การศึกษาช่วงเวลาและปัจจัยสำคัญของแม่และผู้ดูแลเด็กในการเริ่มต้นเลี้ยงลูกด้วยนมผสมหรืออาหารอื่นในกรุงเทพมหานคร

Study on period and major factors for mothers and babysitter in the beginning of babyfeeding with powdered milk or other foods in Bangkok

จัดทำโดย

ชื่อผู้วิจัย นางชนัญชิดา สมสุข

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

กลุ่มงานอนามัยแม่และเด็ก

สำนักส่งเสริมสุขภาพ

กรมอนามัย

บทคัดย่อ

นมแม่เป็นอาหารที่ดีที่สุดสำหรับลูกซึ่งมีสารอาหารมากกว่า 200 ชนิด มีสัดส่วนอาหารที่เหมาะสมทั้งปริมาณและคุณภาพ ตามคำแนะนำขององค์การอนามัยโลกทารกควรได้กินนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน หลังจากนั้นกินนมแม่ควบคู่กับอาหารตามวัยจนถึง 2 ปีหรือนานกว่านั้น งานวิจัยนี้เป็นการศึกษา เชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ เพื่อศึกษาช่วงเวลาและปัจจัยที่แม่เริ่มต้นให้เด็กกินนมผสม และ/ หรืออาหารอื่นและปัจจัยความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยเก็บข้อมูลแม่หรือผู้ดูแลหลักของเด็กอายุตั้งแต่แรกเกิด – 3 ปี ในกรุงเทพมหานคร และวิเคราะห์ข้อมูลเป็นสถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และหาความสัมพันธ์โดยการวิเคราะห์ Chi-square test ผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด 356 คน และสัมภาษณ์เชิงลึก 15 ท่าน วิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา พบว่าช่วงเวลาที่แม่หรือผู้ดูแลหลัก เริ่มต้นให้ลูกเริ่มกินน้ำเปล่าเร็วสุดเฉลี่ยคือ 1 เดือน 7 วันและเริ่มกินนมผสมเฉลี่ยคือ 1 เดือน 20 วัน ส่วนการเริ่มกินน้ำผลไม้/อาหารเหลวและอาหารอ่อนเริ่มกินเร็วสุดเมื่อ 3 เดือน 19 วัน สาเหตุที่มีความสัมพันธ์กับการตัดสินใจให้ลูกกินนมผสมคือแม่คิดว่าน้ำนมไม่เพียงพอ ความกังวลว่านมแม่มีสารอาหารไม่พอ และแม่ต้องกลับไปทำงาน ปัจจัยเสริม คือ การศึกษา อาชีพ รายได้ อายุ จำนวนบุตร สถานบริการ แม่หรือผู้ดูแลหลัก มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 และสาเหตุที่ช่วยให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน คือความตั้งใจของแม่ และได้รับการสนับสนุนที่ดีจากบุคคลกรสาธารณสุขและครอบครัว ดังนั้นการที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ประสบผลสำเร็จตามเป้าประสงค์ควรใรแผนการสอนที่ชัดเจนในการเตรียมพร้อมแม่ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอดและหลังคลอด โดยมีการให้ความรู้แก่แม่และครอบครัว เพื่อเตรียมความรู้ ทักษะ ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

คำสำคัญ : ปัจจัยที่มีผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมผสม ระยะเวลาในการกินนมแม่

กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาช่วงเวลาและปัจจัยสำคัญของแม่และผู้ดูแลเด็กในการเริ่มต้นเลี้ยงลูกด้วยนมผสมหรืออาหารอื่นในกรุงเทพมหานคร สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณา อนุเคราะห์จากดร.ศศิธารา น่วมภา คณะพยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล นายชัยนะ บุญสุวรรณ นักโภชนาการชำนาญการพิเศษ ที่ได้กรุณาให้ ข้อคิด คำแนะนำ ช่วยเหลือในการแนะแนวทางการจัดทำงานวิจัยที่ถูกต้อง และคุณกิติพร ทัพศาสตร์ คุณนิศาชล เศรษฐไกรกุล และคุณนงลภัส ศศิวัจน์ไพสิฐ สำนักงานพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ ที่สนับสนุนรวบรวมการเก็บข้อมูลจึงทำให้งานวิจัยดังกล่าวเสร็จสมบูรณ์ด้วยดี

ชนัญชิดา สมสุข

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย	ก
สารบัญ	(1)
สารบัญตาราง	(2)
สารบัญแผนภูมิ	(3)
บทที่ 1 บทนำ	1
ที่มาและความสำคัญ	3
คำถามวิจัย	3
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
ขอบเขตของการวิจัย	3
คำจำกัดความ	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	5
บทที่ 2 ทบทวนวรรณกรรม	6
ความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	6
กายวิภาคและสรีระของเต้านม	10
ประโยชน์ของนมแม่	13
ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการตัดสินใจให้อาหารอื่นเสริมหรือทดแทนการกินนมแม่	15
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	18
กรอบแนวคิด	21
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	22
จำนวนกลุ่มตัวอย่าง	22
การเลือกตัวอย่าง	23
การสร้างเครื่องมือ	24
วิธีการเก็บข้อมูล	26
การวิเคราะห์ข้อมูล	28

บทที่ 4 ผลการศึกษา 29
ข้อมูลทั่วไปของผู้แบบสอบถาม 29
ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการกินอาหารเสริมต่าง ๆ ของเด็กในช่วงก่อนอายุ 6 เดือน 35
ช่วงเวลาที่เด็กเริ่มได้กินอาหารอื่นนอกจากนมแม่ ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือน 37
การตัดสินใจของผู้ดูแล 55
ทัศนคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 55
ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก 59
บทที่ 5 สรุป อภิปราย และข้อเสนอแนะ 63
บรรณานุกรม 71
ภาคผนวก 75

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	แสดงลักษณะของกลุ่มตัวอย่างจังหวัดกรุงเทพหมานคร	29
2	แสดงจำนวนและประชากรกลุ่มตัวอย่าง	30
3	แสดงข้อมูลทั่วไปของเด็ก	32
4	แสดงรายละเอียดของผู้ดูแลหลักของเด็ก	33
5	แสดงผลการศึกษาสถานะทางครอบครัว	34
6	แสดงผลการศึกษาผู้รับผิดชอบค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงดูเด็ก	34
7	แสดงช่วงเวลาที่เด็กเริ่มได้กินอาหารอื่นนอกจากนมแม่ ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือน	37
8	แสดงผลการศึกษาระยะเวลาที่เด็กเริ่มกินนมผงในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด	38
9	แสดงผลการศึกษาสาเหตุของการเริ่มกินนมผงในช่วงก่อนอายุครบ 6 เดือน	38
10	แสดงจำนวนและร้อยละอาการที่ทำให้แม่เชื่อว่านมแม่ไม่เพียงพอ	39
11	แสดงการหาความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคลกับระยะเวลาการเริ่มกินนมผสมของเด็ก ในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน	40
12	แสดงการหาความสัมพันธ์ของปัจจัยสิ่งแวดล้อมกับระยะเวลาการเริ่มกินนมผงของเด็ก ในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน	41
13	แสดงการหาความสัมพันธ์ของสาเหตุกับระยะเวลาการเริ่มกินนมผงของเด็กในช่วงแรกเกิด ถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน	42
14	แสดงผลการศึกษาระยะเวลาที่เด็กเริ่มกินน้ำเปล่าในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด	42
15	แสดงผลการศึกษาสาเหตุของการเริ่มกินน้ำเปล่า ในช่วง 6 เดือนแรกคลอด	43
16	แสดงการหาความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคลกับระยะเวลาการเริ่มกินน้ำเปล่าของเด็ก ในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน	43
17	แสดงการหาความสัมพันธ์ของปัจจัยสิ่งแวดล้อมกับระยะเวลาการเริ่มกินน้ำเปล่าของเด็ก ในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน	45
18	แสดงการหาความสัมพันธ์ของสาเหตุกับระยะเวลาการเริ่มกินน้ำเปล่าของเด็ก ในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน	45

19	แสดงผลการศึกษาระยะเวลาที่เด็กเริ่มกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่น ในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด	46
20	แสดงผลการศึกษาสาเหตุของการเริ่มกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่น ในช่วง 6 เดือนแรกคลอด	46
21	แสดงการหาความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคลกับระยะเวลาการเริ่มกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่น ของเด็กในช่วงแรกเกิดถึงก่อน	47
22	แสดงการหาความสัมพันธ์ของปัจจัยสิ่งแวดล้อมกับระยะเวลาการเริ่มกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่น ของเด็กในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน	48
23	แสดงการหาความสัมพันธ์ของสาเหตุกับระยะเวลาการเริ่มกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่น ของเด็กในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน	49
24	แสดงผลการศึกษาระยะเวลาที่เด็กเริ่มอาหารอ่อน ในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด	49
25	แสดงผลการศึกษาชนิดของอาหารอ่อนที่เริ่มกิน ในช่วงก่อนอายุครบ 6 เดือน	50
26	แสดงผลการศึกษาสาเหตุของการเริ่มอาหารอ่อน ในช่วง 6 เดือนแรกคลอด	50
27	แสดงการหาความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคลกับระยะเวลาการเริ่มกินอาหารอ่อนของเด็ก ในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน	51
28	แสดงการหาความสัมพันธ์ของปัจจัยสิ่งแวดล้อมกับระยะเวลาการเริ่มกินอาหารอ่อนของเด็ก ในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน	52
29	แสดงการหาความสัมพันธ์ของสาเหตุกับระยะเวลาการเริ่มกินอาหารอ่อนของเด็ก ในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน	53
30	แสดงผลการศึกษาสาเหตุของการเริ่มอาหารแข็ง ในช่วง 6 เดือนแรกคลอด	54
31	แสดงผลการศึกษาผู้ที่ตัดสินใจให้กินนมผง น้ำและอาหารอื่น แทนนมแม่	55
32	แสดงผลการศึกษาทัศนคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	55
33	แสดงผลการศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อดีของนมแม่	57
34	แสดงผลการศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อดีของนมผง	58
35	แสดงการศึกษากิจกรรมหรือแนวทางในการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	58

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่		หน้า
1	ข้อมูลเกี่ยวข้องกับการกินอาหารเสริมต่าง ๆ ของเด็กในช่วงก่อนอายุครบ 6 เดือน	35
2	แสดงร้อยละและความตั้งใจของแม่ในช่วงตั้งครรภ์ในการให้นมแม่	35
3	แสดงร้อยละและเหตุผลในช่วงตั้งครรภ์ที่แม่มีความตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	36
4	แสดงระยะเวลาที่เด็กเริ่มกินนมผง/น้ำเปล่า/น้ำผลไม้/อาหารเหลว ในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด	54

บทที่ 1
บทนำ

1. ที่มาและความสำคัญ

นมแม่เป็นอาหารที่ดีที่สุดสำหรับลูกเพราะมีสารอาหารกว่า 200 ชนิดที่มีคุณค่า[1] ซึ่งเป็นอาหารที่เหมาะสมที่สุดสำหรับลูก มีสัดส่วนอาหารที่เหมาะสมทั้งปริมาณและคุณภาพ เหมาะสมกับระบบทางเดินอาหารและปรับเปลี่ยนตามระยะของการเจริญเติบโตของลูก[2] ตามข้อแนะนำขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization) ทารกควรได้กินนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน และให้กินนมแม่ควบคู่กับอาหารตามวันจนอายุครบ 2 ปี หรือนานกว่านั้น[3]

น้ำนมแม่เปรียบเสมือนวัคซีนหยดแรกสำหรับเด็ก เพราะมีภูมิคุ้มกันโรคจำนวนมากที่จะช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันให้ลูก เด็กที่ได้กินนมแม่ป่วยด้วยโรคต่าง ๆ น้อยกว่าเด็กที่กินนมผง เช่น โรคท้องเสีย ปอดบวม หูชั้นกลางอักเสบ โรคลำไส้อักเสบและลดการเกิดโรคภูมิแพ้ โดยเฉพาะการแพ้โปรตีนนมวัว และเป็นโรคอ้วนน้อยลงเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ เนื่องจากในนมแม่มีปริมาณโปรตีนที่พอเหมาะกับความต้องการ นอกจากนี้นมแม่ยังมีประโยชน์ต่อแม่ ช่วยลดการเสียเลือดหลังคลอด มดลูกเข้าอู่เร็ว ช่วยให้แม่น้ำหนักตัวกลับสู่สภาพเดิมได้เร็วขึ้น ลดโอกาสเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งเต้านมและมะเร็งรังไข่[4] ที่สำคัญช่วยสร้างความรักความผูกพันธุ์ระหว่างแม่และลูก[5] ส่งเสริมด้านพัฒนาการ ส่งผลให้เด็กเป็นคนที่มีความฉลาดทั้งทางด้านอารมณ์และสติปัญญา[6] จากงานวิจัยThe lancet Breastfeeding series ยังพบว่าการที่ให้ลูกกินนมแม่ในระยะเวลานานขึ้นมีความสัมพันธ์กับระดับเชาวน์ปัญญา (IQ) เพิ่มสูงขึ้น (เฉลี่ย 3 จุด) ช่วยพัฒนาประสิทธิภาพการเรียน เพิ่มประสิทธิภาพการทำงานในการประกอบอาชีพอีกด้วย นอกจากนี้ยังมีประโยชน์ต่อครอบครัว สังคม เศรษฐกิจ ช่วยประเทศชาติประหยัดค่าใช้จ่ายในการซื้อนมผสมจากต่างประเทศครอบครัวละประมาณ 4,000-6,000 บาท หรือประมาณ 40,000-72,000 บาทต่อปี หากเด็กได้กินนมแม่อย่างเหมาะสมจะช่วยให้ประเทศไทยสามารถที่จะประหยัดค่าใช้จ่ายในการรักษาโรคอุจจาระร่วงและปอดบวม ได้ถึง 7,650,000 เหรียญสหรัฐต่อปี ซึ่งเป็นค่าใช้จ่ายของทั้งภาครัฐและเอกชน[7]

อย่างที่เราทราบกันแล้วว่านมแม่มีประโยชน์มากมาย แต่ยังมีเด็กอีกจำนวนหนึ่งที่ได้เริ่มกินอาหารอื่นนอกจากนมแม่ก่อนระยะเวลา 6 เดือน จากรายงานการสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทย พ.ศ.2555 (Multiple Indicator Cluster Surveys 2015-2016, MICs5) กับพบว่าอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาไทยอย่างเดียว 6 เดือน (EBF rate) เท่ากับร้อยละ 23.1% และมีเด็กที่กินนมแม่ต่อกัน

จนถึง 1 ปี ร้อยละ 33.1 และต่อเนื่องจนถึง 2 ปี ร้อยละ 15.6[8] จากรายงานสถานการณ์และแนวโน้มการพัฒนาเด็กและเยาวชนปี 2555-2559 พบว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 3 เดือน มีระดับต่ำมาก คือ ร้อยละ 7.6 เมื่อเปรียบเทียบระหว่างเด็กตามชนบทและเด็กในเขตเมืองพบว่าเด็กเขตชนบทจะมีโอกาสในการกินนมแม่มากกว่า นอกจากนี้ ยังพบว่ามีการเลี้ยงลูกด้วยนมผสมทีไม่ใช่นมแม่เพิ่มขึ้น ในขณะที่เด็กจำนวนไม่น้อยได้กินอาหารอย่างอื่น เช่น น้ำ และนมผสมควบคู่ไปด้วย หรือเด็กบางคนได้กินนมผงทดแทนการกินนมแม่เลย[9] และจากการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทย ครั้งที่ 5 ของกรมอนามัย พบว่า การเริ่มให้ทารกดื่มน้ำครั้งแรก ส่วนใหญ่ (ร้อยละ 67.9) เริ่มให้ดื่มน้ำเมื่ออายุน้อยกว่า 1 เดือน รองลงมา คือ 1 เดือน 2-3 เดือน 4-5 เดือนและมากกว่า 6 เดือน (ร้อยละ 14.2, 13.5, 3.9 และ 0.5 ตามลำดับ) โดยในภาคกลางเริ่มให้ทารกอายุน้อยกว่า 1 เดือนมากที่สุด รองลงมาคือ ภาคใต้ ภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ในการเริ่มให้อาหารอื่นนอกจากนมแม่ครั้งแรก พบว่า ร้อยละ 49.2 เริ่มให้เมื่อทารกอายุ 2-3 เดือน รองลงมา คือ 4-5 เดือน น้อยกว่า 1 เดือน และมากกว่า 6 เดือน (ร้อยละ 29.5 ,11.1,8.3 และ 1.8 ตามลำดับ) โดยเขตชนบทจะเริ่มให้อาหารอื่นครั้งแรกเมื่อทารกอายุ 2-3 เดือนมากที่สุด และชนิดอาหารที่กินครั้งแรกคือ อาหารกึ่งสำเร็จรูป รองลงมาคือ กล้วยน้ำหว้า ข้าวบด ไข่แดง ตับ และน้ำแกงจืด การเริ่มให้นมชนิดอื่นอกจากนมแม่แก่ทารกเร็วสุดเมื่ออายุน้อยกว่า 1 เดือน (ร้อยละ 23.9) รองลงมาคือ 2-3 เดือน (ร้อยละ 21) โดยในเขตเมืองเริ่มได้นมชนิดอื่นมากกว่าเขตชนบท (ร้อยละ 33.3 และ 22.7 ตามลำดับ)[10] จากการศึกษาวิจัยพบว่า อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวจนครบ 6 เดือน ในกลุ่มตัวอย่างประมาณร้อยละ 32.8 มีแนวโน้มลดลงต่อเนื่องจากเดือนแรกจนถึงเดือนที่ 4 โดยจะมีอัตราการลดลงในเดือนที่ 3 ค่อนข้างมาก โดยเหตุผลหลักของแม่ที่ไม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียวจนถึง 6 เดือน ได้แก่ แม่คิดว่าน้ำนมไม่เพียงพอ และแม่กังวลว่านมแม่มีสารอาหารไม่พอ และเหตผุลอันดับที่ 2 คือ แม่ต้องกลับไปทำงานโดยส่วนใหญ่แม่จะให้อาหารอื่นทดแทนนมแม่อย่างน้อย 3 อย่างขึ้นไป และให้นมผงและน้ำเป็นหลัก[11]

นอกจากเหตุผลที่กล่าวมาแล้วยังมีสาเหตุอื่น ๆ ที่ส่งผลให้แม่ให้อาหารอื่นแทนนมแม่ก่อนระยะเวลา 6 เดือน เช่น กลัวว่าลูกจะติดนมแม่ทำให้เลิกยาก[12] แม่เจ็บหัวนม ไม่มีเวลาบีบเก็บน้ำนม อิทธิพลจากบุคคลในครอบครัวและความเชื่อ[13] ระดับการศึกษา รายได้ของครัวเรือน[14] สถานที่ฝากครรภ์ ลำดับการเป็นลูกคนที่ 2[15]

จากข้อมูลข้างต้นจะพบว่า ที่ผ่านมาในประเทศไทยยังมีงานวิจัยที่ทำการศึกษาถึงสาเหตุในการเริ่มกินน้ำ น้ำผลไม้/อาหารเหลว น้ำผลไม้และอาหารอื่น ๆ จำนวนไม่มากนัก การศึกษาครั้งนี้จึงจัดทำขึ้นเพื่อศึกษาช่วงระยะเวลาที่แม่หรือผู้ดูแลเด็กเริ่มให้ลูกกินนมผสมหรืออาหารอื่น ๆ และศึกษาสาเหตุที่ทำให้แม่ตัดสินใจเสริมนมผสม หรือให้กินน้ำ น้ำผลไม้/ของเหลวอื่น ๆ และอาหารอ่อน ก่อนเด็กอายุ 6 เดือน เพื่อ

จะเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่ทำงานเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ได้ทราบถึงช่วงระยะเวลาที่แม่หรือผู้ดูแลเด็กตัดสินใจเริ่มให้ลูกกินนมผงหรืออาหารอื่น ๆ ก่อนระยะเวลา 6 เดือน พร้อมทั้งทราบถึงสาเหตุสำคัญในการตัดสินใจในการเลือกกิน และข้อมูลที่ได้จากการศึกษาสามารถนำมากำหนดแนวทางในการวางแผน การกำหนดนโยบาย หรือมาตรการเพื่อสนับสนุนให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนได้สำเร็จ

2. คำถามวิจัย

1. ช่วงเวลาใดบ้างที่แม่เริ่มต้นให้เด็กกินนมผสม และ/ หรืออาหารอื่น ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือนเต็ม
2. สาเหตุใดบ้างที่แม่เริ่มต้นให้เด็กกินนมผสม และ/ หรืออาหารอื่น
3. สาเหตุใดบ้างที่แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน

3. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาช่วงเวลาที่แม่เริ่มต้นให้เด็กกินนมผสม และ/ หรืออาหารอื่น ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือนเต็ม
2. เพื่อศึกษาสาเหตุที่แม่เริ่มต้นให้เด็กกินนมผสม และ/ หรืออาหารอื่น
3. เพื่อศึกษาสาเหตุที่แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน

4. ขอบเขตการวิจัย

รูปแบบการวิจัย: การวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research)

พื้นที่ศึกษา: โรงพยาบาลรัฐบาลและโรงพยาบาลเอกชน ในกรุงเทพมหานคร

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง: แม่หรือผู้ดูแลหลักเด็กอายุตั้งแต่แรกเกิด – 3ปี ที่เริ่มกินอาหารอื่นนอกเหนือจากนมแม่ ในช่วงก่อนทารกอายุครบ 6 เดือน ซึ่งนำทารกมาฉีดวัคซีนหรือมาพบแพทย์ในโรงพยาบาลในจังหวัดกรุงเทพมหานคร

5. คำจำกัดความ

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว หมายถึง การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวจนครบ 6 เดือน โดยไม่ให้อาหารอื่นหรือน้ำเสริมเลย แต่อนุญาตให้ผงละลายเกลือแร่ (ORS) วิตามิน แร่ธาตุ และยารวม[16]

อาหารอื่นนอกจากนมแม่ ในการศึกษาครั้งนี้หมายถึง อาหารใด ๆ นอกเหนือจากนมแม่ที่เด็กได้กินในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือน ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้แบ่งอาหารต่าง ๆ ออกเป็น หัวข้อ ได้แก่ นมผสม น้ำเปล่า น้ำผลไม้หรือของเหลวอื่น อาหารอ่อน และอาหารแข็ง

นมผสม หมายถึง เป็นผลผลิตจากน้ำนม มีลักษณะเป็นผงแห้ง เนื้อละเอียด นำมาบริโภคโดยผสมกับน้ำอุ่น แล้วคนให้เข้ากัน เพื่อให้ทารกรับประทานแทนนมแม่ส่วนใหญ่ทำจากนมวัว นอกจากนี้ยังมีนมถั่วเหลือง และนมแพะ แต่มีการปรับปรุงปริมาณโปรตีน ไขมัน และคาร์โบไฮเดรตให้ใกล้เคียงกับนมแม่ และเติมแร่ธาตุต่าง ๆ เช่นเหล็ก และวิตามินเข้าไป เพื่อให้มีสารอาหารเหมาะสมกับเด็กแต่ [17-18]

อาหารตามวัย หมายถึง อาหารอื่นที่ทารกได้รับเป็นมื้อที่นอกเหนือจากนมแม่หรือนมผสม เพื่อให้ทารกได้รับสารอาหารครบถ้วนและเพียงพอสำหรับการเจริญเติบโต ช่วยให้ทารกรับตัวจากการกินอาหารเหลวเป็นอาหารกึ่งแข็ง กึ่งเหลว และอาหารแบบผู้ใหญ่เพื่อให้มีพัฒนาการการกินที่เหมาะสม[19]

น้ำผลไม้หรือของเหลวอื่น ในการศึกษานี้ หมายถึง นมเปรี้ยว น้ำหวาน น้ำผลไม้ หรือของเหลวใดนอกเหนือจากนมแม่ นมผสม และน้ำเปล่า ที่เด็กได้กินในช่วงแรกเกิด - ก่อนอายุครบ 6 เดือน

อาหารอ่อน ในการศึกษานี้ หมายถึง อาหารกึ่งแข็งกึ่งเหลวใด ๆ ที่ทารกได้กินในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือน ซึ่งอาหารเหล่านี้เป็นอาหารตามวัยซึ่งเด็กควรกินเมื่อมีอายุครบ 6 เดือนเป็นต้นไป

อาหารแข็ง หมายถึง อาหารไม่มีการบดให้เละเพื่อให้เด็กทารกรับประเทานโดยเฉพาะ แต่เป็นอาหารที่อยู่ในรูปลักษณ์อื่นที่รับประทาน เช่น ข้าวสวย ผักและเนื้อสัตว์หั่นเป็นชิ้น ซึ่งอาหารเหล่านี้เด็กควรเริ่มต้นกินเมื่อเด็กมีอายุ 1 ปีขึ้นไป

อายุของเด็ก ในการศึกษานี้แบ่งช่วงอายุของเป็นที่เริ่มต้นกินนมแม่ นมผสม และอาหารต่าง ๆ เป็นช่วง โดยมีรายละเอียดดังข้อมูลด้านล่าง

- วันแรก หมายถึง วันแรกที่เด็กเกิดมีชีพ
- วันที่ 2-7 หมายถึง วันที่ 4-7 ที่เด็กเกิดมีชีพ
- สัปดาห์ที่ 2 หมายถึง วันที่ 8-14 ที่เด็กเกิดมีชีพ
- สัปดาห์ที่ 3 หมายถึง วันที่ 15-22 ที่เด็กเกิดมีชีพ
- สัปดาห์ที่ 4 หมายถึง วันที่ 23-30 ที่เด็กเกิดมีชีพ
- เดือนที่ 2 หมายถึง วันที่ 31-60 ที่เด็กเกิดมีชีพ
- เดือนที่ 3 หมายถึง วันที่ 61-90 ที่เด็กเกิดมีชีพ
- เดือนที่ 4 หมายถึง วันที่ 91-120 ที่เด็กเกิดมีชีพ
- เดือนที่ 5 หมายถึง วันที่ 121-150 ที่เด็กเกิดมีชีพ
- ก่อนอายุครบ 6 เดือน หมายถึง วันที่ 151-179 ที่เด็กเกิดมีชีพ

6. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ข้อเสนอแนะในการวางแผน การกำหนดนโยบาย หรือมาตรการในการลดอุปสรรคหรือปัจจัยในการเริ่มใช้นมผสมหรืออาหารอื่นก่อนเวลาอันสมควร

2. เพื่อให้ทราบถึงสาเหตุสำคัญที่แม่ตัดสินใจให้ลูกเริ่มกินนมผสมหรืออาหารอื่นในทารกแรกเกิดจนถึงอายุก่อน 6 เดือน

3. เพื่อเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่ทำงานเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพื่อใช้ในการวางแผนในการให้ความรู้เกี่ยวกับการลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้เหมาะสม

บทที่ 2

ทบทวนวรรณกรรม

1. ความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

นมแม่เป็นอาหารที่ดีที่สุดสำหรับทารก เพราะมีผลต่อสุขภาพกายและสุขภาพใจ น้ำนมแม่เป็นสารอาหารที่จำเพาะสำหรับทารก ประกอบด้วยสารอาหารต่าง ๆ ที่ครบถ้วน ที่สำคัญมากกว่า 200 ชนิด ที่มีคุณค่า เช่น เซลล์เม็ดเลือดขาว สารที่สร้างระบบภูมิคุ้มกัน ฮอร์โมน สารคัดหลั่งจากแม่ที่มีผลดีต่อสุขภาพทารก ทารกที่กินนมแม่มีโอกาสเจ็บป่วยน้อยกว่าทารกที่กินนมผสม[1] นมแม่ไม่เพียงแค่ช่วยในการเจริญเติบโต การได้รับสารอาหาร เพราะการที่แม่กับลูกต้องอยู่ด้วยกันทุกครั้งที่กินนมแม่ ทำให้เกิดการใกล้ชิด การสัมผัส โอบกอดเป็นการช่วยส่งเสริมพัฒนาการของเด็กอย่างมีคุณภาพ สร้างความรัก ความผูกพันอารมณ์ที่มั่นคง เกิดความไว้วางใจและการเรียนรู้ของเด็กอันจะส่งผลให้เด็กเป็นคนที่มีความฉลาดทั้งทางด้านอารมณ์และสติปัญญา[20]

ส่วนประกอบของน้ำนมแม่ ที่เป็นสารอาหารทางโภชนาการ[21]

แบ่งออกเป็น 2 ส่วน

1. สารอาหารหลัก (marcronutrients) คือสารอาหารที่ร่างกายต้องการปริมาณมากเพื่อให้พลังงานต่อร่างกาย น้ำนมคุณภาพดีจะมีพลังงานเฉลี่ยประมาณ 65-70 กิโลแคลอรีต่อเดซิลิตร ปัจจัยที่มีผลต่อปริมาณสารอาหารหลักในน้ำนม ได้แก่ สัดส่วนน้ำหนักต่อส่วนสูงของมารดา ปริมาณโปรตีนที่มารดารับประทาน จำนวนครั้งของการคลอดบุตร ระยะเวลาที่กลับมามีประจำเดือน และความถี่ของการให้นมบุตร

1.1 **โปรตีน** ในน้ำนมสมบูรณ์เต็มที่จะมีโปรตีนประมาณ 0.9 – 1.2 กรัมต่อเดซิลิตร ซึ่งเป็นปริมาณน้อยเมื่อเทียบกับปริมาณโปรตีนในน้ำนมในสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ชนิดอื่น ๆ แต่มีความเหมาะสมกับการทำงานของไตของทารกแรกเกิด ที่ยังไม่สามารถทำงานได้เต็มที่ โปรตีนในนมแม่แบ่งออกเป็นชนิดเวย์ (whey) และเคซีน (casein) ในระยะแรกจะมีสัดส่วนเวย์ต่อเคซีน 90:10 แล้วลดลงเรื่อย ๆ เป็น 50:50 ในระยะหลัง การที่มีเวย์โปรตีนมากและ มีเคซีนชนิดเบต้าทำให้นมแม่ย่อยง่าย เบต้าเคซีนจะถูกย่อยเป็นมเซลล์ (micelle) เล็ก ๆ ช่วยในการดูดซึมแร่ธาตุ แตกต่างจากนมวัวที่มีเคซีนชนิดอัลฟ่า ซึ่งย่อยยาก แม้จะมีการปรับสัดส่วนโปรตีนในนมผงดัดแปรงสำหรับททารกก็ยังมีความแตกต่างกับนมแม่

เวย์โปรตีนประกอบด้วยอัลฟ่าแลคตัลบูมิน แลคโตเฟอริน secretory IgA ไลโซไซม์ และอัลบูมิน นอกจากนี้ยังมีไนโตรเจนที่ไม่ใช่โปรตีนร้อยละ 25-30 ของจำนวนสารไนโตรเจนทั้งหมด ได้แก่ ยูเรีย ครีเอทิน ยูริคแอซิด ครีเอทินิน และสารที่มีความสำคัญอื่น ๆ ได้แก่

- ทอรีน ที่มีความสำคัญต่อการทำงานของระบบประสาท จอตา และการดูดซึมไขมัน
- คาร์นิทีน มีความสำคัญในการสังเคราะห์กรดไขมันสำหรับสมอง
- นิวคลีโอไทด์ ช่วยเสริมสร้างระบบภูมิคุ้มกัน เพิ่มดูดซึมแร่ธาตุเหล็ก การซ่อมแซมเยื่อบุลำไส้ และการเติบโตของจุลินทรีย์ในลำไส้ใหญ่

1.2 **ไขมัน** เป็นแหล่งพลังงานหลักมีปริมาณเฉลี่ย 3.2-3.6 กรัมต่อเดซิลิตร ในน้ำนมสมบูรณ์เต็มที่ประกอบด้วยไตรกลีเซอไรด์ร้อยละ 98 ของปริมาณไขมันทั้งหมด ส่วนที่เหลือประกอบด้วยโคเลสเตอรอล ไดกลีเซอไรด์ โมโนกลีเซอไรด์ ฟอสโฟไรปิดส์และกรดไขมัน กรดไขมันในนมแม่ส่วนใหญ่เป็นชนิดสายยาวและไม่อิ่มตัว (long chain polyunsaturated fatty acids,LCPUFAs) ซึ่งเป็นแหล่งของกรดไขมันจำเป็นที่รู้จักกันดี 2 ชนิด คือ

- Arachidonic acid หรือ AA (C20:4Ω6) อยู่ในกลุ่มโอเมก้า 6 เป็นวัตถุดิบที่สำคัญของการสร้างพรอสตาแกลนดินและลิวโคไตรอีน มีบทบาทสำคัญในกระบวนการทางสรีรวิทยาและภูมิคุ้มกันของร่างกาย

- **Docosahexaenoic acid** หรือ DHA (C18:3Ω3) อยู่ในกลุ่มโอเมก้า 3 มีการสะสมในเนื้อเยื่อสมองอย่างรวดเร็วในช่วงไตรมาสสุดท้ายของการตั้งครรภ์จนถึง 2 ปีแรกของชีวิต มีบทบาทสำคัญในการพัฒนาของระบบประสาท และการมองเห็น ในทารกแรกเกิดก่อนกำหนดจะยังไม่สามารถสังเคราะห์ AA และ DHA ได้มากพอ มารดาควรรับประทานอาหารที่มี DHA สูงเช่น ปลาทะเล สาหร่ายในระหว่างตั้งครรภ์และในระยะให้นมบุตร การศึกษาพบว่าสมองของทารกที่ได้รับนมผงดัดแปลงสำหรับทารกจะมีปริมาณ DHA ไม่ถึงครึ่งของสมองของทารกที่กินนมแม่

ในมารดาที่เว้นระยะการให้นมบุตร มีบุตรหลายคน และมารดาที่มีปริมาณน้ำนมมากจะมีปริมาณไขมันในน้ำนมน้อยด้วย ความเข้มข้นของไขมันยังสัมพันธ์กับความเข้มข้นและปริมาณไขมันในน้ำนมที่ให้นมบุตรครั้งก่อนหน้า ในกรณีที่มารดาได้รับสารอาหารที่ไม่เพียงพอร่างกายจะดึงไขมันที่สะสมไว้มาใช้และสังเคราะห์เพิ่มเติมจากเนื้อเยื่อเต้านมได้ การปรับตัวโดยธรรมชาตินี้ทำให้มีปริมาณไขมันในน้ำนมที่คงตัว

