

ประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทันที หลังคลอดและต่อเนื่องร่วมกับการสนับสนุนของครอบครัว โรงพยาบาลบ้านไผ่ จังหวัดขอนแก่น*

The Effectiveness of a Program Promoting Immediate and Continuous Breastfeeding in Conjunction with Family Support at Ban Phai Hospital, Khon Kaen Province *

พγμαศ ปิยะนันท์, ส.ม. (ภาวะผู้นำและนวัตกรรมการจัดการสุขภาพ) ¹

Phagamas Piyanant, M.P.H. (Leadership and Innovative Health Management) ¹

นฤมล สิ้นสุพรรณ, ศศ.ม. (สังคมศาสตร์การแพทย์และสาธารณสุข) ²

Narumon Sinsupan, M.A. (Medical and Public Health Social Science) ²

ชนะพล ศรีฤาชา, ป.ร.ด. (สังคมศาสตร์การแพทย์และสาธารณสุข) ³

Chanaphol Sriruecha, Ph.D. (Medical and Public Health Social Science) ³

Received: August 6, 2025 Revised: November 13, 2025 Accepted: November 25, 2025

* วิทยานิพนธ์หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาภาวะผู้นำและนวัตกรรมการจัดการสุขภาพ
คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี วิทยาลัยบัณฑิตเอเชีย

* Master's Thesis of Public Health Program in Leadership and Innovative Health Management,
Faculty of Science and Technology, College of Asian Scholars

¹ มหบัณฑิต สาขาวิชาภาวะผู้นำและนวัตกรรมการจัดการสุขภาพ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี วิทยาลัยบัณฑิตเอเชีย

¹ Master, Program in Leadership and Innovative Health Management, Faculty of Science and Technology,
College of Asian Scholars

¹ ผู้เขียนหลัก (Corresponding author) E-mail: Jomchaisa@gmail.com

² รองศาสตราจารย์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี วิทยาลัยบัณฑิตเอเชีย: อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก

² Associate Professor, Faculty of Science and Technology, College of Asian Scholars: Major Advisor

³ รองศาสตราจารย์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี วิทยาลัยบัณฑิตเอเชีย: อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

³ Associate Professor, Faculty of Science and Technology, College of Asian Scholars: Co-advisor

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทันทีหลังคลอดและต่อเนื่องร่วมกับการสนับสนุนของครอบครัว กลุ่มตัวอย่างเป็นมารดาหลังคลอดที่คลอดปกติในโรงพยาบาลบ้านไผ่ จังหวัดขอนแก่น จำนวน 60 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน เครื่องมือการวิจัยประกอบด้วย โปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทันทีหลังคลอดและต่อเนื่องร่วมกับการสนับสนุนของครอบครัว แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีค่าความเชื่อมั่น .86 แบบวัดเจตคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีค่าความเชื่อมั่น .85 แบบประเมินความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แบบประเมินการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และแบบสอบถามความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีค่าความเชื่อมั่น .84 ดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลในช่วงเดือนตุลาคมถึงเดือนธันวาคม 2566 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติความถี่ ร้อยละ paired *t*-test และ independent *t*-test

ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t = 13.480, p < .001$) หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คะแนนเฉลี่ยเจตคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คะแนนเฉลี่ยการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t = 7.830, p < .001$; $t = 4.330, p < .001$; $t = 9.130, p < .001$; $t = 5.140, p < .001$ และ $t = 6.330, p < .001$ ตามลำดับ)

จากการวิจัยครั้งนี้มีข้อเสนอแนะว่า พยาบาลควรนำโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทันทีหลังคลอดและต่อเนื่องร่วมกับการสนับสนุนของครอบครัวนี้ ไปใช้กับมารดาหลังคลอดในชุมชน เพื่อให้มารดาหลังคลอดมีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นานถึง 6 เดือน

คำสำคัญ: การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทันทีหลังคลอดและต่อเนื่อง มารดาหลังคลอด การสนับสนุนของครอบครัว

Abstract

This quasi-experimental research aimed to investigate the effectiveness of a program promoting immediate and continuous breastfeeding in conjunction with family support. The participants consisted of 60 postpartum mothers who gave normal birth at Ban Phai Hospital, Khon Kaen Province. They were equally divided into an experimental group ($n = 30$) and a control group ($n = 30$). The research instruments included a program promoting immediate and continuous breastfeeding in conjunction with family support, a personal information questionnaire, a knowledge about breastfeeding assessment

form with a reliability of .86, an attitude towards breastfeeding assessment form with a reliability of .85, an intention to breastfeed assessment form, a family involvement in breastfeeding assessment form, and a satisfaction in breastfeeding questionnaire with a reliability of .84. The implementation and data collection were conducted from October to December 2023. Data were analyzed using frequency, percentage, paired *t*-test, and independent *t*-test.

The research results revealed that after the experiment, the experimental group had a statistically significantly higher mean score of satisfaction in breastfeeding than before the experiment ($t = 13.480, p < .001$). After the experiment, the experimental group had statistically significantly higher mean scores of knowledge about breastfeeding, attitude towards breastfeeding, intention to breastfeed, family involvement in breastfeeding, and satisfaction in breastfeeding than the control group ($t = 7.830, p < .001$; $t = 4.330, p < .001$; $t = 9.130, p < .001$; $t = 5.140, p < .001$; and $t = 6.330, p < .001$, respectively).

This research suggests that nurses should implement this program promoting immediate and continuous breastfeeding in conjunction with family support for postpartum mothers in the communities. This will help the mothers perform their breastfeeding for six months.

