

บทความวิจัย

ความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวน้อย 6 เดือน: กรณีศึกษาจังหวัดนครปฐม*

Success of Exclusive Breastfeeding for at Least the First 6 Months: A Case Study of Nakhon Pathom Province

ดวงพร ผาสวรรณ**

Duangporn Pasuwan

*ทุนอุดหนุนโครงการวิจัยพัฒนาท้องถิ่นในชุมชน มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

*Research Fund of Local Community Development, Nakhon Pathom Rajabhat University

**คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม 73000

**Faculty of Nursing, Nakhon Pathom Rajabhat University, Nakhon Pathom 73000 Thailand

Corresponding author, E-mail: duangporn@webmail.npru.ac.th

Received: December 15, 2019; Revised: March 19, 2020; Accepted: June 12, 2020

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงคุณภาพครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์ของความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวน้อย 6 เดือนแรกหลังคลอด ผู้ให้ข้อมูลคือแม่ที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 6 เดือนหรือมากกว่าแต่ไม่เกิน 1 ปี ที่พักอาศัยอยู่ในตำบลเขตอำเภอเมืองฯ จังหวัดนครปฐม โดยเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลแบบเจาะจงคือการคัดเลือกจากโรงพยาบาลนครปฐม จำนวน 38 ราย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ตรวจสอบความเที่ยงตรงของข้อมูลแบบสามเส้าด้วยการทบทวนข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการวิเคราะห์แก่นสาระ

ผลการวิจัยพบว่า ผู้ให้ข้อมูลเป็นแม่หลังคลอดอายุโดยเฉลี่ยอายุ 26.9 ปี ประสบการณ์ที่สำคัญของความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวน้อย 6 เดือนมีสามประเด็นได้แก่ 1) แรงจูงใจภายในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประกอบไปด้วย การเห็นถึงคุณประโยชน์ของนมแม่ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ประหยัดค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงดูบุตร และค่านิยมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 2) สิ่งสนับสนุนส่งเสริมช่วยให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำเร็จ ประกอบไปด้วย ความช่วยเหลือจากบุคคลในครอบครัวและเพื่อนสนิท และการสนับสนุนจากบุคลากรทางการแพทย์ 3) การฝ่าฟันอุปสรรคในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประกอบไปด้วย อุปสรรคจากปัญหาสุขภาพของมารดา ความสะดวกในด้านสถานที่ในการบีบเก็บน้ำนม และครอบครัว

ขาดความเข้าใจในความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ดังนั้น ควรศึกษาสนับสนุนให้แม่และสมาชิกในครอบครัวมีความตั้งใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างแน่วแน่ รวมทั้งบุคลากรทางการแพทย์ควรค้นหาเชิงรุกในแม่ที่มีปัญหาเกี่ยวกับการให้นมแม่ทุก ๆ เรื่อง และช่วยกันแก้ไขปัญหามา เพื่อส่งเสริมให้เด็กไทยได้รับนมแม่อย่างเดียวนานตามที่กำหนดและนานที่สุด เป็นการส่งเสริมสุขภาพพื้นฐานในการพัฒนาด้านร่างกายและจิตใจเด็กเพื่อเติบโตเป็นประชากรที่มีคุณภาพของสังคมต่อไป

คำสำคัญ: เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ นมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ส่งเสริมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

Abstract

This qualitative research aimed to study the experience of exclusive breastfeeding for the first 6 months after birth. Key informants were mothers who breastfed for 6 months or more but not more than 1 year and residing in sub-districts in Mueang Nakhon Pathom District, Nakhon Pathom Province. The data were collected by selecting the specific data group, from 38 mothers who delivered from Nakhon Pathom Hospital. The instrument used for data collection was a semi-structured interview form. Accuracy of the triangular data was checked by reviewing the triangulation and analyze them using thematic analysis.

The result showed that the respondents were postpartum mothers with the average age of 26.9 years old. The major factors which influenced the experience of successful exclusive breastfeeding for at least 6 months consisted of three issues: 1) self-motivation for breastfeeding. By recognizing the benefits of breast milk which is economical in raising a child and the values of breastfeeding. 2) Successful breastfeeding included assistance from individuals, family, close-friends and support from medical personnel. 3) Mother's own efforts and willingness to identify remedies to maternal health problems and comfort of working mothers in doing breast pump at workplace on her own time and convenience, family lacking an understanding on the importance of breastfeeding Therefore, it is recommended for them on learning to find ways and practices to support the mother and have the determination in encouraging the mother to continuously breastfeed, medical personnel should also proactively search for mothers who have problems with breastfeeding and help to find approaches to problems. It is also recommended that Thai children are only to receive breast milk only for as long as possible with the purpose of significantly enhancing the basic healthcare for physical and mental development of children to be qualified population in the future.

Keywords: Breastfeeding, Exclusive breastfeeding, Breastfeeding promotion

บทนำ

นมแม่เป็นสารอาหารและมีภูมิคุ้มกันที่ดีที่สุดของลูกซึ่งเหมาะกับการเจริญเติบโต และพัฒนาการทางชีววิทยา ลดอัตราการตายการเจ็บป่วยจากโรคติดเชื้อต่าง ๆ ที่สำคัญคือสายใยรักความผูกพัน ลูกที่ถูกเลี้ยงด้วยนมแม่เป็นเวลานาน มักเชื่อฟังพ่อแม่ มีจิตใจดี¹ นอกจากนี้มีประโยชน์ต่อลูกยังมีประโยชน์ต่อตัวแม่ ลดอัตราการตกเลือด ลดการเป็นมะเร็งเต้านม มะเร็งรังไข่ รูปร่างดี ลดอัตราการเป็นเบาหวานชนิดที่ 2 ประหยัดค่าใช้จ่ายในการซื้อนมผง นมแม่ยังช่วยลดขยะที่เกิดจากกระป๋องและพลาสติกต่าง ๆ ที่ใช้ในการชงนมผง^{2,3}

สถิติการให้นมแม่อย่างเดียว 6 เดือนทั่วโลกมีเพียงร้อยละ 43 องค์การอนามัยโลกพยายามช่วยกันรณรงค์ให้นมแม่อย่างเดียว 6 เดือนให้ได้ร้อยละ 50 ในปี ค.ศ. 2025 จากการสำรวจเด็กไทยดูนมแม่จำแนกตามอายุ พ.ศ. 2558-2559 พบเพียงร้อยละ 8.90 ของเด็กอายุ 4-5 เดือนที่ดูนมแม่เพียงอย่างเดียว และมีเด็กเพียงร้อยละ 13 เท่านั้นที่ยังคงดูนมแม่อย่างต่อเนื่องจนอายุ 2 ปี⁴ ประเทศไทยสำรวจการให้นมแม่อย่างเดียว 6 เดือนเมื่อ พ.ศ. 2561 พบเพียงร้อยละ 23.10 จัดเป็นอันดับที่ 43 ใน 97 ทั่วโลก⁵ นับว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว ยังคงน้อยมาก และยังไม่บรรลุเป้าหมายของแผนพัฒนาเศรษฐกิจสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560-2564) เพื่อให้เด็กไทยดูนมแม่ 6 เดือน ร้อยละ 50 หลายองค์กรดำเนินการและประชาสัมพันธ์ในหลายรูปแบบ เช่น การจัดทำโครงการสายใยรักแห่งครอบครัว⁶ การจัดตั้ง “มูมนมแม่” ขึ้นในสถานประกอบการ มีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในสถานประกอบการ และการประชุม⁷ อย่างไรก็ตาม เด็กไทยที่ได้รับนมแม่ยังไม่บรรลุเป้าหมายเนื่องจากอุปสรรคทางสังคม เช่น การโฆษณานมผง บุคลากรยังไม่เข้าใจเรื่องนมแม่มากพอ ลาดตลาดไม่ได้ นาน ไม่สามารถปั๊มนมเก็บน้ำนมที่ทำงาน เมื่อมีปัญหาในการให้นมทำให้ยังไม่สามารถแก้ปัญหาได้⁸