1.3 **คาร์โบไฮเดรต** สารประกอบคาร์โบไฮเดรตส่วนใหญ่ในน้ำนมประกอบด้วย

- แลคโตส (lactose) เป็นคาร์โบโฮเดรตหลักในน้ำนม มีปริมาณ 6.7-7.8 กรัมต่อเดซิลิตรในน้ำนมสมบูรณ์ ทำให้ร่างกายนำไปใช้ได้ง่าย โดยจะถูกย่อยสลายด้วยเอนไซม์แลคเตสได้เป็นกลูโคสและกาแลคโตส กาแลคโตส เป็นส่วนประกอบสำคัญของสารที่ช่วยในการเติบโตของระบบประสาท ปริมาณแลคโตสที่พบในนมแม่มีมากกว่าเมื่อเทียบกับในสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมทั่วไป สอดคล้องกับความต้องการพลังงานของสมองมนุษย์

ที่ต้องการมากกว่า ความเข้มข้นของแลคโตสในน้ำนมไม่มีการเปลี่ยนแปลงแม้ในมารดาที่ขาดสารอาหาร แต่อาจสูงขึ้นได้ในมารดาที่มีน้ำนมปริมาณมากและให้นมบุตรบ่อยครั้ง

- **โอลิโกแซคคาไรด์ (human milk oligosaccharide,HMO)** เป็นคาร์โบไฮเดรตเชิงซ้อนที่สำคัญอีกชนิดหนึ่ง โดยมีปริมาณมากเป็นอันดับสามรองจากน้ำและแลคโตส ร่างกายทารกไม่สามารถย่อยสลายน้ำตาลชนิดนี้ได้ ดังนั้น HMO จะยังคงสภาพอยู่ในทางเดินอาหารและกระตุ้นการเจริญเติบโตของแบคทีเรียที่มีประโยชน์ช่วยป้องกันทารกจากภาวะติดเชื้อในทางเดินอาหารและทางเดินหายใจ

2. **สารอาหารรอง (micronutrients)** เป็นสารอาหารที่ไม่ให้พลังงานแต่มีบทบาทสำคัญในการทำงานของร่างกายประกอบไปด้วย

2.1 วิตามิน แบ่งเป็น

- วิตามินที่ละลายในน้ำ (water soluble vitamin) ได้แก่ วิตามินบี และวิตามินซี มีเพียงพอในทารกที่ได้รับนมแม่ตลอดหกเดือนแรก ยกเว้นในมารดาบางกลุ่ม เช่น มารดาที่รับประทานปลาร้าหรือใบเมี่ยงปริมาณมาก เนื่องจากอาหารดังกล่าวจะขัดขวางการดูดซึมวิตามินบีหนึ่ง มารดาที่รับประทานมังสวิรัติอย่างเคร่งครัดอาจได้รับวิตามินบีหกและบีสิบสองไม่เพียงพอ มารดาที่คลอดก่อนกำหนดหรือใช้ยาคุมกำเนิดเป็นเวลานานจะมีระดับวิตามินบีรวม มีวิตามินบีหก 4 มิลลิกรัม เพียงพอแล้วสำหรับการให้ทดแทน หากได้รับปริมาณสูงเกินไปจะทำให้ปริมาณน้ำนมลดลงได้

- **วิตามินที่ละลายในไขมัน (Fat soluble vitamin)** ได้แก่วิตามินเอ วิตามินดี วิตามินอี และวิตามินเค วิตามินในกลุ่มที่มีเพียงพอสำหรับทารกยกเว้น วิตามินเค ซึ่งมีปริมาณน้อยมาก แนะนำให้ฉีดวิตามินเคในทารกแรกเกิดทุกราย เพื่อป้องกันโรคเลือดออกจากภาวะขาดวิตามินเค ส่วนวิตามินดีแม้ว่าจะมีปริมาณน้อยแต่หากได้รับนมแม่และแสงแดดเพียงพอ คือ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ชั่วโมงในขณะที่ใส่เสื้อผ้าปกติ ระดับวิตามินดีจะเพียงพอ อย่างไรก็ตามบางประเทศ เช่น สหรัฐอเมิกาแนะนำให้เสริมวิตามินดีให้กับทารกที่กินนมแม่ทุกราย

2.2 แร่ธาตุ ปริมาณแร่ธาตุที่ทารกต้องการมีครบถ้วนและเพียงพอในนมแม่ไม่ขึ้นกับอายุมารดาอายุครรภ์ ปริมาณอาหารหรืออาหารเสริมใด ๆ ที่มารดารับประทาน แร่ธาตุที่สำคัญได้แก่

- เหล็ก ทารกที่เกิดครบกำหนดจะได้รับเหล็กอย่างเพียงพอสำหรับการเจริญเติบโตในช่วง 4-6 เดือนแรก ร่างกายทารกสามารถดูดซึมเหล็กในนมแม่ได้ดี หากไม่เพียงพอจะใช้เหล็กสะสมที่มีในร่างกายมาเสริม ดังนั้นในช่วง 3 เดือนสุดท้ายของการตั้งครรภ์ มารดาควรได้รับเหล็กอย่างเพียงพอ ทารกที่เกิดก่อนกำหนดมีความจำเป็นต้องเสริมเหล็กตั้งแต่ 2 สัปดาห์ถึง 2 เดือน

- แคลเซียม แหล่งแคลเซียมในน้ำนมแม่มาจากแคลเซียมที่สะสมในกระดูกของมารดา ไม่ขึ้นกับปริมาณอาหารที่มารดารับประทาน ในทารกที่เกิดก่อนกำหนดอาจมีระดับแคลเซียมและฟอสฟอรัสที่ต่ำลงได้ ควรมีการเสริมแคลเซียมและฟอสฟอรัสในมารดาที่คลอดก่อนกำหนดเพื่อป้องกันภาวะกระดูบางในมารดา

3. ส่วนประกอบอื่น ๆ ที่ไม่ใช่สารอาหาร (non-nutritional component) หรือส่วนประกอบทางชีวภาพหรือเป็นสารตั้งต้นที่มีผลต่อกระบวนการทำงานต่าง ๆ ของร่างกาย แบ่งออกเป็น

3.1 สารที่มีผลต่อการเจริญเติบโต ช่วยพัฒนาและซ่อมแซมการทำงานในหลายระบบ

- ระบบทางเดินอาหาร epidermal growth factor (EGF) กระตุ้นการเจริญเติบโตและยับยั้งการเสียชีวิตของเซลล์ลำไส้ มีความเข้มข้นมากในหัวน้ำนมและทารกที่เกิดก่อนกำหนด

-ระบบหลอดเลือดและการไหลเวียนโลหิต vascular endothelial growth factor (VEGF) ช่วยสร้างหลอดเลือด ลดภาวะตาบอดในทารกเกิดก่อนกำหนด (retinopathy of prematurity) erythropoietin (Epo) กระตุ้นสร้างเม็ดเลือดแดง เพิ่มความเข้มข้นของเลือดและมีบทบาททให้เซลล์ที่ผนังลำไส้ยึดติดแน่นขึ้น

- ระบบประสาทในทางเดินอาหาร neuronal growth factor กระตุ้นการบีบตัวของลำไส้ โดยเฉพาะทารกที่คลอดก่อนกำหนด

- การเติบโตของเนื้อเยื่อ insulin-like growth factor (IGF-I.IGF-II) พบมากในหัวน้ำนม

- ระบบต่อมไร้ท่อ calcitonin มีผลต่อการเจริญเติบโตและการสร้างกระดูก somatostatin บทบาทหน้าที่ยังไม่ชัดเจน adiponectin จะช่วยควบคุมการเผาผลาญลดการอักเสบและช่วยลดโอกาสการเกิดโรคอ้วนเมื่อทารกเติบโตขึ้น นอกจากนี้ยังมี leptin, resistin และ ghrelin ซึ่งเป็นฮอร์โมนที่มีหน้าที่ควบคุมการหิว-อิ่ม การสร้างพลังงาน ส่นประกอบของร่างกายและการสร้างอาหาร

3.2 สารที่ส่งเสริมภูมิคุ้มกันของร่างกาย ได้แก่

- Cytokine เป็นเปปไทด์ที่ระบบภูมิคุ้มกันสร้างขึ้น เพื่อตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้น แบ่งเป็น

1. กลุ่มที่ต่อต้านการอักเสบ ได้แก่ transroming growth factor-β (TGF-β) ควบคุมการอักเสบ ซ่อมแซมบาดแผล และป้องกันภาวะภูมิแพ้ granulocyte-colony stimulating factor (G-CSF) ช่วยพัฒนาการทำงานของลำไส้ป้องกันการติดเชื้อในกระแสเลือด

2. กลุ่มที่กระตุ้นการอักเสบ ได้แก่ tumor necrosis factor -α (TNF-α), interleukin 6 (IL-6), interleukin 8 (IL-8) และ interferon (IFN)

- อิมมูโนโกลบูลิน ที่สำคัญได้แก่ secretory IgA พบในนมแม่ระยะแรกช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดท้องเสียได้ถึง 9 เท่าเมื่อเทียนกับทารกที่ไม่ได้รับนมแม่

- โอลิโกแซคคาไรด์ (oligosaccharide) เป็นพรีไบโอติกที่กระตุ้นการเติบโตจุลินทรีย์สุขภาพในลำไส้

- โปรตีนอื่น ๆ ที่ช่วยต่อต้านเชื้อโรค ได้แก่ lactoferrin, lactadherin, bile salt stimulated lipase (BSSL), haptocorrin

2. กายวิภาคและสรีระวิทยาของเต้านม[22]

ลักษณะภายนอกของเต้านม จะเป็นก้อนเนื้อสองก้อนที่ยื่นออกจากหน้าอกอยู่ที่ระดับกระดูกซี่โครงซี่ที่สองถึงหก หัวนมที่ล้อมรอบด้วยลานนมอยู่บริเวณใกล้ศูนย์กลางหรือค่อนมาทางด้านล่าง หัวนมปกติจะยาวประมาณ 7 มิลลิเมตร และความยาวของหัวนมจะเพิ่มขึ้น 2 มิลลิเมตรในระหว่างการตั้งครรภ์จนถึงช่วงใกล้คลอด ลานนมจะสีคล้ำรอบ ๆ หัวนม บริเวณลานนมจะมีต่อมไขมันหรือต่อมมอนต์โกเมอรี (Montgomery gland) ที่สร้างไขช่วยปกป้องผิวหัวนมและลานนมให้ชุ่มชื่นและมีอมมูโนโกลบุลินเอ (Ig A) ที่ช่วยต่อต้านเชื้อโรคบริเวณหัวนมและลานนมขณะให้นมลูก นอกจากนี้ต่อมไขมันยังสร้างกลิ่นที่จะช่วยให้ทารกค้นหาและเจอนมแม่ในระหว่างการตั้งครรภ์ต่อมไขมันนี้จะเจริญเติบโตมากขึ้นและใช้เป็นส่วนหนึ่งในการสังเกตการตั้งครรภ์ได้

ลักษณะทางกายวิภาคภายในของเต้านม ประกอบด้วยเนื้อเยื่อเกี่ยวพันที่สานกันหลวมๆ เรียกว่าเส้นเอ็นคูเปอร์ (Cooper' ligament) เป็นโครงสร้างที่ช่วยให้เต้านมคงรูป โดยมีเนื้อเยื่อไขมันมาเกาะโดยรอบซึ่งเป็นกลุ่มเนื้อเยื่อที่บ่งบอกขนาดเต้านม และกลุ่มเนื้อเยื่อที่สำคัญ ได้แก่ เนื้อเยื่อสร้างน้ำนม โดยปริมาณน้ำนมมารดาไม่ได้ขึ้นอยู่กับขนาดเต้านมและเต้านมของมารดาแต่ละคนจะเหมาะสมที่สุดสำหรับลูกของตน

โครงสร้างของเต้านม

หัวนม (Nipple) เป็นส่วนของเต้านมที่ยื่นออกมา อยู่บริเวณกลางลานนม รูปร่างคล้ายกรวย มีสีน้ำตาลหรือสีชมพู อาจมีขนาดเล็กใหญ่ต่างกันในแต่ละบุคคล มีเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 16 มิลลิเมตร และยาวประมาณ 0.7 มิลลิเมตร หัวนมมีลักษณะนุ่มและยืดหยุ่น สามารถยืดขยายและลู่ และขนาดของปากทารก ภายในหัวนมแม่มีท่อนมทอดผ่านรูเปิดตรงส่วนของหัวนม

ลานนม (Areola) ลานนมคือ ผิวหนังที่ล้อมรอบหัวนมเป็นวงกลม ที่หนา หยาบ ยืดหยุ่นมาก และมีสีเข้ม เนื่องจาก melanin pigment มาจับบริเวณนี้มากขึ้น ลานนมขยายใหญ่ขึ้นมากในช่วง 2-3 วันแรกหลังคลอด โดยเฉพาะในวันที่ 3 ที่มีการสร้างน้ำนม บนผิวของลานนมมีตุ่มนูนเป็นรูเปิดของไขมัน (Montgomery's tubercle) จำนวน 4-28 ตุ่ม มีขนาดใหญ่ขึ้นในช่วงขณะตั้งครรภ์และใus mammae ให้นมบุตร ต่อมไขมันสร้างไขมันที่มีสารต้านการติดเชื้อ เพื่อป้องกันการติดเชื้อ และหล่อลื่นผิวหนังบริเวณลานนมแม่ให้แห้งและแตกง่าย นอกจากนี้ต่อมไขมันยังผลิตกลิ่นที่นำพาเฉพาะทารกเข้าหาเต้านมอีกด้วย

ตัวเต้านม (Corpus mammae) ตัวเต้านนมตั้งอยู่บริเวณหน้าอกระหว่างกระดูกซี่โครงคู่ที่ 2 ถึงคู่ที่6 เต้านมมีฐานเป็นผนังพังผืด ยึดกับกล้ามเนื้อ pectoralis major external oblique และ serratus anterior เมื่อโตเต้านมมีน้ำหนัก 200 กรัม ในระยะไตรมาสที่สามมีน้ำหนัก 400-500 กรัม และระยะให้นมบุตร มีนำหนักประมาณ 600-800 กรัม ภายในเต้านนมมีเนื้อเยื่อสร้างน้ำนม ประกอบด้วยต่อมน้ำนม (alveoli) และท่อน้ำนม (duct) ต่อมน้ำนมรวมตัวกันเป็น lobes เหมือนพวงองุ่น แต่ละ lobe

แตกย่อยออกมาเป็น lobule เชื่อมต่อกันด้วยท่อนมเล็กและที่แตกกิ่งก้านออกเป็นท่อน้ำนมฝอยส่วนปลายจะพองออกเป็นกระเปาะเรียกว่า ต่อมน้ำนม (alveoli)

เซลล์ต่อมน้ำนม (alveolar cells) มีเยื่อบุเซลล์ 2 ชั้น เซลล์ชั้นในจะเปลี่ยนเป็นเซลล์สร้างน้ำนม (lactocyte) ทำหน้าที่สร้างน้ำนมเก็บไว้ภายในกระเปาะ โดยการกระตุ้นจากฮอร์โมนโปรแลคติน (prolactin) เซลล์ชั้นนอกเป็นเซลล์กล้ามเนื้อเล็ก ๆ (myoepithelial cells) เรียงตัวประสานรอบต่อมน้ำนมออกจากกระเปาะ เมื่อได้รับการกระตุ้นจากฮอร์โมนออกซิโตซิน (oxytocin) ต่อมน้ำนมและท่อน้ำนมส่วนใหญ่อยู่บริเวณลานนมแผ่เป็นรัศมีห่างจากฐานของหัวนมประมาณ 30 มิลลิเมตร ต่อมน้ำนและท่อนมถูกหุ้มด้วยไขมันซึ่งกระจายอยู่บริเวณเนื้อเยื่อสร้างน้ำนมเพื่อทำหน้าที่พยุงและรองรับการทอดผ่านของท่อนม

การสร้างและการหลั่งน้ำนม

เต้านมของหญิงตั้งครรภ์จะมีขนาดและน้ำหนักเพิ่มขึ้นอย่างชัดเจนในไตรมาสสุดท้าย เมื่อลูกดูดนมแม่จะส่งสัญญานไปสู่สมองที่ถูกกระตุ้นมี 2 ส่วน

1.ต่อมใต้สมองส่วนหน้า (Anterior Pituitary Gland) หลั่งฮอร์โมนโปรแลกติน (Prolactin) ออกมากระตุ้นเซลล์ ที่ทำหน้าที่สร้างน้ำนม (alveolar cell) ให้สร้างน้ำนม พบว่าถ้าลูกดูดนมน้อย เต้านมก็จะสร้างน้ำนมน้อย ถ้าลูกดูดมากก็จะสร้างน้ำนมมาก หรือถ้าหยุดดูดนม เต้านมก็จะหยุดสร้างน้ำนมไม่นานหลังจากนั้น

2.ต่อมใต้สมองส่วนหลัง (Posterior Pituitary Gland) มีการหลั่งฮอร์โมนออกซิโทซิน (Oxytocin) ออกมากระตุ้นกล้ามเนื้อ (myoepitherlial cell) ที่อยู่รอบต่อมน้ำนมให้หดตัว น้ำนมจึงถูกบีบไล่จากต่อมน้ำนมออกมาสู่ท่อน้ำนมและเข้าสู่ปากลูกขณะดูดนม นอกจากนี้ฮอร์โมยออกซิโทซิน (Oxytocin) ยังช่วยให้มดลูกหดรัดตัวช่วยป้องกันการตกเลือดได้อีกด้วย

นมแม่ในระยะต่าง ๆ

หัวน้ำนม (colostrum) คือน้ำนมแม่ในช่วง 3 วันหลังคลอด หรือที่มีสีเหลืองเนื่องจากมี betacarotene สูง มีปริมาณน้อยแต่มีคุณค่าทางโภชนาการและภูมิคุ้มกันสูง ในวันแรกน้ำนมแม่จะหลั่งหัวน้ำนมได้ประมาณ 3- 30 มิลลิลิตรต่อวันซึ่งสัมพันธ์กับความจุกระเพาะของทารกและความต้องการ และจะเพิ่มปริมาณขึ้นตามลำดับ จะประกอบไปด้วยพลังงาน โปรตีน วิตามิน เกลือแร่ และมีภูมิคุ้มกันมากมาย ถือเป็นวัคซีนหยดแรกสำหรับลูก เพื่อป้องกันลูกจากเชื้อโรคต่าง ๆ ในขณะที่ลูกยังไม่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันให้ตนเองได้ และยังช่วยขับขี้เทา ลดภาวะตัวเหลือง

น้ำนมช่วงเปลี่ยน (transitional milk) เกิดขึ้นต่อจากหัวน้ำนมจะหลั่งในช่วง 1 – 2 สัปดาห์หลังคลอด โดยการเปลี่ยนแปลงจะเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วใน 8 วันแรก สีจะใส่ขึ้นระดับโปรตีน ภูมิคุ้มกันและวิตามินที่ละลายในไขมันจะลดลง ในขณะที่ปริมาณไขมัน น้ำตาลและวิตามินที่ละลายในน้ำจะเพิ่มขึ้น

น้ำนมระยะสร้างเต็มที่ (mature milk) เกิดขึ้นหลังทารกอายุ 14 วันเป็นต้นไป และเต้านมจะคงสภาพการผลิตน้ำนมและควบคุมส่วนประกอบของน้ำนมที่สร้าง มีสารอาหารที่เป็นมาตรฐานสำหรับทารกและยังมีสารอื่นอีกมากมาย เช่น สารกระตุ้นการเจริญเติบโตสำหรับร่างกายและสมอง รวมทั้งน้ำย่อยหลายชนิด เป็นต้น และมีน้ำเป็นส่วนประกอบถึง 87 เปอร์เซน จึงไม่จำเป็นต้องให้น้ำร่วมด้วย

ในการให้นมลูกนั้นน้ำนมที่ออมาในช่วงแรกคือน้ำนมส่วนหน้า (fore milk) ซึ่งมีลักษณะใส เพราะมีน้ำและน้ำตาลเล็คโทส (lactose) มากกว่า (น้ำตาลเล็คโทสเป็นส่วนประกอบที่ช่วยในการพัฒนาของสมอง) ส่วนน้ำนมที่ออกมาในช่วงหลังๆคือน้ำนมส่วนหลัง (hind milk) จะมีลักษณะข้นกว่าเพราะมีไขมันเป็นส่วนประกอบ ควรให้ลูกดูดให้เกลี้ยงเต้าเพื่อให้ได้น้ำนมครบทั้ง 2 ส่วนจะได้สารอาหารครบถ้วนและอิ่มนาน

กลไกลการดูดนมแม่[23]

การดูดนมของทารกเกี่ยวข้องกับฮอร์โมน reflex ที่มีมาแต่กำเนิด และการใช้อวัยวะของช่องปาก การที่ทารกจะดูดนมได้ดีเริ่มจากทารกจะต้องอมหัวนมและลานนม(latch on) ได้ถูกต้อง ซึ่งต้องอาศัย reflex ดังนี้

1. Rooting เมื่อมีอะไรมาแตะที่ริมฝีปากหรือแก้ม ทารกจะอ้าปากและย่นลิ้นออกมา
2. Suckling reflex เมื่อมีสิ่งใดเข้าไปในปากทารกและสัมผัสกับเพดานปาก จะกระตุ้นให้ทารกดูดอัตโนมัติ ซึ่งSuckling reflex พบได้ภายใน 1 ชั่วโมงแรกหลังคลอด
3. Swallowing เมื่อในปากทารกมีน้ำนมอยู่เพียงพอ ทารกจะกลืนโดยอัตโนมัติ

กลไกลการดูดจะเริ่มจากการที่ทารกอ้าปากกว้าง หรือในกรณีที่ทารกไม่อ้าปาก ให้ใช้หัวนมสัมผัสที่ริมฝีปากของทารกเบาๆ ทารกขณะอ้าปากกว้าง และยื่นลิ้นออกมา (rooting reflex) จังหวะที่ลูกอ้าปากกว้าง แม่ใช้มือประคองศีรษะลูกเข้าหาหัวนมทันทีอย่างรวดเร็วและนุ่มนวลก่อนที่ลูกจะเริ่มหุบปากลง เพื่อให้เหงือกลูกอม งับถึงลานนมให้ลึกที่สุด เหงือกจะงับลงบนลานนม ลิ้นจะอยู่ใต้ลานนมและกดลานนมแนบกับเพดาน (hard palate) ลิ้นห่อหัวนมและลานนมคล้ายถ้วยรองรับบริเวณท่อนมใหญ่ ลูกจะปิดปากขณะลิ้นเคลื่อนไปสัมผัสกับแนวเหงือกขณะดูดนมขากรรไกรล่างขยับขึ้นลง เหงือกจะงีบลงบนลานนมและลิ้นจะอยู่ใต้ลานนมและกดหัวนมและลานนมแนบอยู่ระหว่างเพดานแข็ง (hard palate) และเพดานอ่อน (soft palate) แก้มที่มีแผ่นไขมันในกระพุ้งแก้มจะพองออกคล้ายลูกโป่ง เพื่อสร้างแรงดันลบในช่องปากหัวนมแม่ที่สัมผัสเพดานปากลูกจะกระตุ้น Suckling reflex ลูกจะเริ่มดูดนม แรงดูดจะดึงหัวนมและลานนมลึกเข้าไปในปากให้ยืดยาวขึ้นกว่าเดิม 2-3 เท่า เรียกว่าหัวนมยืด (teat) ลูกจะดูดยืด teat นี้ไว้ในปากทำให้ดูดไม่หลุด

ขณะดูดนมแผ่นไขมันที่อยู่บริเวณกระพุ้งแก้มจะเคลื่อนตามการดูดนม และช่วยประคองลิ้นที่เคลื่อนเป็นลูกคลื่น (peristaltic movement) เพื่อกดรีดน้ำนมจากท่าน้ำนมใหญ่เข้าปากของลูก ขณะเดียวกันจะมีการกระตุ้นให้มีการหลั่งฮอร์โมนออกซิโทซิน ไปกระตุ้น myoepithelial cell ที่พันอยู่รอบต่อมน้ำนมให้หดตัวบีบน้ำนมออกมาจากต่อมน้ำนมเข้าสู่ท่อนมเกิด milk ejection reflex (let down reflex หรือ oxytocin reflex) ในท่อนมเพิ่มขึ้นดันน้ำนมไหลเข้าสู่ท่อน้ำนมใหญ่ และไหลออกจากเต้าเข้าสู่ปาก

3. ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่[24]

นมแม่ต่อสุขภาพของลูก

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีประโยชน์ต่อสุขภาพของลูกทั้งด้านร่างกายสติปัญญาและจิตใจ ทั้งในระยะสั้นและระยะยาว นมแม่มีสารอาหารครบถ้วน

1. มีสารช่วยสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรค ช่วยให้ลูกเติบโตและมีพัฒนาการได้เต็มศักยภาพ
2. ช่วยปกป้องลูกจากการติดเชื้อโรค ยิ่งให้นมแม่นานยิ่งลดความเสี่ยงจากการเจ็บป่วยและเสียชีวิตในวัยเด็กจากโรคติดเชื้อเช่น โรคท้องร่วงและโรคปอดบวม
3. ช่วยลดโอกาสเกิดโรคเรื้อรังในระยะยาว พบว่า เด็กที่ได้กินนมแม่โอกาสเกิดภาวะน้ำหนักเกินและหรือโรคอ้วน โรคเบาหวานลดน้อยลง
4. เด็กที่ได้กินนมแม่มีระดับสติปัญญาสูงกว่าเด็กที่กินนมแม่น้อยกว่า หรือไม่ได้กินเลย (3 จุด โดยเฉลี่ย) ซึ่ง**ระดับสติปัญญา** ของเด็กที่เพิ่มขึ้น มีผลต่อการเรียน นำไปสู่ประสิทธิภาพในการทำงานและรายได้ในช่วงต่อมาของชีวิต เป็นคุณประโยชน์ต่อเด็กอย่างต่อเนื่องยาวนานไปจนถึงวัยผู้ใหญ่ **ทางด้านจิตใจ** การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สร้างความรัก ความผูกพันระหว่างแม่-ลูก ทำให้ลูกร่าเริงแจ่มใสอารมณ์ดี เป็นการสร้างรากฐานที่มั่นคงแข็งแรงของสุขภาพจิตที่ดีตั้งแต่ในวัยเด็ก

นมแม่ต่อสุขภาพของแม่

1. การให้ลูกดูดนมแม่ตั้งแต่ในระยะหลังคลอด จะกระตุ้นการหลั่งฮอร์โมนออกซิทอกซินอย่างต่อเนื่อง ทำให้มดลูกหดรัดตัวได้ดี ลดความเสี่ยงจากการตกเลือดหลังคลอด ช่วยขับน้ำคาวปลาทำให้มดลูกเข้าอู่เร็วขึ้น
2. ช่วยให้แม่ฟื้นตัวจากการคลอดได้เร็ว น้ำหนักแม่ลดลงสู่ปกติได้เร็ว เนื่องจากแม่ต้องใช้พลังงานเพิ่มขึ้นประมาณ 300-500 แคลอรี่ต่อวันในการสร้างน้ำนม
3. ช่วยลดภาวะซึมเศร้าของแม่หลังคลอด
4. ผลดีต่อสุขภาพแม่ในระยะยาว ลดภาวะเสี่ยงของการเกิดโรคต่าง ๆ เช่น โรคมะเร็งเต้านม มะเร็งรังไข่ โรคเบาหวาน และโรคกระดูกพรุน

5. การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ยังเป็นวิธีธรรมชาติที่ช่วยในการคุมกำเนิด ถ้าแม่สามารถให้นมแม่แก่ลูกอย่างเดียวล้วน ๆ เต็มที่ ในระยะ 6 เดือนแรกหลังคลอด โดยไม่ให้อาหารอื่น จะช่วยให้ประจำเดือนมาช้า มีประสิทธิภาพในการคุมกำเนิดสูง ใกล้เคียงกับการคุมกำเนิดโดยวิธีมาตรฐานทั่วไป คือ ประมาณร้อยละ 98

นมแม่ต่อครอบครัว

1. ช่วยสร้างสัมพันธภาพในครอบครัว เพราะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ไม่ใช่เป็นเป็นหน้าที่เฉพาะของแม่และลูกเท่านั้น แต่เป็นเรื่องของทุกคนในครอบครัว สมาชิกในครอบครัวคือผู้ที่ใกล้ชิดแม่และลูกมากที่สุดนับตั้งแต่สามี ปู่ย่าตายาย หรือญาติพี่น้อง ต่างมีบทบาทในการช่วยเหลือเลี้ยงดูลูก และ ให้กำลังใจแก่แม่ ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. ช่วยประหยัดทั้งเวลาและค่าใช้จ่ายของครอบครัว เพราะนมแม่มีพร้อมเสมอให้ลูกไม่ต้องเสียเวลาและค่าใช้จ่ายในการซื้อและ เตรียมเหมือนการเลี้ยงลูกด้วยนมผง จากงานวิจัย (alive & thrive) พบว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ช่วยลดค่าใช้จ่ายรายเดือนของครอบครัวได้สูงถึงร้อยละ 25.2 ของรายได้เฉลี่ยต่อเดือนของแรงงานไทย จากการที่ไม่ต้องซื้อนมผง
3. ช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายด้านการรักษาพยาบาล ของครอบครัวเพราะลูกที่กินนมแม่จะไม่ค่อยป่วย รวมทั้งการสูญเสียเวลาในการทำงานและค่าใช้จ่ายในการเดินทาง

นมแม่ต่อเศรษฐกิจของประเทศไทยและโลก

1. ช่วยปกป้องเด็กจากโรคภัยไข้เจ็บ เช่น ช่วยลดอัตราการเกิดโรคอุจจาระร่วง และการติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจ ได้ถึงร้อยละ 72 และร้อยละ57 ตามลำดับ
2. อัตราการเข้ารักษาตัวในโรงพยาบาลลดลง ซึ่งจะช่วยประหยัดงบประมาณรายจ่ายด้านสุขภาพ เกิดผลทางบวกต่อภาวะเศรษฐกิจของประเทศ จากงานวิจัยพบว่า หากเด็กไทยได้รับนมแม่อย่างเพียงพอ จะช่วยป้องกันการเกิดโรคอุจจาระร่วง และปอดบวม ทำให้สามารถประหยัดค่าใช้จ่ายได้ถึง 254 ล้านบาท
3. ช่วยเพิ่มคุณภาพของแรงงานในอนาคต เพราะพัฒนาการทางสติปัญญาของเด็กที่เพิ่มขึ้นจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จะนำไปสู่การเพิ่มขึ้นของประสิทธิภาพการทำงานและรายได้ในช่วงต่อมาของชีวิต จึงช่วยเพิ่มเงินเข้าไปในระบบเศรษฐกิจในระดับประเทศและระบบเศรษฐกิจของโลกโดยรวม ในระดับโลกพบว่าประเทศต่าง ๆ สูญเสียรายได้ถึง 300 พันล้านเหรียญสหรัฐต่อปีหรือ 0.49 ของผลรวมรายได้ประชาชาติ (GNI) จากพัฒนาการทางสติปัญญาที่น้อยลงสัมพันธ์กับการที่ทารกไม่ได้กินนมแม่สำหรับประเทศไทย พบว่า พัฒนาการทางสติปัญญาของเด็กที่เพิ่มขึ้นจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สามารถสร้างรายได้ถึง 6,355 ล้านบาท และหากให้

ทารกได้กินนมแม่อย่างเดียวใน 6 เดือนแรกหลังคลอดจะครัวเรือนไทย ประหยัดรายจ่ายมากกว่า 1,500 ล้านบาท/ปี

นมแม่ต่อสิ่งแวดล้อม

น้ำนมแม่ เป็นสารอาหารที่สร้างออกมาตามธรรมชาติและมีการสร้างขึ้นใหม่อยู่ตลอดเวลามีพร้อมให้ลูกเสมอ ปลอดภัย ปราศจากมลพิษ เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม ไม่มีความจำเป็นในการใช้บรรจุภัณฑ์ ไม่ก่อให้เกิดขยะ ซึ่งในทางตรงข้ามถ้าใช้นมผงทดแทนนมแม่ จะทำให้เกิดผลกระทบต่อระบบนิเวศน์มีการใช้พลังงานจาก เชื้อเพลิง และนำในการผลิต มีการใช้วัสดุสำหรับทำบรรจุภัณฑ์และหีบห่อ ซึ่งในที่สุดจะถูกทิ้งเป็นขยะ เกิดมลพิษตั้งแต่กระบวนการของการผลิต จนถึงการจัดขนส่งเพื่อจำหน่าย และการทำลายขยะ ซึ่งทั้งหมดนี้เป็นตัวการก่อให้เกิดมลภาวะแก่โลก ก่อปัญหาภาวะโลกร้อน ดังนั้น การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ช่วยปกป้องโลกจากปัญหาเหล่านี้ และให้ความมั่นคงทางอาหารตลอดปี เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้เกิดการพัฒนาด้านสิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืน

4. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการตัดสินใจให้อาหารอื่นเสริม หรือทดแทนการกินนมแม่[25]

นมแม่เป็นอาหารธรรมชาติที่เหมาะสมที่สุดสำหรับทารก เป็นยอดอาหารสำหรับทารกในช่วง 6 เดือนแรกของชีวิต โดยประกอบไปด้วยสารอาหารต่าง ๆ ภูมิคุ้มกัน ฮอร์โมน ทำให้ทารกเจริญเติบโตอย่างแข็งแรงและสมบูรณ์ แต่แม่บางคนไม่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ เนื่องจากมีปัจจัยเกี่ยวข้องที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจหลายประการ โดยแบ่งออกเป็น

1. ปัจจัยด้านมารดา

มารดาเป็นเป็นบุคคลที่สำคัญที่สุดในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แต่การที่มารดาตัดสินใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หรือไม่นั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยส่วนบุคคลที่เกี่ยวข้องดังต่อไปนี้

