

การเปรียบเทียบระดับความตระหนักรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระหว่างก่อนและหลังการให้  
ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่หญิงตั้งครรภ์ ณ โรงพยาบาลแห่งหนึ่งใน จ.นครปฐม

Comparison of Level of Breastfeeding Awareness between Pre and Post-  
Breastfeeding Education in Pregnant Women at a Hospital  
in Nakhon Pathom Province

ภััสสร่า แก้วถาวร<sup>1</sup> และดวงพร ฝาสวรรณ<sup>2</sup>

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

<sup>1</sup>teen5395@gmail.com and <sup>2</sup>duangporn@webmail.npru.ac.th

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเปรียบเทียบระดับการตระหนักรู้ในเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์  
ก่อนและหลังการให้ความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นการศึกษาเชิงปริมาณ ทดสอบความเชื่อมั่นเครื่องมือด้วยสัมประสิทธิ์  
แอลฟา ครอนบาร์คได้ 0.8 เก็บข้อมูลจากหญิงตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ ณ คลินิกฝากครรภ์ โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัด  
นครปฐม จำนวน 34 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ t-test กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 ผลการศึกษารูปได้ว่า  
ความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ค่าเฉลี่ยก่อนให้ความรู้อยู่ในระดับปานกลางและค่าเฉลี่ยหลังให้ความรู้ในระดับมาก วิธีการ  
เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ค่าเฉลี่ยก่อนให้ความรู้ในระดับปานกลางและค่าเฉลี่ยหลังให้ความรู้ในระดับมาก  
การตระหนักรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนของหญิงตั้งครรภ์ค่าเฉลี่ยก่อนให้ความรู้ในระดับน้อยและ  
ค่าเฉลี่ยหลังให้ความรู้ในระดับปานกลาง ดังนั้นควรมีการวางแผนเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจเพื่อให้มีการปรับเปลี่ยน  
ทัศนคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เช่น การจัดทำสื่อหรือเอกสารเกี่ยวกับประโยชน์ของนมแม่

คำสำคัญ: เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การตระหนักรู้ หญิงตั้งครรภ์

### Abstract

*The purpose of this study was to study the promotion of breastfeeding for pregnant women and to compare the level of breastfeeding awareness among pregnant women between before and after breast feeding education. This study was carried out by using quantitative methods. Reliability analysis of questionnaires using Cronbach's alpha result is 0.8. The data was collected from 34 pregnant women attending antenatal clinic. The data were analyzed by using T-test statistic at a significant level 0.05. The results can be concluded that knowledge of breastfeeding prior breastfeeding education was at moderate level, while after breastfeeding education, knowledge was very high. Prior breastfeeding education, breastfeeding practice was at moderate level, while after breastfeeding education, the level was high. The awareness of 6 month breastfeeding was low, prior to breastfeeding education, while after breastfeeding education, the level was moderate. To create the awareness of breastfeeding, the promotion, education activities, and media creation should be increased.*

**Keywords:** breastfeeding, awareness, pregnant women

## 1. บทนำ

แม้ว่าในปัจจุบันนี้มีการรณรงค์ในเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เริ่มมีมากขึ้น แม่และสมาชิกในครอบครัวต่างก็เห็นด้วยกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แต่ถึงอย่างนั้นองค์การอนามัยโลกส่งเสริมให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว ตั้งแต่แรกเกิดจนถึงอายุ 6 เดือน และให้นมแม่ต่อเนื่องร่วมกับอาหารเสริมตามวัยจนลูกอายุครบ 2 ปี สถานการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียวในช่วง 6 เดือนแรกประเทศไทยต่ำที่สุดในทวีปเอเชีย จากรายงานการสำรวจสถานะสุขภาพเด็กไทย (Multiple Indicator Cluster Surveys: MICS) ในปี 2559 โดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ ด้วยการสนับสนุนขององค์การ UNICEF เด็กแรกเกิดเกือบทั้งหมด (ร้อยละ 97.4) เคยกินนมแม่ แต่มีเพียงร้อยละ 39.9 ที่ได้ดื่มนมแม่ในเวลาที่เหมาะสม (ภายใน 1 ชั่วโมงหลังคลอด) ทารกอายุ 0-5 เดือนร้อยละ 23.1 กินนมแม่อย่างเดียว เด็กอายุต่ำกว่า 6 เดือนในภาคเหนือกินนมแม่อย่างเดียวในสัดส่วนที่สูงกว่าภาคอื่น เด็กในประเทศไทยร้อยละ 15.6 กินนมแม่ ต่อเนื่องเป็นระยะเวลา 2 ปี (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2559: 29) แต่ยังไม่บรรลุเป้าหมายอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวในทารกอายุน้อยกว่า 6 เดือนของกรมอนามัย ในปี 2556 ไม่น้อยกว่าร้อยละ 50 องค์การอนามัยโลกกำหนดไว้ที่ร้อยละ 35 ปี (มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย, 2558)

