บทบาทของพยาบาลในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอดวัยรุ่นที่ติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019

สุนีย์ เนตรภิญโญ[1 *], หทัยชนก บัวเจริญ[1] ,พนิตนันท์ แซ่ลิ้ม[1] และ อนัญญา โสภณนาค[1]

[1]คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม, นครปฐม

* suneen@webmail.npru.ac.th

บทคัดย่อ

นมแม่เป็นสารอาหารที่ดีที่สุดสำหรับทารกที่ช่วยพัฒนาทั้งด้านร่างกายและจิตใจ รวมทั้งยังมีภูมิคุ้มกันธรรมชาติที่ช่วยให้ทารกสามารถต่อต้านการเจ็บป่วยต่างๆได้ จากการสำรวจสถานการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของประเทศไทยพ.ศ.2562 พบว่า อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนมีอัตราที่ต่ำมากคือร้อยละ 14 สำหรับมารดาวัยรุ่นถือเป็นกลุ่มเสี่ยงที่จะหยุดการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก่อน 6 เดือน เนื่องจากการขาดความรู้ ขาดความมั่นใจ ขาดประสบการณ์ และขาดพี่เลี้ยงช่วยให้คำแนะนำให้คำปรึกษาเมื่อเกิดปัญหา ประกอบกับสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 เกิดขึ้นทั่วโลกตั้งแต่ช่วงปลายปี 2562 มีการสำรวจพบว่าทารกกินนมผสมสูงถึงร้อยละ 82.43 จากการผลการศึกษาต่างๆยังไม่มีข้อมูลยืนยันว่าโรคติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 สามารถผ่านทางน้ำนมแม่ ซึ่งองค์การอนามัยโลกได้กำหนดแนวทางการให้นมแม่ได้สำหรับมารดาที่ติดเชื้อโรคติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 ดังนั้น ผู้เขียนจึงได้ทำการรวบรวมผลงานวิจัยและบทความวิชาการที่เกี่ยวข้องในการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในบริบทต่างๆ เพื่อให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในกลุ่มมารดาวัยรุ่นที่ติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 มีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จ โดยสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน จากการวิเคราะห์ผลงานวิจัยและบทความวิชาการหลายการศึกษา ผู้เขียนพบว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จ ต้องมีแรงสนับสนุนจากครอบครัว สังคม สถานที่ทำงาน บุคลากรทางการแพทย์ต้องมีการจัดระบบให้สามารถเข้าถึงบริการได้อย่างสะดวก มีระบบการเยี่ยมติดตาม การให้ข้อมูลที่ครบถ้วนและเหมาะกับสภาพปัญหาของแต่ละรายและความรู้ในการให้นมแม่ในสถานการณ์การโรคติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 และการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จะสำเร็จได้ดียิ่งขึ้นนั้น พยาบาลมีบทบาทที่สำคัญในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในกลุ่มมารดาวัยรุ่นที่เป็นกลุ่มเปราะบางมากกว่ากลุ่มมารดาวัยอื่นๆ ได้แก่ 1.) การสร้างทัศนคติเชิงบวกในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 โดยยึดบันไดแห่งความสำเร็จขั้นที่ 5 2.) การประเมินสภาพของมารดาหลังคลอดวัยรุ่นประกอบด้วย การประเมินสภาพลักษณะทั่วไป ความต้องการของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ประเมินประสบการณ์การให้นมแม่ ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ความมั่นใจ ความมุ่งมั่น การบริหารจัดการตนเอง การมีเป้าหมายที่กำหนดร่วมกัน 3.) การประเมินสภาพการติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 ของมารดาหลังคลอดวัยรุ่น 4.) การช่วยเหลือและสนับสนุนกิจกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ผ่านทางสื่อทางสังคม ทางแอปพลิเคชั่นด้านสุขภาพ 5.) จัดทำการ์ตูนแอนนิเมชั่น ใช้ประกอบการวางแผนก่อนการจำหน่าย 6.) การประเมินผลการสนับสนุนและช่วยเหลือ เพื่อนำมาปรับปรุงแนวทางปฏิบัติการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดวัยรุ่นที่ติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019

คำสำคัญ : การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มารดาหลังคลอดวัยรุ่น เชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 บทบาทของพยาบาล

Role of Nurses in Promoting Breastfeeding of Adolescent Mothers with Coronavirus 2019 infection

Sunee Netpinyo[1 *], Hathaichanok Buajaroen [1] , Panittanan Sealim[1] and Anunya Soponnark[1]

[1]Faculty of Nursing , Nakhon Pathom Rajabhat University ,Nakhon Pathom.

*suneen@webmail.npru.ac.th

Abstract

Breast milk is the best nutrient for babies to support their physical and mental development. It also has natural immunity that helps the baby to resist various illnesses. According to the Thailand Breastfeeding Situation Survey in 2019, the rate of exclusive breastfeeding for 6 months was very low, 14%. Adolescent mothers were at risk of stopping breastfeeding before 6 months due to lack of knowledge, lack of confidence, inexperienced, and lack of mentors to give advice and counseling when problems arise. In addition of the epidemic of coronavirus disease 2019 situation that has occurred around the world since the end of 2019, a survey found that infants are formula-fed as high as 82.43 %. From the results of various studies, the coronavirus disease 2019 cannot be transmitted through breast milk. Therefore, the World Health Organization has established breastfeeding guidelines for mothers infected with the Coronavirus Disease 2019. In this issue, we search lots of information about various breastfeeding context in order that Coronavirus 2019 infected adolescent mothers success in exclusive breastfeeding. In addition, the supporting from society, family, workplaces, and medical personnel must be organized to provide access to services conveniently. There is a visitation system to provide complete and appropriate information for each individual problem and knowledge of breastfeeding in this 2019 coronavirus disease pandemic situation. According to the analysis of research and academic articles, the research found that breastfeeding could be successful practice was depended on the role of nurses in promoting breastfeeding to teenage mothers who are more vulnerable than mothers of other age groups. The important roles were included: 1.) Building a positive breastfeeding attitude among teenage mothers infected with the Coronavirus 2019 by adhering to the fifth step of the ladder of success. 2.) The assessment of the condition of teenage mother consists of general appearance assessment, and the needs of teenage mothers after childbirth, also assessing the basic knowledge experience of breastfeeding, confidence, commitment, self-management and having common goals. 3.) Assessment of the coronavirus disease 2019 infection among teenage mothers. 4.) Assisting and supporting breastfeeding activities through social media on the health application 5.) Prepare animated cartoons. to be used in the planning before discharge. 6.) Evaluation

of support and assistance to improve the guidelines for promoting breastfeeding for teenage mothers infected with the 2019 coronavirus.