ทัศนคติและความเชื่อของมารดา

ทัศนคติและความเชื่อเป็นเรื่องของความคิด ความเข้าใจ และการยอรับของแต่ละบุคคลซึ่งมีผลต่อการตัดสินใจจะปฏิบัติหรือไม่ปฏิบัติ เช่นเดี่ยวกับมารดาที่มีทัศนคิและความเชื่อที่ไม่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก็มีแนวโน้มที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมผสม ในทางตรงกันข้าม มารดาที่มีทัศนคติและความเชื่อที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ย่อมตัดสินใจง่ายในการที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ทัศนคติอาจเกิดจากการได้รับข้อมูลข่าวสารจากแหล่งต่าง ๆ ทั้งบุคคลในครอบครัว ชุมชน สังคม สื่อต่าง ๆ รวมทั้งความรู้ของมารดา ซึ่งจะก่อให้เกิดทัศนคติได้ทั้งด้านลบและด้านบวก ทัศนคติทางด้านบวกต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เช่น การที่มารดาคิดว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นเรื่องที่มีประโยชน์ต่อตนเองและลูก

มารดาก็มีแนวโน้มที่จะตัดสินใจเลี้ยงลูกด้วยนนแม่และประสบความสำเร็จได้มากกว่ามารดาที่มีทัศนคติทางลบ มารดาที่มีทัศนคติด้านลบ เช่น การที่มารดาคิดว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทำให้เต้านมหย่อนยาน ไม่สวยงาม ไม่ดึงดูดเป็นภาระต่อตนเองและอายที่จะต้องให้นมในที่สาธารณมารดาจึงมักตัดสินใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมผสม

ความรู้ของมารดาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วนมแม่

ความรู้ของมารดาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นั้น อาจเป็นความรู้เดิมที่ได้จากการศึกษา การถ่ายทอดประสบกรณ์การเลี้ยงลูกจาก ปู่ ย่า ตา ยาย หรือแม้กระทั้งความรู้เดิมที่มารดาได้มีประสบการณ์ตรงในการเลี้ยงลูกคนแรก ระดับการศึกษาก็เป็นปัจจัยที่สะท้อนถึงความรู้ของมารดา

ปัญหาสุขภาพของมารดา

ภาวะสุขภาพของมารดา ก็เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้มารดาประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หากมารดาสุขภาพไม่ดี สมบูรณ์ แข็งแรง ก็จะมีความพร้อมทางด้านร่างกายในการให้นมบุตร ในทางตรงกันข้าม มารดาที่มีภาวะสุขภาพไม่ดี ไม่แข็งแรง มารดามีน้ำนมน้อย ไม่มีความอยากอาหาร มีปัญหา เรื่องเต้านมก็อาจทำให้มารดาตัดสินใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมผสมมากกว่าเลี้ยงลูกด้วยนแม่ มารดาที่ได้รับการผ่าท้องคลอด มักจะมีอาการอ่อนเพลีย ง่วงซึมจากยาสลบ เจ็บแผลผ่าตัดจนไม่สามารถเคลื่อนไหวได้ถนัด หรือเกิดภาวะแทรกซ้อนในระหว่างการคลอดจนต้องได้รับยาต่าง ๆ แม่ที่เป็นโรคติเชื้อ HIV อาการหรือภาวะต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นก็เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดความล้มเหลวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้

นอกจากภาวะสุขภาพทางด้านร่างกายแล้ว การที่มารดามีภาวะสุขภาพทางจิตใจที่ไม่ดี ก็เป็นอีกสาเหตุหนึ่ง ที่ทำให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไม่ประสบความสำเร็จ ภาวะทางด้านจิตใจที่เกิดขึ้น เช่น มารดาที่มีภาวะซึมเศร้าหลังคลอด (postpartum depression) มีความเครียดหรือความวิตกกังวลสูง ก็อาจทำให้มารดาไม่มีความพร้อม หรือขาดความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ประสบการณ์ของมารดา

ประสบการณ์ชีวิตของมารดาก็เป็นปัจจัยที่สำคัญต่อการตัดสินใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประสบการณ์เดิมในการเลี้ยงลูกด้วยมแม่ถ้ามารดาเคยประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ก็อาจตัดสินใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในลูกคนต่อไป แต่หากมารดาเคยมีประสบการณ์ที่ไม่ดี ในกรณีที่มีปัญหาสุขภาพร่างกาย เช่น เต้านมอักเสบเจ็บเต้านมจากการให้ลูกดูดนมอย่างไม่มีประสิทธิภาพ ก็อาจเป็นปัจจัยที่ทำให้มารดาตัดสินใจไม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่

คุณลักษณะของมารดา

คุณลักษณะของมารดาด้านต่าง ๆ เช่น อายุ สถานภาพสมรส สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม การศึกษา ต่างก็มีผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีหลายการศึกษาพบว่ามารดาที่มีอายุ มากว่า 25 ปี

สถานภาพสมรสคู่ จะประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากกว่ามารดที่มีอายุน้อย และมารดาที่มีรายได้ครอบครัวสูงจะมีโอกาสที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำเร็จมากกว่ามารดาที่มีรายได้ต่ำ

ระยะเวลาในการลาคลอด

ระยะเวลาในการคลอดมีความสำพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วนมแม่ การที่แม่ต้องกลับไปทำงานเร็วเกินไปนั้น นับเป็นปัจจัยหนึ่งที่เป็นอุปสรรคสำหรับมารดา และทำให้มารดาตัดสินใจหรือจำใจที่จะต้องเลิกการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก่อน 6 เดือน

การทำงานนอกบ้าน

การที่มารดาต้องทำงานนอกบ้าน อาจทำให้มารดามีความเครียดเพิ่มมากขึ้นและอาจมีผลทำให้ปริมาณน้ำนมลดน้อยลงได้ โอกาสที่แม่ส่วนใหญ่จะหยุดการให้นมแม่จึงมีสูงมาก หรือหากผู้บริหารหรือผู้ร่วมงาของมารดานั้นไม่เข้าใจยิ่งส่งผลให้ตัดสินใจเลิกให้นมแม่เร็วกว่าที่ควรจะเป็น

ปัจจัยด้านบุตร

ปัญหาสุขภาพของบุตร

การที่ทารกมีปัญหาด้านสุขภาพ เช่า ทารกคลอดก่อนกำหนด ทารกน้ำหนักตัวน้อย ทารกป่วยด้วยโรคต่าง ๆ ทำให้ทารกต้องได้รับการดูแลเป็นพิเศษ หรือไม่สามารถดูดนมแม่ได้ตั้งแต่แรกเกิด หรืออาจต้องให้นมทางสายให้อาหาร โดยเฉพาะทารกที่เป็นโรคทางช่องท้อง ระบบทางเดินอาหาร ซึ่งจำเป็นต้องงดน้ำงดอาหารก็จะยิ่งทำให้โอกาสที่ทารกจะได้ดูดนมแม่ยิ่งน้อยลง นอกจากนี้ยังมีทารกที่มีความผิดปกติตั้งแต่กำเนิด เช่นภาวะลิ้นติด ภาวะปากแหว่ง เพดานโหว่ แม้จะเป็นภาวะที่สามารถแก้ไขได้ และทำให้ทารกดูดนมแม่ได้แต่มารดาควรได้รับคำแนะนำเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเหมาะสม

ปัจจัยทางด้านเจ้าหน้าที่บุคคลกรทางด้านสาธารณสุข

ทัศนคติหรือความเชื่อของเจ้าหน้าที่หรือบุคคลกรด้านสุขภาพ

ทัศนคติหรือความเชื่อของเจ้าหน้าที่หรือบุคคลกรด้านสุขภาพที่เกี่ยวข้อง เป็นปัจจัยที่สำคัญมากต่อการตัดสินใจของมารดาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพราะบุคลากรที่เกี่ยวข้อง โดยเฉพาะพยาบาลที่ดูแลมารดาและทารก จะเป็นผู้ที่ให้ข้อมูลแก่มารดาและครอบครัว ทัศนคติหรือความเชื่อของบุคลากรทางด้านสุขภาพที่มีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในทางบวก จะเป็นปัจจัยที่ทำให้ข้อมูลที่ส่งผ่านถึงมารดาเป็นไปในเชิงบวก และเป็นปัจจัยเสริมที่ส่งเสริมให้มารดาตัดสินใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทัศนคติทางลบหรือไม่เห็นด้วยกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดความล้มเหลวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 6 เดือน

ความรู้ทักษะ

การที่บุคลากรทางด้านสุขภาพ โดยเฉพาะพยาบาลจะให้ข้อมูลมากน้อยแค่ไหนหรือการสนับสนุนส่งเสริม และช่วยเหลือมารดาและครอบครัวในการแก้ไขปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงลูกด้วนมแม่ได้หรือไม่ขึ้นอยู่กับบุคคลากรทางด้านสุขภาพนั้นความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากน้อยแค่ไหนเช่นกัน รวมทั้งมีทักษะที่มากพอในการช่วยเหลือแก้ไขปัญหาซึ่งจะส่งผลต่อการเชื่อถือและสร้างความมั่นใจให้แก่มารดาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ปัจจัยด้านการสนับสนุน

นโยบาย

นโยบายทุกระดับ ทั้งในระดับประทศ ระดับโรงพยาบาลรวมทั้งชุมชนต่างก็มีเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วนมแม่ประสบความสำเร็จ รวมทั้งกำหนดกฎหมายลาคลอดได้ 90 วันก็ช่วยให้มารดาได้มีโอกาสเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สะดวกขึ้น

สมาชิกครอบครัวและการสนับสนุนทางสังคม

เป็นส่วนหนึ่งของความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีการศึกษาพบว่าการส่งเสริมให้สามีและ/หรือญาติเข้ามามีส่วนร่วมในการฟังคำแนะนำ พูดคุย และให้การช่วยเหลือมารดาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ช่วยให้มารดามีระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนานขึ้น นอกจากนี้สัมพันธ์ที่ดีภายในครอบครัวก็มีส่วนส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และรวมถึงทัศนคติหรือความเชื่อของบุคคลในครอบครัวโดยเฉพาะทัศนคติของบิดา ก็มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจของมารดาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อีกด้วย

สื่อโฆษณา

เป็นส่วนสำคัญในการชัดจูงให้คนที่ได้รับสื่อ เลือกที่จะกระทำหรือไม่กระทำตามข้อมูลที่ได้รับจาคสื่อนั้น ๆ ไม่ว่าจะเป็นสื่อทางโทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ วารสาร วิทยุ สื่ออิเล็คโทรนิค เป็นต้น หากสื่อมีข้อความที่เป็นการให้ความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วนมแม่ ก็จะเป็นปัจจัยส่งเสริมในทางตรงกันข้าม ถ้าสื่อนั้นเสนอหรือโฆษณานมผสม หรือมีภาพการให้ทารกดูดนมจากขวดมากกว่าการดูดนมจากเต้า เมื่อรับสื่อนั้นบ่อย ๆ ก็อาจคิดว่าเป็นเรื่องปกติ

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

อาจารย์เพ็ญรุ่ง นวลแจ่มและคณะ[26] ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมและระยะเวลาการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของมารดาในเขตภาษีเจริญ ผลการวิจัยพบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อระยะเวลาในการเลี้ยงและพฤติกรรมในการเลี้ยงดูบุตรด้วยนม มารดาได้แก่อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพและรายได้ของครัวเรือน ความถี่ในการได้รับ คำแนะนำในการปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์ ความรู้ที่ได้รับถึงประโยชน์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างมี นัยสำคัญทางสถิติ 0.001

พรณิศา แสนบุญส่ง, วรรณดา มลิวรรณ์[2] ศึกษาการเลี้ยงลูกด้วยนมแมอ่ย่างมีคุณภาพ : ปัจจัยที่มีอิทธิพล ต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และบทบาทของพยาบาลผดุงครรภ์ สรุปได้ว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้มีคุณภาพ มีกลยุทธ์ที่สำคัญ คือ การมีนโยบายส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ชัดเจน บุคลากรทางการแพทย์มีทัศนคติ มีความรู้ และทักษะต่าง ๆในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นอย่างดี ส่วนมารดา บิดา และครอบครัวต้องมีการวางแผนการมีบุตรเพื่อเตรียมตัวเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่ระยะก่อนการตั้งครรภ์ ต้องมีความ มั่นใจ มีความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ รวมทั้งการสนับสนุนทางสังคมที่เอื้อต่อการเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่ เช่น สถานประกอบการต่าง ๆ บริษัทนมผงดัดแปลงที่ไม่มุ่งหวังผลประโยชน์ทางธุรกิจเกินควร จนเป็นอุปสรรคต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ธัญลักษณ์ บรรลิขิตกุล[28] ได้ศึกษาการส่งเสริมมารดาที่ทำางานนอกบ้าน ให้สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาต่อเนื่องได้ สรุปได้ว่า เหตผุลสำคัญประการหนึ่งที่ทำให้มารดาไม่สามารถเลี้ยงลกูด้วยนมมารดาอย่างเดียว 6 เดือนได้อย่างต่อเนื่อง คือ การที่มารดาต้องกลับไปทำางานนอกบ้านหลังการลาพักคลอด

สมพงษ์ ชัยโอภานนท์[29] ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ในจังหวัดนนทบุรี ผลการศึกษาการศึกษาครั้งนี้พบว่าปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวครบ 6 เดือน ได้แก่ ปัจจัยส่วนบคุคลในด้านประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การตัดสินใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ด้วยตนเอง ความรู้สูงกว่าและทัศนคติที่ดีกว่า ปัจจัยทางสังคมที่สนับสนุน ได้แก่ สามี ญาติครอบครัว พี่เลี้ยง

อุษณีย์ จินตะเวชและคณะ[30] ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวของมารดาหลังคลอด ผลการศึกษา พบว่า ปัจจัยที่สนับสนุนให้มารดาสามารถเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวเป็นระยะเวลานาน 6 เดือน ได้แก่ ปัจจัยด้านมารดา ปัจจัยด้านบุคลากรทีมสุขภาพ ปัจจัยด้านครอบครัว และเพื่อน

ธิติมา เงินมาก,สุพาณี บุญโยม[31] ปัจจัยและพฤติกรรมที่มีผลต่อการเลือกอาหารตามวัยแก่ทารกอายุ 6-12 เดือน ของผู้เลี้ยงดูที่มารับบริการในโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยนเรศวร ผลการศึกษา ทารกเพศชายมีร้อยละ 48 เพศหญิงมีร้อยละ 52 อายุเฉลี่ย 8 เดือน 17 วัน น้ำหนักเฉลี่ย 8.37 กิโลกรัม ร้อยละ 78.7 มีน้ำหนักตามเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 4.7 มีน้ำหนักตัวต่ำกว่าเกณฑ์ อายุเฉลี่ยที่เริ่มให้อาหารตามวัย 5 เดือน 23 วัน ส่วนใหญ่เป็นอาหารตามวัยที่ปรุงเองที่บ้าน ร้อยละ 53.3 ระดับการศึกษา รายได้ และอาชีพของผู้เลี้ยงดู เป็นปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกอาหารตามวัย ที่ $p<.05$ พฤติกรรมการให้อาหารไม่เหมาะสมพบว่า เคี้ยวอาหารก่อนป้อนให้ ทารกกิน ร้อยละ 1.3 ให้กินน้ำหวาน น้ำอัดลม ขนมหวาน เติมเกลือ น้ำตาล ผงชูรส น้ำปลา วิธีการเลือกอาหารตามวัย ผู้เลี้ยงดูเลือกที่เหมาะสมกับอายุทารก และมี อย. ส่วนโฆษณาไม่มีผลต่อการตัดสินใจซื้ออาหารตามวัยและไม่สัมพันธ์กับอาชีพ การศึกษา รายได้ของผู้เลี้ยงดู

นิศาชล เศรษฐไกรกุลและคณะ[11] สถานการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ของผู้รับบริการในสถานพยาบาลรัฐ ผลการศึกษาพบว่า อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียวจนครบ 6 เดือนในกลุ่มตัวอย่างประมาณร้อยละ 32.8 และมีแนวโน้มลดลง ต่อเนื่องจากเดือนแรกจนถึงเดือนทีโดยจะมีอัตราการลดลงจากเดือนที่ 3 ค่อนข้างมาก ทั้งนี้เหตุผลหลักของแม่ที่ไม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียวจนถึง 6 เดือน ได้แก่ แม่คิดว่าน้ำนมไม่เพียงพอ รองลงมาคือ ความกังวลว่านมแม่มีสารอาหารไม่พอ และเหตุผลอันดับที่ 3 คือ แม่ต้องกลับไปทำงาน โดยส่วนใหญ่ แม่จะให้อาหารอื่นทดแทน นมแม่อย่างน้อย 3 อย่างขึ้นไป และมีนมผงและน้ำเป็นหลัก

นางลฎาภา ชารีผล[32] ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนของมารดาหลังคลอด ในเขตตำบลกำแพง อำเภออุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษ ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวครบ 6 เดือนร้อยละ 55.6 อัตราการเลี้ยงด้วยนมแม่ น้อยกว่า 6 เดือนมีเพียงร้อยละ 44.4 เมื่อ วิเคราะห์ปัจจัยที่ มี ความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ได้แก่ อายุ การศึกษา อาชีพ รายได้ จำนวนบุตร โรคประจำตัวของมารดา โรคประจำตัวของทารก ความรู้และ ทัศนคติของมารดาหลังคลอด พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6เดือน

สมชาย โอวัฒนาพานิช[15] ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โรงพยาบาลพระนารายณ์มหาราช จังหวัดลพบุรี จากการศึกษาพบว่า อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ร้อยละ 43.3 และเลี้ยงต่อเนื่อง 12 เดือนร้อยละ 29.1 ปัจจัยที่มีความสำคัญกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนพบว่า ปัจจัยส่วนบุคคลได้แก่ การศึกษา อาชีพ สถานที่ฝากครรภ์ ลำดับลูก ทัศนคติและประสบการณ์การเลี้ยงลูก ด้านบริการได้แก่ ห้องคลอด/หลังคลอด คลินิกนมแม่ ในการติดตามเยี่ยมหลังคลอดในชุมชน สิ่งสนับสนุนได้แก่ ครอบครัว การมอบเกียรติบัตรและการดำเนินงานของชมรม

สรุปผลจากการการทบทวนงานวิจัย พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจที่แม่ไม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างเดียวจนครบ 6 เดือน ได้แก่ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพและรายได้ของครัวเรือน สมาชิกในครอบครัว รวมถึงการได้รับคำแนะนำในการปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์ ความรู้ที่ได้รับถึงประโยชน์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จากบุคคลากรสาธารณสุขซึ่งล้วนมีผลต่อการตัดสินใจที่แม่ไม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ยาวนานจนถึง 6 เดือน และสาเหตุที่แม่ตัดสินใจให้ลูกเริ่มกินนมผสมส่วนใหญ่แม่คิดว่าน้ำนมไม่เพียงพอ รองลงมาคือความกังวลว่านมแม่มีสารอาหารไม่พอ และแม่ต้องกลับไปทำงานและที่สำคัญ และที่สำคัญคือทัศนคติ เพราะถ้าแม่มีทัศนคติที่ดีตั้งแต่แรกเริ่มก็จะส่งผลต่อความตั้งใจของแม่ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จรวมจนถึงครอบครัว ญาติ และเพื่อนล้วนส่งผลต่อการตัดสินใจทั้งสิ้น

กรอบแนวคิด

ปัจจัยส่วนบุคคล
ลักษณะประชากรของมารดา
อายุ
การศึกษา
รายได้
อาชีพ
จำนวนบุตร
ปัจจัยสิ่งแวดล้อม
ผู้ดูแล
สถานบริการ
เหตุผลการตัดสินใจ
แม่ต้องกลับไปทำงาน
น้ำนมไม่เพียงพอ
นมแม่มีสารอาหารไม่พอ
กินน้ำเพื่อล้างปาก
กินน้ำผลไม้เพื่อเพิ่มสารอาหาร
กินอาหารอ่อนคิดว่าเด็กไม่อิ่ม
ระยะเวลาการเริ่มนมผง
หรืออาหารอื่น นอกจาก
นมแม่

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบการสำรวจภาคตัดขวางเชิงปริมาณ(Quantitative Cross Sectional Study) มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1. เพื่อศึกษาช่วงเวลาที่แม่เริ่มต้นให้เด็กกินนมผสม และ/ หรืออาหารอื่น ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือนเต็ม 2. เพื่อศึกษาสาเหตุที่แม่เริ่มต้นให้เด็กกินนมผสม และ/ หรืออาหารอื่น 3. เพื่อศึกษาสาเหตุที่แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน โดยข้อมูลที่ใช้ในการวิเคราะห์ครั้งนี้เป็นส่วนหนึ่งของ โครงการการศึกษาช่วงเวลาและปัจจัยสำคัญในการเริ่มต้นเลี้ยงลูกด้วยนมผสมหรืออาหารอื่น โดยเลือกมาเฉพาะจังหวัดกรุงเทพมหานคร

การคัดเลือกกลุ่มประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

เก็บข้อมูลประชากรกลุ่มแม่หรือผู้ดูแลหลักของเด็กอายุแรกเกิด - 3 ปี กินนมผสมและ/ หรืออาหารต่าง ๆ เพื่อทดแทนนมแม่ก่อนอายุครบ 6 เดือน โดยใช้สูตรการกำหนดขนาดตัวอย่างจากสูตรการคำนวณประชากรของโครงการการเก็บข้อมูลสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทยที่สำคัญ พ.ศ. 2555 (Multiple Indicator Cluster Surveys: MICS 4) ได้กลุ่มประชากรทั้งหมด 1582 คน จากนั้นคำนวณจำนวนกลุ่มตัวอย่างแยกตามรายภาค และตามประเภทโรงพยาบาล โดยอ้างอิงจากจำนวนจำนวนการเกิดมีชีพในปี 2557 ซึ่งงานวิจัยนี้เลือกเฉพาะส่วนกลุ่มตัวอย่างของจังหวัดกรุงเทพมหานคร

<u>การคำนวณจำนวนตัวอย่างทั้งหมด</u>ใช้สูตร $n = \frac{[4(r)(1-r)(f)(1.1)}{[(0.12r)(0.12r)(p)(nh)}$

แทนค่าในสูตร $$1582 = \frac{[4(0.123)(1-0.123)(2)(1.1)}{[(0.12*0.123)(0.12*0.123)(0.403)(3.69)}$$

n=จำนวนตัวอย่างทั้งหมด

4=ค่าความเชื่อมั่น 95%

r= อัตราเด็กที่กินนมแม่อย่างเดียวในช่วง 6 เดือนแรกของชีวิต(ข้อมูลจาก MICS 4) คือ 12.3%

1.1= ค่าที่กำหนดเพิ่มเผื่อ 10% สำหรับคนที่ไม่ตอบคำถาม

f= Design effect กำหนดให้เป็น 2

0.12r= ค่าความคลาดเคลื่อนที่สามารถรับได้ที่ค่าความเชื่อมั่น 95% กำหนดเป็น 12%

n_h= ขนาดครอบครัวไทยโดยเฉลี่ย (ข้อมูลจาก MICS 4) คือ 3.69 คน

<u>การคำนวณจำนวนจังหวัดที่เก็บข้อมูลในแต่ละภาค</u>

ใช้สูตร จำนวนจังหวัด$= 15[\frac{\text{จำนวนการเกิดมีชีพในแต่ละภาค}}{\text{จำนวนการเกิดมีชีพทั้งประเทศ}}]$

โดย 15 คือจำนวนจังหวัดทั้งหมดที่จะสุ่มตัวอย่าง โดยไม่นับรวมกรุงเทพฯ เนื่องจากเป็นจังหวัดที่เจาะจงสุ่มเพื่อเก็บข้อมูล เนื่องจากกรุงเทพฯ มีลกษณะทางประชากรหลากหลายแตกต่าง

<u>การคำนวณจำนวนประชากรในแต่ละจังหวัด แยกตามประเภทโรงพยาบาล</u>

ใช้สูตร จำนวนประชากร$= \frac{\text{จำนวนการเกิดมีชีพในจังหวัดในโรงพยาบาลแต่ละประเภท} * 1582}{\text{จำนวนการเกิดมีชีพ } 16 \text{ จังหวัด}}$

2. การเลือกตัวอย่าง

การเลือกกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้แบ่งเป็น 3 ขั้นตอน ได้แก่ การเลือกจังหวัดที่เก็บข้อมูล การเลือกโรงพยาบาล และการเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นภูมิ โดยแบ่งจำนวนจังหวัดที่ต้องเก็บข้อมูลในแต่ละภาค จากนั้นกำหนดจำนวนโรงพยาบาลรัฐ โรงพยาบาลชุมชน และโรงพยาบาลเอกชนที่ต้องเก็บในจังหวัดนั้น ๆ

<u>ส่วนที่ 1</u> การเลือกจังหวัดที่เก็บข้อมูล

การเก็บข้อมูลครั้งนี้จะลงพื้นที่เก็บข้อมูล 16 จังหวัดทั่วประเทศ โดยสุ่มเลือกโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างโดยโปรแกรม Excel สุ่มเลือกจำนวนจังหวัดในแต่ละภาคโดยอ้างอิงจากจำนวนการเกิดของประชากรในแต่ละภาคใน ปี พ.ศ. 2557 สรุปได้กลุ่มจังหวัดเพื่อเก็บข้อมูลทั้งหมด 15 จังหวัด จาก 5 ภาค ซึ่งงานวิจัยนี้เลือกวิเคราะห์ข้อมูลเฉพาะจังหวัดกรุงเทพมหานคร โดยใช้วิธีเจาะจงเลือกเก็บข้อมูลเนื่องจาก มีลักษณะแตกต่างจากพื้นที่อื่น ๆ

<u>ส่วนที่ 2</u> การเลือกโรงพยาบาล

ใช้วิธีการสุ่มอย่างเป็นระบบ โดยแบ่งโรงพยาบาลที่ต้องเก็บข้อมูลเป็น 3 ประเภท คือ

1) โรงพยาบาลศูนย์ หรือโรงพยาบาลรัฐขนาดใหญ่ ซึ่งมีขนาดเตียง 120 เตียงขึ้นไป
2) โรงพยาบาลรัฐขนาดเล็กซึ่งมีเตียงไม่เกิน 120 เตียง
3) โรงพยาบาลเอกชน

เมื่อทราบจำนวนของโรงพยาบาลแต่ละประเภทแล้ว จึงใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายเพื่อเลือกโรงพยาบาลที่จะเก็บข้อมูล

<u>ส่วนที่ 3</u> การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

การเก็บข้อมูลผู้ตอบแบบสอบถามกลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ แม่หรือผู้ดูแลหลักของเด็กอายุตั้งแต่แรกเกิด – 3 ปี ที่เริ่มกินอาหารอื่นนอกเหนือจากนมแม่ ในช่วงก่อนทารกอายุครบ 6 เดือน ซึ่งนำทารกมาฉีดวัคซีนหรือมาพบแพทย์ในโรงพยาบาลในวันที่มีการจัดเก็บข้อมูล และผู้ตอบแบบสอบถามมีความยินดีเข้าร่วมในการวิจัย ทั้งนี้ก่อนเริ่มการวิจัย ผู้วิจัยโดยเจ้าหน้าที่เก็บข้อมูลต้องให้ข้อมูลเกี่ยวกับงานวิจัย สิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัย และสิทธิในการออกจากการวิจัยโดยละเอียด เมื่อทราบข้อมูลแล้วหากผู้ที่มีคุณสมบัติในการเป็นกลุ่มตัวอย่างยินดีเข้าร่วมการวิจัยจะมีการลงนามในหนังสือยินดีเข้าร่วมการวิจัยเป็นลายลักษณ์อักษร ทั้งนี้ ผู้เข้าร่วมการวิจัยต้องมีคุณสมบัติดังต่อไปนี้

- เป็นแม่หรือผู้ดูแลหลักของทารกหรือเด็กเล็กที่มีอายุตั้งแต่แรกเกิด-3 ปี
- มีสัญชาติไทย และสามารถสื่อสารภาษาไทยได้ดี
- มีอายุ 15 ปีขึ้นไป
- อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร

จำนวนผู้ตอบแบบสอบถามในจังหวัดกรุงเทพหานครจากการคำนวณ เท่ากับ 493 คน โรงพยาบาลรัฐขนาดใหญ่ จำนวน 4 โรงพยาบาล จำนวน 296 คน โรงพยาบาลเอกชน จำนวน 3 โรงพยาบาล จำนวน 197 คน

3. การสร้างเครื่องมือ

แบบสอบถามเก็บข้อมูลเชิงปริมาณ

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลมี การพัฒนาแบบสอบถาม โดยการศึกษาจากแบบสอบถามอื่น ๆ ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง บทความวิจัย พัฒนามาเป็นแบบสอบถาม และคณะผู้วิจัยได้มีการปรึกษาผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งทำงานเกี่ยวข้องกับการสนับสนุนนโยบายการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จำนวน 3 ท่าน และได้มีการทดสอบแบบสอบถามเพื่อทดสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (content validity) และปรับแก้จนสามารถแน่ใจได้ว่าแบบสอบถามมีคุณภาพ และสามารถตอบคำถามการวิจัยได้อย่างครบถ้วนสมบูรณ์

แบบสัมภาษณ์เก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ

แนวคำถามในการสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้นเพื่อใช้เป็นแนวทางในการสัมภาษณ์มารดาเกี่ยวกับการความรู้ ความตั้งใจ ปัญหา และอุปสรรคในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นลักษณะคำถามปลายเปิดซึ่งมีข้อดีคือ

ทำให้ผู้วิจัยสามารถรู้คำตอบในแง่มุมต่าง ๆ ที่อาจอยู่นอกเหนือจากการคาดคะเนของผู้วิจัยรวมทั้งยังได้รายละเอียดข้อมูลในทุกแง่มุมที่ตรงความต้องการที่จะตอบของผู้ถูกสัมภาษณ์ นำมาซึ่งการได้ข้อมูลที่ลึกซึ้ง แนวคำถามนี้ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษา วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องและเอกสารงานวิจัย ประสบการณ์ของผู้วิจัย และได้รับการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความชำนาญเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จำนวน 2คน เพื่อตรวจสอบว่าคำถามจะนำไปสู่การตอบที่ตรงตามประเด็นที่ต้องการศึกษา

ส่วนประกอบของแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามในการเก็บข้อมูล เชิงปริมาณ แบ่งออกเป็น 6 ส่วน คือ
    1. ส่วนที่ 0 คำถามกรองกลุ่มตัวอย่าง
    2. ส่วนที่ 1 ข้อมูลเรื่องผู้ดูแลหลัก
    3. ส่วนที่ 2 ประวัติ และการกินนม และอาหารของเด็ก
    4. ส่วนที่ 3 การตัดสินใจ
    5. ส่วนที่ 4 ทัศนคติ
    6. ส่วนที่ 5 ข้อมูลทั่วไปของผู้ดูแลหลัก
2. แบบสัมภาษณ์เก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ

1. คิดอย่างไรกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. ขณะที่แม่ฝากท้องได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หรือไม่
3. หลังคลอดขณะนอนอยู่โรงพยาบาลมีเจ้าหน้าที่ให้การช่วยเหลือในการให้ลูกกินนมแม่หรือไม่
4. เมื่อกลับไปอยู่บ้านเมื่อแม่มีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องนมแม่ทำอย่างไร
5. ขณะนี้คุณแม่มีใครเป็นคนช่วยเหลือแม่ในการเลี้ยงดูลูก
6. ตั้งใจจะให้ลูกเริ่มอาหารอื่นนอกจากนมแม่เมื่อใด
7. เมื่อคุณแม่ต้องกลับไปทำงานมีวิธีอย่างไรที่จะช่วยให้ลูกยังสามารถได้กินนมแม่
8. คุณแม่คิดว่าเหตุผลที่ทำให้คุณแม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้คืออะไร

4. วิธีการเก็บข้อมูล

การศึกษาเชิงปริมาณครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบเชิงพรรณา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง แบบตัดขวาง (Cross-sectional Descriptive Studies) โดยใช้แบบสอบถามในการเก็บข้อมูล โดยคณะผู้วิจัยเป็นผู้สัมภาษณ์แบบเผชิญหน้า (face to face) และกรอกข้อมูลลงในแบบสัมภาษณ์เอง ทั้งนี้เพื่อความสะดวกของแม่หรือผู้ดูแลหลัก และเพื่อความถูกต้องของข้อมูล โดยการสัมภาษณ์แม่หรือผู้ดูแลหลักของเด็กอายุตั้งแต่แรกเกิด – 3 ปี ที่เริ่มกินอาหารอื่นนอกเหนือจากนมแม่ ในช่วงก่อนทารกอายุครบ 6 เดือน ซึ่งนำทารกมาฉีดวัคซีนหรือมาพบแพทย์ในโรงพยาบาลในวันที่มีการจัดเก็บข้อมูล ใช้เวลาในการสัมภาษณ์ 30 นาที หลังจากนั้นตรวจสอบข้อมูลแบบสอบถามให้ครบถ้วน หากข้อมูลไม่สมบูรณ์ ครบถ้วนสัมภาษณ์อีกครั้ง

การศึกษาเชิงเชิงคุณภาพ ใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกทางโทรศัพท์และทุกครั้งจะมีการอัดเทปหากผู้ให้สัมภาษณ์อนุญาต ใช้เวลาในการสัมภาษณ์ 45 นาที – 1 ชั่วโมง ช่วงเวลาในการเก็บข้อมูลคือ วันที่ 11 – 24 พฤษภาคม พ.ศ. 2563 เป็นช่วงเวลาที่เก็บเพิ่มเติมจากการสำรวจครั้งแรก

ขั้นตอนการดำเนินงาน

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

แบบสอบถามเชิงปริมาณ ในการนำเสนอข้อมูลลักษณะประชากร ระยะเวลา ใช้การนำเสนอข้อมูลเป็นสถิติ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อแสดงข้อมูลสถานการณ์และเหตุผลในการเริ่มต้นให้กินนมผงหรืออาหารในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด ส่วนของการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ของการเริ่มกินอาหารอื่น ๆ ในช่วงก่อนอายุครบ 6 เดือน ใช้โปรแกรม SPSS โดยใช้เครื่องมือการวิเคราะห์ Chi-square test เพื่อหาความสัมพันธ์ และในการหาความสัมพันธ์สาเหตุที่ส่งผลต่อการกินน้ำเปล่า น้ำผลไม้/ของเหลวอื่น ๆ และอาหารอ่อน วิเคราะห์โดยการหาค่าตารางไขว้ (Crosstabs) และหาความสัมพันธ์ด้วย Chi-square test เนื่องจากข้อมูลเป็นคำถามที่สามารถตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ

แบบสัมภาษณ์เชิงคุณภาพ ในการสัมภาษณ์เชิงลึกทุกครั้งจะมีการอัดเทปหากผู้ให้สัมภาษณ์อนุญาต จากนั้นจะมีการถอดเทปคำต่อคำ เนื้อหาจากการสัมภาษณ์นำมาจัดหมวดหมู่และใช้วิธีวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (content analysis)

บทที่ 4
ผลการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาช่วงเวลาที่แม่เริ่มต้นให้เด็กกินนมผสม และ/หรืออาหารอื่นในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือนเต็ม ศึกษาสาเหตุที่แม่เริ่มต้นให้เด็กกินนมผสม และ/ หรืออาหารอื่น และศึกษาเหตุผลที่แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนการวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการการศึกษาช่วงเวลาและปัจจัยสำคัญในการเริ่มต้นเลี้ยงลูกด้วยนมผสมหรืออาหารอื่น โดยเลือกมาวิเคราะห์เฉพาะจังหวัดกรุงเทพมหานคร จำนวนผู้ตอบแบบสอบถามเป้าหมายในการเก็บข้อมูลทั้งหมด 493 คน ประกอบด้วยโรงพยาบาลขนาดใหญ่ 4 โรงพยาบาล จำนวน 296 คน โรงพยาบาลเอกชน จำนวน 3 โรงพยาบาล จำนวน 197 คน แต่ในการเก็บข้อมูลจริงมีข้อจำกัดเรื่องการเข้าเก็บข้อมูลในกลุ่มโรงพยาบาลเอกชน และโรงพยาบาลรัฐบางแห่งหลังจากตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล ได้กลุ่มตัวอย่างที่เข้าเกณฑ์ทั้งสิ้น 356 คน

เหตุผลที่แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการกินอาหารเสริมต่าง ๆ ของเด็กในช่วงก่อนอายุครบ 6 เดือน

ส่วนที่ 3 ช่วงเวลาที่เด็กเริ่มได้กินอาหารอื่นนอกจากนมแม่ ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือนเต็ม

ส่วนที่ 4 การตัดสินใจของผู้ดูแล

ส่วนที่ 5 ทัศนคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ส่วนที่ 6 ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก

<u>ข้อมูลจากการตอบแบบสอบถาม</u>

<u>ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม</u>

ตารางที่ 1 ลักษณะของกลุ่มตัวอย่างจังหวัดกรุงเทพหมานคร

ประเภทของโรงพยาบล	จำนวน	ร้อยละ
โรงพยาบาลของรัฐขนาดใหญ่	285	80.06
โรงพยาบาลเอกชน	71	19.94
รวม	356	100.00

ตารางที่ 1 ผลการศึกษาลักษณะของกลุ่มตัวอย่างในจังหวัดกรุงเทพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างประชากรทีตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เข้ารับบริการที่โรงพยาบาลของรัฐ คิดเป็นร้อยละ 80.06 และโรงพยาบาลเอกชนคิดเป็นร้อยละ 19.94

ตารางที่ 2 จำนวนและประชากรกลุ่มตัวอย่าง

คุณลักษณะ	จำนวน	ร้อยละ
ผู้ดูแลหลักของเด็ก		
แม่	305	85.7
พ่อ	5	1.35
ปู่-ย่า/ ตา-ยาย	39	11.0
ลุง-ป้า/ น้า-อา	5	1.35
ญาติอื่น ๆ	2	0.6
รวม	356	100.00
ที่อยู่		
ในเขตเมือง/เทศบาล	310	87.0
นอกเขตเทศบาล	34	9.6
ไม่ระบุ	12	3.4
รวม	356	100.00
อายุ		
ต่ำกว่า 19 ปี	26	7.3
20-29 ปี	140	39.3
30-39 ปี	124	34.8
40-49 ปี	44	12.4
50-59 ปี	12	3.4
60 ปีขึ้นไป	10	2.8
รวม	356	100.00
การศึกษา		
ต่ำกว่าประถม	5	1.4
ประถม	56	15.7
การศึกษา		
มัธยมศึกษาตอนต้น	61	17.1
มัธยมศึกษาตอนปลาย/ ปวช.	96	27.0
ปวส. / อนุปริญญา	31	8.7
การศึกษา		
ปริญญาตรี	96	27.0
สูงกว่าปริญญาตรี	5	1.4
อื่น ๆ	6	1.7
รวม	356	100.00

คุณลักษณะ	จำนวน	ร้อยละ
อาชีพ		
ข้าราชการ/ พนักงานราชการ	26	7.3
รัฐวิสาหกิจ	6	1.7
พนักงานบริษัท	70	19.7
ธุรกิจส่วนตัว/ ค้าขาย	58	16.3
เกษตรกร	1	0.3
รับจ้าง	45	12.6
แพทย์-พยาบาล/ ผู้ทำงานสาธารณสุข	4	1.1
ไม่ได้ทำงาน	141	39.6
อื่นๆ	5	1.4
รวม	356	100.00
รายได้		
ต่ำกว่า 10,000 บาท	18	5.1
10,000 – 19,999 บาท	100	28.1
20,000 – 29,999 บาท	91	25.6
30,000 – 39,999 บาท	62	17.4
40,000 – 49,999 บาท	29	8.1
50,000 บาทขึ้นไป	56	15.7
รวม	356	100.00

ตารางที่ 2 ผลการศึกษาคุณลักษณะประชากรผู้ตอบแบบสอบถามในจังหวัดกรุงเทพมหานคร ในการศึกษาครั้งนี้มีผู้เข้าร่วมทั้งหมด 365 คน โดยผู้ตอบแบบสอบถามร้อยละ 85.7 เป็นแม่ของเด็ก รองลงมาเป็นปู่-ย่า/ ตา-ยาย ร้อยละ 11ในขณะที่ร้อยละ 1.4 เป็นพ่อ/ลุง-ป้า/ น้า-อา ของเด็ก ภูมิลำเนาส่วนใหญ่อาศัยในพื้นที่เขตเมือง/เทศบาล คิดเป็นร้อยละ 87.1 ในส่วนของระดับการศึกษา พบว่ามีการศึกษาส่วนใหญ่อยู่ระดับปริญญาตรีและมัธยมศึกษาตอนปลาย /ปวช. คิดเป็นร้อยละ 27 รองลงมาคือมีการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น คิดเป็นร้อยละ 17 และระดับชั้นประถมศึกษาคิดเป็นร้อยละ 15.9 ด้านอาชีพส่วนใหญ่ไม่ได้ทำงาน คิดเป็นร้อยละ 39.6 รองลงมาคือพนักงานบริษัท คิดเป็นร้อยละ 19.7 และ ประกอบธุรกิจส่วนตัว/ค้าขาย คิดเป็นร้อยละ 16.3 สุดท้าย ด้านเศรษฐฐานะของครอบครัว รายได้ของครอบครัวส่วนใหญ่ คือ ช่วง 10,000 – 19,999 บาท คิดเป็นร้อยละ 28.1 รองลงมาคือ ช่วง 20,000 – 29,999 บาท คิดเป็นร้อยละ 25.6 และรายได้ 50,000 บาทขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 15.7

ตารางที่ 3 ข้อมูลทั่วไปของเด็ก

คุณลักษณะ	จำนวน	ร้อยละ
อายุ		
แรกเกิด-5 เดือน 29 วัน	165	46.35
6เดือน-1 ปี	81	22.75
1 ปี 1 วัน-2 ปี	78	21.91
2 ปี 1 วัน ขึ้นไป	32	8.99
รวม	356	100.00
ประเภทโรงพยาบาลที่เกิด		
โรงพยาบาลรัฐบาล	301	84.55
โรงพยาบาลเอกชน	52	14.60
อื่น ๆ	3	0.85
รวม	356	100.00
เป็นบุตรคนที่		
ลูกคนแรก	208	58.43
ลูกคนที่ 2	106	29.76
ลูกคนที่ 3 ขึ้นไป	42	11.78
รวม	356	100.00

ตารางที่ 3 จากข้อมูลในการตอบแบบสอบถามพบว่าข้อมูลของเด็กมีอายุ ตั้งแต่แรกเกิด – 5 เดือน 29 วัน คิดเป็นร้อยละ 46.35 รองลงมาผู้ดูแลหลักดูแลเด็กที่มีอายุ 6 เดือน – 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 22.75 และพบว่าผู้ดูแลหลักเด็กอายุ 2ปี 1 วัน ขึ้นไปน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 8.99 และเด็กส่วนใหญ่เกิดโรงพยาบาลรัฐบาล คิดเป็นร้อยละ 56.46 และเกิดโรงพยาบาลเอกชน คิดเป็นร้อยละ 15.45 และมากว่าครึ่งเด็กที่เกิดเป็นลูกคนแรก คิดเป็นร้อยละ 58.43 รองลงมาเป็นลูกคนที่ 2 คิดเป็นร้อยละ 29.76 และลูกคนที่ 3 ขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 11.78

ตารางที่ 4 รายละเอียดของผู้ดูแลหลักของเด็ก

	จำนวน	ร้อยละ
ผู้ดูแลหลักของเด็ก		
แม่	251	70.5
พ่อ	4	1.1
ปู่-ย่า/ ตา-ยาย	86	24.2
ลุง-ป้า/ น้า-อา	9	2.5
ญาติอื่นๆ	4	1.1
รับจ้างเลี้ยง	2	0.6
รวม	356	100.00
การเปลี่ยนผู้ดูแลหลัก		
เด็ก**ไม่มี**การเปลี่ยนผู้ดูแลหลัก	287	80.6
เด็ก**มี**การเปลี่ยนผู้ดูแลหลัก	69	19.4
รวม	356	100.00
ผู้ดูแลหลักคนใหม่		
พ่อ	2	2.9
ปู่-ย่า/ ตา-ยาย	55	79.4
ผู้ดูแลหลักคนใหม่		
ลุง-ป้า/ น้า-อา	8	11.6
ญาติอื่นๆ	2	2.9
รับจ้างเลี้ยง	2	2.9
รวม	69	100.00
สาเหตุในการเปลี่ยนผู้ดูแลหลัก		
แม่ซึ่งเป็นผู้ดูแลหลักคนเดิมต้องกลับไปทำงาน	59	85.5
แม่ซึ่งเป็นผู้ดูแลหลักคนเดิมต้องกลับไปเรียน	2	2.9
แม่ไม่สามารถเลี้ยงลูกได้/หย่าร้าง/อยู่ต่างจังหวัด	6	8.7
ไม่มีข้อมูล	2	2.9
รวม	69	100.00
อายุของเด็กเมื่อมีการเปลี่ยนผู้ดูแลหลัก		
ภายใน 1 เดือนหลังคลอด (วันที่ 1-30 หลังคลอด)	10	14.5
ภายใน 2 เดือนหลังคลอด (วันที่ 31-60 หลังคลอด)	8	11.6
ภายใน 3 เดือนหลังคลอด (วันที่ 61-90 หลังคลอด)	30	43.5
ภายใน 4 เดือนหลังคลอด (วันที่ 91-120 หลังคลอด)	11	15.9
ภายใน 5 เดือนหลังคลอด (วันที่ 121-150 หลังคลอด)	2	2.9

อายุของเด็กเมื่อมีการเปลี่ยนผู้ดูแลหลัก		
ภายใน 6 เดือนหลังคลอด (วันที่ 151-179 หลังคลอด)	3	4.3
ช่วงหลัง 6 เดือนถึง 1 ปี (วันที่ 180-365 หลังคลอด)	5	7.3
รวม	69	100.00

ตารางที่ 4 ผลการศึกษาพบว่าส่วนใหญ่ ผู้ดูแลหลักของเด็กคือแม่ คิดเป็นร้อยละ 70.5 รองลงมาคือ ปู่-ย่า/ ตา-ยาย คิดเป็นร้อยละ 24.2 และ ลุง-ป้า/ น้า-อา คิดเป็นร้อยละ 2.5 และเด็กที่มีการเปลี่ยนผู้ดูแลหลัก คิดเป็นร้อยละ 19.4 เท่านั้น ซึ่งสาเหตุหลักในการเปลี่ยนผู้ดูแลหลักคือ แม่ซึ่งเป็นผู้ดูแลหลักคนเดิมต้องกลับไปทำงาน คิดเป็นร้อยละ 85.5 รองลงมาคือแม่ไม่สามารถเลี้ยงลูกได้/หย่าร้าง/อยู่ต่างจังหวัด คิดเป็นร้อยละ 8.7 ซึ่งส่วนใหญ่เด็กมีการเปลี่ยนผู้ดูแลหลักภายใน 3 เดือนหลังคลอด (วันที่ 61-90 หลังคลอด) คิดเป็นร้อยละ 43.5 รองลงมาคือภายใน 4 เดือนหลังคลอด (วันที่ 91-120 หลังคลอด) คิดเป็นร้อยละ 15.9

ตารางที่ 5 ผลการศึกษาสถานะทางครอบครัว

สถานะครอบครัว	จำนวน	ร้อยละ
อยู่ด้วยกัน	319	89.6
ไม่ได้อยู่ด้วยกัน	18	5.1
หย่าร้าง/ม่าย	18	5.1
ไม่มีข้อมูล	1	0.3

ตารางที่ 5 ผลการศึกษาสถานะทางครอบครัวพบว่า ส่วนใหญ่พ่อและแม่อาศัยอยู่ด้วยกัน คิดเป็นร้อยละ 89.6 และรองลงมา คือ ไม่ได้อยู่ด้วยกันและหย่าร้างหรือม่าย คิดเป็นร้อยละ 5.1

ตารางที่ 6 ผลการศึกษาผู้รับผิดชอบค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงดูเด็ก

ผู้รับผิดชอบค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงดูเด็ก	จำนวน	ร้อยละ
พ่อและแม่	203	57.0
พ่อ/แม่ (คนเดียว)	120	33.7
ทุกคนในครอบครัว	23	6.5
สมาชิกคนอื่นในครอบครัว	9	2.5
ไม่มีข้อมูล	1	0.3

ตารางที่ 6 ผลการศึกษาผู้รับผิดชอบค่าใช้จ่ายในการลี้ยงดูเด็ก เช่น ค่านม ค่าอาหาร ค่าพบแพทย์ ค่าเสื้อผ้า ฯลฯ ส่วนใหญ่พ่อและแม่ร่วมกันดูแลค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงดูเด็ก คิดเป็นร้อยละ 57.0 รองลงมาพ่อ/แม่ (คนเดียว) เป็นผู้รับผิดชอบค่าใช้จ่าย คิดเป็นร้อยละ 33.7 อละทุกคนในครอบครัวรับผิดชอบค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงดูเด็กร่วมกัน คิดเป็นร้อยละ 6.5

<u>ส่วนที่ 2 ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการกินอาหารเสริมต่าง ๆ ของเด็กในช่วงก่อนอายุครบ 6 เดือน</u>

แผนภูมิที่ 1 แผนภูมิแสดงร้อยละการศึกษาความตั้งใจของแม่ในช่วงตั้งครรภ์ในการให้นมผสมหรือนมแม่

แผนภูมิที่ 1 จากผู้ตอบแบบสอบถามพบว่าในช่วงตั้งครรภ์แม่ที่มีความตั้งใจที่จะเลี้ยงลูกด้วนมแม่อย่างเดียวเมื่อคลอด คิดเป็นร้อยละ 80.1 รอลลงมาคือตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และนมผสมพร้อม ๆ กัน คิดเป็นร้อยละ 9.3 และแม่ที่ยังไม่ได้ตัดสินใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมผงหรือนมแม่คิดเป็นร้อยละ 5.6 นอกจากนี้ยังพบว่ามีแม่ในช่วงตั้งครรภ์ที่มีความตั้งใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมผงเพียงร้อยละ 3.4

แผนภูมิที่ 2 แผนภูมิแสดงร้อยละความตั้งใจของแม่ในช่วงตั้งครรภ์ในการให้นมแม่

แผนภูมิที่ 2 จากผู้ตอบแบบสอบถามในช่วงตั้งครรภ์มีเหตุผลที่แม่ตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด เพราะทำให้ลูกมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง สร้างภูมิคุ้มกันมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 72.5 เหตุผลรองลงมาคือนมแม่มีสารอาหารครบถ้วนคิดเป็นร้อยละ 58.1 นมแม่ประหยัด คิดเป็นร้อยละ 37.5 นมแม่สะอาด คิดเป็นร้อยละ 20 และยังมีเหตุผลอื่น ๆ อีกตามรูป

แผนภูมิที่ 3 แผนภูมิแสดงร้อยละเหตุผลในช่วงตั้งครรภ์ที่แม่มีความตั้งใจจะเลี้ยงลูกด้วยนมผง

แผนภูมิที่ 3 จากการตอบแบบสอบถามพบว่าในช่วงตั้งครรภ์เหตุผงที่แม่ตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแผง เนื่องจาก แม่ต้องกลับไปทำงานหรือไปเรียน คิดเป็นร้อยละ 51 รองลงมาแม่มีความกังวลว่านมแม่จะมีสารอาหารที่ไม่เพียงพอต่อลูก แม่มีปัญหาสุขภาพ เช่น ป่วย ต้องทานยาหรือมีโรคประจำตัวและ นมผงสะดวกในการพกพาในการให้ในที่สาธารณะ คิดเป็นร้อยละ 8.2

<u>ส่วนที่ 3 ช่วงเวลาที่เด็กเริ่มได้กินอาหารอื่นนอกจากนมแม่ ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือนเต็ม</u>

ตารางที่ 7 ผลการศึกษาช่วงเวลาที่เด็กเริ่มได้กินอาหารอื่นนอกจากนมแม่ ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือนเต็ม

ประเภทของโรงพยาบาล		นมแม่	นมผสม	น้ำเปล่า	น้ำผลไม้	อาหารอ่อน
ร.พ.ของรัฐ	ค่าเฉลี่ย(วันที่)	1.32	57.95	41.46	109.13	113.75
	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	1.64	46.06	46.35	35.69	33.53
	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง	201	216	216	40	99
ร.พ.เอกชน	ค่าเฉลี่ย(วันที่)	1.63	22.06	19.33	112.50	79.95
	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	1.66	34.90	28.39	28.72	46.00
	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง	58	69	55	2	19
รวม	ค่าเฉลี่ย(วันที่)	1.38	50.18	37.26	109.17	109.00
	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	1.64	46.26	44.30	35.06	36.95
	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง	259	285	271	42	118

ตารางที่ 7 การศึกษานี้ต้องการทราบช่วงเวลาที่เด็กได้เริ่มต้นกินอาหารต่าง ๆ ที่ไม่ใช่นมแม่ โดยการสอบถามแม่หรือผู้ดูแลหลักถึงวันเริ่มต้นให้ทารกกินอาหารต่าง ๆ พบว่า ค่าเฉลี่ยของการเริ่มต้นกินนมผสมคือ 50.18 วัน ในขณะที่น้ำเปล่ามีการเริ่มต้นเร็วกว่าคือ 37.26 วัน ส่วนการเริ่มต้นกินน้ำผลไม้หรือของเหลวอื่นและการเริ่มต้นกินอาหารมีช่วงเวลาเริ่มต้นพร้อม ๆ กัน คือวันที่ 109.17 และ วันที่ 109 ซึ่งเป็นช่วงเริ่มเข้าเดือนที่ 4 หลังคลอด ทั้งนี้การเริ่มต้นกินอาหารทุกประเภทมีช่วงเวลาเบี่ยงเบนค่อนข้างสูง กล่าวคือ นมผสมและน้ำมีช่วงเวลาเบี่ยงเบนถึง 46 วัน และ 44 วัน หรือ 1 เดือนกับอีก 2 สัปดาห์ ในขณะที่น้ำผลไม้และอาหารอ่อนมีช่วงเวลาเบี่ยงเบนประมาณ 1 เดือนกับอีก 1 สัปดาห์ ทั้งนี้ หากลองจำแนกช่วงเวลาในการเริ่มต้นกินอาหารต่าง ๆ ของเด็กตามประเภทโรงพยาบาลที่ทารกเกิดจะพบว่า ทารกที่เกิดในโรงพยาบาลของรัฐบาลมีค่าเฉลี่ยการเริ่มกินนมแม่เร็วกว่าโรงพบาลบาลเอกชนและเริ่มกินอาหารอย่างอื่นช้ากว่าโรงพยาบาลเอกชน ในขณะที่ทารกที่เกิดในโรงพยาบาลเอกชนมีค่าเฉลี่ยวันที่เริ่มต้นกินนมผสม รวมถึงอาหารอื่น ๆ เร็วกว่าโรงพยาบาลรัฐบาล แต่ทั้งนี้จำนวนทารกที่เกิดในโรงพยาบาลเอกชนมีค่อนข้างน้อย ผลของการเริ่มกินอาหารต่าง ๆ ของทารกจากโรงพยาบาลเอกชนจึงอาจมีความคลาดเคลื่อนได้

นมผสม

ตารางที่ 8 ผลการศึกษาระยะเวลาที่เด็กเริ่มกินนมผงในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด

ระยะเวลาเริ่มกิน	จำนวน	ร้อยละ
ภายใน 1 เดือนหลังคลอด	141	39.61
ภายใน 2 เดือนหลังคลอด	59	16.57
ภายใน 3 เดือนหลังคลอด	63	17.7
ภายใน 4 เดือนหลังคลอด	34	9.55
ภายใน 5 เดือนหลังคลอด	21	5.9
ภายใน 6 เดือนหลังคลอด	2	0.56
มากกว่า 6 เดือนหลังคลอด	36	10.11
รวม	356	100.00

ตารางที่ จากผู้ตอบแบบสอบถามพบว่าช่วงเวลาที่เด็กเริ่มกินนผงมากที่สุดคือภายใน 1 เดือนหลังคลอด คิดเป็นร้อยละ 39.60 รองลงมาคือภายใน 3 เดือนหลังคลอด คิดเป็นร้อยละ 17.7 และพบว่าเด็กที่เริ่มกินนมผงมากว่า 6 เดือนหลังคลอดคิดเป็นร้อยละ 10.11

ตารางที่ 9 ผลการศึกษาสาเหตุของการเริ่มกินนมผงในช่วงก่อนอายุครบ 6 เดือน

สาเหตุที่ให้เด็กกินนมผง	จำนวน	ร้อยละ
แม่คิดว่าน้ำนมมีไม่เพียงพอ	134	41.88
แม่มีปัญหาสรีระทรวงอก เช่น หัวนมบอด หัวนมแตก	8	2.50
กังวลว่านมแม่มีสารอาหารไม่พอ	11	3.44
แม่มีปัญหาสุขภาพ	13	4.06
ช่วงแรก นมแม่ยังไม่มา เลยให้นมผง	14	4.38
เลี้ยงลูกคนก่อนด้วยนมผงแล้วลูกแข็งแรง	1	0.31
แม่ต้องกลับไปทำงาน /กลับไปเรียน	79	24.69
สถานที่ทำงานไม่เอื้ออำนวยให้ลูกกินนมแม่	4	1.25
แม่ไม่ได้อยู่กับลูก	8	2.50
โรงพยาบาลให้นมผงลูกกินตั้งแต่เกิด	7	2.19
ไม่สะดวกให้นมในที่สาธารณะ	2	0.63
คนที่ช่วยเลี้ยง เช่น ปู่ ย่า ตา ยาย ลุง ป้า น้า อา ให้กิน	4	1.25
อื่น ๆ	35	10.94
รวม	320	100.00

ตารางที่ 9 สาเหตุที่สำคัญที่สุดของการให้นมผงเสริม หรือทดแทนนมแม่ในช่วงที่เด็กมีอายุน้อยกว่า 6 เดือน คือ การที่แม่คิดว่าตนเองมีน้ำนมไม่พอ คิดเป็นร้อยละ 41.88 การที่แม่ต้องกลับไปทำงาน หรือเรียน คิดเป็นร้อยละ 24.69 นอกจากนี้ยังพบว่าช่วงแรกที่นมแม่ยังไม่มาเลยให้นมผง คิดเป็นร้อยละ 4.38 แม่มีปัญหาสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 4.06 และเหตุผลอื่น ๆ ดังตาราง ทั้งนี้ พบว่ามีโรงพยาบาลที่ให้นมผงลูกตั้งแต่เกิดคิดเป็นร้อยละ 2.19

ตารางที่ 10 ผลการศึกษาอาการที่ทำให้แม่เชื่อว่านมแม่ไม่เพียงพอ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

อาการที่ทำให้แม่คิดว่าน้ำนมมีไม่เพียงพอ	จำนวน	ร้อยละ
ทารกปัสสาวะน้อย	4	3.33
ปัสสาวะของทารกมีสีเหลืองเข้ม	3	2.50
อุจจาระแข็ง	3	2.50
อุจจาระเป็นสีเข้ม ไม่เป็นสีเหลืองทอง	0	0.00
ทารกถ่ายน้อย	7	5.83
ลูกดูดนมไม่สม่ำเสมอ	25	20.83
ลูกมีอาการหงุดหงิด กระสับกระส่าย	48	40.00
น้ำหนักทารกต่ำกว่าเกณฑ์	3	2.50
สีผิวของลูกเหลืองขึ้น	5	4.17
ไม่มีอาการเหล่านี้แต่ยังกังวลเพราะลูกแสดงอาการต่างๆ	22	18.33
รวม	120	100.00

ตารางที่ 10 จากผู้ตอบแบบสอบถามที่ให้ข้อมูลว่าให้ทารกกินนมผสมเพราะคิดว่านมแม่มีไม่เพียงพอให้ข้อมูลเพิ่มเติมว่า สังเกตจากการที่ทารกมีอาการหงุดหงิด กระสับกระส่าย คิดเป็นร้อยละ 40.00 รองลงมาลูกดูดนมไม่สม่ำเสมอ คิดเป็นร้อยละ 20.83 ถึงแม้ลูกจะไม่มีอาการข้างต้นที่กล่าวมาแต่แม่ยังมีความกังวลอยู่เพราะลูกยังมีอาการ ร้องไห้บ่อย คิดเป็น ร้อยละ 18.33 หรือร้องไห้หลังกินนมเสร็จ ลูกดูดนมนาน ลูกตัวเหลือง ตามลำดับ

ตารางที่ 11 การหาความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคลกับระยะเวลาการเริ่มกินนมผสมของเด็กในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน

คุณลักษณะ	ระยะเวลาในการเริ่มกินนมผง						Chi Sq. (sig.)
	1 เดือน	2 เดือน	3 เดือน	4 เดือน	5เดือน	6 เดือน	
อายุ							
ต่ำกว่า 19 ปี	25	7	2	3	2	0	20.357 (.155)
20-29 ปี	61	4	7	3	4	0	
30-39 ปี	31	13	16	11	2	0	
40ปีขึ้นไป	28	17	17	13	6	2	
รวม	141	58	63	34	21	2	
การศึกษา							
ประถม	24	6	12	4	7	0	17.718 (.060)
มัธยมศึกษา	67	31	30	10	5	0	
ปริญญาตรีขึ้นไป	50	21	21	19	9	2	
รวม	141	58	63	33	21	2	
อาชีพ							
ข้าราชการ/ พนักงาน	9	6	6	3	2	0	25.851 (.959)
รัฐวิสาหกิจ	3	1	2	0	0	0	
พนักงานบริษัท	23	12	11	12	5	1	
ธุรกิจส่วนตัว/ ค้าขาย	27	9	9	5	2	0	
เกษตรกร	1	0	0	0	0	0	
รับจ้าง	18	3	7	3	4	0	
แพทย์-พยาบาล/ ผู้ทำงานสาธารณสุข	2	1	0	1	0	0	
ไม่ได้ทำงาน	56	26	28	8	7	1	
อื่น ๆ	2	0	0	1	1	0	
รวม	141	58	63	33	21	2	
รายได้							
ต่ำกว่า 10,000 บาท	21	4	7	3	4	0	20.457 (.155)
10,000 – 20,000	61	24	23	7	9	0	
20,001 – 30,000	31	13	16	11	2	0	
30,001 บาทขึ้นไป	128	17	17	13	6	2	
รวม	141	58	63	34	21	2	

คุณลักษณะ	ระยะเวลาในการเริ่มกินนมผง						Chi Sq. (sig.)
	1 เดือน	2 เดือน	3 เดือน	4 เดือน	5เดือน	6 เดือน	
จำนวนบุตร							
1 คน	104	49	59	33	19	2	25.469 (.005)**
มากกว่า 1 คน	37	9	4	1	2	0	
รวม	141	58	63	34	21	2	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

จากตารางที่ 11 แสดงผลการหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปัจจัยส่วนบุคคลกับระยะเวลาที่เด็กเริ่มได้กินนมผสมนอกเหนือจากนมแม่ ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือนเต็ม พบว่าปัจจัยส่วนบุคคลคุณลักษณะของ จำนวนบุตร มีความสัมพันธ์อย่างนัยยะสำคัญ 0.05 กับการที่เด็กเริ่มกินนมผสมนอกเหนือจากนมแม่

ตารางที่ 12 การหาความสัมพันธ์ของปัจจัยสิ่งแวดล้อมกับระยะเวลาการเริ่มกินนมผงของเด็กในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน

คุณลักษณะ	ระยะเวลาในการเริ่มกินนมผง						Chi Sq. (sig.)
	1 เดือน	2 เดือน	3 เดือน	4 เดือน	5เดือน	6 เดือน	
ผู้ดูแลหลักของเด็ก							
แม่	108	45	37	15	11	2	39.961 (.029)**
พ่อ	1	1	1	0	1	0	
ปู่-ย่า/ตา-ยาย	24	10	23	17	9	0	
ลุง-ป้า/น้า-อา	5	2	2	0	0	0	
ญาติอื่น ๆ	2	0	0	2	0	0	
รับจ้าง	1	0	0	0	0	0	
รวม	141	58	63	34	21	2	
สถานบริการ							
โรงพยาบาลรัฐ	104	49	59	33	19	2	25.469 (.005)**
โรงพยาบาลเอกชน	36	7	4	1	2	0	
อื่น ๆ	1	2	0	0	0	0	
รวม	141	58	63	34	21	2	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

จากตาราง 12 แสดงผลการหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปัจจัยสิ่งแวดล้อมกับระยะเวลาที่เด็กเริ่มได้กินนมผสมนอกเหนือจากนมแม่ ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือนเต็ม พบว่าปัจจัยสิ่งแวดล้อม จำนวนบุตร และสถานบริการมีความสัมพันธ์อย่างนัยยะสำคัญ 0.05 กับการที่เด็กเริ่มกินนมผสมนอกเหนือจากนมแม่

ตารางที่ 13 การหาความสัมพันธ์ของสาเหตุกับระยะเวลาการเริ่มกินนมผงของเด็กในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน

สาเหตุ	ระยะเวลาในการเริ่มกินนมผง						Chi Sq. (sig.)
	1 เดือน	2 เดือน	3 เดือน	4 เดือน	5เดือน	6 เดือน	
แม่คิดว่าน้ำนมมีไม่เพียงพอ	62	25	28	11	8	0	100.444 (.000)**
แม่มีปัญหาสุขภาพ	9	1	0	1	2	0	
ช่วงแรก นมแม่ยังไม่มา	13	1	0	0	0	0	
แม่ต้องกลับไปทำงาน / กลับไปเรียน	16	11	24	17	9	1	
อื่น ๆ	16	10	4	2	2	1	
รวม	116	48	56	30	21	2	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

จากตาราง 13 แสดงผลการหาความสัมพันธ์ระหว่างสาเหตุกับระยะเวลาที่เด็กเริ่มได้กินนมผสมนอกเหนือจากนมแม่ ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือนเต็ม พบว่าสาเหตุมีความสัมพันธ์อย่างนัยยะสำคัญ 0.05 กับการที่เด็กเริ่มกินนมผสมนอกเหนือจากนมแม่ ได้แก่สาเหตุ แม่คิดว่าน้ำนมมีไม่เพียงพอ ช่วงแรกนมแม่ยังไม่มาเลยให้นมผสม แม่ต้องกลับไปทำงาน /กลับไปเรียนและแม่มีปัญหาสุขภาพ

น้ำเปล่า

ตารางที่ 14 ผลการศึกษาระยะเวลาที่เด็กเริ่มกินน้ำเปล่าในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด

ระยะเวลาเริ่มกิน	จำนวน	ร้อยละ
ภายใน 1 เดือนหลังคลอด	191	53.65
ภายใน 2 เดือนหลังคลอด	45	12.64
ภายใน 3 เดือนหลังคลอด	38	10.67
ภายใน 4 เดือนหลังคลอด	19	5.34
ภายใน 5 เดือนหลังคลอด	11	3.09
ภายใน 6 เดือนหลังคลอด	1	0.28
มากกว่า 6 เดือนหลังคลอด	51	14.33
รวม	356	100.00

ตารางที่ 14 จากผู้ตอบแบบสอบถามพบว่าช่วงเวลาที่เด็กเริ่มกินน้ำเปล่ามากที่สุดคือภายใน 1 เดือนหลังคลอด คิดเป็นร้อยละ 53.65 รองลงมาคือกินน้ำเปล่ามากกว่า 6 เดือนหลังคลอด คิดเป็นร้อยละ 14.32 และภายใน 2 เดือนหลังคลอด คิดเป็นร้อยละ 12.64 ตามลำดับ

ตารางที่ 15 ผลการศึกษาสาเหตุของการเริ่มกินน้ำเปล่า ในช่วง 6 เดือนแรกคลอด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

สาเหตุที่ให้เด็กกินน้ำเปล่า	จำนวน	ร้อยละ
กินน้ำเปล่าเพื่อล้างปาก	212	44.44
คิดว่าการกินน้ำเป็นเรื่องปกติ	90	18.87
ทำให้ลูกตัวไม่เหลือง	40	8.39
เพราะผู้ดูแลหลักให้เด็กกิน	60	12.58
ช่วยการขับถ่าย	38	7.97
ทำให้ผิวชุ่มชื้น	25	5.24
คนที่ช่วยดูแล เช่น ปู่ ย่า ตา ยาย ให้กิน	12	2.52
รวม	477	100.00

