

คุณลักษณะของมารดาที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลาและเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว จนถึง 6 เดือนหลังคลอดได้สำเร็จ

ฝนทอง จิตจำนง พย.บ.^{1*}

สมจิตร เมืองพิล ปร.ด. (การพยาบาล)²

นิลุบล รุจิรประเสริฐ ปร.ด. (การพยาบาล)²

บทคัดย่อ

นมแม่มีสารอาหารครบถ้วนในการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของทารกสมวัย อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ในมารดาที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลา พบเพียงร้อยละ 13.80 เท่านั้น การวิจัยเชิงคุณภาพแบบเชิงพรรณานี้ เพื่อศึกษาคุณลักษณะมารดาที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลาและเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนได้สำเร็จ ในชุมชนเมืองแห่งหนึ่ง จังหวัดสุรินทร์ ใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกในผู้ให้ข้อมูล 10 คน ระหว่าง เดือน มกราคม 2562 ถึง มกราคม 2563 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า มารดาที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลา มีอายุเฉลี่ย 35.10 ปี (S.D. = 3.57) ส่วนใหญ่ทำงานราชการ มีสิทธิลาคลอด 3 เดือน มีผู้ให้ข้อมูล 3 คน ต้องกลับไปทำงานภายหลังลาคลอดครบ 2 เดือน ส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในครอบครัวขยาย มีรายได้เฉลี่ย 24,954 บาท (S.D. = 9808.44) ทารกส่วนใหญ่คลอดโดยการผ่าตัดคลอด เมื่ออายุครรภ์ครบกำหนดและมีสุขภาพปกติ คุณลักษณะเด่นของผู้ให้ข้อมูล คือ 1) มีความพร้อมและตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 2) มีการวางแผนก่อนกลับไปทำงานและบริบทของสถานที่ทำงานที่เอื้อต่อการปั๊มนม 3) ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว 4) มีทัศนคติเชิงบวกต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ 5) เข้าถึงแหล่งข้อมูลและประเมินความน่าเชื่อถือของข้อมูลได้

การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในกลุ่มมารดาที่ทำงานนอกบ้าน ควรเตรียมความพร้อมของหญิงตั้งครรภ์และบุคคลที่คาดว่าจะช่วยเลี้ยงลูกให้รู้วิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และควรสนับสนุนต่อเนื่องไปจนถึง 6 เดือนหลังคลอด รวมทั้งการจัดหาคุณแม่ในทุกหน่วยงานเพื่อให้มารดาสามารถปั๊มนมและเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวได้ต่อเนื่อง

คำสำคัญ: มารดาที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลา การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว
ความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว

¹ นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาวิชาการผดุงครรภ์) คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สาขาวิชาการผดุงครรภ์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

*ผู้นิพนธ์หลัก E mail: fontong@bcnsurin.ac.th

วันที่รับ (received) 17 ม.ค. 2564 วันที่แก้ไขเสร็จ (revised) 25 เม.ย. 2564 วันที่ตอบรับ (accepted) 28 เม.ย. 2564

The Characteristics of Full-Time Formal Working Mothers Succeeding in Six Months Exclusive Breast feeding

Fontong Chitjumnong RN.¹

Somjit Muangpin Ph.D. (Nursing)²

Nilubon Rujiraprasert Ph.D. (Nursing)²

Abstract

Breast milk contains rich nutrition for infant proper growth and development. The percentage of infants who are exclusively breastfed for six months is accounted for 13.80 percent among full-time formal working mothers. This descriptive qualitative research aimed to study the characteristics of full-time formal working mothers who succeeded in six months exclusive breastfeeding. The data were gathered by in-depth interview from ten mothers at an urban area in the Surin province during January 2019-January 2020. Content analysis was employed to analyze the qualitative data. The results revealed that an average age of full-time formal working mothers was 35.10 years (S.D. = 3.57). Most of them worked as civil servants. All mothers took three months' maternity leave with payment, but three of them had to return to work after 2 months' maternity leave. The characteristic of the mothers' families was extended family and the average family income was 24,954 baht (S.D. = 9808.44). Cesarean section was common route of delivery. Most of the infants were full-term pregnancy and healthy. The distinguished characteristics of full-time formal working mothers who succeeded in six months exclusive breastfeeding were identified as: 1) readiness and intention to breastfeed their children, 2) planning before returning to work and the context of the working facilitates manual expression and keep of breast milk, 3) receiving support and from their families, 4) having positive attitude towards breastfeeding, and 5) having breastfeeding information accessibility or assessment of the reliability of the information. To promote breastfeeding among the full-time formal working mothers, the mothers and their significant others should be prepared to breastfeed their children or grandchildren. The support should continue for at least six months postpartum. The provision of breastfeeding corners should be launched in every workplace to continuously promote exclusive breastfeeding for all mothers.

Keywords: full-time formal working mothers, exclusive breastfeeding,
the success of exclusive breastfeeding

¹ Master student in Master of Nursing Science Program (Midwifery). Faculty of Nursing Khon Kaen University Thailand

² Assistant Professor, Midwifery Division Faculty of Nursing Khon Kaen University Thailand

*Corresponding author : E mail: fontong@bcnsurin.ac.th

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

นมแม่มีสารอาหารครบถ้วนในปริมาณที่เหมาะสมกับการเจริญเติบโตของทารก มีส่วนประกอบของโปรตีนที่ย่อยและดูดซึมได้ง่าย ได้แก่ แอลฟาแลคตาบูมิน (α lactalbumin) และแลคโตเฟอริน (Lactoferrin) ช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตของแบคทีเรียที่เป็นอันตรายในระบบทางเดินอาหาร มีภูมิคุ้มกันโรค IgG, IgM และ IgE ซึ่งลดโอกาสเกิดโรคภูมิแพ้ มีกรดไขมันไลโนเลอิก (Linoleic acid) ที่ช่วยพัฒนาการของเซลล์สมองและประสาทตาของทารก¹ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยังช่วยเสริมสร้างความผูกพันระหว่างแม่ลูก รวมทั้งเพิ่มความฉลาดทางปัญญาขึ้น 3.76 จุด โดยเฉพาะทารกที่กินนมแม่นานถึง 1 ปี และลดค่าใช้จ่ายของครอบครัวจากการซื้อนมผสมหรือการรักษาพยาบาลทารกป่วยได้ประมาณเดือนละ 4,000 - 5,000 บาท² องค์การอนามัยโลกเล็งเห็นความสำคัญและกำหนดเป้าหมายในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยังตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 6 เดือน ให้ได้ในอัตราอย่างน้อยร้อยละ 70 ภายในปี ค.ศ. 2030 ขณะที่ปัจจุบันอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยังไม่ถึง 6 เดือน ทั่วโลกมีเพียงร้อยละ 41 เท่านั้น³ สำหรับประเทศไทย พบอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยังไม่ถึง 6 เดือน เพียงร้อยละ 14⁴ และมีแนวโน้มที่ลดลง โดยเฉพาะกลุ่มมารดาที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลา ซึ่งพบอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน เพียงร้อยละ 13.8 จากลักษณะงานของมารดาหลังคลอดที่มีเวลาพักตามตารางที่กำหนดหรือมีความยืดหยุ่นน้อย เช่น การเป็นพนักงาน หรือลักษณะงานบริการที่ต้องให้บริการลูกค้าตลอดเวลาซึ่งไม่เอื้อต่อการปั๊มนม ทำให้ไม่สามารถปั๊มนมได้ หรือมีการปั๊มนมไม่สม่ำเสมอส่งผลให้ปริมาณน้ำนมลดลงไม่เพียงพอสำหรับความต้องการของลูก และส่งผลให้มารดาหลังคลอดส่วนหนึ่งหยุดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก่อนทารกอายุครบ 6 เดือน⁵

การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในกลุ่มมารดาที่ทำงานนอกบ้านมีหลายรูปแบบ เช่น ขอกฎหมายการลาคลอดบุตร โดยได้รับเงินเดือนนาน 90 วัน สำหรับข้าราชการ หรือ นาน 45 วัน สำหรับมารดาที่ปฏิบัติงานในภาคเอกชน⁶ จากนโยบายดังกล่าวส่งผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทั้งการสนับสนุนจากนโยบายสาธารณสุขและสิทธิการลาคลอด แต่มีมารดาหลังคลอดอีกส่วนหนึ่งในหน่วยงานภาคเอกชนต้องหยุดให้นมลูกเมื่อครบกำหนดลาคลอดหรือต้องกลับไปทำงานประจำ อย่างไรก็ตาม นโยบายการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องตามบันได 10 ขั้นสู่ความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของกระทรวงสาธารณสุข ทั้งการสร้างเครือข่ายในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในชุมชน การจัดตั้งมูมนมแม่หรือจัดสถานที่สำหรับเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในสถานพยาบาลและสถานประกอบการ⁷ ซึ่งมีการดำเนินการในภาครัฐและเอกชนมาต่อเนื่องยาวนานกว่า 10 ปี แต่ในทางปฏิบัติ พบว่า สถานประกอบการบางแห่งมีการจัดตั้งมูมนมแม่สำหรับพนักงานและผู้ใช้บริการ แต่ด้วยลักษณะงานต้องทำงานตลอดเวลา มีเวลาพักจำกัด หรือหากใช้เวลาพักสำหรับการปั๊มนมนานอาจจะส่งผลต่อรายได้หรือเบี้ยขยันของพนักงาน เป็นต้น⁸ นอกจากนี้ การศึกษาเกี่ยวกับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยผ่านช่องทางออนไลน์ พบว่า สัดส่วนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 12 สัปดาห์หลังคลอด ในกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมมีแนวโน้มสูงขึ้น แต่เป็นการศึกษาในระหว่างลาคลอดเท่านั้น ไม่ครอบคลุมระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยังน้อย 6 เดือน ตามที่ควรจะเป็น⁹ และการศึกษาเชิงปริมาณเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในกลุ่มที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลา นาน 6 เดือน ยังมีน้อย เนื่องจากเวลาในการศึกษาค่อนข้างนานและมีปัจจัยอื่นเกี่ยวข้อง

การศึกษาเชิงคุณภาพที่ผ่านมา ในกลุ่มมารดาที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลา พบว่า การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยังมีความยากลำบาก ต้องใช้ความอดทนสูง ต้องปรับเปลี่ยนตนเองและสิ่งแวดล้อมหลายอย่าง โอกาสที่จะประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ขึ้นอยู่กับหลายปัจจัย โดยเฉพาะ

คุณลักษณะของมารดาหลังคลอดและบริบทแวดล้อมของมารดาหลังคลอด ทั้งนี้ อาจมีคุณลักษณะที่คล้ายคลึงหรือแตกต่างจากมารดาที่ไม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวได้ครบ 6 เดือน^{5,10} อย่างไรก็ตาม ในทางปฏิบัติมีมารดาหลังคลอดที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลาบางกลุ่มสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวตั้งแต่แรกเกิดจนทารกอายุ 6 เดือน หรือนานกว่านั้น แต่ยังไม่มีการรวบรวมประสบการณ์ความสำเร็จของกลุ่มคนเหล่านี้ และทำความเข้าใจในคุณลักษณะที่สำคัญและบริบทของมารดาในกลุ่มดังกล่าว เพื่อให้ได้มุมมองใหม่ที่จะนำไปสู่การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในกลุ่มมารดาที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลาต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาคุณลักษณะเฉพาะของมารดาหลังคลอดที่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวจนถึง 6 เดือนในกลุ่มมารดาที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลา ในชุมชนเมืองแห่งหนึ่ง จังหวัดสุรินทร์

กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษานี้ใช้กรอบแนวคิดการวิจัยเชิงคุณภาพแบบพรรณนา (Descriptive Qualitative Research) เป็นการมุ่งเน้นการค้นหาคำตอบของข้อเท็จจริงเกี่ยวกับปรากฏการณ์หรือเรื่องราวต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ ทำการศึกษาเพื่ออธิบายให้เห็นว่าปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นเหล่านั้นเป็นอย่างไร ใครบ้างที่มีส่วนเกี่ยวข้อง มีความเกี่ยวข้องอย่างไร เกิดเหตุการณ์ปรากฏการณ์ที่ไหน ตามมุมมองของผู้ที่เป็นเจ้าของข้อมูลหรือผู้ที่มีประสบการณ์ตรงในเรื่องที่ศึกษา¹¹ ตามแนวคิดของการวิจัยเชิงคุณภาพแบบพรรณนานี้ มักจะไม่ระบุแนวคิดทฤษฎีของการศึกษา แต่การศึกษานี้ ผู้วิจัยมีการทบทวนวรรณกรรม เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสัมภาษณ์เชิงลึก แนวทางในการสังเกตเหตุการณ์หรือบริบทสิ่งแวดล้อมของผู้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับคุณลักษณะเฉพาะของมารดาหลังคลอด ทารก และ บริบทสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวจนถึง 6 เดือน ในมารดาที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลา

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ มารดาหลังคลอดที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลาและสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวจนถึง 6 เดือนหลังคลอดได้สำเร็จ ในชุมชนเมือง จังหวัดสุรินทร์ กลุ่มตัวอย่าง คัดเลือกจากประชากรตามเกณฑ์คัดเข้า (Inclusion criteria) ดังนี้ 1) มารดาหลังคลอดบุตรทำงานนอกบ้านเต็มเวลา (ทำงานนอกบ้านอย่างน้อย 5 วันต่อสัปดาห์) 2) เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือน ในบุตรคนล่าสุด และ 3) ขณะสัมภาษณ์ บุตรคนล่าสุดมีอายุอยู่ระหว่าง 6 เดือนขึ้นไป ถึง 18 เดือน เพื่อให้มารดาจำประสบการณ์อารมณ์ และความรู้สึกเกี่ยวกับการให้นมแม่ของตนเองได้ ส่วนเกณฑ์การคัดออกจากการศึกษา (Exclusion criteria) คือ มารดาหลังคลอดที่พบว่าภายหลังการสัมภาษณ์แล้วไม่ได้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน หรือ กรณีผู้ให้ข้อมูลขอถอนตัวออกจากการศึกษา เมื่อสัมภาษณ์ไปได้สักระยะหนึ่งแล้ว เป็นต้น การศึกษารั้งนี้ ผู้วิจัยได้เข้าพบและสัมภาษณ์มารดาหลังคลอดทั้งหมด 12 คน และ มีมารดาหลังคลอดจำนวน 2 คน ที่มีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับอาหารอื่นในระยะ 6 เดือนแรกหลังคลอด จึงคัดออกจากการศึกษา ดังนั้น จึงมีผู้ให้ข้อมูลหลักทั้งหมด 10 คน ซึ่งภายหลังการสัมภาษณ์แล้วทำให้ข้อมูลมีความอิ่มตัว (Data saturation) หรือไม่มีข้อมูลใหม่ที่เกิดขึ้น