Keywords: Immediate and continuous breastfeeding promotion, Postpartum mothers, Family support

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

นมแม่เป็นอาหารที่สำคัญและเหมาะสมกับภาวะสุขภาพของทารก ช่วยส่งเสริมให้ทารกมีการเจริญเติบโตทางร่างกายที่สมวัย การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีประโยชน์ต่อสุขภาพทั้งของมารดาและทารก เนื่องจากขณะที่มารดาให้ลูกดูดนมจะทำให้ฮอร์โมนออกซิโทซินหลั่งออกมา ส่งผลให้มดลูกหดตัวดี ป้องกันการตกเลือดหลังคลอด ช่วยเว้นระยะห่างในการมีบุตร ช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดมะเร็งรังไข่และมะเร็งเต้านม อีกทั้งยังช่วยลดน้ำหนักของแม่ในระยะหลังคลอด (กรมอนามัย, 2563) สำหรับทารก ในระยะ 1-7 วันแรก นมแม่จะมีขดน้ำนมที่เรียกว่าหัวน้ำนมที่อุดมด้วยคาร์โบไฮเดรต โปรตีน วิตามิน และเกลือแร่ ซึ่งเป็นช่วงที่นมแม่มี

ภูมิคุ้มกันสูงสุด เปรียบเสมือนได้รับวัคซีนหยดแรกของชีวิต เพื่อป้องกันเชื้อโรคต่างๆ เพราะเด็กแรกเกิดจะยังไม่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันให้กับตนเองได้ ทารกที่ได้กินนมแม่จึงมีภูมิคุ้มกันและช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ เช่น โรคติดเชื้อระบบทางเดินอาหาร โรคติดเชื้อระบบทางเดินหายใจ รวมทั้งโรคภูมิแพ้ หอบหืด หูอักเสบ และช่วยให้ทารกมีการพัฒนาความสามารถทางสมองดีกว่าทารกที่ไม่กินนมแม่ (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2562)

องค์การอนามัยโลกแนะนำว่า ทารกควรได้รับนมแม่ภายใน 1 ชั่วโมงแรกหลังเกิด และควรได้รับนมแม่อย่างต่อเนื่อง ซึ่งจากผลการสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทย ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ

ร่วมกับองค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ ในปี พ.ศ. 2565 พบว่า ในช่วง 2 ปีที่ผ่านมา ผู้หญิงอายุ 15-49 ปี ที่คลอดบุตรมีชีพ มีการสัมผัสแบบเนื้อแนบเนื้อ (skin to skin contact) กับทารกหลังคลอดเพียง ร้อยละ 5.60 มีทารกเพียงร้อยละ 29.40 ที่ได้กินนมแม่ภายใน 1 ชั่วโมงแรกหลังคลอด และมีเพียงร้อยละ 28.60 ที่ได้กินนมแม่อย่างเดียวยในช่วง 6 เดือนแรกของชีวิต และกินนมแม่ควบคู่กับอาหารตามวัยจนอายุครบ 2 ปี หรือนานกว่านั้น (World Health Organization [WHO], 2022) การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทันทีภายใน 1 ชั่วโมงแรกหลังคลอด ถือเป็นจุดเริ่มต้นสำคัญที่ทำให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ประสบความสำเร็จ สามารถเพิ่มอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวย และเพิ่มระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้นานขึ้น ซึ่งการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทันทีภายใน 1 ชั่วโมงแรกหลังคลอด เป็นการสนับสนุนให้มารดาและทารกได้สัมผัสแบบเนื้อแนบเนื้อ โดยการวางทารกแรกเกิดที่ได้รับการเช็ดตัวแล้วให้แนบอกมารดาที่ไม่มีเสื้อผ้ากั้นกลาง ด้วยสัญญาอนุญาตในการหาอาหารที่จำเป็นต่อการรอดชีวิต ทารกจะสืบคลานไปบนอกมารดาเพื่อหาเต้านมและเริ่มต้นดูดนมแม่ ซึ่งถือเป็นกลยุทธ์สำคัญในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพราะจะช่วยสร้างและหลั่งน้ำนมแม่เร็วขึ้น ช่วยให้ทารกดูดนมได้อย่างมีประสิทธิภาพ (กรรณก เกื้อสกุล, นิตยา สีนสุกใส, วรรณ พาหุวัฒน์กร, และวิทยา ธิฐาพันธ์, 2562)

กระทรวงสาธารณสุขมีนโยบายส่งเสริมสนับสนุน และปกป้องให้เด็กทุกคนได้กินนมแม่อย่างต่อเนื่องตามคำแนะนำขององค์การอนามัยโลก กล่าวคือ ให้ทารกแรกเกิดกินนมแม่ตั้งแต่ 1 ชั่วโมงแรกหลังคลอด กินนมแม่เพียงอย่างเดียวในช่วง 6 เดือนแรกของชีวิต และกินนมแม่ต่อเนื่องควบคู่กับอาหารตามวัยจนถึงอายุ 2 ปี หรือนานกว่านั้น โดยตั้งเป้าหมายไว้ว่า ในปี พ.ศ. 2568 ทารกร้อยละ 50 จะได้กินนมแม่อย่างเดียวยถึง 6 เดือน (WHO, 2021) ซึ่งสอดคล้องตามเป้าหมายของทุกประเทศทั่วโลก และได้อนุมัติให้โรงพยาบาล

ของรัฐทุกแห่งนำยุทธศาสตร์โรงพยาบาลสายสัมพันธ์แม่ลูกมาเป็นแนวทางปฏิบัติ โดยดำเนินการตามหลัก “บันได 10 ขั้นสู่ความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่” ที่องค์การอนามัยโลกและองค์การยูนิเซฟได้กำหนดขึ้น ซึ่งเป็นหลักการพื้นฐานในการส่งเสริมให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำเร็จ (WHO, 2022)

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอดพบว่า การบริหารยกแขนขึ้นลงก่อนคลอด 1 วัน และการให้ลูกดูดนมแม่ทันทีหลังคลอดภายใน 1 ชั่วโมง และต่อเนื่องนาน 1 ชั่วโมง จะช่วยให้น้ำนมแม่มาเร็ว ลดการเจ็บคัดหน้าอก และมีน้ำนมเพียงพอต่อการเลี้ยงลูก ร่วมกับการได้รับความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของนมแม่ และวิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การส่งเสริมเจตคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การได้รับบริการสาธารณสุข การฝึกทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว ทำให้มารดามีความมั่นใจ และตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และมีระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นานขึ้น (กรมอนามัย, 2563) ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (theory of planned behavior) ของ Ajzen (1991) ที่เชื่อว่า เจตคติ การคล้อยตามบุคคลอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม จะช่วยให้นุคคลเกิดความตั้งใจและนำไปสู่การปฏิบัติพฤติกรรมที่ดี จากการศึกษการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ผ่านมาพบว่า การพยาบาลโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนสามารถใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอด และการนำครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วม สามารถใช้เป็นแนวทางในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยและต่อเนื่องจนถึง 6 เดือนหลังคลอด (นิตยา ไชยรัตน์ และศศิกานต์ กาละ, 2565)