Keywords: Promoting Breastfeeding, Adolescent mothers with Coronavirus 2019 infection, Role of Nurses

บทนำ

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นการวางรากฐานคุณภาพชีวิตของคน แต่กระบวนการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ตามประสบการณ์ที่ผ่านมาถือว่ายังไม่ประสบความสำเร็จ แม้จะมีนโยบายและกลวิธีการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากมาย แต่ด้วยการเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์ต่างๆในประเทศไทย ทัศนคติความเชื่อของมารดาหลังคลอดที่มีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ รวมถึงการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 ที่เกิดขึ้นทั่วโลกตั้งแต่ช่วงปลายปี 2562 ที่มีการระบาดอย่างรวดเร็วและมีอัตราเสียชีวิตที่สูงมากในช่วงแรก ทำให้เกิดความตื่นกลัวของประชาชนทุกกลุ่มวัยทั่วโลกรวมถึงประชาชนของประเทศไทยด้วย ซึ่งการระบาดของไวรัสนี้ส่งผลกระทบในการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนไปจากเดิมเป็นชีวิตวิถีใหม่ โดยเฉพาะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของทั่วโลกก็ได้รับผลกระทบด้วยเช่นกัน เนื่องจากในช่วงแรกที่ยังมีองค์ความรู้ไม่มากพอทำให้แม่ไม่มั่นใจในการที่จะให้ลูกกินนมแม่ หรือความลังเลของบุคลากรทางการแพทย์ (โดยเฉพาะพยาบาล) ในการปฏิบัติตามบันได 10 ขั้นเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ที่จะทำให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนและให้นมแม่ร่วมกับอาหารเสริมตามวัยจนอายุ 2 ปี ตามเป้าหมายร้อยละ 50 ภายในปี 2568 ที่องค์การอนามัยโลกและกรมอนามัยของประเทศไทยกำหนดไว้ จากการสำรวจสถานการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของประเทศไทยพ.ศ.2562 พบว่า อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนมีอัตราที่ต่ำมากคือร้อยละ 14 [1] นับว่าเป็นปัจจัยเร่งด่วนที่ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องจะต้องช่วยผลักดันและส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้เกิดความต่อเนื่องยั่งยืนโดยเฉพาะกลุ่มเปราะบางที่สำคัญคือแม่วัยรุ่น ดังนั้นบทความวิชาการนี้ ผู้เขียนจึงได้นำผลการวิจัยและผลงานวิชาการที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่น การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาหลังคลอดทั้งในและต่างประเทศ ผลงานวิจัยและผลงานวิชาการที่เกี่ยวข้องกับมารดาหลังคลอด สถานการณ์การแพร่ระบาดโรคติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 รวมถึงแนวคิดทางการพยาบาลที่มีครอบครัวเป็นศูนย์กลางในการดูแลสุขภาพครอบครัว[2] เพื่อวิเคราะห์บทบาทของพยาบาลวิชาชีพในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นที่ติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019

สถานการณ์ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอดวัยรุ่นในสถานการณ์การแพร่ระบาดโรคติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019

จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 ที่แพร่ระบาดไปทั่วโลก ส่งผลกระทบในวงกว้างต่อกลุ่มหญิงตั้งครรภ์ หญิงคลอด หญิงหลังคลอด และทารกแรกเกิด รวมถึงสถานการณ์การติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 ในประเทศไทย จากการสำรวจหญิงตั้งครรภ์ หญิงหลังคลอด 6 สัปดาห์และทารกแรกเกิดระหว่างวันที่ 1 ธันวาคม 2563 - 30 พฤษภาคม 2564 [3] พบว่า

1. ข้อมูลการตั้งครรภ์ หญิงหลังคลอด 6 สัปดาห์ และทารกแรกเกิดติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 จำนวน 310 ราย แบ่งเป็นคนไทย 205 ราย คนต่างด้าวจำนวน 105 ราย เสียชีวิต 6 ราย การกระจายของผู้ติดเชื้อตามสถานที่รักษาและตามรายเขตสุขภาพพบว่า เขตสุขภาพที่5 พบมากที่สุดถึง 101 ราย ได้แก่ 1.1) คนไทยในจังหวัดสมุทรสาครจำนวน 20 ราย จังหวัดเพชรบุรีจำนวน 4 ราย จังหวัดนครปฐม กาญจนบุรี ประจวบคีรีขันธ์ จังหวัดละ 2 ราย จังหวัดราชบุรีจำนวน 1 ราย รวม 31 ราย 1.2) คน

ต่างด้าวในจังหวัดสมุทรสาครจำนวน 64 ราย จังหวัดเพชรบุรี จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ จังหวัดนครปฐม จังหวัดละ 2 ราย รวม 70 ราย

2. ความรุนแรงของอาการติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 ของหญิงตั้งครรภ์ หญิงหลังคลอด 6 สัปดาห์ และทารกแรกเกิดพบว่า ไม่มีอาการร้อยละ 40 มีอาการเล็กน้อยร้อยละ 28.39 ปอดอักเสบแต่ไม่ได้ใส่ท่อช่วยหายใจร้อยละ 29.68 เสียชีวิตร้อยละ 1.94 โดยแหล่งสัมผัสเชื้อมาจากตลาด ห้างสรรพสินค้า เพื่อนร่วมงาน ตลาดนัด บุคคลในครอบครัว [4]

