

บทความวิจัย (Research article)

ผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อความรู้ทัศนคติ
และทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอดในคลินิกนมแม่

โรงพยาบาลพหลพลพยุหเสนา จังหวัดกาญจนบุรี

Effects of Breastfeeding Promotion Program on Knowledge, Attitude, and
Skills Related to Breastfeeding of Postpartum Mothers in Breastfeeding
Clinic, Phahon Phon Phayuhaseha Hospital, Kanchanaburi Province

นุชรินทร์ เพ่งพิศ¹, ศรีธนธ มั่งคะมณี^{2*}, ขวัญใจ เพทายประกายเพชร²

Nucharin Pengpit¹, Sarinthorn Mungkhamanee^{2*}, Khanjai Pataipakaipet²

*ผู้ให้การติดต่อ (Corresponding e-mail: m_sarinthorn1@hotmail.com; โทรศัพท์ 086-3249245)

(Received: December 9, 2020; Revised: April 4, 2022; Accepted: April 5, 2022)

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อความรู้ ทัศนคติ และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอดในคลินิกนมแม่ โรงพยาบาลพหลพลพยุหเสนา จังหวัดกาญจนบุรี จำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 30 คน และกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการดูแลตามมาตรฐานปกติของแผนกหลังคลอด 30 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามความรู้ทัศนคติ และทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ .72 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา และการทดสอบที ผลการวิจัยพบว่า

1. มารดาหลังคลอดกลุ่มทดลอง ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ ทัศนคติ และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t = 14.61, 8.25$ และ 6.99 ตามลำดับ)

2. มารดาหลังคลอดกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ ทัศนคติ และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลตามมาตรฐานปกติของแผนกหลังคลอด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t = 9.43, 2.79$ และ 3.84 ตามลำดับ)

¹ พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลพหลพลพยุหเสนา จังหวัดกาญจนบุรี

Register Nurse, Phahon Phon Phayuhaseha Hospital, Kanchanaburi Province

² อาจารย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ระบุรี คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข

Instructor, Boromrajonani College of Nursing, Ratchaburi, Faculty of Nursing, Praboromarajchanok Institute, Ministry of Public Health

ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า ควรนำใช้โปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ไปประยุกต์ใช้เป็นมาตรฐานการพยาบาลในหน่วยงาน ตลอดจนการจัดสรรสิ่งสนับสนุนสำหรับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อไป

คำสำคัญ: โปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่, มารดาหลังคลอด, การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

Abstract

The purpose of this quasi-experimental research is to study the effect of a breastfeeding promotion program on knowledge, attitudes, and skills on breastfeeding of postpartum mothers in the breastfeeding clinic of Phahon Phon Phayuhassana Hospital, Kanchanaburi Province. The samples consist of 60 people that have been divided into 1) an experimental group of 30 people and 2) a control group of 30 people. Data were collected by using a set of knowledge questionnaires on breastfeeding attitudes and parenting skills. The confidence value of Cronbach's alpha coefficient is .72. The data were analyzed by using descriptive statistics. and paired t-test, as well. The results, then, show that:

1. The experimental group has higher mean scores on knowledge, attitude, and breastfeeding skills after participating in the breastfeeding promotion program than before participating in the program. Statistically significant at .05, the t-test values are 14.61, 8.25, and 6.99, respectively.

2. The experimental group and the control group have average knowledge scores. The statistical difference in breastfeeding attitudes and skills is .05. The t-test values are 9.43, 2.79, and 3.84, respectively.

Therefore, nursing administrators should implement breastfeeding promotion programs. It is the standard of nursing in the agency and is ready to support the arrangement of the facilities.