การสนับสนุนทางสังคม (social support) ของบุคคลในครอบครัว ตามแนวคิดของ House (1981) เชื่อว่า เมื่อบุคคลเกิดการรับรู้ว่าคุณได้รับการรัก

ความเอาใจใส่ การเห็นคุณค่า และการยอมรับ จะส่งผลทางบวกต่อสุขภาพกายและใจ ทำให้บุคคลสามารถเผชิญกับเหตุการณ์ที่มาคุกคามชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ การให้บุคคลใกล้ชิดในครอบครัว อันได้แก่ สามี มารดา ของตนเอง มารดาของสามี หรือญาติ เข้ามามีส่วนร่วมในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่เริ่มตั้งครรภ์ จะเพิ่มโอกาสความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งประกอบด้วย 1) การสนับสนุนด้านอารมณ์ คือ ความรู้สึกของความรัก ความห่วงใย และการให้กำลังใจ ทำให้มารดาหลังคลอดรู้สึกว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และเกิดควมมีคุณค่าในตนเอง 2) การสนับสนุนด้านสิ่งของ คือ การที่มารดาหลังคลอดได้รับความช่วยเหลือหรือการสนับสนุนจากคนในครอบครัวในด้านสิ่งของ เครื่องใช้ เงินทอง หรือการกระทำที่ให้ความช่วยเหลือในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จะเกิดความรู้สึกโล่งใจ อบอุ่นใจ และลดความวิตกกังวลได้ 3) การสนับสนุนด้านการประเมินผล เช่น การให้ข้อมูลป้อนกลับ การเห็นพ้องหรือการบอกให้ทราบถึงผลดีที่ผู้รับได้ปฏิบัติพฤติกรรมนั้น และ 4) การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร คือ การให้คำแนะนำ การซักถาม การให้คำปรึกษา หรือการให้ข้อมูลข่าวสารในรูปแบบต่างๆ ที่ส่งเสริมให้มารดามีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพราะสมาชิกในครอบครัวเป็นผู้มีอิทธิพลอย่างมากต่อมารดาหลังคลอด เป็นผู้ให้กำลังใจ คอยช่วยเหลือและแบ่งเบาภาระของมารดาหลังคลอด การสนับสนุนจากญาติจึงช่วยให้บุคคลมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดี มีการปรับตัวที่เหมาะสมสามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้ เช่นเดียวกับการที่มารดาหลังคลอดต้องเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ซึ่งต้องเผชิญกับอุปสรรคหลายด้าน การสนับสนุนจากครอบครัวจะช่วยให้มารดาหลังคลอดผ่านพ้นปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ และแก้ไขปัญหาลูกการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จนประสบความสำเร็จ (รักศิริ อาวชนางส์ และทิพย์วรรณ บุญยาภรณ์, 2563)

จากสถิติการคลอดของโรงพยาบาลบ้านไผ่ จังหวัดขอนแก่น ในปีงบประมาณ 2564 และ 2565 พบว่ามีทารกคลอด 573 คน และ 632 คน ตามลำดับ โดยคลอดทางช่องคลอด 397 คน และ 320 คน ตามลำดับ และผ่าตัดคลอดทางหน้าท้อง 176 คน และ 312 คน ตามลำดับ โดยมารดาหลังคลอดทั้งการคลอดทางช่องคลอดและการผ่าตัดคลอดทางหน้าท้อง พบปัญหาว่า ในช่วง 1-2 วันหลังคลอด น้านมไม่มาหรือมาน้อย ทารกได้รับนมแม่ไม่เพียงพอ และทารกส่วนใหญ่ไม่ได้รับนมแม่ทันทีหลังคลอด มีเพียง 1 ใน 3 เท่านั้นที่ได้รับการดุนนมแม่ทันทีหลังคลอดภายใน 1 ชั่วโมง ซึ่งการกระตุ้นให้ทารกดุนนมแม่ทันทีหลังคลอด หรือการส่งเสริมการสัมผัสแบบเนื้อแนบเนื้อในห้องคลอด ยังไม่มีรูปแบบที่ชัดเจน โดยการสัมผัสแบบเนื้อแนบเนื้อทำได้เพียง 10-20 นาที และยังไม่ได้ทำในมารดาและทารกแรกคลอดทุกคน ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจจัดทำโปรแกรมการพยาบาลเพื่อส่งเสริมให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทันทีหลังคลอดภายใน 1 ชั่วโมง และต่อเนื่องนาน 1 เดือน อย่างเป็นระบบ โดยการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพื่อส่งผลกระทบให้มารดามีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นานถึง 6 เดือน อันนำไปสู่ผลลัพธ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ดี และเป็นรากฐานสำคัญของการเจริญเติบโตของทารกต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนกับหลังการทดลอง
2. เพื่อเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เจตคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การมีส่วนร่วมของครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง

สมมติฐานการวิจัย

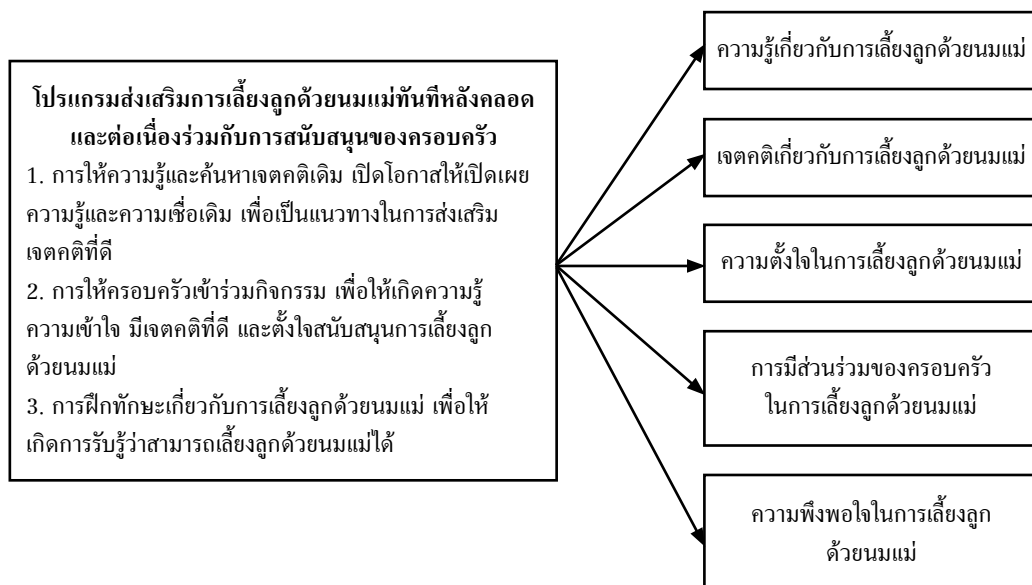
1. หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนการทดลอง

2. หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คะแนนเฉลี่ยเจตคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คะแนนเฉลี่ยการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มควบคุม

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยนำแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ของ Ajzen (1991) มาใช้ในการพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทันทีหลังคลอด และต่อเนื่องร่วมกับการสนับสนุนของครอบครัว ซึ่งแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนอธิบายว่า การที่บุคคลจะกระทำพฤติกรรมสำเร็จ เกิดจากความตั้งใจที่จะกระทำพฤติกรรม โดยเน้นการวิเคราะห์ว่าพฤติกรรมนั้นมีการกำหนดโดยความตั้งใจของบุคคล ซึ่งมีปัจจัย

ที่เป็นตัวกำหนดความตั้งใจ 3 ประการ ได้แก่ เจตคติต่อพฤติกรรม การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม โดยโปรแกรมประกอบด้วยกิจกรรมหลัก 3 ส่วน ได้แก่ 1) การให้ความรู้และการส่งเสริมเจตคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยให้คู่มือที่สนับสนุนเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งจะมีการประเมินเจตคติของมารดาหลังคลอดว่าเป็นไปในทางใด มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การแสดงความรู้สึกเป็นคำพูด และการส่งเสริมให้เกิดเจตคติที่ดีต่อพฤติกรรม โดยการส่งเสริมให้มีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อเนื่อง 1 เดือน 2) การให้ครอบครัวเข้าร่วมกิจกรรมอย่างน้อย 1 ครั้ง เพื่อให้ครอบครัวมีความรู้ความเข้าใจ มีเจตคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และเกิดความตั้งใจในการสนับสนุนให้มารดาหลังคลอดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อเนื่อง 1 เดือน ซึ่งจะทำให้มารดาหลังคลอดเกิดการคล้อยตามครอบครัว นำไปสู่การประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ 3) การฝึกทักษะเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เช่น การบีบเก็บน้ำนม การนํ้านมที่บีบเก็บมาใช้ สรุปลงเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยได้ดังแผนภาพที่ 1



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental research) ชนิดสองกลุ่ม วัดก่อนและหลังการทดลอง (two-group pretest-posttest design)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประชากรเป็นมารดาหลังคลอดที่คลอดปกติในโรงพยาบาลบ้านไผ่ จังหวัดขอนแก่น ในช่วงเดือนตุลาคมถึงเดือนธันวาคม 2566 จำนวน 72 คน โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง คือ 1) อายุ 19–40 ปี 2) ไม่มีภาวะแทรกซ้อนในระยะก่อนคลอด ขณะคลอด และหลังคลอด 3) ไม่มีข้อห้ามในการให้นมบุตร 4) สามารถอ่านและเขียนภาษาไทยได้ และ 5) ยินยอมเข้าร่วมการวิจัย ส่วนเกณฑ์การยุติการเข้าร่วมการวิจัย คือ เข้าร่วมกิจกรรมไม่ครบตามแผนการวิจัย และขอถอนตัวจากการวิจัย กำหนดขนาดตัวอย่างโดยใช้ตารางสำเร็จรูปของ Krejcie and Morgan (1970) ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 60 คน

โดยกำหนดให้มารดาหลังคลอด 30 คนแรก เป็นกลุ่มทดลอง และมารดาหลังคลอด 30 คนหลัง เป็นกลุ่มควบคุม เลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจงตามเกณฑ์ที่กำหนด

เครื่องมือการวิจัย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ โปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทันทีหลังคลอด และต่อเนื่องร่วมกับการสนับสนุนของครอบครัว ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยประยุกต์ตามแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ของ Ajzen (1991) ประกอบด้วยกิจกรรม 9 ครั้ง ดังนี้

กิจกรรมครั้งที่ 1 ระยะก่อนคลอด ใช้เวลา 15–20 นาที โดยผู้วิจัยอธิบายให้มารดาและสามี/ญาติทราบถึงประโยชน์ของการนำทารกมาดูดนมแม่เร็วภายใน 30 นาทีหลังคลอด และให้ดูครั้งแรกนานต่อเนื่อง 1 ชั่วโมง ให้ความรู้ประกอบภาพเกี่ยวกับการเลี้ยงลูก

ด้วยนมแม่ ตามหลัก 3 ค (ดูดเร็ว ดูดบ่อย ดูดถูกวิธี) และใน 2-3 วันหลังคลอด ให้ลูกดูดบ่อยทุก 2 ชั่วโมง ครั้งละ 20-30 นาที เพื่อส่งเสริมการดูดนมของทารก และการหลั่งน้ำนมของมารดา ให้ดูวิถีทัศน์เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และให้แสดงความรู้สึกเป็นคำพูด เพื่อส่งเสริมเจตคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จากนั้นแนะนำมารดาในการบริหารร่างกายโดยการยกแขนทั้งสองข้างขึ้นลงประมาณ 30 ครั้ง หากเหนื่อยให้หยุดพักแล้วทำต่อ โดยใช้เวลา 15-30 นาที เพื่อเป็นการบริหารกล้ามเนื้อทรวงอก ช่วยให้น้ำนมมาเร็ว

กิจกรรมครั้งที่ 2 ระยะเวลาหลังคลอด 30 นาที ใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง โดยผู้วิจัยนำทารกมาให้มารดาโอบกอดในลักษณะเนื้อแนบเนื้อ เพื่อให้ทารกได้ดูดนมแม่ภายในเวลา 30 นาทีหลังคลอด (ตามบันไดขั้นที่ 4 ช่วยแม่เริ่มให้ลูกดูดนมแม่โดยเร็วภายใน 30 นาทีหลังคลอด)