3.การติดเชื้อในทารกแรกเกิดส่วนใหญ่ไม่ติดเชื้อ หากมีการติดเชื้อจะไม่มีอาการ ปอดอักเสบแต่ไม่ได้ใส่เครื่องช่วยหายใจ มีอาการเล็กน้อย [4]

4.ข้อมูลการให้นมแม่ พบว่ากินนมผสมร้อยละ 82.43 กินนมแม่และนมผสมร้อยละ 6.69 และให้ลูกกินนมแม่ร้อยละ10.88 [3]

มารดาหลังคลอดวัยรุ่นเป็นกลุ่มที่เปราะบาง มีปัญหาด้านวุฒิภาวะ ความพร้อมทางด้านร่างกายและจิตสังคม รวมถึงเศรษฐกิจ การตั้งครรภ์และการคลอดมักจะเป็นปัญหาหรืออุปสรรคในการศึกษาต่อ [5] มีความเสี่ยงต่อความไม่มั่นใจเมื่อต้องเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีอัตราการเลิกเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เร็ว เนื่องจากเหตุผลต้องกลับไปเรียนหรือทำงาน จึงส่งผลให้อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ได้ร้อยละ 19.80 – 27.00 [6] ซึ่งความต่อเนื่องในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จสำหรับแม่ที่ต้องทำงานนอกบ้านขึ้นอยู่กับบริบทความพร้อมในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของสถานที่ทำงาน โดยจะต้องจัดสถานที่ปั๊มนมในที่ทำงาน จัดลักษณะการทำงานเอื้อต่อการปั๊มนม ระยะเวลาและการเดินทางจากที่พักถึงที่ทำงานมีระยะทางเหมาะสม ไม่เหนื่อยล้าเกินไป [7] หากสิ่งเหล่านี้ไม่เอื้ออำนวยจะส่งผลให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ลดลง จะเห็นได้ว่าการส่งเสริมให้เกิดการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ประสบความสำเร็จนั้นยังต้องช่วยกันผลักดันและแก้ไขปัญหาหลายเรื่องอย่างเร่งด่วน

เมื่อประเทศไทยเริ่มมีสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 มาตั้งแต่ปลายปีพ.ศ. 2562 จนถึงปัจจุบัน ระบบบริการสุขภาพมีปัญหาในการเข้าถึงบริการอย่างมาก รวมถึงการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ยังคงเป็นปัญหาและไม่สามารถเข้าถึงบริการโดยง่ายแบบทวีคูณ พยาบาลวิชาชีพปรับตัวไม่ทันกับเหตุการณ์ ระบบบริหาร ระบบบริการเน้นการตั้งรับและลดปริมาณของผู้รับบริการ ถึงแม้ว่าในปัจจุบันยังไม่พบหลักฐานรายงานทางการแพทย์ว่า สตรีตั้งครรภ์ที่ติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 จะมีอาการและอาการแสดงแตกต่างจากคนทั่วไป หรือมีความเสี่ยงสูงที่โรคจะรุนแรง ไม่พบหลักฐานว่าจะเกิดการติดเชื้อผ่านทางรกไปยังทารกในครรภ์ในช่วงไตรมาสที่ 3 ของการตั้งครรภ์เนื่องจากตรวจไม่พบเชื้อไวรัสโคโรน่าจากน้ำคร่ำ เลือดจากสายสะดือทารก สารคัดหลั่งในช่องคลอด สารคัดหลั่งที่ป้ายจากลำคอทารกแรกเกิดหรือน้ำนม [8]

แต่คณะอนุกรรมการมาตรฐานวิชาชีพ พ.ศ. 2562 – 2564 ได้จัดทำแนวทางเวชปฏิบัติของราชวิทยาลัยสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทยเรื่องการดูแลรักษาสตรีตั้งครรภ์ที่ติดเชื้อโควิด-19 ขึ้น โดยระบุว่า การให้นมแม่ให้คำนึงถึงประโยชน์ของการให้ลูกดูดนมจากเต้าในแง่ของความผูกพัน (Bonding) ถ้าต้องการให้ลูกดูดนมจากเต้า มารดาต้องสวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลา ล้างมือก่อนและหลังจับตัวลูก ไม่ไอ หรือจามขณะให้นมลูก แนะนำให้มารดาบีบน้ำนมให้ลูกดื่มได้ แต่ต้องล้างมือก่อนและหลังใช้เครื่องปั๊มนม ฯลฯ [8]

ส่วน กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ได้กำหนดแนวปฏิบัติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ กรณีมารดาเป็นผู้ที่สงสัยติดเชื้อหรือติดเชื้อแต่อาการไม่มาก สามารถกอดลูกและให้นมจากเต้าได้โดยสวมใส่หน้ากากอนามัย เน้นการล้างมือด้วยสบู่ หรือใช้แอลกอฮอล์เข้มข้น 70% ทำความสะอาดอุปกรณ์ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับการตัดสินใจของมารดาและครอบครัว เน้นการปฏิบัติตัวตามแนวทางการป้องกันติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 ส่วนกรณีมารดาติดเชื้อโควิด-19 ถ้ามีอาการรุนแรง หากยังสามารถบีบน้ำนมได้ ให้ใช้วิธีบีบน้ำนมและให้ผู้ช่วยเป็นผู้ป้อนนมแก่ทารก หากไม่สามารถบีบน้ำนมเองได้ อาจพิจารณาใช้นมผสมแทน

ดังนั้นปัญหาอุปสรรคการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอดวัยรุ่นในสถานการณ์การแพร่ระบาดโรคติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 ยังไม่มีข้อสรุปเกี่ยวกับการติดเชื้อของโรคไวรัสโคโรน่า 2019 ไปยังน้ำนม และเชื่อว่าการสัมผัสโอบกอดของมารดาสู่ทารกอาจเกิดการติดเชื้อ องค์การอนามัยโลกจึงสนับสนุนให้มีการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องโดยเชื่อว่าการติดเชื้อในทารกมีความเสี่ยงต่ำหากมารดาหลังคลอดติดเชื้อโควิด และประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นธรรมชาติระหว่างแม่กับลูกที่ป้องกันการติดเชื้อได้เช่นกัน [9]