ตารางที่ 15 จากแบบสอบถามพบว่านอกจากนมผงแล้วยังมีอาหารอื่น ๆ ที่แม่ให้ทารกตั้งแต่แรกเกิด – 6 เดือนแรกหลังคลอดได้กิน คือน้ำเปล่าสาเหตุมาจากกินน้ำเปล่าเพื่อล้างปากคิดเป็นร้อยละ 69.7 ในขณะที่ร้อยละ 29.6 แม่คิดว่าการที่ให้เด็กกินน้ำเปล่าถือเป็นเรื่องปกติ รองลงมาคือเพราะผู้ดูแลหลักให้เด็กกิน คิดเป็นร้อยละ 13.2 และยังมีทารกที่ได้กินน้ำเพราะเชื่อว่าการกินน้ำช่วยให้ทารกไม่มีอาการตัวเหลืองคิดเป็นร้อยละ 13.2 นอกจากนี้ยังพบว่าคนที่ช่วยดูแล เช่น ปู่ ย่า ตา ยายให้กินคิดเป็นร้อยละ 3.9

ตารางที่ 16 การหาความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคลกับระยะเวลาการเริ่มกินน้ำเปล่าของเด็กในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน

คุณลักษณะ	ระยะเวลาในการเริ่มกินน้ำเปล่า						Chi Sq. (sig.)
	1 เดือน	2 เดือน	3 เดือน	4 เดือน	5เดือน	6 เดือน	
อายุ							
ต่ำกว่า 19 ปี	30	4	3	1	1	1	15.775 (.397)
20-29 ปี	70	15	17	8	7	0	
30-39 ปี	61	16	13	6	3	0	
40ปีขึ้นไป	30	9	5	4	0	0	
รวม	191	44	38	19	11	1	

คุณลักษณะ	ระยะเวลาในการเริ่มกินน้ำเปล่า						Chi Sq. (sig.)
	1 เดือน	2 เดือน	3 เดือน	4 เดือน	5เดือน	6 เดือน	
การศึกษา							
ประถมศึกษา	32	5	9	4	5	6	18.147 (.050)**
มัธยมศึกษา	93	18	17	5	2	1	
ปริญญาตรีขึ้นไป	65	21	12	9	9	0	
รวม	191	44	38	19	11	1	
อาชีพ							
ข้าราชการ/ พนักงาน	11	6	3	1	1	0	18.147 (.050)**
รัฐวิสาหกิจ	4	0	0	0	0	0	
พนักงานบริษัท	36	10	10	4	2	1	
ธุรกิจส่วนตัว/ ค้าขาย	35	5	9	1	2	0	
เกษตรกร	1	0	0	0	0	0	
รับจ้าง	23	7	3	4	0	0	
แพทย์-พยาบาล/ ผู้	2	0	0	0	1	0	
ไม่ได้ทำงาน	76	16	12	8	5	0	
อื่น ๆ	2	0	1	1	0	0	
รวม	191	44	38	19	11	1	
รายได้							
ต่ำกว่า 10,000 บาท	31	0	1	5	0	0	27.298 (.026)**
10,000 – 20,000	76	19	21	4	3	1	
20,001 – 30,000	41	11	9	3	5	0	
30,001 บาทขึ้นไป	43	14	7	7	3	0	
รวม	191	44	38	19	11	1	
จำนวนบุตร							
1 คน	113	23	23	11	8	1	7.419 (.789)
มากกว่า 1 คน	78	21	15	8	3	0	
รวม	191	44	38	19	11	1	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

จากตาราง 16 แสดงผลการหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับระยะเวลาที่เด็กเริ่มได้กินน้ำเปล่านอกเหนือจากนมแม่ ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือนเต็ม พบว่าปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ การศึกษา อาชีพและรายได้มีความสัมพันธ์อย่างนัยยะสำคัญ 0.05 กับการที่เด็กเริ่มกินน้ำเปล่านอกเหนือจากนมแม่

ตารางที่ 17 การหาความสัมพันธ์ของปัจจัยสิ่งแวดล้อมกับระยะเวลาการเริ่มกินน้ำเปล่าของเด็กในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน

คุณลักษณะ	ระยะเวลาในการเริ่มกินน้ำเปล่า						Chi Sq. (sig.)
	1 เดือน	2 เดือน	3 เดือน	4 เดือน	5เดือน	6 เดือน	
ผู้ดูแลหลักของเด็ก							
แม่	133	35	23	12	8	0	17.891 (.847)
พ่อ	1	0	1	0	0	0	
ปู่-ย่า/ตา-ยาย	49	7	11	6	3	1	
ลุง-ป้า/น้า-อา	6	7	11	6	3	1	
ญาติอื่น ๆ	2	1	1	0	0	0	
รับจ้าง	0	1	1	0	0	0	
รวม	191	44	38	19	11	1	
สถานบริการ							
โรงพยาบาลรัฐ	155	41	34	16	10	1	9.817 (.457)
โรงพยาบาลเอกชน	35	2	33	3	1	0	
อื่น ๆ	1	1	1	0	0	0	
รวม	191	44	38	19	11	1	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

จากตาราง 17 แสดงผลการหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยสิ่งแวดล้อมกับระยะเวลาที่เด็กเริ่มได้กินน้ำเปล่านอกเหนือจากนมแม่ ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือนเต็ม พบว่าปัจจัยสิ่งแวดล้อม ไม่มีความสัมพันธ์กับการที่เด็กเริ่มกินน้ำเปล่านอกเหนือจากนมแม่

ตารางที่ 18 การหาความสัมพันธ์ของสาเหตุกับระยะเวลาการเริ่มกินน้ำเปล่าของเด็กในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน

สาเหตุ			ระยะเวลาในการเริ่มกินน้ำเปล่า						Total	Chi Sq. (sig.)
			1เดือน	2เดือน	3เดือน	4เดือน	5เดือน	6 เดือน		
กินน้ำเปล่าเพื่อล้างปาก	ไม่กิน	Count	57	14	10	7	3	1	92	3.088 (.686)
		Expected Count	57.8	13.3	11.5	5.8	3.3	.3	92.0	
	กิน	Count	134	30	28	12	8	0	212	
		Expected Count	133.2	30.7	26.5	13.2	7.7	.7	212.0	
Total		Count	191	44	38	19	11	1	304	
		Expected Count	191.0	44.0	38.0	19.0	11.0	1.0	304.0	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

จากตาราง 18 แสดงผลการหาความสัมพันธ์ระหว่างสาเหตุกับระยะเวลาที่เด็กเริ่มได้กินน้ำเปล่านอกเหนือจากนมแม่ ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือนเต็ม พบว่าสาเหตุที่กินน้ำเปล่าเพื่อล้างปาก ไม่มีความสัมพันธ์กับการที่เด็กเริ่มกินน้ำเปล่านอกเหนือจากนมแม่

น้ำผลไม้/ของเหลวอื่น

ตารางที่ 19 ผลการศึกษาระยะเวลาที่เด็กเริ่มกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่น ในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด

ระยะเวลาเริ่มกิน	จำนวน	ร้อยละ
ภายใน 1 เดือนหลังคลอด	3	0.84
ภายใน 2 เดือนหลังคลอด	5	1.40
ภายใน 3 เดือนหลังคลอด	16	4.49
ภายใน 4 เดือนหลังคลอด	18	5.05
ภายใน 5 เดือนหลังคลอด	16	4.49
ภายใน 6 เดือนหลังคลอด	2	0.56
มากกว่า 6 เดือนหลังคลอด	299	83.17
รวม	356	100.00

ตารางที่ 19 จากผู้ตอบแบบสอบถามพบว่าช่วงเวลาที่เด็กเริ่มกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่น มากที่สุดคือมากว่า 6 เดือนหลังคลอด คิดเป็นร้อยละ 83.17 รองลงมาคือภายใน 4 เดือนหลังคลอด คิดเป็นร้อยละ 5.05 และภายใน 2 เดือนหลังคลอด และภานใน 5 เดือนหลังคลอดเริ่มกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่น คิดเป็นร้อยละ 4.49 ตามลำดับ

ตารางที่ 20 ผลการศึกษาสาเหตุของการเริ่มกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่น ในช่วง 6 เดือนแรกคลอด

สาเหตุที่ให้เด็กกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่น	จำนวน	ร้อยละ
คิดว่าการกินนมอย่างเดียวทำให้เด็กไม่อิ่ม	6	10.17
เพื่อเพิ่มวิตามิน/ สารอาหารให้เด็ก	30	50.85
เพื่อให้เด็กชิน และสามารถกินน้ำผลไม้ และอาหารอื่น	7	11.86
เพราะ**หมอ/ พยาบาล**แนะนำว่าเด็กอายุต่ำกว่า 6 เดือน	5	8.47
เพราะเห็นเด็กคนอื่นในวัยเดียวกันกินน้ำผลไม้	1	1.69
เพราะคนที่ช่วยเลี้ยง เช่น ปู่ ย่า ตา ยาย ให้เด็กกิน	8	13.56
อื่น ๆ	2	3.39
รวม	59	100.00

ตารางที่ 20 จากแบบสอบถามสาเหตุที่ทำให้เด็กกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่น ในช่วงก่อน 6 เดือน คือ แม่คิดว่าการกินนำผลไม้/ของเหลวอื่นเพื่อเพิ่มวิตามิน/สารอาหารให้แก่เด็ก คิดเป็นร้อยละ 50.85 รองลงมาคือเพราะมีคนที่ช่วยเลี้ยง เช่น ปู่ ย่า ตา ยาย คอดเป็นร้อยละ 13.56 เพื่อให้เด็กชิน และสามารถกินน้ำ ผลไม้และอาหารอื่นได้ง่ายขึ้นเมื่อเด็กโตขึ้นซึ่งคิดเป็นร้อยละ 11.86 ทั้งนี้ยังมีแม่บางท่านคิดว่าการกินนมแม่อย่างเดียวทำให้เด็กไม่อิ่ม คิดเป็นร้อยละ 10.17 และเห็นเด็กในวัยเดียวกันกินน้ำผลไม้ คิดเป็นร้อยละ 1.69 ตามลำดับ

ตารางที่ 21 การหาความสัมพนธ์ของปัจจัยส่วนบุคคลกับระยะเวลาการเริ่มกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่นของเด็กในช่วงแรกเกิดถึงก่อน

คุณลักษณะ	ระยะเวลาในการเริ่มกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่น						Chi Sq. (sig.)
	1 เดือน	2 เดือน	3 เดือน	4 เดือน	5เดือน	6 เดือน	
อายุ							
ต่ำกว่า 19 ปี	0	0	1	1	0	0	6.206 (.905)
20-29 ปี	2	3	6	8	5	2	
30-39 ปี	1	2	5	8	7	1	
40 ปีขึ้นไป	0	0	4	2	4	0	
รวม	3	5	16	19	16	3	
การศึกษา							
ประถม	1	0	4	4	1	0	14.194 (.077)
มัธยมศึกษา	2	1	8	10	4	0	
ปริญญาตรีขึ้นไป	0	4	4	5	11	0	
รวม	3	5	16	19	16	0	
อาชีพ							
ข้าราชการ/ พนักงาน	0	0	1	0	2	0	24.223 (.233)
รัฐวิสาหกิจ	0	0	0	0	1	0	
พนักงานบริษัท	0	4	2	3	6	0	
ธุรกิจส่วนตัว/ ค้าขาย	1	0	4	4	0	0	
เกษตรกร	0	0	0	0	0	0	
รับจ้าง	0	0	0	0	0	0	
แพทย์-พยาบาล/ ผู้	0	0	0	0	0	0	
ไม่ได้ทำงาน	1	1	3	4	1	1	
อื่น ๆ	1	0	6	8	6	1	
รวม	3	5	16	19	16	3	

คุณลักษณะ	ระยะเวลาในการเริ่มกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่น						Chi Sq. (sig.)
	1 เดือน	2 เดือน	3 เดือน	4 เดือน	5เดือน	6 เดือน	
รายได้							
ต่ำกว่า 10,000 บาท	0	1	2	3	2	0	9.213 (.685)
10,000 – 20,000	1	1	4	8	3	0	
20,001 – 30,000	2	2	5	3	3	0	
30,001 บาทขึ้นไป	0	1	5	5	8	0	
รวม	3	5	16	19	16	0	
จำนวนบุตร							
1 คน	1	5	12	11	13		6.659 (.155)
มากกว่า 1 คน	2	0	4	8	3		
รวม	3	5	16	19	16		

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

จากตาราง 21 แสดงผลการหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับระยะเวลาที่เด็กเริ่มได้กินน้ำผลไม้หรืออาหารอื่นนอกเหนือจากนมแม่ ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือนเต็ม พบว่าไม่มีปัจจัยใดที่สัมพันธ์กับการที่เด็กเริ่มกินน้ำผลไม้

ตารางที่ 22 การหาความสัมพันธ์ของปัจจัยสิ่งแวดล้อมกับระยะเวลาการเริ่มกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่นของเด็กในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน

คุณลักษณะ	ระยะเวลาในการเริ่มกินน้ำผลไม้/ขอเหลวอื่น						Chi Sq. (sig.)
	1 เดือน	2 เดือน	3 เดือน	4 เดือน	5เดือน	6 เดือน	
ผู้ดูแลหลักของเด็ก							
แม่	2	2	8	14	8	0	19.316 (.253)
พ่อ	0	1	0	0	0	0	
ปู่-ย่า/ตา-ยาย	1	2	8	4	7	0	
ลุง-ป้า/น้า-อา	0	0	0	1	0	0	
ญาติอื่น ๆ	0	0	0	0	1	0	
รับจ้าง	3	5	16	19	16	0	
รวม	2	2	8	14	8	0	
สถานบริการ							
โรงพยาบาลรัฐ	3	5	15	18	13	0	8.038 (.430)
โรงพยาบาลเอกชน	0	0	0	1	3	0	
อื่น ๆ	0	0	1	0	0	0	
รวม	3	5	16	19	16	0	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

จากตาราง 22 แสดงผลการหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยสิ่งแวดล้อมกับระยะเวลาที่เด็กเริ่มได้กินน้ำผลไม้หรืออาหารอื่นนอกเหนือจากนมแม่ ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือนเต็ม พบว่าไม่มีปัจจัยใดที่สัมพันธ์กับการที่เด็กเริ่มกินน้ำผลไม้ /ของเหลวอื่น

ตารางที่ 23 การหาความสัมพันธ์ของสาเหตุกับระยะเวลาการเริ่มกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่น ของเด็กในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน

สาเหตุ			ระยะเวลาในการเริ่มกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่น						Total	Chi Sq. (sig.)
			1เดือน	2เดือน	3เดือน	4เดือน	5เดือน	6 เดือน		
เพื่อเพิ่มวิตามิน/สารอาหารให้เด็ก	ไม่ใช่	Count	2	3	9	10	5	0	29	3.070 (.846)
		Expected Count	1.5	2.5	7.9	9.3	7.9	0	29.0	
	ใช่	Count	1	2	7	9	11	0	30	
		Expected Count	1.5	2.5	8.1	9.7	8.1	0	30.0	
Total		Count	3	5	16	19	16	0	59	
		Expected Count	3.0	5.0	16.0	19.0	16.0	0	59.0	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

จากตาราง 23 แสดงผลการหาความสัมพันธ์ระหว่างสาเหตุกับระยะเวลาที่เด็กเริ่มได้กินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่นนอกเหนือจากนมแม่ ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือนเต็ม พบว่าสาเหตุเพื่อเพิ่มวิตามิน/สารอาหารให้เด็ก ไม่มีความสัมพันธ์กับการที่เด็กเริ่มกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่นนอกเหนือจากนมแม่

อาหารอ่อน

ตารางที่ 24 ผลการศึกษาระยะเวลาที่เด็กเริ่มอาหารอ่อน ในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด

ระยะเวลาเริ่มกิน	จำนวน	ร้อยละ
ภายใน 1 เดือนหลังคลอด	9	2.52
ภายใน 2 เดือนหลังคลอด	11	3.08
ภายใน 3 เดือนหลังคลอด	48	13.48
ภายใน 4 เดือนหลังคลอด	37	10.39
ภายใน 5 เดือนหลังคลอด	44	12.35
ภายใน 6 เดือนหลังคลอด	2	0.56
มากกว่า 6 เดือนหลังคลอด	205	57.86
รวม	356	100.0

ตารางที่ 24 จากผู้ตอบแบบสอบถามพบว่าช่วงเวลาที่เด็กเริ่มกินอาหารอ่อน มากที่สุดคือมากกว่า 6 เดือนหลังคลอด คิดเป็นร้อยละ 57.86 รองลงมาคือภายใน 3 เดือนหลังคลอด คิดเป็นร้อยละ 13.48 และภายใน 5 เดือนหลังคลอด คิดเป็นร้อยละ 12.35 ตามลำดับ

ตารางที่ 25 ผลการศึกษาชนิดของอาหารอ่อนที่เริ่มกิน ในช่วงก่อนอายุครบ 6 เดือน

ชนิดอาหารอ่อน	จำนวน	ร้อยละ
ข้าวบด	91	35.83
ฟักทองบด	34	13.39
ผักต่าง ๆบด	42	16.54
เนื้อสัตว์บด	23	9.06
ไข่บด	45	17.72
กล้วยบด	19	7.48
รวม	254	100.00

ตารางที่ 25 จากตารางพบว่าชนิดของอาหารอ่อนที่เด็กได้กินมากที่สุดคือ ในกลุ่มประเภทข้าวบด คิดเป็นร้อยละ 35.83 ไข่บด คิดเป็นร้อยละ 17.72 ผักบดต่าง ๆ คิดเป็นร้อยละ 16.54 ฟักทองบด คิดเป็นร้อยละ 13.39 เนื้อสัตว์บด คิดเป็นร้อยละ 9.06 และกล้วยบด คิดเป็นร้อยละ 7.48 ตามลำดับ

ตารางที่ 26 ผลการศึกษาสาเหตุของการเริ่มอาหารอ่อน ในช่วง 6 เดือนแรกคลอด(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

สาเหตุที่ให้เด็กกินอาหารอ่อน	จำนวน	ร้อยละ
คิดว่าการกินนมอย่างเดียวทำให้เด็กไม่อิ่ม	92	44.23
คิดว่าเด็กโตแล้ว สามารถรับประทานอาหารได้	28	13.46
เพื่อให้เด็กเกิดความคุ้นชินกับการกินอาหาร	43	20.67
เพราะ**หมอ/ พยาบาล**แนะนำว่าเด็กอายุต่ำกว่า 6 เดือน สามารถกินอาหารอ่อนได้	5	2.40
เพราะเห็นเด็กคนอื่นในวัยเดียวกันกินอาหารอ่อน	5	2.40
เพราะผู้ดูแลหลักให้เด็กกิน	5	2.40
เพราะคนที่ช่วยเลี้ยง เช่น ปู่ ย่า ตา ยาย ให้เด็กกิน	28	13.46
อื่น ๆ	2	0.96
รวม	208	100.00

ตารางที่ 26 จากตารางพบว่าเหตุผลสำคัญที่ทำให้เริ่มกินอาหารอ่อนในช่วงก่อน 6 เดือนเนื่องจากคิดว่าการกินนมอย่างเดียวทำให้เด็กไม่อิ่ม คิดเป็นรร้อยละ 44.23 เพื่อให้เด็กเกิดความคุ้นชิ้นกับการกินอาหาร คิดเป็นร้อยละ 20.67 และอีกเหตุผลหนึ่งเพราะคนที่ช่วยเลี้ยง เช่น ปู่ ย่า ตา ยาย ให้เด็กกิน รวมถึงคิดว่าเด็กโตแล้วสามารถรับประทานอาหารได้ คิดเป็นร้อยละ 13.46 และยังมีเหตุผลอื่น ๆ ที่เป็นสาเหตุที่ทำให้แม่เริ่มให้ลูกกิน คือ เพราะ หมอ/พยาบาลแนะนำว่าเด็กอายุต่ำกว่า 6 เดือนสามารถกินอาหารอ่อนได้ เห็นเด็กคนอื่นในวัยเดียวกันกินอาหารอ่อนและผู้ดุแลหลักให้เด็กกินซึ่งคิดเป็นร้อยละ 2.40 ดังที่แสดงในตาราง

ตารางที่ 27 การหาความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคลกับระยะเวลาการเริ่มกินอาหารอ่อนของเด็กในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน

คุณลักษณะ	ระยะเวลาในการเริ่มกินอาหารอ่อน						Chi Sq. (sig.)
	1 เดือน	2 เดือน	3 เดือน	4 เดือน	5เดือน	6 เดือน	
อายุ							
ต่ำกว่า 19 ปี	4	3	5	3	3	0	26.075 (.037)**
20-29 ปี	0	3	21	12	16	2	
30-39 ปี	3	4	22	26	20	0	
40ปีขึ้นไป	2	1	11	6	5	0	
รวม	9	11	48	37	44	2	
การศึกษา							
ประถม	1	2	13	6	6	0	15.886 (.103)
มัธยมศึกษา	3	6	25	13	19	0	
ปริญญาตรีขึ้นไป	2	3	10	17	19	2	
รวม	9	11	48	36	44	2	
อาชีพ							
ข้าราชการ/ พนักงาน	0	1	2	3	1	0	29.697 (.722)
รัฐวิสาหกิจ	0	0	2	0	1	0	
พนักงานบริษัท	0	0	8	8	12	2	
ธุรกิจส่วนตัว/ ค้าขาย	0	0	0	0	0	0	
เกษตรกร	0	0	0	0	0	0	
รับจ้าง	2	2	7	4	5	0	
แพทย์-พยาบาล/ ผู้	1	0	0	1	0	0	
ไม่ได้ทำงาน	4	6	19	12	14	0	
อื่น ๆ	0	0	1	1	1	0	
รวม	9	11	48	36	44	2	

คุณลักษณะ	ระยะเวลาในการเริ่มกินอาหารอ่อน						Chi Sq. (sig.)
	1 เดือน	2 เดือน	3 เดือน	4 เดือน	5เดือน	6 เดือน	
รายได้							
ต่ำกว่า 10,000 บาท	1	1	11	1	5	0	22.473 (.096)
10,000 – 20,000	6	5	23	11	20	0	
20,001 – 30,000	2	3	7	9	7	0	
30,001 บาทขึ้นไป	0	2	7	16	12	1	
รวม	9	11	48	37	44	2	
จำนวนบุตร							
1 คน	4	3	34	21	30	2	10.793 (.050)**
มากกว่า 1 คน	5	8	14	16	14	0	
รวม	9	11	48	37	44	2	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

จากตาราง 27 แสดงผลการหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบุคคลกับระยะเวลาที่เด็กเริ่มได้กินอาหารอ่อนนอกเหนือจากนมแม่ ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือนเต็ม ปัจจัยส่วนบุคคลได้แก่ อายุ จำนวนบุตร มีความสัมพันธ์กับการที่เด็กเริ่มกินอาหารอ่อนนอกเหนือจากนมแม่อย่างมีนัยยะสำคัญที่ 0.05

ตารางที่ 28 การหาความสัมพันธ์ของปัจจัยสิ่งแวดล้อมกับระยะเวลาการเริ่มกินอาหารอ่อนของเด็กในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน

คุณลักษณะ	ระยะเวลาในการเริ่มกินอาหารอ่อน						Chi Sq. (sig.)
	1 เดือน	2 เดือน	3 เดือน	4 เดือน	5เดือน	6 เดือน	
ผู้ดูแลหลักของเด็ก							
แม่	9	9	25	26	31	1	21307 (.675)
พ่อ	0	0	1	0	0	0	
ปู่-ย่า/ตา-ยาย	0	2	21	8	11	1	
ลุง-ป้า/น้า-อา	0	0	1	0	0	0	
ญาติอื่น ๆ	0	0	0	0	2	1	
รับจ้าง	0	0	0	0	1	1	
รวม	9	11	48	37	44	2	

คุณลักษณะ	ระยะเวลาในการเริ่มกินอาหารอ่อน						Chi Sq. (sig.)
	1 เดือน	2 เดือน	3 เดือน	4 เดือน	5เดือน	6 เดือน	
สถานบริการ							
โรงพยาบาลรัฐ	5	9	45	34	41	1	20.851 (.022)**
โรงพยาบาลเอกชน	4	2	2	3	3	1	
รวม	9	11	47	37	44	2	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

จากตาราง 28 แสดงผลการหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเส่วนบุคคลกับระยะเวลาที่เด็กเริ่มได้กินน้ำอาหารอ่อนนอกเหนือจากนมแม่ ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือนเต็ม ปัจจัยส่วนสิ่งแวดล้อมได้แก่ สถานบริการ มีความสัมพันธ์กับการที่เด็กเริ่มกินอาหารอ่อนนอกเหนือจากนมแม่อย่างมีนัยยะสำคัญที่ 0.05

ตารางที่ 29 การหาความสัมพันธ์ของสาเหตุกับระยะเวลาการเริ่มกินอาหารอ่อนของเด็กในช่วงแรกเกิดถึงก่อนอายุครบ 6 เดือน

สาเหตุ			ระยะเวลาในการเริ่มกินอาหารอ่อน						Total	Chi Sq. (sig.)
			1เดือน	2เดือน	3เดือน	4เดือน	5เดือน	6 เดือน		
คิดว่าการกินนมอย่างเดียวทำให้เด็กไม่อิ่ม	ไม่ใช่	Count	3	3	21	15	15	2	59	5.817 (.324)
		Expected Count	3.5	4.3	18.8	14.5	17.2	.8	59.0	
	ใช่	Count	6	8	27	22	29	0	92	
		Expected Count	5.5	6.7	29.2	22.5	26.8	1.2	92.0	
Total		Count	9	11	48	37	44	2	151	
		Expected Count	9.0	11.0	48.0	37.0	44.0	2.0	151.0	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

จากตาราง 29 แสดงผลการหาความสัมพันธ์ระหว่างสาเหตุกับระยะเวลาที่เด็กเริ่มได้กินอาหารอ่อนนอกเหนือจากนมแม่ ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือนเต็ม พบว่าสาเหตุคิดว่าการกินนมแม่อย่างเดียวเด็กไม่อิ่มไม่มีความสัมพันธ์กับการที่เด็กเริ่มกินอาหารอ่อนนอกเหนือจากนมแม่

ตาราที่ 30 ผลการศึกษาสาเหตุของการเริ่มอาหารแข็ง ในช่วง 6 เดือนแรกคลอด

สาเหตุที่ให้เด็กกินอาหารแข็ง	จำนวน	ร้อยละ
คิดว่าการกินนมอย่างเดียวทำให้เด็กไม่อิ่ม	2	50
คิดว่าเด็กโตแล้ว สามารถรับประทานอาหารได้	1	25
เพราะผู้ดูแลหลักให้เด็กกิน	1	25
รวม	4	100.00

ตารางที่ 30 จากการศึกษาพบว่าทารกและเด็กเล็กส่วนใหญ่ไม่ได้กินอาหารแข็งในช่วงก่อนเด็กอายุครบ 6 เดือน โดยจากผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด สาเหตุที่ผู้เลี้ยงดูเริ่มให้เด็กกินอาหารแข็งเพราคิดว่าการกินนมแม่อย่างเดียวทำให้เด็กไม่อิ่ม คิดเป็นร้อยละ 50 รองลงมาคิดว่าเด็กเริ่มโตแล้วสามารถรับประทานอาหารได้ และผู้ดูแลหลัก ให้เด็กเริ่มกิน คิดเป็นร้อยละ 25

แผนภูมิที่ 4 แสดงระยะเวลาที่เด็กเริ่มกินนมผง/น้ำเปล่า/น้ำผลไม้/อาหารเหลว ในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด

แผนภูมิที่ 4 จากการศึกษาผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่าระยะเวลาที่เด็กเริ่มกินนมผง/น้ำเปล่า/น้ำผลไม้/อาหารเหลว ในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด พบว่าในช่วงภายหลัง 1 เดือนหลังคลอดมีการเริ่มกินมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 65.1 รองลงมาคือภายใน 2 เดือนหลังคลอด คิดเป็น 14.6 ภายใน 3 เดือนหลังคลอด คิดเป็น ร้อยละ 12.39 ภายใน 4 เดือนหลังคลอด คิดเป็นร้อยละ 4.49 และภายใน 5 เดือนหลังคลอดคิดเป็นอร้อยละ 3.37 ตามลำดับ

<u>ส่วนที่ 4 การตัดสินใจของผู้ดูแล</u>

ตารางที่ 31 ผลการศึกษาผู้ที่ตัดสินใจให้กินนมผง น้ำและอาหารอื่น แทนนมแม่

ผู้ตัดสินใจเสริมอาหารอื่นแทนนมแม่	จำนวน	ร้อยละ
แม่	261	73.3
พ่อ	11	3.1
ปู่-ย่า/ ตา-ยาย	61	17.1
ลุง-ป้า/ น้า-อา	19	5.3
พี่เลี้ยง	2	0.6
หมอ/พยาบาล	2	0.6
รวม	356	100.00

ตารางที่ 31 จากการศึกษาผู้ตอบแบบสอบถาม ผู้ที่ตัดสินใจหลักพบว่าในแต่ละครอบครัวมีผู้ที่ตัดสินใจที่แตกต่างกันออกไป แต่ส่วนใหญ่แล้วผู้ตัดสินใจหลักในการอาหารอื่น หรืออาหารเสริมต่าง ๆ ให้แก่ทารกคือ ผู้ดูแลหลักของทารกและเด็กเล็ก ดังนั้น จึงเห็นได้ว่าในการศึกษานี้ พบว่าแม่เป็นผู้ตัดสินใจหลักถึงร้อยละ73.3 รองลงมาปู่ย่า-ตายาย เป็นผู้ตัดสินใจหลักร้อยละ 17.1 และพบว่าพ่อเป็นผู้ตัดสินใจหลักเพียงร้อยละ 3.1 เท่านั้น

<u>ส่วนที่ 5 ทัศนคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่</u>

ตารางที่ 32 ผลการศึกษาทัศนคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

รายละเอียด	การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นเรื่อง<u>ง่าย</u> 240(ร้อยละ 67.8)	การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นเรื่อง<u>ยาก</u> 40(ร้อยละ 11.3)	มีทั้งส่วนที่<u>ง่ายและยาก</u> 74(ร้อยละ 20.9)
เหตุผลที่คิดว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นเรื่องง่าย			
ไม่ต้องเตรียมอุปกรณ์ชงนมเหมือนนมผง	76.7	-	92.9
เคยเลี้ยงลูกคนก่อนด้วยนมแม่	23.3	-	7.01
เหตุผลที่คิดว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นเรื่องยาก			
ไม่มีน้ำนม/ น้ำนมน้อยกว่าปริมาณที่ลูกต้องการกิน	-	20.5	47
กังวลว่านมแม่มีสารอาหารไม่พอ	-	5.9	1.5

เหตุผลที่คิดว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นเรื่องยาก			
แม่ต้องกลับไปทำงาน/ กลับไปเรียน	-	29.4	32.4
แม่ไม่ได้อยู่กับลูก	-	11.8	4.4
แม่มีปัญหาสรีระทรวงอก เช่น หัวนมบอด หัวนมแตก	-	1.9	4.4
แม่มีปัญหาสุขภาพ เช่น ป่วย ต้องทานยา หรือมีโรคประจำตัว	-	6.5	2.9
สถานที่ทำงานไม่เอื้ออำนวยให้ลูกกินนมแม่	-	9.8	4.4
ไม่สะดวกให้นมในที่สาธารณะ	-	9.8	2.9

ตารางที่ 32 จากข้อมูลในตาราง สอบถามเกี่ยวกับเรื่องทัศนคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พบว่าในภาพรวมผู้ตอแบบสอบถามส่วนใหญ่มีทัศนคติทางบวกต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งจากการสำรวจพบว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นเรื่องง่าย มีผู้ตอบแบบสอบถามร้อยละ 67.8 ในขณะที่ร้อยละ 20.9 เห็นว่าการให้นมแม่มีทั้งส่วนที่ยากและส่วนที่ง่าย และมีเพียงร้อยละ 11.3 เท่านั้นที่คิดว่าการให้นมแม่เป็นเรื่องยาก สำหรับผู้ที่คิดว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นเรื่องง่าย ให้เหตุผลว่าเพราะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สะดวก ไม่ต้องเตรียมอุปกรณ์สำหรับชงนมผง คิดเป็นร้อยละ 76.7 และรองลงมาคือ เคยมีประสบการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มาก่อนร้อยละ 23.3 ขณะที่มีผู้ตอบแบบสอบถามที่คิดว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นเรื่องยากส่วนใหญ่คิดว่าแม่ต้องกลับไปทำงานคิดเป็นร้อยละ 29.4 คิดว่าไม่มีน้ำนม/ น้ำนมน้อยกว่าปริมาณที่ลูกต้องการกิน คิดเป็นร้อยละ 20.5 ในขณะที่บางส่วนให้เหตุผลว่าเมื่อกลับไปทำงานแล้วสถานที่ไม่เอื้ออำนวยต่อการให้ลูกกินนมรวมถึงไม่สะดวกต่อการให้ลูกกินนมในที่สาธารณะ คิดเป็นร้อยละ 9.8 และมีคุณแม่บางท่านมีปัญหาเรื่องสุขภาพ เช่น ป่วย ต้องทานนาหรือมีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 6.5 ส่วนปัญหาเรื่องแม่มีปัญหาสรีระทรวงอก เช่น หัวนมบอด หัวนมแตก คิดเป็นร้อยละ 1.9 รวมถึงสาเหตุอื่นดังแสดงในตาราง ให้ข้อมูลว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ช่วยให้ครอบครัวประหยัด และอีกร้อยละ 6.4 คิดว่าแม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้เพราะแม่มีโอกาสได้อยู่กับลูกตลอดเวลา เช่น แม่ไม่ได้ทำงาน หรือมีคนช่วยเลี้ยงลูกซึ่งทำให้แม่ไม่เหนื่อยเกินไป สุดท้าย ผู้ตอบแบบสอบถามร้อยละ 6.3 เห็นว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นเรื่องธรรมชาติ หากแม่มีนมเพียงพอก็สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้

