



การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

เนื่องจากการติดเชื้อ COVID-19 เป็นโรคอุบัติใหม่ เรายังมีความรู้เกี่ยวกับไวรัสชนิดนี้น้อยมาก แต่จากข้อมูลเบื้องต้นในขณะนี้ ยังไม่มีข้อมูลการติดเชื้อในแม่ ช่วง 3 – 6 เดือนแรกของการตั้งครรภ์ แต่มีข้อมูลของแม่ที่ติดเชื้อในช่วง 3 เดือนสุดท้ายก่อนคลอด จากรายงานของประเทศจีนมีทารกแรกเกิดที่คลอดจากแม่ติดเชื้อ COVID-19 33 ราย พบเพียง 3 รายที่มีเชื้อ COVID-19 ในตัวทารกและอาการไม่รุนแรง แต่ตรวจไม่พบเชื้อในน้ำคร่ำ สารคัดหลั่งจากช่องคลอด เลือดจากสายสะดือ และในน้ำนมแม่ ดังนั้นผู้เชี่ยวชาญจึงสรุปเบื้องต้นว่าการติดเชื้อน่าจะเกิดจากการสัมผัสเชื้อหลังคลอด (droplets) มิได้เกิดจากการติดเชื้อในครรภ์ (Vertical transmission)

องค์การอนามัยโลก (WHO) ศูนย์ควบคุมโรคติดต่อสหรัฐอเมริกา (CDC) และองค์กรสุขภาพต่างๆ ทั่วโลก ต่างก็รายงานว่ายังไม่พบหลักฐานว่าแม่ที่ติดเชื้อ Corona virus จะสามารถแพร่ผ่านรกหรือน้ำนมสู่ลูกได้ โดยแม่ยังคงสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ ทั้งในแม่ที่อยู่ในข่ายสงสัย (PUI) และแม่ที่ยืนยันว่าติดเชื้อแล้ว (Confirmed case) แต่ต้องปฏิบัติตามมาตรฐานการป้องกันอย่างเคร่งครัดในการสัมผัสกับละอองฝอย (Droplets) โดยการสวมหน้ากากอนามัย ล้างมือบ่อยๆ อย่างถูกวิธีด้วยน้ำสบู่ นาน 20 วินาที หรือ Alcohol 70% และ ย้ำเรื่อง Social distancing

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีความสำคัญเป็นทั้งอาหารกายและอาหารใจ อาหารกาย ก็คือ ในน้ำนมแม่ มีภูมิคุ้มกันที่ปกป้องลูกจากการติดเชื้อต่างๆ ในระยะแรกๆ ที่ลูกยังไม่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันได้เองและมีสารอาหารที่สำคัญต่อการเจริญเติบโตด้วย อาหารใจ ก็คือ การให้นมลูก ทำให้แม่ลูกได้อยู่ใกล้กัน สัมผัสกัน เป็นการสร้างสายสัมพันธ์แม่ลูกที่ดี (Bonding) WHO, CDC, UNICEF, ศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทยและกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข แนะนำว่าทั้งแม่ที่เข้าข่ายสงสัย และแม่ที่ติดเชื้อแล้ว สามารถให้นมลูกได้ โดยปฏิบัติตามแนวทางป้องกันการแพร่กระจายทางละอองฝอย อย่างเคร่งครัด

คำแนะนำในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

1. กรณีแม่อยู่ในกลุ่มเข้าข่ายเฝ้าระวัง หรือแม่ติดเชื้อไวรัส แต่อาการไม่รุนแรง

หากต้องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จะให้นมจากเต้า หรือบีบน้ำนมให้ลูก คงต้องพิจารณาเป็นรายๆ ไป ขึ้นอยู่กับปัจจัยทางครอบครัวและตัดสินใจของแม่ด้วย โดยทั่วไปแล้วอยากให้แม่ลูกอยู่ด้วยกัน ถ้าจำเป็นต้อง

