

ชื่อเรื่อง: กลยุทธ์ในการเพิ่มน้ำนมมารดา

คำสำคัญ: การเพิ่มน้ำนมในมารดาหลังคลอด

สรุปผลงานโดยย่อ: พัฒนาแนวทางในการเพิ่มน้ำนมในมารดาหลังคลอด

ชื่อและที่อยู่ขององค์กร: ห้องคลอดโรงพยาบาลกันทรวิชัย

สมาชิกทีม: นางสาวดารุณี ทบวงศรี และ นางลำจวน จิณามุญ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

นมแม่เป็นอาหารที่สำคัญที่สุดสำหรับทารกแรกเกิด เพราะเป็นอาหารธรรมชาติที่ให้คุณค่าทั้งด้านโภชนาการและมีภูมิคุ้มกันโรค นมแม่มีความสำคัญต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของเด็ก การวางรากฐานการเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกาย สมอ อารมณ์และจิตใจของเด็กในขวบปีแรก ในน้ำนมแม่มีความสำคัญมากต่อการเจริญเติบโตของร่างกายและสมองอย่างเต็มศักยภาพของเด็ก

ประเทศต่างๆทั่วโลกได้ตระหนักถึงความสำคัญเกี่ยวกับประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ องค์การอนามัยโลก (WHO) และองค์การกองทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ (UNICEF) ได้สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทั่วโลกโดยประกาศให้ หน่วยงานที่รับผิดชอบปฏิบัติตามนโยบาย 10 ประการในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ประสบความสำเร็จ (Ten steps to successful breast-feeding) และระบุให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวโดยไม่ป้อนอาหารอื่นเลยแม้แต่น้ำ ตั้งแต่แรกคลอดจนกระทั่ง ลูกอายุครบ 6 เดือน หลังจากนั้น จึงเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ควบคู่กับอาหารเสริมตามวัย

ดังนั้นจำเป็นอย่างยิ่ง ที่มารดาหลังคลอดทุกรายที่ไม่มีข้อบ่งชี้ในการงดนมแม่จะสามารถให้นมบุตรได้และได้รับการช่วยเหลือจากบุคลากรทางการแพทย์และพยาบาลในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จำเป็นต้องอาศัยหลักเกณฑ์ในการประเมินประสิทธิภาพการให้นมบุตร เพื่อเป็นแนวทางในการช่วยเหลือปัญหาและสาเหตุโดยย่อ : การส่งเสริมให้ลูกได้ดื่มนมแม่อย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือน ให้ บรรลุเป้าหมายตาม ตัวชี้วัดนั้นต้องเน้นหลัก 3 จุดคือ ดูเร็ว ดูบ่อย ดูถูกวิธี แต่ทำอย่างไรถึงจะทำให้ปริมาณน้ำนมเพียงพอให้ลูกดูด การใช้กลยุทธ์ช่วยกระตุ้นน้ำนมมาจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้ปริมาณน้ำนมมาไวมากยิ่งขึ้น ในระยะ 2-3 วัน หลังคลอดขณะนอนโรงพยาบาล ถ้าระยะนี้ น้ำนม มีปริมาณเพียงพอ จะทำให้มารดาหลังคลอดไม่มีความวิตกกังวล เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และเพิ่มความเชื่อมั่นที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นาน 6 เดือน และการได้รับนมไม่เพียงพอ ส่งผลทำให้ทารกแรกเกิดมีโอกาสเกิดตัวเหลือง ต้องได้รับการรักษาด้วยการส่องไฟรักษาต่อ เพิ่มค่าใช้จ่ายและสร้างความวิตกกังวลให้กับบิดา มารดา

