

มารดาที่ทำงานนอกบ้านส่วนใหญ่ไม่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ด้วยการเตรียมพร้อมก่อนกลับไปทำงาน การศึกษาวิจัยเชิงบรรยายแบบตัดขวาง เพื่อศึกษา ความเชื่อ และพฤติกรรมเตรียมตัวเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง ในมารดาหลังคลอดที่มีอาชีพทำงานนอกบ้าน จำนวน 85 ราย ที่คลอด ณ โรงพยาบาลศูนย์ขอนแก่น ช่วงระหว่างเดือน กรกฎาคม ถึงเดือน ตุลาคม พ.ศ. 2549 และให้นมมารดาในช่วง 6 สัปดาห์แรกหลังคลอด

ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยร่วมส่วนบุคคลในการสนับสนุนการรับรู้ คือ มารดาส่วนใหญ่ อยู่ช่วงอายุ 20-34 ปี (ร้อยละ 84.7) มีการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา (ร้อยละ 68.2) มีรายได้ของครอบครัวต่อเดือนช่วง 5000-10000 บาท (ร้อยละ 51.7) โดยมารดาที่เคยมีประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับการทำงานนอกบ้านมีจำนวนใกล้เคียงกับกลุ่มที่ไม่เคยมีประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับการทำงานนอกบ้าน (ร้อยละ 48.2 และร้อยละ 51.8 ตามลำดับ) ส่วนการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องที่สำคัญ คือ แหล่งข้อมูลที่มาจากการศึกษาด้วยตนเอง (ร้อยละ 96.5) ได้รับความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาจากสมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก พยาบาลเป็นบุคลากรที่มารดาได้รับความรู้ในเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาสูงสุด (ร้อยละ 88.2) เป็นที่น่าสังเกตว่า มารดาของตนเองและของสามีนับเป็นบุคคลที่เป็นทั้งผู้ให้ความรู้และให้กำลังใจสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่อง ถึงร้อยละ 81.2 และ 95.3 แต่กลับพบว่า มารดาได้รับการช่วยเหลือสนับสนุนน้อยจากเจ้าหน้าที่ที่สุขภาพทั้งในด้านการวางแผนจัดเตรียมและการเยี่ยมบ้าน เพียงร้อยละ 27.1 และ 9.4 ตามลำดับ ส่วนการสนับสนุนจากสถานที่ทำงานเฉลี่ยร้อยละ 34.8

มารดาร้อยละ 89.3 ยอมรับประโยชน์และคุณค่าของนมแม่ต่อสุขภาพของมารดา เช่น ผลต่อรูปร่าง (ร้อยละ 80.0) ลดโอกาสเกิดมะเร็งเต้านม (ร้อยละ 81.2) รวมทั้งผลดีต่อสุขภาพของลูก เช่น เจริญเติบโตสมวัย (ร้อยละ 98.8) สติปัญญาดี (ร้อยละ 96.5) เพราะนมแม่เป็นอาหารที่ดีที่สุด (ร้อยละ 96.5) มารดาทุกรายยอมรับว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ช่วยประหยัดรายจ่ายของครอบครัว แต่ยังไม่

มั่นใจคุณค่าของนมแม่ที่บีบเก็บไว้ (ร้อยละ50.6) ยังมีมารดาส่วนน้อย (ร้อยละ23.5) ที่คิดว่า การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นเรื่องยุ่งยาก แม้ว่ามารดาร้อยละ69.4ยอมรับว่าตนเองสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ขณะไปทำงานได้และมารดาร้อยละ45.9 ไม่เห็นด้วยว่าการบีบเก็บนมแม่เป็นเรื่องยุ่งยากแต่ มารดาเกือบครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ48.2) ที่ไม่มั่นใจเกี่ยวกับปริมาณของน้ำนมแม่ที่ตนเองบีบเก็บได้และ ไม่มั่นใจในการป้อนนมแม่ด้วยแก้วสูงถึงร้อยละ60.0

การรับรู้เกี่ยวกับผลกระทบของการเลี้ยงลูกด้วยนมผสมต่อสุขภาพของลูกอยู่ในเกณฑ์ดี มารดาร้อยละ83.5 รับรู้ว่ามีนมผสมเพิ่มโอกาสเจ็บป่วยด้วยโรคท้องร่วงและมารดาร้อยละ78.8 ยอมรับว่านมผสมเพิ่มโอกาสเป็นโรคมุมิแพ้ มารดาเพียงร้อยละ37.6 เห็นด้วยว่านมผสมช่วยให้ลูก ตัวโต และมารดาร้อยละ47.1 ที่เห็นด้วยว่านมผสมทำให้เกิดอันตรายถึงชีวิตได้ อย่างไรก็ตามมารดา ส่วนใหญ่ยอมรับว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ขณะทำงานทำให้เหนื่อยมากขึ้น (ร้อยละ94.1) และ ระยะเวลาในการเดินทางเป็นอุปสรรคในการเก็บนม (ร้อยละ65.9) แต่มีมารดาส่วนน้อยที่คิดว่าต้อง ให้ออกก่อนไปทำงาน (ร้อยละ14.1)