การพิทักษ์สิทธิผู้ให้ข้อมูล

โครงการวิจัยนี้ได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น เลขที่ HE612314 ลงวันที่ 27 ธันวาคม 2561 ผู้วิจัยได้แจ้งข้อมูลโครงการวิจัย สิทธิประโยชน์ และความเสี่ยงต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นให้แก่ผู้ร่วมวิจัยทราบ ตลอดจนแจ้งแนวทางในการปกป้อง ผู้เข้าร่วมวิจัยและข้อมูลวิจัย ซึ่งข้อมูลที่ได้จะไม่เปิดเผยถึงตัวตนของผู้ให้ข้อมูล และการนำเสนอผลงานวิจัย จะนำเสนอเป็นภาพรวมในเชิงวิชาการเท่านั้น

เครื่องมือการวิจัย

เครื่องมือในการรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้มี 3 ส่วนคือ 1) ผู้วิจัยเป็นเครื่องมือวิจัย ซึ่งผู้วิจัยได้ผ่านการอบรมและเรียนรู้กระบวนการทำการวิจัยเชิงคุณภาพ 2) เครื่องมือรวบรวมข้อมูลทั่วไป ได้แก่ อายุ ศาสนา สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ สถานที่ทำงาน ระยะเวลาในการคลอด รายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน ลักษณะของครอบครัว ประสบการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประวัติการตั้งครรภ์ ประวัติการคลอด และ สุขภาพทารกแรกเกิด เป็นต้น และ 3) แนวคำถามในการสัมภาษณ์เชิงลึก ซึ่งผ่านการตรวจสอบจากอาจารย์ ที่ปรึกษาและผ่านการศึกษานำร่องโดยใช้ในการสัมภาษณ์มารดาหลังคลอดที่มีคุณลักษณะเหมือนผู้ให้ข้อมูล ซึ่งแนวคำถามมีความครอบคลุมเนื้อหาเกี่ยวกับแบบแผนการเลี้ยงลูก ปัจจุบันที่สนับสนุนหรือขัดขวางการเลี้ยง ลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวในมารดาที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลา โดยมีแนวคำถามหลัก เช่น *ขอให้มารดาเล่า ประสบการณ์เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ว่าเป็นอย่างไร จากนั้นใช้แนวคำถามการเจาะจงประเด็นที่ เกี่ยวข้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย โดยคำถามจะใช้ข้อความ “อะไร ที่ไหน เมื่อไหร่ อย่างไร เพราะอะไร”* การสัมภาษณ์แต่ละครั้ง มีการปรับแนวคำถามตามความเหมาะสม เพื่อให้ได้ข้อมูลตอบวัตถุประสงค์การวิจัย

วิธีเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลนำเสนอใน 2 ส่วนคือ การเข้าถึงกลุ่มมารดาหลังคลอดที่คาดว่าจะเป็นผู้ให้ข้อมูลหลัก และการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลัก ซึ่งการเข้าถึงกลุ่มมารดาหลังคลอด ดำเนินการภายหลัง ได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น และ ได้รับอนุญาต ให้เข้าทำการศึกษาวิจัยจากสถานประกอบการ/หน่วยงาน โดยผู้วิจัยประสานงานกับเจ้าหน้าที่ฝ่ายบุคคล ของสถานประกอบการเพื่อประชาสัมพันธ์โครงการวิจัย ขอความร่วมมือในการค้นหามารดาที่มีคุณสมบัติ ตามที่กำหนด เมื่อได้รับรายชื่อมารดาหลังคลอดจากเจ้าหน้าที่ฝ่ายบุคคล ผู้วิจัยได้ติดต่อมารดาหลังคลอด เพื่อชี้แจงโครงการวิจัย ขอความยินยอมในการเข้าร่วมการวิจัย และการนัดหมายเพื่อการสัมภาษณ์เชิงลึก

การเก็บรวบรวมข้อมูล การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลตามวันเวลาและสถานที่ ผู้ให้ข้อมูลสะดวก ซึ่งดำเนินการในที่ทำงานของผู้ให้ข้อมูลในช่วงเวลาก่อนเข้างานหรือช่วงเวลาที่เว้นว่าง จากการทำงานประจำ โดยสัมภาษณ์คนละ 1-2 ครั้ง ใช้เวลาสัมภาษณ์เฉลี่ยคนละ 40 นาที ขึ้นอยู่กับ ความสนใจของผู้ให้ข้อมูล และ/หรือความอึดตัวของข้อมูล โดยประเมินจากข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ สามารถอธิบายประสบการณ์ หรือตอบวัตถุประสงค์ของวิจัย กรณีพบว่าข้อมูลที่ได้ยังไม่ชัดเจน ผู้วิจัย จะขออนุญาตสัมภาษณ์เพิ่มเติม ตามวัน เวลา สถานที่ และช่องทางการสื่อสารที่ผู้ให้ข้อมูลสะดวก ทั้งนี้ การสัมภาษณ์ทุกครั้ง ผู้วิจัยได้ขออนุญาตและได้รับคำยินยอมจากผู้ให้ข้อมูลในการบันทึกเสียง และจัดบันทึก การสนทนา รวมถึงบริบทของการสัมภาษณ์

เมื่อสิ้นสุดการสัมภาษณ์ในแต่ละครั้ง ผู้วิจัยทบทวนประเด็นในการสัมภาษณ์ ตรวจสอบข้อมูล จากสมุดบันทึกและข้อมูลเสียงที่บันทึกไว้ เพื่อทำการวิเคราะห์เบื้องต้นและวางแผนในการสัมภาษณ์ครั้งที่ 2 หรือสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลคนถัดไป

การจัดการข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล

1. การจัดการข้อมูล เมื่อผู้วิจัยสัมภาษณ์เสร็จแต่ละครั้ง ผู้วิจัยจะถอดข้อความเสียงมาเป็นตัวอักษรเป็นคำต่อคำ และบันทึกข้อความลงในคอมพิวเตอร์ส่วนตัวของผู้วิจัย ซึ่งมีรหัสสำหรับเข้าถึงข้อมูล ผู้วิจัยอ่านข้อความ และตัดข้อความที่ฟุ่มเฟือยออก เช่น เออ...อืมก็... เป็นต้น ซึ่งการตัดคำเหล่านี้ ไม่มีผลกระทบต่อใจความหลักของข้อมูล เนื่องจากขณะสัมภาษณ์ ผู้วิจัยได้บันทึกบรรยากาศ สิ่งแวดล้อม สีหน้าท่าทางของผู้ให้ข้อมูล เพื่อนำไปประกอบการวิเคราะห์ข้อมูล ขั้นตอนการจัดการข้อมูลลำดับถัดมา คือ ผู้วิจัยใส่หมายเลขบรรทัดหน้าข้อความที่บันทึกไว้ในแต่ละหน้า โดยเรียงลำดับตัวเลขต่อเนื่องจากหน้าแรก จนถึงหน้าสุดท้ายของการบันทึกการสัมภาษณ์ในแต่ละครั้ง

2. การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปใช้สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3. การวิเคราะห์ข้อมูลจากบทสัมภาษณ์ ด้วยวิธีการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content analysis) การวิเคราะห์ข้อมูลดำเนินการไปพร้อมๆ กับการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยเมื่อสิ้นสุดการสัมภาษณ์ในแต่ละครั้ง ผู้วิจัยถอดข้อความพร้อมกับฟังเสียงการสัมภาษณ์ บันทึกบทสัมภาษณ์ และอ่านข้อความจากบทสัมภาษณ์ด้วยตนเองทุกบรรทัด ค้นหาหรือข้อความ (Coding) ที่สอดคล้องหรือตอบคำถามการวิจัย จากนั้น นำข้อความที่มีความหมายเดียวกันในการสัมภาษณ์แต่ละครั้ง มาจัดกลุ่มเป็นกลุ่มข้อมูล (Category) และ รวบรวมกลุ่มข้อมูลเป็นหมวดหมู่ของข้อมูล (Theme) ต่อไป

การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูล ผู้วิจัยจึงได้ใช้หลักเกณฑ์ของ Lincoln และ Guba¹² เป็นแนวทางในการตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูลเชิงคุณภาพ

1. ความน่าเชื่อถือของข้อมูล (Credibility) ในการสัมภาษณ์ การวิเคราะห์ข้อมูล และการจัดหมวดหมู่ข้อมูล ผู้วิจัยได้ปรึกษากับอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งเป็นอาจารย์พยาบาล และทำงานวิจัยเชิงคุณภาพเป็นระยะๆ เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล (Peer debriefing) และนำผลสรุปประเด็นจากบทสัมภาษณ์ไปตรวจสอบความถูกต้องกับผู้ให้ข้อมูล (Member checking)

2. ความสามารถนำไปใช้กับกลุ่มอื่น (Transferability) การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลแบบสัมภาษณ์เชิงลึก โดยเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนดไว้ สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการศึกษา ทำให้ได้ข้อมูลที่ลึกซึ้งเกี่ยวกับคุณลักษณะเฉพาะของมารดาหลังคลอดที่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวจนถึง 6 เดือนในกลุ่มมารดาที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลา สามารถนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้ได้กับกลุ่มประชากรอื่นที่คล้ายคลึงกับกลุ่มประชากรที่ผู้วิจัยศึกษาได้

3. ความวางใจได้ของข้อมูล (Dependability) การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยมีการตั้งคำถามการวิจัยที่มีความเชื่อมโยงอย่างสมเหตุสมผลกับจุดมุ่งหมายของการวิจัยและการออกแบบการวิจัย มีการเขียนอธิบายรายละเอียดในการเก็บรวบรวมข้อมูล ดำเนินการตามระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพตั้งแต่ลักษณะของผู้ให้ข้อมูล การเลือกและวิธีการเข้าถึงข้อมูล และมีการนำเสนอขั้นตอนในการวิเคราะห์ข้อมูลอย่างเป็นระบบ พร้อมทั้งแสดงตัวอย่างการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อให้ผู้อ่านเข้าใจกระบวนการวิจัยได้อย่างชัดเจน มีการใส่รหัสของข้อมูล จัดเก็บข้อมูลต่างๆอย่างเป็นระเบียบและตรวจสอบได้

4. ความสามารถตรวจสอบและการยืนยันข้อมูล (Confirmability) การศึกษาครั้งนี้เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้อง ผู้วิจัยดำเนินการตั้งแต่การเก็บรวบรวมข้อมูลดิบ การวิเคราะห์ข้อมูล การให้ความหมาย สรุปประเด็นสำคัญ และสังเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึกโดยตรง ไม่มีอคติของผู้วิจัย ดำเนินการตามกระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพด้วยความเคร่งครัด โดยมีการตรวจสอบและอภิปรายร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษาในทุกกระบวนการ และนำกลับไปให้ผู้ให้ข้อมูลตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้ง

ผลการวิจัย

ผู้ให้ข้อมูลหลักในการวิจัยครั้งนี้ เป็นมารดาหลังคลอดที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลาและสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยาวตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 6 เดือนหลังคลอด จำนวน 10 คน ทุกคนนับถือศาสนาพุทธ มีอายุเฉลี่ย 35.10 ปี (S.D. = 3.57 อายุระหว่าง 31-42 ปี) มีสถานภาพสมรส 9 คน และมีสถานภาพหย่าร้าง 1 คน มารดาหลังคลอดส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับปริญญาโท และทำงานในหน่วยงานราชการ และมี 3 คนที่ปฏิบัติงานในสถานประกอบการเอกชน ส่วนระยะเวลาในการลาคลอด พบว่า ทุกคนมีสิทธิในการลาคลอดและได้รับเงินเดือน จำนวน 3 เดือน ซึ่งส่วนใหญ่ใช้สิทธิลาคลอดตามที่กำหนด มีมารดาหลังคลอด 3 คน ตัดสินใจกลับไปทำงานก่อนครบกำหนดลาคลอด เนื่องจากหน่วยงานขาดบุคลากรในการทำงาน ส่วนรายได้เฉลี่ยต่อเดือนของผู้ให้ข้อมูล มากกว่า 20,000 บาทต่อเดือน ส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในครอบครัวขยาย ที่มีปู่ย่า ตายาย และมี 2 คน เป็นครอบครัวเดี่ยวพักอาศัยอยู่กับสามีตามลำพัง

ข้อมูลด้านสูติกรรม พบว่า ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่ไม่เคยเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยพบว่า จำนวนครั้งในการคลอดหนึ่งครั้งและสองครั้งขึ้นไปมีจำนวนเท่า ๆ กัน ทั้งนี้ การคลอดส่วนใหญ่เป็นการผ่าตัดคลอด มี 2 คนที่คลอดปกติทางช่องคลอด ทารกส่วนใหญ่คลอดเมื่ออายุครรภ์ครบกำหนด มีทารก 1 คนที่คลอดก่อนกำหนด น้ำหนักเฉลี่ยของทารกแรกเกิดเท่ากับ 3,080 กรัม (S.D. = 368.90) และทารกส่วนใหญ่มีสุขภาพปกติ พบทารกมีภาวะตัวเหลืองจำนวน 2 คน และมีพังผืดใต้ลิ้นและหายใจหอบจำนวน 1 คน

การศึกษาครั้งนี้ พบว่า คุณลักษณะเฉพาะของผู้ให้ข้อมูลที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลาและสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยาวอย่างน้อย 6 เดือน มี 5 ประเด็นได้แก่ 1) มีความพร้อมและตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 2) มีการวางแผนก่อนกลับไปทำงานและบริบทของสถานที่ทำงานที่เอื้อต่อการปั๊มนม 3) ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว 4) มีทัศนคติเชิงบวกต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ 5) เข้าถึงแหล่งข้อมูลและประเมินความน่าเชื่อถือของข้อมูลได้ โดยในแต่ละประเด็นมีรายละเอียด ดังนี้

