

ผลงานประกอบการพิจารณาประเมินบุคคล
เพื่อแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งประเภทวิชาชีพเฉพาะ

ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพ 7 วช. (ด้านการพยาบาล)

เรื่อง ที่เสนอให้ประเมิน

1. ผลงานที่เป็นผลการดำเนินงานที่ผ่านมา
เรื่อง โครงการการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทางโทรศัพท์
2. ข้อเสนอ แนวคิด วิธีการเพื่อพัฒนางานหรือปรับปรุงงานให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น
เรื่อง คู่มือการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

เสนอโดย

นางพรพิมล วงศ์สว่างศิริ

ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพ 6 ว (ด้านการพยาบาล)

(ตำแหน่งเลขที่ รพก. 341)

ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลกลาง

ผู้อำนวยการแพทย์

ผลงานที่เป็นผลการดำเนินงานที่ผ่านมา

1. ชื่อผลงาน : โครงการการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทางโทรศัพท์

2. ช่วงระยะเวลาที่ทำผลงาน : ระยะเวลา 5 เดือน ตั้งแต่วันที่ 1 กรกฎาคม ถึง 30 พฤศจิกายน พ.ศ. 2549

3. ความรู้ทางวิชาการหรือแนวคิดที่ใช้ในการดำเนินการ :

การดำเนินโครงการการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทางโทรศัพท์ ได้ศึกษาเอกสารทางวิชาการและแนวคิดพื้นฐานในการดำเนินการ เกี่ยวกับ

1. ความรู้เกี่ยวกับโครงสร้างของเต้านม กลไกการสร้างและการหลั่งน้ำนม ประโยชน์ของนมแม่ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เทคนิคการดูดนม ทำในการให้นมแม่ การบีบน้ำนมจากเต้าด้วยมือ วิธีเก็บน้ำนมแม่ การป้อนนมด้วยถ้วย การให้นมลูกเมื่อไปทำงาน (กรุงเทพมหานคร, 2549)

2. หลักการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับ วัตถุประสงค์ ข้อเสนอแนะในการเป็นผู้ให้คำปรึกษา ลักษณะบุคลิกภาพของผู้ให้คำปรึกษา จรรยาบรรณผู้ให้การปรึกษา ขั้นตอนการให้คำปรึกษา หลักการให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์ การให้คำปรึกษาหมายถึงกระบวนการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล อาศัยการสื่อสารแบบสองทางระหว่างบุคคลหนึ่งในฐานะผู้ให้คำปรึกษาซึ่งทำหน้าที่เอื้ออำนวยให้อีกฝ่ายหนึ่งซึ่งเป็นผู้รับการปรึกษา ได้สำรวจและทำความเข้าใจถึงสิ่งที่ปัญหาและแสวงหาหนทางแก้ปัญหาเหล่านั้นได้ด้วยตนเอง (จิน, 2537, 1)

3. บทบาทหน้าที่ของผู้ให้การปรึกษาดูแลลูกด้วยนมแม่ทางโทรศัพท์

1. ให้ข้อมูลที่ถูกต้องเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่แม่และครอบครัว เพื่อประกอบการตัดสินใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2. ให้ความรู้ การปรึกษา และสนับสนุนเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ให้แก่แม่และครอบครัว

3. ให้ความช่วยเหลือแม่ให้ประสบความสำเร็จในการให้นมลูกตั้งแต่วินาทีแรก และเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ยาวนาน รวมทั้งแก้ไขปัญหายุ่งยากที่เกิดขึ้นในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

4. สรุปสาระสำคัญของเรื่องและขั้นตอนการดำเนินการ :

นมมารดาเป็นอาหารที่มีคุณค่าอย่างยิ่งสำหรับทารกแรกเกิดทุกคน เด็กทารกที่ได้รับนมมารดาตั้งแต่แรกเกิดจะเป็นเด็กที่มีสุขภาพกายและสุขภาพใจที่สมบูรณ์ ปัจจุบันมีการรณรงค์ให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่าง

เดียนาน 6 เดือน เพราะนมแม่มีสารอาหารครบถ้วนเหมาะสมกับลูก มีภูมิคุ้มกันโรค ส่งเสริมความรัก ความผูกพันระหว่างแม่-ลูก ประหยัดค่าใช้จ่าย และสามารถช่วยคุณแม่กำเนิดได้

น้ำนมแม่เป็นอาหารที่ดี และเหมาะสมที่สุดสำหรับทารกตั้งแต่แรกเกิดถึง 2 ปี เพราะมีสารอาหาร ครบถ้วนต่อการเจริญเติบโตของร่างกาย และสมอง ซึ่งไม่มีอาหารอื่นใดมาทดแทนหรือเทียบเท่าได้ นมแม่ ย่อยง่าย ประกอบด้วยภูมิคุ้มกันโรค ลดโอกาสเจ็บป่วยของลูก ลดโอกาสเกิดโรครุมิแพ้ในลูก ช่วยส่งเสริม พัฒนาการในด้านสติปัญญา จิตใจ และอารมณ์ของลูก นอกจากนี้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ยังมีประโยชน์ต่อแม่ คือช่วยลดการเกิดมะเร็งเต้านม มะเร็งรังไข่ ลดโอกาสเสียชีวิตหลังคลอด น้ำหนักแม่ลดลงสู่ปกติได้เร็ว ลด โอกาสเป็นโรคกระดูกผุ เป็นวิธีการคุมกำเนิดแบบธรรมชาติ และเป็นผลดีต่อจิตใจแม่ทำให้เกิดความรู้สึก ภูมิใจ และรู้สึกถึงความสำเร็จในความสามารถที่จะเลี้ยงลูกด้วยตนเอง การที่ลูกจะได้รับประโยชน์สูงสุดจาก การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นั้น องค์การอนามัยโลกแนะนำไว้เมื่อปี พ.ศ. 2544 ให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนเต็ม จึงเริ่มป้อนอาหารอื่นและน้ำ พร้อมกินนมแม่ควบคู่ไปด้วยจนลูกอายุ 2 ปี หรือนานกว่านั้น (World Health Organization, 2002)

