

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

นมแม่เป็นอาหารที่เหมาะสมสำหรับเลี้ยงลูก ซึ่งมีประโยชน์ต่อแม่และลูกเพราะในนมแม่มีสารอาหารครบถ้วนเหมาะสมกับการเจริญเติบโตและการพัฒนาการทางสมองของลูกนมแม่ย่อย และดูดซึมง่าย สะอาด ปลอดภัย ป้องกันโรคมุมิแพ้ และภาวะโรคอ้วนในเด็ก รวมทั้งเด็กมีภูมิคุ้มกันต่อการติดเชื้อในระบบทางเดินอาหาร และระบบทางเดินหายใจที่เป็นปัจจัยของความเจ็บป่วยได้ (Alden, 2006) สำหรับพัฒนาการทางสมอง Quinn (2001) ได้ศึกษาถึงผลของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อพัฒนาการของเด็กในประเทศออสเตรเลีย โดยศึกษาติดตามเด็กแรกเกิดจนถึงอายุ 5 ปี จำนวน 3,880 คน พบว่า เด็กที่ได้รับน้ำนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน มีพัฒนาการทางสมองและสติปัญญาสูงกว่าเด็กที่ไม่ได้รับนมแม่ 5.8 จุด และ 8.2 จุด ในเพศชายและเพศหญิง ตามลำดับ เช่นเดียวกับการศึกษาของ Angelsen, et al. (2001) ที่ศึกษาผลของระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อหัวใจปัญญาในเด็กที่ได้รับนมแม่ในช่วงขวบปีแรกจำนวน 345 คน พบว่า เด็กที่ได้รับนมแม่น้อยกว่า 3 เดือน มีพัฒนาการด้านสมองล่าช้ากว่าเด็กที่ได้รับนมแม่มากกว่า 6 เดือน นอกจากนี้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ยังช่วยส่งเสริมสายสัมพันธ์ระหว่างแม่และลูกเกิดความรักความผูกพัน ลูกได้รับการตอบสนอง ที่นุ่มนวล และอบอุ่น ทำให้ลูกมีโอกาสพัฒนาด้านอารมณ์ได้ดี และสามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสม (ศิริภรณ์ สวัสดิ์ และคณะ, 2548) การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นอกจากจะมีประโยชน์ต่อลูกแล้วยังมีประโยชน์ต่อแม่ คือ ในระยะแรกหลังคลอดจะช่วยให้มดลูกหดตัวดี ลดภาวะการตกเลือดหลังคลอด และแม่ที่ให้ออกดนมอย่างสม่ำเสมอจะช่วยกระตุ้นให้ร่างกายหลั่งฮอร์โมน Prolactin ออกมายับยั้งฮอร์โมนที่ทำให้เกิดการตกไข่เป็นการคุมกำเนิดตามธรรมชาติ เพื่อเว้นระยะของการมีลูก (Lauwers & Swisher, 2005) และช่วยให้น้ำหนักหลังคลอดของแม่ลดลงอย่างรวดเร็ว (Kramer & Kakuma, 2002) นอกจากนี้ยังช่วยลดภาวะเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งเต้านม มะเร็งเยื่อบุโพรงมดลูก มะเร็งรังไข่ และลดภาวะเสี่ยงต่อการเป็นโรคระดูกพรุนเมื่อจะเข้าสู่วัยหมดประจำเดือน (Alden, 2006) สำหรับทางด้านจิตใจการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทำให้เกิดความรักความผูกพันระหว่างแม่และลูก ทำให้แม่มีความสุขและรู้สึกภูมิใจที่ได้แสดงบทบาทการเป็นแม่อย่างสมบูรณ์ (London, et al., 2003)

จากประโยชน์ของนมแม่ดังกล่าว องค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 2002) จึงส่งเสริมให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวตั้งแต่แรกเกิดจนถึงอายุ 6 เดือน และให้นมแม่ต่อเนื่องร่วมกับ