1. มีความพร้อมและตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ความพร้อมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มองในประเด็น เรื่องอายุของผู้ให้ข้อมูลและการวางแผนเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยผู้ให้ข้อมูลมีอายุต่ำสุด 31 ปี สูงสุด 42 ปี อายุเฉลี่ย 35.10 ปี ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่มองว่าการตั้งครรภ์ของตนเองเกิดขึ้นในช่วงอายุที่เหมาะสม เนื่องจากตนเองมีความพร้อมที่จะเลี้ยงดูบุตร ซึ่งผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4 อายุ 32 ปี เป็นพนักงานมหาวิทยาลัย จบการศึกษาระดับปริญญาโท สถานภาพสมรสคู่ อาศัยอยู่ร่วมกับครอบครัวฝ่ายตนเอง ให้ข้อมูลว่า

“ตั้งใจตั้งแต่แรกว่าจะให้กินนมแม่... ตั้งแต่ก่อนคลอด พยายามดูข้อมูลว่ามันทำอย่างไรได้บ้างในเรื่องนมแม่”

นอกจากนี้ ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6 อายุ 36 ปี เป็นพนักงานมหาวิทยาลัย จบการศึกษาระดับปริญญาโท หย่าร้างกับสามีหลังตนเองคลอดบุตรคนนี้ อาศัยอยู่กับครอบครัวตนเอง ระบุว่าตนเองได้มีการวางแผนในการตั้งครรภ์นี้ และมีความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

“ไปฝากท้องหมอแนะนำ (ตอนแรก) ไม่ได้คิดว่าต้องเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แต่ไปถึงแล้วหมอนแนะนำ เราก็ตั้งใจ เริ่มศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่”

2. มีการวางแผนก่อนกลับไปทำงานและบริบทของสถานที่ทำงานที่เอื้อต่อการปั๊มนม

บริบทสภาพแวดล้อมในการทำงานของผู้ให้ข้อมูล ทั้งหน่วยงานราชการและเอกชน ให้การสนับสนุนมารดาหลังคลอดในเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยหน่วยงานภาคเอกชนได้จัดสถานที่ไว้สำหรับปั๊มนม

และอนุญาตให้มารดาหยุดพักไปบีบเก็บนมได้ ภายในระยะเวลาที่หน่วยงานกำหนด โดยผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1 อายุ 42 ปี บุตรคนปัจจุบันเป็นคนที่ 3 จบการศึกษาระดับปริญญาตรี เป็นพนักงานขาย ให้ข้อมูลว่า

“ที่ทำงานเขาก็ให้เวลาไปปั๊มนม ช่วงไหนก็ได้ 2 ชั่วโมง คือให้ 2 ชั่วโมงต่อวัน เพราะว่าพนักงานเยอะ เขาก็ให้มา ไม่มีปัญหาเรื่องปั๊มนม ถ้ามัคคก็ให้มาได้เลย”

ห้องพยาบาลถือเป็นสถานที่ซึ่งหน่วยงานเอกชนอนุญาตให้มารดาหลังคลอดที่เป็นพนักงาน มาใช้เป็นห้องสำหรับบีบเก็บน้ำนม ซึ่งผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1 ระบุว่า

“ห้องพยาบาล จะมี [ปลั๊กไฟสำหรับ] ที่เสียบเครื่องปั๊ม แต่เครื่องปั๊มเราซื้อเอง เรามีห้องพยาบาล ให้ มีเตียงให้เรานั่ง...บางทีก็ชนกัน ก็นั่งปั๊มนมด้วยกัน 3-4 คน แต่ละคนมีที่ปั๊มนมของตัวเอง ไม่ใช้ร่วมกัน”

ขณะที่บริบทของหน่วยงานราชการไม่ได้จัดพื้นที่เฉพาะสำหรับบีบเก็บน้ำนม แต่ด้วยลักษณะ ห้องทำงานของผู้ให้ข้อมูลที่มีความเป็นส่วนตัว หรือมีการจัดแบ่งห้องทำงานที่เป็นสัดส่วน ผู้ให้ข้อมูลสามารถ จัดการเวลาพักได้ เช่น

“ที่ทำงานที่เป็นราชการมันจะง่ายกว่าอาชีพอื่น อย่างเราขอเวลาแป๊บนึง เขาก็ไม่ว่าอะไร...ผู้บริหาร เขาไม่ห้าม เพราะเดี๋ยวนี้เครื่องปั๊มนมมันอัตโนมัติ เราปั๊มไปด้วยเราทำงานไปด้วย ให้เขาเห็นว่าปั๊มนม เราก็อ่านหนังสือได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4, พนักงานมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง)

หน่วยงานที่มีตู้เย็น มารดาหลังคลอดสามารถนำน้ำนมที่ได้มาจากการบีบเก็บน้ำนมในระหว่าง วันที่ทำงานได้ มาแช่เก็บไว้ในตู้เย็นที่มีอยู่ในหน่วยงานได้ เมื่อเลิกงานจะนำน้ำนมใส่ในอุปกรณ์ที่เตรียมไว้ แล้วนำไปแช่ที่บ้าน ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3 อายุ 37 ปี เป็นพนักงานมหาวิทยาลัย จบการศึกษาระดับปริญญาโท พักอาศัยอยู่กับครอบครัวฝ่ายสามี กล่าวว่า “ห้องทำงานมีตู้เย็น ใส่[นมแม่ใน]ตู้เย็น ยังไม่ฟรีช แล้วเอาไปใส่ ที่บ้านต่อ...เป็นตู้แช่ไอติม แบบเปิดฝาข้างบน ของพี่สาว... ยืมตู้แช่เขามาแล้วฟรีช สดก่อนมเอาไว้”

การวางแผนบีบเก็บน้ำนมก่อนกลับไปทำงานในระหว่างที่ลาคลอด เป็นอีกสิ่งหนึ่งที่ผู้ให้ข้อมูล ได้กล่าวว่า เป็นส่วนสำคัญที่ทำให้ตนเองมีน้ำนมเพียงพอสำหรับเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง ตัวอย่าง ในการศึกษานี้ เช่น ผู้ให้ข้อมูลทุกคนมีสิทธิลาคลอดตามสิทธิของตนเอง แต่มีมารดาหลังคลอด 3 คน ซึ่ง 1 ใน 3 คน ทำงานในหน่วยงานราชการ ส่วนอีก 2 คน ทำงานในหน่วยงานเอกชน ต้องกลับไปทำงาน ก่อนครบกำหนดลาคลอด เนื่องจากแผนกของตนมีพนักงานไม่เพียงพอต่อการให้บริการ แม้ผู้ให้ข้อมูลกลุ่มนี้ ไม่ทราบล่วงหน้าว่าต้องกลับไปทำงานเร็วกว่ากำหนดลาคลอด แต่มารดาหลังคลอดทั้ง 3 คน ได้วางแผน เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่แรกคลอดและได้บีบเก็บน้ำนมสะสมไว้อย่างเพียงพอสำหรับทารก จึงสามารถเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องจนถึง 6 เดือนหลังคลอด

3. ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว

การได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว หมายถึง มารดาหลังคลอดที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลาที่ สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องอย่างน้อย 6 เดือน ได้รับการช่วยเหลือหรือสนับสนุนจากคน ในครอบครัว เช่น ย่า ยาย หรือสามี เป็นต้น ทั้งในช่วงเวลาที่มารดาลาคลอดและเมื่อกลับไปทำงานประจำ แล้ว ซึ่งผู้ให้ข้อมูล 8 คน ใน 10 คน พักอาศัยอยู่ในครอบครัวขยาย โดย ปู่ ย่า หรือ ยาย ช่วยเลี้ยงลูก และป้อนนมแม่เมื่อมารดาหลังคลอดกลับไปทำงานประจำ นอกจากนี้ มารดาหลังคลอดที่ฝากลูกไว้ให้ ย่า ยาย ช่วยเลี้ยงลูกและตัวเองต้องกลับไปทำงานในต่างถิ่นและไม่สามารถกลับบ้านทุกวัน พบว่า หากมารดา หลังคลอดบีบเก็บน้ำนมได้เพียงพอ ผู้ดูแล หรือ ย่า ยาย ให้การสนับสนุนและสามารถกลายน้ำนมแม่ และป้อนนมแม่ให้ทารกกินได้ จะส่งผลให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องประสบความสำเร็จได้ ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 7 ระบุว่า “พี่กลับมาทำงานที่สุรินทร์ น้อง [ลูก] อยู่กับยายที่บุรีรัมย์ พี่ปั๊มนมสต็อกแล้วเอาไปให้เขากิน ... กลับไปหาเขาทุกเสาร์อาทิตย์”

นอกจากนี้ การได้รับการสนับสนุนด้านความคิดความเชื่อเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จะช่วยสนับสนุนให้มารดาสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จ ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4 เป็นพนักงานมหาวิทยาลัยที่พักอาศัยอยู่กับครอบครัวขยาย มีพ่อและแม่ของสามีเป็นผู้ช่วยเลี้ยงดูลูกและป้อนนมแม่ กล่าวว่า

“...ถ้าที่บ้านเข้าใจ มันถึงจะทำได้นะเรื่องนมแม่...คือคนเลี้ยงให้เราเขาจะโอเคกับความคิดเราไหม... ปู่ย่าเป็นคน[เลี้ยง]ดูให้ ถ้าเขาโอเคว่า จะเลี้ยงนมแม่ให้ได้ มันถึงจะรอด มันไม่ใช่แค่เรา เราปั๊มนมออกมาได้ แต่ ถ้าเขาไม่เอาให้กิน คือถ้าเขามองว่ายาก มันก็ไม่ได้กิน”

4. มีทัศนคติเชิงบวกต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ทัศนคติเชิงบวกต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หมายถึง มารดาหลังคลอดมีทัศนคติในลักษณะเชิงบวก มีความเชื่อมั่นและเห็นคุณค่าของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งทัศนคติเชิงบวกเหล่านี้เกิดจากประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของตนเองการสังเกตพฤติกรรมของลูกตนเอง เป็นปัจจัยที่สนับสนุนให้มารดาหลังคลอดตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ครั้งนี้ ถึงแม้ว่าบริบทหรือสถานะของตนเองจะเปลี่ยนไป ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1 ที่มีบุตรจำนวน 3 คน และบุตร 2 คนแรกได้กินนมแม่อย่างเดียวนานมากกว่า 6 เดือน ดังนี้

“ลูก 2 คนก่อนพี่ให้กินนมแม่อย่างเดียว พี่ได้อยู่กับเขาตลอดไม่ได้ทำงาน...พัฒนาการเขาเร็วมาก เขาพูดเร็ว เพราะเราสื่อสารกับเขาตลอด พี่ว่าเขาฉลาด ปฏิกริยาการตอบโต้อะไรก็เร็ว...เรารู้สึกว่าเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แล้วลูกผูกพันกับเรา พี่ไม่เคยคิดอยากให้ลูกกินนมผง ถ้าเป็นไปได้ก็อยากให้เขา [ลูกคนที่ 3] กินนมเราตลอด จนกว่าเขารู้สึกว่าพอถึงจะหยุดให้กิน”

มารดาหลังคลอด 6 ใน 10 คน คลอดลูกครั้งแรกหรือมีลูกที่มีชีวิตครั้งแรก จึงไม่มีประสบการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แต่เนื่องจากรับรู้ว่าตนเองได้กินนมแม่และรับรู้ถึงคุณค่า ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่เกิดขึ้นกับตนเอง ตลอดจน ได้รับการปลุกฝังทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับนมแม่จากมารดาของตนเอง ย่า ยาย ขณะเดียวกันยังได้รับการช่วยเหลือจาก ย่า ยาย ในการดูแลบุตรในช่วงที่มารดาหลังคลอดกลับไปทำงาน นอกบ้าน สิ่งเหล่านี้สนับสนุนให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างต่อเนื่องจนถึง 6 เดือนหลังคลอด ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูลคนที่ 9 อายุ 38 ปี เป็นพนักงานมหาวิทยาลัย มีบุตร 3 คน พักอาศัยอยู่กับครอบครัวสามี ดังนี้

“ปัจจัยสำคัญที่ทำให้เราเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จคือ ความเชื่อมั่นของเราที่มีต่อนมแม่ พื้นฐานครอบครัวของเรา แม่เราเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทั้ง 3 คนไม่มีใครกินนมกระป๋องเลย มันเป็นส่วนสนับสนุนเรานะ...ความตั้งใจ และประสบการณ์ตัวเองตอนเด็ก ๆ กินนมแม่จนถึงชั้นอนุบาลเลย ...พอมีลูกเราก็กินนมแม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวให้มันยาวนาน อยากจะให้ลูกได้เต็มที่”

5. สามารถเข้าถึงและประเมินความน่าเชื่อถือของข้อมูลได้

สามารถเข้าถึงและประเมินความน่าเชื่อถือของข้อมูลได้ หมายถึง ความสามารถของมารดาหลังคลอด ทั้งเรื่องโอกาส วิธีการ/ช่องทางในการเข้าถึงแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือ หรือ สามารถประเมินความน่าเชื่อถือของข้อมูลที่มีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ตนเองค้นหาหรือได้รับคำแนะนำมาได้ อย่างไรก็ตามมารดาหลังคลอดที่สามารถเข้าถึงข้อมูลหรือประเมินข้อมูลได้ มักจะเป็นกลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่จบการศึกษาระดับปริญญาโท มีทักษะการอ่านงานหรือวิเคราะห์งานวิชาการต่างๆ เช่น ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4 พนักงานมหาวิทยาลัย จบการศึกษาระดับปริญญาโท กล่าวว่า

“จากข้อมูลเชิงวิชาการมัน [การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่] ดี เราก็เชื่อ...เพราะเราอ่านข้อมูลแล้วทุกอย่างการันตีว่ามันดี โชคดีที่เราเข้าถึงข้อมูลพวกนี้ แม่ที่จะให้นมแม่ได้สำเร็จจริงๆ ต้องศึกษาจริงๆ อีกกับสิ่งนี้ว่า ควรทำ มันดีกับทั้งแม่ทั้งลูก...ถ้าคนที่เขาไม่เคยอ่านเรื่องนี้เลย เขาไม่ได้มองว่ามันจำเป็น ไม่ได้พยายามว่าจะให้นมแม่.. เราพยายาม เราถึงข้ามจุดที่เจ็บและทรมานมาได้ เราอ่านเยอะ เราอ่านหลาย ๆ

อย่าง ข้อมูลอันนี้เชื่อได้ไหม คือชั่งน้ำหนักเอา พิสูจน์กับตัวเอง ทำแบบนี้แล้วลูกเราเป็นอย่างไร หลายอย่างเป็นไปตามทฤษฎี ก็วิจัยมาแล้ว”