โรงพยาบาลกลางเป็นโรงพยาบาลในสังกัดสำนักงานแพทย์ กรุงเทพมหานคร ให้บริการผู้ป่วยใน ระดับตติยภูมิ ๖2549 มีผู้มารับบริการทั้งผู้ป่วยในและผู้ป่วยนอกทั้งสิ้น 457,587 ราย ในจำนวนดังกล่าวเป็น มารดาที่มารับบริการด้านสูติกรรมหลังคลอดจำนวน 1,760 ราย จากการติดตามมารดาในหอผู้ป่วยสูติกรรม หลังคลอดและหอพยาบาลทารกแรกเกิด พบว่าปัญหาในการส่งเสริมให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ยังมีอุปสรรค หลายประการ สำหรับปัญหาที่พบบ่อยในกรณีที่มีมารดาไม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมตนเองขณะอยู่โรงพยาบาล มักเป็นเรื่องของน้ำนมไม่เพียงพอ มารดาไม่มั่นใจในการให้นมบุตร เจ็บแผลภายหลังคลอด และมารดาครรภ์ แรก ซึ่งบุคลากรในทีมสุขภาพสามารถช่วยเหลือให้คำแนะนำ และแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นแก่มารดาในระหว่าง ที่อยู่โรงพยาบาล ผู้ศึกษาติดตามมารดาหลังคลอด 1 เดือนที่มารับบริการตรวจหลังคลอดและพบบุตรมารับ วัคซีน พบว่ามารดาที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีเหตุปัจจัยหลายประการ เช่น น้ำนมมี น้อย เต้านมคัด ขาดความมั่นใจ ไม่สะดวกต่อการให้นมเนื่องจากประกอบอาชีพนอกบ้าน ปัญหาด้านลูก เช่น บุตรมีน้ำหนักน้อย ไม่ดูดนมแม่ต้องการดูดจากขวด และร้องกวน มารดาเห็นลูกคนอื่นกินนมผสมแล้วกลับ สบายไม่กวน น้ำหนักขึ้นเร็ว ญาติผู้ใหญ่หรือเพื่อน แนะนำให้นมผสมแก่ลูก ถูกตำหนิว่าเลี้ยงลูกไม่ดี รู้สึก เหนื่อยเกินไป สถานการณ์ดังกล่าวทำให้มารดาต้องเผชิญกับความเครียด ความทุกข์ใจ ประกอบกับมีการ เปลี่ยนแปลงฮอร์โมนภายหลังคลอด ทำให้มารดามีอารมณ์ซึมเศร้า โดยไม่มีผู้ใดเปิดโอกาสให้มารดาได้ ระบายความรู้สึกและปัญหาของแม่เอง เป็นผลให้มารดายุติการเลี้ยงลูกด้วยนมตนเอง

สำหรับโรงพยาบาลกลางจากการติดตามพฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของทารกที่คลอดใน โรงพยาบาลกลางและมารับบริการที่คลินิกสุขภาพเด็กดี ในปี พ.ศ. 2548 พบว่ามารดาที่ให้นมแม่อย่างเดียว

จนทารกอายุ 6 เดือนมีจำนวนร้อยละ 3 มารดาที่เลี้ยงลูกด้วยนมตนเองร่วมกับนมผสมร้อยละ 64.2 และเลี้ยงลูกด้วยนมผสมอย่างเดียวร้อยละ 32.8

กรุงเทพมหานครมีนโยบายให้โรงพยาบาลในสังกัดกรุงเทพมหานครทุกแห่งจัดตั้งคลินิกนมแม่ เพื่อช่วยเหลือ คุณแม่มารดาหลังคลอดให้สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างน้อย 6 เดือน โรงพยาบาลกลางจึงได้จัดตั้งคลินิกนมแม่ ตั้งแต่วันที่ 1 พฤษภาคม พ.ศ. 2549 การดำเนินงานของคลินิกนมแม่ ได้ดำเนินการดูแลมารดาที่คลอดบุตรในโรงพยาบาลกลางทุกรายให้เลี้ยงลูกด้วยนมตนเอง โดยมารดาที่ประสบปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้รับบริการการศึกษาเป็นรายบุคคล และทำการสอนเป็นกลุ่มเพื่อสร้างแรงจูงใจและให้ความเชื่อมั่นในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จากการให้บริการดังกล่าวพบว่ามีมารดาหลังคลอดจำนวนไม่น้อยเมื่อกลับบ้านไปแล้วยังประสบปัญหาไม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมตนเองได้ มารดาหลายรายมีความมุ่งมั่นในการเลี้ยงลูกด้วยนมตนเอง ได้เดินทางมาขอปรึกษาที่คลินิกนมแม่ จึงได้จัดบริการให้การปรึกษาทางโทรศัพท์เพื่อช่วยเหลือให้มารดาผ่านพ้นอุปสรรค สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมตนเองได้เป็นเวลานาน 6 เดือนเป็นอย่างน้อย ซึ่งถือว่าเป็นการตอบสนองต่อนโยบายกรุงเทพมหานคร ลดภาระทางด้านเศรษฐกิจ และเป็นการส่งเสริมความสัมพันธ์ ของแม่และลูกที่นับว่าเป็นเป้าหมายอันสำคัญยิ่ง ซึ่งการศึกษาครั้งนี้มีขั้นตอนในการดำเนินงานดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเตรียมการ ใช้เวลา 1 เดือน (1 กรกฎาคม ถึง 31 กรกฎาคม 2549) มีกรดำเนินงานคือ

1. เตรียมความพร้อมของผู้ให้บริการโดยทบทวนหลักการให้คำปรึกษา ตามที่เข้าอบรมทักษะการปรึกษาเบื้องต้น เมื่อวันที่ 17-18 พฤศจิกายน พ.ศ. 2548 และทบทวนความรู้ทางวิชาการเกี่ยวกับ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และปัญหาเกี่ยวกับการให้นมแม่เพื่อเตรียมเนื้อหาที่สำคัญในการให้การปรึกษาแก่มารดาที่มีปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2. สร้างแบบบันทึก การให้คำปรึกษาเกี่ยวกับปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพื่อใช้ในการบันทึกข้อมูลที่ได้จากการปรึกษา ปัญหาของผู้รับบริการปรึกษา และบริการปรึกษาที่ให้แก่ผู้รับบริการปรึกษา ดังเอกสารในภาคผนวก โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่านประกอบด้วยแพทย์ทางด้านสูติกรรม 1 ท่าน พยาบาลวิชาชีพ ด้านกุมาร 1 ท่าน และอาจารย์พยาบาล 1 ท่าน เพื่อตรวจสอบความสมบูรณ์ของเนื้อหา และแก้ไขปรับปรุงตามข้อเสนอแนะ

3. ทำหนังสือแจ้งการดำเนินงาน โครงการการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทางโทรศัพท์ กับผู้บังคับบัญชาด้านการพยาบาลกลุ่มงานสูติกรรม และกลุ่มงานกุมารเวชกรรม

4. ให้ข้อมูลและชี้แจงแก่พยาบาลในหอผู้ป่วยสูติกรรมสามัญ และหอผู้ป่วยสูติกรรมพิเศษ โรงพยาบาลกลาง เกี่ยวกับการดำเนินโครงการการเปิดให้มีการให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์แก่มารดาที่มีปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพื่อขอความร่วมมือในการให้ข้อมูลเกี่ยวกับเบอร์โทรศัพท์ที่สามารถติดต่อได้เมื่อมีปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

5. จัดให้มีการเผยแพร่เบอร์โทรศัพท์แก่บุคคลทั่วไปที่ไม่ได้ลอคดบุตรในโรงพยาบาลกลาง โดยการขอความร่วมมือจากญาติแพทย์ และกุมารแพทย์ ในการเผยแพร่เบอร์โทรศัพท์ลงนิตยสาร สื่อโทรทัศน์ Internet (www.nommae.org) และวิทยุ เพื่อเปิดโอกาสให้บุคคลทั่วไปที่มีปัญหาในการให้นมแม่ สามารถโทรศัพท์มาปรึกษาปัญหาได้

ขั้นตอนที่ 2 **ขั้นตอนดำเนินการใช้เวลา 3 เดือน 15 วัน (1 สิงหาคม ถึง 15 พฤศจิกายน 2549)** มีการดำเนินงาน คือ

1. เยี่ยมมารดาหลังคลอด สอนมารดาในการให้นมบุตรเป็นรายบุคคลในวันราชการวันละ 2 ครั้ง เวลา 8.00 น. และ 15.00 น. เกี่ยวกับประโยชน์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ภายวิภาคและสรีรวิทยาของเต้านม กลไกการสร้างและหลั่งน้ำนม ทำอู๋มให้นม วิธีจับเต้านมเพื่อให้นมลูก และแก้ปัญหาการให้นมที่อาจเกิดขึ้น เช่น หัวนมสั้น หัวนมแตก เต้านมคัด เป็นต้น

