

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

1. สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง แรงสนับสนุนจากครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ความเครียดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ ภาวะซึมเศร้า หลังคลอดของมารดาครรภ์แรกที่ยังเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยการควบคุมปัจจัยส่วนบุคคล ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

กลุ่มตัวอย่าง เป็นมารดาครรภ์แรกคลอดปกติ มาตรวจหลังคลอดที่แผนกวางแผนครอบครัวโรงพยาบาลร้อยเอ็ด เลือกกลุ่มตัวอย่างโดยการสุ่มแบบเจาะจงตามคุณสมบัติ จำนวน 110 ราย เก็บข้อมูลตั้งแต่เดือนพฤษภาคม ถึง กรกฎาคม 2549

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบประเมินแรงสนับสนุนจากครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แบบประเมินความเครียดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แบบประเมินภาวะซึมเศร้าหลังคลอด ของแม่หลังคลอดครรภ์แรกที่ยังเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

แรงสนับสนุนจากครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ($r = -.465, p < 0.05$) แสดงว่ามารดาหลังคลอดที่ได้รับแรงสนับสนุนจากครอบครัวในระดับสูง ทำให้มารดาสามารถเผชิญปัญหา ที่เกิดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ได้อย่างเหมาะสม ไม่เกิดความเครียดหรือมีความเครียดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับต่ำ สมมติฐานการวิจัยที่ว่าแรงสนับสนุนจากครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จึงได้รับการสนับสนุน

แรงสนับสนุนจากครอบครัว มีความสัมพันธ์ทางลบ กับ การเกิดภาวะซึมเศร้าหลังคลอดของมารดา ($r = -.509, p < 0.05$) แสดงว่ามารดาที่ได้รับแรงสนับสนุนจากครอบครัวในระดับสูง เมื่อเกิดปัญหาจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ปัญหาดังกล่าวก็จะได้รับการแก้ไข ทำให้มารดามีความเสี่ยงในการเกิดภาวะซึมเศร้าหลังคลอดในระดับต่ำ สนับสนุนสมมติฐานการวิจัยที่ว่าแรงสนับสนุนจากครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีความสัมพันธ์ทางลบกับการเกิดภาวะซึมเศร้าหลังคลอด

ความเครียดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเกิดภาวะซึมเศร้าหลังคลอด ($r = 0.64, p < 0.05$) แสดงว่ามารดาที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เมื่อเกิดปัญหาจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แล้ว ปัญหาที่เกิดขึ้นไม่ได้รับการแก้ไข หรือ ถ้าจัดให้หมดไป ทำให้เกิดความเครียดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และกลายเป็นความเครียดสะสมทำให้มารดา เกิดความรู้สึกเบื่อหน่าย เหนื่อยล้า

และท้อแท้ ถ้ามีอาการมากจนไม่สามารถดำเนินชีวิตได้ตามปกติ มารดาก็จะมีพฤติกรรมที่เบี่ยงเบน เช่น ขาดสมาธิ มีความสับสน เกิดความรู้สึกหดหู่ รู้สึกว่าตนเองไร้ค่า กลายเป็นภาวะซึมเศร้าหลังคลอดได้ สมมติฐานที่ว่าความเครียดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเกิดภาวะซึมเศร้าหลังคลอดจึงได้รับการสนับสนุน สรุปว่าผลการวิจัย สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ทั้ง 3 ข้อ

ในด้านปัจจัยส่วนบุคคลพบว่า อายุของมารดามีความสัมพันธ์ทางบวกกับแรงสนับสนุนจากครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ($r=.5, p < 0.05$) อายุของมารดาและ รายได้เฉลี่ยของครอบครัว มีความสัมพันธ์ทางลบ กับความเครียดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ($r=-.2$ และ $r=-.2$ ตามลำดับ, $p < 0.05$) นอกจากนั้นแล้วอายุของมารดายังมีความสัมพันธ์ทางลบ กับภาวะซึมเศร้าหลังคลอด($r=-.3, p < 0.05$) ปัจจัยส่วนบุคคลอื่นๆ เช่น การศึกษา อาชีพของมารดาไม่มีความสัมพันธ์ กับแรงสนับสนุนจากครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ความเครียดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ ภาวะซึมเศร้าหลังคลอด

เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แรงสนับสนุนจากครอบครัว และภาวะซึมเศร้าหลังคลอด โดยการควบคุมปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า ความเครียดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มังมีความสัมพันธ์ทางลบกับแรงสนับสนุนจากครอบครัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แต่มีค่าของระดับความสัมพันธ์ที่ลดลง ($r=-.402, p < 0.05$) แรงสนับสนุนจากครอบครัวยังมีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้าหลังคลอดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ค่าของระดับความสัมพันธ์ของตัวแปรทั้งสองก็ลดลงเช่นเดียวกัน ($r=-.379, p < 0.05$) ในทำนองเดียวกัน ความเครียดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ก็ยังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้าหลังคลอดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แต่มีค่าของระดับความสัมพันธ์ลดลงเช่นเดียวกัน ($r=.604$)

สรุปได้ว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ความเครียดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แรงสนับสนุนจากครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และภาวะซึมเศร้าหลังคลอดในมารดาที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีความสัมพันธ์กัน

2. ข้อเสนอแนะ

2.1 การนำไปใช้ด้านการพยาบาลครอบครัว

จากผลการวิจัยพบว่า แรงสนับสนุนจากครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยเฉพาะแรงสนับสนุนจากสามี มารดาตนเอง มารดาสามี มีความสำคัญในการส่งเสริมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ดังนั้น บุคคลเหล่านี้จึงควรได้รับความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ปัญหาที่เกิดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และแนวทางแก้ไข เพื่อให้บุคคลเหล่านี้ สามารถให้การสนับสนุนและช่วยเหลือให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้เป็นเวลานานอย่างน้อย 6 เดือน การส่งเสริมให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นการเฝ้าระวังไม่ให้เกิดความเครียดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และป้องกันการเกิดภาวะซึมเศร้าหลังคลอดด้วย

ดังนั้น พยาบาลประจำครอบครัวจึงควรประเมินการได้รับแรงสนับสนุนจากครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การส่งเสริมให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นการเฝ้าระวังไม่ให้เกิดความเครียดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และป้องกันการเกิดภาวะซึมเศร้าหลังคลอดด้วย

2.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. การศึกษาครั้งนี้พบว่ามารดามีความตั้งใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างน้อย 4-6 เดือน ในระดับสูง ดังนั้นจึงควรศึกษาว่ามารดาหลังคลอด 4- 6 เดือน ยังคงเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างที่ตั้งใจหรือไม่ และควรศึกษาแรงสนับสนุนจากครอบครัวเมื่อลูกอายุ 4- 6 เดือน ว่าอยู่ในระดับใด และมีความเครียดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หรือไม่ เพื่อนำไปวางแผนช่วยให้มารดาหลังคลอดสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้นานอย่างน้อย 6 เดือน

2. การศึกษาครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างเป็นมารดาครรภ์แรกที่อยู่ในครอบครัวขยาย จึงควรมีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง ความเครียดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แรงสนับสนุนจากครอบครัวและภาวะซึมเศร้าหลังคลอดในมารดาครรภ์แรกที่อยู่ในครอบครัวเดี่ยว ซึ่งเป็นรูปแบบครอบครัวที่พบมากขึ้นในสังคมปัจจุบัน