Keywords: Breastfeeding promotion program, Postpartum mother, Breastfeeding

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

องค์การอนามัยโลก (World Health Organization: WHO, n.d.) และองค์การกองทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ (UNICEF, 2020) แนะนำว่าทารกควรได้กินนมแม่อย่างเดียวตั้งแต่แรกเกิดถึง 6 เดือน และควรกินต่อเนื่องไปจนอายุ 2 ปี หรือนานกว่านั้น ควบคู่กับอาหารตามวัยที่เหมาะสม เนื่องจากนมแม่ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน มีวิตามินสารต่อต้านอนุมูลอิสระ และแบคทีเรียที่ดีต่อระบบทางเดินอาหารของทารก ซึ่งทำให้ทารกเติบโตได้สมบูรณ์แข็งแรง กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข ประกาศนโยบาย 10 ประการ ในการผลักดันให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ประสบผลสำเร็จ (Ten steps to successful breast-feeding) ดังนี้ 1) มีนโยบายที่ชัดเจน 2) ฝึกอบรมบุคลากรให้มีทักษะที่จะปฏิบัติตามนโยบาย 3) ชี้แจงให้หญิงตั้งครรภ์ทุกคนทราบถึงประโยชน์และวิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 4) ช่วยแม่เริ่มให้ลูกดูดนมภายในครึ่งชั่วโมงแรกหลังคลอด 5) สอนให้แม่รู้วิธีเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 6) ไม่ให้นมผสม น้ำ หรืออาหารอื่นแก่เด็กแรกคลอด 7) ให้แม่และลูกอยู่ในห้องเดียวกันตลอด 24 ชั่วโมง 8) สนับสนุนให้ลูกได้ดื่มนมแม่ตามต้องการ 9) ไม่ให้ลูกดูดหัวนมยางและหัวนมปลอม และ 10) ส่งเสริมให้มีการจัดตั้งกลุ่มสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่(สำนักส่งเสริมสุขภาพกระทรวงสาธารณสุข, 2563) ดังแผนยุทธศาสตร์พัฒนาอนามัยแม่และเด็กของกรมอนามัยในปี 2560-2564 มีเป้าหมายว่า ทารกควรได้รับนมแม่อย่างเดียว (exclusive breastfeeding) นาน 6 เดือนอย่างน้อยร้อยละ 50 (นิพนธ์พร วรมงคล, 2553)

แม้ว่าการรณรงค์เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จะมีมากขึ้น แต่อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวเป็นเวลา 6 เดือนที่ประสบผลสำเร็จ มีเพียงร้อยละ 14.30 (สำนักส่งเสริมสุขภาพกระทรวงสาธารณสุข, 2563; ศุภวดี แถวเพีย และคณะ, 2560) สอดคล้องกับดำเนินงานตามนโยบายดังกล่าวของโรงพยาบาลพหลพลพยุหเสนา พบอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวในเดือนที่ 1, 4 และ 6 ลดลง ร้อยละ 84.50, 56.50 และ 41.92 ตามลำดับ และจากบันทึกการติดตามการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของคลินิกนมแม่ โรงพยาบาลพหลพลพยุหเสนา พบว่าปัจจัยสำคัญที่ทำให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในช่วงเดือนแรกไม่สำเร็จ เนื่องจากการรับรู้ตามคำโฆษณาของนมผงดัดแปลงสำหรับทารกที่มีคุณค่าเท่ากับนมแม่ แต่ไม่ทราบว่ามีความพร้อมเรื่องภูมิคุ้มกัน ญาติผู้ใหญ่ไม่เห็นด้วยกับการให้นมแม่เพียงอย่างเดียว มารดารู้สึกว่าการให้ลูกดูดนมแม่เป็นความยุ่งยากลำบากการบวกรบกวนความสะอาดสบายของตนเอง รวมทั้ง อุปสรรคด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงานไม่เอื้อให้มารดาสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ เป็นต้น (โรงพยาบาลพหลพลพยุหเสนา, 2562) ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงการขาดความรู้ การมีทัศนคติที่ไม่ถูกต้องและส่งผลต่อทักษะการปฏิบัติที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวได้สำเร็จตามเป้าหมาย

จากการทบทวนวรรณกรรมเพื่อพัฒนารูปแบบของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พบว่าส่วนใหญ่เป็นการส่งเสริมการรับรู้ถึงประโยชน์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (วิลาวลัย บุญเดช และคณะ, 2557; ศิริวรรณ ทุมเชื้อ และ อัญญา พลดเปลื้อง, 2558; เปมิกา บุตรจันทร์ และคณะ, 2559) และมุ่งแก้ไขการมีส่วนร่วมของครอบครัวกับการสอนรายกลุ่ม (นวลจันทร์ ไพบุลย์บรรพต และ สร้อย อนุสรณ์ธีรกุล, 2558) แต่โปรแกรมดังกล่าวอาจไม่ช่วยส่งเสริมให้มารดาสามารถแก้ไขปัญหา/อุปสรรคของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวได้ตรงประเด็น ซึ่งปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นั้น มีช่องว่างองค์ความรู้ว่าควรมีการปรับเปลี่ยน

ทั้งความรู้ ทักษะ และทักษะ การให้ความรู้ที่ถูกต้อง และปรับทัศนคติให้สามารถยอมรับการเปลี่ยนแปลงและเห็นคุณค่าของการเปลี่ยนแปลง จะทำให้บุคคลสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้ (Schwartz, 1975) ผู้วิจัยจึงพัฒนาโปรแกรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่สามารถช่วยให้เกิดการปรับเปลี่ยนทั้งความรู้ ทักษะ และทักษะมาใช้เป็นกรอบแนวคิด เพื่อให้มีความรู้ที่ถูกต้อง ปรับทัศนคติให้เห็นคุณค่าของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียว รวมทั้ง สนับสนุนให้มารดามีทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างถูกต้อง