น้ำนมแม่เป็นอาหารจากธรรมชาติที่ดีที่สุดสำหรับทารก ประกอบด้วยสารอาหารและพลังงานที่มีคุณภาพ เหมาะสมสำหรับการเจริญเติบโตของทารกช่วยส่งเสริมพัฒนาการ ลดความเสี่ยงต่อการติดเชื้อและการเกิดโรคไม่ติดต่อในทารกและเด็ก อีกทั้งยังช่วยลดอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ ของแม่ เช่น มะเร็งเต้านม มะเร็งรังไข่ และโรคกระดูกพรุน เป็นต้น นอกจากนี้ยังส่งเสริมความผูกพันระหว่างแม่และทารก อันจะเป็นพื้นฐานสร้างความแข็งแกร่งของสายสัมพันธ์ในครอบครัวองค์การอนามัยโลก (WHO) และองค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ (UNICEF) จึงได้แนะนำว่าควรให้ทารกกินนมแม่อย่างเดียว เป็นระยะเวลา 6 เดือน และให้นมแม่ต่อเนื่องร่วมกับอาหารตามวัยจนถึงอายุ 2 ปีหรือนานกว่านั้น จากการรณรงค์และส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ อย่างจริงจังในช่วงหลายปีที่ผ่านมา ทำให้อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนของประเทศไทยมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น โดยจากรายงานประจำปีของสำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุขพบว่าอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ในปี พ.ศ. 2556 เท่ากับร้อยละ 58.86 และจากการสำรวจอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ของประเทศไทย โดยองค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติปี พ.ศ. 2555 กลับพบว่าอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนของประเทศไทยมีเพียงร้อยละ 12.3

จะเห็นได้ว่าในปัจจุบันแม่มีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ลดลง โดยจะให้ทารกดื่มนมผสมแทนเนื่องจากมีปัญหาในการให้นมบุตรโดยมีอุปสรรคในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เช่น การโฆษณาชวนเชื่อ มีการหลอกล่อโน้มน้าวใจผู้ซื้อว่ามีสูตรผสมของสารอาหารที่ครบถ้วนตามที่ทารกต้องการ การที่ไม่สามารถลาคลอดได้นานพอ โดยปัจจุบันประเทศไทยมีกฎหมายในหญิงหลังคลอดสามารถลาคลอดได้ 3 เดือน ทำให้แม่ต้องรีบมาทำงาน ทำให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ไม่ถึง 6 เดือน สถานที่ทำงานไม่สนับสนุนกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยในสถานที่ทำงานต่างๆ เช่น โรงงาน บริษัท ไม่มีการจัดสถานที่สำหรับหญิงให้นมบุตร มีนายจ้างกดดันทำให้แม่ไม่สามารถปั๊มนมในเวลาทำงานได้ ทักษะคิดและภาพลักษณ์ แม่ส่วนมากคิดว่าการให้นมบุตรจะทำให้เต้านมหย่อน รูปร่างไม่สวย และมีแนวคิดว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมผสมเป็นเรื่องปกติ ทำให้มีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ลดลง

ดังนั้นการศึกษาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นการสำรวจเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ในโรงพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดนครปฐมที่ต้องเลี้ยงลูกเป็นเวลาอย่างน้อย 6 เดือน โดยจะต้องถามถึงปัจจัยของต่างๆ เช่น อาชีพ ฐานะ เศรษฐกิจ ระดับการศึกษา ความรู้ ทักษะคิด และการปฏิบัติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของแม่หลังคลอด เพื่อประเมินความรู้และความสามารถ และเข้าไปส่งเสริมให้ความรู้กับแม่หลังคลอด เพื่อให้มีการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

## 2. วัตถุประสงค์ในการศึกษาวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบระดับการตระหนักรู้ในเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ก่อนและหลังการให้ความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

## 3. วิธีดำเนินการศึกษาวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยวัดก่อนและหลังการทดลอง (Pretest-Posttest Control Group)

## 4. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ศึกษาเป็นหญิงตั้งครรภ์ ไม่จำกัดอายุครรภ์ และจำนวนครั้งของการตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ ณ คลินิกฝากครรภ์ในโรงพยาบาลแห่งหนึ่ง จังหวัดนครปฐม ในปี พ.ศ. 2559 จำนวน 34 คน

กลุ่มตัวอย่างเลือกโดยใช้วิธีการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Simple) โดยเลือกมาจากหญิงตั้งครรภ์ทุกคนที่มาฝากครรภ์ ณ คลินิกฝากครรภ์ ในโรงพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดนครปฐม ระหว่างวันที่ 1 กันยายน -30 ตุลาคม 2560 โดยไม่จำกัดอายุครรภ์และจำนวนการตั้งครรภ์ สามารถสื่อสารด้วยภาษาไทยได้ จำนวน 34 คน

## 5. เครื่องมือโปรแกรมการให้ความรู้ ประกอบด้วย

- 5.1 แผนการสอน จัดทำโดยนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ จากการทบทวนวรรณกรรมเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และความรู้หรือการตระหนักรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- 5.2 ภาพพลิกให้ความรู้เกี่ยวกับเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จัดทำโดยสมาคมแม่แห่งประเทศไทย
- 5.3 แผ่นพับเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จัดทำโดยนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์
- 5.4 VDO การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

## 6. การทดสอบคุณภาพเครื่องมือ

แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการตระหนักรู้ในเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งสร้างโดยการทบทวนวรรณกรรม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทดสอบความเที่ยง (Validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่านซึ่งเชี่ยวชาญด้านการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ นำเครื่องมือมาปรับตามข้อเสนอแนะแล้วนำแบบทดสอบความรู้มาหาค่า KR 20 ค่าความเชื่อมั่นโดยทดสอบด้วยสัมประสิทธิ์แอลฟา ครอนบาร์ค (Cronbach's Alpha) กับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ได้ค่า .80

## 7. การวิเคราะห์ข้อมูล

- 7.1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ใช้ค่าร้อยละ ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
- 7.2 การเปรียบเทียบคะแนนความตระหนักรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก่อนและหลังการให้ความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ โดยวิธี Paired t-test
- 7.3 การเปรียบเทียบคะแนนความตระหนักรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ โดยวิธี Paired t-test

## 8. ผลการวิจัย

### 8.1 ข้อมูลส่วนตัว

ลักษณะข้อมูลส่วนบุคคล วิเคราะห์โดยใช้สถิติร้อยละ แจกแจงตามความถี่ โดยกลุ่มตัวอย่างของหญิงตั้งครรภ์ที่สำรวจจำนวน 34 คน พบลักษณะข้อมูลตามตารางดังนี้

ตารางที่ 1 ลักษณะของข้อมูลทั่วไปของหญิงตั้งครรภ์ที่มารับการตรวจครรภ์

(n=34)

	ข้อมูลส่วนตัว	ร้อยละ
อายุ	น้อยกว่า 15 ปี	5.9
	15- 24	44.1
	25 -34	35.3
	มากกว่า 34	14.7
การศึกษา	ประถมศึกษา	12.5
	มัธยมศึกษา	46.9
	ปวช./ปวส.	12.5
	ปริญญาตรีขึ้นไป	28.1
อาชีพ	ข้าราชการ	6.2
	รัฐวิสาหกิจ	9.4
	เกษตรกร	3.1
	ค้าขาย	9.4
	แม่บ้าน	28.1
	รับจ้าง	40.7
	นักเรียน/นักศึกษา	3.1
รายได้	เพียงพอ	65.6
	ไม่เพียงพอ	34.4
จำนวนครรภ์	ครรภ์แรก	46.9
	ครรภ์ที่ 2	37.5
	ครรภ์ที่ 3	15.6
อายุครรภ์	อายุครรภ์ 4 เดือน	3.1
	อายุครรภ์ 6-7 เดือน	71.9
	อายุครรภ์ 8-9 เดือน	25
ประสบการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	ไม่เคย	53.1
	3 เดือน	3.1
	6 เดือน	25
	6 เดือนถึง 1 ปี	9.4
	มากกว่า 1 ปี	9.4