โรงพยาบาลนครปฐมมีเป้าหมายการพัฒนาอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ภายในจังหวัดให้มากกว่าร้อยละ 50 ทั้งนี้โรงพยาบาลนครปฐมมีคลินิกนมแม่ที่ให้การช่วยเหลือแม่เพื่อให้ลูกดูนมแม่ได้บรรลุเป้าหมายและเป็นโรงพยาบาลที่กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขสนับสนุนให้เป็นโรงพยาบาลนมแม่ต้นแบบ ประกอบกับพื้นที่ในเขตจังหวัดนครปฐม เป็นพื้นที่นำร่องในการขับเคลื่อนการบังคับใช้กฎหมาย พระราชบัญญัติควบคุมการส่งเสริมการตลาดอาหารสำหรับแม่และเด็กเล็ก พ.ศ. 2560⁹ ทั้งนี้โรงพยาบาลนครปฐมได้ดำเนินการเพื่อให้บรรลุเป้าหมายการพัฒนาโดยมีคลินิกนมแม่ มีพยาบาลที่ช่วยเหลือเกี่ยวกับการให้นมแม่ โดยใช้แนวปฏิบัติตามบันได 10 ขั้นขององค์การอนามัยโลก¹⁰ นอกจากนี้โรงพยาบาลนครปฐมยังมีการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในชุมชน และขยายผลการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไปเครือข่ายทุกระดับ มีผลให้แม่ที่อาศัยในพื้นที่รอบ ๆ ตัวเมืองนครปฐมเลี้ยงนมแม่ได้น้อยกว่า 6 เดือน ตามที่องค์การยูนิเซฟและองค์การอนามัยโลก กำหนด จนได้เป็นโรงพยาบาลสายสัมพันธ์แม่ลูก (Baby-friendly Hospital Initiative: BFHI) จากการดำเนินงานดังกล่าวโรงพยาบาลสามารถเพิ่มอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพิ่มสูงขึ้นเป็นร้อยละ 56.40 และ 68.80 ตามลำดับ¹¹ ซึ่งเป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนด จากอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่พบว่ามีจำนวนเพิ่มสูงขึ้น นอกจากนโยบายของโรงพยาบาลนครปฐมที่สนับสนุนให้ผู้คลอดจากโรงพยาบาลนครปฐมสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จแล้ว ยังอาจมีเงื่อนไขหรือกลไกอื่น ที่สนับสนุนแม่ให้สามารถฝ่าฟันอุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ ทั้งนี้จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าอุปสรรคของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เกิดขึ้นมากมาย เช่น การขาดความรู้ การไม่สามารถจะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง เพราะต้องหยุดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพื่อกลับไปทำงาน หรือปัญหาในการเลี้ยงลูก

ด้วยนมแม่ที่พบบ่อย คือ ปริมาณน้ำนมไม่เพียงพอ ปัจจัยเหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยที่ทำให้แม่ล้มเลิกการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในที่สุด¹² แต่ท่ามกลางอุปสรรคที่เกิดขึ้นกลับพบว่า แม่ที่คลอดจากโรงพยาบาลนครปฐม และเป็นกลุ่มผู้รับบริการจากคลินิกนมแม่จำนวนหนึ่ง เป็นผู้ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กล่าวคือ สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ต่อเนื่องถึง 6 เดือน หรือในบางรายสามารถเลี้ยงได้ต่อเนื่องมากกว่า 1 ปี ดังนั้น เพื่อให้เข้าใจถึงประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียว ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาทฤษฎีและเงื่อนไขของความสำเร็จดังกล่าว โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ แบบศึกษาเฉพาะกรณี (case study) เป็นวิธีการดำเนินการวิจัยเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ลุ่มลึก อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการในการนำผลวิจัยไปใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาประสบการณ์ความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยาวนาน 6 เดือนแรก หลังคลอด ของแม่หลังคลอดที่อาศัยอยู่ในเขตเมือง จังหวัดนครปฐม

คำถามการวิจัย

แม่ที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้เกิน 6 เดือนมีประสบการณ์เป็นอย่างไร

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบการศึกษารายกรณีเพื่อศึกษาประสบการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ประสบความสำเร็จในการให้นมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ผู้วิจัยเลือกสนามวิจัย และผู้ให้ข้อมูลหลักด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจง (purposive sampling) โดยเลือกโรงพยาบาลนครปฐมเป็นสนามวิจัย และเลือกแม่ที่คลอด

จากโรงพยาบาลนครปฐมเป็นกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก ทั้งนี้ การเลือกโรงพยาบาลนครปฐมเป็นสนามวิจัยเนื่องจากพบว่าสถิติการให้นมแม่อย่างเดียว 6 เดือนของแม่ที่คลอดจากโรงพยาบาลนครปฐมสูงถึงร้อยละ 68.80¹¹ ผู้วิจัยขอรายชื่อของแม่ที่ประสบความสำเร็จในการให้นมแม่อย่างเดียว 6 เดือน จากโรงพยาบาลนครปฐม และติดต่อผู้ให้ข้อมูลหลักผ่านอาสาสมัครสาธารณสุขประจำพื้นที่ ผู้ให้ข้อมูลหลักพักอาศัย จากนั้นทำการนัดหมายวัน เวลา พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัยแก่ผู้ให้ข้อมูลหลัก สำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) ที่บ้านของผู้ให้ข้อมูลตามแนวคำถามในการสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยเริ่มจากการแนะนำตนเอง ขออนุญาตอดเสียง การสนทนาและแจ้งถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย หลังจากนั้นผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์เชิงลึกด้วยตนเอง ใช้เวลาในการสัมภาษณ์ครั้งละประมาณ 45-60 นาทีต่อคน ทั้งนี้ผู้วิจัยจะทำการถอดเทปบันทึกการสัมภาษณ์แบบคำต่อคำ พร้อมสรุปข้อมูล แล้วนำไปให้ผู้ให้ข้อมูลยืนยันความถูกต้องอีกครั้ง ทำการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักทั้งหมด 38 คน จนข้อมูลอิ่มตัว

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key informants)

ทำการเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญโดยการเลือกแบบเจาะจง กำหนดคุณลักษณะคือ เป็นแม่ที่คลอดจากโรงพยาบาลนครปฐม อาศัยอยู่ในชุมชนเมืองนครปฐมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวได้ครบ 6 เดือนหรือมากกว่านั้น แต่ลูกอายุไม่เกิน 1 ปี จำนวน 38 ราย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยใช้แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง (semi-structured interview) เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ออกแบบแนวคำถามที่สะท้อนมุมมองเกี่ยวกับประสบการณ์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ที่ประสบความสำเร็จ ประกอบไปด้วย 2 ประเด็นคือ