แยกหรือถ้าทำไม่ได้ ก็ให้ยู่ห่างกันอย่างน้อย 2 เมตร แต่ต้องเน้นย้ำวิธีป้องกันการติดเชื้อที่ถูกต้องและต้องเข้มงวดอย่างมาก ถ้าต้องการแยกลูก ให้แม่บีบนมให้ผู้ช่วยเป็นผู้ป้อนนมลูกแทน จนกว่าจะพ้นระยะเฝ้าระวัง

2. กรณีแม่ติดเชื้อไวรัสและมีอาการรุนแรงมาก

จำเป็นต้องแยกแม่และลูก ถ้าแม่ยังสามารถบีบนมได้ ก็ควรทำและให้ผู้ช่วยเป็นผู้ป้อนนมลูกแทน วิธีนี้นอกจากลูกจะได้รับนมแม่แล้ว ยังช่วยให้แม่ยังคงสภาพในการให้นมแก่ลูกเมื่อหายป่วยแล้ว ข้อสำคัญคือ การทำกิจกรรมที่เกี่ยวกับการเตรียมนม การบีบนม และการป้อนนม จะต้องปฏิบัติตามมาตรฐานการป้องกันการแพร่เชื้ออย่างเคร่งครัด

สรุป แม้ว่าในขณะนี้ยังไม่มีหลักฐานปรากฏว่ามีการถ่ายทอดเชื้อจากแม่สู่ลูกตั้งแต่อยู่ในครรภ์ได้ (Vertical transmission) การติดเชื้อในระยะ 3 – 6 เดือนแรกของการตั้งครรภ์ จะส่งผลกระทบต่อทารกหรือไม่ ยังไม่อาจทราบได้ เนื่องจากคุณแม่กลุ่มนี้ยังไม่คลอด ดังนั้น คุณแม่ทุกคนต้องรู้วิธีป้องกันตนเองจากการสัมผัสเชื้อตลอดทุกระยะของการตั้งครรภ์ สังคมก็ต้องร่วมด้วยช่วยกันปกป้องคุณแม่และลูกน้อยในครรภ์ซึ่งถือว่าเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการติดเชื้อ การให้นมแม่สามารถทำได้โดยต้องเตรียมพร้อมเรื่องการป้องกันการติดเชื้อจากการสัมผัสอย่างเคร่งครัด การเลือกวิธีการให้นมจากเต้าหรือการบีบนมให้ผู้ช่วยป้อนขึ้นอยู่กับความตัดสินใจของแม่และครอบครัวโดยคำนึงถึงความเสี่ยงและประโยชน์ที่จะได้รับเป็นสำคัญ

References

1. CDC, Centers for Disease Control and Prevention. Pregnancy & Breastfeeding [online] 2020 [cited 2020 Mar 17]. Available from: URL:<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/pregnancy-breastfeeding.htm>
2. WHO, World Health Organization. Clinical management of severe acute respiratory infection (SARI) when COVID-19 disease is suspected: Interim guidance 13 March 2020 [online] 2020 [cited 2020 Mar 17]. Available from: URL: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331446/WHO-2019-nCoV-clinical-2020.4-eng.pdf>.
3. Unicef [online] 2020 [cited 2020 Mar 17]. Available from: URL:<https://www.unicef.org/thailand/th/stories/>
4. คณะอนุกรรมการมาตรฐานวิชาชีพ พ.ศ. 2562-2564 ราชวิทยาลัยสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทย [ออนไลน์]. 2563 [เข้าถึงเมื่อวันที่ 20 มีนาคม 2563].แนวทางเวชปฏิบัติของราชวิทยาลัยสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทย เรื่องการดูแลรักษาสตรีตั้งครรภ์ที่ติดเชื้อโควิด-19, 20 มีนาคม 2563. เข้าถึงได้จาก : URL: <https://www.rtcog.or.th/home/wp-content/uploads/2020/03/CPG-Covid-Preg-20Mar20.pdf>