของโรงพยาบาลมหาราชนครศรีฯ เห็นว่าถ้าได้เสริมความเข้มแข็งของบันไดขั้นที่ 10 ของบันได 10 ขั้นสู่ความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยจัดให้มีกลุ่มสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในชุมชนน่าจะช่วยเพิ่มอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ จึงได้จัดโครงการนำร่องขึ้นในปี พ.ศ. 2547 ให้แม่หลังคลอดที่มีความตั้งใจจะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แต่ทำงานนอกบ้าน มีพี่เลี้ยงซึ่งเป็นเจ้าหน้าที่ของโรงพยาบาลมหาราชนครศรีฯ คอยดูแลช่วยเหลือจนครบ 1 ปี พบว่าแม่ร้อยละ 50 สามารถให้นมลูกต่อเนื่องจนถึง 6 เดือน ดังนั้นในปี พ.ศ. 2548 จึงได้ขยายงานลงสู่ชุมชนโดยจัดทำโครงการประสานสายใยคู่ใจนมแม่ขึ้นโดยใช้แนวทางเดียวกันแต่มีพี่เลี้ยงนมแม่เป็นพยาบาลและแม่ในชุมชนที่มีประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ อาสามาช่วยเหลือแม่ในชุมชนของตนเองให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จ

วัตถุประสงค์

เพื่อหาแนวทางเพิ่มอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยอย่างน้อย 6 เดือนให้ได้ร้อยละ 30

วิธีดำเนินการ

1. ระยะเตรียมการ: ฝึกอบรมกลุ่มสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ในจังหวัดนครศรีธรรมราชให้มีความรู้และทักษะที่จะช่วยเหลือแม่ ประกอบด้วยพยาบาลโรงพยาบาลมหาสารานครศรีธรรมราช 12 คน และแม่อาสา จำนวน 20 คน

2. ระยะดำเนินการ: กลุ่มสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ติดตามเยี่ยมและช่วยเหลือแม่ให้เลี้ยงลูกด้วยนมตนเองสำเร็จเมื่อ 1, 2, 4 สัปดาห์และ 2, 4, 6 เดือนหลังคลอดโดยทางโทรศัพท์และติดตามเยี่ยมบ้านระหว่าง มิถุนายน พ.ศ. 2548-พฤษภาคม พ.ศ. 2549 สมาชิกของกลุ่มมีการประชุมเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ร่วมวิเคราะห์และแก้ไขปัญหา รวมทั้งรวบรวมข้อมูลทุก 1 เดือน

3. ระยะประเมินผล: มิถุนายน พ.ศ. 2549 รวบรวมข้อมูลทั้งหมดของการดำเนินงานเพื่อประเมินและสรุปผลการดำเนินงานของโครงการ

ผลการศึกษา

จากการติดตามแม่ 771 คน มีแม่เพียง 747 คนที่สามารถติดตามได้จนถึง 6 เดือน โดยมีแม่กลุ่มที่มีปัจจัยเสี่ยง 496 คน เป็นแม่ทำงานนอกร้านแม่ที่มีปัญหาในการให้นม เด็กป่วย และเด็กที่ยังรับนมแม่ได้ไม่ดีขณะที่จำหน่าย อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนในแม่ที่มีและไม่มีปัจจัยเสี่ยงแสดงในตาราง เมื่อเปรียบเทียบทั้ง 2 กลุ่มมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$)

มารดาหลังคลอด	ระยะเวลาที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว					
	<4 เดือน		4 เดือน		6 เดือน	
	จำนวน	%	จำนวน	%	จำนวน	%
มีปัจจัยเสี่ยง (496)	358	72	138	28	94	19
ไม่มีปัจจัยเสี่ยง (251)	6	2	245	98	231	92
รวม (747)	364	49	383	51	325	44

จากการติดตามแม่ 77 คน มีแม่เพียง 747 คนที่สามารถติดตามได้จนถึง 6 เดือน โดยมีแม่กลุ่มที่มีปัจจัยเสี่ยง 496 คน เป็นแม่ทำงานนอกร้าน

แม่ที่มีปัญหาในการให้นม เด็กป่วย และเด็กที่ยังรับนมแม่ได้ไม่ดีขณะที่จำหน่าย อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนในแม่ที่มีและไม่มีปัญหาเลี้ยง แสดงในตาราง เมื่อเปรียบเทียบทั้ง 2 กลุ่มมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$)

การนำไปใช้

การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต้องดำเนินการตามบันได 10 ขั้นสู่ความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเคร่งครัด โดยเฉพาะบันไดขั้นที่ 10 ซึ่งเป็นการดำเนินงานนอกโรงพยาบาล การช่วยเหลือและคอยแก้ปัญหาให้แก่แม่หลังคลอดอย่างต่อเนื่องจะช่วยเพิ่มอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และแม่สามารถให้นมลูกได้ยาวนานขึ้นไม่เปลี่ยนเป็นนมชนิดอื่นหรือให้อาหารเสริมก่อนกำหนด คุณสมบัติของแม่อาสานอกจากเป็นผู้ที่มีความรู้และทักษะในเรื่องนมแม่แล้วยังต้องเข้าใจถึงปัญหาพื้นฐานของแม่รวมทั้งเป็นที่ปรึกษาในเรื่องการเลี้ยงดูเด็กและปัญหาทางสุขภาพของแม่ สามารถชักจูงให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการดูแลแม่และเด็ก

1. World Health Organization. Global Strategy for Infant and Young Child Feeding Resolution passed at Fifty-fourth World Health Assembly, May 9, 2001. Geneva: World Health Organization.
2. ชัชภรณ์ เอ็งศิริ (2546). การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอด โรงพยาบาลมหาราชนครศรีธรรมราช อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช. วิทยาลัยการสาธารณสุข สาขาวิชาการพัฒนาระบบสาธารณสุข วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
3. The Breastfeeding Committee for Canada. Affordable Health Care Begin With Breastfeeding Support and the Use of Human Milk .BCC submission to Romanow Commission 2002 available at: <http://www.breastfeedingcanada.ca/pdf/webdoc47.pdf>.
4. Dennis CL. Breastfeeding initiation and duration : a 1990-2000 literature review. J Obstet Gynecol Neonatal Nurs 2002;31:12-32.
5. Bly RJ, Creedy DK, Dennis CL, et al. Breastfeeding duration in Australian population: the influence of modifiable antenatal factors, J Hum Lact 2004;20:30-8.
6. LiL, Zhang M, Scott JA, Binns CW. Factors associated with initiation and duration of breastfeeding by Chinese mothers with Perth, Western Australia. J Hum Lact 2004;20:188-95.
7. Earl S. Factors affecting the initiation of breastfeeding: implications for breastfeeding promotion. Health Promote Int 2002;17:205-4.