ลักษณะข้อมูลส่วนบุคคลจากตารางที่ 1 วิเคราะห์โดยใช้สถิติร้อยละ แจกแจงตามความถี่ โดยกลุ่มตัวอย่างของหญิงตั้งครรภ์ที่สำรวจจำนวน 34 คน ส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุพบว่ามีช่วงอายุ 15-24 ปี ร้อยละ 44.1 รองลงมา 25-35 ปี ร้อยละ 35.3 อายุมากกว่า 34 ปี ร้อยละ 14.7 อายุน้อยกว่า 15 ปีมีเพียงร้อยละ 5.9 ระดับการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา ร้อยละ 12.5 มัธยมศึกษา ร้อยละ 46.9 ปวช./ปวส. ร้อยละ 12.5 และระดับปริญญาตรีขึ้นไป ร้อยละ 28.1 ข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพพบว่า หญิงตั้งครรภ์ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 40.6 รองลงมาเป็นแม่บ้านร้อยละ 28.1 รัฐวิสาหกิจและค้าขาย ร้อยละ 9.4 เป็นข้าราชการร้อยละ 6.2 และประกอบอาชีพเกษตรกรและนักเรียน/นักศึกษา น้อยที่สุดร้อยละ 3.1 มีการสำรวจรายได้ว่า เพียงพอต่อการใช้จ่ายใน 1 เดือน พบว่า เพียงพอ ร้อยละ 65.6 ไม่เพียงพอ ร้อยละ 34.4 การสำรวจประสบการณ์ในการตั้งครรภ์พบว่า ตั้งครรภ์ครั้งที่ 1 ร้อยละ 46.9 ตั้งครรภ์ครั้งที่ 2 ร้อยละ 37.5 และตั้งครรภ์ครั้งที่ 3 ร้อยละ 15.6 ส่วนอายุครรภ์ของหญิงตั้งครรภ์อายุครรภ์น้อยกว่า 4 เดือน ร้อยละ 3.1 ส่วนใหญ่หญิงตั้งครรภ์อายุครรภ์ 6-7 เดือน ร้อยละ 71.9 อายุครรภ์ 8-9 เดือน ร้อยละ 25 และข้อมูลเกี่ยวกับประสบการณ์การเคยเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นานกี่เดือนพบว่า ไม่เคยเลย ร้อยละ 53.1 เคยเลี้ยงนมแม่ 3 เดือน ร้อยละ 3.1 เคยเลี้ยงนมแม่ 6 เดือน ร้อยละ 25 เคยเลี้ยงนมแม่ 6-12 เดือน ร้อยละ 9.4 และเคยเลี้ยงนมแม่มากกว่า 1 ปี ร้อยละ 9.4

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมให้ความรู้เรื่องการตระหนักในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	(n=34)		t*	Sig
	ก่อนทดลอง Mean (SD)	หลังทดลอง Mean (SD)		
ความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ของหญิงตั้งครรภ์	2.26 (1.18)	3.22 (1.43)	5.09	0.000

\*p < .001

เกณฑ์ในการวิเคราะห์และแปลข้อมูล จากตารางที่ 2-3 ดังนี้

3.51 – 4.00 หมายถึง	ระดับความรู้และวิธีในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นาน 6 เดือนอยู่ในระดับมากที่สุด
2.51 – 3.50 หมายถึง	ระดับความรู้และวิธีในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นาน 6 เดือนอยู่ในระดับมาก
1.51 – 2.50 หมายถึง	ระดับความรู้และวิธีในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นาน 6 เดือนอยู่ในระดับปานกลาง
0.00 – 1.50 หมายถึง	ระดับความรู้และวิธีในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นาน 6 เดือนอยู่ในระดับน้อย

## 8.2 ความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (จากตารางที่ 2)

ค่าเฉลี่ยก่อนให้ความรู้ = 2.26 แปลผล ระดับความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นาน 6 เดือนอยู่ในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ยหลังให้ความรู้ = 3.22 แปลผล ระดับความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นาน 6 เดือนอยู่ในระดับมาก

### ตารางที่ 3 เปรียบเทียบวิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมให้ความรู้เรื่องการตระหนักรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

วิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง	t*	Sig
	Mean (SD)	Mean (SD)		
วิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์	2.36 (1.95)	3.28 (2.02)	5.79	0.000

(n=34)

