

## การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ในทารกที่มีภาวะเจ็บป่วย

อาจารย์ ดร.สุตาภรณ์ พัยคฆเรือง ภาควิชาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์



การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นพฤติกรรมอันเป็นธรรมชาติของมนุษย์ และน้ำนมแม่เป็นอาหารที่เหมาะสมที่สุดสำหรับลูก ทำให้ลูกเจริญเติบโต ร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ แต่ลูกบางคนมีปัญหาสุขภาพ มีภาวะเจ็บป่วย ไม่สามารถดูดนมแม่จากเต้าได้ จึงต้องการความช่วยเหลือและสนับสนุนจากบุคลากรทางการแพทย์เป็นพิเศษ แม่ที่ลูกป่วยตั้งแต่แรกเกิด ก็ควรได้รับการดูแล ส่งเสริมและสนับสนุนเช่นกัน การดูแลแม่ทางด้านร่างกายนั้น อาจมุ่งเน้นไปในเรื่องของอาหารและการพักผ่อน เช่น ควรมีห้องนอนสำหรับแม่ที่ต้องการพักผ่อน เพื่อให้แม่ได้ดูแลลูกได้อย่างใกล้ชิด ควรสร้างบรรยากาศของที่พักให้ใกล้เคียงกับบ้าน เช่น มีห้องน้ำ ห้องอาหาร เพื่อให้แม่มีส่วนร่วมและเป็นส่วนหนึ่ง และพักผ่อนได้อย่างเต็มที่ นอกจากนี้ ควรจัดให้มีห้องปั๊มน้ำนม เพื่อให้แม่สามารถมาปั๊มน้ำนมให้แก่ลูกได้ตลอดเวลา

ในการดูแลทางด้านจิตใจของแม่และครอบครัวนั้น บุคลากรทางการแพทย์ควรเปิดโอกาสให้แม่และพ่อได้เข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลลูก เช่น อาบน้ำ เปลี่ยนผ้าอ้อม ป้อนนมให้ลูก เป็นต้น ซึ่งการดูแลแม่และครอบครัวอย่างเบ็ดเสร็จนั้น จะเป็นการช่วยให้แม่คลายความวิตกกังวลเกี่ยวกับภาวะความเจ็บป่วยของลูก และยังทำให้ร่างกายของแม่สามารถสร้างน้ำนมได้อย่างต่อเนื่อง ยังคงมีน้ำนมให้ลูกกินด้วยวิธีการอื่นๆ เช่น การให้ทางสายให้อาหาร การป้อนด้วยช้อน หรือป้อนด้วยถ้วย ได้อย่างสม่ำเสมอ รอจนกว่าลูกจะสามารถดูดนมจากเต้าของแม่ได้ และเมื่อลูกมีอาการดีขึ้น แม่จะได้รับการฝึกให้นมจากเต้าจนแน่ใจได้ว่าแม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ จึงจะจำหน่ายให้กลับบ้าน ถ้าพบว่าแม่คนใดมีปัญหาที่ซับซ้อนเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เช่น แม่มีปัญหาหัวนมหรือเต้านม ลูกมีภาวะล้นติด เป็นต้น อาจต้องส่งปรึกษาที่คลินิกนมแม่หรือในกรณีที่มีปัญหาล้นติด ซึ่งประเมินโดย Siriraj Tongue Tie Score (STT Score) แล้วพบว่าลูกดูดนมแม่ไม่มีประสิทธิภาพ จำเป็นต้องส่งปรึกษา

ศัลยกรรมเด็กเพื่อพิจารณาทำการขลิบพังผืดใต้ลิ้น (frenulotomy) ต่อไป (มงคล เลหาเพ็ญแสง, 2553; สุตาภรณ์ พัยคฆเรือง, 2557)