วัตถุประสงค์การวิจัย

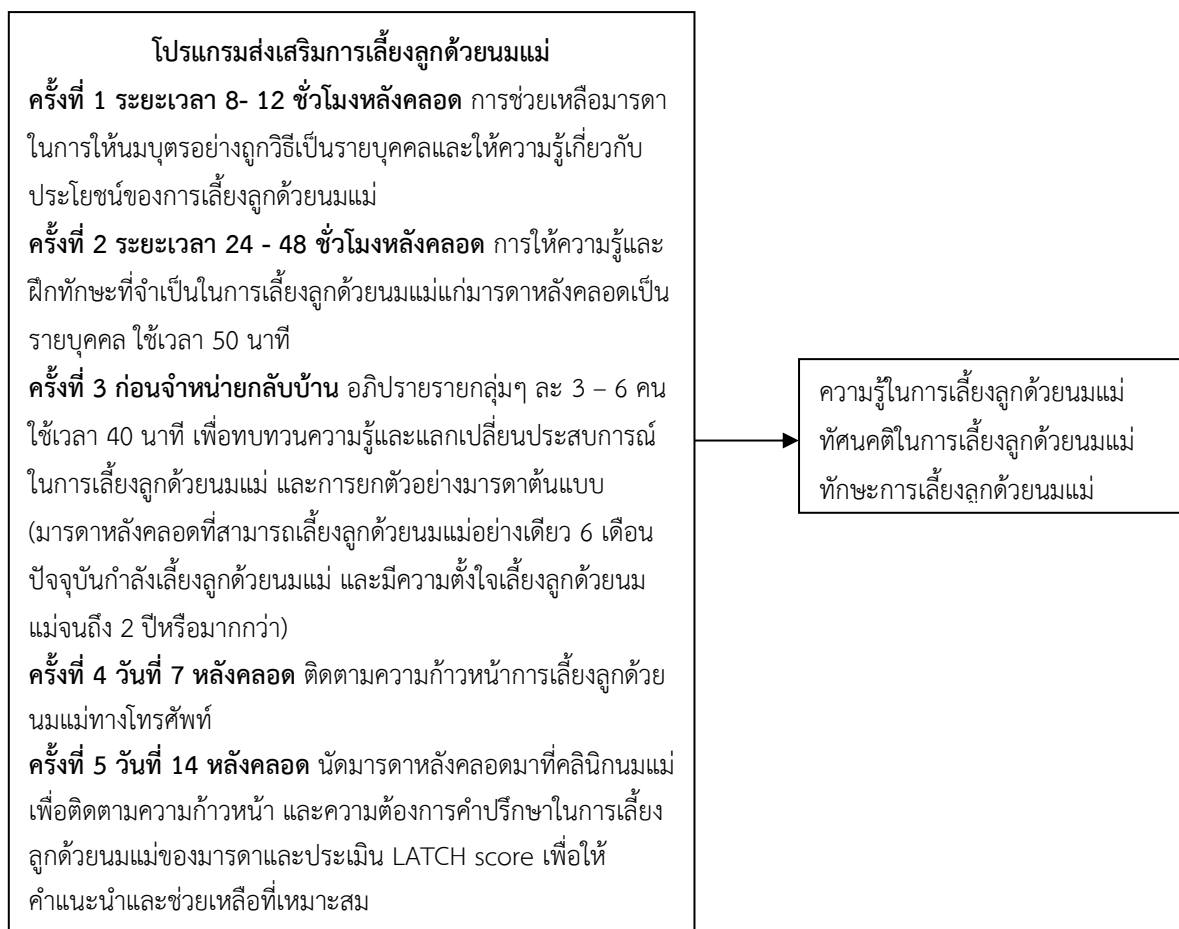
1. เพื่อเปรียบเทียบความรู้ ทักษะ และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอดระหว่างก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. เพื่อเปรียบเทียบความรู้ ทักษะ และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระหว่างมารดาหลังคลอดกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลตามมาตรฐานปกติของแผนกหลังคลอด

สมมุติฐานการวิจัย

1. ภายหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มารดาหลังคลอดมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะ และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนการทดลอง
2. มารดาหลังคลอดในกลุ่มทดลองภายหลังจากใช้โปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะ และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ใช้การดูแลตามมาตรฐานของแผนกหลังคลอด