เป้าหมาย 1. การไหลของน้ำนมมาเร็วยิ่งขึ้น

2. น้ำนมมีปริมาณเพียงพอ

ระยะเวลาดำเนินการ

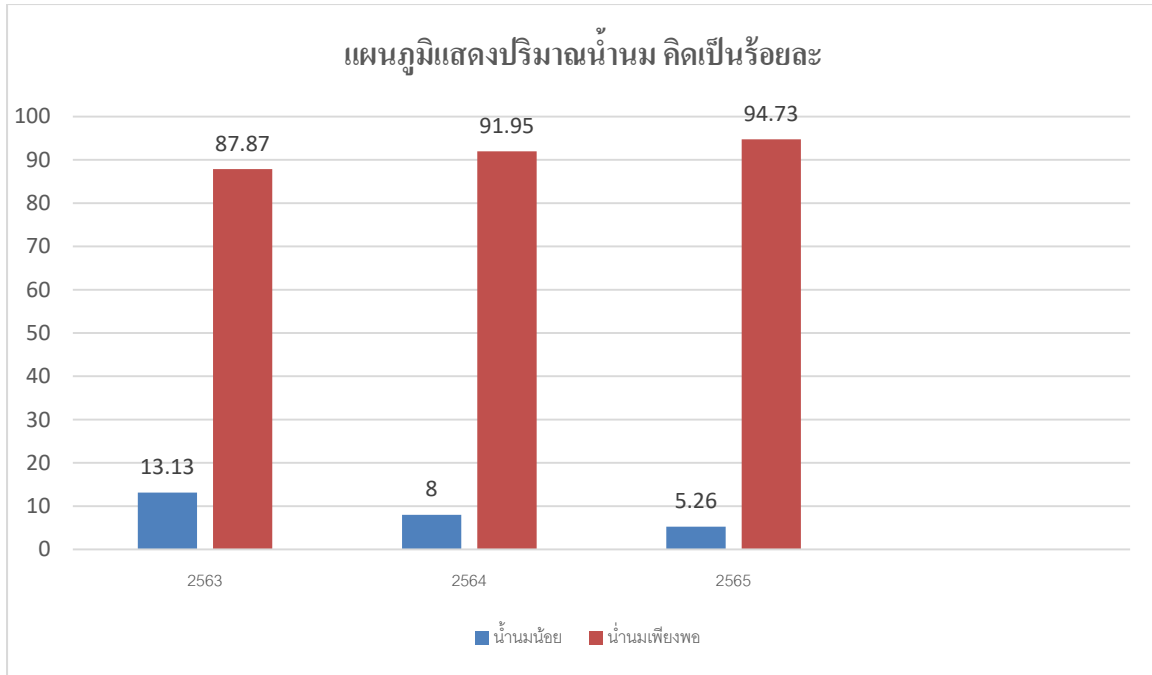
ปี มค 2563 - กค 2565

กิจกรรมการพัฒนา :

1. การประเมินความพร้อมในการให้นมของมารดาและความพร้อมของทารกในการดูดนมทุกราย
2. ช่วยเหลือให้ทารกได้ดูดนมแม่ภายในครึ่งชั่วโมงแรกหลังคลอด
3. การประเมินหัวนมเต้านมโดยใช้ Latch score
4. ให้ความรู้มารดาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ตามแบบกิจกรรมโรงเรียนพ่อแม่
5. กระตุ้นให้มารดาตีดมน้ำเยื่อๆวันละ 3,000 ซีซี และตีดมซาชิงซง บ่อยๆ
6. ให้ความรู้เรื่องสมุนไพรรกระตุ้นน้ำนมกับเจ้าหน้าที่ ผู้ป่วยและญาติ
7. นวดประคบเต้านมให้มารดา โดยเจ้าหน้าที่แพทย์แผนไทย ถ้าน้ำนมมารดายังไม่ไหล ในมารดาหลังคลอด 24 ชม รายงานแพทย์เวรให้ทราบเพื่อพิจารณาให้ยากระตุ้นน้ำนม
8. กระตุ้นให้มารดา Early bonding , Breast feeding ทุก 2-3 ชั่วโมง
9. ใช้เครื่องปั๊มนมช่วยกระตุ้นให้น้ำนมมาเร็วขึ้น
10. จัดอาหารเพิ่มน้ำนมให้มารดาหลังคลอด เช่น ใไก่ผัดขิง แกงเลียงใส่หัวปลี ผัดผักทองใส่ไข่ ผัดผักรวมต้มจืดใบตำลึง ผัดกุยช่าย ผัดกระเพรา ผลไม้ เช่น มะละกอ แก้วมังกร
11. จัดบุคลากรในหน่วยงานเข้าอบรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทุกคน

การวัดผลและผลของการเปลี่ยนแปลง

ปีพ.ศ.	ปริมาณน้ำนม ประเมินวัน D/C (ร้อยละ)			
	น้ำนมน้อย	น้ำนมเพียงพอ		
2563	13.13	86.86	ครรภ์แรก 6 ราย	ครรภ์หลัง 7 ราย
2564	8.0	91.95	ครรภ์แรก 3 ราย	ครรภ์หลัง 4 ราย
2565	5.26	94.73	ครรภ์แรก 0 ราย	ครรภ์หลัง 2 ราย



ปัญหาและอุปสรรค

- 1.ด้านผู้ป่วย มีความรู้และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ น้อย และขาดความตระหนักในการเห็นความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- 2.มารดาครรภ์แรกที่มีปัญหาความผิดปกติของเต้านมและหัวนม เช่น หัวนมแบน บวม บอด ทำให้การนำบุตรเข้าเต้าลำบาก ไม่ได้รับการกระตุ้นที่เพียงพอ ทำให้มีน้ำนมไม่เพียงพอ
- 3.ทารกที่คลอดก่อนกำหนด น้ำหนักตัวน้อย พบว่ามักหลับไม่ค่อยคดนม
4. มารดาวิตกกังวล เรื่องน้ำนมไม่มาหรือมาน้อย บุตรร้องกวน มักจะร้องขอนมผสมจากเจ้าหน้าที่

บทเรียนที่ได้รับ

- 1.การพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ต้องอาศัยการมีส่วนร่วมของทีมนสหสาขาวิชาชีพเข้ามาพบปะพูดคุย แลกเปลี่ยนประสบการณ์ในปัญหาและอุปสรรค ค้นหาแนวทางแก้ไข จึงจะสามารถพัฒนาระบบงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- 2.ประสานงานกับ ANC เรื่องการตรวจประเมินเต้านมมารดาทุกราย เพื่อให้ได้รับการแก้ไขก่อนคลอด

การติดต่อกับทีมงาน:นางสาวดารุณี ทบวงศรี และนางลำจวน จิณานุญ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ ห้อง
คลอด โรงพยาบาลกันทรวิชัย จังหวัดมหาสารคาม โทรศัพท์ 082-8523589 e-mail nava.jnb
[12@Gmail.Com](mailto:nava.jnb@gmail.com) ,064-4527-3514 e-mail noodaru0712@gmail.Com