- 1) สิ่งสนับสนุนเลี้ยงนมแม่ให้ประสบความสำเร็จ
- 2) การฝ่าฟันอุปสรรคระหว่างเลี้ยงนมแม่และการจัดการ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา โดยตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content validity) และภาษาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่านได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญทางด้านการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จำนวน 2 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญด้านระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพจำนวน 1 ท่าน

การพิทักษ์สิทธิ์ผู้ให้ข้อมูล

ผู้วิจัยได้รับการอนุมัติให้ดำเนินการจาก คณะอนุกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม หมายเลขโครงการ 004/2559 เลขที่ใบรับรอง 019/2560 ขั้นตอนของการพิทักษ์สิทธิ์ ผู้วิจัยแนะนำตนเองกับผู้ให้ข้อมูล พร้อมให้ลงนามหนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมวิจัย ของอาสาสมัครวิจัย ชี้แจงวัตถุประสงค์และขั้นตอนของงานวิจัย ขออนุญาตในการบันทึกอัดเสียงก่อนการสัมภาษณ์ และการรักษาการอัดเสียงเป็นความลับ โดยผู้ให้ข้อมูลวิจัยสามารถถอนตัวจากการเข้าร่วมการวิจัยได้ทุกเมื่อหากไม่สะดวกใจ ข้อมูลจะนำเสนอในภาพรวม โดยไม่ระบุตัวตนของผู้ให้ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลและการเก็บรวบรวมข้อมูล จะดำเนินการไปพร้อมกัน ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลแบบวิเคราะห์แก่นสาระ (thematic analysis)¹³ โดยเริ่มจากการนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์มาจัดระบบข้อมูล (data organizing) สร้างรหัสและแสดงข้อมูล (data display) ทำการสรุป ตีความ และตรวจสอบความถูกต้อง (conclusion, interpretation and verification)

วิธีการตรวจสอบแบบสามเส้า (Triangulation)

ตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูลด้วยการตรวจสอบสามเส้าโดยการทบทวนข้อมูล (review triangulation)¹⁴ โดยผู้วิจัยยืนยันความถูกต้องของข้อมูล ด้วยการนำข้อมูลที่ได้จากการถอดเทปบันทึกเสียงให้ผู้ให้ข้อมูลหลักทบทวนข้อมูลอีกครั้ง นอกจากนี้ผู้วิจัยนำข้อค้นพบจากการวิเคราะห์ของผู้วิจัย ไปยืนยันความถูกต้อง ความสมบูรณ์ และความน่าเชื่อถือในการวิเคราะห์ข้อมูลกับพยาบาลที่มีประสบการณ์การทำงานในคลินิกนมแม่ โรงพยาบาลนครปฐม มากกว่า 10 ปี

ผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ผู้ให้ข้อมูลคลอดเอง 22 ราย ผ่าคลอด 15 ราย ใช้เครื่องสุญญากาศ 1 ราย พักอาศัยอยู่ในตำบลม่วงตารสมากที่สุด 10 ราย รองลงมาอยู่ในตำบลสระกะเทียม 8 ราย ตำบลวังตะกู่ 7 ราย โพรหมเตื่อ 7 ราย ที่เหลืออาศัยในตำบลดอนตูม สามควายเผือก หนองปากโลง และตำบลนครปฐมรวม 6 ราย มีอายุเฉลี่ย 26.9 ปี ส่วนใหญ่สมรสอยู่กินกับสามี 31 ราย แยกกันอยู่ 7 ราย นับถือศาสนาพุทธ 36 ราย นับถืออิสลาม 2 ราย ด้านการศึกษาพบว่าส่วนใหญ่จบปริญญาตรี 14 ราย อนุปริญญา/ปวส. 11 ราย มัธยมศึกษา/ปวช. 8 ราย สูงกว่าปริญญาตรี 4 ราย ประถมศึกษา 1 ราย ประกอบอาชีพค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว 10 ราย รับจ้างทั่วไป 8 ราย พนักงานบริษัท 9 ราย รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ 5 ราย เป็นแม่บ้าน 5 ราย และกำลังเรียน 1 ราย รายได้ของครอบครัวเพียงพอต่อการใช้จ่าย 24 ราย ไม่เพียงพอต่อการใช้จ่าย 14 ราย ผู้ให้ข้อมูลมีบุตร 1 คน 26 ราย บุตร 2 คน 11 ราย และมีบุตร 3 คน 1 ราย ส่วนความตั้งใจที่จะเลี้ยงนมแม่ให้ได้มากกว่า 2 ปี 15 ราย เลี้ยงนมแม่ 1-2 ปี 16 ราย เลี้ยงนมแม่ 1 ปี 5 ราย และเลี้ยงนมแม่มาครบ 6 เดือนแล้วกำลังจะเลิกเพียง 2 ราย

ส่วนที่ 2 ประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวอย่างน้อย 6 เดือนที่ประสบความสำเร็จ

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึก มาลงรหัสแบบอุปนัยเพื่อนำไปสู่การวิเคราะห์ข้อมูล โดยการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยได้ข้อค้นพบใน 3 ประเด็นได้แก่ ประเด็นที่ 1 แรงจูงใจภายในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประเด็นที่ 2 สิ่งสนับสนุนทำให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จเกิน 6 เดือน ประเด็นที่ 3 การฝ่าฟันอุปสรรคในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ประเด็นที่ 1 แรงจูงใจภายในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เกิดจาก 3 สาเหตุหลักคือ การเห็นถึงคุณประโยชน์ของนมแม่ การประหยัดค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงดูบุตร และความเชื่อ หรือวัฒนธรรม

1) การเห็นถึงคุณประโยชน์ของนมแม่ การที่ผู้ให้ข้อมูลได้รับข้อมูลประโยชน์และคุณค่าของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว และ ผลเสียของการไม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำให้ผู้ให้ข้อมูลหลักเกิดความตั้งใจของตัวแม่เองที่จะทำให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จเกิน 6 เดือน มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

“ยุคกะสามีตั้งแต่ท้องแล้ว จะเลี้ยงนมแม่ เพราะเรารู้ตัวว่านมแม่นั้นมีประโยชน์ยังไง เรายังรักลูก ก็อยากให้เราได้ประโยชน์ แต่เอาจริง ๆ ไม่ง่าย นะคะ” (กรณีศึกษาที่ 2)

“ก่อนอื่น ต้องมีความตั้งใจของแม่จะให้นมลูก รู้ว่านมแม่มีประโยชน์ไม่มีนมใดทำเหมือน ตั้งใจอยากจะทำให้เค้าดูนมเราเอง ตามที่หลาย ๆ คนแนะนำมา ความตั้งใจเลยทำให้ความพยายามต่อเนื่องมาเรื่อย ๆ” (กรณีศึกษาที่ 4)

2) การประหยัดค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงดูบุตร
การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว ช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดแรงจูงใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้นานที่สุด มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

“ความตั้งใจของแม่ อยากให้นมลูกนาน ๆ มันประหยัดดีมากนะพี่ เมื่อก่อนเห็นพี่ที่ทำงาน หลังคลอดเค้าให้ลูกทานนมผสมหมดเดือนละหลาย ๆ พัน ของหนู ซื้อเครื่องปั๊ม สองพันกว่า ใช้ได้ตลอดจนถึงตอนนี้เลย และคงใช้อีกนาน เดียวให้คนอื่น ญาติ ๆ ใช้ต่อ” (กรณีศึกษาที่ 1)