กิจกรรมครั้งที่ 3 ระยะเวลาหลังคลอด 2 ชั่วโมง (รับย้ายมารดาและทารกมายังแผนกหลังคลอด) ใช้เวลาประมาณ 30 นาที โดยผู้วิจัยจัดให้ทารกได้ดูดนมแม่ ซึ่งหากไม่จำเป็นจะไม่ให้นมผสม (บันไดขั้นที่ 6 ไม่ให้น้ำ อาหาร หรือเครื่องดื่มอื่นใดแก่ทารก นอกเหนือจากนมแม่ ยกเว้นมีข้อบ่งชี้ทางการแพทย์) จากนั้นให้ความรู้แก่มารดาและสามี/ญาติ สาธิตทำอุ้มให้นม วิธีการให้ทารกอมหัวนมแม่ได้ลึกและดูดอย่างมีประสิทธิภาพ และให้มารดาฝึกปฏิบัติ (บันไดขั้นที่ 5 แสดงให้แม่เห็นวิธีการให้นมที่ถูกต้อง และการคงสภาพของการหลั่งน้ำนม แม้ว่าแม่กับลูกต้องแยกจากกัน)

กิจกรรมครั้งที่ 4 ระยะเวลาหลังคลอด 4 ชั่วโมง ใช้เวลาประมาณ 30 นาที โดยผู้วิจัยแนะนำสามี/ญาติ ในการช่วยดูแลความสุขสบายของมารดาและทารก และคอยกระตุ้นให้ทารกดูดนมแม่ทุก 2 ชั่วโมง สาธิตและอธิบายการถอนหัวนมแม่ออกจากปากทารกและวิธีการอุ้มเรอ แนะนำหรือจัดทำอุ้มให้นมจนกว่ามารดาจะสามารถให้นมบุตรได้ด้วยตนเอง และแนะนำมารดา

ให้นำทารกมาดูดนมแม่ทุกครั้งตามความต้องการของทารก (บันไดขั้นที่ 8 สนับสนุนให้ลูกดูดนมแม่ได้บ่อยครั้งตามต้องการ) โดยให้มารดาสังเกตสัญญาณที่ทารกแสดงอาการหิว เช่น เอามือหรือนิ้วเข้าปาก หันหน้าหันม ดูริมฝีปาก หรือหากทารกไม่ตื่น ควรปลุกขึ้นมาดูดนมแม่ทุก 2-3 ชั่วโมง รวมถึงอธิบายความแตกต่างของการดูดนมแม่กับนมขวด (บันไดขั้นที่ 9 ไม่ให้ลูกดูดหัวนมยางและหัวนมปลอม)

กิจกรรมครั้งที่ 5 ระยะเวลาหลังคลอด 1 วัน ใช้เวลาประมาณ 30 นาที โดยผู้วิจัยให้ความรู้แก่มารดาและสามี/ญาติเกี่ยวกับท่าอุ้ม การอมหัวนมที่ถูกต้องวิธีในท่านอน สาธิตวิธีการนวดกระตุ้นน้ำนมและการบีบเก็บน้ำนม ให้มารดาฝึกบีบเก็บน้ำนม อธิบายวิธีการเก็บน้ำนมในตู้เย็นและการนำน้ำนมที่เก็บมาใช้ ให้กำลังใจและแสดงความชื่นชมเมื่อมารดาทำได้ถูกต้อง

กิจกรรมครั้งที่ 6 ระยะเวลาหลังคลอด 2 วัน หรือก่อนจำหน่าย ใช้เวลาประมาณ 30 นาที โดยผู้วิจัยให้มารดาและสามี/ญาติทบทวนทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในท่านั่งและท่านอน แนะนำวิธีการประเมินว่าทารกได้รับนมแม่เพียงพอหรือไม่ ประเมินการอมหัวนมที่ถูกต้อง ให้กำลังใจและแสดงความชื่นชมเมื่อมารดาทำได้ถูกต้อง ให้คำแนะนำมารดาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นานต่อเนื่อง 1 เดือน และการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน และเสริมสร้างความมั่นใจของมารดาและสามี/ญาติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

กิจกรรมครั้งที่ 7, 8 และ 9 ระยะเวลาหลังคลอด 7 วัน 14 วัน และ 28 วัน ตามลำดับ ใช้เวลาครั้งละ 10 นาที โดยผู้วิจัยโทรศัพท์เยี่ยมหลังคลอด เพื่อประเมินการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว รวมถึงทบทวนข้อเสียกรณีให้อาหารอื่นก่อนอายุ 6 เดือน และแนะนำให้สามี/ญาติช่วยดูแลทารกเพื่อให้มารดามีเวลาพักผ่อน

ส่วนที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล มี 6 ชุด ดังนี้

ชุดที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับอายุ

ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส อาชีพ ลักษณะครอบครัว รายได้ของครอบครัว ความพึงพอใจของรายได้ และบุคคลที่ช่วยดูแลหลังคลอด จำนวน 8 ข้อ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบเลือกตอบ

ชุดที่ 2 แบบวัดความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ผู้วิจัยดัดแปลงจากแบบสอบถามของ ทานทอง ศรีบุญเรือง (2551) จำนวน 20 ข้อ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบให้เลือกตอบว่าใช่หรือไม่ใช่ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน คือ หากตอบถูก ให้ 1 คะแนน และหากตอบผิด ให้ 0 คะแนน ส่วนเกณฑ์การแปลผลคะแนน แบ่งออกเป็น 3 ระดับ ได้แก่ มีความรู้ในระดับต่ำ (0–11 คะแนน) ในระดับปานกลาง (12–15 คะแนน) และในระดับสูง (16–20 คะแนน)

ชุดที่ 3 แบบวัดเจตคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ผู้วิจัยดัดแปลงจากแบบวัดของลักขณา ไชยนอก (2558) จำนวน 17 ข้อ ประกอบด้วยข้อคำถามทางบวก จำนวน 11 ข้อ และข้อคำถามทางลบ จำนวน 6 ข้อ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราประมาณค่า 3 ระดับ จากคะแนน 1–3 ของข้อคำถามทางบวก ได้แก่ไม่เห็นด้วย ไม่แน่ใจ และเห็นด้วย ส่วนข้อคำถามทางลบให้คะแนนในลักษณะตรงกันข้าม สำหรับเกณฑ์การแปลผลคะแนน แบ่งออกเป็น 3 ระดับ ได้แก่ มีเจตคติในระดับต่ำ (1.00–1.66 คะแนน) ในระดับปานกลาง (1.67–2.33 คะแนน) และในระดับสูง (2.34–3.00 คะแนน)