ระบบบริการแบบใหม่สำหรับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019

จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรน่า2019 ส่งผลกระทบให้ระบบบริการของหน่วยบริการสุขภาพ โรงพยาบาล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เร่งปรับเปลี่ยนระบบการให้บริการให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงแบบฉับพลัน โดยเฉพาะการจัดการเรื่องสภาพแวดล้อมเพื่อป้องกันการติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 การปรับระบบบริการใหม่ ลดจำนวนผู้ใช้บริการ ผู้มาเยี่ยม หรือบางแห่งงดการเยี่ยมจากญาติ ปรับระบบการเยี่ยมผ่านระบบทางไกลหรือวิดีโอในการสื่อสาร ประกาศหลักเกณฑ์สำหรับผู้รับบริการ ผู้เฝ้าไข้ ที่ต้องเข้ามาใช้บริการที่หน่วยบริการสุขภาพหรือโรงพยาบาลตรวจหาสารพันธุกรรมเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 ก่อน เพื่อให้มั่นใจว่าปลอดจากเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 ส่งผลให้ผู้รับบริการเกิดความไม่พึงพอใจต่อระบบบริการสุขภาพ เข้าไม่ถึงระบบบริการ เกิดปัญหาการสื่อสารที่ขาดประสิทธิภาพ

จากการทบทวนการศึกษาผลงานวิจัยและงานวิชาการต่างประเทศและในประเทศไทยเกี่ยวกับการจัดบริการของศูนย์นมแม่เพื่อให้คำแนะนำแก่มารดาวัยรุ่นมีจำนวนมาก แต่ผลงานวิจัยและงานวิชาการที่เกี่ยวข้องกับการจัดบริการเรื่องให้นมแม่ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 นั้นมีน้อยมาก ผู้เขียนจึงขอทำการวิเคราะห์ผลการดำเนินการของระบบบริการที่ประสบความสำเร็จและคำแนะนำในการพัฒนาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่มารดาวัยรุ่นด้วยวิธีการต่างๆร่วมกับแนวทางการป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 เพื่อเป็นแนวทางการส่งเสริมคำแนะนำเรื่องนมแม่แก่มารดาวัยรุ่นเป็นผู้ที่ติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 จึงมีรายละเอียด ดังนี้

1. **จัดตั้ง “คลินิกทางการเข้าถึงบริการอย่างรวดเร็ว”**

คลินิกทางการเข้าถึงบริการอย่างรวดเร็ว (The Rapid Access Clinic) [10] พัฒนาโดยพยาบาลผู้ชำนาญทางการพยาบาลด้านทารกแรกเกิดที่ออกแบบ การบริการโดยใช้โทรศัพท์ที่มีแพทย์และพยาบาลผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางให้คำปรึกษาเรื่องนมแม่ มีทีมเยี่ยมบ้านที่มีความชำนาญทางด้านผดุงครรภ์ในช่วง 3-5 วันหลังจากจำหน่ายออกจากโรงพยาบาล โดยแต่งกายด้วยชุดป้องกันการติดเชื้อหากมารดาหลังคลอดยังคงติดเชื้อ สำหรับทารกแรกเกิดที่มีภาวะตัวเหลือง มีความยากลำบากในการดูดกลืน น้ำหนักตัวน้อย หรือมีปัญหาภาวะแทรกซ้อนจะได้รับการดูแลจากทีมเฉพาะทาง โดยมีโปรแกรมในการดูแลระยะเวลา 10 วัน และให้คำแนะนำในการฉีดวัคซีนป้องกันโรคโควิด-19 ได้ทันที ณ โรงพยาบาล หากมารดาหลังคลอดยังไม่ได้รับการฉีดวัคซีน[11]

2. **ปรับบริการของศูนย์เลี้ยงลูกด้วยนมแม่**

ปรับบริการของศูนย์เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยจัดบริการการเยี่ยมแบบออนไลน์หรือผ่านทางกระจกสำหรับบิดา ญาติในช่วงหลังคลอดขณะอยู่โรงพยาบาล จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า การสนับสนุนทางสังคมเป็นส่วนช่วยให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยเฉพาะมารดาของตนเอง ปู่ย่าตายาย พยาบาล และบุคลากรทางการแพทย์ [12] ซึ่งในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 ศูนย์เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ควรดำเนินการดังนี้

2.1 การพัฒนาเครือข่ายการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยการจัดตั้งหน่วยงานในชุมชนตามระบบบริการสุขภาพระดับปฐมภูมิ เพื่อกำกับติดตามให้คำแนะนำมารดาที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ต่อเนื่อง โดยปรับระบบการให้บริการแบบออนไลน์หรือใช้สื่อสังคมในการสร้างเครือข่ายในการดำเนินการ

2.2 การพัฒนารูปแบบการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างใกล้ชิด ในช่วง 2-3 วันแรกหลังคลอด โดยพยาบาลต้องสนับสนุนให้การช่วยเหลือ ให้คำแนะนำฝึกทักษะการให้นมแม่แก่ลูกที่โรงพยาบาล ทั้งนี้มารดาวัยรุ่นในช่วงแรกน้ำนมแม่มีน้อย การให้คำแนะนำการบีบน้ำนมย่อมทำได้ยากและเกิดความท้อใจซึ่งในช่วง 3-10 วันแรก เมื่อกลับไปอยู่บ้านต้องเริ่มค้นหาวิธีการในเกาเลี้ยงลูกด้วยตนเองในสภาพแวดล้อมของบ้าน [5] ซึ่งระบบบริการแบบใหม่ควรวางแผนเพิ่มเติมเช่น