“พอมีลูกเพิ่ม ค่าใช้จ่ายมันเยอะขึ้น จากประสบการณ์ที่เลี้ยงลูก เราจะรู้เลยมันช่วยประหยัดจริง ๆ เดือนหนึ่งหลายบาทเลยอย่างน้อยเกือบ 4,000 บาท ดีกว่าเราเอานมไม่มีประโยชน์ให้เขากิน” (กรณีศึกษาที่ 10)

“ได้ทั้งประโยชน์ที่สำคัญประหยัดมากด้วย เคยลองทำรายรับรายจ่าย เดือน ๆ หนึ่ง ได้เงินเพิ่มขึ้นเป็นพัน เอาเงินไปออม หรือไปลงทุน เพื่อลูกได้อีก ลูกได้ประโยชน์ทั้งนมของแม่ และเงินออมจากนมแม่ อยากเลี้ยงด้วยนมแม่ให้นานที่สุด” (กรณีศึกษาที่ 14)

3) ค่านิยมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (value of breastfeeding) ผู้ให้ข้อมูลหลักได้รับการขัดเกลาจากประสบการณ์ของผู้เคยเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เกี่ยวกับความรู้สึกในการสัมผัสจากลูกในการดูนมแม่ นอกจากนี้ยังได้รับอิทธิพลจากการให้ข้อมูลความรู้ถึงประโยชน์ของนมแม่จากผู้ให้บริการสุขภาพในคลินิกนมแม่ และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล การขัดเกลาดังกล่าว สนับสนุนให้ผู้ให้ข้อมูลเกิดความรู้สึกในแง่บวกต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และเห็นถึงความจำเป็นที่ต้องเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

“ห้องก่อนเคยเลี้ยงด้วยนมกระป๋อง เพราะว่าอยากให้ลูกฉลาด มีโฆษณาบอกว่า มีสารอาหารทำให้ลูกฉลาด พัฒนาการดี แต่พอท้องนี้ มีนโยบายสนับสนุนให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ได้รับความรู้ข้อมูลเกี่ยวกับประโยชน์จากพยาบาลในคลินิกนมแม่ มีกลุ่มที่คุยกันตลอด ถึงการเตรียมตัวคลอด การเตรียมอุปกรณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มันเป็นความรู้สึกร่วม แบบมีพวกในการลำบากด้วยกัน มันสนุกที่ได้พูดคุยปรึกษา” (กรณีศึกษาที่ 15)

“โครงการที่ภาครัฐโปรโมท การมีคลินิกนมแม่ ทำให้ได้แลกเปลี่ยนเกี่ยวกับแม่ไปด้วยกันเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำให้รู้สึว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มันเป็นเรื่องดี” (กรณีศึกษาที่ 21)

“คลอดเสร็จพี่พยาบาลเอาไปเช็ดตัวแล้วเอามาดูดทันที จำได้น้ำตาไหลเลย” (กรณีศึกษาที่ 28)

“แรกคลอดไม่ได้ดูดทันทีเพราะผ่าตัดนะค่ะ แต่หลังจากนั้นพอตะแคงได้เอามาดูดดูดได้ดีก็ให้ดูดมาเรื่อย ๆ รู้สึกดีมาก ๆ ที่ลูกดูดครั้งแรก” (กรณีศึกษาที่ 31)

ประเด็นที่ 2 สิ่งสนับสนุนทำให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จเกิน 6 เดือน สิ่งสนับสนุนที่ทำให้ผู้ให้ข้อมูลสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมได้ประสบความสำเร็จประกอบไปด้วย ความช่วยเหลือจากบุคคลในครอบครัว/เพื่อนสนิท และการสนับสนุนจากบุคลากรทางการแพทย์ มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1) บุคคลในครอบครัว ได้แก่ สามี ญาติ รวมทั้งเพื่อนสนิท ที่ให้ความสำคัญช่วยเหลือในขณะเลี้ยงลูกหรือขณะแม่ไปทำงาน (แม่บีบเก็บน้ำนมไว้ให้) ในงานวิจัยครั้งนี้มีแม่ที่ต้องลางานและทิ้งลูกไว้ให้สามี หรือญาติช่วยเลี้ยงในขณะแม่ไปทำงานมี 22 ราย ขณะที่ตนเองหาเวลาบีบเก็บน้ำนมมาให้ลูกที่บ้านทุก ๆ วันได้ส่วนที่เหลือ 16 ราย เป็นแม่ที่สามารถอยู่บ้านเป็นแม่บ้าน หรือค้าขายที่บ้านสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมตนเองได้ตลอด ๆ เกิน 6 เดือนขึ้นไป

“สามี มีส่วนช่วยอย่างมากค่ะ ในช่วงแรก ๆ นี่ไม่เป็นกันเลย สามีช่วย แม่หนูอีก ทุก ๆ คนในบ้านเลย แรก ๆ น้ำนมยังไม่พอ พยายามเอาเข้าเต้าบ่อย ๆ ทานอาหารที่มีประโยชน์ หลัง ๆ นมมีมากขึ้น ฝึกกันไป ช่วยกันผัวเมีย ตอนนี้อย่างนี้ไปทำงาน แม่หนูกะพี่สาวช่วยเลี้ยง หนูกลับมาจากทำงานลูกทานเต้าต่อ ลูกติดเต้ามากค่ะ เหมือนรอแม่กลับมาจากที่ทำงาน” (กรณีศึกษาที่ 21)

“เคยคิดนมไม่ไหล ปรึกษาเพื่อนที่สนิทเคยมีลูกเค้าแนะนำให้ประคบน้ำร้อน ๆ ที่หัวนม และดูในเพจ นวด ๆ ตามในเพจร่วมกับรูต ๆ หัวนม ร่วมกับให้ลูกดูด แล้วก็ดีขึ้นเองค่ะ” (กรณีศึกษาที่ 28)

“สามีเป็นคนสนับสนุนให้เลี้ยงด้วยนมแม่ เขาเห็นถึงความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เขาบอกว่ามีประโยชน์กว่านมผง ประหยัดด้วย พอเขาเห็นด้วย เวลาที่ต้องไปไหนกัน เขาจะรู้ว่าถึงเวลาบีบเก็บน้ำนมเขาจะช่วยเหลือ ต้องมีอุปกรณ์อะไรเขาช่วยหยิบช่วยเตรียม เขาถือเป็นภารกิจสำคัญเลย” (กรณีศึกษาที่ 29)

“แม่หาน้ำสมุนไพรให้ หาน้ำขิงให้ บอกว่าทานแล้ว ดินน้ำมันออกดี หนูเลี้ยงลูกเอง สามปีทำงาน แม่หนู ช่วย ไปหาคนมาประคบตัว อบตัวให้เหมือนอยู่ไฟ แม่หนูไปปรับคนแก่มาจากแถวตาก้อง ทำลูกประคบสมุนไพรทำจากขมิ้น ใบมะขาม ไพร ใบแจง ลูกมะกรูด แล้วยังนำของพวกนี้ใส่หม้อต้มให้เดือด อบตัวอยู่ 3 วัน คงเหมือนอยู่ไฟ เห็นยายว่าทำให้ มดลูกเข้าอู่ด้วย น้ำมันไหลดีด้วย ซึ่งก็บีนนมเก็บให้ ลูกไว้เต็มเลย (พาไปดูนมที่บีบเก็บไว้ในตู้เย็น)” (กรณีศึกษาที่ 32)

