

ชุดสาริตการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

นางพูนศรี ทองสุรเดช พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ศูนย์อนามัยที่ ๑ เชียงใหม่

คลินิกนมแม่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ ๑ เชียงใหม่ มีบทบาทหน้าที่ในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ดำเนินงานตามนโยบายมาตรฐานงานอนามัยแม่และเด็ก ปกป้องส่งเสริมและสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยาวนาน ๖ เดือน และให้นมแม่ต่อเนื่องไปจนถึง ๒ ปี

ประเทศไทยได้กำหนดเป้าหมายของการให้นมแม่อย่างเดียวยาว ๖ เดือน ไว้ที่ร้อยละ ๓๐ ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ แม้จะมีความพยายามในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากหน่วยงานต่างๆ ทั้งในระดับชุมชน ระดับประเทศ และจากองค์กรระดับนานาชาติ เช่น องค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติมา ยาวนาน อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยาว ๔ - ๖ เดือน ก็ยังไม่บรรลุตามเป้าหมาย ในปี พ.ศ. ๒๕๔๙ องค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติได้รายงานไว้ว่า ประเทศไทยมีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยาว ๖ เดือน เพียงร้อยละ ๕ และจากการสำรวจต่อมาอีกหลายครั้ง ยังคงพบอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยาว ๖ เดือน ยังต่ำกว่าร้อยละ ๓๐ ซึ่งยังต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของโลก และมีการให้อาหารตามวัยที่ไม่เหมาะสมอยู่ สถานการณ์เช่นนี้มีความท้าทายว่าในอนาคตระบบสาธารณสุขจะเข้ามาช่วยเหลือ สร้างความรู้ ความเข้าใจให้บุคลากรและประชาชนอย่างไร มีความจำเป็นที่ทุกฝ่ายจะต้องเริ่มต้น

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และการให้อาหารตามวัยที่เหมาะสม ช่วยให้ทารกและเด็กเล็กมีการเจริญเติบโตและพัฒนาการอย่างมีคุณภาพ เป็นการเริ่มต้นการสร้างเสริมสุขภาพและคุณภาพของประชากรของประเทศ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยาวในหกเดือนแรกของชีวิตทารก ไม่เพียงแต่จะช่วยพัฒนาการเจริญเติบโตในอนาคตของเด็กเท่านั้น หากยังมีประโยชน์ต่อแม่ สังคมและประเทศชาติอีกด้วย ช่วยลดค่าใช้จ่ายด้านสาธารณสุขและช่วยป้องกันภาวะทุพโภชนาการเรื้อรังได้อย่างดียิ่ง

ย้อนกลับมาพิจารณาหาแนวทางที่จะทำการส่งเสริม สนับสนุนและช่วยเหลือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้มีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้น ตั้งแต่ในระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด ระยะหลังคลอด ระยะกลับไปอยู่ที่บ้าน จนถึงเมื่อกลับไปทำงาน เพื่อช่วยป้องกันและแก้ไขปัญหาและอุปสรรคที่เกี่ยวข้องกับความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ อาทิ การที่แม่ขาดความรู้และประสบการณ์ในการแก้ปัญหา ปัญหาจากบุคคลใกล้ชิดและสภาพแวดล้อมที่ไม่สนับสนุนและเอื้ออำนวยในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นต้น

ดังนั้น การให้ความรู้มารดาหลังคลอดและญาติ เรื่องการให้นมแม่ รวมทั้งการดูแลช่วยเหลือ เพื่อให้มารดาหลังคลอดให้นมแม่ได้สำเร็จ จึงถือเป็นบทบาทที่สำคัญยิ่งของผู้ปฏิบัติงานในคลินิกนมแม่ ปกติการสอนการให้นมแม่ จะสอนโดยการใช้เต้านมจริงของผู้ป่วย ซึ่งบางครั้งผู้ป่วยจะรู้สึกอาย จากปัญหาที่พบจึงได้คิดค้นนวัตกรรมสื่อสาธิตนมแม่มา ซึ่งเป็นอุปกรณ์สำหรับสวมใส่ในการสอนบีบน้ำนม การให้ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมเต้านมให้พร้อมสำหรับการให้นมบุตร ลักษณะของหัวนมปกติ หัวนมสั้น หัวนมบอด หัวนมบวม การประคบนิ้ว วิธีการที่ถูกต้องในการอุ้มลูกดูนม ประกอบด้วยตัวสื่อและ Model เต้านม ๒ เต้า ใน Model จะประกอบด้วยกายวิภาคศาสตร์ของเต้านมแสดงต่อมน้ำนม ท่อน้ำนม เพื่ออธิบายกลไกการหลั่งน้ำนมและสาธิตให้แก่ผู้รับบริการ