2.2.1 วาง “ระบบพี่เลี้ยงจากพยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านนมแม่” ร่วมกับการนำใช้ระบบเทคโนโลยีกำกับติดตามอย่างใกล้ชิด ด้วยการใช้โทรศัพท์สายด่วนพร้อมจัดทำชุดให้คำแนะนำปัญหาที่พบบ่อย ตามความคิดเห็นของผู้เขียนเห็นว่าเวลาทองที่สำคัญคือในช่วง 24-48 ชั่วโมงหลังจำหน่ายกลับบ้าน โดยการใช้วิธีการสื่อสารด้วยวิดีโอคอลเพื่อให้เห็นการปฏิบัติจริงจะช่วยแก้ไขปัญหาได้ตามความต้องการ หลังจากนั้นใช้โทรศัพท์ติดตามหลังจำหน่ายเมื่อครบวันที่ 7, 14, 21 วัน และ 1 เดือนหลังคลอด สอบถามปัญหาทางโทรศัพท์ ให้คำแนะนำ ให้กำลังใจ ชมเชยในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ [13]

2.2.2 วาง “ระบบการพัฒนาสมรรถนะของพยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านนมแม่” โดยให้พยาบาลวิชาชีพประจำหอผู้ป่วยหลังคลอดได้ฝึกฝนการให้คำแนะนำอย่างชำนาญด้วยการใช้เทคโนโลยี ฝึกสมรรถนะการติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ ฝึกทักษะการช่วยเหลือและประเมินเต้านม การสังเกตการให้นม [14] ฝึกสมรรถนะการป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 ฝึกทักษะการสื่อสารเรื่องนมแม่ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019

2.2.3 ระบบการพัฒนาสมรรถนะของมารดาวัยรุ่นในด้านการรับรู้สมรรถนะของตนเอง ในการเลี้ยงลูกตั้งแต่สัปดาห์ที่ 1 จะทำให้มีความเชื่อมั่นในตนเองและเรียนรู้บทบาทของการเป็นมารดา โดยสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต้องเรียนรู้ข้อมูลจากความสำเร็จในการลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเอง ต้องฝึกสังเกตผ่านความสำเร็จของมารดาวัยรุ่นที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต้นแบบ [15] การรับรู้ประโยชน์ของนมแม่และผลกระทบของนมผสม ช่วยส่งผลให้เกิดความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งกระบวนการตั้งใจของมารดาวัยรุ่นจะเกิดขึ้นได้จากการตั้งเป้าหมายความมุ่งมั่นและเข้มแข็งทำอย่างต่อเนื่อง มีชุดความรู้ทางออกของการแก้ไขปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ [16] ประกอบกับชุดความรู้ขององค์การอนามัยโลกยืนยันว่า มารดาที่ติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 สามารถส่งเสริมให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ [9] และสามารถรับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคโควิด-19 ระหว่างให้นมบุตรได้โดยภูมิคุ้มกันที่เกิดขึ้นสามารถส่งผ่านไปทางน้ำนมได้ [11] นอกจากการพัฒนาสมรรถนะของมารดาวัยรุ่น แนวคิดการดูแลสุขภาพที่มีครอบครัวเป็นศูนย์กลาง(Family Center Care) โดยใช้กระบวนการพยาบาลมาปรับใช้ให้บรรลุเป้าหมาย [2] ซึ่งการดูแลสุขภาพมารดาวัยรุ่นร่วมกับครอบครัวตั้งแต่การประเมินภาวะสุขภาพ การกำหนดเป้าหมาย การวางแผน การกำหนดวิธีปฏิบัติ การปฏิบัติตามแผนและการประเมินผลสามารถช่วยให้มารดาวัยรุ่นที่มีการติดเชื้อโคโรน่า 2019 ก้าวข้ามอุปสรรคในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้

2.3 การพัฒนาสื่อในการรณรงค์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การพัฒนาสื่อในการรณรงค์การเลี้ยงลุฎด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดที่ติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 โดย

2.3.1 จัดทำชุดส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การจัดทำชุดส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทั้งกรณีปกติและกรณีมารดาหลังคลอดที่ติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 โดยใช้การ์ตูนแอนนิเมชั่น การแสดงบทบทสมมุติ แสดงพยาธิสรีรวิทยาเกี่ยวกับน้ำนมของมารดา การเปิดเพลงเพื่อกระตุ้นการหลั่งของนมแม่ กลไกการหลั่งฮอร์โมนเพื่อกระตุ้นการสร้างน้ำนม ส่งผลให้เกิดความรู้ความเข้าใจกลไกการหลั่งฮอร์โมนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เกิดความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และส่งต่อสื่อแอนนิ

เมชั่น ให้เพื่อนที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ [17] บางงานวิจัยพบว่า การพัฒนาคู่มือการ์ตูน สื่อแผ่นพับ หรือ CD การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ส่งผลให้มารดาวัยรุ่นรู้สึกว่าตนเองสามารถประสบความสำเร็จได้ [15]

2.3.2 จัดทำสื่อโทรทัศน์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นสื่อกระแสหลักที่ปรับเปลี่ยนค่านิยมและทัศนคติของผู้รับด้วยตามทฤษฎีการปลูกฝังความจริงผ่านสื่อ [18] โดยสอดแทรกสาระการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กรณีปกติ และกรณีมารดาหลังคลอดที่ติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019

2.3.3 จัดทำสื่อสังคมออนไลน์ สื่อสังคมออนไลน์เป็นตัวช่วยทำให้เกิดแรงสนับสนุนทางสังคมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทำให้เกิดการฝึกทักษะ การติดตามให้คำแนะนำ สนับสนุน กระตุ้นและมีการตั้งเป้าหมายร่วมกันโดยเฉพาะช่องทางไลน์ในการสื่อสารที่เข้าถึงง่าย ได้รับการสนับสนุนจากสมาชิกในครอบครัว มีการแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารร่วมกัน [19] มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ตอบข้อซักถามได้อย่างทันท่วงที [20] รวมทั้งการจัดทำสื่อกลุ่มเฉพาะกรณีมารดาหลังคลอดที่ติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019