“เริ่มจากในโรงพยาบาล ที่กระตุ้นให้ลูกเริ่มดูด ให้เร็วที่สุด เพื่อนบริจาคที่บีมน้ำมันอย่างดีให้ สอนวิธีการบีบ การแบ่งเวลาบีบเก็บน้ำมัน ตอนนี ทำให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นไปด้วยดี ตอนไป ทำงานบีนนมเก็บไว้ มีอุปกรณ์เก็บพร้อม ลูกได้กินนม มาเกือบปีแล้วค่ะ” (กรณีศึกษาที่ 38)

2) บุคลากรทางการแพทย์ ที่ช่วยสนับสนุนให้ ข้อมูลตั้งแต่ฝากครรภ์ ระยะคลอด และโดยเฉพาะช่วง หลังคลอด ทำให้แม่อยากจะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว สำเร็จเกิน 6 เดือนมีรายละเอียดดังนี้

“มีไลน์กลุ่มนมแม่ค่ะ มีปัญหาอะไรก็ถาม มีคุณหมอ พยาบาล เพื่อน ๆ ที่เค้ามีประสบการณ์มาช่วยตอบ คำถามเวลามีปัญหา ที่เค้าเอาความรู้เกี่ยวกับเรื่อง นมแม่มาใส่ไว้ด้วย ทำให้มีความรู้เพิ่ม บางทีโทรหา ที่เค้าโดยตรงเลยคะ ที่เค้าก็ไม่ว่า เต็มใจตอบและให้คำแนะนำเสมอ ๆ” (กรณีศึกษาที่ 17)

“ได้รับความรู้จากในไลน์นมแม่จิตอาสาของโรงพยาบาล ช่วยได้มาก ๆ ค่ะ หนูมีปัญหาอะไร สอบถามเข้าไปมีพี่ ๆ แม่ ๆ ใจดีตอบกลับมาให้ ค้นหาในเพจบ้าง มีคนมาให้คำแนะนำ ดูแล้วได้ ความรู้ดีคะ แนะนำต่อให้เพื่อน ๆ แถวบ้านที่ท้อง ๆ กันด้วย” (กรณีศึกษาที่ 22)

“หนูเป็นผีที่เต้านมตอนลูกอายุ 6 เดือนแล้วคะ มา ผ่าฝีที่โรงพยาบาลช่วงเจาะผิวยังให้นมอยู่เลยคะ ให้ อีกข้างนะ หมอนัดไปโรงพยาบาลทุก 2 วันช่วงแรก ให้คำแนะนำให้กำลังใจอย่างดี จากนั้นทุกอาทิตย์ อยู่ 2 ครั้ง ทุกวันนี้นู๋ลูกอายุ 8 เดือน ยังดูนมแม่” (กรณีศึกษาที่ 35)

“เคยไปให้พี่พยาบาลอัลตราซาวด์ ช่วยกระตุ้น ท่อน้ำนมคะ และพื้กช่วยนวดเต้านมเพิ่มน้ำนมด้วย ตอนนั้นลูก 3 สัปดาห์ หลังทำดีขึ้นเลยคะ น้ำนม ออกมากแต่แม่ต้องใจแข็ง ๆ หน่อยนะคะ ให้ดูนมเรา อยู่แน่นแหละ ในที่สุดลูกก็ดูดได้ดีเลยคะ แม่บำรุง ด้วยน้ำมันมากขึ้น ๆ กดด้วยบีบเก็บไว้ให้ลูกต่ออีก ยังแนะนำเพื่อน ๆ ช้างบ้านที่มีลูกด้วยเลยให้ไปหา พี่เค้า” (กรณีศึกษาที่ 37)

ประเด็นที่ 3 การฝ่าฟันอุปสรรคและหาทาง แก้ไขปัญหาขณะให้นมแม่ จากผลการวิจัยมีแม่บางราย พบอุปสรรคในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แต่สามารถผ่านพ้น ไปได้ด้วยดี เช่น น้ำนมน้อยในช่วงแรก ๆ หัวนมสั้น ที่ไม่ได้แก้ไขตั้งแต่ฝากครรภ์ต้องบีบเก็บน้ำมันแม่ทาน จากขวด เต้านมคัดต้องนวดเปิดท่อน้ำนม บางรายเป็นผี ที่เต้านม มีปัญหาสถานที่ในการบีบเก็บน้ำมัน ครอบครัว ขาดความเข้าใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เมื่อมีปัญหา ผู้ให้ข้อมูลหลักจะค้นหาข้อมูล เช่น ปรึกษาผู้ที่มี ประสบการณ์ การค้นหาข้อมูลจากสื่อออนไลน์ รวมทั้ง ปรึกษาในกลุ่มสังคมออนไลน์ เช่น กลุ่มนมแม่ มีรายละเอียดดังนี้

1) การแก้ปัญหาสระศีรษะของหัวนม ได้แก่ หัวนมสั้น บอด ไวท์ดอทคือการมีจุดขาวคล้ายหนอง ที่หัวนม ผู้ให้ข้อมูลแก้ปัญหาโดยการหาข้อมูล จากแหล่ง ข้อมูลออนไลน์ การสอบถามข้อมูลจากผู้ให้บริการ สุขภาพ

“เคยคิดนมไม่ไหล ปรีक्षाเพื่อนที่สนิทเคยมีลูก
เค้าดูมาจากยูทูปเบอร์ อาจารย์จากรามามาแนะนำ
เป็นพยาบาล เขาแนะนำต้องระบายน้ำนมออก
ให้เอาลูกดูดหัวนมเข้าไปลึก ๆ กระตุ้นให้ลูกดูด
การใช้น้ำอุ่นประคบและนวดเต้านม เขาส่งข้อมูล
มาให้ดู พอทำตามแล้ว อาการคัดตึงก็จะดีขึ้นเองค่ะ”
(กรณีศึกษาที่ 13)

“เป็นจุดขาว ๆ ที่หัวนม รู้สึกเหมือนจุดที่หัวนม
โทรถามที่โรงพยาบาลเค้าให้ดูคนไปเรื่อย ๆ ต่อ
ถ้าไม่ดีขึ้นให้มา ก็ให้ดูดต่อ ประคบอุ่น ๆ ด้วยค่ะ
ดูดไปดูมา เหมือนมันหลุดออกไป เลยไม่ได้ไปหา
หมอที่โรงพยาบาล” (กรณีศึกษาที่ 17)

**2) การแก้ปัญหาเรื่องสถานที่ในการบีบเก็บ
น้ำมนนอกบ้าน** การบีบเก็บน้ำนมจำเป็นต้องใช้สถานที่
มิดชิด เนื่องจากต้องมีการเปิดเผยเต้านมส่งผลต่อภาพ
ลักษณ์แม่ที่ให้นมในที่สาธารณะ ในบางสถานที่ ที่เห็น
ความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จะมีสถานที่มิดชิด
ไว้สำหรับให้แม่บีบเก็บน้ำนม ผู้ให้ข้อมูลแก้ปัญหา
โดยการใช้ผ้าคลุมบีบเก็บน้ำนม ซึ่งสามารถช่วยปกปิดได้
นอกจากนี้ การวางแผนการบีบเก็บน้ำนมเป็นเวลาช่วย
ให้ผู้ให้ข้อมูลสามารถจัดสรรเวลาในการบีบเก็บน้ำนมได้
มีรายละเอียดดังนี้

“เพื่อนในกลุ่มแนะนำให้ผ้าคลุมบีบเก็บน้ำนม เป็น
ผ้าแบบหนา มองไม่เห็นเต้านมเวลาบีบนมช่วยให้
เวลาไปไหนมาไหนสะดวกขึ้น บางที่มีที่นั่งบีบนม
ให้ บางแห่งก็ไม่จัดให้ บางที่ต้องบีบในรถ” (กรณี
ศึกษาที่ 10)