แม้ว่าองค์การอนามัยโลกได้กำหนดแนวทางการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในทารกปกติ ที่เรียกว่าแนวปฏิบัติบันได 10 ขั้นสู่ความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (Ten steps to successful breastfeeding) แต่องค์การอนามัยโลกยังไม่ได้มีการกำหนดแนวปฏิบัติในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในทารกที่มีภาวะเจ็บป่วย อย่างไรก็ตาม ในปัจจุบันนี้ได้มีองค์ความรู้จากผู้เชี่ยวชาญต่างๆ ที่ศึกษาในด้านนี้ หนึ่งในนั้นคือ Prof. Diane L Spatz (2004) ได้เสนอแนวทางในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในทารกที่มีภาวะเจ็บป่วยเป็นบันได 10 ขั้นตอน ดังนี้

1. **Informed decision** เป็นการให้ข้อมูลเกี่ยวกับนมแม่อย่างละเอียดกับพ่อแม่และครอบครัวของเด็กว่านมแม่นั้นมีประโยชน์อย่างไรและมีความจำเป็นมากแค่ไหนที่ต้องเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. **Establishment and maintenance of milk supply** เป็นความรู้และวิธีการเพื่อให้ได้มาซึ่งน้ำนมแม่สำหรับให้เด็กป่วยในกรณีต่างๆ
3. **Human milk management** เป็นวิธีการเก็บและใช้น้ำนมแม่ในการเลี้ยงดูทารกป่วยที่ถูกต้องและเหมาะสม
4. **Oral care** เป็นขั้นตอนและวิธีการต่างๆ ในการให้นมแม่กับทารกที่ป่วย
5. **Skin to skin care** เป็นการกระตุ้นให้แม่พร้อมที่จะมีน้ำนมและทำให้ลูกพร้อมที่จะรับนมแม่ด้วยการสัมผัสแบบเนื้อแนบเนื้อ
6. **Nonnutritive sucking at the breast** เป็นการกระตุ้นให้เด็กทารกมีความคุ้นเคยกับเต้านมแม่
7. **Transition to breast and technology to support breastfeeding** เป็นเทคนิคและวิธีการที่จะปรับให้เด็กทารกสามารถดูดนมจากเต้าได้
8. **Measuring milk transfer** เป็นวิธีการประเมินว่าทารกป่วยได้รับน้ำนมแม่เพียงพอหรือไม่
9. **Preparation for discharge** หรือการเตรียมพร้อมสำหรับแม่และทารกป่วยก่อนกลับบ้าน
10. **Appropriate follow-up** ซึ่งจะต้องมีการให้คำแนะนำช่วยเหลือในการแก้ไขปัญหาอย่างเหมาะสมต่อเนื่อง เมื่อแม่และลูกกลับไปที่บ้าน เพื่อให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างประสบความสำเร็จ

### เอกสารอ้างอิง

- มงคล เลหาเพ็ญแสง. (2553). *ภาวะล้นติด*. เอกสารประกอบการประชุมวิชาการ การพยาบาลกุมารเวชศาสตร์ครั้งที่ 20 เรื่อง วิทยาการก้าวหน้าทางการพยาบาลเด็ก (Pediatric nursing update) จัดโดยชมรมพยาบาลกุมารเวชศาสตร์แห่งประเทศไทย, กรุงเทพฯ.
- สุตาภรณ์ พัยคฆเรือง. (2557). แนวปฏิบัติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่มีปัญหาทางด้านลูก. ใน *กรณีการ วิจิตรสุนทร, พรรณรัตน์ แสงเพิ่ม, นันทิยา วัฒนา, สุพินดา เรื่องจิรัชเสฐียร, และสุตาภรณ์ พัยคฆเรือง (บรรณาธิการ), การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (พิมพ์ครั้งที่ 4 หน้า 193-213).* กรุงเทพฯ: พรี่-วัน.
- Spatz, D.L. (2004). Ten steps for promoting and protecting breastfeeding for vulnerable infants. *Journal of Perinatal Neonatal Nursing*, 18(4), 385-396.