2. ให้การปรึกษาทางโทรศัพท์แก่มารดาที่มีปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ภายหลังมารดาออกจากโรงพยาบาลเช่น หัวนมแตก เต้านมคัด น้ำนมแม่ลดลง การบีบและเก็บน้ำนม เป็นต้น

3. ให้ความรู้แก่มารดาเกี่ยวกับการให้นมแม่ ที่มารับบริการตรวจหลังคลอด 1 เดือน ที่ห้องฝากครรภ์ ทุกวันพุธ เวลา 14.00 น. เกี่ยวกับการให้นมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน อาหารตามวัยของลูก การบีบเก็บน้ำนม และการให้นมลูกเมื่อแม่กลับไปทำงาน

4. บันทึกข้อมูลลงในแบบบันทึกการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทางโทรศัพท์

5. มารดาที่ต้องการรายละเอียดเพิ่มเติมมากกว่าการให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์ สามารถมาขอข้อมูลหรือมาปรึกษาด้วยตนเองที่คลินิกนมแม่

ขั้นตอนที่ 3 **ขั้นประเมินผลใช้เวลา 15 วัน (16 ถึง 30 พฤศจิกายน 2549)**

1. รวบรวมจำนวนผู้รับการปรึกษาทั้งหมดที่ได้รับการแก้ปัญหาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ตั้งแต่ วันที่ 1 สิงหาคม ถึงวันที่ 15 พฤศจิกายน พ.ศ. 2549 เป็นจำนวน 40 ราย

2. นำแบบบันทึก มารวบรวมข้อมูลจัดเป็นหมวดหมู่ วิเคราะห์เนื้อหา และคิดค่าคะแนนโดยใช้ค่าสถิติ ความถี่ ร้อยละ

3. ประเมินผลจากการโทรศัพท์เยี่ยมมารดาหลังได้รับคำปรึกษา 1 สัปดาห์ และภายหลัง 1 เดือน มารดาสามารถนำไปปฏิบัติ แก้ไขปัญหาได้ และเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวต่อเนื่องได้สำเร็จ

4. สรุปผลการดำเนินการ รวบรวมปัญหาและอุปสรรค

5. ผู้ร่วมดำเนินการ:

ไม่มี

6. ส่วนของงานที่ผู้เสนอเป็นผู้ปฏิบัติ :

ผู้เสนอเป็นผู้ปฏิบัติทั้งหมดทุกขั้นตอน ร้อยละ 100

7. ผลสำเร็จของงาน :

ในการดำเนินการให้การปรึกษาแก่มารดาที่มีปัญหาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ตั้งแต่วันที่ 1 สิงหาคม ถึง 15 พฤศจิกายน พ.ศ. 2549 จำนวน 40 ราย สรุปผลการดำเนินงานในรูปตารางและบรรยายสรุป

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ตารางที่ 1 แสดงความถี่ร้อยละของข้อมูลทั่วไปในด้านแหล่งข้อมูลที่มาตราได้รับทราบบริการที่โรงพยาบาล จัดให้อายุของบุตร และประวัติการให้นมบุตร

	จำนวน	ร้อยละ
แหล่งข้อมูลที่มาตราได้รับเบอร์โทรศัพท์		
- หน่วยงานในโรงพยาบาลกลาง	10	25
- นิติศาสตร์รักลูก	8	20
- ศูนย์นมแม่	7	17.5
- Internet	4	10
- รายการโทรทัศน์	3	7.5
- เพื่อนแนะนำ	3	7.5
- โรงพยาบาลอื่น	2	5
- ไม่ระบุ	3	7.5
รวม	40	100
อายุของลูกที่แม่ต้องการได้รับการปรึกษา		
- แรกเกิด - 6 เดือน	24	60
- 6 เดือน 1 วัน - 12 เดือน	10	25
- 12 เดือน 1 วัน - 18 เดือน	5	12.5
- กำลังตั้งครรภ์	1	2.5
รวม	40	100
ประวัติการให้นมลูกในปัจจุบัน		
- ให้นมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน	4	10
- ให้นมแม่ผสมอย่างอื่น	36	90
รวม	40	100

จากตารางที่ 1 พบว่าแหล่งข้อมูลที่มีมารดาได้รับทราบบริการการปรึกษาทางโทรศัพท์ในเรื่องปัญหาการให้นมบุตรของคลินิกนมแม่มากที่สุดคือ จากหน่วยงานในโรงพยาบาลกลาง 10 ราย คิดเป็นร้อยละ 25 จากนิตยสารรักลูก 8 ราย คิดเป็นร้อยละ 20 ศูนย์นมแม่ 7 ราย คิดเป็นร้อยละ 17.5 Internet 4 รายคิดเป็นร้อยละ 10 โทรทัศน์ช่อง 5 รายการ Healthy on tour 3 รายคิดเป็นร้อยละ 7.5 เพื่อนแนะนำ 3 ราย คิดเป็นร้อยละ 7.5 โรงพยาบาลพญาไท 1 ราย โรงพยาบาลตำรวจ 1 รายคิดเป็นร้อยละ 5 และไม่ระบุ 3 ราย คิดเป็นร้อยละ 7.5

มารดาที่ใช้บริการการปรึกษาทางโทรศัพท์ที่มีบุตรในช่วง 6 เดือน มีจำนวน 39 รายคิดเป็นร้อยละ 97.5 และมีมารดาที่กำลังตั้งครรภ์ 1 ราย คิดเป็นร้อยละ 2.5

ส่วนที่ 2 สภาพปัญหาของมารดาที่มาขอรับการปรึกษา

ตารางที่ 2 แสดงความถี่ร้อยละของสภาพปัญหาของมารดาที่มาขอรับบริการการปรึกษาทางโทรศัพท์

ปัญหาของมารดาที่รับคำปรึกษา	จำนวน (ราย)	จำนวนครั้งที่โทรมาปรึกษา (ครั้ง)	หลังรับคำปรึกษา มาพบที่คลินิกนมแม่ (ราย)	ประเมินผลหลังรับคำปรึกษา 1 เดือน		
				นมแม่อย่างเดียว (ราย)	นมแม่และอาหารอื่น (ราย)	นมผสม (ราย)
แม่เตรียมตัวกลับไปทำงาน 15 ราย						
- ไม่ทราบวิธีบีบและเก็บนํ้านม	6	1-2	1	2	4	-
- ลูกดูดนมแม่จากเต้าไม่ยอมดูดนมแม่จากขวด	5	1-2	-	2	2	1
- การนํ้านมแม่ที่แช่แข็งไว้ออกมาใช้	2	1	-	1	1	-
- นํ้านมแม่ที่แช่แข็งมีกลิ่น	2	1	-	1	1	-
รวม	15					
นํ้านมแม่ลดน้อยลง 11 ราย						
ให้นมแม่ร่วมกับนมผสม	6	1-3	2	1	4	1
- นํ้านมแม่ลดลงจะเพิ่มการสร้างนํ้านมอย่างไร	5	1	-	2	2	1
รวม	11					

ตารางที่ 2 แสดงความถี่ร้อยละของสภาพปัญหาของมารดาที่มาขอรับบริการการปรึกษาทางโทรศัพท์ (ต่อ)

ปัญหาของมารดาที่รับ คำปรึกษา	จำนวน (ราย)	จำนวนครั้งที่ โทรมา ปรึกษา (ครั้ง)	หลังรับ คำปรึกษา มาพบที่ คลินิกนม แม่ (ราย)	ประเมินผลหลังรับคำปรึกษา 1 เดือน		
				นมแม่อย่าง เดียว (ราย)	นมแม่ และ อาหารอื่น (ราย)	นมผสม (ราย)
เต้านมคัด 4 ราย						
- ลูกดูดนมไม่ถูกวิธี	3	1-2	1	1	1	1
-แม่เป็นหวัดไม่ให้ลูกดูด นม	1	1	-	-	1	-
รวม	4					
ลูกดูดนมแม่ข้างเดียว 5 ราย						
-แม่ถนัดในการให้นมแม่ ข้างเดียว	3	1-2	1	1	2	-
-น้ำนม 2 ข้างไหลไม่ เท่ากัน	2	1-2	-	-	1	1
รวม	5					
ได้รับนมแม่แล้วถ่ายบ่อย 3 ราย						
-ไม่ทราบข้อมูลว่าทานนม แม่แล้วถ่ายบ่อย	3	1	-	1	2	-
รวม	3					
หัวนมแตก 1 ราย						
- ลูกดูดนมไม่ถูกวิธี	1	1	-	-	1	-
รวม	1					
มารดาตั้งครรภ์มีปัญหา หัวนมตัน 1 ราย	1	1	1	-	1	-
รวม	40		6	12	23	5

จากตารางพบว่าปัญหาที่มารดาต้องการได้รับการปรึกษาเป็นปัญหาเกี่ยวกับการเตรียมตัวแม่เพื่อกลับไปทำงาน 15 ราย คิดเป็นร้อยละ 37.5 น้่านมแม่ลดลง 11 ราย คิดเป็นร้อยละ 27.5 เต้านมคัด 4 ราย คิดเป็นร้อยละ 10 ลูกคนมข้างเดียว 5 ราย คิดเป็นร้อยละ 12.5 ได้รับนมแม่แล้วถ่ายบ่อย 3 รายคิดเป็นร้อยละ 7.5 หัวนมแตก 1 ราย คิดเป็นร้อยละ 2.5 ปัญหาที่หญิงตั้งครรภ์ต้องการปรึกษา 1 ราย เป็นปัญหาเกี่ยวกับหัวนมสั้น คิดเป็นร้อยละ 2.5

มารดาโทรศัพท์มาปรึกษา 1-3 ครั้ง ต่อ 1 ราย หลังได้รับคำปรึกษาทางโทรศัพท์ มาพบที่คลินิกนมแม่จำนวน 6 ราย จากการติดตามผลการให้คำปรึกษา 1 เดือน พบว่ามีลูกกินนมแม่อย่างเดียว 12 ราย คิดเป็นร้อยละ 30 ลูกกินนมแม่และอาหารอื่น 23 ราย คิดเป็นร้อยละ 57.5 และลูกกินนมผสมอย่างเดียว 5 ราย คิดเป็นร้อยละ 12.5

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของผลการประเมินการให้คำปรึกษาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทางโทรศัพท์ จำแนกตามความรู้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นรายข้อ (n=40)

หัวข้อ	การให้คำปรึกษาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	ผลการประเมิน			
		เข้าใจ		ไม่เข้าใจ	
		จำนวน (ราย)	ร้อยละ	จำนวน (ราย)	ร้อยละ
1	ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	35	87.5	5	12.5
2	คุณค่าของสารอาหารในนมแม่	33	82.5	7	17.5
3	กลไกการสร้างและหลั่งน้ำนม	29	72.5	11	27.5
4	การให้ลูกคนมบ่อย	28	70	12	30
5	การให้ลูกคนมถูกวิธี	26	65	14	35
6	การป้องกันหัวนมแตก เต้านมคัด	29	72.5	11	27.5
7	การเพิ่มการสร้างน้ำนม	27	67.5	13	32.5
8	การบีบและเก็บน้ำนม	23	57.5	17	42.5
9	การให้นมเมื่อแม่กลับไปทำงาน	21	52.5	19	47.5
10	อาหารแม่ระยะให้นมลูก	32	80	8	20
11	น้ำหนักของลูก	28	70	12	30
12	การขับถ่ายปัสสาวะและอุจจาระของลูก	26	65	14	35
13	การนอนของลูก	29	72.5	11	27.5
14	อาหารตามวัยของลูก	26	65	14	35
15	พัฒนาการของลูก	28	70	12	30

จากตารางพบว่าภายหลังการให้คำปรึกษา 1 เดือนมารดามีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับนมแม่ในเรื่องประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 87.5 รองลงมาเป็นคุณค่าของสารอาหารในนมแม่ คิดเป็นร้อยละ 82.5 กลไกการสร้างและหลั่งน้ำนม คิดเป็นร้อยละ 72.5 การป้องกันหัวนมแตก เต้านมคัด คิดเป็นร้อยละ 72.5 และการนอนของลูก คิดเป็นร้อยละ 72.5 ตามลำดับ

มารดาขาดความรู้ความเข้าใจในเรื่องการให้นมเมื่อแม่กลับไปทำงาน คิดเป็นร้อยละ 47.5 รองลงมาการบีบและเก็บน้ำนมคิดเป็นร้อยละ 42.5 การขับถ่ายปัสสาวะและอุจจาระของลูกคิดเป็นร้อยละ 35 และอาหารตามวัยของลูก คิดเป็นร้อยละ 35

สรุปผลการติดตามการให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์

ในการให้บริการการปรึกษาทางโทรศัพท์ ผู้ศึกษาได้ทำการสำรวจติดตามผู้มารับบริการ โดยการใช้โทรศัพท์เยี่ยมมารดาหลังจากได้รับคำปรึกษา 1 สัปดาห์ และภายหลัง 1 เดือน จากการติดตามพบว่าหลังจากได้รับการปรึกษาแล้ว มารดาสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี๋ยวยต่อเนื่องได้ สำเร็จจำนวน 12 ราย คิดเป็นร้อยละ 30 ในมารดาในกลุ่มนี้พบว่าทัศนคติต่อการให้นมบุตรด้วยนมมารดาอยู่ในระดับดี ประกอบกับบุคคลในครอบครัวให้กำลังใจ และสนับสนุนมารดาในการให้นมบุตร สำหรับมารดาจำนวน 28 ราย คิดเป็นร้อยละ 70 ไม่สามารถให้นมบุตรต่อได้ สาเหตุที่มารดาไม่สามารถให้นมตนเองอย่างต่อเนื่องได้ เนื่องจากมารดาปฏิเสธการเก็บนมโดยบอกว่าเป็นความยุ่งยาก กลัวนมจะเสีย จะมีผลต่อบุตรทำให้ท้องเสีย มารดาประกอบอาชีพนอกบ้าน ไม่มีสถานที่และอุปกรณ์สำหรับบีบเก็บน้ำนมในที่ทำงาน ไม่มีเวลาบีบเก็บน้ำนมทำให้น้ำมน้อยลง กลัวลูกได้น้ำนมไม่เพียงพอ จึงให้นมผสมเสริมทำให้ลูกไม่ดูดนมแม่เป็นต้น

8. การนำไปใช้ประโยชน์ :

1. มารดาสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ถูกต้อง
2. การให้บริการมารดาหลังคลอดมีคุณภาพ
3. เป็นแนวทางในการดำเนินงานเพื่อขยายผลต่อไป

9. ความยุ่งยาก ปัญหา และอุปสรรคในการดำเนินการ :

1. บุคลากรในการให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์ที่มีเพียงผู้เดียว การให้คำปรึกษาในแต่ละครั้งใช้เวลานานกว่า 20 นาทีทำให้บริการไม่ทั่วถึง บางครั้งผู้รับคำปรึกษาต้องคอยนาน
2. การบริการได้เฉพาะเวลาราชการเท่านั้น ทำให้เมื่อผู้รับคำปรึกษามีปัญหามองเวลาราชการต้องรอเวลา หรือต้องหาแหล่งช่วยเหลืออื่นๆ
3. ไม่สามารถติดตามได้เนื่องจากมารดาที่รับคำปรึกษาเปลี่ยนหมายเลขโทรศัพท์หรือย้ายที่อยู่

10. ข้อเสนอแนะ :

1. การให้คำปรึกษาผู้ป่วยแต่ละรายมีรายละเอียดในการให้คำปรึกษาค่อนข้างมากบางครั้งให้คำแนะนำได้ไม่ครบถ้วน จึงควรมีการจัดทำคู่มือการให้คำแนะนำในแต่ละเรื่องเพื่อช่วยให้ผู้ให้คำปรึกษาให้ข้อมูลแก่แม่ได้ถูกต้องและตรงประเด็นมากที่สุด
2. การให้คำปรึกษาโดยคลินิกนมแม่จะให้บริการในเวลาราชการเท่านั้นจึงอาจเพิ่มเบอร์โทรศัพท์ที่สามารถติดต่อได้ในช่วงนอกเวลาทำการคือหอผู้ป่วยสูติกรรมสามัญ หอผู้ป่วยสูติกรรมพิเศษ และหออภิบาลทารกแรกเกิด จัดทำคู่มือการให้คำแนะนำการแก้ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
3. สนับสนุนให้บุคลากรมีความสามารถ หรือผ่านการอบรมเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาเรื่องนมแม่ทางโทรศัพท์

ขอรับรองว่าผลงานดังกล่าวข้างต้นเป็นความจริงทุกประการและได้ดำเนินการปรับปรุงแก้ไขเป็นไปตามคำแนะนำของคณะกรรมการ

ลงชื่อ..... นพ.พิมล วงศ์สว่างศิริ

(นางพรพิมล วงศ์สว่างศิริ)

(ตำแหน่ง) พยาบาลวิชาชีพ 6 ว (ด้านการพยาบาล)

(วันที่).....4 ก.พ. 2551.....

ได้ตรวจสอบแล้วขอรับรองว่าผลงานดังกล่าวข้างต้นถูกต้องตรงกับความเป็นจริงทุกประการ

(ลงชื่อ)..... นว. วิไล วิทนะโยธิน

(นางวิไล วิทนะโยธิน)

(ตำแหน่ง) พยาบาลวิชาชีพ 8 วช. (ด้านการพยาบาล)

รักษาการในตำแหน่งหัวหน้าพยาบาล

ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลกลาง

(วันที่).....7 ก.พ. 2551.....

(ลงชื่อ)..... นายสามารถ ต้นอริยกุล

นายสามารถ ต้นอริยกุล)

(ตำแหน่ง) ผู้อำนวยการโรงพยาบาลกลาง

(วันที่).....8 ก.พ. 2551.....

หมายเหตุ ผู้บังคับบัญชาที่ควบคุมดูแลการปฏิบัติงาน

ได้เกษียณอายุราชการในวันที่ 30 กันยายน พ.ศ. 2550

อ้างอิง

- กุสุมา ชูศิลป์, วรรณิการ์ บางสาขน้อย, และศิริพัฒนา ศิริชนารัตนกุล. บรรณาธิการ. **เลี้ยงลูกด้วยนมแม่**. กรุงเทพมหานคร:แปลน พับลิชชิ่ง จำกัด. 2547.
- กรุงเทพมหานคร. **สายใยรักแห่งครอบครัว**. 2549.
- จิน แบร์รี่. **คู่มือการฝึกทักษะการให้การปรึกษา**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2537.
- จิตรัตน์ วงศ์วิสุทธิ. **ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และแนวทางแก้ไข**. Available online at: http://www.nommae.org/autopage/show_page.php?t=38&s_id=57&d_id=57 (accessed 4 July 2006)
- พงษ์พันธ์ พงษ์โสภณ. **ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา**. กรุงเทพมหานคร: พัฒนาศึกษา, 2544.
- มาโนชญ์ ติโทชวลิต นพ. พนมทวน ชูแสงทองนพ. ยิ่งรัตน์ ตันตริงสี. **คู่มือการให้คำปรึกษาแนะนำทางหนึ่ง**. กรุงเทพมหานคร : พี.เอ.ดีฟวิง จำกัด 2540
- วิชัย เทียนถาวร. **สถานการณ์การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ของประเทศไทย ปี 2547** เอกสารประกอบการบรรยายในการประชุม “ฐานรากการสร้างคนรุ่นใหม่เพื่อชาติ”.
- วิณา เทียงธรรม, วันเพ็ญ สอนศิลป์, และพรณี อุ่นอม. **การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในกรุงเทพมหานคร: การศึกษาเชิงคุณภาพ**. เอกสารประกอบการประชุมวิชาการนมแม่แห่งชาติครั้งที่ 1 เรื่องนมแม่....ทุนสมอง. วันที่ 14-16 ธันวาคม 2548. กรุงเทพมหานคร.
- สำหรั จิตตินันท์, วีระพงษ์ ฉัตรานนท์, และศิริภรณ์ สวัสดิ์วร. บรรณาธิการ. **เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ความรู้สู่การปฏิบัติ**. กรุงเทพมหานคร: กรุงเทพเวชการ. 2546.
- ไสววรรณ ใฝ่ประเสริฐ, กรวิภา ภู่งศ์พันธ์กุล, วิราวรรณ วัชรขจร, และวิราวรรณ โพธิ์งาม. **การศึกษาประสิทธิผล ของการบูรณาการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ต่ออัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ นครสวรรค์**. วารสารการส่งเสริมสุขภาพ และอนามัยสิ่งแวดล้อม. ปีที่ 28. ฉบับที่ 4 เดือนตุลาคม.
- World health Organization. **Infant and Child Nutrition. Global Grategy on Infant and Young Child Feeding**. 55th World Health Assembly, Geneva, 16 April 2002. Available online at: <http://www.who.int/g/EBWHA/PDF/WHA455/EA5515.pdf>. (accessed 4 July 2006)

**ข้อเสนอ แนวคิด วิธีการเพื่อพัฒนางานหรือปรับปรุงงานให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น
ของนางพรพิมล วงศ์สว่างศิริ**

เพื่อประกอบการแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพ 7 วช. (ด้านการพยาบาล)

ตำแหน่งเลขที่ รพท. 341 สังกัดฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลกลาง สำนักงานแพทย์ กรุงเทพมหานคร
เรื่อง คู่่มือการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