วัตถุประสงค์ เพื่อนำมาใช้เป็นสื่อสาธิตในการสอนมารดาหลังคลอดและญาติในเรื่องการดูแลเต้านม การแก้ปัญหาในการให้นมแม่ ทำให้การสอนสะดวกขึ้น มารดาและญาติสามารถเรียนรู้ร่วมกันได้ นอกจากนี้ยังนำไปใช้ในการฝึกอบรมบุคลากรทั้งในหน่วยงานและผู้มาศึกษาดูงานได้ด้วย

วิธีดำเนินการ

- ๑.สำรวจปัญหาและความต้องการร่วมกัน
- ๒.ออกแบบจัดทำเสื้อสาธิตนมแม่
- ๓.นำเสื้อสาธิตนมแม่มาใช้ในคลินิกนมแม่เพื่อประกอบการสอนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ๔.ขยายการใช้นวัตกรรมไปสู่ห้องคลอด หลังคลอด ชมรมสายใยรักแห่งครอบครัวและหน่วยงานอื่นๆ

วิธีการใช้งาน

ใช้สวมทับบนชุดที่สวมอยู่ของผู้สอนสาธิตหรือใช้แขวนกับหุ่นจำลองหรือแขวนกับตัวผู้ป่วย โดยปรับให้ระดับของเต้านมอยู่ในตำแหน่งเต้านมจริงของผู้ที่สวมเสื้อสอนให้นม และจัดสายรัดคอกให้อยู่ในตำแหน่งที่เหมาะสมและผูกสายรัดเอวให้พอดี ไม่นั่นหรือหลวมจนเกินไป

สรุปผลการดำเนินการ

- ๑.ความพึงพอใจของมารดาหลังคลอดและญาติ ในกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้น การใช้เสื้อสอนให้นมบุตรทำให้มารดาและญาติมีความเข้าใจในเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาเพิ่มขึ้น เนื่องจากได้เห็นสื่อจำลองและทดลองปฏิบัติจริง มารดามีความเข้าใจและสามารถปฏิบัติได้ในเรื่องการดูแลเต้านม นวด ปีบเก็บน้ำนม และให้นมบุตรได้อย่างถูกต้อง
- ๒.ใช้ประกอบการสอนและสาธิตวิธีบีบน้ำนม เป็นการช่วยให้มารดาหลังคลอดที่ต้องกลับไปทำงาน สามารถเรียนรู้การบีบและเก็บน้ำนมไว้ให้ลูก เพื่อให้ลูกได้รับนมแม่ให้นานที่สุดเท่าที่จะทำได้ ทั้งยังเป็นการลดปัญหาคัดตึงเต้านม ปวดเต้านมในมารดาหลังคลอด ซึ่งเป็นอุปสรรคต่อการให้นมลูกอย่างหนึ่ง
- ๓.ความพึงพอใจของบุคลากรในหน่วยงานต่อการใช้ชุดเสื้อสาธิตการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

แผนการพัฒนาต่อเนื่อง

ขยายผลไปยังแผนกอื่นๆที่ต้องการสื่อการสอนเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา ในการพัฒนาเป็นสื่อการสอน

แนวทางปรับปรุง

ประเมินผลการใช้นวัตกรรมในกลุ่มผู้รับบริการ หญิงหลังคลอด

ข้อเสนอแนะ

ควรใช้นวัตกรรมอย่างต่อเนื่องและประเมินผลเพื่อปรับปรุง พัฒนานวัตกรรมให้มีความเหมาะสมและเกิดประโยชน์สูงสุด