อาหารเสริมตามวัยจนลูกอายุครบ 2 ปี ในประเทศไทยกระทรวงสาธารณสุขได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จึงได้บรรจุไว้ในนโยบายงานส่งเสริมสุขภาพแม่และเด็ก แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมฉบับที่ 4 (พ.ศ. 2520 - 2524) เป็นต้นมา และในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2554 - 2559) ได้กำหนดเป้าหมายการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวดังแต่แรกเกิดถึง 6 เดือน โดยไม่ได้รับอาหารอื่นแม้แต่น้ำเป็นร้อยละ 30 และให้นมแม่ควบคู่กับอาหารเสริมตามวัยจนกระทั่งลูกอายุ 2 ปีหรือนานกว่านั้น ตามคำแนะนำขององค์การอนามัยโลก (กรมอนามัย, 2555) จากการสำรวจขององค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ (UNICEF) ในปี พ.ศ. 2549 พบว่า ประเทศไทยมีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ร้อยละ 5.4 ทำให้ประเทศไทยเป็นประเทศที่มีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวน้อยที่สุดในภาคพื้นเอเชียและแปซิฟิก (องค์การยูนิเซฟประเทศไทย, 2549) ต่อมาได้มีการรณรงค์ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างแข็งขันและต่อเนื่องมากขึ้นทำให้อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ในปี พ.ศ. 2551 และ พ.ศ. 2552 เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 24.5 และร้อยละ 25 ตามลำดับ อย่างไรก็ตามอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวของประเทศไทยยังต่ำกว่าที่เป้าหมายกำหนดไว้ (องค์การยูนิเซฟประเทศไทย, 2553)

จากการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่ออัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวในระยะ 6 เดือนแรกในกลุ่มแม่ลูกแรกคลอดถึง 6 เดือน ในประเทศบราซิลจำนวน 220 คน พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวในระยะ 6 เดือนแรก ได้แก่ การที่แม่ไม่ได้รับการดูแลหรือคำแนะนำในระยะตั้งครรภ์ขาดทักษะและประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (Santo, et al., 2007) ทำให้แม่ส่วนใหญ่ยังไม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวได้นาน 6 เดือน นอกจากนี้ยังพบว่า แม่เกิดความไม่เข้าใจหรือไม่รู้รวมถึงการไม่มีที่ปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว ซึ่งการได้รับคำแนะนำที่ถูกต้องและรวดเร็วจะทำให้แม่มีความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ดังนั้นพยาบาลผู้ให้ความช่วยเหลือ และส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ต้องมีความรู้และทักษะเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นอย่างดี (ศิริลักษณ์ ถาวรวิริยะ, 2550) เมื่อแม่มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องแล้วจะสร้างความมั่นใจให้กับแม่ซึ่งจากการศึกษาของ จิราพร วงศ์ใหญ่ (2551) พบว่า หากแม่มีความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว และได้รับการสนับสนุนจากแพทย์ พยาบาล สามี แม่ของตนเองญาติสนิทและเพื่อนสนิทในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวมากเท่าไร แม่จะมีความตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวมากขึ้นเท่านั้น นอกจากนี้จากการศึกษาของ Blyth (2002) พบว่า ระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 สัปดาห์หลังคลอด และ 4 เดือนหลังคลอดสามารถทำนายระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

การศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีทั้งการศึกษาทั้งในเชิงปริมาณและคุณภาพ แต่ยังพบอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ลดลง เมื่อมารดากลับบ้านงานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระยะหลังคลอดที่ผ่านมายังไม่มีรูปแบบที่ชัดเจน ขาดการมีส่วนร่วมของแม่ในทุก

กระบวนการของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การใช้วงจรเดมมิ่งเป็นการจัดการอย่างมีคุณภาพ เป็นกระบวนการที่ดำเนินการต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดผลผลิตและบริการที่มีคุณภาพขึ้น ซึ่งหากทำตามวงจรอย่างตั้งใจและถูกต้องจะช่วยให้เกิดความเชื่อมั่นในการทำงาน เมื่อวงจรเดมมิ่งหมุนซ้ำจะทำให้เกิดการปรับปรุงและระดับของผลลัพธ์สูงขึ้นเรื่อย ๆ วงจรเดมมิ่งจะเน้นที่ตัวผู้ปฏิบัติการเองนั่น คือ หญิงตั้งครรภ์ให้มีความสามารถในการวางแผน นำไปปฏิบัติและมีการประเมินผลเพื่อนำมาปรับปรุง ข้อบกพร่องหรือแก้ไข้ปัญหาของตนเองได้ และเมื่อนำมาประยุกต์ใช้กับการสนับสนุนให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมตนเองได้ เพราะจะช่วยให้มารดาสามารถแก้ไข้ปัญหาด้วยตนเองได้ ซึ่งจะแตกต่างจากการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระบบการทำงานประจำ และในโปรแกรมปกติที่เป็นการให้สุศึกษาเพียงอย่างเดียว โดยไม่มีการติดตามประเมินผลเพื่อการพัฒนา ขาดความต่อเนื่องของการสนับสนุน

แต่ยังไม่มีการศึกษาที่ผ่านมาได้นำวงจรเดมมิ่งมาใช้ในการสนับสนุนให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เลย ผู้วิจัยคาดว่า การนำวงจรเดมมิ่งประยุกต์ร่วมกับการให้ความรู้มีส่วนร่วมกับมารดาเพื่อให้มีความรู้ ความสามารถในการแก้ไข้ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จะช่วยให้มารดาสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างเดียวอย่างน้อย 3 เดือนได้ นอกจากนั้นยังอาจนำวงจรเดมมิ่งไปประยุกต์กับพฤติกรรมสุขภาพอื่น ๆ ได้ต่อไป

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบความรู้และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
2. เพื่อเปรียบเทียบความรู้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการใช้วงจรเดมมิ่ง

### ความสำคัญของการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้มุ่งศึกษาผลของการใช้วงจรเดมมิ่งเพื่อสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวอย่างน้อย 3 เดือนโดยใช้วงจรเดมมิ่ง (PDCA) เข้ามาเป็นตัวขับเคลื่อนสำคัญในการดำเนินงาน ซึ่งจะช่วยสร้างความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่หญิงตั้งครรภ์ในระยะใกล้ตลอด ส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์วางแผนที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียว พร้อมทั้งการสนับสนุนช่วยเหลือให้หญิงตั้งครรภ์ลงมือปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ที่ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ และยังมีการประเมินผลการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ให้ความช่วยเหลือในการแก้ไข้ปัญหาที่เกิดขึ้นกับมารดา เพื่อให้มารดามีพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ถูกต้องและมีระยะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว

ครบ 3 เดือน ซึ่งเมื่อผ่านระยะนี้ไปได้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระยะต่อไปเป็นการง่ายสำหรับมารดา ซึ่งส่งผลให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยาวอย่างน้อย 6 เดือน สำเร็จตามนโยบายกระทรวงสาธารณสุขนอกจากนี้ผลของการศึกษา อาจเป็นประโยชน์ต่อการนำไปปรับใช้ในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพอื่น ๆ ต่อไป

### ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการใช้วงจรเดมมิ่งในการสนับสนุนให้หญิงหลังคลอดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยาวอย่างน้อย 3 เดือน

#### ขอบเขตด้านพื้นที่

โรงพยาบาลบ้านนาสาร อำเภอบ้านนาสาร จังหวัดสุราษฎร์ธานี

#### ขอบเขตด้านตัวแปร

การศึกษานี้ผู้วิจัยมุ่งศึกษาตัวแปรดังนี้

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ การประยุกต์วงจรเดมมิ่ง (PDCA) 4 ขั้นตอนดังนี้ 1) ขั้นตอนการวางแผนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 2) การปฏิบัติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 3) ประเมินผลการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ 4) การนำผลการประเมินมาปรับการปฏิบัติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ความรู้และพฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

