Breastfeeding and Work

Let's make it work!

ภาคีร่วมใจ ช่วยแม่ไทยให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล สนับสนุนให้แม่ทำงานเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

อตฺตานํ อุปมํ กเร
มหาวิทยาลัยมหิดล
คณะพยาบาลศาสตร์
พยาบาลของแผ่นดิน

เป้าประสงค์ของสัปดาห์นมแม่โลก ของ WABA ปี 2015

1. จุดประกายให้ทุกภาคีมีส่วนสนับสนุนให้แม่ทุกหนแห่งทำงานร่วมกับให้นมแม่ไปด้วยได้
2. ส่งเสริมให้นายจ้างลงมือทำอย่างจริงจังเพื่อให้สถานที่ทำงานเป็นมิตรกับครอบครัว และพ่อแม่ลูก และช่วยเหลือให้หญิงทำงานสามารถให้นมแม่อย่างต่อเนื่องได้
3. ประกาศให้ผู้คนรับทราบถึงสิทธิ์ที่ตนเองพึงมีเกี่ยวกับการลาคลอด และการปกป้องสิทธิ์ของแม่ เพื่อให้สังคมตระหนักว่าต้องทำตามกฎหมายที่เกี่ยวข้องให้เข้มแข็งขึ้น
4. สร้างความแข็งแกร่ง เกื้อหนุน และนำเสนอการปฏิบัติที่ช่วยเหลือให้แม่ทำงานในที่ทำงานที่ไม่ปกติธรรมดาสามารถให้นมแม่ได้
5. เข้ามีส่วนร่วมกับกลุ่มเป้าหมาย เช่น องค์กรเพื่อสิทธิ์คนทำงาน สมาคมการค้า กลุ่มเยาวชนและสตรี เพื่อปกป้องสิทธิ์ในการให้นมแม่ในที่ทำงาน

ประเด็นในการสนับสนุน

เวลา

1. การปกป้องสิทธิ์หญิงหลังคลอดให้ลาคลอดโดยได้รับค่าจ้างเต็มได้ 6 เดือน ถ้าลาคลอดได้น้อยกว่านี้ ต้องมีวิธีการที่จะยืดวันลาให้นานขึ้น เพื่อแม่จะได้อยู่กับลูกได้มากขึ้น โดยได้ค่าจ้างเต็มหรือบางส่วน
2. เพิ่มวันลาคลอดโดยได้รับค่าจ้างสำหรับแม่ที่คลอดลูกก่อนกำหนด หรือลูกมีปัญหาสุขภาพที่ต้องการการดูแลเป็นพิเศษ และต้องการน้ำนมแม่เพื่อช่วยชีวิตลูก
3. มีช่วงพัก (Breastfeeding break) วันละ 1-2 ช่วง หรือลดชั่วโมงทำงานลงเพื่อให้นมแม่
4. มีชั่วโมงทำงานที่ยืดหยุ่นได้ เช่น การทำงานบางเวลา (เพื่อมีเวลาไปให้นมแม่หรือบีบน้ำนมแม่เก็บ) หยุดพักกลางวันยาวขึ้น แบ่งงานและช่วยกันทำงาน

สถานที่

1. มีสถานที่ดูแลทารกและเด็กในที่ทำงานหรือใกล้เคียง จัดหาวิธีให้แม่เดินทางไปอยู่กับลูก สำหรับที่ทำงานในชนบทห่างไกลและงานที่ทำบางช่วงฤดูกาล อาจจัดให้มีหน่วยดูแลเด็กเคลื่อนที่ หรือผลัดกันดูแลเด็ก ถ้าวัฒนธรรมที่ใดยอมรับการให้ลูกดูดนมจากแม่คนอื่น (แม่นม) ก็ให้มีการจัดการตามวัฒนธรรมชุมชนนั้นๆ
2. มีพื้นที่ส่วนตัวเพื่อบีบเก็บน้ำนม และอุปกรณ์สำหรับแช่เก็บน้ำนม อาจเป็นห้อง มุม หรือพื้นที่ที่ปลอดภัยใกล้ๆ ที่ทำงาน
3. สภาพแวดล้อมในที่ทำงานสะอาด ปลอดภัยจากขยะ สารพิษ และสารเคมี

การสนับสนุน

1. ข้อมูลเกี่ยวกับกฎหมายลาคลอดและสิทธิประโยชน์ต่างๆ ของหญิงหลังคลอด รวมทั้งสิทธิ์ในที่ทำงาน องค์กรต่างๆ ซึ่งอาจดีกว่าที่กฎหมายกำหนด
2. ทัศนคติที่ดีของนายจ้าง ผู้บริหาร หัวหน้างาน เพื่อนร่วมงาน เกี่ยวกับการให้นมแม่ในที่สาธารณะ
3. ข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพของแม่ระหว่างตั้งครรภ์และให้นมบุตร เพื่อให้มีสามารถดีขึ้นในการทำงานคู่ไปกับการให้นมแม่และความต้องการในการดูแลบุตร
4. การสนับสนุนจากสมาคมการค้า หรือสมาคมลูกจ้างทั้งในระดับที่ทำงานและระดับชาติ
5. ความมั่นคงของงานที่ทำและไม่มีการเลือกปฏิบัติสำหรับหญิงที่มีบุตรและเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

แปลและเรียบเรียงโดย
แพทย์หญิง ศิริพัฒนา ศิริธนาวัฒนกุล (มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย)