

บทความวิจัย

ความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือน: กรณีศึกษาจังหวัดนครปฐม*

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

ดวงพร พasuwan**

Duangporn Pasuwan

*ทุนอุดหนุนโครงการวิจัยพัฒนาท้องถิ่นในชุมชน มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

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

**คณะพยาบาลศาสตร์ กลุ่มวิชาการพยาบาลสูติศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม 73000

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

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

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

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงคุณภาพครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์ของความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือนแรกหลังคลอด ผู้ให้ข้อมูลคือแม่ที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 6 เดือน หรือมากกว่าแต่ไม่เกิน 1 ปี ที่พักอาศัยอยู่ในตำบลเขตอำเภอเมืองฯ จังหวัดนครปฐม โดยการเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลแบบเจาะจงคือผ่านการคัดกรองพยาบาลนครปฐม จำนวน 38 ราย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลตรวจสอบความเที่ยงตรงของข้อมูลแบบสามเล้าด้วยการทบทวนข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการวิเคราะห์แก่นสาระ

ผลการวิจัยพบว่า ผู้ให้ข้อมูลเป็นแม่หลังคลอดอายุโดยเฉลี่ยอายุ 26.9 ปี ประสบการณ์ที่สำคัญของความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือนมีสามประเด็นได้แก่ 1) แรงจูงใจภายในตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประกอบไปด้วย การเห็นถึงคุณประโยชน์ของนมแม่ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ประทัยด้วยการเลี้ยงดูบุตร และค่านิยมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 2) สิ่งสนับสนุนส่งเสริมช่วยให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำเร็จ ประกอบไปด้วย ความช่วยเหลือจากบุคคลในครอบครัวและเพื่อนสนิท และการสนับสนุนจากบุคลากรทางการแพทย์ 3) การฝ่าฟันอุปสรรคในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประกอบไปด้วย อุปสรรคจากปัญหาสุขภาพของมารดา ความสะดวกในด้านสถานที่ในการปีบเก็บน้ำนม และครอบครัว

ขาดความเข้าใจในความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ดังนั้น ครรศึกษาสนับสนุนให้แม่และสมาชิกในครอบครัวมีความตั้งใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างแน่นหนา รวมทั้งบุคลากรทางการแพทย์ควรค้นหาเชิงรุกในแม่ที่มีปัญหาเกี่ยวกับการให้นมแม่ทุก ๆ เรื่อง และช่วยกันแก้ไขปัญหา เพื่อส่งเสริมให้เด็กไทยได้รับนมแม่อย่างเดียวนานตามที่กำหนดและนานที่สุด เป็นการส่งเสริมสุขภาพพื้นฐานในการพัฒนาด้านร่างกายและจิตใจเด็กเพื่อเติบโตเป็นประชากรที่มีคุณภาพของสังคมต่อไป

คำสำคัญ: เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ นมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ส่งเสริมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

Abstract

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

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

Keywords: Breastfeeding, Exclusive breastfeeding, Breastfeeding promotion

บทนำ

นมแม่เป็นสารอาหารและมีภูมิคุ้มกันที่ดีที่สุดของลูกซึ่งเหมาะสมกับการเจริญเติบโต และพัฒนาการทางเชื้าระบบภูมิคุ้มกันต่อไป ลดอัตราการติดเชื้อต่าง ๆ ที่สำคัญคือสายใยรักความผูกพัน ลูกที่ถูกเลี้ยงด้วยนมแม่เป็นเวลานาน มักเขื่อยังพ่อแม่ มีจิตใจดี¹ นอกจากนมแม่จะมีประโยชน์ต่อลูกยังมีประโยชน์ต่อตัวแม่ลดอัตราการตกเลือด ลดการเป็นมะเร็งเต้านม มะเร็งรังไข่ รูปต่อตัวแม่ ลดอัตราการเป็นเบาหวานชนิดที่ 2 ประยัดค่าใช้จ่ายในการซื้อนมผง นมแม่ยังช่วยลดขยะที่เกิดจากกระป่องและพลาสติกต่าง ๆ ที่ใช้ในการซื้อนมผง²⁻³

สถิติการให้นมแม่อย่างเดียว 6 เดือนทั่วโลก มีเพียงร้อยละ 43 องค์กรอนามัยโลกพยายามช่วยกันรณรงค์ให้นมแม่อย่างเดียว 6 เดือนให้ได้ร้อยละ 50 ในปี ค.ศ. 2025 จากการสำรวจเด็กไทยดูดนมแม่จำแนกตามอายุ พ.ศ. 2558-2559 พบร้อยละ 8.90 ของเด็กอายุ 4-5 เดือนที่ดูดนมแม่เพียงอย่างเดียว และมีเด็กเพียงร้อยละ 13 เท่านั้นที่ยังคงดูดนมแม่อย่างต่อเนื่องจนอายุ 2 ปี⁴ ประเทศไทยสำรวจการให้นมแม่อย่างเดียว 6 เดือนเมื่อ พ.ศ. 2561 พบร้อยละ 23.10 จัดเป็นอันดับที่ 43 ใน 97 ทั่วโลก⁵ นับว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว ยังคงน้อยมาก และยังไม่บรรลุเป้าหมายของแผนพัฒนาเศรษฐกิจสังคมแห่งชาติดับที่ 12 (พ.ศ. 2560-2564) เพื่อให้เด็กไทยดูดนมแม่ 6 เดือนร้อยละ 50 หลายองค์กรดำเนินการและประชาสัมพันธ์ในหลายรูปแบบ เช่น การจัดทำโครงการสายใยรักแห่งครอบครัว⁶ การจัดตั้ง “มุ่มนัมแม่” ขึ้นในสถานประกอบการ มีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในสถานประกอบกิจการ และในชุมชน⁷ อย่างไรก็ได้ เด็กไทยที่ได้รับนมแม่ยังไม่บรรลุเป้าหมายเนื่องจากอุปสรรคทางสังคม เช่น การโฆษณาผง บุคลากรยังไม่เข้าใจเรื่องนมแม่มากพอ ลักษณะดีไม่ได้นาน ไม่สามารถบีบเก็บน้ำนมที่ทำงาน เป็นวิถีปฏิบัติในการให้นมทำให้ยังไม่สามารถแก้ปัญหาได้

โรงพยาบาลกรุงเทพมีเป้าหมายการพัฒนาอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ภายในจังหวัดให้มากกว่าร้อยละ 50 ทั้งนี้โรงพยาบาลกรุงเทพมีคลินิกนมแม่ที่ให้การช่วยเหลือแม่เพื่อให้ลูกดูดนมแม่ได้บรรลุเป้าหมายและเป็นโรงพยาบาลที่กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขสนับสนุนให้เป็นโรงพยาบาลแม่ตั้นแบบประกอบกับพื้นที่ในเขตจังหวัดกรุงเทพ เป็นพื้นที่ที่น่าร่องในการขับเคลื่อนการบังคับใช้กฎหมาย พระราชบัญญัติควบคุมการส่งเสริมการตลาดอาหารสำหรับแม่และเด็กถึง พ.ศ. 2560⁸ ทั้งนี้โรงพยาบาลกรุงเทพได้ดำเนินการเพื่อให้บรรลุเป้าหมายการพัฒนาโดยมีคลินิกนมแม่ โรงพยาบาลที่ช่วยเหลือเกี่ยวกับการให้นมแม่ โดยใช้แนวปฏิบัติตามบันได 10 ขั้นขององค์กรอนามัยโลก (WHO)⁹ นอกจากนี้โรงพยาบาลกรุงเทพยังมีการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในชุมชน และขยายผลการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไปเครือข่ายทุกระดับ มีผลให้มีแม่ที่อาสาด้วยที่รับ ฯ ตัวเมืองกรุงเทพมีเลี้ยงนมแม่ได้อย่างน้อย 6 เดือน ตามที่องค์กรยูนิเซฟและองค์กรอนามัยโลกกำหนด จันได้เป็นโรงพยาบาลสายสัมพันธ์แม่ลูก (Baby-friendly Hospital Initiative: BFHI) จากการดำเนินงานดังกล่าวโรงพยาบาลสามารถเพิ่มอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพิ่มสูงขึ้นเป็นร้อยละ 56.40 และ 68.80 ตามลำดับ¹¹ ซึ่งเป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนดจากอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่พบว่ามีจำนวนเพิ่มสูงขึ้น นอกจากนโยบายของโรงพยาบาลกรุงเทพที่สนับสนุนให้ผู้ที่คลอดจากโรงพยาบาลกรุงเทพสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จแล้ว ยังอาจมีเงื่อนไขหรือกลไกอื่น ที่สนับสนุนแม่ให้สามารถฝ่าฟันอุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ ทั้งนี้จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าอุปสรรคของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เกิดขึ้นมากมาย เช่น การขาดความรู้ การไม่สามารถจะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง เพราะต้องหยุดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพื่อกลับไปทำงาน หรือปัญหาในการเลี้ยงลูก

ด้วยนมแม่ที่พบบอย คือ บริมาณน้ำนมไม่เพียงพอ ปัจจัยเหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยที่ทำให้แม่ล้มเลิกการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในที่สุด¹² แต่ท่ามกลางอุปสรรคที่เกิดขึ้นกลับพบว่า แม่ที่คลอดจากโรงพยาบาลนครปฐม และเป็นกลุ่มผู้รับบริการจากคลินิกนมแม่จำนวนหนึ่ง เป็นผู้ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ถาวรคือ สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ต่อเนื่องถึง 6 เดือน หรือในบางรายสามารถเลี้ยงได้ต่อเนื่องมากกว่า 1 ปี ดังนั้น เพื่อให้เข้าใจถึงประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียว ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาลึกไปและเงื่อนไขของความสำเร็จ ดังกล่าว โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ แบบศึกษาเฉพาะกรณี (case study) เป็นวิธีการดำเนินการวิจัย เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ลุ่มลึก อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการในการนำผลวิจัยไปใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาประสบการณ์ความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือนแรก หลังคลอด ของแม่หลังคลอดที่อาศัยอยู่ในเขตเมือง จังหวัดนครปฐม

คำถามการวิจัย

แม่ที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้เกิน 6 เดือนมีประสบการณ์เป็นอย่างไร

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบการศึกษารายกรณีเพื่อศึกษาประสบการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ประสบความสำเร็จในการให้นมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ผู้วิจัยเลือกสาระวิจัย และผู้ให้ข้อมูลหลักด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจง (purposive sampling) โดยเลือกโรงพยาบาลนครปฐมเป็นสาระวิจัย และเลือกแม่ที่คลอด

จากโรงพยาบาลนครปฐมเป็นกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก ทั้งนี้ การเลือกโรงพยาบาลนครปฐมเป็นสาระวิจัยเนื่องจากพบว่าสถิติการให้นมแม่อย่างเดียว 6 เดือนของแม่ที่คลอดจากโรงพยาบาลนครปฐมสูงถึงร้อยละ 68.80¹¹ ผู้วิจัยขอรายชื่อของแม่ที่ประสบความสำเร็จในการให้นมแม่อย่างเดียว 6 เดือน จากโรงพยาบาลนครปฐม และติดต่อผู้ให้ข้อมูลหลักผ่านอาสาสมัครสาธารณสุขประจำพื้นที่ ผู้ให้ข้อมูลหลักพักอาศัย จำกันทำการนัดหมายวัน เวลาพร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัยแก่ผู้ให้ข้อมูลหลัก สำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์ เชิงลึก (in-depth interview) ที่บ้านของผู้ให้ข้อมูล ตามแนวคิดในการสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยเริ่มจากการแนะนำตัวเอง ขออนุญาตอัดเสียง การสนทนาระยะห่างถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย หลังจากนั้นผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์เชิงลึกด้วยตนเอง ใช้เวลาในการสัมภาษณ์ครั้งละประมาณ 45-60 นาทีต่อคน ทั้งนี้ผู้วิจัยจะทำการทดสอบเทปบันทึกการสัมภาษณ์แบบคำต่อคำ พร้อมสรุปข้อมูล แล้วนำไปให้ผู้ให้ข้อมูลยืนยันความถูกต้องอีกครั้ง ทำการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักทั้งหมด 38 คน จนข้อมูลคุมตัว

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key informants)

ทำการเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญโดยการเลือกแบบเจาะจง กำหนดคุณลักษณะคือ เป็นแม่ที่คลอดจากโรงพยาบาลนครปฐม อาศัยอยู่ในชุมชนเมืองนครปฐม เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวได้ครบ 6 เดือนหรือมากกว่าันนี้ แต่ลูกอายุไม่เกิน 1 ปี จำนวน 38 ราย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยใช้แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง (semi-structured interview) เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ออกแบบแบบแนวคิดที่สะท้อนมุมมองเกี่ยวกับประสบการณ์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ที่ประสบความสำเร็จ ประกอบไปด้วย 2 ประเด็นคือ 1) สิ่งสนับสนุนเลี้ยงนมแม่ให้ประสบความสำเร็จ 2) การผ่าพื้นอุปสรรคระหว่างเลี้ยงนมแม่และการจัดการ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

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

การพิทักษ์สิทธิ์ผู้ให้ข้อมูล

ผู้วิจัยได้รับการอนุมัติให้ดำเนินการจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม หมายเลขโครงการ 004/2559 เลขที่ใบรับรอง 019/2560 ขั้นตอนของการพิทักษ์สิทธิ์ ผู้วิจัยแนะนำตนเองกับผู้ให้ข้อมูลพร้อมให้ลงนามหนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมวิจัยของอาสาสมัครวิจัย ซึ่งจะวัดถุประสงค์และขั้นตอนของงานวิจัย ขออนุญาตในการบันทึกอัดเสียงก่อนการสัมภาษณ์ และการรักษาการอัดเสียงเป็นความลับโดยผู้ให้ข้อมูลวิจัยสามารถถอนตัวจากการเข้าร่วมการวิจัยได้ทุกเมื่อหากไม่สะดวกใจ ข้อมูลจะนำเสนอในภาพรวม โดยไม่ระบุตัวตนของผู้ให้ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

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

วิธีการตรวจสอบแบบสามเหล่า (Triangulation)

ตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูลด้วยการตรวจสอบสามเหล่าโดยการทบทวนข้อมูล (review triangulation)¹⁴ โดยผู้วิจัยยืนยันความถูกต้องของข้อมูล ด้วยการนำข้อมูลที่ได้จากการสอบถามเบบบันทึกเสียงให้ผู้ให้ข้อมูลหลักทบทวนข้อมูลอีกครั้ง นอกจากนี้ผู้วิจัยนำข้อค้นพบจากการวิเคราะห์ของผู้วิจัย ไปยืนยันความถูกต้อง ความสมบูรณ์ และความน่าเชื่อถือในการวิเคราะห์ข้อมูลกับพยาบาลที่มีประสบการณ์การทำงานในคลินิกนมแม่ โรงพยาบาลศรีนครินทร์ มากกว่า 10 ปี

ผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ผู้ให้ข้อมูลคลอดเอง 22 ราย ผ่าคลอด 15 ราย ใช้เครื่องสูบญ้ำกาก 1 ราย พักอาศัยอยู่ในตำบลม่วงตราส มากที่สุด 10 ราย รองลงมาอยู่ในตำบลสะระเกตีม 8 ราย ตำบลลังตะกู 7 ราย โพรงมะเดื่อ 7 ราย ที่เหลืออาศัยในตำบลดอนตุม สามคawayເຟືກ ແນອປາກໂລງ และตำบลครปູມຮວມ 6 ราย มีอายุเฉลี่ย 26.9 ปี ส่วนใหญ่สมรสอยู่กับสามี 31 ราย แยกกันอยู่ 7 ราย นับถือศาสนาพุทธ 36 ราย นับถืออิสลาม 2 ราย ด้านการศึกษาพบว่าส่วนใหญ่จบปริญญาตรี 14 ราย อนุปริญญา/ปวส. 11 ราย มัธยมศึกษา/ปวช. 8 ราย สูงกว่าปริญญาตรี 4 ราย ประถมศึกษา 1 ราย ประกอบอาชีพค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว 10 ราย รับจ้างทั่วไป 8 ราย พนักงานบริษัท 9 ราย รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ 5 ราย เป็นแม่บ้าน 5 รายและกำลังเรียน 1 ราย รายได้ของครอบครัวเพียงพอต่อการใช้จ่าย 24 ราย ไม่เพียงพอต่อการใช้จ่าย 14 ราย ผู้ให้ข้อมูลมีบุตร 1 คน 26 ราย บุตร 2 คน 11 ราย และมีบุตร 3 คน 1 ราย ส่วนความตั้งใจที่จะเลี้ยงนมแม่ให้ได้มากกว่า 2 ปี 15 ราย เลี้ยงนมแม่ 1-2 ปี 16 ราย เลี้ยงนมแม่ 1 ปี 5 ราย และเลี้ยงนมแม่มาครับ 6 เดือนแล้วกำลังจะเลิกเพียง 2 ราย

ส่วนที่ 2 ประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือนที่ประสบความสำเร็จ

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึกมาลงรหัสแบบอุปนัยเพื่อนำไปสู่การวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยได้ข้อค้นพบใน 3 ประเด็นได้แก่ ประเด็นที่ 1 แรงจูงใจภายในตันเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประเด็นที่ 2 สิ่งสนับสนุนทำให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จเกิน 6 เดือน ประเด็นที่ 3 การฝ่าฟันอุปสรรคในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ประเด็นที่ 1 แรงจูงใจภายในตันเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เกิดจาก 3 สาเหตุหลักคือ การเห็นถึงคุณประโยชน์ของนมแม่ การประยัดค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงดูบุตร และความเชื่อ หรือวัฒนธรรม

1) การเห็นถึงคุณประโยชน์ของนมแม่ การที่ผู้ให้ข้อมูลได้รับข้อมูลประโยชน์และคุณค่าของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว และ ผลเสียของการไม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำให้ผู้ให้ข้อมูลหลักเกิดความตั้งใจของตัวแม่เองที่จะทำให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จเกิน 6 เดือน มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

“คุยกะสามีตั้งแต่ท้องแล้ว จะเลี้ยงนมแม่ เพราะเราต้องรักันแม่เป็นปัจจัยนึง เราภักดู ก็อยากให้เขาได้ประโยชน์ แต่อาจจริง ๆ ไม่ง่าย นะครับ” (กรณีศึกษาที่ 2)

“ก่อนอื่น ต้องมีความตั้งใจของแม่ จะให้นมลูก รู้ว่า wan แม่มีประโยชน์ไม่วีนมาได้ ทำเหมือน ตั้งใจอยากรจะให้เค้าดูดนนมเราเอง ตามที่หลาย ๆ คนแนะนำมา ความตั้งใจเลยทำให้ ความพยายามต่อเนื่องมากเรื่อย ๆ ” (กรณีศึกษาที่ 4)

2) การประยัดค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงดูบุตร การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว ช่วยประยัดค่าใช้จ่าย เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดแรงจูงใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้นานที่สุด มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

“ความตั้งใจของแม่ อยากให้มีลูกนาน ๆ มันประทัยดีมากนนนพี เมื่อก่อนเห็นพี่ที่ทำงานหลังคลอดเค้าให้ลูกทานนมสมหมดเดือนละ หลาๆ ๆ พัน ของหนู ซื้อเครื่องปั๊ม สองพันกว่า ใช้ได้ตลอดงานถึงตอนนี้เลย และคงใช้อีกนาน เดียวให้คนอื่น ญาติ ๆ ใช้ต่อ” (กรณีศึกษาที่ 1)

“พอเมื่อลูกเพิ่ม ค่าใช้จ่ายมันเยอะขึ้น จากประสบการณ์ที่เลี้ยงลูก เราจะรู้เลยมันช่วยประทัยจริง ๆ เดือนหนึ่งหลายบาทเลยอย่างน้อย กีบ 4,000 บาท ดีกว่าเราอาบน้ำมีประโยชน์ให้เขากิน” (กรณีศึกษาที่ 10)

“เดี๋ยงประโยชน์ที่สำคัญประทัยมากด้วย เคยลองทำรายรับรายจ่าย เดือน ๆ นึง ได้เงินเพิ่มขึ้น เป็นพัน เอาเงินไปออม หรือไปลงทุน เพื่อลูกได้อีก ลูกได้ประโยชน์ทั้งหมดของแม่ และเงินออมจากนมแม่ อย่างเลี้ยงด้วยนมแม่ให้นานที่สุด” (กรณีศึกษาที่ 14)

3) ค่านิยมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (Value of Breastfeeding) ผู้ให้ข้อมูลหลักได้รับการขัดเกลาจากประสบการณ์ของผู้เคยเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เกี่ยวกับความรู้สึกในการสัมผัสจากลูกในการดูดนมแม่ นอกจากนี้ยังได้รับอิทธิพลจากการให้ข้อมูลความรู้ถึงประโยชน์ของนมแม่จากผู้ให้บริการสุขภาพในคลินิกนั้น และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล การขัดเกลา ดังกล่าว สนับสนุนให้ผู้ให้ข้อมูลเกิดความรู้สึกในแบบง่าย ต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และเห็นถึงความจำเป็นที่ต้องเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

“ท้องก่อนเดียงด้วยนมกระปอง เพราะว่าอยากให้ลูกคลอด มีโภชนาบอกว่า มีสารอาหารทำให้ลูกคลอด พัฒนาการดี แต่พอท้องนี้ มีน้ำนมแล้วนับสนุนให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้รับความรู้ข้อมูลเกี่ยวกับประโยชน์จากพยาบาลในคลินิกนัมแม่มีคุณที่คุยกันตลอด ถึงการเตรียมตัวคลอด การเตรียมอุปกรณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มันเป็นความรู้สึกร่วม แบบมีพวกรในการลำบากด้วยกัน มันสนุกที่ได้พูดคุยปรึกษา” (กรณีศึกษาที่ 15)

“โครงการที่ภาคธัญ邳รโนท การมีคลินิกนัมแม่ทำให้ได้แลกเปลี่ยนเกี่ยวกับแม่ไปด้วยกันเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำให้รู้สึกว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มันเป็นเรื่องดี” (กรณีศึกษาที่ 21)

“คลอดเสร็จพี่พยาบาลเอ้าไปเช็คตัวแล้วอาบมาดูดหันที จำได้น้ำตาไหลเลย” (กรณีศึกษาที่ 28)

“แรกคลอดไม่ได้ดูดหันที เพราะผ่าตัดคนนั่นค่ะ แต่หลังจากนั้นพอตะแคงได้อาบมาดูดดูดได้ดีก็ให้ดูดมาเรื่อย ๆ รู้สึกดีมาก ๆ ที่ลูกดูดครั้งแรก” (กรณีศึกษาที่ 31)

ประเด็นที่ 2 สิ่งสนับสนุนทำให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จเกิน 6 เดือน สิ่งสนับสนุนที่ทำให้ผู้ให้ข้อมูลสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมได้ประสบความสำเร็จประกอบไปด้วย ความช่วยเหลือจากบุคคลในครอบครัว/เพื่อนสนิท และการสนับสนุนจากบุคลากรทางการแพทย์มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1) บุคคลในครอบครัว ได้แก่ สามี ญาติ รวมทั้งเพื่อนสนิท ที่ให้ความสำคัญช่วยเหลือในขณะเลี้ยงลูก หรือขณะแม่ปีกำจان (แม่ปีบีบเนื้านมไว้ให้) ในงานวิจัยครั้งนี้มีแม่ที่ต้องลงงานและทิ้งลูกไว้ให้สามี หรือญาติช่วยเลี้ยงในขณะที่แม่ปีทำงานมี 22 ราย ขณะที่ตนเองหาเวลาบีบเนื้านมมาให้ลูกที่บ้านทุก ๆ วันได้ส่วนที่เหลือ 16 ราย เป็นแม่ที่สามารถอยู่บ้านเป็นแม่บ้าน หรือค้าขายที่บ้านสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมตอนกลางวันได้ตลอด ๆ เกิน 6 เดือนขึ้นไป

“สามี มีส่วนช่วยอย่างมากค่ะ ในช่วงแรก ๆ นี้ไม่เป็นกันเลย สามีช่วย แม่หนูอีก ทุก ๆ คนในบ้านเลย แรก ๆ น้ำนมยังไม่พอ พยายามเอาเข้าเต้าบ่อย ๆ ทานอาหารที่มีประโยชน์ หลัง ๆ นมมีมากขึ้น ฝึกันไป ช่วยกันผ้าเมีย ตอนนี้ปีทำงาน แม่หนูก็พึ่งสาวช่วยเลี้ยง หนูกลับมาจากการทำงานลูกทันเต้าต่อ ลูกติดเต้ามากค่ะ เหมือนรอแม่กลับมาจากที่ทำงาน” (กรณีศึกษาที่ 21)

“เคยคัดนมไม่ให้ บริกรษาเพื่อนที่สนิทเคยมีลูกเด็กแนะนำให้ประคบน้ำร้อน ๆ ที่หัวนม และถูในเพจนวด ๆ ตามในเพจร่วมกับรูด ๆ หัวนม ร่วมกับให้ลูกดูด แล้วก็ตีขึ้นเองค่ะ” (กรณีศึกษาที่ 28)

“สามีเป็นคนสนับสนุนให้เลี้ยงด้วยนมแม่ เขาเห็นถึงความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เขาบอกว่ามีประโยชน์กว่านมผง ประหยัดด้วย พอกชาเห็นด้วย เวลาที่ต้องไปไหนกัน เขายังรู้ว่าถึงเวลาบีบเนื้านมเขาจะช่วย ต้องมีอุปกรณ์อะไรเขาช่วยหยิบช่วยเตรียม เขายังเป็นภารกิจสำคัญเลย” (กรณีศึกษาที่ 29)

“แม่หนาน้ำ้สุมุนไพรให้ หนาน้ำ้ชิงให้ บอกว่าท่านแล้วดีน้ำ้นมอกดี หนูเลี้ยงลูกเอง สามีทำงาน แม่หนูช่วย ไปหาคนมาประคบตัว อบตัวให้เหมือนอยู่ไฟ แม่หนูไประบคันแก่มาจากแควาทาก้อง ทำลูกประคบ สมุนไพรจากขี้น ใบมะขาม ไฟ ใบแจง ลูกมะกรุด แล้วยังนำของพวงนี้เลี้ยงมื้อต้มให้เดือด อบตัวอยู่ 3 วัน คงเหมือนอยู่ไฟ เห็นยายว่าทำให้ลูกอุ้กเข้าอุ้กด้วย น้ำ้นมให้ลูกดีด้วย ซึ่งก็เป็นมหัศจรรย์ ให้ลูกไว้เต็มedly (พาไปคุณมทีบีบเก็บไว้ในตู้เย็น)” (กรณีศึกษาที่ 32)

“เริ่มจากในโรงพยาบาล ที่กระตุนให้ลูกเริ่มดูดให้เร็วที่สุด เพื่อนบริจาคที่ปั๊มน้ำ้นมอย่างดีให้สอนวิธีการปั๊ม การแบ่งเวลาบีบเก็บน้ำ้นม ตอนนี้ทำให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นไปด้วยดี ตอนไปทำงานปั๊มน้ำ้นมเก็บไว้มีอุปกรณ์เก็บพร้อม ลูกได้กินนมมาเกือบปีแล้วค่ะ” (กรณีศึกษาที่ 38)

2) บุคลากรทางการแพทย์ ที่ช่วยสนับสนุนให้ข้อมูลตั้งแต่ฝ่ายครรภ์ ระยะคลอด และโดยเฉพาะช่วงหลังคลอด ทำให้แม่อย่างจะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวสำเร็จเกิน 6 เดือนมีรายละเอียดดังนี้

“มีไลน์กลุ่มน้ำ้นมแม่ค่ะ มีปัญหาอะไรก็ถาม มีคุณหมอ พยาบาล เพื่อน ๆ ที่เค้ามีประสบการณ์มาช่วยตอบ คำถามเวลาไม่ปัญหา พี่เค้าเอาระบุรุษเกี่ยวกับเรื่องนมแม่มาใส่ไว้ด้วย ทำให้มีความรู้เพิ่ม บางทีโทรหาพี่เค้าโดยตรงเลยค่ะ พี่เค้าก็ไม่ဘ้ เต็มใจตอบและให้คำแนะนำเต็มอ ฯ” (กรณีศึกษาที่ 17)

“ได้รับความรู้จากในไลน์น้ำ้นมแม่จิตอาสาของโรงพยาบาล ช่วยได้มาก ๆ ค่ะ หนูมีปัญหาอะไรสอบถามเข้าไปมีพี่ ๆ แม่ ๆ ใจดีตอบกลับมาให้ค้นหาในเพจบ้าง มีคนมาให้คำแนะนำ ดูแลว่าได้ความรู้ดีค่ะ แนะนำต่อให้เพื่อน ๆ แล้วบ้านที่ห้อง ๆ กันด้วย” (กรณีศึกษาที่ 22)

“หนูเป็นผู้ที่เต้านมตอนลูกอายุ 6 เดือนแล้วค่ะ มาผ่าตัดที่โรงพยาบาลช่วงเจาะฟันยังให้หนูอยู่โดยค่ะ ให้อึกหัวนั่น หมอนัดไปโรงพยาบาลทุก 2 วันช่วงแรก ให้คำแนะนำให้กำลังใจอย่างดี จนนั้นทุกอาทิตย์อยู่ 2 ครั้ง ทุกวันนี้ลูกอายุ 8 เดือน ยังดูดนมแม่” (กรณีศึกษาที่ 35)

“เคยไปให้ที่พยาบาลอัลตราซาวน์ ช่วยกระตุ้น ท่อน้ำ้นมค่ะ และพ่นกช่วยนวดเต้านมเพิ่มน้ำ้นมด้วยตอนนั้นลูก 3 สัปดาห์ หลังทำดีชีนเลยค่ะ น้ำ้นมออกมากแต่เมื่อต่อไปเจ๊ง ๆ หน่อยนะคะ ให้คุณแม่เราอยู่นั้นแหละ ในที่สุดลูกก็ดูดได้ดีเลยค่ะ แม่บำรุงด้วยน้ำ้นมมากขึ้น ๆ งดด้วยบีบเก็บไว้ให้ลูกต่ออีกยังแนะนำเพื่อน ๆ ห้องบ้านที่มีลูกด้วยเลยให้ไปพาพี่เค้า” (กรณีศึกษาที่ 37)

ประเด็นที่ 3 การฝ่าฟันอุปสรรคและหาทางแก้ไขปัญหาขณะให้น้ำ้นมแม่ จากผลการวิจัยมีแบ่งรายบุคคลในในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แต่สามารถผ่านพ้นไปได้ด้วยดี เช่น น้ำ้นมมาน้อยในช่วงแรก ๆ หัวนมสันที่ไม่ได้แก้ไขตั้งแต่ฝ่ายครรภ์ต้องบีบเก็บน้ำ้นมแม่ทานจากชุดเด เต้านมคัดต้องนวดเปิดท่อน้ำ้นม บางรายเป็นฝีที่เต้านม มีปัญหาสถานที่ในการบีบเก็บน้ำ้นม ครอบครัวขาดความเข้าใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เมื่อมีปัญหาผู้ให้ข้อมูลหลักจะค้นหาข้อมูล เช่น ปรึกษาผู้ที่มีประสบการณ์ การค้นหาข้อมูลจากสื่อออนไลน์ รวมทั้งปรึกษาในกลุ่มสังคมออนไลน์ เช่น กลุ่มน้ำ้นมแม่ มีรายละเอียดดังนี้

1) การแก้ปัญหาสรีระของหัวนม ได้แก่ หัวนมสัน บอด ไว้ท่อหดหดคือการมีจุดขาวคล้ายหนองที่หัวนม ผู้ให้ข้อมูลแก้ปัญหาโดยการหาข้อมูล จากแหล่งข้อมูลออนไลน์ การสอบถามข้อมูลจากผู้ให้บริการศุภภาพ

“เคยคัดน้ำนมไม่ให้หล บรักษาเพื่อนที่สูบบุหรี่มีลูกเด็กดูมาจากยุทธบูร อาจารย์จากการมาแนะนำ เป็นพยาบาล เขาแนะนำต้องระบายน้ำนมออกให้เข้าถูกตุตหัวนมเข้าไปเล็ก ๆ กระตุนให้ถูกตุต การให้น้ำอุ่นประคบและนวดเต้านม เขาง่งช้อนมูลมาให้ดู พอทำตามแล้ว อาการคัดตึงก็จะดีขึ้นเองค่ะ” (กรณีศึกษาที่ 13)

“เป็นจุดขาว ๆ ที่หัวนม รู้สึกเหมือนอุดที่หัวนม ให้รามที่โรงพยาบาลเด็กให้ถูกตุตมไปเรื่อย ๆ ต่อถ้าไม่ดีขึ้นให้มา ก็ให้ถูกตุตอ ประคบอุ่น ๆ ด้วยคัตตุตไปถูกมา เมื่อวันมันหลุดออกไป เลยไม่ได้ไปหาหมอที่โรงพยาบาล” (กรณีศึกษาที่ 17)

2) การแก้ปัญหารื่องสถานที่ในการบีบเก็บน้ำนมนอกบ้าน การบีบเก็บน้ำนมจำเป็นต้องใช้สถานที่ มีดินดี เนื่องจากต้องมีการเปิดเผยเต้านมส่างผลต่อภาพลักษณ์แม่ที่ให้นมในที่สาธารณะ ในบางสถานที่ ที่เห็นความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จะมีสถานที่มีดินดีไว้สำหรับให้แม่บีบเก็บน้ำนม ผู้ให้ช้อนมูลแก้ปัญหาโดยการใช้ผ้าคลุมบีบเก็บน้ำนม ซึ่งสามารถช่วยปกปิดได้ นอกจากราชการวางแผนการบีบเก็บน้ำนมเป็นเวลาจังหวะ ให้ผู้ให้ช้อนมูลสามารถจัดสรรเวลาในการบีบเก็บน้ำนมได้มีรายละเอียดดังนี้

“เพื่อนในกลุ่มแนะนำให้ผ้าคลุมบีบเก็บน้ำนม เป็นผ้าแบบหนา มองไม่เป็นเต้านมเวลาบีบนมช่วยให้เวลาไปไหนมาให้คนละគากขึ้น บางทีมีที่นั่งบีบนมให้ บางแห่งก็ไม่จัดให้ บางที่ต้องบีบในรถ” (กรณีศึกษาที่ 10)

“พยาบาลแนะนำว่าให้วางแผนการบีบว่าจะบีบช่วงไหนบ้าง ต่อวันคือ 8 รอบ เริ่มตอน ตี 4 แปดโมง สิบโมงเช้า บ่ายสอง สิบห้าเย็นก่อนกลับบ้าน ถึงบ้านตอนห้าโมงเย็น สองทุ่ม เที่ยงคืน พ้อวางแผนแล้วจะไปอกบ้าน หรือที่ทำงาน เราจะไปช่วงเวลาที่เราไม่ได้กำหนดการบีบเก็บน้ำนม” (กรณีศึกษาที่ 12)

3) ครอบครัวขาดความเข้าใจในความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ นอกจากครอบครัวจะเป็นแรงสนับสนุนสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ยังเป็นเงื่อนไขสำคัญที่จะทำให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไม่ประสบความสำเร็จ ดังนั้นผู้ให้ช้อนมูลแก้ไขปัญหาโดยการทำความเข้าใจ พูดโน้มน้าวให้เห็นถึงความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับครอบครัว การประสบความสำเร็จและแสดงผลของความสำเร็จ เช่น การประหยัดค่าใช้จ่าย และความแข็งแรงของลูกที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีรายละเอียดดังนี้

“ในช่วงแรก ต้องหาอุปกรณ์ บางที่ต้องตื่นมาบีบเก็บน้ำนม ต้องบีบเป็นช่วงเวลา มันดูยุ่งยาก สามีเลยบอกให้ใช้มัฟฟบ้าง แต่หนูก็พยายามอดทนต่อไป พอกสามีเห็นว่ามันประหยัด ลูกก็ไม่เข้าโรงพยาบาลเมื่อ晚บ้านอื่น เขาเลยเห็นด้วยช่วยสนับสนุน” (กรณีศึกษาที่ 10)

“ที่บ้านแม่จะลงสารหวาน เวลาอังทิวนม บางที่นมก็ไม่ออ แม่จะบอกให้ซ่อนมัฟ แต่ที่บ้านจะไม่มีมัฟเก็บไว้เลย ถูกท้ายก็ต้องกินนมแม่” (กรณีศึกษาที่ 12)

“ตอนไปคลินิกนั่นแม่ บางทีแม่กับสามีไม่ได้พูดด้วย แม่ช่วยเดียงกีโม่เข้าใจ เพราะนมผง มันสะอาด ก็อบก่อว่ากินแล้วลากมือเมื่อกี๊พยาบาลพูดให้เข้าใจ แรก ๆ กี๊ยังบอกว่าให้นมผง บ้างกีได้ แต่พอทำได้ กี๊น 3 เดือนแรก เริ่มเข้าใจแล้วกีซิน” (กรณีศึกษาที่ 17)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 38 คน ซึ่งเป็นแม่ที่คลอดจากโรงพยาบาลนครปฐม และสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวได้ครบ 6 เดือนหรือมากกว่านั้น ซึ่งพบว่าประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือน ที่ประสบความสำเร็จ มีเงื่อนไขที่ทำให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ประสบความสำเร็จประกอบไปด้วยแรงจูงใจภายในตัวเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งเป็นเงื่อนไขที่เกิดจากตัวแม่เอง ทั้งในด้านค่านิยมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ การรับรู้ถึงประโยชน์จากคุณค่าของนมแม่ และการรับรู้ประโยชน์ในแง่ของ การประยัดค่าใช้จ่าย นอกจากนี้ยังมีเงื่อนไขจากภายนอกคือการได้รับการสนับสนุนที่ทำให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จเกิน 6 เดือน ซึ่งได้รับการสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัวและเพื่อนสนิท การสนับสนุนจากบุคลากรทางการแพทย์ ทั้งนี้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นกิจกรรมที่เกิดปัญหาและอุปสรรคขึ้นได้มากมาย ซึ่งผู้ให้ข้อมูลหลักมีการฝ่าฟันอุปสรรคและหาทางแก้ไขปัญหาขณะให้นมแม่ โดยอุปสรรคที่เกิดขึ้นเกิดจากสรีระของเต้านมแม่ ซึ่งแม่แก้ปัญหาโดยการหาข้อมูลจากแหล่งข้อมูลออนไลน์ การสอบถามจากผู้ให้บริการทางสุขภาพผ่านสื่อออนไลน์ ความสะอาดในเรื่องสถานที่ปีบเก็บน้ำนม แก้ปัญหาโดยการใช้อุปกรณ์ช่วยปิดเต้านม และการวางแผนในการปีบเก็บน้ำนมปัญหาเรื่องครอบครัวขาดความเข้าใจในความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีแนวทางในการแก้ปัญหาโดย

การแสดงผลลัพธ์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการโน้มน้าวให้ครอบครัวรับรู้ถึงประโยชน์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

การอภิปรายผลการวิจัย

ประเด็นที่ 1 แรงจูงใจภายในตัวเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

แม่ที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำเร็จเกิน 6 เดือนนั้นจากการวิจัยครั้งนี้พบว่าจะต้องมีพลังในตัวของแม่ แม่ต้องมีแรงจูงใจ โดยมีความตั้งใจอย่างมากที่จะต้องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวให้สำเร็จ สอดคล้องกับผลสรุปการประชุมของสมาคมพยาบาลนมแม่แห่งประเทศไทย⁵ การที่แม่จะตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แสดงว่าแม่มีความตระหนักรู้แล้วว่านมแม่นั้นดี ความตั้งใจนี้ทำให้แม่พยายามที่จะหาข้อมูลและความรู้ต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ สอดคล้องกับการวิจัยในประเทศไทย ออสเตรเลียเรื่อง การตั้งใจเลี้ยงนมแม่ พบร่วมมีความตั้งใจที่จะเลี้ยงนมแม่ บรรทัดฐานของชุมชนที่แม่อศัยอยู่ ว่าต้องการให้แม่เลี้ยงนมแม่ และแรงสนับสนุนของสังคมครอบครัว ทำให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จ และถ้าพยาบาลให้คำแนะนำ ช่วยเหลือ ดูแลอย่างใกล้ชิด แม่จะตั้งใจเลี้ยงนมตันเองให้สำเร็จยิ่งขึ้น¹⁵⁻¹⁶ ทั้งนี้การเกิดแรงจูงใจ และความตั้งใจที่แม่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นั้น จากผลการวิจัยประกอบไปด้วย การรับรู้ถึงประโยชน์ที่เกิดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ นั้นคือ ประโยชน์ในแง่ของคุณประโยชน์จากนมแม่แก่ลูก และประโยชน์ในแง่ของเศรษฐกิจล่าวคือสามารถประหยัดค่าใช้จ่ายที่เกิดจากการซื้อนมผง เงื่อนไขทั้ง 2 สนับสนุนให้เกิด แรงจูงใจ ทำให้แม่ตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จนประสบความสำเร็จ ผลการวิจัยในประเด็นนี้สอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีแบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ ที่กล่าวถึงการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรม (Perceived benefits of behaviors) บุคคลจะมีความโน้มเอียงสูงที่จะเริ่มหรือ

มีพัฒนาระบบที่ ๑ อย่างต่อเนื่องถ้ารับรู้ว่าพัฒนาระบบที่ ๑ มีประโยชน์ต่อสุขภาพ เช่นเดียวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เมื่อผู้ให้ข้อมูลหลัก รู้ว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทำให้ลูกมีสุขภาพดี นอกจากนี้ยังช่วยประหยัดค่าใช้จ่าย อีกด้วย จึงทำให้เกิดแรงจูงใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ อย่างต่อเนื่อง¹⁷ สำหรับค่านิยมของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ที่ผู้ให้ข้อมูลหลักได้รับมาจากการกลุ่มเพื่อน ผู้ที่อยู่ในกลุ่มการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ผู้ให้บริการสุขภาพในคลินิก นัมแม่ และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล ที่ให้ข้อมูล ซึ่งแจ้งถึงคุณประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จนเกิดค่านิยมที่เชื่อว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ดีกว่าวนัมพง เกิดความรู้สึกด้านบวก และเห็นถึงความจำเป็นของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำให้พยายามฝ่าฟัน อุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จนสามารถผ่านพ้นได้ ดังนั้นค่านิยมของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จึงเป็นเงื่อนไข และกลไกให้แม่พยายามที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อไป จนประสบความสำเร็จ เช่นเดียวกับหากแม่ มีค่านิยมที่อาจเกิดจากอิทธิพลของการโฆษณา ว่าการกินนมพงดีกว่าวนัมพง นมพงมีสารอาหารบางอย่างที่นัมแม่ไม่มี แม่ย่อมไม่เกิดแรงจูงใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เท่านั้น¹⁸

ประเด็นที่ ๒ สิ่งสนับสนุนที่ทำให้แม่เลี้ยงนัมแม่ สำเร็จได้แก่ ได้แก่บุคคลในครอบครัว สามี ญาติพี่น้อง คนในบ้านที่ช่วยกันส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สามี ช่วยแบ่งเบาภาระภรรยา ช่วยกันเลี้ยงดูลูก นอกจากนี้ การได้รับการช่วยเหลือจากผู้ให้บริการสุขภาพ ในแขวง การให้ข้อมูล การช่วยเหลือต่างๆ ได้รับการสนับสนุน จากคลินิกนัมแม่ ซึ่งมีการให้บริการตามแนวทางบันได ๑๐ ขั้น ท่องค์กรอนามัยโลก กำหนดเป็นต้นแบบ เหล่านี้ ล้วนเป็นการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ซึ่งการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ กับสุขภาพใน ๓ ด้าน¹⁹ กล่าวคือ ๑) ช่วยปรับความรู้สึกนึกคิดของบุคคลตลอดจนพัฒนาระบบที่ทางสุขภาพ ๒) ช่วยให้บุคคล

รู้สึกว่าชีวิตมีคุณค่า ๓) ช่วยให้เกิดพัฒนาระบบที่ส่งเสริมสุขภาพ ทั้งนี้ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยที่สามารถทำนายการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว ๖ เดือนในมาตราหลังคลอด ได้แก่การสนับสนุนจากสามีหรือญาติ และการสนับสนุนจากพยาบาล สามารถร่วมกันทำนายการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว ๖ เดือนได้²⁰ นอกจากนี้ สิ่งสนับสนุนที่สำคัญได้แก่บุคลากรทางการแพทย์ พยาบาล ต้องปฏิบัติตามบันได ๑๐ ขั้น ถือความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพื่อสนับสนุนให้แม่รู้วิธีเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และวิธีคงไว้ซึ่งปริมาณน้ำนม ที่เพียงพอแม้ว่าจะต้องแยกจากลูกไปทำงาน¹⁸

ประเด็นที่ ๓ การฝ่าฟันอุปสรรคและหาทางแก้ไขปัญหาขณะให้นัมแม่ ปัญหาอุปสรรคคือแรงผลักดันที่ทำให้เกิดความสำเร็จได้ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงให้เห็นว่าแม่สามารถจัดการอุปสรรคได้ด้วยตนเอง ทั้งนี้ อุปสรรคที่เกิดขึ้นเกิดจากปัญหารื่องหัวนมได้แก่ หัวนมบอด ตัน เต้านมอักเสบ และ บริโภคน้ำนมอย่างทั้งนี้ผู้ให้ข้อมูลแก่ไขโดยจากสอบถามจากผู้ให้บริการสุขภาพ แต่พบว่ามีการหาข้อมูลการแก้ปัญหาจากแหล่งข้อมูลออนไลน์ จากหน่วยงานภาครัฐ ซึ่งเป็นแหล่งข้อมูลที่แม่ตรวจสอบความน่าเชื่อถือก่อนนำไปแก้ปัญหาการให้นมลูกของตนเอง นอกจากนี้การหาวิธีการแก้ปัญหาจากสถานที่ในการเก็บบีบเก็บน้ำนม ผู้ให้ข้อมูลหลัก แก้ปัญหาด้วยการวางแผนเวลาการบีบเก็บน้ำนม และการใช้อุปกรณ์ปอกปิดเต้านม ซึ่งวิธีการแก้ปัญหาเหล่านี้ ผู้ให้ข้อมูลได้รับข้อมูลคำแนะนำจากกลุ่มเพื่อน ผู้ให้บริการทางสุขภาพ และสื่อออนไลน์ จากผลการวิเคราะห์ทั้ง ๒ ประเด็นนี้แสดงให้เห็นว่าข้อมูลสุขภาพเป็นกลไกสำคัญของการแก้ไขปัญหาจากอุปสรรคในการให้นัมแม่ สอดคล้องกับแนวคิดความรอบรู้ทางสุขภาพ (health literacy)²¹ ที่อธิบายว่า การที่บุคคลเข้าถึงข้อมูล และสามารถนำข้อมูลมาประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพของตนได้ จะเกิดพัฒนาระบบที่เหมาะสม และยังส่งผลให้มี

ผลลัพธ์ทางสุขภาพที่ดี เช่นเดียวกับแม่ที่สามารถค้นหาข้อมูลจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย โดยเลือกแหล่งข้อมูลจากผู้ให้บริการสุขภาพของรัฐ เช่น โรงพยาบาลของรัฐ นอกจากนี้การเข้าถึงผู้ให้บริการสุขภาพได้สะดวก สามารถสอบถามข้อมูล หรือข้อสงสัยได้สะดวกรวดเร็ว สามารถแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง จนอุปสรรคที่เกิดขึ้นลดน้อยลง ทำให้ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

นอกจากนี้ การที่ครอบครัวขาดความเข้าใจในความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นอุปสรรคที่สำคัญต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เช่นกันจากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่าผู้ให้ข้อมูลหลักแก่ปัญหาโดยการพูดคุยโถนั่นน้ำใจครอบครัวเห็นถึงประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ รวมไปถึงผลลัพธ์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งส่งผลให้ครอบครัวมีความเข้าใจ และทำให้ครอบครัวสนับสนุนให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งผลการวิเคราะห์ที่ในประเด็นนี้สามารถอธิบายด้วยแนวคิดทฤษฎีแบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพ ที่กล่าวถึงการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรม เมื่อครอบครัวเห็นประโยชน์จากนมแม่ครอบครัวก็จะมีความโน้มเอียงที่จะสนับสนุนผู้ให้ข้อมูลหลักเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เนื่องจากรับรู้ว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นั้นมีประโยชน์ต่อสุขภาพของทารก¹⁷

จากประเด็นการฝ่าฟันอุปสรรคและทางทางแก้ไขปัญหาขณะให้นมแม่สรุปได้ว่า เมื่อผู้ให้ข้อมูลหลักมีปัญหาต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ผู้ให้ข้อมูลหลักจะพยายามหาวิธีแก้ปัญหา ด้วยแรงจูงใจภายในและความตั้งใจอย่างให้ลูกได้รับนมแม่ ซึ่งผู้ให้ข้อมูลรับรู้ว่ามีคุณประโยชน์ต่อลูก และมีค่านิยมว่า นมแม่ดีกว่านมผง ผู้ให้ข้อมูลหลักจึงพยายามหาข้อมูล หรือขอคำปรึกษาจากผู้รู้ เช่นคนที่มีประสบการณ์มาก่อน เพื่อแก้ไขอุปสรรคจนทำให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องเกินกว่า 6 เดือน

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากการวิจัยสนับสนุนว่าค่านิยมที่เชื่อว่านมแม่ดีกว่านมผง การรับรู้ถึงประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สามารถสนับสนุนให้แม่พยายามฝ่าฟันอุปสรรคที่เกิดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ดังนั้นบุคลากรด้านสุขภาพจึงควรมีการให้ข้อมูลและประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้ภาครัฐควรมีการกระตุ้นให้เกิดค่านิยมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ นอกจากนี้การสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัว และบุคลากรทางสุขภาพยังช่วยสนับสนุนให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ประสบความสำเร็จ ดังนั้น จึงควรมีการสร้างเครือข่ายการช่วยเหลือโดยการสร้างกลุ่มช่วยเหลือจากบุคลากรสุขภาพ และกลุ่มผู้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ข้อค้นพบที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ การเข้าถึงข้อมูลสุขภาพที่มีคุณภาพและน่าเชื่อถือเป็นเงื่อนไขที่ทำให้สามารถผ่านพ้นอุปสรรคจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ ดังนั้นผู้เกี่ยวข้องจึงควรมีการพัฒนาแหล่งข้อมูลและช่องทางการให้ข้อมูลสุขภาพที่ตอบสนองต่อการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นของผู้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ข้อค้นพบจากการวิจัยนี้คือการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพ และการประยุกต์ใช้ข้อมูลสุขภาพในการดูแลตนเอง เป็นวิธีการในการแก้ไขอุปสรรคของแม่ที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือน ซึ่งข้อมูลสุขภาพเหล่านี้ช่วยทำให้แม่สามารถดูแลตนเอง และแก้ไขปัญหาสุขภาพในเบื้องต้นได้ ดังนั้นในการวิจัยครั้งต่อไปควรศึกษาและพัฒนาวัตกรรมแนวทางการเผยแพร่ข้อมูลเกี่ยวกับการช่วยเหลือแม่ที่มีปัญหาจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพื่อให้ประชาชนกลุ่มเป้าหมายได้เข้าถึงข้อมูลสุขภาพ และสามารถนำข้อมูลสุขภาพเหล่านี้ไปใช้ในการแก้ไขปัญหาสุขภาพของตนเองต่อไป

เอกสารอ้างอิง

1. Jirapaet K. Breastfeeding. importance of human resource development. In: Vongmongkol N, editor. Manual breastfeeding training guide. Bangkok: War Veterans Organization Office of Printing Mill; 2010. (in Thai)
2. Vichitsukon K, Sangperm P, Watthayu N, Ruangiratain S, Payakkaraung S. Breastfeeding. Bangkok: Pre-one; 2012. (in Thai)
3. Loompikanon P. President's message of the Royal Thai College of Obstetrics and Gynecologists. In: Puapornpong P, leamjirakul K, Choomtoo S, Damroongwongsiri A, editors. Clinical practice of breastfeeding. Bangkok: Beyond enterprise; 2016. (in Thai)
4. National Statistical Office of Thailand. Final report Thailand survey situation children and women in Thailand 2015-2016 [revised edition 1 July 2017] [Internet]. 2017 [cited 2019 Oct 23]. Available from: <http://www.ratchakicha.soc.go.th/DATA/PDF/2560/A/072/1.PDF> (in Thai)
5. Payakkaraung S. Hot issue and challenge in breastfeeding. In: Vichitsukon K, editor. Join forces, Create Breastfeeding Job Development Conference; 2019 Nov 6-8. Bangkok: 2019. (in Thai)
6. Choosri O. Family love bond tambon project fiscal year 2017 [Internet]. 2017 [cited 2017 Oct 22]. Available from: <http://localfund.happynetwork.org/paper/10247> (in Thai)
7. Suebsai P. Sustainable development breastfeeding corner in work place [Internet]. Bangkok: Thai Breastfeeding Center Foundation; 2017 [cited 2017 Oct 23]. Available from: <https://library.thaibf.com/handle/023548404.11/350>
8. Tawornwattana S. Breaking the barrier: breastfeeding at the beginning. Sustaining Breastfeeding Together; 6th Nation Breastfeeding Conference; Bangkok. Nonthaburi: PNS creation; 2017. p. 59-63. (in Thai)
9. Ministry of Public Health. Action Follow Code of Marketing of Breastmilk Substitutes 2018 31st July 2018 at NPH [Press release]. Nonthaburi: Ministry of Public Health; 2018. (in Thai)
10. World Health Organization. Infant and young child feeding: fact sheet update July 2017 [Internet]. Geneva: World Health Organization; 2017 [cited 2020 Mar 15]. Available from: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs342/en/>
11. Nakorn Prathom Hospital. Obstetric statistic PCT 2013-2018. exclusive breastfeeding 6 months from NPH. Nakorn Prathom: Nakorn Prathom Hospital. (in Thai)
12. Chin L, Amir LH. Survey of patient satisfaction with the breastfeeding education and support services of the Royal Women's Hospital, Melbourne. BMC Health Services Research 2008;8:83.

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