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอด ตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเชิงพุทธิปัญญา (social cognitive learning theory) (Bandura, 1986) มาเป็นกรอบแนวคิดในการพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอด โดยมีความเชื่อว่าเมื่อให้ความรู้ให้การช่วยเหลือ การสอนการสาธิต การใช้ตัวแบบ (modeling) และการฝึกทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่มารดาหลังคลอด จะส่งผลให้มารดาหลังคลอดมีความรู้มีทัศนคติที่ดีเกิดแรงจูงใจและปฏิบัติพฤติกรรมที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ซึ่งจะทำให้มารดาหลังคลอดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้นานขึ้น โดยมีกรอบแนวคิดการวิจัยดังภาพ



ภาพ กรอบแนวคิดในการวิจัยผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อความรู้ทัศนคติ และทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอดในคลินิกนมแม่ โรงพยาบาลพหลพลพยุหเสนา จังหวัดกาญจนบุรี

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental research) แบบมีกลุ่มเปรียบเทียบ วัดก่อน-หลังการทดลอง (pretest-posttest comparison group design) มีวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ มารดาหลังคลอดปกติในช่วงเดือนเมษายน – มิถุนายน 2563 ที่มารับบริการในคลินิกนมแม่ ตึกหลังคลอด โรงพยาบาลพหลพลพยุหเสนา จังหวัดกาญจนบุรี

กลุ่มตัวอย่าง เป็นมารดาหลังคลอดปกติ ตึกหลังคลอด โรงพยาบาลพหลพลพยุหเสนา จังหวัดกาญจนบุรี คำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป G*Power 3.122 (Faul et al., 2009) โดยการวิเคราะห์อำนาจการทดสอบ (power analysis) กำหนดขนาดอิทธิพล (effect size) ขนาดใหญ่เท่ากับ .80 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 อำนาจการทดสอบ .90 ได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง ทั้งกลุ่มทดลองและควบคุม กลุ่มละ 28 ราย และเพื่อป้องกันการสูญหายระหว่างการทดลอง จึงเพิ่มขนาดของกลุ่มตัวอย่างอีกร้อยละ 10 (Lemeshow et al., 1990) รวมเป็นขนาดของกลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 31 ราย ทำการคัดเลือกเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) โดยมี

เกณฑ์ในการคัดเลือก (inclusion criteria) คือ 1) อายุระหว่าง 17-45 ปี 2) คลอดบุตรอายุครรภ์ระหว่าง 37-40 สัปดาห์ 4) ไม่มีภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงในระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด และระยะหลังคลอด 5) เต้านม และหัวนมปกติ ทั้ง 2 ข้าง 6) ไม่มีโรคติดต่อที่เป็นข้อห้ามในการเลี้ยงบุตรด้วยนมตนเอง ได้แก่ โรคภูมิคุ้มกันบกพร่อง วัณโรค เป็นต้น 7) มาตรวจตามนัดได้ เมื่อครบ 2 สัปดาห์หลังคลอด และ 8) ทารกแรกเกิดมีสุขภาพแข็งแรงไม่มีภาวะแทรกซ้อนที่เป็นอุปสรรคในการดูนม ได้แก่ ปากแห้งเพดานโหว่ มีพังผืดใต้ลิ้น และมีเกณฑ์ในการคัดออก (exclusion criteria) คือ มารดามีเต้านมอักเสบ มีเกณฑ์ในการยกเลิกจากงานวิจัย (discontinues criteria) คือ เข้าร่วมโปรแกรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ไม่ครบตามจำนวนครั้งที่กำหนด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย จำแนกออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของมารดา ทารก และครอบครัว เป็นแบบเลือกตอบ จำนวน 11 ข้อ ได้แก่ อายุ รายได้ ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพสมรส ความพร้อมในการมีบุตร จำนวนบุตร น้ำหนักทารกแรกคลอด น้ำหนักทารกเมื่อจำหน่าย จำนวนเดือนที่ตั้งใจให้นมแม่ และประสบการณ์ได้รับคำแนะนำการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ผู้วิจัยปรับปรุงจากแบบสอบถามของศุภวิทย์ มุตตามระ และคณะ (2555) จำนวน 20 ข้อ เป็นแบบเลือกตอบ ถ้าตอบว่าใช่เท่ากับ 1 คะแนน และตอบไม่ใช่เท่ากับ 0 คะแนน โดยมีคะแนนรวม ระหว่าง 0 - 20 คะแนน

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามทัศนคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จำนวน 20 ข้อ เป็นมาตราประมาณค่า 5 ระดับ กำหนดเกณฑ์ในการให้คะแนน ระหว่างเห็นด้วยทั้งหมด เท่ากับ 5 คะแนน ถึงไม่เห็นด้วยทั้งหมด เท่ากับ 1 คะแนน โดยมีคะแนนรวมระหว่าง 20 - 100 คะแนน