หลักการและเหตุผล

การเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาแม่จะเป็นเรื่องธรรมชาติมนุษย์ที่โดยทั่วไปแล้วมารดาหลังคลอดบุตร ควรที่จะมีน้ำนมเพียงพอในการเลี้ยงทารก ในทารกแฝดหลายรายก็ปรากฏแล้วว่ามารดามีน้ำนมเพียงพอในการเลี้ยงดูทารกแฝด 1 คู่ หากมารดามีสุขภาพกาย สุขภาพใจที่สมบูรณ์ ตลอดทั้งมารดาที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมตนเอง จะมีความภาคภูมิใจ มีความสุขในการที่ได้เป็นผู้เลี้ยงลูก และโอบอุ้มทารกไว้ ขณะให้น้ำนม ทารกเองก็จะเจริญเติบโตเป็นเด็กที่มีความสมบูรณ์ของสุขภาพกายใจ ความสำเร็จในการเลี้ยงทารกด้วยนมตนเองนั้นไม่ได้ประสบความสำเร็จทุกราย มีมารดาจำนวนไม่น้อย ที่ไม่สามารถเลี้ยงบุตรด้วยนมตนเอง ด้วยปัญหาอุปสรรค ทั้งมารดาและทารก

จากการติดตามมารดาหลังคลอดในโรงพยาบาลกลาง และจากการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทางโทรศัพท์ พบว่ามารดาไม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมตนเองประสบความสำเร็จทุกอย่างยิ่ง เพราะต้องการจะเลี้ยงลูกด้วยนมตนเองแต่เลี้ยงไม่ได้ สาเหตุที่พบบ่อยได้แก่ การที่มารดาให้นมบุตรไม่ถูกวิธี มารดามีความเครียด ความวิตกกังวล มารดามีน้ำมน้อย หัวนมมารดาแตก เต้านมคัด การบีบและเก็บน้ำนมไม่ถูกวิธี สาเหตุด้านลูก การที่ลูกอมหัวนมไม่ลึกพอ ลูกดูดนมมารดาไม่เป็น เด็กตัวเล็ก ปัญหาทั้งมารดา และทารก มีผลต่อการสร้างน้ำนมของมารดา การช่วยเหลือและส่งเสริมให้มารดาเลี้ยงบุตรด้วยนมตนเอง จึงเป็นภารกิจสำคัญของบุคลากรในทีมสุขภาพ เพื่อให้มารดาสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมตนเองนานอย่างน้อย 6 เดือน

กระบวนการช่วยเหลือมารดามีวิธีการหนึ่งคือ การให้การปรึกษาแก่มารดา ตั้งแต่เริ่มตั้งครรภ์ จนคลอด และภายหลังคลอด ด้วยกระบวนการดังกล่าวพบว่าสามารถช่วยเหลือมารดาได้เป็นอย่างดี หากแต่กระบวนการปรึกษาเป็นกระบวนการที่ต้องอาศัยความรู้ ความเข้าใจ และทักษะด้านการปรึกษา จากการที่สภาการพยาบาลกำหนดให้การปรึกษาเป็นคุณลักษณะหนึ่งของพยาบาลวิชาชีพ ดังนั้นหากพยาบาลวิชาชีพมีแนวทางปฏิบัติในการให้คำปรึกษาจะช่วยให้นักการพยาบาลที่ปฏิบัติหน้าที่ในหน่วยฝากครรภ์ และพยาบาลในหอผู้ป่วยหลังคลอด สามารถให้การช่วยเหลือ ให้การปรึกษาเป็นรายบุคคลและรายกลุ่มซึ่งจะช่วยลดปัญหา อุปสรรคของมารดาในการเลี้ยงลูกด้วยนมตนเอง ด้วยเหตุดังกล่าวผู้ศึกษาจึงจัดทำคู่มือการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

วัตถุประสงค์และหรือเป้าหมาย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพแก่พยาบาลวิชาชีพในการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. เพื่อเผยแพร่ความรู้แก่พยาบาลวิชาชีพที่ต้องทำหน้าที่ในการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

เป้าหมาย

พยาบาลวิชาชีพที่ต้องทำหน้าที่ในการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทุกคนในโรงพยาบาลกลาง นำคู่มือไปใช้ในการให้คำปรึกษา

กรอบการวิเคราะห์ แนวคิด ข้อเสนอ

คู่มือการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จัดทำเพื่อให้บุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ใช้ประกอบการให้คำปรึกษาแก่มารดา โดยเนื้อหาที่จัดทำ มีเอกสารทางวิชาการและแนวคิด ที่เกี่ยวข้องดังนี้

1. ความรู้ทางวิชาการในเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และประโยชน์ของนมแม่ต่อแม่และลูก ในด้านต่างๆ เช่นด้านการเจริญเติบโต การได้รับภูมิคุ้มกัน ปัญหาที่พบเกี่ยวกับการให้นมแม่ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ระยะคลอด และระยะหลังคลอด ตลอดจนทั้งเพื่อให้มารดาให้นมบุตรเมื่อต้องไปทำงาน

2. ความรู้ทางทฤษฎีทางการพยาบาล ทฤษฎีการดูแลตนเองของโอเรม (Orem's Self-care Theory) มีความเชื่อว่าบุคคลเป็นผู้ที่มีเหตุผล มีความสามารถที่จะเรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง และบุคคลทุกคนมีความต้องการดูแลตนเอง เพื่อดำรงไว้ซึ่งโครงสร้างพื้นฐานของร่างกาย และสามารถปฏิบัติหน้าที่ในสังคมได้ ดังนั้นพยาบาลควรมีบทบาทที่จะช่วยบุคคล ให้สนองความต้องการ การดูแลตนเองในระดับที่เพียงพอ และเพิ่มความสามารถในการดูแลตนเองของบุคคล

3. การเรียนรู้ หลักการ รูปแบบการให้ความรู้ และสขวิธีการให้ความรู้แก่มารดา เพื่อให้ นำความรู้ที่ได้ไปปฏิบัติได้

จากเอกสารทางวิชาการและแนวคิดข้างต้น นำมาจัดทำเป็นคู่มือการการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยมีขั้นตอนการดำเนินงานดังต่อไปนี้

1. ศึกษาเอกสารทางวิชาการที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และปัญหาที่เกี่ยวกับการให้นมแม่
2. จัดทำคู่มือการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และจัดสร้างแบบวัดความรู้ความเข้าใจของมารดาในการให้นมบุตร

3. นำคู่มือที่และแบบวัดความรู้ความเข้าใจที่จัดทำขึ้นไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้องในเนื้อหา เพื่อให้คู่มือมีความสมบูรณ์และครบถ้วน
4. นำคู่มือไปใช้ในการปฏิบัติงาน โดยแจ้งผู้บังคับบัญชาเพื่อขอความเห็นชอบ ในการใช้คู่มือการให้คำปรึกษาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
5. การประเมินผลการใช้คู่มือ เพื่อพัฒนาให้คู่มือมีความสะดวกเหมาะสมในการใช้งาน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. พยาบาลวิชาชีพให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยใช้แนวทางปฏิบัติจากคู่มือที่จัดทำ
2. มารดาได้รับคำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ถูกต้อง
3. มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างน้อย 6 เดือน

ตัวชี้วัดความสำเร็จ

มีคู่มือการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไปใช้ภายในปี พ.ศ. 2551

ลงชื่อ..... พนมพิมล วงศ์สว่างศิริ

(นางพนมพิมล วงศ์สว่างศิริ)

(ตำแหน่ง) พยาบาลวิชาชีพ 6 ว (ด้านการพยาบาล)

(วันที่).....4 ก.พ. 2551.....