3. การให้คำปรึกษา วางแผนก่อนจำหน่าย

ศูนย์เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ควรจัดเตรียมบริการให้คำปรึกษาเพื่อการวางแผนจำหน่าย ตามหลักป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 ซึ่งการดำเนินการยังมีข้อถกเถียงในแนวปฏิบัติและนำไปใช้ เช่น

3.1 ให้คำแนะนำแก่ครอบครัวให้แยกมารดาที่ติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 จากทารกจำนวน 14 วัน งดการสัมผัสแบบเนื้อสัมผัสเนื้อ อาจส่งผลต่อสภาพจิตใจของมารดาและทารก และสิทธิของมารดาในการเลี้ยงดูบุตรและสร้างสัมพันธภาพกับทารก [21] ซึ่งควรสอบถามมารดาก่อนการปฏิบัติตามคำแนะนำ

3.2 การเลี้ยงบุตรด้วยนมผสมและนมมารดา ให้นมแม่ผ่านการทำลายเชื้อ ป้อนทารกโดยใช้หลักปราศจากเชื้อและปฏิบัติตามแนวทางเวชปฏิบัติของราชวิทยาลัยสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทยเรื่องการดูแลรักษาสตรีตั้งครรภ์ที่ติดเชื้อโควิด-19

4. ศูนย์ฝึกอบรมเสริมสมรรถนะและนวัตกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ศูนย์ฝึกอบรมเสริมสมรรถนะและนวัตกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้แก่มารดาหลังคลอดที่ติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 โดย

4.1 จัดอบรมเสริมทักษะการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระบบการศึกษา

การจัดอบรมเสริมทักษะการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระบบการศึกษา โดยการสนับสนุนให้สถานศึกษาทางการพยาบาลจัดการเรียนการสอนให้กับนักศึกษาพยาบาล โดยบูรณาการศาสตร์กับการเยี่ยมบ้านเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในรายวิชาการพยาบาลชุมชน [15] การพัฒนานวัตกรรมการสอนสุขศึกษาในรายวิชาการพยาบาลมารดาและทารก ร่วมกับการทำความเข้าใจสาระของพระราชบัญญัติควบคุมการส่งเสริมการตลาดอาหารสำหรับทารกและเด็กเล็ก พ.ศ. 2560 เพื่อให้นักศึกษามีทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และปฏิบัติให้ถูกต้องและไม่เป็นการละเมิดกฎหมาย [18] รวมถึงหลักการปราศจากเชื้อและแนวปฏิบัติการป้องกันติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019

4.2 จัดอบรมเชิงปฏิบัติการพัฒนาสมรรถนะการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่เจ้าหน้าที่สาธารณสุข

การจัดอบรมเชิงปฏิบัติการพัฒนาสมรรถนะการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่เจ้าหน้าที่สาธารณสุขในระดับต่างๆ เช่น เจ้าหน้าที่สาธารณสุขประจำหมู่บ้านในชุมชน [15] โดยมีผลการศึกษาพบว่า อาสาสมัครสาธารณสุขชุมชนเมื่อได้รับความรู้และทักษะในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จะสามารถดูแลช่วยเหลือเบื้องต้นได้และทำให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

อย่างเดียวประสบความสำเร็จมากขึ้น [22] ทั้งนี้ต้องให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านเข้าใจพื้นฐานการปฏิบัติตนตามหลักการปราศจากเชื้อและแนวปฏิบัติการป้องกันติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019

4.3 จัดอบรมการพัฒนานวัตกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

การจัดอบรมการพัฒนานวัตกรรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 2 หลักสูตรคือ หลักสูตรนวัตกรรมการสร้างเสริมการสร้างและการหลั่งน้ำนม นวัตกรรมส่งเสริมสายใยรักความปลอดภัยและความอบอุ่น นวัตกรรมส่งเสริมความสุขสบายผ่อนคลายหลังคลอด นวัตกรรมการส่งเสริมช่องทางการเข้าถึงข้อมูล การช่วยเหลือและการให้คำปรึกษาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ นวัตกรรมบำบัดทางการพยาบาลแก้ไขปัญหาเต้านมคัดตึง หัวนมเจ็บและแตก นวัตกรรมการแก้ไขปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในทารกที่ป่วย คลอดก่อนกำหนด น้ำหนักตัวน้อย ทารกมีความพิการปากแหว่งเพดานโหว่ [23] โดยต้องสอดแทรกหลักการปราศจากเชื้อและแนวปฏิบัติการป้องกันติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 ควบคู่กัน

บทบาทของพยาบาลในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอดวัยรุ่นติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019

1. พยาบาลวิชาชีพควรสร้างทัศนคติเชิงบวกในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 โดยยึดบันไดแห่งความสำเร็จขั้นที่ 5 สอนให้มารดารู้วิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และมีปริมาณน้ำนมที่เพียงพอ และเพิ่มเติมข้อมูลให้ครอบคลุมประโยชน์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และเสริมความรู้การป้องกันโรคไวรัสโคโรน่า 2019

2. การประเมินสภาพของมารดาหลังคลอดวัยรุ่นประกอบด้วย การประเมินสภาพลักษณะทั่วไป ความต้องการของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ประเมินประสบการณ์การให้นมแม่ ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ความมั่นใจ ความมุ่งมั่นการบริหารจัดการตนเอง การมีเป้าหมายที่กำหนดร่วมกัน การดูแลสุขภาพที่มีครอบครัวเป็นศูนย์กลาง สมาชิกในครอบครัวให้กำลังใจและให้การสนับสนุนช่วยเหลือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ นอกจากนี้แรงสนับสนุนทางสังคมก็มีส่วนที่เป็นแรงผลักดันให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างต่อเนื่องโดยใช้แอปพลิเคชั่นด้านสุขภาพ หรือสื่อสารทางสังคม [24]

3. การประเมินสภาพการติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 ของมารดาหลังคลอดวัยรุ่น อาการและอาการแสดง การปฏิบัติตนในระหว่างการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แนวปฏิบัติการป้องกันการติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 สำหรับมารดา สำหรับทารกแรกเกิด สำหรับสมาชิกในครอบครัว [25] โดยใช้แอปพลิเคชั่นด้านสุขภาพ หรือสื่อสารทางสังคม

4. การช่วยเหลือและสนับสนุนกิจกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ผ่านทางสื่อทางสังคม ทางแอปพลิเคชั่นด้านสุขภาพ [24] แอปพลิเคชั่นไลน์ ทางวิดีโอคอลเพื่อสนับสนุน

5. จัดทำการ์ตูนแอนนิเมชั่น ใช้ประกอบการวางแผนก่อนการจำหน่าย โดยจัดทำเป็นชุดความรู้ที่หลากหลายได้แก่ ชุดความรู้กลไกการหลั่งของน้ำนม ชุดความรู้การปฏิบัติตนการแก้ไขปัญหาจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ชุดความรู้แก้ไขปัญหาที่พบบ่อยในการดูแลทารกแรกเกิด ชุดความรู้แนวปฏิบัติการป้องกันการติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 สำหรับมารดา สำหรับทารกแรกเกิด สำหรับสมาชิกในครอบครัว

6. การประเมินผลการสนับสนุนและช่วยเหลือเพื่อนำมาปรับปรุงแนวทางปฏิบัติการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดวัยรุ่นที่ติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 สำหรับมารดา ทารกแรกเกิด สมาชิกในครอบครัว

สรุป

การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดวัยรุ่นที่ติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 ซึ่งเป็นกลุ่มเปราะบางในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนไม่ได้ ดังนั้นปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในกลุ่มนี้จึงเป็นประเด็นสำคัญของสังคมไทยที่ต้องวางระบบการบริการที่สร้างการเข้าถึงบริการและพัฒนาคุณภาพให้ได้ พยาบาลวิชาชีพเป็นหนึ่งในทีมสุขภาพที่มีหน้าที่สำคัญใน

การนำใช้กระบวนการพยาบาล การใช้แนวคิดของการพัฒนาสมรรถนะแห่งตน แนวคิดการดูแลสุขภาพที่มีครอบครัวเป็นศูนย์กลาง มาเป็นกรอบแนวคิด นำไปประยุกต์ปรับใช้และสร้างแนวปฏิบัติการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้เหมาะกับบริบทของมารดาวัยรุ่นที่มีการติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 โดยพยาบาลวิชาชีพต้องเน้นให้มารดาและทารกมีความปลอดภัยตามหลักปราศจากเชื้อและป้องกันการแพร่กระจายเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 นอกจากการใช้กระบวนการพยาบาล การใช้แนวคิดการพัฒนาสมรรถนะแห่งตนและแนวคิดการดูแลสุขภาพที่มีครอบครัวเป็นศูนย์กลางหรือแรงสนับสนุนทางสังคมเป็นหลักในการดูแลแล้ว ในท้ายที่สุดแล้วการดูแลมารดากลุ่มนี้ที่มีความต่อเนื่องด้วยการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลทางด้านสุขภาพจะเป็นกลไกสำคัญของระบบบริการสุขภาพที่ช่วยให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นที่มีการติดเชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 ประสบความสำเร็จอย่างยั่งยืน

กิตติกรรมประกาศ

บทความวิชาการนี้ขอขอบคุณคณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม อาจารย์ณัฐยา เชิงฉลาด ชูพรม และคณาจารย์ทุกท่านที่ให้โอกาสในการศึกษาค้นคว้าและเทียบเคียงประสบการณ์ทำงานของผู้เขียนในการทำงานเป็นพยาบาลวิชาชีพและหัวหน้าหอผู้ป่วยหลังคลอดมาตลอด 38 ปี และได้รับโอกาสมาพัฒนาระบบการศึกษาเพื่อให้ประสบการณ์ทำงานเชิงปฏิบัติการได้นำสู่การเผยแพร่เทียบเคียงและถ่ายทอดสู่การพัฒนาระบบการศึกษาให้แนวคิดหลักการการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดวัยรุ่นได้นำไปใช้ในสถานการณ์จริงต่อไป

เอกสารอ้างอิง (References)

[1] กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2563). **การดูแลหญิงตั้งครรภ์หญิงหลังคลอดและทารกแรกเกิดภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของCOVID-19.** Available from https://covid19.anamai.moph.go.th/web-upload/2xdccaaf3d7f6ae30ba6ae1459eaf3dd66/m_document/6734/34104/file_download/621df7052185dce54911a781c52527cb.pdf

[2] วนิดา ดุรงค์ฤทธิชัย. (2549). การพยาบาลที่มีครอบครัวเป็นศูนย์กลาง : แนวโน้มและบทบาทที่ท้าทายของพยาบาลในการดูแลสุขภาพครอบครัว. **วารสารมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติวิชาการ**, 9(18) ,90-106.

[3] สมาคมเวชศาสตร์ปริกำเนิดแห่งประเทศไทย. (2564). **ข่าวประชาสัมพันธ์และกิจกรรม COVID-19 : สถานการณ์การติดเชื้อในหญิงตั้งครรภ์.** Available from https://www.thaiperinatal.com/news/category/5-0-0-COVID-19

[4] กลุ่มอนามัยแม่และเด็ก สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย. (2564). **ข่าวประชาสัมพันธ์และกิจกรรม COVID-19 : สถานการณ์การติดเชื้อในหญิงตั้งครรภ์.** Available from https://www.thaiperinatal.com/news/category/5-0-0-COVID-19

[5] สุสัญหา ยิ้มแย้ม, สุนิสา ปัทมาภรณ์พงศ์, และ อัมพิกา สุวรรณบุตร. (2021). การพัฒนารูปแบบการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับวัยรุ่น. **พยาบาลสาร**, 48(2) , 259-272.