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จำนวน 20 ข้อ เป็นมาตราประมาณค่า 3 ระดับ กำหนดเกณฑ์ในการให้คะแนนระหว่างปฏิบัติประจำทุกครั้ง เท่ากับ 2 คะแนน ปฏิบัติบางครั้ง เท่ากับ 1 คะแนน และไม่ปฏิบัติ เท่ากับ 0 คะแนน โดยมีคะแนนเต็ม 40 คะแนน

แบบสอบถามในส่วนที่ 2 - 4 มีการแปลผลค่าคะแนนที่ได้เทียบกับคะแนนเต็มได้เป็นคะแนนร้อยละ และมีการจำแนกเป็น 3 ระดับ ดังนี้ (สาโรช สมชอบ, 2537)

ร้อยละ 80-100 หมายถึง ระดับสูง

ร้อยละ 60-79 หมายถึง ระดับปานกลาง

ร้อยละ 0-59 หมายถึง ระดับต่ำ

2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองประกอบด้วย

2.1 โปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สำหรับกลุ่มทดลอง จำนวน 4 ครั้ง ได้แก่ การให้ความรู้รายบุคคล รายกลุ่ม การแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับแม่ต้นแบบ การโทรศัพท์ติดตาม และการนัดมาติดตามที่คลินิกนมแม่ และการดูแลตามมาตรฐานของแผนกหลังคลอด สำหรับกลุ่มควบคุม จำนวน 2 ครั้ง ได้แก่ การให้ความรู้รายกลุ่ม และการโทรศัพท์ติดตามหลังคลอด 2 สัปดาห์ โดยพยาบาลที่รับผิดชอบการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในตึกหลังคลอด

2.2 แบบประเมิน LATCH score คือ การประเมินการให้นมลูกด้วยคะแนนการเข้าเต้า ได้แก่ การเข้าเต้าหรือการอมหัวนมและลานนม การได้ยินเสียงกลืนน้ำนม ลักษณะของหัวนมของแม่ ความรู้สึกสบายเต้านมและหัวนม ทำอุ้มลูกหรือการจัดท่าลูกขณะให้นม โดยมีคะแนนเต็ม 10 คะแนน (Altuntas et al., 2014)

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

โปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และแบบสอบถามความรู้ ทักษะ และทัศนคติ ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (content validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน และนำไปทดลองใช้กับมารดาครรภ์หลังคลอด ซึ่งมีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 โดยแบบสอบถามความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีค่าความเชื่อมั่น KR-20 เท่ากับ .72 ส่วนแบบสอบถามทัศนคติ และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค .75 และ .78 ตามลำดับ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ระยะก่อนการทดลอง

- ประสานงานกับผู้อำนวยการ หัวหน้าฝ่ายการพยาบาล หัวหน้าหอผู้ป่วยหลังคลอด โรงพยาบาลพหลพลพยุหเสนา จังหวัดกาญจนบุรี เพื่อขอความอนุเคราะห์และความร่วมมือจากเจ้าหน้าที่ เพื่อดำเนินการวิจัยในการเก็บรวบรวมข้อมูล

- เลือกมารดาหลังคลอดตามเกณฑ์การคัดเข้า โดยเริ่มจากกลุ่มควบคุมจนครบจำนวนแล้ว จึงศึกษาในกลุ่มทดลองเพื่อป้องกันไม่ให้กลุ่มควบคุม รู้สึกว่าได้รับการพยาบาลที่แตกต่างกัน โดยการแนะนำตัว ชี้แจงขั้นตอนการวิจัย และการขอความยินยอม เก็บรวบรวมข้อมูลทั่วไป ประเมิน LATCH score และตอบแบบสอบถามก่อนการทดลอง (pretest)

2. ระยะทดลอง

2.1 มารดาหลังคลอดกลุ่มทดลอง ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จำนวน 4 ครั้ง ดังนี้

- ครั้งที่ 1 หลังคลอด 8-12 ชั่วโมง สอนการให้นมบุตรทั้งท่ายัง และท่านอน ให้ความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการกระตุ้นให้น้ำนมมาเร็วและมากเพียงพอ

- ครั้งที่ 2 หลังคลอด 24-48 ชั่วโมง ให้ความรู้ เกี่ยวกับทำไมต้องเป็นนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน กลไกการสร้างและหลังของน้ำนม ปัจจัยที่มีผลต่อการหลังของน้ำนม สาเหตุและฝึกปฏิบัติการให้นมบุตรที่ถูกวิธีและการปั๊มการเก็บน้ำนม

- ครั้งที่ 3 ก่อนจำหน่าย ทบทวนความรู้ปัญหาและการแก้ไขปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับมารดาต้นแบบและสรุปประเด็น

