

**ผลการใช้สื่อ 3 มิติประเมินเต้านมด้วยตนเองของหญิงตั้งครรภ์แรก**  
**THE EFFECTIVENESS OF USING HANDMADE 3D MODEL ON SELF – BREAST**  
**EXAMINATION EDUCATION**

วริญญา คงพิจิตร<sup>1\*</sup> ละมุล คงเพชร<sup>1</sup>

กลุ่มงานสูติ-นรีเวชกรรม หน่วยงานคลินิกนมแม่ โรงพยาบาลหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา<sup>1\*</sup>

**หลักการและเหตุผล:** การประเมินเต้านมเป็นปัจจัยหนึ่งสู่ความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มาตรฐานงานอนามัยแม่และเด็ก กำหนดให้มีการประเมินเต้านมหญิงตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ครั้งแรก พร้อมให้คำแนะนำการดูแลเต้านมขณะตั้งครรภ์ และมีการประเมินเต้านมซ้ำเมื่ออายุครรภ์ 32 สัปดาห์ขึ้นไป แต่จากการเก็บข้อมูลการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยพยาบาลคลินิกนมแม่ พบว่าหญิงตั้งครรภ์ได้รับการประเมินเต้านมไม่ครบถ้วน ผลการประเมินบางส่วนไม่ถูกต้อง และเมื่อหลังคลอดก่อนจำหน่ายไม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวได้สำเร็จ

**วัตถุประสงค์:** เพื่อศึกษาผลการใช้สื่อ 3 มิติในการประเมินเต้านมด้วยตนเองของหญิงตั้งครรภ์แรก  
**วิธีการศึกษา:** การศึกษากึ่งทดลอง ชนิดกลุ่มเดี่ยวเปรียบเทียบก่อนและหลัง กลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงตั้งครรภ์แรกที่มาฝากครรภ์รายใหม่ ณ โรงพยาบาลหาดใหญ่ ตั้งแต่วันที่ 1 สิงหาคม 2560 ถึงวันที่ 30 กันยายน 2560 จำนวน 139 รายเปรียบเทียบความแตกต่างของการประเมินเต้านมด้วยตนเองได้ถูกต้องก่อนและหลังใช้สื่อ 3 มิติ ด้วยสถิติ Wilcoxon Signed Ranks Test และประเมินความพึงพอใจต่อการใช้สื่อด้วยค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

**ผลการศึกษา:** พบว่าหญิงตั้งครรภ์แรกประเมินเต้านมด้วยตนเองได้ถูกต้องหลังใช้สื่อ 3 มิติสูงกว่าก่อนใช้สื่ออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $Z = -10.002, p < 0.01$ ) โดยกลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อการใช้สื่ออยู่ในระดับมากที่สุด ( $M = 4.83, S.D. = .37$ )

**ข้อเสนอแนะ:** อย่างไรก็ตามการประเมินเต้านมหญิงตั้งครรภ์ เจ้าหน้าที่ในหน่วยฝากครรภ์ควรนำสื่อ 3 มิติมาใช้ร่วมกับการสอนหญิงตั้งครรภ์เพื่อประเมินเต้านมด้วยตนเองตั้งแต่ระยะฝากครรภ์ครั้งแรกและมีการตรวจซ้ำเมื่ออายุครรภ์ 32 สัปดาห์ขึ้นไป พร้อมแนะนำวิธีการตรวจเต้านมด้วยตนเองที่ถูกต้อง ตลอดจนให้ข้อมูลวิธีการดูแลเต้านมและการแก้ไขในกรณีพบปัญหาผิดปกติ เพื่อสร้างความมั่นใจให้กับหญิงตั้งครรภ์ก่อนเข้าสู่ระยะคลอด นอกจากนี้การฝึกให้หญิงตั้งครรภ์ประเมินเต้านมด้วยตนเองได้ถูกต้องทำให้หญิงตั้งครรภ์รับรู้สรีระเต้านมตนเองเพิ่มขึ้น เปลี่ยนทัศนคติความเชื่อ มีความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพิ่มขึ้น