[6] Ngamnil N, & Kaewkiattikun K. (2019). Prevalence of exclusive breastfeeding among adolescent mothers. **Thai Journal of Obstetrics and Gynecology**, 27(2) ,73-82.

[7] ภัทรพรรรณ ทำดี. (2562). เมื่อแม่ต้องกลับไปทำงาน : ภาวะยากลำบากสำหรับแม่ทำงานในการลี้ยงลูกด้วยนมแม่. **วารสารพัฒนาสังคม**, 21(1) ,77-93.

[8] คณะอนุกรรมการมาตรฐานวิชาชีพ พ.ศ. 2562–2564 (2563). **แนวทางเวชปฏิบัติของราชวิทยาลัยสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทย เรื่องการดูแลรักษาสตรีตั้งครรภ์ที่ติดเชื้อโควิด-19.** Available from

https://covid19.dms.go.th/backend/Content/Content_File/Covid_Health/Attach/256303242141133PM_CPG-Covid-Preg-20Mar20.pdf

[9] World Health Organization. (2020.Breastfeeding and COVID-19. Scientific brief. Available from https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-Sci_Brief-Breastfeeding-2020.1

[10] Anne E Bean, Cary Skene, Eleanor Peirce, and Simon J Clark. (2020). Changing referral patterns, reduced feeding-related problems, and changes in breastfeeding during COVID-19. **Infant**, 16(5) ,190- 92.

[11] World Health Organization. (2021). Frequently Asked Questions: COVID-19 Vaccine and Breastfeeding based on WHO interm recommendations. Available from https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-FAQ-Breast_feeding-Vaccines-2021.1

[12] วิโรจน์ ฉิ่งเล็ก, วารุณี เหตุอินทร์ และอัจฉราวดี ศรียะศักดิ์. (2561). ประสบการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวับรุ่นครรภ์แรก. **วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์**, 10(1) ,122–132.

[13] อัญชนา ปันอินแปง, วรรณา พาหุวัฒนกร, และปิยะนันท์ ลิ้มเรืองรอง. (2564). ผลของโปรแกรมฝึกทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อประสิทธิภาพ การรับรู้สมรรถนะของตน อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวของมารดาวับรุ่นที่มีบุตรคนแรก. **Nursing Science Journal of Thailand**, 39(4) ,27-40.

[14] อิชยา มอญแสง, ศิริพร แสงศรีจันทร์, พัชรินทร์ ไชยบาล, ปุญพิชชา พร้อมสุข, กัลยา จันทร์สุข และ ประทุมพร เพียรจริง. (2559). การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดของโรงพยาบาลพะเยา. **วารสารการพยาบาลและการดูแลสุขภาพ**, 34(3) ,88-95.

[15] เสาวลักษณ์ ค้าของ, และ มยุรี นิรัตธราดร. (2017). ผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นในชุมชน **วารสารสาธารณสุขศาสตร์**, 47(1) ,31-43.

[16] ชุดาณัฏฐ์ ขุนเพชร, และศศิกานต์ กาละ. (2018). ประสบการณ์ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด. **วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์,** 11(2) ,1–11.

[17] Nicki Hartney, Dolores Dooley and Cate Nagle. (2021). Using animation to teach breastfeeding physiology: concept study. **International Breastfeeding Journal.** 16 : 21 Available from https://doi.org/10.1186/s13006-021-00368-2

[18] พรพิมล อาภาสสกุล. (2561). ค่านิยมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาไทย : บทบาทพยาบาล. **วารสารพยาบาลทหารบก**, 19 (ฉบับพิเศษ) ,53–61.

[19] ธัญลักษณ์ แก้วเนตร, อุมาวดี เหลาทอง, สุธรรม นันนมงคลชัย และอาทิตย์ เพ็ชรรักษ์. (2020). ผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับแม่วัยรุ่นผ่านสื่อสังคมออนไลน์ คณะแพทย์ศาสตร์วชิรพยาบาล มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช. **วารสารการพยาบาล การสาธารณสุขและการศึกษา**, 21(3) ,54-66.

[20] อารีรัตน์ วิเชียรประภา. (2561). การจัดการตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ประสบความสำเร็จ. **วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพ**, 34(1) ,150-156.

[21] พัชรินทร์ เงินทองและคณะ, (2560). การส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาโดยบุคลากรทางวิชาชีพต่อพฤติกรรมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ระยะเวลาการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และอัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา: การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ **วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้**, 4(1) , 135-140.

[22] พิชฎา อังคะวานิน, สุริยานิมิตสุข, กิตติพร ประชาศรัยสรเดช, ชุลีพรวรรณ กษมานนท์, และรุจิตรา วินวิชา.(2019). ผลของโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชนที่มีต่อความรู้ และทักษะในการให้คำแนะนำแก่มารดาที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่. **วารสารวิชาการ สถาบันวิทยาการจัดการแห่งแปซิฟิค**, 5(2) ,411 – 419. https://so05.tcithaijo.org/index.php/pacific/article/download/244008/165698/844508

[23] ปราณี ธีรโสภณ, นิตยา พันธ์งาม, และนริชชญา หาดแก้ว. (2559). นวัตกรรมแผ่นเจลประดิษฐ์เพื่อใช้ในการส่งเสริมสุขภาพและบำบัดทางการพยาบาล **วารสารวิทยาลัยพระปกเกล้า จันทบุรี,** 27(2) ,65-77.

[24] Zehra Acar, and Umran Oskay. (2020). Mobile Health Applications Used in Perinatal and Nurse role. **Journal of Education and Research in** Nursing, 18(4) ,451–456.

[25] Haley Abugov, Sandra Catalina Ochoa Marin, Sonia Semenic, and Isabel Cristina Arroyave. (2021). Barrier and facilitators to breastfeeding support practice in a neonatal intensive care unit in Columbia. **Investigation Education Enferm.** 39 (1).1-15. Available fromhttps://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/