ชุดที่ 4 แบบประเมินความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 1 ข้อ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบให้เลือกตอบว่า ตั้งใจน้อย (10 คะแนน) ตั้งใจปานกลาง (20 คะแนน) หรือตั้งใจมาก (30 คะแนน)

ชุดที่ 5 แบบประเมินการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 1 ข้อ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบให้เลือกตอบว่ามีส่วนร่วมน้อย (10 คะแนน) มีส่วนร่วมปานกลาง (20 คะแนน) หรือมีส่วนร่วมมาก (30 คะแนน)

ชุดที่ 6 แบบสอบถามความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ผู้วิจัยดัดแปลงจากแบบสอบถามของสรสา ตันติเวชกุล (2543) จำนวน 13 ข้อ มีลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ จากคะแนน 1–5 ได้แก่ น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก และมากที่สุด ส่วนเกณฑ์การแปลผลคะแนน แบ่งออกเป็น 5 ระดับ ได้แก่ มีความพึงพอใจในระดับน้อยที่สุด (1.00–1.49 คะแนน) ในระดับน้อย (1.50–2.49 คะแนน) ในระดับปานกลาง (2.50–3.49 คะแนน) ในระดับมาก (3.50–4.49 คะแนน) และในระดับมากที่สุด (4.50–5.00 คะแนน)

สำหรับการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือนี้ ผู้วิจัยนำโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทันทีหลังคลอดและต่อเนื่องร่วมกับการสนับสนุนของครอบครัว แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แบบวัดเจตคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แบบประเมินความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แบบประเมินการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และแบบสอบถามความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 คน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา ซึ่งผู้ทรงคุณวุฒิประกอบด้วย กุมารแพทย์ สูตินรีแพทย์ พยาบาลที่เป็นหัวหน้างานผู้ป่วยใน และพยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านการผดุงครรภ์ (2 คน) ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแต่ละชุดอยู่ในช่วง .67–1.00 ดำเนินการแก้ไขตามคำแนะนำ จากนั้นนำแบบวัดความรู้ฯ แบบวัดเจตคติฯ และแบบสอบถามความพึงพอใจฯ ไปทดลองใช้กับมารดาหลังคลอดที่คลอดปกติในโรงพยาบาลบ้านไผ่ ที่มีคุณสมบัติคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน หาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดความรู้ฯ ด้วยวิธีการของคูเดอร์-ริชาร์ดสัน สูตรที่ 20 (KR-20) ได้ค่าเท่ากับ .86 และหาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดเจตคติฯ และแบบสอบถามความพึงพอใจฯ ด้วยวิธีการของครอนบาช ได้ค่าเท่ากับ .85 และ .84 ตามลำดับ

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง มีดังนี้ 1) หลังจากโครงร่างวิจัยได้รับการพิจารณาเห็นชอบจากคณะกรรมการจริยธรรมวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยบัณฑิตเอเซีย (เอกสารรับรอง เลขที่ CASHE660001 วันที่ 18 กันยายน 2566) ผู้วิจัยจึงเริ่มดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล และ 2) ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ ขั้นตอนการทดลอง และเก็บรวบรวมข้อมูล และสิทธิในการถอนตัวจากการวิจัย รวมทั้งแจ้งว่าข้อมูลจะได้รับการเก็บรักษาเป็นความลับและนำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น โดยจะนำเสนอข้อมูลในภาพรวม

การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล มีขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยขออนุญาตดำเนินการวิจัยจากผู้อำนวยการโรงพยาบาลบ้านไผ่ แจ้งหัวหน้างานผู้ป่วยในและบุคลากรที่เกี่ยวข้อง ชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ และขั้นตอนการทดลอง และเก็บรวบรวมข้อมูล

2. ผู้วิจัยดำเนินการกับกลุ่มทดลองทั้งหมดก่อน โดยพบกลุ่มทดลองเป็นรายบุคคลที่โรงพยาบาลบ้านไผ่ แนะนำตัว ดำเนินการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างตามข้อความชี้แจงการพิทักษ์สิทธิ ให้ตอบแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล โดยใช้เวลาประมาณ 10 นาที

3. ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทันทีหลังคลอดและต่อเนื่องร่วมกับการสนับสนุนของครอบครัว โดยให้เข้าร่วมกิจกรรมครั้งที่ 1-3 แล้วให้ตอบแบบสอบถามความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ก่อนการทดลอง (pre-test) โดยใช้เวลาประมาณ 10 นาที จากนั้นให้เข้าร่วมกิจกรรมครั้งที่ 4-9

4. ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองตอบแบบวัดความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แบบวัดเจตคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แบบประเมินความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แบบประเมินการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และแบบสอบถาม

ความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หลังการทดลอง (post-test) โดยใช้เวลาประมาณ 25 นาที

5. ผู้วิจัยพบกลุ่มควบคุมเป็นรายบุคคลที่โรงพยาบาลบ้านไผ่ แนะนำตัว ดำเนินการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างตามข้อความชี้แจงการพิทักษ์สิทธิ ให้ตอบแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล โดยใช้เวลาประมาณ 10 นาที

6. ผู้วิจัยให้กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ ซึ่งประกอบด้วย การประเมินสภาพร่างกาย มารดาและทารก การประเมินสภาพเต้านม ความพร้อมและปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในการให้นมบุตร การให้คำแนะนำเกี่ยวกับประโยชน์ของนมแม่และหลักการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การสอนขั้นตอนและท่าทางการให้นมบุตร การส่งเสริมให้มารดาเริ่มให้นมบุตรตั้งแต่วัยหลังคลอด และให้นมบุตรตามความต้องการของทารก การประเมินและให้คำปรึกษาเพื่อแก้ไขปัญหาที่พบระหว่างการให้นมบุตร เช่น ภาวะเต้านมคัดตึงหรือหัวนมแตก

7. ผู้วิจัยให้กลุ่มควบคุมตอบแบบวัดความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แบบวัดเจตคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แบบประเมินความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แบบประเมินการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และแบบสอบถามความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หลังการทดลอง (post-test) โดยใช้เวลาประมาณ 25 นาที