ตารางที่ 33 ผลการศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อดีของนมแม่ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

เมื่อสอบถามข้อดีและข้อเสียของนมแม่และนมผสม พบว่าร้อยละ 89.2 คิดว่านมแม่ดีกว่านมผสม และมีผู้ตอบแบบสอบถามเพียงร้อยละ 7.1 คิดว่านมผสมดีกว่า และอีกร้อยละ 3.6 คิดว่านมแม่และนมผสมเหมือนกัน

ข้อดีของนมแม่	จำนวน	ร้อยละ
ช่วยให้แม่ฟื้นตัวเร็วหลังคลอด	58	6.07
ทำให้ลูกมีสุขภาพแข็งแรง สร้างภูมิคุ้มกัน	271	28.35
นมแม่มีสารอาหารครบถ้วน	235	24.58
ประหยัด	137	14.33
นมแม่สะอาด	75	7.85
ไม่ทำให้ลูกเกิดการแพ้	51	5.33
ลูกคนก่อนกินนมแม่แล้วสุขภาพแข็งแรงกว่าลูกคนนี้ที่กินนมผง	22	2.30
นมแม่มีความรัก ความผูกพัน	61	6.38
เป็นของธรรมชาติ	46	4.81
รวม	956	100.00

ตารางที่ 33 ข้อดีของนมแม่ ผู้ตอบแบบสอบถามคิดว่านมแม่มีข้อดีคือ ทำให้ลูกแข็งแรง และสร้างภูมิคุ้มกัน คิดเป็นร้อยละ 28.35 รองลงมาคิดว่านมแม่มีสารอาหารครบถ้วน คิดเป็นร้อยละ 24.58 และคิดว่านมแม่ช่วยประหยัด คิดเป็นร้อยละ 14.33 นอกจากนี้ ผู้ตอบแบบสอบถาม คิดว่านมแม่สะอาด ร้อยละ 7.85 นมแม่มีความรัก ความผูกพัน ร้อยละ 6.38 ช่วยให้แม่ฟื้นตัวเร็วหลังคลอด ร้อยละ 6.07 ทั้งนี้ยังมีเหตุผลอื่น ๆ ทีเป็นยังมีข้อดีทางสุขภาพสำหรับทารกและเด็กเล็กที่แม่ได้รับข้อมูลจากแหล่งต่าง ๆ และการที่ผู้ตอบแบบสอบถามสังเกตได้จากประสบการณ์ของตนเอง

ตารางที่ 34 ผลการศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อดีของนมผง

ข้อดีของนมผง	จำนวน	ร้อยละ
นมผงมีสารอาหารที่จำเป็นต่อพัฒนาการ	2	9.52
กินแล้วลูกไม่ร้อง	17	80.95
อยู่ท้องกว่านมแม่	1	4.76
สะดวกเมื่อต้องให้นมในที่สาธารณะ	1	4.76
รวม	21	100.00

ตารางที่ 33 จากผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่าข้อดีของนมผง คือ คิดว่ากินแล้วลูกไม่ร้อง คิดเป็นร้อยละ 80.95 รองลงมาคิดว่านมผงมีสารอาหารที่จำเป็นต่อพัฒนาการ คิดเป็นร้อยละ 9.52 และคิดว่ากินแล้วอยู่ท้อง สะดวกเมื่อต้องให้นมในที่สาธารณะ ตามลำดับ

ตารางที่ 35 ผลการศึกษากิจกรรมหรือแนวทางในการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

แนวทางในการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	จำนวน	ร้อยละ
เพิ่มวันลาคลอด	75	21.1
แจกเครื่องปั๊มนม	134	37.6
การจัดมุมนมแม่ในสถานประกอบการ	90	25.3
การบริจาคนมสำหรับแม่ที่น้ำนมไม่พอ	81	22.8
การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างแม่	60	16.9
การเยี่ยมบ้านเพื่อให้คำแนะนำเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	70	19.7
การให้ข้อมูลนมแม่ในโรงพยาบาล	72	20.2
การให้ความรู้แม่ เรื่องวิธีการให้นมและการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	164	46.1
การให้ความรู้แม่เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับแม่ทำงาน	66	18.5
การให้ความรู้แม่ เรื่องการซื้อที่ปั๊มนม	50	14.0
การให้ความรู้ประชาชนทั่วไปเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	4	1.1
รวม	866	100.00

ตารางที่ 35 กิจกรรมหรือแนวทางในการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แม่หรือผู้ดูแลหลักต้องการสนับสนุน คือ เรื่องการให้ความรู้แม่ เรื่องวิธีการให้นมและการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คิดเป็นร้อยละ 46.1 รองลงมาคืออุปกรณ์สำหรับการปั๊มเก็บนม เช่น เครื่องปั๊มนม หรือถุงเก็บน้ำนม และการจัดมุมนมแม่ในสถานประกอบการ คิดเป็นร้อยละ37.6 และ ร้อยละ 25.3 ตามลำดับ

<u>ส่วนที่ 6 ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก</u>

จากการเก็บข้อมูลใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกทางโทรศัพท์และทุกครั้งจะมีการอัดเทปหากผู้ให้สัมภาษณ์อนุญาต ใช้เวลาในการสัมภาษณ์ 45 นาที – 1 ชั่วโมง ลักษณะคำถามเป็นคำถามปลายเปิด โดยการสัมภาษณ์แม่ที่มีลูกตั้งแต่แรกเกิด – 3 ปี ในกรุงเทพมหานครเกี่ยวกับเหตุผลที่แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน จากการสัมภาษณ์แม่จำนวน 15 ราย อายุระหว่าง 25 – 35 ปี การศึกษาระดับปริญญาตรี 12 คน ปริญญาโท 3 คน มีลูกจำนวน 3 คน จำนวน 1 คน มีลูกจำนวน 2 คน จำนวน 5 คน มีลูกจำนวน 1 คน จำนวน 9 คน ประกอบไปด้วย 8 ประเด็น 1.คิดอย่างไรกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 2.ขณะที่แม่ฝากท้องได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หรือไม่3.หลังคลอดขณะนอนอยู่โรงพยาบาลมีเจ้าหน้าที่ให้การช่วยเหลือในการให้ลูกกินนมแม่หรือไม่ 4.เมื่อกลับไปอยู่บ้านเมื่อแม่มีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องนมแม่ทำอย่างไร 5.ขณะนี้คุณแม่มีใครเป็นคนช่วยเหลือแม่ในการเลี้ยงดูลูก 6.ตั้งใจจะให้ลูกเริ่มอาหารอื่นนอกจากนมแม่เมื่อใด 7.เมื่อแม่ต้องกลับไปทำงานมีวิธีอย่างไรที่จะช่วยให้ลูกยังสามารถได้กินนมแม่ 8. คุณแม่คิดว่าเหตุผลที่ทำให้คุณแม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้คืออะไร

1) คิดอย่างไรกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แม่ส่วนใหญ่เมื่อตั้งครรภ์จะหาความรู้เรื่องนมแม่ผ่าน Social Media และบุคคลรอบข้างที่ผ่านการมีบุตร เอกสารจากโรงพยาบาล เพราะแม่เชื่อว่านมแม่ดีที่สุดเป็นสารอาหารจากธรรมชาติ มีประโยชน์มีสารอาหารหลายชนิดที่มีความจำเป็นต่อการเจริญเติบโต มีภูมิคุ้มกันร่างกายแข็งแรง ช่วยสร้างสายสัมพันธ์ ประหยัด โดยมีข้อมูลสนับสนุน

“นมแม่เป็นยาวิเศษ ดีทุกสิ่งทุกอย่าง เป็นอาหารที่ไม่ปรุงแต่ง” “เป็นอาหารที่ดีที่สุด มีภูมิคุ้มกัน ประหยัดค่าใช้จ่ายที่จะซื้อนมผง สร้างความผูกพัน” “ขณะให้ลูกดูดนม ได้สบตาลูก มีความสุข” การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นเรื่องที่ง่ายเพราะอยู่กับตัวเรา อยากให้กินตรงไหน ตอนไหนก็ได้ สะดวกไม่ต้องล้างขวดนม” “นมแม่ทำให้ลูกแข็งแรงกว่านมผง”

แม่ทุกคนมีทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับประโยชน์ของนมแม่ เพราะทราบถึงความสำคัญที่มีต่อแม่และลูก แม่ส่วนใหญ่เมื่อรู้ว่าท้องจะมีวิธีการแสวงหาความรู้ที่แตกต่างกัน เช่น การสอบถามจากผู้มีประสบการณ์ ทาง Social Media และบุคลากรสาธารณสุข จึงมีความตั้งใจที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2) ขณะที่แม่ฝากท้องได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หรือไม่ ในการฝากท้องแม่มีการฝากครรภ์ทั้งโรงพยาบาลรัฐบาล โรงพยาบาลเอกชน และคลินิก ซึ่งในแต่ละสถานที่จะให้บริการที่ไม่เหมือนกันขึ้นอยู่กับนโยบายแต่ละที่

“ฝากท้องที่คลินิกจนถึงอายุครรภ์ 8 เดือน เนื่องจากสะดวกไม่ต้องลางาน ที่คลินิกไม่ได้มีการสอนหรือให้ความรู้อะไรเกี่ยวกับนมแม่ พออายุครรภ์ 8 เดือนย้ายมาฝากโรงพยาบาลรัฐบาล แต่ก็มีสอนและ

แนะนำ ให้ความรู้ เกี่ยวกับเรื่องนมแม่ตอนที่รอคลอด” “ฝากท้องที่โรงพยาบาลเอกชนเพราะปกติรักษาประจำที่นี่ และที่นี่มีคอร์สเตรียมความพร้อมสำหรับคุณแม่ในการเตรียมตัวให้นมลูก ได้เข้าร่วมฟังสอนทุกครั้ง” “ฝากท้องที่โรงพยาบาลรัฐบาล คลินิกนอกเวลา ไม่ได้มีการสอนให้ความรู้เรื่องการเตรียมความพร้อมใด ๆ มีแต่การพูดคุยกับคุณหมอและให้เอกสารความรู้” “ขณะตอนใกล้คลอดตอนไปฝากท้อง มีการตรวจเต้านม พูดคุยแนะนำการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แต่ไม่มีการฝึกอุ้มอะไร” “ฝากท้องที่โรงพยาบาลสังกัดกรุงเทพไม่ได้มีการสอนอะไรเลย ตรวจเสร็จก็กลับบ้านแต่พอตอนไปคลอดจะมีเจ้าหน้าท่าดูแลและสอนการให้นมลูก” ฝากท้องที่โรงพยาบาลรัฐบาล มีสอนโรงเรียนพ่อแม่เข้าทุกครั้ง”

แม่ที่เข้ารับบริการโรงพยาบาลของรัฐมีโอกาสในการได้รับความรู้ผ่านโรงเรียนพ่อแม่มากกว่าโรงพยาบาลเอกชนและคลินิก ถึงแม้โรงพยาบาลแต่ละที่จะมีวิธีการที่แตกต่างกัน ทำให้แม่มีความรู้ความเข้าใจ มีทักษะและการเตรียมพร้อมที่จะเลี้ยงลูกด้วยนแม่

3) **หลังคลอดขณะนอนอยู่โรงพยาบาลมีเจ้าหน้าที่ให้การช่วยเหลือในการให้ลูกกินนมแม่หรือไม่** บันไดขั้นที่ 5 การช่วยเหลือหรือสอนแม่ให้รู้วิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และวิธีการทำให้น้ำนมมีปริมาณพอเพียง บุคลากรจึงมีส่วนสำคัญที่จะช่วยให้แม่มีความมั่นใจในการเลี้ยงลูก

“หลังคลอดลูกมีเจ้าหน้าที่มาช่วยเหลือ สอนให้นวดเต้านม ประคบเต้านม ทดสอบว่าลูกดูดถูกวิธีไหมอุ้มได้ไหม ถ้าไม่ถูกก็ให้ฝึกอบรมจนกว่าจะได้ รู้สึกท้อแต่คิดว่าน่าจะทำได้ ตอนกลับบ้านยังอุ้มไม่ค่อยได้พยาบาลก็นัดมาคลินิกนมแม่จนกว่าจะทำได้” “หลังคลอดนอนห้องพิเศษ มีพยาบาลที่ตึกเดินมาดูแต่ไม่ได้สอนอะไร แต่อีกวันมีพยาบาลที่อยู่คลินิกนมแม่มาสอนให้ลูกดูดนม” หลังออกจากโรงพยาบาลลูกยังอุ้มลูกไม่ค่อยได้เขานัดมาฝึกต่อที่คลินิกนมแม่” “ตอนที่คลอดที่โรงพยาบาลมีพยาบาลมาสอนอุ้มและให้ลูกดูดนมแต่น้ำนมไม่ไหล กลับบ้านก็ยังไม่ค่อยไหลแต่พยายามปั๊มตลอดจนเริ่มมีน้ำนมแต่ช่วงแรกที่น้ำนมยังไม่มาก็ให้กินนมผงแต่พอมีนมก็เลิกให้นมผงเสริม” “ตอนที่อยู่โรงพยาบาลเจ้าหน้าที่ก็มาช่วยตลอดนะ แต่น้ำนมก็ยังไม่ไหล”

แม่ส่วนใหญ่หลังคลอดจะได้รบการช่วยเหลือจากบุคลากรสาธารณสุข เพื่อช่วยให้แม่สามารถนำลูกเข้าเต้าและท่าอุ้มได้อย่างถูกวิธี จึงทำให้แม่มีความมั่นใจเมื่อกลับบ้ายจึงสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างต่อเนื่อง

4) **เมื่อกลับไปอยู่บ้านเมื่อแม่มีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องนมแม่ทำอย่างไร**

ปัญหาหนึ่งที่สำคัญโยเฉพาะแม่ที่คลอดลูกคนแรก เพราะแม่ส่วนใหญ่จะอยู่โรงพยาบาล 3-5 วันจึงมีระยะเวลาที่สั้นสำหรับการฝึกทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เมื่อกลับไปบ้านแล้วแม่บางท่านยังคงไม่สามารถนำลูกเข้าเต้าได้ จึงทำให้เกิดความเครียดและวิตกกังวล เพราะไม่มีเจ้าหน้าที่ให้คำแนะนำเหมือนขณะตอนอยู่โรงพยาบาล

“เมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับนมแม่ก็โทรปรึกษาคุณหมอตลอดเพราะคุณหมอมีคลินิกนมแม่ด้วย มีปัญหาอะไรก็ถามตลอด บางครั้งก็ถามพี่ที่มีประสบการณ์” “สอบถามผู้ที่มีความรู้ ตอนแรกก็รู้สึกเกรงใจ แต่กลัวลูกไม่ได้กินนมมากกว่า” “เมื่อมีปัญหาก็ถามย่า ยาย ก็ให้คำแนะนำแนะแต่ท่านก็ให้เราตัดสินใจเองไม่ได้บังคับว่าต้องทำตามที่บอกเพราะยุคสมัยมันเปลี่ยนไป” “ถามพยาบาลที่อยู่ใกล้บ้าน” “ถามน้องเพราะน้องทำงานด้านสุขภาพ”

คุณแม่หลังคลอดส่วนใหญ่โดยเฉพาะตั้งครรภ์ครั้งแรกซึ่งยังไม่มีประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เมื่อกลับไปอยู่บ้านจึงต้องมีคนคอยให้คำแนะนำและช่วยเหลือเพราะยังขาดความมั่นใจและทักษะ บุคคลที่ให้ความช่วยเหลือมักจะมาจากบุคคลในครอบครัวที่มีประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

5) **ขณะนี้คุณแม่มีใครเป็นคนช่วยเหลือแม่ในการเลี้ยงดูลูก** บุคคลรอบข้างก็มีส่วนช่วยให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จ โดยเฉพาะบุคคลในครอบครัว สามี ปู่ย่า ตายาย

“ปู่ ย่า ตายาย สามี จะคอยช่วยเหลือ คอยดูลูกให้เราได้พักและให้คำแนะนำ” “แม่ พี่สาว สามี ช่วยแบ่งเบาภาระ และคอยช่วยตลอดทำให้เราไม่เครียด” “แม่สามี คอยดูแลตลอด ช่วงแรกที่มีปัญหาเรื่องนมไม่ไหลก็ช่วยพาไปคลินิกนมแม่” “แม่ สามี ช่วยเลี้ยงและคอยเตรียมอาหารให้เรา”

6) **ตั้งใจจะให้ลูกเริ่มอาหารอื่นนอกจากนมแม่เมื่อใด** แม่ส่วนใหญ่ทราบดีว่านมแม่ดีมีประโยชน์ต่อสุขภาพลูกจึงมีความตั้งใจที่จะให้ลูกได้กินนมแม่ได้นานที่สุดเท่าที่ลูกต้องการ

“ลูกคนนี้ตั้งใจจะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้นานที่สุด เพราะไม่ต้องไปทำงาน แล้วลูก 2 คนที่ผ่านมาคนแรกกินนมแม่ได้ 2 ปี คนที่สองกินได้ 9 เดือน คนที่สองป่วยบ่อยก็เลยคิดว่าคนนนี้จะให้กินได้นานที่สุดหลังจาก 6 เดือนไปแล้วค่อนเริ่มให้กินข้าวบดและอาหารเสริมอื่น” “6 เดือนไปแล้วค่อยให้กิน” “คงให้ลูกกินตอนครบ 6 เดือนตามที่หมอบอก อยากให้ลูกฉลาด แข็งแรง”“จริง ๆ แล้วอยากเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แต่ตั้งแต่คลอดนอนอยู่โรงพยาบาลก็ไม่มีน้ำนม กลับมาบ้านเลยให้ลูกกินนมผสมเพราะสงสารลูก” “ลูกคนนี้กินนมแม่ได้ 1 เดือน น้ำนมไม่ค่อยมี กลัวลูกขาดสารอาหาร”“จริง ๆ ตั้งใจจะให้ลูกเริ่มกินอาหารเสริมตอนครบ 6 เดือน แต่แม่ให้กินกล้วยบดตอนลูกได้ 4 เดือนเพราะเมื่อก่อนก็ให้กินไม่เห็นเป็นไร” “มีให้กินน้ำเปล่าหลังกินนมแม่เพราะลิ้นจะได้ไม่เป็นฝ้า” “ให้ลูกกินหลัง 6 เดือนตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่เพราะถ้าให้อาหารกินเร็วกลัวลูกมีปัญหา”

แม่ส่วนใหญ่รู้ว่านมแม่ดี มีประโยชน์ และทราบว่าควรให้ลูกกินนมแม่จนถึง 6 เดือนหลังจากนั้นถึงควรเริ่มให้อาหารเสริม แต่มีแม่ส่วนหนึ่งที่เริ่มให้ลูกกินอาหารอื่นนอกจากนมแม่ เช่น นมผสมเพราะกลัวลูกไม่ได้สารอาหาร น้ำ กล้วยบด เพราะเชื่อว่าสามารถกินได้

7) **เมื่อแม่ต้องกลับไปทำงานมีวิธีอย่างไรที่จะช่วยให้ลูกยังสามารถได้กินนมแม่** ด้วยสังคมปัจจุบันผู้หญิงวัยเจริญพันธ์ส่วนใหญ่ทำงานนอกบ้าน เมื่อแม่มีควาวตั้งใจที่ต้องการให้ลูกได้กินนมแม่ให้นานที่สุด แม่ส่วนใหญ่จึงเลือกวิธีที่จะปั๊มนมเพื่อให้สามารถให้ลูกกินนมแม่ได้นานที่สุดเท่าที่ต้องการ

"พอใกล้จะกลับมาทำงานก็เริ่มปั๊มนมเก็บใส่ตู้เย็นไว้ และหัดให้ลูกกินนมจากแก้ว เพราะกลับมาทำงานตอนลูกอายุ 9 เดือน เพราะลาคลอดต่ออีก 150วัน ไม่รับเงินเดือน" "ปั๊มนมเก็บไว้ มาทำงานก็ปั๊มนมแต่พอกลับบ้านก็ให้ลูกกินจากเต้า"

แม่ส่วนใหญ่มีการวางแผนเมื่อต้องกลับไปทำงาน โดยการปั๊มนมเก็บไว้เพื่อลูกจะได้มีกินระหว่างที่แม่ไปทำงาน

8) **แม่คิดว่าเหตุผลที่ทำให้คุณแม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้คืออะไร** เหตุผลสำคัญที่ทำให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำเร็จเกิดจากตัวแม่เองที่มีความตั้งใจต้องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพราะคิดว่านมแม่ดีมีประโยชน์ ช่วยให้สุขภาพร่างกายลูกแข็งแรง สร้างความผูกพันจากการได้โอบกอด ประหยัด บุคคลในครอบครัวให้การช่วยเหลือแม่ เพื่อให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ รวมถึงบุคลากรสาธารณสุข ที่ให้การสนับสนุนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยการให้ความรู้ เป็นที่ปรึกษาให้กับมารดาเมื่อมีปัญหาและอุปสรรคเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

"ความตั้งใจของแม่ก็มีส่วนสำคัญเพราะถ้าช่วงเวลาที่ให้นมลูกถ้าเกิดปัญหาถ้าเราไม่หนักแน่นพออาจจะเปลี่ยนใจให้ลูกกินนมผงแทนเพราะมันง่ายมาก แต่ประโยชน์สู้นมแม่ไม่ได้" "เวลามีปัญหาในการให้นมแม่ คิดว่าถามบุคลากรสาธารณสุขดีกว่าไปค้นหาเองใน Internet เพราะในโลกSocial เป็นเหมือนบทความ ในการแนะนำ บางครั้งยิ่งอ่านยิ่งเครียด และอ่านได้อย่างเดียวไม่สามารถโต้ตอบได้ เพราะงั้นถามบุคคลกรสาธารณสุขหรือไม่ก็ผู้รู้ดีกว่า" "คนในครอบครัวมีส่วนช่วยอย่างมากในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นทั้งกำลังใจ ช่วยแบ่งเบาภาระงาน คิดว่าถ้าอยู่กันแค่สามีภรรยาคงจะเครียดน่าดู" "บุคคลากรสาธารณสุขก็มีส่วนสำคัญอย่างมากเพราะถ้าเขาช่วยเราให้มีความรู้ตั้งแต่ตั้งท้องก็จะช่วยให้เราคลายความกังวล มีความมั่นใจในการที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่" "เวลา เพราะถ้ามีเวลาอยู่กับลูกนาน ๆ ก็จะดี" "ถ้ามีเวลาปั๊มนมก็น่าจะมีนมให้ลูกกินได้นานกว่านี้"

บทที่ 5

สรุปอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาช่วงเวลาที่แม่เริ่มต้นให้เด็กกินนมผสม และ/ หรืออาหารอื่น ศึกษาปัจจัยที่แม่เริ่มต้นให้เด็กกินนมผสม และ/ หรืออาหารอื่น และปัจจัยความสำเร็จที่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน เพื่อนำผลการศึกษาในครั้งนี้เป็นแนวทางในการวางแผนในการขับเคลื่อนการดำเนินงานในการส่งเสริม สนับสนุนการลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อไป โดยการเก็บตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม และการสัมภาษณ์เชิงลึกกลุ่มเป้าหมายที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร ได้แก่ แม่หรือผู้ดูแลหลักของเด็กอายุตั้งแต่แรกเกิด – 3ปี ที่เริ่มกินอาหารอื่นนอกเหนือจากนมแม่ ในช่วงก่อนทารกอายุครบ 6 เดือน ที่นำทารกมาฉีดวัคซีนหรือมาพบแพทย์ในโรงพยาบาลในวันที่มีการจัดเก็บข้อมูล เป็นแม่หรือผู้ดูแลหลักของทารกหรือเด็กเล็กที่มีอายุตั้งแต่แรกเกิด-3 ปี จำนวนผู้ตอบแบบสอบถามเป้าหมายในการเก็บข้อมูลทั้งหมด 493 คน โรงพยาบาลรัฐขนาดใหญ่ จำนวน 4 โรงพยาบาล จำนวน 296 คน โรงพยาบาลเอกชน จำนวน 3 โรงพยาบาล จำนวน 197 คน แต่ในการเก็บข้อมูลจริงมีข้อจำกัดเรื่องการเข้าเก็บข้อมูลในกลุ่มโรงพยาบาลเอกชน และโรงพยาบาลบางแห่ง หลังจากตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล ได้กลุ่มตัวอย่างที่เข้าเกณฑ์ทั้งสิ้น 356 คน และหลังจากนั้นสร้างเครื่องมือในการวิจัย และคณะผู้วิจัยเป็นผู้สัมภาษณ์แบบเผชิญหน้า (face to face) และกรอกข้อมูลลงในแบบสัมภาษณ์เองเพื่อความสะดวกของแม่หรือผู้ดูแลหลักและเพื่อความถูกต้องของข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติร้อยละและหาความสัมพันธ์ปัจจัยและระยะเวลาโดยใช้การโปรแกรม SPSS วิเคราะห์ Chi-square test

ผลการศึกษา

1. ช่วงเวลาที่แม่เริ่มต้นให้เด็กกินนมผสม และ/ หรืออาหารอื่น ในช่วงแรกเกิด-ก่อนอายุครบ 6 เดือน

ตามคำแนะนำขององค์การอนามัยโลก ทารกควรได้กินนมแม่อย่างเดียวจนครบ 6 เดือน และหลังจากนั้นให้กินนมแม่ควบคู่กับอาหารตามวัยจนถึง 2 ปี หรือนานกว่านั้นแต่ในความเป็นจริง ยังมีเด็กจำนวนไม่น้อยที่ได้กินอาหารอื่นนอกเหนือจากนมแม่ในช่วงก่อนอายุครบ 6 เดือน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของอรพร ดำรงวงศ์ศิริ และคณะ[33] จากการศึกษาพบว่า การเริ่มให้อาหารตามวัยน้อยกว่า 4 เดือน มี 42 คน (ร้อยละ 29.8) ธิติมา เงินมาก,สุพาณี บุญโยม[34] พบว่าอายุเฉลี่ยที่เริ่มให้อาหารตามวัย คือ 5 เดือน 23 วัน จากการเก็บข้อมูลในการศึกษาครั้งนี้ พบว่าในช่วงขณะตั้งครรภ์แม่มีความตั้งใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวเมื่อคลอด คิดเป็นร้อยละ 80.1 มีเพียงร้อยละ 9.3 ตั้งใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ควบคู่กับนมผสม เหตุผลที่แม่ตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพราะว่า นมแม่ทำให้ลูกแข็งแรง ร่างกายสร้างภูมิคุ้มกัน และมีเพียงร้อยละ 3.4

ที่ตั้งใจจะเลี้ยงลูกด้วยนมผสม เพราะว่าแม่ต้องกลับไปทำงานหรือกลับไปเรียน แต่จากการสำรวจข้อมูลพบว่าเด็กแรกเกิดจนถึงอายุ 6 เดือน เริ่มกินน้ำเปล่าเร็วสุดเฉลี่ย คือ 1 เดือน 7 วันและเริ่มกินนมผสมเฉลี่ย คือ 1 เดือน 20 วัน ส่วนการเริ่มกินน้ำผลไม้/อาหารเหลวและอาหารอ่อน เริ่มกินเร็วสุดเมื่อ 3 เดือน 19 วัน ซึ่งไม่สอดคล้องตามคำแนะนำขององค์การอนามัยโลก (WHO) ที่แนะนำว่าทารกแรกเกิดจนถึงอายุครบ 6 เดือน ควรกินนมแม่อย่างเดียว จากข้อมูลสามารถแบ่งได้ตามชนิดของอาหารที่เด็กเริ่มกินอาหารอื่นนอกเหนือจากนมแม่ อาหารที่เริ่มกินเร็วมากที่สุดคือ น้ำเปล่า สาเหตุเพราะคิดว่าการกินน้ำเปล่าเพื่อล้างปากและนมผสม สาเหตุเพราะคิดว่าแม่มีน้ำนมไม่เพียงพอ ส่วนน้ำผลไม้/อาหารเหลวและอาหารอ่อนเริ่มกินมากที่สุดตอนอายุมากกว่า 6 เดือนหลังคลอด ทั้งที่ความเป็นจริงแล้วในช่วงก่อนอายุครบ 6 เดือน เด็กไม่ควรกินน้ำหรืออาหารอื่นเลยนอกเหนือจากนมแม่ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของประเทศเนปาล[35] จากการศึกษากลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 364 คน พบว่าร้อยละ 83.5 ให้อาหารเสริมพร้อมกับการกินนมแม่ ร้อยละ 50.9 เริ่มกินอาหารเสริมก่อนอายุ 6 เดือน ชนิดอาหารที่เริ่มคือข้าว ร้อยละ 40 การศึกษาของ นิตยา สินสุกใสและคณะ[12] พบว่าพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แบ่งเป็น 2 ลักษณะ 1) มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่พร้อมกับการให้น้ำเป็นระยะเวลาสั้นๆ 2-3 เดือน หลังจากนั้นกลับไปทำงาน โดยให้นมผสม น้ำและอาหารเสริม 2) มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวได้นาน 3-4 เดือน จึงเริ่มให้น้ำ นมผสม หรืออาหารเสริม และยังคงให้นมแม่ต่อไปจนลูกอายุ 1-4 ขวบ และเจตพล แสงกล้า[14] จากผลการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว กรณีศึกษา ในเขตกึ่งเมืองกึ่งชนบท จังหวัดกาญจนบุรี พบว่าระยะเวลาเฉลี่ยของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวของมารดา ประมาณ 32 วัน มีมารดาร้อยละ16.4 ที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 3 เดือนขึ้นไป และมารดาที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนานครบ 6 เดือน มีเพียงร้อยละ 5.3 เท่านั้น ดังนั้นภาครัฐหรือผู้มีส่วนเกี่ยวข้องอาจต้องทำความเข้าใจกับแม่และผู้ดูแลหลักให้มากขึ้น เพื่อประเมินทัศนคติและ ความรู้ ความเข้าใจ เหตุผล และความจำเป็นของการให้เด็กกินนมแม่อย่างเดียวตั้งแต่แรกเกิดจนอายุครบ 6 เดือน เพื่อเป็นการส่งเสริมให้เด็กมีสุขภาพที่ดีจากการกินนมแม่ และเพื่อเป็นการสร้างการรับรู้ความเข้าใจถึงเหตุผลที่ทำไมถึงต้องเริ่มกินอาหารอื่น ๆ หลังจาก 6 เดือนอีกด้วย

ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าแม่หรือผู้ดูแลหลักเห็นว่าการให้เด็กกินนมผสมเป็นอีกทางเลือกหนึ่ง หรือเป็นวิธีการแก้ปัญหาเมื่อแม่ไม่สะดวกที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียว นอกจากนี้ยังมีประเด็นที่น่าสนใจ คือ แม้ว่าจะมีเด็กจำนวนไม่น้อยได้กินนมผสม น้ำ ก่อนอายุครบ 6 เดือน เมื่อสอบถามทัศนคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และนมผสม จากกลุ่มตัวอย่างข้อดีและข้อเสียของนมแม่และนมผสม โดยร้อยละ 89.2 คิดว่านมแม่ดีกว่านมผงและมีผู้ตอบแบบสอบถามเพียงร้อยละ 7.1 คิดว่านมผสมดีกว่า และอีกร้อยละ 3.6 คิดว่านมแม่และนมผงเหมือนกัน ร้อยละ 40 เชื่อว่านมผสม มีสารอาหารที่จำเป็นต่อพัฒนาการ และร้อยละ 20 คิดว่ากินแล้วลูกไม่ร้อง อยู่ท้องมากกว่านมแม่ และสะดวกเมื่อต้องให้นมในที่สาธารณะ แต่ยังมีแม่

บางกลุ่มมองว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไม่ใช่เรื่องยาก คิดเป็นร้อยละ 67.8 เพราะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไม่ต้องเตรียมอุปกรณ์เหมือนนมผง แต่จากข้อมูลพบว่ายังมีอุปสรรคต่าง ๆ ที่ทำให้แม่ส่วนหนึ่งต้องให้ลูกกินนมผสมเสริมหรือทดแทนนมแม่ ซึ่งอาจบอกได้ว่ากลุ่มตัวอย่าง มีทัศนคติที่ดีกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แต่ยังขาดความรู้ ดังนั้นหากมีการส่งเสริมและมีการจัดการที่เหมาะสมเพื่อให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวได้สะดวกขึ้น อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างน้อย 6 เดือนก็น่าจะเพิ่มขึ้นเช่นกัน

โดยสรุป การศึกษาครั้งนี้พบว่า ช่วงระยะเวลาที่เริ่มให้กินนมผสมและอาหารอื่น ๆ นอกเหนือจากนมแม่ ภายใน 6 เดือนหลังคลอด ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ ยังคงมีความเข้าใจว่านมผสมเป็นอาหารที่สามารถกินได้ตั้งแต่แรกเกิด หรือสามารถกินทดแทนนมแม่ได้เพราะคิดว่าน่าจะมีสารอาหารที่จำเป็นเพียงพอ ส่วนน้ำสามารถกินควบคู่กับนมแม่หรืออาหารชนิดอื่นได้เพราะการกินน้ำเป็นการกินเพื่อล้างปากในขณะที่น้ำผลไม้ และอาหารอ่อน ได้แก่ ข้าวบด ไข่บด ผักบด ฟักทอง เนื้อสัตว์และกล้วยบด ผู้ตอบแบบสอบถามยังมีความรู้ ความเข้าใจ ว่าจัดอยู่ในอาหารเสริมประเภทที่เด็กยังไม่สามารถกินได้ตั้งแต่แรกคลอด ซึ่งยังต้องรอระยะเวลาให้เด็กโตถึงระดับหนึ่งที่เหมาะจึงจะสามารถให้กินได้ จากทัศนคติดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่าแม่และผู้ดูแลหลักยังมีความเข้าใจระดับหนึ่งว่าเด็กแรกเกิดยังไม่สามารถกินอาหารได้ทุกประเภท และการเริ่มต้นกินอาหารต่าง ๆ ต้องเริ่มต้นในช่วงเวลาที่เหมาะสม ดังนั้นเพื่อให้แม่และผู้ดูแลเด็กเห็นความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ควรมีทัศนคติที่ต่อการกินนมแม่ และสร้างการรับรู้ ความเข้าใจและให้ตะหนักถึงความสำคัญของการให้เด็กได้กินนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนว่ามีคุณค่า คุณประโยชน์อย่างไรต่อเด็กที่สำคัญผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการให้ความรู้เรื่องการเสริมอาหารตามวัยควรให้ข้อมูล และเน้นย้ำช่วงเวลาการเริ่มต้นอาหารตามวัยว่าควรเริ่มต้นเมื่อเด็กมีอายุครบ 6 เดือน