\*p &lt; .001

#### 8.3 วิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (จากตารางที่ 3)

ค่าเฉลี่ยก่อนให้ความรู้ = 2.36 แปลผล ความรู้วิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นาน 6 เดือนอยู่ในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ยหลังให้ความรู้ = 3.28 แปลผล ความรู้วิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นาน 6 เดือนอยู่ในระดับมาก

### ตารางที่ 4 เปรียบเทียบการตระหนักรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนของหญิงตั้งครรภ์ ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมให้ความรู้เรื่องการตระหนักรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

การตระหนักรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง	t*	Sig
	Mean (SD)	Mean (SD)		
การตระหนักรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน	1.32 (0.58)	1.58 (0.75)	1.72	0.002

\*p &lt; .01

#### 8.4 การตระหนักรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนของหญิงตั้งครรภ์ (ตารางที่ 4)

จากตารางที่ 4 ผลการวิเคราะห์เป็นดังต่อไปนี้

ค่าเฉลี่ยก่อนให้ความรู้ = 1.32 แปลผลระดับการตระหนักรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นาน 6 เดือนอยู่ในระดับน้อย

ค่าเฉลี่ยหลังให้ความรู้ = 1.58 แปลผลระดับการตระหนักรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นาน 6 เดือนอยู่ในระดับปานกลาง

การตระหนักรู้ได้แก่ ความเป็นไปได้มากน้อย ในเรื่องความตั้งใจของหญิงตั้งครรภ์ที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นาน 6 เดือน แม้ว่าจะมีบุคคลคัดค้าน เมื่อเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำเร็จเกิน 6 เดือนจะทำให้เกิดความภาคภูมิใจ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ย่อมมีอุปสรรคต่างๆ หญิงตั้งครรภ์จะมีความพยายามที่จะฟันฝ่าไปได้ โดยมีบุคคลในครอบครัว และเพื่อนบ้านคอยสนับสนุน เพื่อสุขภาพที่ดีของลูก รวมทั้งส่งเสริมความสัมพันธ์อันดีระหว่างแม่ลูกเพื่อให้ลูกเติบโตเป็นเด็กที่มีคุณภาพ

### 9. สรุปผลการวิจัยและอภิปราย

9.1 หญิงตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ที่คลินิกฝากครรภ์มีความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ก่อนให้ความรู้มีระดับความรู้อยู่ในระดับปานกลาง หลังให้ความรู้มีระดับความรู้อยู่ในระดับมาก ผู้วิจัยได้ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน โดยให้ความรู้ข้อมูล คำแนะนำ ประโยชน์ของนมแม่ที่มีต่อแม่และบุตร และเล่าถึงแม่ที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่นาน 2 ปี ทำให้แม่เกิดความตระหนัก ครีทธา และเห็นประโยชน์ของนมแม่ต่อสุขภาพแม่ ทารก และสถานะครอบครัว เมื่อเล็งเห็นว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นสิ่งที่ดี จึงเกิดความเชื่อมั่นว่าตนเองได้ปฏิบัติในสิ่งที่ถูกต้องเหมาะสม แม่จึงมีความตระหนักและตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ดังนั้นแม่ที่มีความรู้เรื่องความรู้เรื่องประโยชน์ในการเลี้ยง

ลูกด้วยนมแม่อยู่ในระดับมากจะมีการตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนสูงกว่าแม่ที่มีความรู้เรื่องประโยชน์ของนมแม่น้อย (จิรา ขอบคุณ ภัทรภร สถุขสมบัติ และนฤมล ชูริรัง, 2553; ธาวิณี ชาญชัชวาลและคณะ, 2552; วรณวิมล วิเชียรฉาย ทิพวรรณ ลัมประไพพงษ์และจันทรมาศ (เสาวรส, 2549; อาภา วังคำ นิตยา ไทยภิรมณ์ และอุษณีย์ จินตะเวช, 2554) เช่นเดียวกับผลการศึกษาคั้งนี้ซึ่งพบว่าหลังให้ความรู้ในเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นาน 6 เดือนสูงกว่าก่อนให้โปรแกรมความรู้