- ครั้งที่ 4 หลังคลอด 7 วัน โทรศัพท์ติดตามความก้าวหน้าปัญหาและความต้องการความช่วยเหลือในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จนครบ 14 วันหลังคลอด

2.2 มารดาหลังคลอดกลุ่มควบคุม ได้รับการดูแลตามมาตรฐานของแผนก หลังคลอด จำนวน 2 ครั้ง ดังนี้

- หลังคลอด 24-48 ชั่วโมง ให้ความรู้ สาธิตและฝึกทักษะการเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่เป็นรายกลุ่ม
- ก่อนการจำหน่าย สอนรายกลุ่มเกี่ยวกับปัญหาและการแก้ไขปัญหา ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

3. ระยะหลังทดลอง

ซึ่งเป็นครั้งที่ 5 หลังคลอด 2 สัปดาห์ สำหรับกลุ่มทดลอง โดยการนัดมาตรวจ ที่คลินิกนมแม่ ประเมิน LATCH score ตอบแบบสอบถามความรู้ ทักษะ และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วย นมแม่หลังการทดลอง (posttest) ให้คำแนะนำ และช่วยเหลือตามปัญหาของมารดาแต่ละคน

สำหรับกลุ่มควบคุม ซึ่งเป็นครั้งที่ 3 หลังคลอด 2 สัปดาห์ นัดมาตรวจที่คลินิก นมแม่ ประเมิน LATCH score ตอบแบบสอบถามความรู้ ทักษะ และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หลังการทดลอง (posttest) ให้คำแนะนำ และช่วยเหลือตามปัญหาของมารดาแต่ละคน

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยนี้ ในระยะหลังการทดลองมีมารดาหลังคลอดทั้งในกลุ่มควบคุมและ กลุ่มทดลองไม่มาตรวจตามนัด เนื่องจากย้ายที่อยู่และไม่สามารถติดตามได้ กลุ่มละ 1 ราย จึงเหลือจำนวน ข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างสำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลกลุ่มละ 30 ราย

1. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป โดยใช้สถิติพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) วิเคราะห์คะแนนจากแบบสอบถามความรู้ ทักษะ และทักษะ ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยใช้สถิติพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)

2. เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะ และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนม แม่ในกลุ่มทดลองระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม โดยใช้สถิติโดยการทดสอบที่แบบไม่เป็น อิสระต่อกัน (paired t-test)

3. เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะ และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนม แม่ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติโดยการทดสอบที่แบบเป็นอิสระต่อกัน (independent t-test)

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยนี้ ได้รับการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยพยาบาล บรมราชชนนี ราชบุรี เลขที่ BCNR 018/2563 วันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2563

ผลการวิจัย

1. ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง มารดาหลังคลอดกลุ่มทดลองมีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 29 ปี ($SD = 4.72$) กลุ่มควบคุมมีอายุเฉลี่ย เท่ากับ 28 ปี ($SD = 4.79$) กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่จบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา กลุ่มทดลองมีรายได้ของครอบครัวเฉลี่ยเดือนละ 25,740 บาท ($SD = 8,248.27$) กลุ่มควบคุมมีรายได้เฉลี่ยเดือนละ 24,720 บาท ($SD = 8,697.60$) ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ประกอบอาชีพพนักงานบริษัท และเป็นครอบครัวเดี่ยว ผลการทดสอบความแตกต่างข้อมูลลักษณะส่วนบุคคลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมพบที่ไม่แตกต่างกัน

2. การเปรียบเทียบความรู้ ทักษะ และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอด ระหว่างก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ผลการวิจัยพบว่า มารดาหลังคลอดหลังเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีความรู้ ทักษะ และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ($M = 33.53, 54.10, 35.53; SD = 1.79, 7.24, 3.27$) สูงกว่าก่อนการทดลอง ($M = 27.26, 50.16, 32.10; SD = 1.61, 6.13, 3.62$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t = 14.61, 8.25, 6.99$) รายละเอียด ดังตาราง 1

ตาราง 1 ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และการทดสอบทีคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะ และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอด ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ($n = 30$)

ตัวแปร	ก่อนเข้าโปรแกรม		หลังเข้าโปรแกรม		Mean difference	t	p
	M	SD	M	SD			
ความรู้	27.26	1.61	33.53	1.79	6.27	14.61**	<.001
ทักษะ	50.16	6.13	54.10	7.24	3.94	8.25**	<.001
ทักษะ	32.10	3.62	35.53	3.27	3.42	6.99**	<.001

* $p < .05$, ** $p < .01$

3. การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะ และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ระหว่างกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลตามมาตรฐานของแผนกหลังคลอด