นอกจากนี้ มารดาหลังคลอดส่วนหนึ่งรับรู้ข้อมูลที่ได้รับจากเจ้าหน้าที่พยาบาล/แพทย์ของโรงพยาบาล ถือเป็นข้อมูลที่น่าเชื่อถือ และใช้ข้อมูลเหล่านั้น เพื่อแก้ไขปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้มารดาหลังคลอดก้าวข้ามปัญหาที่เกิดขึ้นและมุ่งมั่นในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อเนื่องจนถึง 6 เดือนหลังคลอด โดยผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1 อายุ 42 ปี จบการศึกษาระดับปริญญาตรี เป็นพนักงานขายในห้างสรรพสินค้าแห่งหนึ่ง กล่าวว่า

“ที่โรงพยาบาลเขาสอนเรา เขาว่าให้กินนมแม่จะดีมาก ...นี่คือครั้งแรกที่พี่ปั้มนม พี่ทำงานด้วยเลย ต้องปั้มนม บอกว่า 3 ชั่วโมงนมจะผลิต เราก็กินสารอาหารหුවลือะไรอย่างนี้ กินเยอะๆ จะได้ปั้มนมได้เยอะ”

การอภิปรายผล

มารดาหลังคลอดที่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวได้จนถึง 6 เดือนหลังคลอด ในการศึกษาี้รับรู้ว่าตนเองมีความพร้อม ความตั้งใจ การวางแผนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งความพร้อมมองได้ทั้งมิติของอายุเมื่อตั้งครรภ์และวุฒิภาวะในการจัดการปัญหาที่เกิดขึ้น ซึ่งการศึกษาครั้งนี้พบว่ามารดาหลังคลอดมีงานประจำที่ค่อนข้างมั่นคง ทำให้มีรายได้เพียงพอสำหรับใช้จ่ายในครอบครัว รวมถึงสามารถจัดหาอุปกรณ์สำหรับเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ สร้างความสะดวกในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่¹³ ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ เป็นส่วนสำคัญที่ทำให้มารดาหลังคลอดวางแผนเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ค้นหาและทำความเข้าใจเกี่ยวกับข้อมูล วิธีการปฏิบัติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่¹⁴⁻¹⁵ เช่น การบีบเก็บน้ำนมแม่สะสมไว้ก่อนกลับไปทำงาน และบีบเก็บน้ำนมต่อเนื่องเมื่อไปทำงาน ส่งผลให้มีการสร้างน้ำนมต่อเนื่องและเพียงพอสำหรับทารก¹⁵

การศึกษานี้ พบว่าบริบทของสถานที่ทำงานเอื้อต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยสถานประกอบการเอกชน ได้จัดสถานที่ให้มารดาบีบเก็บน้ำนมในระยะเวลาที่กำหนดในแต่ละวัน ส่วนหน่วยงานราชการไม่ได้กำหนดเรื่องเวลา แต่ยังไม่มียุติสนที่เฉพาะสำหรับบีบเก็บน้ำนม จึงใช้ห้องทำงานตนเอง หรือใช้เครื่องปั้มนมขณะทำงาน ซึ่งจะเห็นว่า ความตั้งใจ การจัดการเวลา บริบทของสถานที่ทำงานเอื้อต่อการบีบเก็บน้ำนมยืดหยุ่นในเวลางาน รวมถึงทัศนคติเชิงบวกของเพื่อนร่วมงานต่อการบีบเก็บน้ำนมในที่สาธารณะ¹⁴⁻¹⁵ มีผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เมื่อกลับไปทำงาน

การสนับสนุนจากครอบครัว ทั้งมิติของการช่วยเหลือเลี้ยงดูบุตร การป้อนนมแม่ และทัศนคติเชิงบวกต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นส่วนที่ผู้ให้ข้อมูลในการศึกษานี้ ระบุว่าเป็นสิ่งที่สำคัญที่เอื้อให้ตนเองสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ต่อเนื่อง จากการศึกษาี้ มารดาหลังคลอดพักอาศัยอยู่ในครอบครัวขยาย ซึ่งเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้ได้รับความช่วยเหลือในการเลี้ยงดูบุตรและเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และบริบทของสังคมไทยที่มารดาหลังคลอดที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลา มักได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวในการเลี้ยงลูก แต่การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นสิ่งที่ต้องเกิดจากความร่วมมือทั้งจากผู้ให้ข้อมูลในการบีบเก็บน้ำนมให้ลูกและผู้ดูแลหรือป้อนน้ำนมแม่ หากคนในครอบครัวมีทัศนคติเชิงบวก สนับสนุนเลี้ยงลูก/หลานด้วยนมแม่ จะช่วยลดความเครียดในแม่ที่ทำงานนอกบ้านได้ มีผลต่อการสร้างน้ำนมและการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง¹⁵⁻¹⁷

ความสามารถในการเข้าถึงแหล่งข้อมูลและประเมินความน่าเชื่อถือของข้อมูลได้ เป็นลักษณะสำคัญที่พบในการศึกษานี้ มารดาหลังคลอดที่สามารถค้นหาข้อมูลหรือได้ข้อมูลจากแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือ รวมทั้งสามารถประเมินความน่าเชื่อถือของข้อมูลได้ จะเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้มารดาหลังคลอด

มีแนวทางแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นระหว่างเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้¹⁸⁻¹⁹ จะเห็นได้จาก 6 ใน 10 คน ของมารดาหลังคลอด จบการศึกษาตั้งแต่ระดับปริญญาตรีขึ้นไป มีการฝากครรภ์และได้รับคำแนะนำในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นปัจจัยส่วนหนึ่งที่ทำให้มารดาหลังคลอดเหล่านี้สามารถเข้าถึงแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือได้อย่างไรก็ตาม ความสามารถในการเข้าถึงข้อมูลและการประเมินความน่าเชื่อถือของข้อมูลอย่างเดียวอาจไม่เพียงพอที่จะทำให้มารดาหลังคลอดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ต่อเนื่อง²⁰⁻²¹ ต้องอาศัยการทำความเข้าใจอย่างลึกซึ้งจากแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือ และประเมินความถูกต้องของข้อมูลด้วยตนเองหรือการสนับสนุนจากบุคลากรทางการแพทย์ ซึ่งจะเป็นปัจจัยเอื้อที่สำคัญในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลาได้อย่างต่อเนื่อง

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้และข้อจำกัดของงานวิจัย

ลักษณะเด่นของผู้ให้ข้อมูลครั้งนี้ คือ จบการศึกษาตั้งแต่ระดับปริญญาตรีขึ้นไป มีงานประจำ มีรายได้ค่อนข้างมั่นคงและพักอาศัยอยู่ในครอบครัวขยาย และได้รับการสนับสนุนจากคนในครอบครัวในการเลี้ยงลูกและสนับสนุนด้านความคิดในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ รวมทั้งมีวางแผนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ดังนั้น การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อเนื่องในมารดาหลังคลอดที่ทำงานนอกบ้านเต็มเวลานี้ ควรมีการเตรียมความพร้อมทั้งด้านความรู้ ทักษะ และวิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องจนทารกครบ 6 เดือน โดยควรเริ่มตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ทั้งหญิงตั้งครรภ์และคนในครอบครัว/บุคคลที่คาดว่าจะช่วยเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ควรผลิตและเผยแพร่สื่อข้อมูลความรู้เชิงวิชาการที่น่าเชื่อถือ ให้มารดาหลังคลอดสามารถเข้าถึงได้ง่าย และควรจัดสถานที่ที่เอื้อต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับเจ้าหน้าที่ทุกคนในหน่วยงาน โดยเฉพาะหน่วยงานราชการ