9.2 วิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หญิงตั้งครรภ์ในโรงพยาบาลแห่งหนึ่ง ในจังหวัดนครปฐม ทราบถึงวิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งได้แก่ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การเตรียมตัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประโยชน์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำในการอุ้มลูกเพื่อให้นม เทคนิค 3 จุด วิธีการเก็บน้ำนม และระยะเวลาในการเก็บน้ำนม ก่อนการให้ความรู้วิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หญิงตั้งครรภ์มีความรู้เกี่ยวกับวิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อยู่ในระดับปานกลาง และหลังจากการให้ความรู้วิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หญิงตั้งครรภ์มีความรู้เกี่ยวกับวิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อยู่ในระดับมาก อาจเนื่องมาจากหญิงตั้งครรภ์มีประสบการณ์ในการร่วมกิจกรรมการให้ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในช่วงเวลาระหว่างที่มาฝากครรภ์ที่โรงพยาบาล ทำให้แม่มีความรู้ความเข้าใจเรื่องวิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และประโยชน์ของนมแม่ที่เพิ่มขึ้น และส่งผลให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีโอกาสประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากขึ้น (ดรัมมี่ชี สา และอุสนา ดอเลื้อ, 2557)

9.3 การตระหนักรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน จากการศึกษาลักษณะกลุ่มตัวอย่างพบว่าหญิงตั้งครรภ์ในด้านของการตระหนักรู้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พบว่าก่อนการให้ความรู้นั้นมีการตระหนักรู้ในระดับน้อย แม่ส่วนมากมีความตั้งใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน หากเลี้ยงด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนได้สำเร็จจะมีความภาคภูมิใจ บุคคลในครอบครัวสนับสนุนให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่จะสามารถทำให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้นานขึ้นและยังเป็นผลดีต่อสุขภาพของลูก ทั้งยังเป็นการสร้างสัมพันธ์ที่ดีระหว่างแม่และลูก หลังจากการให้ความรู้แก่แม่ พบว่าแม่มีความตระหนักรู้ในระดับปานกลาง นับว่ามีการตระหนักรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากขึ้น น่าจะทำให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ประสบความสำเร็จ (จันทร์สม สมศรี, 2557) ถ้าช่วงหลังคลอดมีการให้ความรู้และให้การช่วยเหลือแม่ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง แม้ในเวลาที่มีอุปสรรคและปัญหาต่างๆ ในการให้นมแม่ แม่จะตระหนักและตัดสินใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ประสบความสำเร็จต่อไป (นริลักษณ์ สุวรรณโนบล, จินตนา วัชรสินธุ์ และวรรณิ์ เดียววิศเรศ, 2558: 207)

## 10. ข้อเสนอแนะ

### 10.1 ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้

10.1.1 ผลการวิจัย พบว่า มีหญิงตั้งครรภ์ที่ตั้งใจจะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ดังนั้นควรมีการให้ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่หญิงตั้งครรภ์ ครอบครัวอย่างถูกต้องและเหมาะสม เพื่อส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์มีแนวทางในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนานมากกว่า 6 เดือนและประสบผลสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนต่อไป

10.1.2 ผลการวิจัยในเรื่องการเปรียบเทียบก่อนและหลังการให้ความรู้เกี่ยวกับการตระหนักรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ ณ โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดนครปฐมพบว่า มีการตระหนักรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากขึ้นกว่าก่อนให้ความรู้ ดังนั้นควรมีการวางแผนเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจเพื่อให้มีการตระหนักรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้มากขึ้นอีก เช่น การจัดทำสื่อการสอน หรือเอกสารเกี่ยวกับประโยชน์ของนมแม่ การนำผู้มีชื่อเสียงในสังคมที่รณรงค์การให้นมแม่เข้ามามีส่วนร่วมในการให้ความรู้ดังกล่าว

10.1.3 นำไปใช้เป็นพื้นฐานในการจัดทำนโยบายให้มีการจัดอบรมให้ความรู้แก่หญิงตั้งครรภ์และครอบครัว เช่น สามี บิดา แม่ของหญิงตั้งครรภ์ ให้มีความรู้ ทักษะ ทักษะการปฏิบัติในการส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์ให้สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างเหมาะสมภายหลังคลอดต่อไป



10.1.4 กำหนดนโยบาย ในการช่วยเหลือหญิงตั้งครรภ์ที่ต้องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ประสบปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในครรภ์ก่อนหน้าหรือมีความผิดปกติของเต้านม เนื่องจากการช่วยเหลือนี้จำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือจากบุคลากรทางสาธารณสุข เพื่อให้การช่วยเหลือหญิงตั้งครรภ์ ตลอดจนการติดตามประเมินผลอย่างต่อเนื่อง

