



ศูนย์ฝึกอบรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และโภชนาการเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ ได้จัดกิจกรรมสหสาขาวิชาชีพเป็นประจำ เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สำหรับเดือนมิถุนายนได้จัดให้มีการสนทนา เรื่อง “เคล็ดลับสู่ความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่” เมื่อวันพุธที่ 13 มิถุนายน 2555 เวลา 12.00-14.00 น. ณ ห้องประชุม 801/1 มีผู้สนใจเข้าร่วมกิจกรรม ประกอบด้วยอาจารย์พยาบาล บุคลากร และนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษารวม 18 คน

ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ตรงในการให้ลูกกินนมแม่ และจากการดูแลแม่หลังคลอดเพื่อให้ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีประเด็นสำคัญที่สรุปได้จากการสนทนา ดังนี้

1. แม่ต้องมีการเตรียมตัวเตรียมใจให้พร้อมตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ และเตรียมการต่างๆ ไว้ล่วงหน้า โดยเฉพาะแม่ที่ต้องไปทำงาน เตรียมพูดคุยกับสามี และครอบครัวเพื่อช่วยสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. แม่มือใหม่หลังคลอดพบว่าแม่จะมีความรู้มาก่อนแต่เมื่อมาเจอปัญหาลูกร้อง ไม่มีน้ำนม ครอบครัวจะให้นมผสมและน้ำเสริมให้ลูก ก็ทำให้ขาดความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ ถ้าได้คลอดในโรงพยาบาลที่สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และมีบุคลากรที่มีความรู้ ความสามารถในการให้คำแนะนำช่วยเหลือก็จะดีมาก
3. เริ่มให้ลูกดูดนมเร็วภายใน 1 ชั่วโมงหลังคลอด ถ้าต้องผ่าตัดคลอดลูกก็ควรให้โดยเร็วเมื่อแม่พร้อม ให้ลูกดูดบ่อยทุก 2-3 ชั่วโมง และดูดอย่างถูกวิธี ดูดให้ลึกถึงลานนม และดูดให้เกลี้ยงเต้า จะทำให้น้ำนมมาเร็วและเพียงพอกับความต้องการของลูก ถ้าลูกกินนมอิ่มจะหลับได้ดี ไม่ร้องกวน
4. สามีและครอบครัวจะมีส่วนช่วยให้แม่ได้พักผ่อนและไม่เครียด จัดหาอาหารเพิ่มน้ำนมให้แม่รับประทาน

ภายหลังการสนทนาได้มีการสรุปเนื้อหาที่สำคัญและแนวทางปฏิบัติเพื่อช่วยให้แม่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยวิทยากรของศูนย์ฝึกอบรมฯ

## ข่าววิจัย

### กิจกรรมส่งเสริมและสนับสนุนการตีพิมพ์เผยแพร่ผลงานวิจัยสู่ระดับนานาชาติ

งานส่งเสริมและพัฒนางานวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จัดกิจกรรมส่งเสริมและสนับสนุนการตีพิมพ์เผยแพร่ผลงานวิจัยสู่ระดับนานาชาติ ซึ่งได้รับเกียรติจาก Professor Dr. Sue Turale จาก Yamaguchi University ในการเป็นที่ปรึกษาการเขียนและตรวจภาษาอังกฤษ บทความต้นฉบับสำหรับตีพิมพ์เผยแพร่ (Manuscript) ระหว่างวันที่ 28 - 29 พฤษภาคม 2555 ณ ห้อง 405 คณะพยาบาลศาสตร์ โดยภาพรวมของการอบรมครั้งนี้ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมประเมินผลการจัดกิจกรรมอยู่ในระดับดี และดีมาก

### การเสวนาในหัวข้อเรื่อง “การวิเคราะห์ทุติยมาน (Secondary Analysis)”

งานส่งเสริมและพัฒนางานวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จัดเสวนาในโครงการส่งเสริมสนับสนุนการสร้างและเผยแพร่ผลงานวิจัยที่มีคุณภาพ เพื่อเพิ่มพูนความรู้ในการวิจัย ในหัวข้อเรื่อง “การวิเคราะห์ทุติยมาน (Secondary Analysis)” โดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นพพร ว่องสิริมาต ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยะนันท์ ลิ้มเรืองรอง และอาจารย์ ดร.เกศศิริ วงษ์คงคำ โดยมีรองศาสตราจารย์ ดร.ทศนี ประสพกิตติคุณ ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายวิจัย เป็นผู้ดำเนินรายการ เมื่อวันพุธที่ 27 มิถุนายน 2555 เวลา 13.00 - 16.00 น. ณ ห้อง 504 คณะพยาบาลศาสตร์ สำหรับการจัดกิจกรรมในครั้งนี้ มีผู้เข้าร่วมกิจกรรมจำนวนมาก และได้รับความรู้จากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน โดยภาพรวมของการอบรมครั้งนี้ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมประเมินผลการจัดกิจกรรมอยู่ในระดับดี และดีมาก