ภาคผนวก

ตัวอย่างการให้คำปรึกษา

โครงการปรึกษาปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทางโทรศัพท์
 คลินิกเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โรงพยาบาลกลาง

วัน/เดือน/ปี 26 ต.ค. 2549
 เริ่มเวลา 9.30 น. สิ้นสุด 9.50 น.

ได้รับเบอร์จาก โรงพยาบาลกลาง

ชื่อ ค.ญ. พิษณุภา ลภรัตน์ชื่น อายุ 2 เดือน 14 วัน วัน/เดือน/ปี เกิด 14 ต.ค. 2549

น้ำหนักปัจจุบัน 5,200 กรัม เมื่ออายุ 2 เดือน แน่ใจ ไม่แน่ใจ

สถานที่เกิด โรงพยาบาลกลาง ลูกคนที่ 1 น้ำหนักแรกเกิด 3,340 กรัม

ประวัติการให้นมลูกคนปัจจุบัน นมแม่อย่างเดียวนาน 2 เดือน น้ำ นมผสม

เลิกให้นมแม่เมื่ออายุ - เดือน เริ่มให้อาหารอื่นมือแรกเมื่ออายุ - เดือน

ประวัติการให้นมลูกในครรภ์ก่อน นมแม่อย่างเดียวนาน - เดือน เลิกให้นมแม่เมื่ออายุ - เดือน

เริ่มให้อาหารอื่นมือแรกเมื่ออายุ - เดือน

ชื่อมารดา นางสาวชุติมา น้อมจ้อย อายุ 30 ปี อาชีพ แม่บ้าน แม่ทำงาน

การศึกษา ปริญญาตรี แม่อยากเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นาน 2 ปี - เดือน ลากตลอด 3 เดือน

ที่อยู่ 90/39 ม.9 หมู่บ้านพุทธานิ พุทธามณฑลสาย 4 ต.กระทุ่มน้อย อ.สามพราน จ.นครปฐม

โทรศัพท์ 02-8898163

ผู้ขอรับการปรึกษา (มารดา)	พยาบาลผู้ให้การศึกษา	หมายเหตุ
“กริ่ง.....กริ่ง.....” “สวัสดิ์ค่ะ ขอปรึกษาหน่อยค่ะ ตอนนี้ ใกล้ครบวันลาคลอดแล้วค่ะ” “ลูกคุณนมคี่ะ น้านมแม่มีมาก แต่ดิฉันจะกลับไป ทำงาน กลุ้มใจมาก ลูกไม่ยอมดูดนมแม่จากขวด นมคี่ะ” “เคยคี่ะ ที่โรงพยาบาลแต่ดิฉันต้องกลับไปทำงาน คุณชายเป็นคนดูแลลูก คุณชายป้อนด้วยถ้วยไม่ อดนัก กลัวสำลัก” “2 เดือน 2 สัปดาห์แล้วคี่ะ น้อยไม่เขยთანกับขวด นมเลขนะคี่ะ นอกจากดูดกับเต้านมแม่ เมื่อวาน ดิฉันลองให้ดูดกับขวดนม น้อยไม่ยอมดูดเอาแต่ ร้องทำเดี๋ยวไม่รู้จะทำอย่างไรคี่ะ”	“สวัสดิ์ค่ะ คลินิกนมแม่คี่ะ” “ใกล้ครบวันลาคลอดนะคี่ะ คุณแม่ให้นมลูก เป็นอย่างไรบ้างคี่ะ” “ลูกติดดูดจากเต้านม ไม่ยอมดูดจากขวด ไม่ทราบคุณแม่เคยฝึกป้อนนมลูกด้วยถ้วยไหมคี่ะ” “ตอนนี้ลูกอายุเท่าไรคี่ะ” “คี่ะคุณแม่ ในระยะที่เริ่มฝึกใหม่ๆ เด็กค่อยๆปรับตัวนะ คี่ะ อย่างแรกให้คนอื่นป้อนนมแทนก่อน อาจเป็นคุณ พ่อหรือคุณชาย แม่ต้องไม่อยู่ให้ลูกเห็น ควรอยู่ห่างๆ เพื่อลูกไม่ได้ยินเสียงหรือได้กลิ่นแม่”	

ผู้ขอรับการรักษา (มารดา)	พยาบาลผู้ให้การรักษา
<p>“โอ้โฮ เด็กตัวเล็กๆ แค่นี้ เขาจะจำกลืน จำเสียงแม่ได้หรือคะ เอ.....ขวดนมที่ใช้ป้อนนมลูก ไม่ทราบจะเลือกซื้ออย่างไรคะ”</p> <p>“คะ.....แล้วถ้าฝึกกินในช่วงแรกลูกร้องมากจะทำอย่างไรคะ”</p> <p>“ขอบคุณคะ อีก 2 สัปดาห์ ก็จะกลับไปทำงานแล้วดิฉันบิบบนน้ำนมไว้ เหมือนที่คุณพยาบาลแนะนำได้เยอะเลยคะ”</p> <p>“คะ.....ขอบคุณมากๆ ดิฉันลองทำตามที่คุณให้คำแนะนำ แล้วจะโทรแจ้งผลนะคะ”</p>	<p>“คุณแม่ควรเลือกซื้อจุกที่นุ่ม มีลักษณะคล้ายเต้านมแม่ และใช้ขวดขนาดเล็กก่อน ขณะป้อนนมให้อุ้มลูกท่าเดียวกับที่ลูกกินนมแม่นะคะ”</p> <p>“ในช่วงแรกๆถ้าลูกร้องมาก อาจให้นมด้วยถ้วยก่อนให้นมขวด ขณะที่ลูกง่วงลูกจะต่อต้านน้อยกว่า และให้นมบรรยากาศที่สงบสบาย”</p> <p>“คุณแม่สามารถให้นมลูก บิบบนน้ำนมเก็บได้เก่งมากคะ นอกจากนี้ ขณะที่คุณแม่อยู่ที่ทำงาน ควรบิบบนน้ำนมเก็บอย่างน้อยทุก 3 ชั่วโมง เก็บในตู้เย็น ระหว่างเดินทางกลับบ้านให้แช่ในกระติกน้ำแข็ง และกลางคืนขณะแม่อยู่บ้านให้ลูกดูดนมแม่จากเต้าด้วย เพื่อการสร้างน้ำนมที่มากพอและต่อเนื่อง หากทำได้ดีลูกจะดูดนมทั้งจากขวด และจากเต้าแม่ได้คะ”</p> <p>“ดิฉันขอเป็นกำลังใจ ให้คุณแม่ให้นมลูกได้นานที่สุด หรืออย่างน้อย 2 ปี ถ้ามีปัญหาในการให้นม สามารถโทรศัพท์มาปรึกษาได้ ในวันและเวลาราชการนะคะ สวัสดีคะ”</p>

สรุป ปัญหาของคุณแม่รายนี้ ได้รับการแก้ไขเบื้องต้นแล้ว หลังจากรับคำปรึกษา 2 สัปดาห์ คุณแม่โทรศัพท์มาอีกครั้ง โดยแจ้งว่า ได้ปรับวิธีให้นมแม่โดยใช้ขวด และซื้อจุกยางใหม่เหมือนเต้านมแม่ ตามที่แนะนำ ลูกสามารถดูดนมแม่จากขวดได้ในเวลากลางวัน และเวลาที่แม่เลิกงานลูกสามารถดูดนมแม่จากเต้าได้เหมือนเดิม