“พยาบาลแนะนำว่าให้วางแผนการบีบว่าจะบีบ
ช่วงไหนบ้าง ต่อวันคือ 8 รอบ เริ่มตอน ตี 4 แด
โมง ลีบโมงเช้า บ่ายสอง สี่โมงเย็นก่อนกลับบ้าน
ถึงบ้านตอนห้าโมงเย็น สองทุ่ม เทียงคืน พอ
วางแผนแล้วจะไปนอกบ้าน หรือที่ทำงาน เราจะไป
ช่วงเวลาที่เรายังไม่ได้กำหนดการบีบเก็บน้ำนม” (กรณี
ศึกษาที่ 12)

**3) ครอบคลุมขาดความเข้าใจในความสำคัญ
ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่** นอกจากครอบครัวจะเป็น
แรงสนับสนุนสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ยังเป็น
เงื่อนไขสำคัญที่จะทำให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
ไม่ประสบความสำเร็จ ดังนั้นผู้ให้ข้อมูลแก้ไขปัญหา
โดยการทำความเข้าใจ พูดโน้มน้าวให้เห็นถึงความสำคัญ
ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับครอบครัว การประสบ
ความสำเร็จและแสดงผลของความสำเร็จ เช่น การประหยัด
ค่าใช้จ่าย และความแข็งแรงของลูกที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่
มีรายละเอียดดังนี้

“ในช่วงแรก ต้องหาอุปกรณ์ บางที่ต้องตื่นมาบีบ
เก็บน้ำนม ต้องบีบเป็นช่วงเวลา มันยุ่งยาก
สามีเลยบอกให้ใช้นมผงบ้าง แต่หนูก็พยายาม
อดทนต่อไป พอสามีเห็นว่ามันประหยัด ลูกก็ไม่เข้า
โรงพยาบาลเหมือนบ้านอื่น เขาเลยเห็นด้วย
ช่วยสนับสนุน” (กรณีศึกษาที่ 10)

“ที่บ้านแม่จะสงสารหลาน เวลาร้องหิวนม บางที
นมก็ไม่ออก แม่จะบอกให้ใช้นมผง แต่ที่บ้านจะ
ไม่มีนมผงเก็บไว้เลย สุดท้ายก็ต้องกินนมแม่”
(กรณีศึกษาที่ 12)

“ตอนไปคลินิกนมแม่ บางทีแม่กับสามีไม่ได้ฟังด้วย แม่ช่วยเลี้ยงก็ไม่เข้าใจ เพราะนมผงมันสะดวก แม่บอกว่ากินแล้วฉลากมีโอเมก้าก็พยายามพูดให้เข้าใจ แรก ๆ ก็ยังบอกว่าให้นมผงบ้างก็ได้ แต่พอทำได้ เกิน 3 เดือนแรก เริ่มเข้าใจแล้วก็ชิน” (กรณีศึกษาที่ 17)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก ผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 38 คน ซึ่งเป็นแม่ที่คลอดจากโรงพยาบาลนครปฐม และสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวได้ครบ 6 เดือนหรือมากกว่านั้น ซึ่งพบว่าประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือน ที่ประสบความสำเร็จ มีเงื่อนไขที่ทำให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ประสบความสำเร็จประกอบไปด้วยแรงจูงใจภายในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งเป็นเงื่อนไขที่เกิดจากตัวแม่เอง ทั้งในด้านค่านิยมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการรับรู้ถึงประโยชน์จากคุณค่าของนมแม่ และการรับรู้ประโยชน์ในแง่ของการประหยัดค่าใช้จ่าย นอกจากนี้ยังมีเงื่อนไขจากภายนอกคือการได้รับการสนับสนุนที่ทำให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จเกิน 6 เดือน ซึ่งได้รับการสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัวและเพื่อนสนิท การสนับสนุนจากบุคลากรทางการแพทย์ ทั้งนี้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นกิจกรรมที่เกิดปัญหาและอุปสรรคขึ้นได้มากมาย ซึ่งผู้ให้ข้อมูลหลักมีการฝ่าฟันอุปสรรคและหาทางแก้ไขปัญหานั้นให้แม่ โดยอุปสรรคที่เกิดขึ้นเกิดจากสรีระของเต้านมแม่ ซึ่งแม่แก้ปัญหาโดยการหาข้อมูลจากแหล่งข้อมูลออนไลน์ การสอบถามจากผู้ให้บริการทางสุขภาพผ่านสื่อออนไลน์ ความสะดวกในเรื่องสถานที่บีบเก็บน้ำนม แก้ปัญหาโดยใช้อุปกรณ์ช่วยปั๊มเต้านม และการวางแผนในการบีบเก็บน้ำนม ปัญหาเรื่องครอบครัวขาดความเข้าใจในสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีแนวทางในการแก้ปัญหาโดย

การแสดงผลลัพธ์จากประโยชน์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการโน้มน้าวให้ครอบครัวรับรู้ถึงประโยชน์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

การอภิปรายผลการวิจัย

ประเด็นที่ 1 แรงจูงใจภายในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

แม่ที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำเร็จเกิน 6 เดือนนั้นจากการวิจัยครั้งนี้พบว่าจะต้องมีพลังในตัวคุณแม่ แม่ต้องมีแรงจูงใจ โดยมีความตั้งใจอย่างมากที่จะต้องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวให้สำเร็จ สอดคล้องกับผลสรุปการประชุมของสมาคมพยาบาลนมแม่แห่งประเทศไทย⁵ การที่แม่จะตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แสดงว่าแม่มีความตระหนักรู้แล้วว่านมแม่นั้นดี ความตั้งใจนี้ทำให้แม่พยายามที่จะหาข้อมูลและความรู้ต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ สอดคล้องกับการวิจัยในประเทศออสเตรเลียเรื่อง การตั้งใจเลี้ยงนมแม่ พบว่าแม่มีความตั้งใจที่จะเลี้ยงนมแม่ บรรทัดฐานของชุมชนที่แม่อาศัยอยู่ ว่าต้องการให้แม่เลี้ยงนมแม่ และแรงสนับสนุนของสังคม ครอบครัว ทำให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จ และถ้าพยาบาลให้คำแนะนำ ช่วยเหลือ ดูแลอย่างใกล้ชิด แม่จะตั้งใจเลี้ยงนมตนเองให้สำเร็จยิ่งขึ้น¹⁵⁻¹⁶ ทั้งนี้การเกิดแรงจูงใจ และความตั้งใจที่แม่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นั้น จากผลการวิจัยประกอบไปด้วย การรับรู้ถึงประโยชน์ที่เกิดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ นั่นคือ ประโยชน์ในแง่ของคุณประโยชน์จากนมแม่แก่ลูก และประโยชน์ในแง่ของเศรษฐกิจกล่าวคือสามารถประหยัดค่าใช้จ่ายที่เกิดจากการซื้อนมผง เงื่อนไขทั้ง 2 สนับสนุนให้เกิดแรงจูงใจ ทำให้แม่ตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จนประสบความสำเร็จ ผลการวิจัยในประเด็นนี้สอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีแบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ ที่กล่าวถึงการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรม (Perceived benefits of behaviors) บุคคลจะมีความโน้มเอียงสูงที่จะเริ่มหรือ