## 10.2 ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยต่อไป

10.2.1 การศึกษาครั้งนี้ อาจมีปัจจัยอื่น ๆ ที่มีผลต่อความตั้งใจซึ่งผู้วิจัยยังไม่ได้ศึกษา เช่น อิทธิพลของนโยบายในหน่วยงานที่เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ รวมทั้งบุคลิกภาพและสภาพจิตใจของกลุ่มตัวอย่างด้วย

10.2.2 ทำการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยศึกษาตัวแปรอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น บุคคลที่มีอิทธิพลต่อหญิงตั้งครรภ์ที่ต้องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ อุปสรรคของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และพฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นต้น

10.2.3 เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเฉพาะกลุ่มหญิงตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ ดังนั้นจึงควรศึกษาเรื่องการตระหนักรู้ในเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงหลังคลอดลูกด้วย

## 11. เอกสารอ้างอิง

- ชนิษฐา ปานยิ้ม และกรรณิการ์ กันชะรักษา. (2555). ประสิทธิภาพของการใช้แนวปฏิบัติที่เป็นเลิศสำหรับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โรงพยาบาลพบพระ จังหวัดตาก. *พยาบาลสาร*, 39 (2), 66-78.
- ชนิษฐา เมฆกมล, จริญญา ตีจะโปะ, ชญาดา เนตรกระจ่าง. (2556). ผลของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยเน้นครอบครัวเป็นศูนย์กลางต่อความรู้ ทักษะคติ ของแม่หลังคลอดและ ครอบครัว และอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน. *วารสารวิทยาลัยพยาบาล พระปกเกล้า จันทบุรี*, 24 (2), 47-59.
- จันทร์สม สมศรี. (2557). ผลการเสริมสร้างพลังอำนาจ ต่อการรับรู้ความสามารถในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของแม่วัยรุ่น. ค้นเมื่อ 28 กุมภาพันธ์ 2561 จาก <https://dlibrary.thai breastfeeding.org/bitstream/handle/023548404.11/344/TBC-TNBC-2015>.
- ธิดารัตน์ หวังสวัสดิ์, นันทา กาเลี้ยง, อนงค์ ภิบาล, รัตนา ใจสมคม, และ วนิสา หะยีเซะ. (2557). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ของแม่ในจังหวัดนราธิวาส. *พยาบาลสาร*, 41 ฉบับพิเศษ, 123-133.
- ดรัมมีชี สา และ อุสนา ดอเลาะห์. (2557). การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามบทบัญญัติอิสลาม: กรณีศึกษาครอบครัวมุสลิมในหมู่บ้านบาเฆะ ต.โคกเคียน อ.เมือง จ.นราธิวาส. *วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 1 (2), 20-29.
- นริลักษณ์ สุวรรณโนบล, จินตนา วัชรสินธุ์ และวรรณิ เดียววิเศษ. (2558). ปัญหาและความต้องการการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของแม่วัยรุ่น: กรณีศึกษาโรงพยาบาลด่านขุนทด. *Journal of Nursing and Health care*, 33 (4), 200-210.
- ภัทรพร ชูประพันธ์, วิณา เทียงธรรม, และปาหนัน พิษยภิญโญ. (2557). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน ของแม่ในเขตภาคกลางตอนล่าง. การประชุมวิชาการเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา ครั้งที่ 15 มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 1723-1732.
- ขวัญใจ รุ่งเรือง และกัญญาดา ประจุศิลป์. (2550). ผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของแม่ที่ทำงานนอกบ้าน. *วารสารพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*, 19 (3), 126-137.

จิรนนท์ วีรกุล. (2559). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความสำเร็จในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนในโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยนเรศวร. นเรศวรวิจัย ครั้งที่ 12. วิจัยและนวัตกรรมกับการพัฒนาประเทศ. (746-757).

สุดาภรณ์ พยัคฆเรือง และคณะ. (2559). ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระยะแรกหลังคลอด: ประสบการณ์ของแม่. วารสารพยาบาลศาสตร์ ศิริราชพยาบาล. 34 (3), 30-40.

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2559). การสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทย พ.ศ. 2558-2559. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สำนักงานสถิติแห่งชาติ.

Suphunnika Panbangpra , Parnnarat Sangperm. (2013). Knowledge, Attitude, and Practice of Breastfeeding Promotion among Nurses in Private Hospitals. *Journal of nursing science*. 31 (1), 70-79.