ทั้งนี้ ดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล ในช่วงเดือนตุลาคมถึงเดือนธันวาคม 2566

การวิเคราะห์ข้อมูล ข้อมูลส่วนบุคคล วิเคราะห์ด้วยสถิติความถี่ และร้อยละ การเปรียบเทียบความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของกลุ่มทดลองระหว่างก่อนกับหลังการทดลอง วิเคราะห์ด้วยสถิติ paired t-test ส่วนการเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เจตคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การมีส่วนร่วมของครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ระหว่างกลุ่ม

ทดลองกับกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง วิเคราะห์ด้วยสถิติ independent *t*-test

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า กลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง 21–30 ปี คิดเป็นร้อยละ 63.33 มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 46.67 ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ คิดเป็นร้อยละ 90 มีอาชีพแม่บ้าน มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40 ส่วนใหญ่มีลักษณะครอบครัวเป็นแบบครอบครัวขยาย คิดเป็นร้อยละ 60 มีรายได้ของครอบครัวอยู่ในช่วง 20,001–30,000 บาทต่อเดือน มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40 ส่วนใหญ่มีรายได้เพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 86.67 และมีบุคคลที่ช่วยดูแลหลังคลอด คิดเป็นร้อยละ 76.67 ส่วนกลุ่มควบคุม พบว่ามีอายุอยู่ในช่วง 21–30 ปี มากที่สุด

คิดเป็นร้อยละ 53.33 มีการศึกษาระดับอนุปริญญา/ปวส. มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 53.33 ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ คิดเป็นร้อยละ 86.67 มีอาชีพแม่บ้าน มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 56.67 มีลักษณะครอบครัวเป็นแบบครอบครัวขยาย คิดเป็นร้อยละ 53.33 มีรายได้ของครอบครัวอยู่ในช่วง 20,001–30,000 บาทต่อเดือน มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 36.67 ส่วนใหญ่มีรายได้เพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 70 และมีบุคคลที่ช่วยดูแลหลังคลอด คิดเป็นร้อยละ 73.33

2. การเปรียบเทียบความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนกับหลังการทดลอง พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t = 13.480$, $p < .001$) ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนกับหลังการทดลอง

ช่วงเวลา	n	M	SD	t	p
ก่อนการทดลอง	30	3.59	.24	13.480	< .001
หลังการทดลอง	30	4.47	.34		

3. การเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เจตคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การมีส่วนร่วมของครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คะแนนเฉลี่ยเจตคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูก

ด้วยนมแม่ คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คะแนนเฉลี่ยการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t = 7.830$, $p < .001$; $t = 4.330$, $p < .001$; $t = 9.130$, $p < .001$; $t = 5.140$, $p < .001$ และ $t = 6.330$, $p < .001$ ตามลำดับ) ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คะแนนเฉลี่ยเจตคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คะแนนเฉลี่ยการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง

ตัวแปร	กลุ่มทดลอง (n = 30)		กลุ่มควบคุม (n = 30)		t	p
	M	SD	M	SD		
ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	19.83	.55	12.27	.79	7.830	< .001
เจตคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	2.77	.48	2.32	.76	4.330	< .001
ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	26.83	.10	20.07	.73	9.130	< .001
การมีส่วนร่วมของครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	27.50	.23	20.54	.94	5.140	< .001
ความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	4.47	.34	3.58	.19	6.330	< .001

การอภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยขออภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐานการวิจัย ดังนี้

ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย ทั้งนี้เนื่องจากการตลาดหลังคลอดได้เข้าร่วมกิจกรรมที่เป็น การเพิ่มพูนความรู้และการส่งเสริมเจตคติที่ดีเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ได้ฝึกปฏิบัติทักษะต่างๆ เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ อีกทั้งได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว ได้รับกำลังใจและคำชื่นชมเมื่อปฏิบัติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ถูกต้อง ทำให้การตลาดหลังคลอดเกิดความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพิ่มมากขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ Karimi, Sadeghi, Maleki-Saghooni, and Khadivzadeh (2019) ที่พบว่า การสัมผัสทางผิวหนังแบบเนื้อแนบเนื้อของมารดากับทารก ทำให้การตลาดมีความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 1 เดือน และเพิ่มอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง

ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย ทั้งนี้เนื่องจากการตลาดหลังคลอดได้เข้าร่วมกิจกรรมที่เป็น การเพิ่มพูนความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เช่น ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ วิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยได้ดูภาพที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ รวมทั้งได้ฝึกปฏิบัติทักษะต่างๆ เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำให้การตลาดหลังคลอดในกลุ่มทดลองมีความรู้มากกว่าในกลุ่มควบคุม สอดคล้องกับการศึกษาของทองใบ นันทรัตพันธุ์ (2562) ที่พบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับการแนวทางปฏิบัติการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากกว่ากลุ่มควบคุม

ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย ทั้งนี้เนื่องจากการตลาดหลังคลอดได้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ช่วยส่งเสริมเจตคติที่ดีเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เช่น การดูวิดีโอ

เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และได้แสดงความรู้สึกเป็นคำพูด รวมทั้งการที่สามารถปฏิบัติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ด้วยตนเองได้ ทำให้มารดาหลังคลอดในกลุ่มทดลองเกิดเจตคติที่ดีเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากกว่าในกลุ่มควบคุม สอดคล้องกับการศึกษาของทองใบ นันทรัตนันท์ (2562) ที่พบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับแนวทางปฏิบัติการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีคะแนนเฉลี่ยเจตคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากกว่ากลุ่มควบคุม

ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย ทั้งนี้เนื่องจากการมารดาหลังคลอดได้เข้าร่วมกิจกรรมที่ช่วยเพิ่มพูนความรู้และส่งเสริมเจตคติที่ดีเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ได้ฝึกปฏิบัติทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จนสามารถทำได้ด้วยตนเอง ได้รับการดูแลช่วยเหลือและสนับสนุนจากสามี/ญาติ ได้รับกำลังใจและคำชื่นชมเมื่อปฏิบัติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ถูกต้อง อีกทั้งได้รับการติดตามเยี่ยมหลังคลอดเป็นระยะ ทำให้มารดาหลังคลอดในกลุ่มทดลองมีความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากกว่าในกลุ่มควบคุม ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ของ Ajzen (1991) ที่เชื่อว่า เจตคติ การคล้อยตามบุคคลอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม ช่วยให้บุคคลเกิดความตั้งใจในการปฏิบัติพฤติกรรม โดยการได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวช่วยให้เกิดการคล้อยตามบุคคลอ้างอิง และการได้รับกำลังใจและคำชื่นชมถือเป็นการเพิ่มการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของนิตยา ไชยรัตน์ และศศิกานต์ กาละ (2565) ที่พบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการพยาบาลโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนมีคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มควบคุม

ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลอง

มีคะแนนเฉลี่ยการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย ทั้งนี้เนื่องจากในโปรแกรมได้เพิ่มกิจกรรมให้ครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมและส่งเสริมการสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัว โดยผู้วิจัยอธิบายให้สามี/ญาติทราบถึงประโยชน์ของการนำทารกมาดูดนมแม่ทันทีหลังคลอด ให้ความรู้แก่สามี/ญาติเกี่ยวกับวิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ให้พบพนักงนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เสริมสร้างความมั่นใจเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ รวมทั้งแนะนำสามี/ญาติในการช่วยดูแลความสุขสบายของมารดาและทารก คอยกระตุ้นให้ทารกดูดนมแม่ทุก 2 ชั่วโมง และให้ช่วยดูแลทารกเพื่อให้มารดามีเวลาพักผ่อน ทำให้มารดาหลังคลอดในกลุ่มทดลองรับรู้ถึงการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มควบคุม สอดคล้องกับการศึกษาของมาลีวัล เลิศสาครศิริ และสาตี แซ่เบ๊ (2562) ที่พบว่า พยาบาลและครอบครัวมีบทบาทสำคัญในการช่วยส่งเสริมให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดมีความสำเร็จมากขึ้น

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

พยาบาลควรนำโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทันทีหลังคลอดและต่อเนื่องร่วมกับการสนับสนุนของครอบครัวนี้ ไปใช้เป็นแนวทางในการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอดในชุมชน และติดตามการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องอย่างน้อย 6 เดือน โดยการเยี่ยมหลังคลอดร่วมกับอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านและเจ้าหน้าที่ประจำโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาเชิงคุณภาพเพื่อค้นหาและอธิบายปัจจัยความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ในมารดาหลังคลอด

2.2 ควรมีการศึกษาโดยพัฒนานวัตกรรม

การสอนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แบบออนไลน์ เช่น แอปพลิเคชัน หรือสื่อวีดิทัศน์ที่น่าสนใจ เพื่อให้มารดา หลังคลอดสามารถศึกษาด้วยตนเองได้ตลอดเวลา ลดปัญหาในการเข้าถึงข้อมูลข่าวสาร

เอกสารอ้างอิง

- กรรณก เกื้อสกุล, นิตยา สีนสุกใส, วรรณมา พาทูวัฒนกร, และวิทยา ถิฐาพันธ์. (2562). ผลของการสัมผัสแบบเนื้อแนบเนื้อระหว่างมารดาและทารกภายหลังคลอดโดยเร็ว ต่อประสิทธิภาพการดูดนมของทารกและการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนานหนึ่งเดือน. *วารสารพยาบาลศาสตร์*, 37(4), 66–78.
- กรมอนามัย. (2563). *คู่มือส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับบุคลากรสาธารณสุข*. นนทบุรี: ผู้แต่ง.
- ทวนทอง ศรีบุญเรือง. (2551). *การรับรู้และความพร้อมของมารดาหลังคลอดที่มีผลต่อการให้นมแม่สำหรับบุตรในระยะ 6 เดือนแรก โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ (วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ทองใบ นันทรัตพันธุ์. (2562). ผลการใช้แนวทางปฏิบัติการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาระยะแรกหลังคลอด โรงพยาบาลฝาง จังหวัดเชียงใหม่. *วารสารโรงพยาบาลแพร่*, 27(1), 25–37.
- นิตยา ไชยรัตน์, และศศิกันต์ กาละ. (2565). ผลของโปรแกรมการพยาบาลโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนต่อความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาที่ผ่าตัดคลอดทางหน้าท้อง. *วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้*, 9(1), 121–134.

มาลีวัล เลิศสารศิริ, และสาเลิ แซ่เบ๊. (2562). ผลของการสนับสนุนของครอบครัวและการเสริมพลังอำนาจต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นครั้งแรกหลังคลอด. *วารสารพยาบาล*, 68(1), 29–38.

รักศิริ อาวัชนางค์, และทิพย์วรรณ บุญยากรณ์. (2563). ผลของโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยครอบครัวมีส่วนร่วมต่อการรับรู้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และแรงสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากญาติตามการรับรู้ของมารดาหลังคลอด. *วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา*, 28(4), 38–48.

ลักขณา ไชยนอก. (2558). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดในโรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา (รายงานผลการวิจัย)*. นครราชสีมา: สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี.

สรสา ดันดิเวชกุล. (2543). *ผลของการพยาบาลระบบสนับสนุนและให้ความรู้ต่อการรับรู้อุปสรรคความพึงพอใจและพฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่น (วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต)*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2562). *ทารกกินนมแม่ดีที่สุด*. สืบค้นจาก <https://www.thaihealth.or.th/?p=235987>

Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211. doi:10.1016/0749-5978(91)90020-T

House, J. S. (1981). *Work stress and social support*. Reading, MA: Addison-Wesley.

- Karimi, F. Z., Sadeghi, R., Maleki-Saghooni, N., & Khadivzadeh, T. (2019). The effect of mother-infant skin to skin contact on success and duration of first breastfeeding: A systematic review and meta-analysis. *Taiwanese Journal of Obstetrics & Gynecology*, 58(1), 1–9. doi:10.1016/j.tjog.2018.11.002
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607–610. doi:10.1177/001316447003000308
- World Health Organization. (2021). *Infant and young child feeding: Guideline summary*. Retrieved from <https://apps.who.int/iris/handle/10665/340484>
- World Health Organization. (2022). *Infant and young child feeding*. Retrieved from <https://apps.who.int/iris/rest/bitstreams/1341846/retrieve>
-