มีพฤติกรรมหนึ่ง ๆ อย่างต่อเนื่องถ้ารับรู้ว่ามีพฤติกรรมนั้น ๆ มีประโยชน์ต่อสุขภาพ เช่นเดียวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เมื่อผู้ให้ข้อมูลหลัก รู้ว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทำให้ลูกมีสุขภาพดี นอกจากนี้ยังช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายอีกด้วย จึงทำให้เกิดแรงจูงใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง¹⁷ สำหรับค่านิยมของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ที่ผู้ให้ข้อมูลหลักได้รับมาจากกลุ่มเพื่อน ผู้ที่อยู่ในกลุ่มการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ผู้ให้บริการสุขภาพในคลินิกนมแม่ และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลที่ให้ข้อมูล ชี้แจงถึงคุณประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จนเกิดค่านิยมที่เชื่อว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ดีกว่านมผง เกิดความรู้สึกด้านบวก และเห็นถึงความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำให้พยายามฝ่าฟันอุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จนสามารถผ่านพ้นได้ ดังนั้นค่านิยมของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จึงเป็นเงื่อนไข และกลไกให้แม่พยายามที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อไป จนประสบความสำเร็จ เช่นเดียวกันหากแม่มีค่านิยมที่อาจเกิดจากอิทธิพลของการโฆษณา ว่าการกินนมผงดีกว่านมแม่ นมผงมีสารอาหารบางอย่างที่นมแม่ไม่มี แม่ย่อมไม่เกิดแรงจูงใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เช่นกัน¹⁸

ประเด็นที่ 2 สิ่งสนับสนุนที่ทำให้แม่เลี้ยงนมแม่สำเร็จได้แก่ ได้แก่บุคคลในครอบครัว สามี ญาติพี่น้อง คนในบ้านที่ช่วยกันส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สามี ช่วยแบ่งเบาภาระการรعاية ช่วยกันเลี้ยงดูลูก นอกจากนี้ การได้รับการช่วยเหลือจากผู้ให้บริการสุขภาพ ในแง่ของการให้ข้อมูล การช่วยเหลือต่างได้รับการสนับสนุนจากคลินิกนมแม่ ซึ่งมีการให้บริการตามแนวทางบันได 10 ขั้นที่องค์การอนามัยโลก กำหนดเป็นต้นแบบ เหล่านี้ล้วนเป็นการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ซึ่งการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ กับสุขภาพใน 3 ด้าน¹⁹ กล่าวคือ 1) ช่วยปรับความรู้สึกนึกคิดของบุคคลตลอดจนพฤติกรรมทางสุขภาพ 2) ช่วยให้บุคคล

รู้สึกว่ามีคุณค่า 3) ช่วยให้เกิดพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ทั้งนี้ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยที่สามารถทำนายการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนในมารดาหลังคลอด ได้แก่การสนับสนุนจากสามีหรือญาติ และการสนับสนุนจากพยาบาล สามารถร่วมกันทำนายการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนได้²⁰ นอกจากนี้ สิ่งสนับสนุนที่สำคัญได้แก่บุคลากรทางการแพทย์ พยาบาล ต้องปฏิบัติตามบันได 10 ขั้นสู่ความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพื่อสนับสนุนให้แม่รู้วิธีเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และวิธีคงไว้ซึ่งปริมาณน้ำนมที่เพียงพอแม้ว่าจะต้องแยกจากลูกไปทำงาน¹⁸

ประเด็นที่ 3 การฝ่าฟันอุปสรรคและหาทางแก้ไขปัญหาลักษณะให้นมแม่ ปัญหาอุปสรรคคือแรงผลักดันที่ทำให้เกิดความสำเร็งได้ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงให้เห็นว่าแม่สามารถจัดการอุปสรรคได้ด้วยตนเอง ทั้งนี้ อุปสรรคที่เกิดขึ้นเกิดจากปัญหาเรื่องหัวนมได้แก่ หัวนมบอด สั้น เต้านมอักเสบ และ ปริมาณน้ำมน้อย ทั้งนี้ผู้ให้ข้อมูลแก้ไขโดยจากสอบถามจากผู้ให้บริการสุขภาพ แต่พบว่าการหาข้อมูลการแก้ปัญหาจากแหล่งข้อมูลออนไลน์ จากหน่วยงานภาครัฐ ซึ่งเป็นแหล่งข้อมูลที่แม่ตรวจสอบความน่าเชื่อถือก่อนนำไปแก้ปัญหาการให้นมลูกของตนเอง นอกจากนี้การหาวิธีการแก้ปัญหาจากสถานที่ในการเก็บบิบบี้กันน้ำนม ผู้ให้ข้อมูลหลักแก้ปัญหาด้วยการวางแผนเวลาการบิบบี้กันน้ำนม และการใช้อุปกรณ์ปกปิดเต้านม ซึ่งวิธีการแก้ปัญหาเหล่านี้ ผู้ให้ข้อมูลได้รับข้อมูลคำแนะนำมาจากกลุ่มเพื่อน ผู้ให้บริการทางสุขภาพ และสื่อออนไลน์ จากผลการวิเคราะห์ ทั้ง 2 ประเด็นนี้แสดงให้เห็นว่าข้อมูลสุขภาพเป็นกลไกสำคัญของการแก้ไขปัญหาจากอุปสรรคในการให้นมแม่ สอดคล้องกับแนวคิดความรู้ทางสุขภาพ (health literacy)²¹ ที่อธิบายว่า การที่บุคคลเข้าถึงข้อมูล และสามารถนำข้อมูลมาประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพของตนได้ จะเกิดพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม และยังส่งผลให้มี

ผลลัพธ์ทางสุขภาพที่ดี เช่นเดียวกับแม่ที่สามารถค้นหาข้อมูลจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย โดยเลือกแหล่งข้อมูลจากผู้ให้บริการสุขภาพของรัฐ เช่น โรงพยาบาลของรัฐ นอกจากนี้การเข้าถึงผู้ให้บริการสุขภาพได้สะดวกสามารถสอบถามข้อมูล หรือข้อสงสัยได้สะดวกรวดเร็วสามารถแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง จนอุปสรรคที่เกิดขึ้นลดน้อยลง ทำให้ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

นอกจากนี้ การที่ครอบครัวขาดความเข้าใจใน ความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นอุปสรรคที่สำคัญต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เช่นกันจากผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่าผู้ให้ข้อมูลหลักแก้ปัญหาโดยการพูดคุยโน้มน้าวให้ครอบครัวเห็นถึงประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ รวมไปถึงผลลัพธ์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งส่งผลให้ครอบครัวมีความเข้าใจ และทำให้ครอบครัวสนับสนุนให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งผลการวิเคราะห์ในประเด็นนี้สามารถอธิบายด้วยแนวคิดทฤษฎีแบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพ ที่กล่าวถึงการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรม เมื่อครอบครัวเห็นประโยชน์จากนมแม่ ครอบครัวก็จะมีแนวโน้มเอียงที่จะสนับสนุน ผู้ให้ข้อมูลหลักเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เนื่องจากรับรู้ว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นั้นมีประโยชน์ต่อสุขภาพของทารก¹⁷