ข้อจำกัด ในการศึกษาครั้งนี้คือ การอธิบายเฉพาะคุณลักษณะของมารดาหลังคลอดที่ทำงานนอกบ้านแต่ยังไม่ทราบแบบแผนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ชัดเจนในกลุ่มนี้ ควรมีการศึกษาเพิ่มเติมและการอ้างอิงไปยังกลุ่มมารดาหลังคลอดที่ทำงานนอกบ้านทั่วไปหรือกลุ่มที่ทำงานรับจ้างอื่นๆ ควรนำใช้ข้อมูลอย่างระมัดระวัง

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณผู้ให้ข้อมูลทุกคน ตลอดเจ้าหน้าที่จากสถานประกอบการภาคเอกชน หน่วยงานราชการทุกแห่ง ที่มีส่วนสนับสนุนให้การศึกษานี้บรรลุตามวัตถุประสงค์

เอกสารอ้างอิง

1. Kuchenbecker J, Jordan I, Reinbott A, Herrmann J, Jeremias T, Kennedy G, et al. Exclusive breastfeeding and its effect on growth of Malawian infants: results from a cross-sectional study. *Paediatr Int Child Health* [Internet]. 2015 [Cited 2021 Jan 10];35:14-23. Available from: <https://doi.org/10.1179/2046905514Y.0000000134>
2. Victora CG, Horta BL, Loret de Mola C, Quevedo L, Pinheiro RT, Gigante DP, et al. Association between breastfeeding and intelligence, educational attainment, and income at 30 years of age: a prospective birth cohort study from Brazil. *Lancet Glob Health* [Internet]. 2015 [Cited 2021 Jan 10];3:199-205. Available from: [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(15\)70002-1](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(15)70002-1)

3. World Health Organization [WHO]. Increasing commitment to breastfeeding through funding and improved policies and programmes. 2019. [Cited Jan 10, 2021]. Available from: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/326049/WHO-NMH-NHD-19.22-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
4. สำนักงานสถิติแห่งชาติ. การสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทย พ.ศ. 2562 [อินเทอร์เน็ต]. 2563 [อ้างอิงเมื่อ 15 พ.ย. 2563]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.unicef.org/thailand/media/5146/file/Multiple%20Indicator%20Clust%20Survey%202019.pdf>
5. พรนภา ตั้งสุขสันต์, เอมพร รตินธร. ประสบการณ์และปัจจัยเชิงบริบทที่เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนอกบ้านเต็มเวลา. วารสารพยาบาลศาสตร์ 2554;29:52-63.
6. พระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงาน (ฉบับที่ 7) พ.ศ. 2562. พระราชกิจจานุเบกษา เล่มที่ 136 ตอนที่ 43 ก. (ลงวันที่ 5 เมษายน 2562) [อินเทอร์เน็ต]. 2562 [อ้างอิงเมื่อ 15 พ.ย. 2563]. เข้าถึงได้จาก: http://legal.labour.go.th/images/law/Protection2541/labour_2541_7.PDF
7. ขนิษฐา เมฆกมล. การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่: แนวปฏิบัติในชุมชน. วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้ 2561;5:274-86.
8. Weber D, Janson A, Nolan M, Wen LM, Rissel C. Female employees' perceptions of organizational support for breastfeeding at work: findings from an Australian health service workplace. Int breastfeed J [Internet] 2011. [cited 2020 Nov 15];6:1-7. Available from: <https://doi.org/10.1186/1746-4358-6-19>
9. ศุทธิณี รุจิระพงศ์, พรเพ็ญ ศิริสัตย์วงค์. ผลของโปรแกรมติดตามส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาผ่าน Facebook ต่อความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 12 สัปดาห์ของมารดาทำงานนอกร้าน. วารสารการพยาบาล การสาธารณสุขและการศึกษา 2562;20:69-79.
10. ภัทรพรรณ ทำดี. บนเส้นทางสายน้ำนมแม่: อัตลักษณ์ของแม่ทำงานยุคใหม่กับความยากลำบากในความเป็นแม่. วารสารวิจัยสังคม 2559;39:1-38.
11. Sandelowski M. Whatever happened to qualitative description?. Res Nurs Health [Internet] 2000. [Cited 2020 Nov 15];23:334-40. Available from: [https://doi.org/10.1002/1098-240x\(200008\)23:4<334::aid-nur9>3.0.co;2-g](https://doi.org/10.1002/1098-240x(200008)23:4<334::aid-nur9>3.0.co;2-g)
12. Lincoln YS, Guba EG. Naturalistic inquiry. Beverly Hills, CA: Sage Publications; 1985.
13. Dachew BA, Bifttu BB. Breastfeeding practice and associated factors among female nurses and midwives at North Gondar Zone, Northwest Ethiopia: a cross-sectional institution based study. Int breastfeed J [Internet] 2014. [cited 2020 Nov 15];9:1-7. <https://doi.org/doi:10.1186/1746-4358-9-11>
14. ธัญลักษณ์ บรรลิตกุล. การส่งเสริมมารดาที่ทำงานนอกร้านให้สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาต่อเนื่องได้. วารสารพยาบาลสภากาชาดไทย 2556;6:1-14.
15. จารินดา ศุภวัชรสาร, พรณรัตน์ แสงเพิ่ม. ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบีบเก็บน้ำนมของแม่ทำงานนอกร้าน. วารสารพยาบาลศาสตร์ 2561;36:66-76.

16. พันธ์ิยา เชียงตา, ฉวี เบาทรวง, กรรณิการ์ กันธะรักษา. ผลของการสนับสนุนทางสังคมต่อความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวของมารดาครรภ์แรก. พยาบาลสาร 2557;41:1-12.
17. Liu J, Shi Z, Spatz D, Loh R, Sun G, Grisso J. Social and demographic determinants for breastfeeding in a rural, suburban and city area of South East China. Contemp Nurse [Internet] 2013. [Cited 2020 Nov 15]45:234-43. Available from: <https://doi.org/10.5172/conu.2013.45.2.234>
18. สุตาภรณ์ พยัคฆะเรือง, พรณรัตน์ แสงเพิ่ม, ชญาดา สามารถ. ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระยะแรกหลังคลอด: ประสบการณ์ของมารดา. วารสารพยาบาลศาสตร์ 2559;34:30-40.
19. จิรนนท์ วีรกุล. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความสำเร็จในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนในโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยนเรศวร [อินเทอร์เน็ต]. 2559 [อ้างอิงเมื่อ 15 พ.ย. 2563]. เข้าถึงได้จาก: <http://conference.nu.ac.th/nrc12/dFiles/proceeding/NRC12v3.pdf>
20. Mirjalili N, Ansari Jaber A, Ansari Jaber K, Negahban Bonabi T. The role of maternal health literacy in breastfeeding pattern. J Nurs Midwifery Sci [Internet] 2018. [Cited 2020 Nov 15];5:53-8. Available from: https://doi.org/10.4103/JNMS.JNMS_21_18
21. Mogre V, Dery M, Gaa PK. Knowledge, attitudes and determinants of exclusive breastfeeding practice among Ghanaian rural lactating mothers. Int Breastfeed J [Internet] 2016. [Cited 2020 Nov 15];11:1-8. Available from: <https://doi.org/10.1186/s13006-016-0071-z>