ผลการวิจัยพบว่า มารดาหลังคลอดกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะ และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ($M = 33.53, 54.10, 35.53; SD = 1.79, 7.24, 3.27$) สูงกว่ากลุ่มควบคุม ($M = 28.73, 49.66, 32.13; SD = 2.73, 4.80, 3.56$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t = 9.43, 2.79, 3.84$) รายละเอียด ดังตาราง 2

ตาราง 2 ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และการทดสอบทีคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะ และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอด ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และกลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามมาตรฐานของแผนกหลังคลอด

ตัวแปร	กลุ่มทดลอง ($n = 30$)		กลุ่มควบคุม ($n = 30$)		Mean difference	t	p
	M	SD	M	SD			
ความรู้	33.53	1.79	28.73	2.73	4.80	9.43**	<.001
ทัศนคติ	54.10	7.24	49.66	4.80	4.44	2.79**	<.001
การปฏิบัติ	33.53	3.27	32.13	3.56	1.40	3.84**	<.001

* $p < .05$, ** $p < .01$

การอภิปรายผล

มารดาหลังคลอดที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะ และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ใช้การดูแลตามมาตรฐานของตึกหลังคลอด เนื่องจาก โปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในครั้งนี้ให้ความสำคัญกับการให้ความรู้หลากหลายวิธี เช่น มีการฝึกทักษะการแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับตัวแบบ และการติดตามหลังจำหน่าย โดยเน้นการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาหลังคลอดเป็นรายบุคคล เนื่องจาก การสอนเป็นรายบุคคลนั้น ผู้เรียนให้ความร่วมมือในการเรียนรู้มากที่สุด อีกทั้งสามารถประเมินความต้องการความรู้เพิ่มเติม ปรับเปลี่ยนความเข้าใจที่ไม่เหมาะสม และฝึกทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอดแต่ละคนได้อย่างเจาะจง การสอนรายบุคคลยังช่วยสนับสนุนให้เกิดการปรับเปลี่ยนทัศนคติ และการปฏิบัติในการให้นมบุตรได้ตามต้องการ เป็นการส่งเสริมให้มารดาหลังคลอดเกิดการเรียนรู้เร็วขึ้น (พรรณพร วรมงคล, 2553; นวลจันทร์ ไพบุลย์บรรพต และ สร้อย อนุสรณ์ธีรกุล, 2558; Khreshet et al., 2011)

การจัดให้มารดาหลังคลอดได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ทบทวนความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และเรียนรู้จากตัวอย่างมารดาต้นแบบ เพื่อให้มารดาหลังคลอดได้ยึดถือเป็นแบบอย่างและเกิดการเลียนแบบการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้ที่เชื่อว่าการเรียนรู้ของมนุษย์ส่วนใหญ่เป็นการเรียนรู้โดยการสังเกตหรือการเลียนแบบจากตัวแบบ ภายใต้สิ่งแวดล้อมของตนและการคาดหวังผลจากการปฏิบัตินั้นๆ (Bandura, 1986) อีกทั้ง ในระยะ 7 วันหลังคลอด ถือเป็นระยะวิกฤติ (crisis period) ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หากได้รับคำปรึกษาที่ถูกต้องมารดาจะสามารถคงการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องต่อไปได้ และการติดตามต่อเนื่องทางโทรศัพท์จนครบ 14 วันหลังคลอด เพื่อช่วยเหลือสนับสนุนมารดาต่อการแก้ไขปัญหาเมื่อกลับไปบ้าน

โปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ให้ความสำคัญกับการปรับเปลี่ยนทั้งความรู้ ทักษะ และทักษะ โดยใช้การสอนหลากหลายรูปแบบ ทั้งรายเดี่ยว รายกลุ่ม การแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับตัวแบบ

และการติดตามหลังจำหน่าย สามารถสนับสนุนให้มารดาหลังคลอดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ต่อเนื่องจนครบ 14 วัน และควรมีการติดตามต่อเนื่องจนครบ 6 เดือนต่อไป

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ควรนำใช้โปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ไปประยุกต์ใช้เป็นมาตรฐานการพยาบาลในหน่วยงาน ตลอดจนการจัดสรรสิ่งสนับสนุนสำหรับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อไป รวมทั้ง นำไปใช้ในการสอนภาคปฏิบัติสำหรับนักศึกษาพยาบาลในการดูแลมารดาหลังคลอดให้สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

1. วิจัยติดตามผลของโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยการวัดซ้ำ (repeated measure) ในระยะ 6 เดือน เพื่อศึกษาความยั่งยืนของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่รวมทั้ง ทำการศึกษาในมารดาหลังคลอดเฉพาะกลุ่มที่มีความเสี่ยงต่อการไม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เช่น กลุ่มมารดาทำงานนอกบ้านมารดาวัยรุ่น และมารดาผ่าตัดคลอด เป็นต้น
2. ควรพัฒนางานวิจัยเกี่ยวกับนวัตกรรมทางการสอนแบบสื่อออนไลน์ เช่น การจัดทำแอปพลิเคชันแนะนำการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การจัดทำสื่อการสอนผ่านสื่อสังคมออนไลน์ หรือสื่อวีดิทัศน์ มัลติมีเดีย ที่สามารถเข้ามาศึกษาด้วยตนเองได้ตลอดเวลาและลดปัญหาในการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารความรู้

เอกสารอ้างอิง

- นวลจันทร์ ไพบุลย์บรรพต, และ สร้อย อนุสรณ์ธีรกุล. (2558). ผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ต่อความรู้ ทักษะคติ และทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอด. *วารสารพยาบาล ศาสตร์และสุขภาพ*, 38(1), 41-52.
- นิพนธ์พร วรมงคล. (2553). *คู่มือการอบรมผู้เชี่ยวชาญการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่* (พิมพ์ครั้งที่ 2). สำนักส่งเสริมสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข.
- เปมิกา บุตรจันทร์, สมเสาวนุช จมูศรี, และ กชพร สิงห์หล้า. (2559). ผลของโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อการรับรู้สมรรถนะแห่งตน และพฤติกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของสมาชิกครอบครัวในชุมชน. *วารสารการพยาบาลและการดูแลสุขภาพ*, 34(4), 97-105.
- โรงพยาบาลพหลพลพยุหเสนา. (2562). *รายงานประจำปีโรงพยาบาลพหลพลพยุหเสนา*. โรงพยาบาลพหลพลพยุหเสนา.
- วิลาวัลย์ บุญเดช, ประทุมมา ฤทธิ์โพธิ์, และ ชมนาด วรรณพรศิริ. (2557). ผลของโปรแกรมสมรรถนะแห่งตนต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่น จังหวัดกำแพงเพชร. *วารสารการพยาบาลและสุขภาพ*, 8(3), 65-79.

- ศิริวรรณ ทุ่มเชื้อ, และ อัญญา ปลดเปลื้อง. (2558). การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยการสนับสนุนของครอบครัว. *วารสารศูนย์การศึกษาแพทยศาสตร์คลินิก โรงพยาบาลพระปกเกล้า*, 32(1), 6-17.
- ศุภวดี แถวเพีย, วิไลลักษณ์ เผือกพันธุ์, และ อักษรานัฐ ภัคดีสมัย. (2560). พฤติกรรมการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ในหญิงไทยหลังคลอด. *วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้*, 4(2), 123-139.
- ศุภวิทย์ มุตตามระ, กุสุมา ชูศิลป์, อุมพร สุทัศน์วรุฒิ, วราภรณ์ แสงทวีสิน, และ ยุพยง แห่งเชาวนิช (บ.ก.). (2555). *ตำราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่*. สำนักพิมพ์ไอยรา.
- สาโรช สมชอบ. (2537). *เอกสารการสอนชุดวิชาการบริหารและจัดการวัดและประเมินผลการศึกษาหน่วยที่ 1-7*. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- สำนักส่งเสริมสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข. (2563). *คู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่*. โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- Altuntas, N., Turkyilmaz, C., Yildiz, H., Kulali, F., Hirfanoglu, I., Onal, E., Ergenekon, E., Koç, E. & Atalay, Y. (2014). Validity and reliability of the infant breastfeeding assessment tool, the mother baby assessment tool, and the LATCH scoring system. *Breastfeeding Medicine*, 9(4), 191-195.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A. G., & Buchner, A. (2007). G*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, 39(2), 175–191.
- Khreshah, R., Suhaimat, A., Jalamdeh, F., & Barclay, L. (2011). The effect of a postnatal education and support program on breastfeeding among primiparous women: A randomized controlled trial. *International Journal of Nursing Studies*, 48(9), 1058-1065.
- Lemeshow, S., Hosmer, D. W., Klar, J., Lwanga, S. K., & World Health Organization. (1990). *Adequacy of sample size in health studies*. Wiley.
- Schwartz, N. E. (1975). *Nutrition, knowledge, attitude, and practice of high school graduates*. W. B. Saunders.
- UNICEF. (2020). *Breastfeeding practices worldwide*. <https://data.unicef.org/resources/world-breastfeeding-week-2020/>
- World Health Organization. (n.d.). *Breastfeeding*. https://www.who.int/health-topics/breastfeeding#tab=tab_1