จากประเด็นการฝ่าฟันอุปสรรคและหาทางแก้ไขปัญหานั้นสรุปได้ว่า เมื่อผู้ให้ข้อมูลหลักมีปัญหาต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ผู้ให้ข้อมูลหลักจะพยายามหาวิธีแก้ปัญหา ด้วยแรงจูงใจภายในและความตั้งใจอยากให้ลูกได้รับนมแม่ ซึ่งผู้ให้ข้อมูลรับรู้ว่ามีคุณประโยชน์ต่อลูก และมีค่านิยมว่านมแม่ดีกว่านมผง ผู้ให้ข้อมูลหลักจึงพยายามหาข้อมูล หรือขอคำปรึกษาจากผู้รู้ เช่นคนที่ประสบการณ์มาก่อน เพื่อแก้ไขอุปสรรคจนทำให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องเกินกว่า 6 เดือน

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากผลการวิจัยสนับสนุนว่าค่านิยมที่เชื่อน่านมแม่ดีกว่านมผง การรับรู้ถึงประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สามารถสนับสนุนให้แม่พยายามฝ่าฟันอุปสรรคที่เกิดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ดังนั้นบุคลากรด้านสุขภาพจึงควรมีการให้ข้อมูลและประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องทั้งนี้ภาครัฐควรมีการกระตุ้นให้เกิดค่านิยมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ นอกจากนี้การสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัว และบุคลากรทางสุขภาพยังช่วยสนับสนุนให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ประสบความสำเร็จ ดังนั้นจึงควรมีการสร้างเครือข่ายการช่วยเหลือโดยการสร้างกลุ่มช่วยเหลือจากบุคลากรสุขภาพ และกลุ่มผู้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ข้อค้นพบที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพที่มีคุณภาพและน่าเชื่อถือเป็นเงื่อนไขที่ทำให้สามารถผ่านพ้นอุปสรรคจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ ดังนั้นผู้เกี่ยวข้องจึงควรมีการพัฒนาแหล่งข้อมูลและช่องทางการให้ข้อมูลสุขภาพที่ตอบสนองต่อการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นของผู้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ข้อค้นพบจากการวิจัยนี้คือการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ และการประยุกต์ใช้ข้อมูลสุขภาพในการดูแลตนเอง เป็นวิธีการในการแก้ไขอุปสรรคของแม่ที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยังน้อย 6 เดือน ซึ่งข้อมูลสุขภาพเหล่านั้นช่วยทำให้แม่สามารถดูแลตนเอง และแก้ไขปัญหาสุขภาพในเบื้องต้นได้ ดังนั้นในการวิจัยครั้งต่อไปควรศึกษาและพัฒนานวัตกรรมแนวทางการเผยแพร่ข้อมูลเกี่ยวกับการช่วยเหลือแม่ที่มีปัญหาจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพื่อให้ประชาชนกลุ่มเป้าหมายได้เข้าถึงข้อมูลสุขภาพ และสามารถนำข้อมูลสุขภาพเหล่านั้นไปใช้ในการแก้ไขปัญหาสุขภาพของตนเองต่อไป

เอกสารอ้างอิง

1. Jirapaet K. Breastfeeding, importance of human resource development. Bangkok: War Veterans Organization Office of Printing Mill; 2010. (in Thai)
2. Vichitsukon K, Sangperm P, Watthayu N, Ruangiratain S, Payakkaraung S. Breastfeeding. Bangkok: Pre-one; 2012. (in Thai)
3. Loompikanon P. President's message of the Royal Thai College of Obstetrics and Gynecologists. In: Puapornpong P, Iamjirakul K, Choomtoo S, Damroongwongsiri A, editors. Clinical practice of breastfeeding. Bangkok: Beyond enterprise; 2016. (in Thai)
4. National Statistical Office of Thailand. Final report Thailand survey situation children and women in Thailand 2015-2016 [revised edition 1 July 2017] [Internet]. 2017 [cited 2019 Oct 23]. Available from: <http://www.ratchakitcha.soc.go.th/DATA/PDF/2560/A/072/1.PDF> (in Thai)
5. Payakkaraung S. Hot issue and challenge in breastfeeding. In: Vichitsukon K, editor. Join forces, Create Breastfeeding Job Development Conference [Internet]. 1st ed. Bangkok: Faculty of Nursing Mahidol University; 2019 [cited 2020 Mar 3]. Available from: https://drive.google.com/drive/folders/1OU5aVMxCLb_rBmb8PCqA_srEkml7fElu (in Thai)
6. Choosri O. Family love bond tambon project fiscal year 2017 [Internet]. 2017 [cited 2017 Oct 22]. Available from: <http://localfund.happynetwork.org/paper/10247> (in Thai)
7. Suebsai P. Sustainable development breastfeeding corner in work place [Internet]. 2017 [cited 2017 Oct 23]. Available from: <https://library.thaibf.com/handle/023548404.11/350>
8. Tawornwattana S. Breaking the barrier: breastfeeding at the beginning. In: Dumrongwongsiri O, Chooklaew R, Lertwilairatanapong T, editors. Sustaining Breastfeeding Together; 6th Nation Breastfeeding Conference; 2017 Nov 8-10; Montien Riverside Hotel. Bangkok: Thai Breastfeeding Center Digital library; 2017. p. 59-63. (in Thai)
9. Ministry of Public Health. Action Follow Code of Marketing of Breastmilk Substitutes 2018 31st July 2018 at NPH [Press release]. Nonthaburi: Ministry of Public Health; 2018. (in Thai)
10. World Health Organization. Infant and young child feeding: fact sheet update July 2017 [Internet]. 2017 [cited 2020 Mar 15]. Available from: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs342/en/http://www.who.int/%20mediacentre/%20factSheets/fs342/en/>
11. Nakorn Prathom Hospital. Obstetric statistic PCT 2013-2018. exclusive breastfeeding 6 months from NPH. Nakorn Prathom: Nakorn Prathom Hospital. (in Thai)

12. Chin L, Amir LH. Survey of patient satisfaction with the breastfeeding education and support services of the Royal Women's Hospital, Melbourne. *BMC Health Services Research* 2008;8:83.
13. Miles MB, Huberman AM. *Qualitative data analysis: an expanded sourcebook*. Thousand Oaks (CA): SAGE Publications; 1994.
14. Cohen L, Manion L. *Research method in education*. 4th ed. New York: Routledge; 1994.
15. Charlick SJ, Fielder A, Pincombe J, McKellar L. Determined to breastfeed: a case study of exclusive breastfeeding using interpretative phenomenological analysis. *Women and Birth* 2017;30(4):325-31.
16. Ben Natan M, Wiener A, Ben Haim Y. Womens intention to exclusively breast feed: the Israeli perspective. *Midwifery* 2016;34:173-7.
17. Pender NJ, Murdaugh CL, Parson MA. *Health promotion in nursing practice*. 4th ed. Upper Saddle River (NJ): Prentice Hall; 2002.
18. Apartsakun P. Value of breastfeeding in Thai mothers: nursing roles. *Journal of The Royal Thai Army Nurses* 2018;19 Suppl 2:53-61. (in Thai)
19. Stansfeld SA. Social relationships and health. In: Cohen S, Underwood LG, Gottlieb BH, editors. *Social support measurement and intervention: a guide for health and social scientists*; 2000 Oct 1-3; Oxford University. New York: Oxford University Press; 2015. p. 3-25.
20. Chanapai S, Sinsuksai N, Thananowan N, Phahuwatanakorn W. Knowledge, attitude, self- efficacy, spousal and nurse support predicting 6-weeks exclusive breastfeeding. *Nursing Science Journal of Thailand* 2014;32(1):51-60. (in Thai)
21. Nutbeam D. Health literacy as a public health goal: a challenge for contemporary health education and communication strategies in to health 21st century. *Health Promotion International* 2000;15(3):259-267.