ในช่วง 6 สัปดาห์แรกหลังคลอดมารดาร้อยละ 47.1 สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว ฝึกบีบน้ำนมตนเองด้วยมือ (ร้อยละ57.6) ฝึกป้อนนมแม่ด้วยแก้ว (ร้อยละ23.5) ฝึกบีบเก็บรักษา นมแม่ในตู้เย็น (ร้อยละ16.5) ทดลองใช้นมแม่แช่เย็น (ร้อยละ21.2) มีการวางแผนบีบเก็บนมแม่ขณะ ทำงาน (ร้อยละ31.8) จัดตารางเวลาในการให้นมลูก (ร้อยละ98.2) มารดาทุกรายเตรียมบุคคลที่ ช่วยเลี้ยงลูกขณะไปทำงาน

ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่าการรับรู้ประโยชน์และวิธีการเตรียมตัวเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่าง ต่อเนื่องไม่สอดคล้องกับพฤติกรรมเตรียมตัวเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง ก่อนกลับไป ทำงาน เนื่องจากมารดาขาดความมั่นใจในการบีบเก็บนม การป้อนนมแม่ด้วยแก้ว รวมทั้งคุณค่า ของน้ำนมแม่ที่บีบเก็บแช่เย็นไว้ และมีข้อเสนอแนะว่าเจ้าหน้าที่ทางการแพทย์และสาธารณสุขควร เพิ่มการช่วยเหลือมารดาขณะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระยะหลังคลอดที่บ้านให้มากขึ้น

Most mothers who work outside the home are unsuccessful at breastfeeding due to a lack of preparation prior to returning to work. This descriptive cross-sectional research aimed to study the beliefs and behavior of 85 postpartum working mothers who had given birth at Khon Kaen Central Hospital from July to October 2006 and breastfeed their babies for the first 6 weeks postpartum.

The findings of this study indicated that the demographic modifying factors in support of perception included the following: most of the mothers (84.7%) were aged 20-34 years old with secondary school levels of education (68.2%) and low family incomes of 5,000 – 10,000 baht per month (51.7%). The number of mothers who had experience with breastfeeding and working outside the home was similar to the number of mothers who had no experience in combining breastfeeding with employment (48.2% and 51.8%, respectively). The significant social supports for continual breastfeeding were: sources of data the women studied themselves (96.5%); attention to information presented by the hospital wherein nurses represented the healthcare team members from which the mothers received the greatest amount of information, and learning from the booklet on mother and infant health (88.2%). It was interesting to note that the level of social support from the women's family members (their own mothers and husbands) was higher than that of healthcare providers (81.2% and 95.3%, respectively). On the contrary, however, it was also found that few of the women received assistance support from healthcare providers both plan to prepared and home visits (27.1% and 9.4%, respectively) while support from places of employment averaged 34.8%.

89.3% of the mothers realized the benefits and value of breastfeeding toward maternal health e.g. getting back into shape with ease (80.0%) and decreased risk for breast cancer (81.2%), as well as the positive effects on their babies e.g. rapid growth (98.8%); intelligence (96.5%); and the superior quality of breast milk as the preferred food for infants (96.5%). All of the mothers admitted that breastfeeding helped to save money for family expenses, but were uncertain regarding the quality of expressed breast milk that had been stored (50.6%). And few of the mothers (23.5%) thought that breastfeeding their babies was a matter of difficulty, even though 69.4% of the mothers admitted that they would be able to breastfeed their babies after returning to work and 45.9% of the mothers disagreed that expressing and storing breast milk was a matter of difficulty. Nearly half of the mothers (48.2%), however, were uncertain about the milk supplies that they would be able to express and store while a high number (60.0%) were uncertain about feeding their babies' breast milk from a glass.

Perception of the impact of formula feeding on infant health was within a good range as 83.5% of the mothers perceived infant susceptibility to morbidity in the form of diarrhea as a result of bottle-feeding but lacked basic knowledge of the severity from bottle-feeding and 78.8% admitted that formula-feeding increased the chance of allergies. Only 37.6% of the mothers agreed that formula enhanced the growth of their babies and 47.1% agreed that formula-feeding could be life-threatening. Nevertheless, most of the mothers admitted that breastfeeding while working increased their fatigue (94.1%) and that the period of time spent traveling was an obstacle to storing breast milk (65.9%). Few of the mothers, however, (14.1%) thought that they had to wean their babies from breast milk before returning to work.

During the first 6 weeks postpartum, 47.1% of the mothers were able to exclusively breast feed their babies while 57.6% of them practiced expressing breast milk by hand, 23.5% of the mothers fed their babies breast milk by a glass or cup, 16.5% practiced storing breast milk in the refrigerator, 21.2% tried using the milk stored in the refrigerator and 31.8% of the mothers had plans for expressing and storing breast milk after they returned to work. 98.2% of the mothers arranged breastfeeding schedules their babies. All of the women prepared someone to care for their babies when they returned to work.

The research findings indicate that the perceptions of the benefits of breast milk and preparation methods for continued breastfeeding fail to correspond with the preparation behaviors

of the women in terms of readiness for continued breastfeeding before returning to work because the mothers continued to lack confidence in the practice of expressing and storing breast milk, feeding their babies with a glass and the value of express breast milk that has been stored. It is recommended, therefore, that medial staff and public healthcare officials should increase the amount of breastfeeding assistance provided for mothers during the postpartum period for mothers.