#### ขอบเขตด้านระยะเวลา

ระยะเวลาในการศึกษาระหว่างเดือนตุลาคม 2557 - มีนาคม 2558 (6 เดือน)

#### ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

หญิงตั้งครรภ์อายุครรภ์ 36 สัปดาห์ขึ้นไป จำนวน 52 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 26 คน

### กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ประยุกต์แนวคิดวงจรเดมมิ่ง (PDCA) มาเป็นแนวทางส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว ในหญิงตั้งครรภ์ ดังภาพที่ 1

ตัวแปรอิสระ

ตัวแปรตาม



ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

### สมมติฐานการวิจัย

1. หญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลองมีความรู้และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มควบคุม
2. หญิงตั้งครรภ์ในกลุ่มทดลองมีความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หลังการใช้วงจรเดมมิงสูงกว่าก่อนใช้วงจรเดมมิง

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. หญิงหลังคลอดที่ใช้วงจรเดมมิงมีความรู้และการปฏิบัติตัวที่ถูกต้องเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้นานอย่างน้อย 3 เดือนขึ้นไป
2. หญิงหลังคลอดและทารกที่ใช้วงจรเดมมิงมีภาวะสุขภาพที่ดีจากประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

### นิยามศัพท์เฉพาะ

**วงจรเดมมิง** หมายถึง วงจรคุณภาพที่ใช้ในการพัฒนางานซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ได้นำมาประยุกต์ใช้ เพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยประกอบด้วยขั้นตอนสำคัญ 4 ขั้นตอน ได้แก่

- 1) การส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์วางแผนที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียวอย่างน้อย 3 เดือน
- 2) การสนับสนุนช่วยเหลือให้หญิงตั้งครรภ์ลงมือปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ที่ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ตามแผนที่วางไว้
- 3) ประเมินผลการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ 4) การนำผลการประเมินมาใช้ในการให้คำแนะนำช่วยเหลือ

**ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่** หมายถึง ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ได้แก่ ประโยชน์ของนมแม่ การเตรียมตัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทักษะต่าง ๆ ในการปฏิบัติก่อนให้นมบุตรของมารดาขณะให้นมหลังให้นมการบีบเก็บน้ำนมและการปั๊มนมด้วยแก้วการแก้ไขปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เช่น น้ำนมไม่เพียงพอ นมคัด หัวนมแตก เป็นต้น

**พฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่** หมายถึง พฤติกรรมของหญิงตั้งครรภ์หลังคลอด ที่เลี้ยงดูลูกด้วยการให้ลูกได้รับนมแม่อย่างเดียวตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 3 เดือน หลังคลอดโดยไม่ให้น้ำนมผสมหรือสารอาหารอื่น ๆ ยกเว้นยาที่ใช้ในการรักษาเมื่อลูกเจ็บป่วย

**การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่** หมายถึง การให้ลูกได้รับนมแม่อย่างเดียวตั้งแต่แรกเกิด โดยไม่ให้น้ำนมผสมหรือสารอาหารอื่น ๆ ยกเว้นยาที่ใช้ในการรักษาเมื่อลูกเจ็บป่วย

**หญิงตั้งครรภ์** หมายถึง หญิงตั้งครรภ์ อายุครรภ์ 36 สัปดาห์ขึ้นไปที่มาฝากครรภ์ที่โรงพยาบาลบ้านนาสาร ระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม 2557 - 31 มีนาคม 2558

**หญิงหลังคลอด** หมายถึง หญิงที่คลอดบุตร ระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม 2557 - 31 มีนาคม 2558

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี

Copyright© Suratthani Rajabhat University

All Right Reserved