รับเบอร์จาก 8-
ค.ว./๒๕๖๒
หนักปัจจุบัน
บันทึก ๕.๖.๒
ะวิธีการให้
ะวิธีการให้
นกรดา พ
รสถนา ป.
อตุ
ษาที่ปรึกษ
ช้านมค้ำ

โครงการศึกษาปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทางโทรศัพท์ คลินิกเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โรงพยาบาลกลาง

เบอร์จาก 6-4.1019, 1.122 ๖ฟ้าศรีดัดดา สุวรรณณรงค์
ปัจจุบัน - กรม เมื่ออายุ - เดือน เหนือ ไม่นเหนือ
เกิด 8.4.1979, ลูกคนที่ 1 น้าหนักแรกเกิด 2600 กรัม
การให้นมลูกคนปัจจุบัน เริ่มให้นมครั้งแรกเมื่ออายุ - เดือน
การให้นมลูกในครรภ์ก่อน - เดือน นนมแม่อย่างเดียวก่อน - เดือน
เริ่มให้อาหารอื่นเมื่อแรกเมื่ออายุ - เดือน
เริ่มให้อาหารอื่นเมื่อแรกเมื่ออายุ - เดือน นนมแม่อย่างเดียวก่อน - เดือน
ปี อาชีพ แม่บ้าน แม่ที่ทำงาน ระบุอาชีพที่
แม่ของลูกด้วยนมแม่ก่อน ปี เดือน
โทรศัทพ์ ๐8๔-๐๖๕๒๕๖๐
ที่ปรึกษา

แม่	ลูก	คำปรึกษา	หมายเหตุ
มดดำทั้ง 2 พี่	ลูกติดนมแม่ไม่ได้	1. ประคบหน้านมด้วยน้ำอุ่นจัด 3-4 ครั้ง 10 นาที ก่อนที่จะให้นมลูก ก่อนที่จะใช้ ลูกดูด ตามคอรูทรวงอก และคลึงเบาๆ จากฐานลงไปที่ยันนม 2. บีบหน้านมออก จนสายน้ำนมไหลลง ๆ จะช่วยให้ลูกจับสายน้ำนมได้ง่ายขึ้น 3. งดกินของหมักดองต่างๆ 2-3 วัน น้ำดื่มร้อนๆ และงดใช้สบู่ในช่องอก กลูเตลีนด้วย 4. งดใช้ลูกดูดเสวี่ ประคบทั้งนม ด้วยคอมเย็นๆ เพื่อลดความเจ็บปวด 5. รับประทานอาหารบ้างพอดี ตามความจำเป็น เช่น กล้วยข้าวต้ม 6. คอวิสียกทรง เพื่อพยุงเต้านมไว้ 7. แนะนำให้บีบหัวนมออกได้วิธีต่างๆ ด้วยจำเป็น เพื่อจะได้กลางความเจ็บ ปวด 9. นอกจากการหัดนมก็จะเริ่มไป 8. ในที่สุดก็ อดความมั่นใจให้ตัวเอง สามารถให้นมลูกได้ แนะนำให้ลูกดูดนมแล้ว อย่าให้ขยับหรือถูระบายนหัวนมออกจากหน้า ได้มากที่สุด เช่น บีบหัวนมที่เขมือ 9. แนะนำให้ใช้เทคนิคการบีบหัวนมที่ถูกต้องตาม คำแนะนำของคู่มือ หรือ ดูการวิดีโอ ภายใน 2.4 ชม.	1. น้าหนักแม่ช่วงกลางวัน 2. น้าหนักแม่ช่วงกลางคืน 3. อดกินนมแล้ว 6 ชม และเจ็บมากขณะดูด

ชื่อโครงการ การให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทางโทรศัพท์

หน่วยงานที่รับผิดชอบ คลินิกนมแม่

ปีงบประมาณ 2549

1. หลักการและเหตุผล

เนื่องจากกรุงเทพมหานครมีนโยบายสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวน้อยกว่า 6 เดือน ด้วยนมแม่มีสารอาหารครบถ้วนเหมาะสมกับลูก มีภูมิคุ้มกันโรค กระตุ้นพัฒนาการ ส่งเสริมสายใยแม่ลูก ประหยัดค่าใช้จ่าย และสามารถช่วยคุมกำเนิดได้ ซึ่งในภาวะเศรษฐกิจและสังคมปัจจุบันผู้หญิงต้องทำงานนอกบ้าน ทำให้การให้นมแม่ไม่ต่อเนื่องและไม่ประสบความสำเร็จ

2. วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อให้มารดามีความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพิ่มขึ้น
2. เพื่อส่งเสริมให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนได้มากขึ้น

3. เป้าหมาย

1. มารดามีความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพิ่มขึ้นร้อยละ 70
2. มารดาสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นาน 6 เดือนได้มากกว่าร้อยละ 20

4. ลักษณะของโครงการ

เป็นโครงการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ได้นาน 6 เดือนตามนโยบายของกรุงเทพมหานคร

5. แนวทางการดำเนินงาน

ระยะก่อนดำเนินงาน

1. ทบทวนความรู้ในเรื่องการให้คำปรึกษาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. จัดทำแผนพับ โปสเตอร์ประชาสัมพันธ์โครงการ
3. จัดทำแผนงานในการให้ความรู้แก่เจ้าหน้าที่และมารดาหลังคลอด

ระยะดำเนินการ

1. ให้คำแนะนำและความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่มารดาหลังคลอด
2. ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์

ผู้อำนวยการศูนย์
ศูนย์
2008-11-11

ระยะหลังดำเนินการ

ประเมินผลจากการ โทรศัพท์เยี่ยมมารดาหลังจากได้รับคำปรึกษา 1 สัปดาห์ และภายหลัง 1 เดือน

6. ค่าใช้จ่ายของโครงการ

ใช้งบประมาณเป็นจำนวนเงิน 30,000 บาท

- โทรศัพท์
- ค่าสื่อ-เอกสาร

7. ทรัพยากรที่ต้องใช้ตามโครงการ

1. สถานที่ให้บริการ
2. พยาบาลวิชาชีพ

8. ปัญหาและอุปสรรค

1. ไม่สามารถติดตามได้เนื่องจากมารดาหลังคลอดเปลี่ยนหมายเลขหรือย้ายที่อยู่
2. มารดาหลังคลอดไม่กลับมาตรวจหลังคลอด

9. ผลประโยชน์ของโครงการ

มารดาหลังคลอดมีความรู้ ความเข้าใจ สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นาน 6 เดือน

10. การติดตามและประเมินผลโครงการ

ประเมินผลโดยการ โทรศัพท์เยี่ยมหลังได้รับคำปรึกษา 1 สัปดาห์ และภายหลัง 1 เดือน

11. ตัวชี้วัดความสำเร็จ

มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนมากกว่าร้อยละ 20

ลงชื่อ.....*พรพิมล วงศ์สว่างศิริ*.....ผู้เสนอโครงการ
(นางพรพิมล วงศ์สว่างศิริ)

ลงชื่อ.....*เพ็ชรา คูจินดา*.....ผู้อนุมัติโครงการ
(นางเพ็ชรา คูจินดา)

หัวหน้าศูนย์เด็กเล็กนำอยู่ศูนย์แม่กม. และคลินิกนมแม่

สุวิมล วัฒนศิริ
ศูนย์แม่กม.