2. สาเหตุที่แม่เริ่มต้นให้เด็กกินนมผสม และ/ หรืออาหารอื่น

จากผลการศึกษาสาเหตุหรือความจำเป็นที่แม่ให้ลูกกินนมผสม ทดแทนนมแม่ในช่วงตั้งแต่แรกเกิด - ก่อนอายุครบ 6 เดือน ที่สำคัญคือมี 2 ประการ คือ การที่แม่คิดว่าตนเองมีน้ำนมไม่พอ และการที่แม่ต้องกลับไปทำงาน/กลับไปเรียน เมื่อหาความสัมพันธ์พบว่าสาเหตุมีผลต่อการตัดสินใจอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของนิศาชล เศรษฐไกรกุลและคณะ[11] พบว่าเหตุผลหลักของแม่ที่ไม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียวจนถึง 6 เดือน ได้แก่ แม่คิดว่าน้ำนมไม่เพียงพอ รองลงมาคือ ความกังวลว่านมแม่มีสารอาหารไม่พอ และเหตุผลอันดับที่ 3 คือ แม่ต้องกลับไปทำงานโดยส่วนใหญ่ แม่จะให้อาหารอื่นทดแทนนมแม่อย่างน้อย 3 อย่างขึ้นไป และมีนมผงและน้ำเป็นหลัก ซึ่งผู้ที่เป็นคนตัดสินใจให้เสริมอาหารอื่นทดแทนนมแม่คือ แม่ รองลงมาคือ ปู่ย่า/ ตายาย จากแบบสอบถามมีข้อมูลสนับสนุนเพิ่มเติมจากการที่แม่คิดว่าตนเองมีน้ำนมไม่เพียงพอ พบว่าร้อยละ 41.9 ถึงลูกจะมีอาการปกติดีทุกอย่างแต่แม่ยังมีความกังวลที่เชื่อว่า

ตนเองมีน้ำนมไม่เพียงพอ ร้อยละ 35.5 แม่สังเกตว่าหลังกินนมแม่แล้วลูกมีอาการหงุดหงิด กระสับกระส่าย จึงเชื่อว่าอาการดังกล่าวเกิดจากการที่กินนมแม่ไม่อิ่ม ผู้ตอบแบบสอบถามบางท่านให้ข้อมูลเพิ่มเติมว่าเมื่อให้นมผสมกับทารกกินแล้ว ทารกไม่ร้อง จึงคิดว่ากินนมผสมแล้วช่วยให้อยู่ท้องกว่านมแม่ สะท้อนให้เห็นว่าแม่และผู้ดูแลหลักจำนวนไม่น้อยยังขาดความเข้าใจหรือข้อมูลเรื่องข้อบ่งชี้หรืออาการแสดงของทารกที่ได้กินนมไม่พียงพอ และเหตุผลสำคัญในเรื่องความต้องการปริมาณอาหารของทารกในแต่ละช่วงอายุ ซึ่งจะมีผลต่อความต้องการของทารก ความแตกต่างของนมผสมกับนมแม่ จึงทำให้แม่เกิดความกังวลและตัดสินใจให้ลูกกินนมผสมเพราะคิดว่าน่าจะเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่สามารถแก้ไขปัญหาได้ ทั้งที่ความจริงแล้วสาเหตุที่ทารกร้องไห้อาจจะเป็นสาเหตุอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวกับความหิว แต่เมื่อทารกได้กินนมผสมเพิ่มจึงทำให้รู้สึกอิ่มมากขึ้น ประกอบกับส่วนประกอบของนมผสมส่วนใหญ่ทำจากนมวัวซึ่งมีปริมาณไขมันมากและทำให้อิ่มนาน เมื่อทารกได้กินจึงทำให้อิ่มและหลับนาน และไม่ร้องไห้ ทำให้แม่หรือผู้ดูแลหลักเข้าใจหรือเชื่อว่าทารกร้องเนื่องจากความหิว

ในส่วนของอาหารอื่น ๆ นอกจากนมผสมที่ลูกได้กินช่วงก่อนอายุ 6 เดือนคือ น้ำเปล่า น้ำผลไม้ อาหารอ่อนตามลำดับ ซึ่งมีเหตุผลที่แตกต่างกันออกไป จากการศึกษาหาความสัมพันธ์ของสาเหตุที่กินอาหารอื่น ๆ นอกเหนือจากนมแม่นั้น พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับระยะเวลาในการตัดสินใจเริ่มกินอาหารอื่น ๆ นอกจากนมแม่ เนื่องจาการศึกษาในครั้งนี้ ข้อมูลที่เก็บได้มีความกระจายของข้อมูล หากมีการจัดเก็บข้อมูลเพิ่มเติม ผลการศึกษที่ได้อาจจะแตกต่างจากการศึกษาในครั้งนี้ ซึ่งส่วนใหญ่แม่หรือผู้ดูแลหลักให้เด็กกินอาหารอื่น ๆ นอกจากนมแม่ เป็นในเรื่องของความเชื่อ ทัศนคติ ซึ่งพบว่าส่วนหนึ่งเชื่อว่าเหตุผลดังกล่าวถูกต้อง เช่น การที่เด็กกินน้ำเชื่อว่าเป็นการกินน้ำเพื่อล้างปาก หรือการที่เด็กได้กินน้ำผลไม้ หรืออาหารอ่อนเพื่อเป็นการเสริมอาหาร /วิตามิน และสร้างความคุ้นเคยให้กับเด็ก หรือคิดว่าการที่ลูกกินนมแม่อย่างเดียวจะทำให้ไม่อิ่ม อย่างไรก็ตาม ผู้ดูแลหลักและแม่ส่วนใหญ่ที่ให้ทารกและเด็กได้กินอาหารต่าง ๆ ยังมีความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนในเรื่องของระยะเวลาที่เหมาะสม ในการเริ่มให้กินอาหารเสริมอื่น โดยส่วนใหญ่เริ่มอาหารเสริมต่าง ๆ ในเดือนที่ 3 และเดือนที่ 4 ซึ่งเชื่อตามโบราณว่าเด็กอายุประมาณ 3-4 เดือนสามารถกินอาหารอื่น ๆ ได้แล้ว

จากผลการศึกษาด้านปัจจัยด้านบุคคล คือ การศึกษา อาชีพ รายได้ อายุ จำนวนบุตร ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม คือ สถานบริการ แม่หรือผู้ดูแลหลัก พบว่ามีความสัมพันธ์ต่อการตัดสินใจอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.05 จากการศึกษาสรุปได้ว่า จากประชากรกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ผู้ที่ดูแลลูกเป็นหลักคือ แม่ มีอายุระหว่าง 20-29 ปี อยู่ในวัยทำงาน จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษา และมีรายได้คืออยู่ในช่วง 10,001-20,000 บาท จึงมีโอกาสสูงที่ตัดสินใจให้ลูกเริ่มกินนมผสมหรืออาหารอื่น ๆ นอกเหนือจากนมแม่ก่อนอายุ

6 เดือน เนื่องจากแม่ต้องกลับไปทำงานประกอบกับแม่ส่วนใหญ่ที่ตอบแบบสอบถามจะมีลูกจำนวน 1 คน ซึ่งยังขาดประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยการศึกษาเพ็ญรุ่ง นวลแจ่มและคณะ[26] ที่พบว่าระดับการศึกษาปานกลางปวส. มีผลต่อระยะเวลาการตัดสินใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ภัทรพร ชูประพันธ์และคณะ[36] ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน คือ อายุ ระดับการศึกษา ประสบการณ์เป็นอุปสรรคต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการเข้าถึงบริการสาธารณสุข ส่วนปัจจัยที่สามารถร่วมทำนายการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน คือ อายุมากกว่า 26 ปี การศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย/หรือสูงกว่า ลฎาภา ชารีผล[32] พบว่าผลวิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ได้แก่ อายุ การศึกษา อาชีพ รายได้ จำนวนบุตร และจากการศึกษาในประเทศเนปาล[35] ยังพบว่าความสัมพันธ์ระหว่างสถานะการศึกษาของแม่ระดับการศึกษามัธยมหรือสูงกว่าถ้าเทียบกับแม่ที่ไม่มีการศึกษามีผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระยะแรก นอกจากนี้ยังพบว่าแม่ส่วนใหญ่เข้ารับบริการจากสถานบริการโรงพยาบาลของรัฐ ซึ่งจากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่าช่วงระยะเวลาที่แม่หรือผู้ดูแลหลักเริ่มให้ลูกกินอาหารอื่น ๆ นอกเหนือจากนมแม่ แม่ที่เข้ารับบริการโรงพยาบาลเอกชนมีค่าเฉลี่ยของระยะเวลาในการเริ่มให้ลูกกินอาหารอื่น ๆ เร็วกว่าโรงพยาบาลของรัฐ คือ น้ำเปล่าเริ่มกินวันที่ 19 นมผสมเริ่มกินวันที่ 22 อาหารอ่อนเริ่มกินวันที่ 79 และน้ำผลไม้เริ่มกินวันที่ 112 หลังจากคลอด ซึ่งแตกต่างจากโรงพยาบาลของรัฐที่เริ่มให้ลูกเริ่มกินน้ำวันที่ 41 นมผสมเริ่มกินวันที่ 57 น้ำผลไม้เริ่มกินวันที่ 109 และอาหารอ่อนเริ่มกินวันที่ 113 หลักจากคลอด ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสมชาย โอวัฒนาพานิช[15] ที่พบว่าปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจที่ช่วยให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จ ได้แก่ สถานที่ฝากครรภ์ ลำดับลูก ดังนั้น การศึกษา อาชีพ รายได้ อายุ จำนวนบุตร สถานบริการ และแม่หรือผู้ดูแลหลักส่งผลต่อพฤติกรรมการให้อาหารทารก ถ้าแม่และผู้ดูแลหลักได้รับการดูแลที่ดี ถูกต้อง ก็จะส่งผลให้แม่และผู้ดูแลหลักสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้นานขึ้น

3. เหตุผลที่แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน

จากผลของการศึกษาจากแม่จำนวน 15 ราย อายุระหว่าง 25 – 35 ปี การศึกษาระดับปริญญาตรี 12 คน ปริญญาโท 3 คน มีลูกจำนวน 3 คน จำนวน 1 คน มีลูกจำนวน 2 คน จำนวน 5 คน มีลูกจำนวน 1 คน จำนวน 9 คน สามารถวิเคราะห์ได้ว่าเหตุผลความสำเร็จที่จะส่งผลให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนนั้น ประเด็นในเรื่องคิดอย่างไรกับการต้องให้ลูกกินนมแม่ แม่ทุกคนคิดว่านมแม่ดีมีประโยชน์ มีสารอาหารมากมาย มีภูมิคุ้มกัน กินนมแม่ช่วยให้ประหยัด สร้างสายสัมพันธ์ ซึ่งความรู้เรื่องประโยชน์ของนมแม่ส่วนใหญ่แม่จะได้ความรู้มาจาก Social Media และมีความตั้งใจที่จะให้ลูกได้กินแม่ให้ได้นานที่สุด ในช่วงเวลาที่แม่ฝากท้อง ได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ผ่านกระบวนการโรงเรียนพ่อแม่ซึ่งแต่ละโรงพยาบาลจะมีการให้ความรู้ในกระบวนการที่แตกต่างกัน และส่วนหนึ่งได้รับคำแนะนำจากแพทย์ที่เป็นผู้ตรวจครรภ์ และในระหว่างหลังคลอดเมื่ออยู่ระยะฟักฟื้นจะมีบุคลากรสาธารณสุข หรือมิสนมแม่ให้ความ

ช่วยเหลือเพื่อที่แม่จะสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมได้ เมื่อกลับไปอยู่ที่บ้านจะมีบุคคลภายในครอบครัวคอยให้ความช่วยเหลือดูแลในการเลี้ยงลูก ทำให้ลดภาวะเครียดและเหนื่อยล้า และเมื่อมีปัญหาในเรื่องของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คุณแม่จะขอคำแนะนำจากบุคคลรอบข้าง บุคลากรสาธารณสุขคลินิกนมแม่ในการช่วยไขปัญหา ถึงแม้จะมีแม่บางรายที่เริ่มให้ลูกกินนมผสมแทนนมแม่มาจากความวิตกกังวลเพราะน้ำนมยังไหลกลัวลูกไม่ได้รับสารอาหารและเริ่มกินน้ำและกล้วยบดเพราะเชื่อว่ากินได้ ส่วนประเด็นสาเหตุความสำเร็จที่ช่วยให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จนั้น ความตั้งใจ ของแม่และการช่วยเหลือจากบุคคลในครอบครัว บุคลากรสาธารณสุข และเวลา มีส่วนสำคัญที่ช่วยให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้

โดยสรุป เหตุผลสำคัญที่ช่วยให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ประสบความสำเร็จตามที่ตั้งใจ คือ ความตั้งใจของแม่ ที่คิดว่านมแม่ดี มีประโยชน์ บุคลากรสาธารณสุขก็มีส่วนสำคัญ หากแม่ได้รับการเตรียมความพร้อม มีทักษะที่ดีก็จะสร้างความมั่นใจให้กับแม่ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ รวมถึงบุคคลในครอบครัวก็เป็นส่วนประกอบที่สำคัญในการช่วยสนับสนุนแม่ ในการให้นมลูก ช่วยแบ่งเบาภาระงานให้คำแนะนำและเป็นกำลังใจ ทำให้แม่สามารถมีเวลาและลดภาวะเครียด จาการศึกษามารดาที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในจังหวัดนราธิวาสพบว่า ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ความรู้เรื่องประโยชน์ของนมแม่ การทำหน้าที่ของครอบครัว และความตั้งใจของบิดาที่ช่วยเลี้ยงลูกด้วยนมแม่[37] บทความวิชาการพยาบาล พบว่าพยาบาลมีบทบาทสำคัญในการช่วยเหลือแม่โดยการสร้างการรับรู้ ความเข้าใจ และสนับสนุนบุคคลในครอบครัวให้มีความรู้ ช่วยเหลือ แบ่งเบาภาระงานและเป็นกำลังใจให้แม่ ซึ่งต้องมีส่วนร่วมและทำงานเป็นทีมเริ่มตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอดและรพยะหลังคลอด[38]

อภิปรายผลได้ว่าในการที่แม่จะประสบความสำเร็จ แม่ต้องมีทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูกนมแม่และมีความตั้งใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พร้อมทั้งได้รับการสนับสนุนจากบุคคลกร ให้มีการเตรียมความพร้อม มีทักษะ ความรู้ ตลอดจนการได้รับแรงสนับสนุนจากครอบครัวที่มีส่วนช่วยในเรื่องของการแบ่งเบาภาระงานและเป็นกำลังใจและลดภาวะเครียด

สรุปผลการศึกษา

จากการศึกษาครั้งนี้ สามารถสรุปได้ว่าการส่งเสริมให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวจนถึง 6 เดือน โดยไม่มีการให้นมผสม และอาหารอื่น ๆ ก่อนเวลาที่เหมาะสม ยังเป็นคงเป็นความท้าทายของบุคลากรสาธารณสุข ซึ่งจากการสำรวจข้อมูลทำให้ทราบว่าประเด็นที่ต้องการพัฒนา คือ

1. ในการศึกษานี้พบว่าแม่มีความตั้งใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เชื่อว่านมแม่มีสารอาหารที่มีประโยชน์ ประหยัด สร้างสายสัมพันธ์ ซึ่งช่องทางที่แม่หาความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จะพุ่งเป้าไปทาง Social Media เป็นหลักซึ่งข้อมูลบ้าง ซึ่งข้อมูลบางสื่ออาจจะสร้างความกังวลให้กับแม่ได้

2. การให้บริการโรงเรียนพ่อแม่เพื่อเตรียมความพร้อมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ยังให้บริการไม่ทั่วถึงครอบคลุม

3. แม่และผู้ดูแลหลักยังมีทัศนคติ ความเชื่อที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับการกินน้ำ นมผสมของทารก จึงควรมีการให้ความรู้และเปลี่ยนทัศนคติความเชื่อของแม่ให้เข้าใจถึงกลไกล ความต้องการปริมาณน้ำนมของทารกในแต่ละช่วงเวลาและผลกระทบของการกินน้ำ และนมผงก่อนเวลาเหมาะสม

4. แม่และผู้ดูแลหลักยังขาดความรู้ ความเข้าใจ เรื่องความต้องการปริมาณอาหารของทารกในช่วงระยะต่าง ๆ วิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การสังเกตปริมาณน้ำนม อาการแสดงเมื่อทารกกินนมไม่พอ รวมถึงการเตรียมตัวเมื่อต้องกลับไปทำงาน

5. แม่และผู้ดูแลหลักยังขาดความรู้ความเข้าใจเรื่องการเสริมอาหาร หรือการเริ่มกินอาหารตามวัยในช่วงเวลาต่างที่เหมาะสมและถูกต้อง

6. แม่ยังขาดความรู้ และวิธีการในการเตรียมตัวเมื่อต้องกลับไปงาน และการขาดการสนับสนุนจากสถานที่ทำงานเช่น ลักษณะงาน เวลาทำงาน สถานที่ทำงาน และเรื่องอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องอาจไม่เอื้อให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้เมื่อกลับไปทำงานแล้ว

ข้อเสนอแนะเพื่อให้สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จ

จากปัจจัยที่ส่งผลให้แม่ให้อาหารอื่นทดแทนนมแม่ไม่เสอดคล้องกับคำแนะนำขององค์การอนามัยโลก(WHO) นั้น จากปัจจัยดังกล่าว ต้องมีการกำหนดมาตรการช่วยเหลือหรือสนับสนุนเพื่อให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ครบ 6 เดือน ให้สำเร็จ ดังนี้

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ควรมีการผลักดันในการสร้างการรับรู้ เรื่องประโยชน์ ความสำคัญหรือความจำเป็นที่ต้องเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่ในโรงเรียน เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ สร้างความเข้าใจ และมีทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2. ควรมีการผลักดันเรื่องแผนการสอนการเตรียมความพร้อมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ผ่านเรื่องโรงเรียนพ่อแม่ให้ครอบคลุมทั้งภาครัฐ เอกชน รวมถึงคลินิก

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

1. มีหลักสูตร การเรียนการสอนที่ชัดเจนเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2. มีแผนการสอนเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้เป็นในแนวทางเดียวกันและพัฒนาสื่อความรู้เรื่องนมแม่ ที่สามารถเรียนรู้ด้วยตนเองได้

ข้อเสนอแนะงานวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาให้เห็นเป็นหลักฐานเชิงประจักษ์ถึงความแตกต่างของประโยชน์นมแม่และนมผง

2. ควรศึกษาปัจจัยที่ส่งผลให้แม่สามารถลี้ยงลูกด้วยนแม่ได้ยาวนานต่อเนื่องถึง 2 ปีหรือนานกว่านั้น

ข้อจำกัดและข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาในอนาคต

เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้ในพบว่า

1. การจัดเก็บข้อมูลในโรงพยาบาลเอกชนได้ในสัดส่วนที่น้อยเนื่องจากไม่ได้รับอนุญาต

2. การเก็บข้อมูลตัวอย่างศึกษาโรงพยาบาลของรัฐยังไม่กระจายครอบคลุมเนื่องจากการขออนุญาติในการเก็บข้อมูลค่อยข้างยากใช้เวลานาน

3. ข้อมูลในการวิเคราะห์มีการกระจายตัว ในการศึกษาครั้งต่อไปควรเก็บข้อมูลให้ครอบคลุมทุกพื้นที่

บรรณานุกรม

1. ศิราภรณ์ สวัสดิวร. ความจำเพาะของน้ำนม และผลต่อสุขภาพทารก. ใน: นิพรรณพร วรมงคล. คู่มือการอบรมผู้เชี่ยวชาญการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่. พิมพ์ครั้งที่ 2.กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย; 2553. 31-43
2. ยุพยง แห่งเชาวนิช. คู่มือแม่ทำงานเลี้ยงลูกด้วยนมแม่. กรุงเทพฯ: มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย.2557
3. WorldHealthOrganization, Planning Guide for national implementation of the Global Strategy for Infant and Young Child Feeding. 2007.
4. พรณิศา แสนบุญส่ง, วรรณดา มลิวรรณ์. การเลี้ยงลูกด้วยนมแมอ่ย่างมีคุณภาพ: ปัจจัยที่มีอิทธิพล ต่อการเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่และบทบาทของพยาบาลผดุงครรภ์. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยประทุมธานี. [อินเทอร์เน็ต]. 2559; 59(8), 225-235. เข้าถึงได้จาก: http://mis.ptu.ac.th/journal/data/8-2/8-2-24.pdf
5. ศิราภรณ์ สวัสดิวรและคณะ. เรียนรู้นมแม่จากภาพ The Breastfeeding Atlas. 2,000 เล่ม. พิมพ์ครั้งที่1. กรุงเทพฯ: บริษัท ยูเนี่ยน ครีเอชั่น จำกัด. 2555.
6. สมาคมกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย. เลี้ยงลูกด้วยนมแม่. 5,000 เล่ม. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: บริษัทแปลนพับลิสซิ่ง; 2547
7. UNICEF,Alive &Thrive. ผลของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อสุขภาพและพัฒนาการเด็กและการพัฒนาประเทศใน: UNICEF,บรรณาธิการ. การนำเสนอผลการวิจัยและข้อเสนอเชิงนโยบายจาก “The Lancet Breastfeeding Series 2016” . วันที่ ; ณ ห้องประชุมโรงแรมสุโกศล ถนนศรีอยุธยา. กรุงเทพฯ.
8. สำนักงานสถิติแห่ชาติ.การสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรี ในประเทศไทย พ.ศ. 2558-2559. กรงุเทพมหานคร: เท็กซ์แอนด์ เจอร์นัล พับลิเคชั่น; 2556.
9. ชมพูนุท ไทยจินดา, ฐิติกร โตโพธิ์ไทย, นิศาชล เศรษฐไกรกุล, ทักษพล ธรรมรังสี. การปฏิบัติตามนโยบายการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของบุคลากรสาธารณสุข และการทำแผนการตลาดของบริษัทนมผงในสถานพยาบาล ของรัฐภายใตชุดโครงการวิจัยองคความรูเพื่อสนับสนุนการพัฒนานโยบายสางเสริมริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ [อินเทอร์เน็ต]. กรุงเทพฯ. สำนักงานพัฒนานโยบายสุขภาพระหวางประเทศ กระทรวงสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข; 2557 [เข้าถึงเมื่อ26 พฤษภาคม 2563]. เข้าถึงได้จาก: http://ihppthaigov.net/DB/publication/attachresearch/334/chapter1.pdf
10. กองโภชนาการ กรมอนามัย. รายงานการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทย ครั้งที่5. กรุงเทพฯ: องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุ: 2549

11.นิศาชล เศรษฐไกรกุล, ชมพูนุท โตโพธิ์ไทย, ฐิติกร โตโพธิ์ไทย. สุลดัดา พงษอุ์ทธา, วาทินี คุณเผือก, ภูษติ ประคองสาย, และคนอื่นๆ. สถานการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของผู้รับบริการในสถานพยาบาลรัฐ. วารสารวิชาการสาธารณสุข. [อินเทอร์เน็ต]. 2557; 25(4): 657-663. เข้าถึงได้จาก: https://digitaljournals.moph.go.th/tdj/index.php/JHS/article/view/343

12.นิตยา สินสุกใส, ฉวีวรรณ อยู่สำราญ, รุจา ภู่ไพบูลย์. พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในชุมชนชานเมือง. วารสารสภาการพยาบาล. [อินเทอร์เน็ต]. 2557; 29(3): 69-79. เข้าถึงได้จาก: https://he02.tci-thaijo.org/index.php/TJONC/article/view/27079

13.อุษณีย์ จินตะเวช, เทียมศร ทองสวัสดิ์, ลาวัลย์ สมบูรณ์ (2014). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา อย่างเดียวของมารดาหลังคลอด. วรสารสภาพยาบาล. [อินเทอร์เน็ต]. 2555; 41(1): 133-143. เข้าถึงได้จาก: https://he02.tci-thaijo.org/index.php/cmunursing/article/view/33197

14.เจตพล แสงกล้า. ปัจจัยที่มีผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว กรณีศึกษาในเขตกึ่งเมืองกึ่งชนบท จังหวัดกาญจนบุรี. วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (วิจัยประชากรและสังคม) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. 2557; เข้าถึงได้จาก: https://www.li.mahidol.ac.th/e-thesis/population.php

15.สมชาย โอวัฒนาพานิช. รายงานวิจัย เรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วนมแม่ โรงพยาบาลพระนารายณ์มหาราช จังหวัดลพบุรี.2558; [ออนไลน์]. สืบค้นเมื่อ 23 มิถุนายน 2563. จาก http://www.thaipediatrics.org/file_upload/files/10-04-02-57.pdf

16.World Health Organization. Exclusive breastfeeding. 2016 2016 [cited 2016 19 September]; Available from: http://www.who.int/elena/titles/exclusive_breastfeeding/en/

17.วีกิพีเดีย สารุกรมเสรี. นมผง [อินเทอร์เน็ต]. กรุงเทพฯ. วีกิพีเดีย สารุกรมเสรี. 2557; [เข้าถึงเมื่อ10 พ.ย. 2559]. เข้าถึงได้จาก: https://th.wikipedia.org/wiki/นมผง

18.www.breastfeedingthai.com. ให้ลูกกินนมประป๋องแน่ใจหรือ? 2553: www.breastfeedingthai.com

19.อุมาพร สุทัศน์วรวุฒิ, สุภาพรรณ ตันตราชีวธร, and สมโชค คุณสนอง, คู่มืออาหารตามวัยสำหรับทารกและเด็กเล็ก. 2552: โครงการการจัดทำข้อปฏิบัติการให้อาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของทารกและเด็กก่อนวัยเรียน.

20.วีระพงษ์ ฉัตรานนท์. เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ความรู้ สู่การปฏิบัติ. กรุงเทพฯ: กรุงเทพวรสาร; 2547

21.มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย. เวชปฏิบัติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: บียอนด์ เอ็นเทอร์ไพรซ์; 2559

22.ฉันท์ธิกา จันทร์เปีย, นิตยา สินสุกใส. ความรู้พื้นฐานในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ใน: กรรณิการณ์ วิจิตรสุคนธ์, บรรณาธิการ. โครงการตำราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่. กรุงเทพฯ. ห้างหุ่นส่วนจำกัด พรี-วัน; 2557. 63-94

23.สุอารีย์ อ้นตระการ. ความรู้พื้นฐานสู่ความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่. ใน: นิพรรณพร วรมงคล. คู่มือการอบรมผู้เชี่ยวชาญการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่. พิมพ์ครั้งที่ 2.กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย; 2553. 44-78

24.มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย. คู่มือการจัดตั้งมุมนมแม่ในสถานประกอบการ. 5,000 เล่ม. พิมพ์ครั้งที่1. กรุงเทพฯ: พีอีเอ็น ครีเอชั่น. 2562

24.สุดาภรณ์ พยัคฆเรือง. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนม ใน: กรรณิการณ์ วิจิตรสุคนธ์, บรรณาธิการ. โครงการตำราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่. กรุงเทพฯ. ห้างหุ้นส่วนจำกัด พรี-วัน; 2557. 21-33

26.เพ็ญรุ่ง นวลแจ่มและคณะ. ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมและระยะเวลา การเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาของมารดาในเขตภาษีเจริญ. ศูนยวิจัยเพื่อพัฒนาชุมชน มหาวิทยาลัยสยาม. [อินเทอร์เน็ต]. 2556; เข้าถึงได้จาก http://rcfcd.com/?p=2121

27.พรณิศา แสนบุญส่ง,วรรณดา มลิวรรณ์. การเลี้ยงลูกด้วยนมแมอย่างมีคุณภาพ: ปัจจัยที่มีอิทธิพล ต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และบทบาทของพยาบาลผดุงครรภ์. วรสารวิชาการมหาวิทยลัยศรีปทุม. 2559; 8(2), 225-237

28.ธัญลักษณ์ บรรลิขิตกุล. การส่งเสริมมารดาที่ทำางานนอกบ้านให้สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาต่อเนื่องได้. วาร สารสภากาชาดไทย. [อินเทอร์เน็ต]. 2556; 6(2),1-11. เข้าถึงได้จาก: https://he02.tci-thaijo.org/index.php/trcnj/article/view/39957

29.สมพงษ์ ชัยโอภานนท์. ปัจจัยที่มีผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ในจังหวัดนนทบุรี. วารสารสมาคมเวชศาสร์ป้องกันแห่งประเทศไทย [อินเทอร์เน็ต]. 2559; 6(2), 97-108. เข้าถึงได้จาก: https://digitaljournals.moph.go.th/tdj/index.php/JPMA/article/view/3771/3543

30.อุษณีย์ จินตะเวชและคณะ. (2014). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวของมารดาหลังคลอด. Nursing Journal. [อินเทอร์เน็ต]. 2555; 41(1),133-143. เข้าถึงได้จาก:https://pdfs.semanticscholar.org/2635/a7c1e21f63e1cb9123b7fda7c555da9fa875.pdf

31.ธิติมา เงินมากและสุพาณี บุญโยม. ปัจจัยและพฤติกรรมที่มีผลต่อการเลือกอาหารตามวัยแก่ทารกอายุ 6-12 เดือนของผู้เลี้ยงดูที่มารับบริการในโรงพยาบาลมหาวทิยาลัยนเรศวร. นเรศวรวิจัย ครั้งที่ 12: วิจัยและนวัตกรรมกับการพัฒนาประเทศ. เข้าถึงไดจาก: http://conference.nu.ac.th/nrc12/downloadPro.php?pID=80&file=80.pdf

32.ลฎาพร ชาลีผล.ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนของมารดาหลังคลอด ในเขตตำบลกำแพง อำเภออุทุมพรพิสัย จังหวัดศรีสะเกษ. เข้าถึงได้จาก: https://gsbooks.gs.kku.ac.th/57/grc15/files/mmp73.pdf

33.อรพร ดำรงวงศ์ศิริ และคณะ. พฤติกรรมการให้อาหารแก่ทารกที่มารับบริการที่คลินิกเด็ก สุขภาพดี. คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี. วารสารกุมารเวชศาสตร์. [อินเทอร์เน็ต]. 2556; เล่ม 52, 324-35. เข้าถึงได้จาก: http://www.thaipediatrics.org/file_upload/files/10-04-02-57.pdf

34.ธิติมา เงินมากและสุพาณี บุญโยม. ปัจจัยและพฤติกรรมที่มีผลต่อการเลือกอาหารตามวัยแก่ทารกอายุ 6-12 เดือน ของผู้เลี้ยงดูที่มารับบริการในโรงพยาบาลมหาวทิยาลัยนเรศวร. นเรศวรวิจัย ครั้งที่ 12: วิจัยและนวัตกรรมกับการพัฒนาประเทศเข้าถึงได้จาก: http://conference.nu.ac.th/nrc12/downloadPro.php?pID=80&file=80.pdf

35.JoukarF, TaherriEzbaramiZ, and YeganeMR, Situation of Supplementary Feeding in 6-12 Month Old Children in Ilam. Journal of Faculty of Nursing and Midwifery, Tehran University of Medical Sciences, 2008.

36. ภัทรพร ชูประพันธ์, วีณา เที่ยงธรรม, ปาหนัน พิชยภิญโญ. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ของแม่ในเขตภาคกลางตอนล่าง. นเรศวรวิจัย ครั้งที่ 12: วิจัยและนวัตกรรมกับการพัฒนาประเทศ. เข้าถึงได้จาก: http://conference.nu.ac.th/nrc12/downloadPro.php?pID=80&file=80.pdf

37.ธิดารัตน์ หวังสวัสดิ์, นันทากาเลี่ยง, อนงค์ ภิบาล, รัตนา ใจสมคม, วนิสา หะยีเซะ. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ของมารดาในจังหวัดนราธิวาส. พยาบาลสาร. [อินเทอร์เน็ต]. 2557; 41(ฉบับพิเศษ): 123-133. เข้าถึงได้จาก: https://he02.tci-thaijo.org/index.php/cmunursing/article/view/32715/27882

38.นวพร มามาก, กมลรัตน์ เทอร์เนอร์.บทบาทพยาบาลกับการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสามีหรือญาติเพื่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่. วารสารกองพยาล. [อินเทอร์เน็ต]. 2559; 43(3): 115-126. เข้าถึงได้จาก: https://digitaljournals.moph.go.th/tdj/index.php/JND/article/view/3132/2865

ภาคผนวก

รหัสแบบสอบถาม..... ชื่อผู้เก็บข้อมูล.....

โรงพยาบาลที่เก็บข้อมูล.....จังหวัดที่เก็บข้อมูล.....

แบบสอบถาม โครงการ: การศึกษาช่วงเวลาและปัจจัยสำคัญในการเริ่มต้นเลี้ยงลูกด้วยนมผงหรืออาหารอื่น

ส่วนที่ 0 คำถามกรองกลุ่มตัวอย่าง

0.1. วันเกิดของทารก .....(เกิดตั้งแต่วันที่ 1 ต.ค. 2555 เป็นต้นไป)
(เอาเด็กอายุแรกเกิด ถึง 3 ปีที่กินนมผง และ/ หรืออาหารอื่นในช่วง 6 เดือนแรก)

0.2. เด็กกินนมผง และ/ หรืออาหารอื่น เช่น ผลไม้บด, ข้าวบด ในช่วงอายุแรกเกิดถึง 6 เดือนแรก หรือไม่

☐ 1.กิน (ถามต่อข้อ 0.3) ☐ 2.ไม่กิน (จบการสัมภาษณ์)

0.3. ท่านเป็น **แม่** หรือ เป็น **ผู้ดูแลหลัก** ของเด็กคนนี้หรือไม่

☐ 1.ใช่ (ถามต่อ) ☐ 2.ไม่ใช่ (จบการสัมภาษณ์)

****

ส่วนที่ 1 ข้อมูลเรื่องผู้ดูแลหลัก

1.1. ความสัมพันธ์ของท่านกับเด็ก

☐ 1. แม่
☐ 2. พ่อ
☐ 3. ปู่-ย่า/ ตา-ยาย
☐ 4. ลุง-ป้า/ น้า-อา
☐ 5. ญาติอื่นๆ
☐ 6.รับจ้างเลี้ยง (ไม่มีความสัมพันธ์ทางญาติ)
☐ 7. อื่นๆ (โปรดระบุ) (1.1.7).....

1.2. ใครคือผู้ดูแลหลักของเด็กคนนี้

☐ 1.แม่
☐ 2. พ่อ
☐ 3. ปู่-ย่า/ ตา-ยาย
☐ 4.ลุง-ป้า/ น้า-อา
☐ 5. ญาติอื่นๆ
☐ 6.รับจ้างเลี้ยง (ไม่มีความสัมพันธ์ทางญาติ)
☐ 7. อื่นๆ (โปรดระบุ)(1.2.7) .....

1.3. เด็กคนนี้มีผู้ดูแลหลักคนเดียวตลอดตั้งแต่แรกเกิด-ปัจจุบันหรือไม่

☐ ใช่ มีผู้ดูแลหลักคนเดียวตั้งแต่เกิด-ปัจจุบัน (ข้ามไปข้อ 1.7)

☐ ไม่ใช่ มีการเปลี่ยนผู้ดูแลหลัก

1.4. มีการเปลี่ยนผู้ดูแลหลักเมื่อเด็กอายุ.....เดือน

1.5. ในกรณีที่เปลี่ยนผู้ดูแลหลัก เปลี่ยนจากใคร เป็นใคร

1.5.1 ผู้ดูแลหลักเดิม	**1.5.2 ผู้ดูแลหลักใหม่**
☐ 1.แม่	☐ 1.แม่
☐ 2. พ่อ	☐ 2. พ่อ
☐ 3. ปู่-ย่า/ ตา-ยาย	☐ 3. ปู่-ย่า/ ตา-ยาย
☐ 4.ลุง-ป้า/ น้า-อา	☐ 4.ลุง-ป้า/ น้า-อา
☐ 5. ญาติอื่นๆ	☐ 5. ญาติอื่นๆ
☐ 6.รับจ้างเลี้ยง (ไม่มีความสัมพันธ์ทางญาติ)	☐ 6.รับจ้างเลี้ยง (ไม่มีความสัมพันธ์ทางญาติ)
☐ 7. อื่นๆ ระบุ(1.5.1.7).....	☐ 7. อื่นๆ ระบุ (1.5.2.7).....

1.6. เหตุใดจึงเปลี่ยนผู้ดูแลหลัก

☐ 1.แม่ซึ่งเป็นผู้ดูแลหลักคนเดิม ต้องกลับไปทำงาน

☐ 2.อื่นๆ ระบุ (1.6.1).....

1.7. โดยปกติ **แม่** ได้อยู่กับเด็กคนนี้บ่อยเพียงใด

☐ 1. ทุกวัน

☐ 2. 5-6 วัน/ สัปดาห์

☐ 3. 3-4 วัน/ สัปดาห์

☐ 4. 1-2 วัน/ สัปดาห์

☐ 5. อื่นๆ ระบุ(1.7.5).....

1.8. บิดา และมารดาของเด็ก อยู่ด้วยกันหรือไม่

☐ 1.อยู่ด้วยกัน

☐ 2. ไม่ได้อยู่ด้วยกัน (อยู่คนละที่)

☐ 3. พ่อ หรือ แม่เลี้ยงเดี่ยว (หย่าร้าง หรือ ม่าย)

☐ 4.อื่นๆ ระบุ(1.8.5).....

1.9. ใครเป็นผู้รับผิดชอบค่าใช้จ่ายต่างๆ ของเด็ก เช่น ค่านม ค่าอาหาร ค่าพบแพทย์ ค่าเสื้อผ้า ฯลฯ

☐ 1.พ่อและแม่ของเด็ก

☐ 2.พ่อ หรือแม่เพียงคนเดียว

☐ 3.ทุกคนในครอบครัว (พ่อ แม่ ปู่ย่า ตายาย)

☐ 4.อื่นๆ โปรดระบุ(1.9.5).....

ส่วนที่ 2 ประวัติ และการกินนมของทารก

ข้อมูลทั่วไปของเด็ก คนปัจจุบัน

2.1. เพศ ☐ 1.ชาย ☐ 2.หญิง

2.2. เด็กคนนี้เป็นลูกคนที่ ..... ของแม่

2.3. ในกรณีที่ลูกคนนี้ไม่ใช่ลูกคนแรก สอบถามประวัติของลูกคนก่อนหน้าเพิ่มเติม (นับลูกคนก่อนหน้าขึ้นไป 2 คน)

2.3.1 ลูกคนที่ ..... 2.3.2 อายุ.....ปี 2.3.3 กินนมแม่.....เดือน 2.3.4 กินนมผง.....เดือน

2.3.5 ลูกคนที่ ..... 2.3.6 อายุ.....ปี 2.3.7 กินนมแม่.....เดือน 2.3.8 กินนมผง.....เดือน

2.4. คลอดที่ไหน ชื่อโรงพยาบาล (2.4.1) .....จังหวัด (2.4.2).....

2.5. ประเภทโรงพยาบาล

☐ 1.โรงพยาบาลรัฐบาล

☐ 2.โรงพยาบาลเอกชน

☐ 3.อื่นๆ เช่น รพสต. (2.5.3) .....

2.6. **<u>ในช่วงตั้งครรภ์</u>** ลูกคนนี้ แม่ตั้งใจจะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หรือนมผง ในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด

☐ 1.ไม่ได้คิด (ข้ามไปข้อ 2.8)

☐ 2.ตั้งใจจะเลี้ยงด้วยนมแม่ เป็นเวลา (2.6.2)..... เดือน เพราะ (2.6.4).....

.....

☐ 3.ตั้งใจจะเลี้ยงด้วยนมผง เพราะ(2.6.4).....

☐ 4.ตั้งใจจะเลี้ยงด้วยนมผงผสมนมแม่ เพราะ(2.6.4).....

☐ 6.อื่นๆ (2.6.3)..... เพราะ(2.6.4).....

☐ 7.ไม่ทราบ (ข้ามไปข้อ 2.8)

2.7. **<u>ในช่วงตั้งครรภ์</u>** เหตุใดแม่จึงตั้งใจจะเลี้ยงลูกด้วย นมแม่/ นมผงในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

2.7.1 นมแม่ เพราะ	**2.7.2 นมผง เพราะ**
☐ 1.ช่วยให้แม่ฟื้นตัวเร็วหลังคลอด	☐ 1.กังวลว่านมแม่มีสารอาหารไม่พอ
☐ 2.ทำให้ลูกมีสุขภาพแข็งแรง สร้างภูมิคุ้มกัน	☐ 2.แม่มีปัญหาสรีระทรวงอก เช่น หัวนมบอด หัวนมแตก
☐ 3.นมแม่มีสารอาหารครบถ้วน	☐ 3.แม่มีปัญหาสุขภาพ เช่น ป่วย ต้องทานยา หรือมีโรคประจำตัว
☐ 4.ประหยัด	☐ 4.เลี้ยงลูกคนก่อนด้วยนมผงแล้วลูกแข็งแรง
☐ 5.นมแม่สะอาด	☐ 5.แม่ต้องกลับไปทำงาน /กลับไปเรียน
☐ 6.ไม่ทำให้ลูกเกิดการแพ้	☐ 6.กลัวลูกติดนมแม่
☐ 7.ลูกคนก่อนกินนมแม่แล้วสุขภาพแข็งแรงกว่าลูกคนนี้ที่กินนมผง	☐ 7.นมผงมีสารอาหารที่จำเป็นต่อพัฒนาการ
☐ 8.นมแม่มีความรัก ความผูกพันธ์	☐ 8.นมผงช่วยสร้างภูมิคุ้มกันให้แก่ลูก
☐ 9. เป็นของธรรมชาติ	☐ 9.นมผงสะดวก ในการพกพา และการให้นมในที่สาธารณะ
☐ 10.อื่นๆ ระบุ (2.7.1.10.1)	☐ 10.แม่ไม่เจ็บหัวนม ช่วยรักษาทรงแม่ไม่ให้หย่อนยาน
.....	☐ 11.นมผงสะอาด ปลอดภัย
.....	☐ 12.อื่นๆ (โปรดระบุ) (2.7.2.12.1)
.....	.....
.....	.....
.....	

2.8. **<u>เมื่อเด็กเกิด</u>** ตั้งแต่แรกเกิด - 6 เดือนแรกหลังคลอด เด็กได้กิน **<u>นมแม่</u>** หรือไม่

☐ 1.ไม่กินนมแม่เลยตั้งแต่เกิด (ข้ามไปข้อ 2.10)

☐ 2. เคยกินนมแม่ แต่หยุดกินแล้ว

☐ 3.กินนมแม่ และปัจจุบันยังกินนมแม่อยู่

☐ 4.อื่นๆ ระบุ (2.8.4).....

2.9. หากเด็กเคยกินนมแม่ โปรดระบุช่วงเวลาที่เริ่มกินนมแม่ และหยุดกินนมแม่

2.9.1 เวลาที่เริ่มกิน..... (วันที่เท่าไหร่ หลังคลอด)

2.9.2 เวลาที่หยุดกิน.....(ระบุวัน/ เดือน)

****หากเด็กยังกินนมแม่อยู่จนปัจจุบัน โปรดใส่ "_____" ในช่อง เวลาที่หยุดกิน*******

2.9.3 อื่นๆ ระบุ.....

2.10. **<u>เมื่อเด็กเกิด</u>** ตั้งแต่แรกเกิด - 6 เดือนแรกหลังคลอด เด็กได้กิน **<u>นมผง</u>** หรือไม่

☐ 1.ไม่กินนมผงเลยตั้งแต่เกิด (ข้ามไปข้อ 2.15)

☐ 2. เคยกินนมผง แต่หยุดกินแล้ว

☐ 3.กิน และปัจจุบันยังกินนมผงอยู่

☐ 4.อื่นๆ ระบุ (2.10.4).....

2.11. หากเด็กเคยกินนมผง โปรดระบุช่วงเวลาที่เริ่มกินนมผง และหยุดกินนมผง

2.11.1 เวลาที่เริ่มกิน..... (วันที่เท่าไหร่ หลังคลอด)

2.11.2 เวลาที่หยุดกิน.....(ระบุวัน/ เดือน)

****หากเด็กยังกินนมผงอยู่จนปัจจุบัน โปรดใส่ " ------- " ในช่อง เวลาที่หยุดกิน*******

2.11.3 อื่นๆ ระบุ.....

2.12. เพราะเหตุใด จึงให้เด็กคนนี้ **<u>กินนมผง</u>** ในช่วง 6 เดือนแรก **(เลือกเหตุผลสำคัญที่สุดเพียง 1 ข้อ)**

☐ 1.แม่คิดว่าน้ำนมมีไม่เพียงพอ

2.12.1.1 ปริมาณที่ออกแต่ละครั้ง.....ออนซ์ 2.12.1.2 ปั๊มจำนวน.....ครั้ง/ วัน

☐ 2.แม่มีปัญหาสรีระทรวงอก เช่น หัวนมบอด หัวนมแตก (ข้ามไป 2.15)

☐ 3.กังวลว่านมแม่มีสารอาหารไม่พอ (ข้ามไป 2.15)

☐ 4.แม่มีปัญหาสุขภาพ เช่น ป่วย ต้องทานยา หรือมีโรคประจำตัว (ข้ามไป 2.15)

☐ 5.ช่วงแรก นมแม่ยังไม่มา เลยให้นมผง (ข้ามไป 2.15)

☐ 6.เลี้ยงลูกคนก่อนด้วยนมผงแล้วลูกแข็งแรง (ข้ามไป 2.15)

☐ 7.แม่ต้องกลับไปทำงาน /กลับไปเรียน (ข้ามไป 2.15)

☐ 8.สถานที่ทำงานไม่เอื้ออำนวยให้ลูกกินนมแม่ (ข้ามไป 2.15)

☐ 9. ที่ทำงานไม่มีนโยบายสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (ข้ามไป 2.15)

☐ 10.แม่ไม่ได้อยู่กับลูก (ข้ามไป 2.15)

☐ 11.กลัวลูกติดนมแม่ (ข้ามไป 2.15)

☐ 12.โรงพยาบาลที่คลอดให้นมผงลูกตั้งแต่เกิด (ข้ามไป 2.15)

☐ 13.ไม่สะดวกให้นมในที่สาธารณะ (ข้ามไป 2.15)

☐ 14.ผู้ดูแลหลักให้กิน (ข้ามไป 2.15)

☐ 15.คนที่ช่วยเลี้ยง เช่น ปู่ ย่า ตา ยาย ลุง ป้า น้า อา ให้กิน

☐ 16 อื่นๆ (โปรดระบุ) (ข้ามไป 2.15) (2.12.16.1).....

2.13. (เฉพาะผู้ที่เลือกข้อ 1 ในข้อ 2.12) อาการที่ทำให้แม่คิดว่าตนเองมีน้ำนมไม่พอ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☐ 1.ทารกปัสสาวะน้อย

-ผ้าอ้อมสำเร็จรูปไม่หนักเมื่อเปลี่ยน

-เปลี่ยนผ้าอ้อมสำเร็จรูป น้อยกว่าวันละ 4 ชิ้น

-หากใช้ผ้าอ้อมผ้า ผ้าอ้อมไม่เปียกชุ่ม

-เปลี่ยนผ้าอ้อมผ้าน้อยกว่า 6 ผืนต่อ 24 ชั่วโมง

☐ 2.ปัสสาวะของทารกมีสีเหลืองเข้ม

☐ 3.อุจจาระแข็ง

☐ 4.อุจจาระเป็นสีเข้ม ไม่เป็นสีเหลืองทอง

☐ 5.ทารกถ่ายน้อย :อายุน้อยกว่า 1 เดือน ไม่ถ่ายทุกครั้งหลังกินนม, อายุมากกว่า 1 เดือน ถ่ายน้อยกว่า 3 ครั้ง/วัน

☐ 6.ลูกดูดนมไม่สม่ำเสมอ

☐ 7.ลูกมีอาการหงุดหงิด กระสับกระส่าย

☐ 8.น้ำหนักทารกต่ำกว่าเกณฑ์

☐ 9.สีผิวของลูกเหลืองขึ้น

☐ 10.ผิวลูกยังดูย่นอยู่หลังจากผ่านไปหนึ่งสัปดาห์

☐ 11.ไม่มีอาการเหล่านี้ แต่ยังกังวลว่านมไม่พอ เพราะลูกแสดงอาการต่างๆ เช่น

.....

.....

.....

☐ 12.อื่นๆ.....

.....

2.14. จากข้อ 2.12 เมื่อน้ำนมแม่น้อยลง แม่ได้ทำอะไรบ้างเพื่อเรียกน้ำนม

☐ 1.กินอาหารเรียกน้ำนม คือ 2.14.1..... 2.14.2 เป็นเวลา..... วัน 2.14.3 วันละ.....มื้อ

☐ 2.ประคบน้ำอุ่น

☐ 3.ปรึกษาแพทย์ / พยาบาล

☐ 4.ปรึกษาคนที่เคยมีลูกมาก่อน

☐ 5.หาข้อมูลการเรียกน้ำนมจากสื่อต่างๆ

☐ 6.อื่นๆ ระบุ (2.14.6).....

☐ 7.ไม่ได้ทำอะไร

2.15. **<u>เมื่อเด็กเกิด</u>** ตั้งแต่แรกเกิด - 6 เดือนแรกหลังคลอด เด็กได้กิน **<u>น้ำเปล่า</u>** หรือไม่

☐ 1.ไม่กินน้ำเปล่าเลยตั้งแต่เกิด (ข้ามไปข้อ 2.19)

☐ 2. เคยกินน้ำเปล่า แต่หยุดกินแล้ว

☐ 3.กิน และปัจจุบันยังกินน้ำเปล่าอยู่

☐ 4.อื่นๆ ระบุ(2.15.4).....

2.16. หากเด็กเคยกินน้ำเปล่า โปรดระบุช่วงเวลาที่เริ่มกินน้ำเปล่าและหยุดกินน้ำเปล่า

2.16.1 เวลาที่เริ่มกิน..... (วันที่เท่าไหร่ หลังคลอด)

2.16.2 เวลาที่หยุดกิน.....(ระบุวัน/ เดือน)

****หากเด็กยังกินน้ำเปล่าอยู่จนปัจจุบัน โปรดใส่ "_____" ในช่อง เวลาที่หยุดกิน*******

2.16.3 อื่นๆ ระบุ.....

2.17. ปริมาณที่กิน .....ออนซ์/ วัน

2.18. สาเหตุที่ท่านให้เด็กกิน **<u>น้ำเปล่า</u>** ในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☐ 1.กินน้ำเปล่าเพื่อล้างปาก

☐ 2.คิดว่าการกินน้ำเป็นเรื่องปกติ

☐ 3.ทำให้ลูกตัวไม่เหลือง

☐ 4.เพราะผู้ดูแลหลักให้เด็กกิน

☐ 5.ช่วยการขับถ่าย

☐ 6.ทำให้ผิวชุ่มชื้น

☐ 7.ผู้ดูแลหลักให้กิน

☐ 8.คนที่ช่วยดูแล เช่น ปู่ ย่า ตา ยาย ให้กิน

☐ 9.อื่นๆ (โปรดระบุ) (2.18.9.1).....

.....

2.19. **<u>เมื่อเด็กเกิด</u>** ตั้งแต่แรกเกิด - 6 เดือนแรกหลังคลอด เด็กได้กิน **<u>น้ำผลไม้/ของเหลวอื่น</u>** หรือไม่

☐ 1.ไม่กิน น้ำผลไม้/ของเหลวอื่น เลยตั้งแต่เกิด (ข้ามไปข้อ 2.23)

☐ 2. เคยกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่น แต่หยุดกินแล้ว

☐ 3.กิน และปัจจุบันยังกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่น อยู่

☐ 4.อื่นๆ ระบุ(2.19.4).....

2.20. หากเด็กเคยกิน **<u>น้ำผลไม้/ของเหลวอื่น</u>** โปรดระบุช่วงเวลาที่เริ่มกินและหยุดกิน

2.20.1 เวลาที่เริ่มกิน..... (วันที่/ เดือนที่ เท่าไหร่ หลังคลอด)

2.20.2 เวลาที่หยุดกิน.....(ระบุวัน/ เดือน)

****หากเด็กยังกินน้ำผลไม้/ของเหลวอื่น อยู่จนปัจจุบัน โปรดใส่ " ---- " ในช่อง เวลาที่หยุดกิน*******

2.20.3 อื่นๆ ระบุ.....

2.21. ปริมาณที่กิน .....ออนซ์/ วัน **ในช่วง 6 เดือนแรก**

2.22. สาเหตุที่ท่านให้เด็กกิน **<u>น้ำผลไม้/ของเหลวอื่น</u>** ในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☐ 1.คิดว่าการกินนมอย่างเดียวทำให้เด็กไม่อิ่ม

☐ 2.เพื่อเพิ่มวิตามิน/ สารอาหารให้เด็ก

☐ 3.เพื่อให้เด็กชิน และสามารถกินน้ำ ผลไม้ และอาหารอื่นได้ง่ายขึ้นเมื่อเด็กโตขึ้น

☐ 4.เพราะ **<u>หมอ/ พยาบาล</u>** แนะนำว่าเด็กอายุต่ำกว่า 6 เดือนควรกินน้ำผลไม้เพิ่ม

☐ 5.เพราะมีคนแนะนำว่าเด็กอายุต่ำกว่า 6 เดือนควรกินน้ำผลไม้เพิ่ม

☐ 6.เพราะเห็นเด็กคนอื่นในวัยเดียวกันกินน้ำผลไม้

☐ 7.เพราะผู้ดูแลหลักให้เด็กกิน

☐ 8.เพราะคนที่ช่วยเลี้ยง เช่ทน ปู่ ย่า ตา ยาย ให้เด็กกิน

☐ 9.อื่นๆ ระบุ .....

2.23. **<u>ในช่วงแรกเกิด - 6 เดือนแรกหลังคลอด</u>** เด็กได้กิน **<u>อาหารอ่อน</u>** เช่น ข้าวบด ฟักทองบด ซีรีแล็ค กล้วยบด หรือไม่

☐ 1.ไม่กิน อาหารอ่อน เลยตั้งแต่เกิด (ข้ามไปข้อ 2.29)

☐ 2. เคยกินอาหารอ่อน แต่หยุดกินแล้ว

☐ 3.กิน และปัจจุบันยังกินอาหารอ่อน อยู่

☐ 4.อื่นๆ ระบุ(2.22.4).....

2.24. หากเด็กเคยกิน **<u>อาหารอ่อน</u>** โปรดระบุช่วงเวลาที่เริ่มกินและหยุดกิน

2.23.1 เวลาที่เริ่มกิน..... (วันที่/ เดือนที่ เท่าไหร่ หลังคลอด)

2.23.2 เวลาที่หยุดกิน.....(ระบุวัน/ เดือน)

****หากเด็กยังกินอาหารอ่อน อยู่จนปัจจุบัน โปรดใส่ " ----- " ในช่อง เวลาที่หยุดกิน*******

2.23.3 อื่นๆ ระบุ.....

2.25. อาหารอ่อนที่กิน ข้าวบด / ฟักทองบด/ ผักต่างๆ บด/ เนื้อสัตว์บด / ไข่บด/.....
(วงกลม อาหารที่กิน หรือเติมรายการอาหารในเส้นประ)

2.26. ปริมาณที่กิน .....ช้อนชา/ ช้อนโต๊ะ/ ทัพพี/ วัน ในช่วง 6 เดือนแรก

2.27. กล้วยบด หรือ ผลไม้อื่นบด เช่น (2.27.1).....ปริมาณที่กิน (2.27.2).....ผล/ วัน
(วงกลม อาหารที่กิน หรือเติมรายการอาหารในเส้นประ)

2.28. สาเหตุที่ท่านให้เด็กกิน **<u>อาหารอ่อน</u>** ในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☐ 1.คิดว่าการกินนมอย่างเดียวทำให้เด็กไม่อิ่ม

☐ 2.คิดว่าเด็กโตแล้ว สามารถรับประทานอาหารได้

☐ 3.เพื่อให้เด็กเกิดความคุ้นชินกับการกินอาหาร

☐ 4.เพราะ **<u>หมอ/ พยาบาล</u>** แนะนำว่าเด็กอายุต่ำกว่า 6 เดือนสามารถกินอาหารอ่อนได้

☐ 5.เพราะมีคนแนะนำว่าเด็กอายุต่ำกว่า 6 เดือนสามารถกินอาหารอ่อนได้

☐ 6.เพราะเห็นเด็กคนอื่นในวัยเดียวกันกินอาหารอ่อน

☐ 7.เพราะผู้ดูแลหลักให้เด็กกิน

☐ 8. .เพราะคนที่ช่วยเลี้ยง เช่น ปู่ ย่า ตา ยาย ให้เด็กกิน

☐ 9.อื่นๆ ระบุ.....
.....
.....

2.29. **<u>เมื่อเด็กเกิด</u>** ตั้งแต่แรกเกิด - 6 เดือนแรกหลังคลอด เด็กได้กิน **<u>อาหารแข็ง</u>** (อาหารที่ต้องเคี้ยว) เช่น ข้าว หมูสับหรือไม่

☐ 1.ไม่กิน อาหารแข็ง เลยตั้งแต่เกิด (ข้ามไปส่วนที่ 3)

☐ 2. เคยกินอาหารแข็ง แต่หยุดกินแล้ว

☐ 3.กิน และปัจจุบันยังอาหารแข็ง อยู่

☐ 4.อื่นๆ ระบุ(2.29.4).....

2.30. หากเด็กเคยกิน **<u>อาหารแข็ง</u>** โปรดระบุช่วงเวลาที่เริ่มกินและหยุดกิน

2.30.1 เวลาที่เริ่มกิน..... (วันที่/ เดือนที่ เท่าไหร่ หลังคลอด)

2.30.2 เวลาที่หยุดกิน.....(ระบุวัน/ เดือน)

****หากเด็กยังกินอาหารแข็ง อยู่จนปัจจุบัน โปรดใส่ "_____" ในช่อง เวลาที่หยุดกิน*******

2.30.3 อื่นๆ ระบุ.....

2.31. ปริมาณที่กิน .....ช้อนชา/ ช้อนโต๊ะ/ ทัพพี/ วัน ในช่วง 6 เดือนแรก

2.32. สาเหตุที่ท่านให้เด็กกิน **<u>อาหารแข็ง</u>** ในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☐ 1.คิดว่าการกินนมอย่างเดียวทำให้เด็กไม่อิ่ม
- ☐ 2.คิดว่าเด็กโตแล้ว สามารถรับประทานอาหารได้
- ☐ 3.เพื่อให้เด็กเกิดความคุ้นชินกับการกินอาหาร
- ☐ 4. **<u>หมอ/ พยาบาล</u>** แนะนำว่าเด็กอายุต่ำกว่า 6 เดือนสามารถกินอาหารอ่อนได้
- ☐ 5.มีคนแนะนำว่าเด็กสามารถกินอาหารแข็งได้
- ☐ 6.เห็นเด็กคนอื่นในวัยเดียวกันกิน
- ☐ 7.เพราะผู้ดูแลหลักให้เด็กกิน
- ☐ 8. คนที่ช่วยเลี้ยง เช่น ปู่ ย่า ตา ยาย ให้เด็กกิน
- ☐ 9.อื่นๆ ระบุ.....
  .....

ส่วนที่ 3 การตัดสินใจ

3.1. ผู้ตัดสินใจให้นมผง น้ำ และอาหารอื่น เพื่อเสริม/ แทนนมแม่คือใคร (ระบุเพียง 1 คนที่สำคัญที่สุด)

- ☐ 1. แม่
- ☐ 2. พ่อ
- ☐ 3. ปู่-ย่า/ ตา-ยาย
- ☐ 4. ลุง-ป้า/ น้า-อา
- ☐ 5. พี่เลี้ยง
- ☐ 6. หมอ/พยาบาล
- ☐ 7.อื่นๆ (โปรดระบุ).....
  .....

ส่วนที่ 4 ทัศนคติ

4.1. ท่านคิดว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นเรื่องยากหรือไม่ เพราะอะไร

- ☐ 1.ยาก (ตอบข้อ 4.2)
- ☐ 2.ไม่ยาก (ตอบข้อ 4.3)
- ☐ 3.มีทั้งส่วนที่ยาก และง่าย (ตอบข้อ 4.2 และ 4.3)
- ☐ 4.อื่นๆ.....

4.2. ส่วนที่ **ยาก** ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)	4.3. ส่วนที่ **ไม่ยาก** ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
☐ 1.ไม่มีน้ำนม/ น้ำนมน้อยกว่าปริมาณที่ลูกต้องการกิน ☐ 2.กังวลว่านมแม่มีสารอาหารไม่พอ ☐ 3.แม่ต้องกลับไปทำงาน/ กลับไปเรียน ☐ 4.แม่ไม่ได้อยู่กับลูก ☐ 5.แม่มีปัญหาสรีระทรวงอก เช่น หัวนมบอด หัวนมแตก ☐ 6.แม่มีปัญหาสุขภาพ เช่น ป่วย ต้องทานยา หรือมีโรคประจำตัว ☐ 7.สถานที่ทำงานไม่เอื้ออำนวยให้ลูกกินนมแม่ ☐ 8.ไม่สะดวกให้นมในที่สาธารณะ ☐ 9.โรงพยาบาลที่คลอด ให้แยกแม่-แยกลูกตั้งแต่ตอนคลอด ☐ 10.อื่นๆ ระบุ.....	☐ 1.ไม่ต้องเตรียมอุปกรณ์ชงนมเหมือนนมผง ☐ 2.เคยเลี้ยงลูกคนก่อนด้วยนมแม่ ☐ 3.อื่นๆ ระบุ ....

4.4. ท่านคิดว่านมแม่ และนมผง เหมือน หรือแตกต่างกัน หรือไม่

- ☐ 1. เหมือนกัน (ไปข้อ 4.5)
- ☐ 2. ต่างกัน นมแม่ดีกว่า (ไปข้อ 4.6)
- ☐ 3. ต่างกัน นมผงดีกว่า (ไปข้อ4.7)
- ☐ 4. อื่นๆ ระบุ.....

ข้อ 4.5-4.7 ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

4.5. **นมแม่-นมผงเหมือนกัน**	4.6. **นมแม่ดีกว่า เพราะ**	4.7. **นมผงดีกว่า เพราะ**
☐ 1. นมผง และนมแม่มีสารอาหารไม่แตกต่างกัน ☐ 2.อื่นๆ ระบุ	☐ 1. ช่วยให้แม่ฟื้นตัวเร็วหลังคลอด ☐ 2. ทำให้ลูกมีสุขภาพแข็งแรง สร้างภูมิคุ้มกัน ☐ 3. นมแม่มีสารอาหารครบถ้วน ☐ 4. ประหยัด ☐ 5. นมแม่สะอาด ☐ 6. ไม่ทำให้ลูกเกิดการแพ้ ☐ 7. ลูกคนก่อนกินนมแม่แล้วสุขภาพแข็งแรงกว่าลูกคนนี้ที่กินนมผง ☐ 8. การให้นมแม่เป็นเรื่องง่าย สามารถทำได้ ☐ 9. นมแม่มีความรัก ความผูกพันธ์ ☐ 10. เป็นของธรรมชาติ ☐ 11.อื่นๆ ระบุ	☐ 1.นมผงมีสารอาหารที่จำเป็นต่อพัฒนาการ ☐ 2.นมผงช่วยสร้างภูมิคุ้มกันให้แก่ลูก ☐ 3.นมผงทำให้ลูกฉลาด ☐ 4.นมผงสะดวก ในการพกพา ☐ 5.นมผงชงง่าย ☐ 6.แม่ไม่เจ็บหัวนม ช่วยรักษาทรงแม่ไม่ให้หย่อนยาน ☐ 7.นมผงสะอาด ปลอดภัย ☐ 8.นมผงสะดวกกับแม่ทำงาน ☐ 9.กินแล้วลูกไม่ร้อง ☐ 10.อยู่ท้องกว่านมแม่ ☐ 11.สะดวกในการบริหารเวลาของแม่ ☐ 12.สะดวกเมื่อต้องให้นมในที่สาธารณะ ☐ 13. สามารถให้คนอื่นเลี้ยงลูกให้ได้ ☐ 14.อื่นๆ ระบุ ....

4.8. ท่านอยากให้มีกิจกรรม/ แนวทางในการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไหม อย่างไรบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☐ 1.เพิ่มวันลาคลอด เป็น (4.8.1).....เดือน
- ☐ 2.แจกเครื่องปั๊มนม
- ☐ 3.การจัดมุมนมแม่ในสถานประกอบการ
- ☐ 4.การบริจาคนมสำหรับแม่ที่น้ำนมไม่พอ
- ☐ 5.การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างแม่
- ☐ 6.การเยี่ยมบ้าน เพื่อให้คำแนะนำเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ☐ 7.การให้ข้อมูลนมแม่ในโรงพยาบาล
- ☐ 8.การให้ความรู้แม่ เกี่ยวกับเรื่องวิธีการให้นมและการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ☐ 9.การให้ความรู้แม่ เรื่องประโยชน์ของนมแม่
- ☐ 10.การให้ความรู้แม่ เรื่องนมแม่ และนมผง
- ☐ 11.การให้ความรู้แม่ เรื่องแนวทางการแก้ปัญหา และความช่วยเหลือสำหรับแม่ที่มีปัญหาการให้นม เช่น แม่น้ำนมน้อย
- ☐ 12. การให้ความรู้แม่ เกี่ยวกับเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับแม่ทำงาน
- ☐ 13.การให้ความรู้แม่ เกี่ยวกับเรื่องการซื้อที่ปั๊มนม
- ☐ 14.การให้ความรู้ประชาชนทั่วไปเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ☐ 15.อื่นๆ ระบุ……
  ……

ส่วนที่ 5 ข้อมูลทั่วไปของผู้ดูแลหลักของทารก

5.1. อายุ.....ปี

5.2. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง ☐ อื่นๆ ระบุ .....

5.3. การศึกษา

- ☐ 1. ต่ำกว่าประถมศึกษา
- ☐ 2. ประถมศึกษา
- ☐ 3. มัธยมศึกษาตอนต้น
- ☐ 4.มัธยมศึกษาตอนปลาย/ ปวช
- ☐ 5. ปวส./ อนุปริญญา
- ☐ 6. ปริญญาตรี
- ☐ 7.สูงกว่าปริญญาตรี
- ☐ 8. อื่นๆ ระบุ.....

5.4. อาชีพ

- ☐ 1.ข้าราชการ/ พนักงานราชการ
- ☐ 2.พนักงานรัฐวิสาหกิจ
- ☐ 3.พนักงานบริษัท
- ☐ 4.ธุรกิจส่วนตัว/ ค้าขาย
- ☐ 5.เกษตรกร
- ☐ 6.รับจ้าง
- ☐ 7.แพทย์/ พยาบาล/ ผู้ทำงานในสายสาธารณสุข หรือสุขภาพ
- ☐ 8.ไม่ได้ทำงาน
- ☐ 9.อื่นๆ ระบุ.....

5.5. ที่อยู่ ☐ 1. ในเขตเทศบาล/ เมือง ☐ 2. นอกเขตเทศบาล

5.6. รายได้ของครอบครัว.....บาท/ เดือน

5.7. ค่าใช้จ่ายสำหรับนมผง.....บาท/ เดือน

5.8. ชื่อเล่น .....

5.9. เบอร์โทรศัพท์…….....

5.10. เวลาที่สะดวกรับโทรศัพท์ ☐ 1. ตลอดเวลา ☐ 2. อื่นๆ ระบุเวลา.....

**********จบการสัมภาษณ์ ให้ของที่ระลึก**********

บันทึกข้อมูลอื่น ๆ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....