

การส่งเสริมบิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา: บทบาทพยาบาลผดุงครรภ์ Encouraging Fathers to Support Breastfeeding: The Role of Nurse-Midwife

ปริญญมล ไกรกิจราษฎร์* Preeyakamon Krikitrat*
พรรณพิไล ศรีอาภรณ์** Punpilai Sriarporn**

บทคัดย่อ

การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา มีประโยชน์ต่อทั้งทารก มารดา ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ บิดาเป็นบุคคลที่มีความสำคัญต่อความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา บทบาทของบิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เริ่มตั้งแต่การวางแผนร่วมกัน การมีส่วนร่วมกับมารดาในการตัดสินใจที่จะให้นมมารดาแก่บุตร การส่งเสริมสนับสนุนตั้งแต่ในระยะตั้งครรภ์ และช่วยเหลือดูแลมารดาทั้งด้านร่างกาย และจิตใจในระหว่างที่ให้นมบุตรในระยะหลังคลอดจนบุตรอายุ 2 ปีหรือมากกว่า อย่างไรก็ตามยังพบข้อจำกัดของบิดาในการแสดงบทบาทการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เนื่องจากขาดความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา พยาบาลผดุงครรภ์สามารถส่งเสริมบทบาทของบิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เริ่มตั้งแต่การให้คำปรึกษา การให้ความรู้ และการเสริมสร้างทัศนคติที่ดีในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ตลอดจนการพัฒนากิจกรรมในการช่วยส่งเสริมพฤติกรรมของบิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ซึ่งจะเป็นแนวทางที่ช่วยให้บิดาเกิดความมั่นใจในบทบาทของตนเองในการสนับสนุนมารดาให้ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอ ความรู้ ทัศนคติ พฤติกรรมของบิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และบทบาทพยาบาลผดุงครรภ์ในการส่งเสริมบิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เพื่อให้พยาบาลผดุงครรภ์ และบุคลากรทางด้านสุขภาพที่เกี่ยวข้องสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมบทบาทบิดาให้สนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้อย่างเหมาะสม

คำสำคัญ: บิดา การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา การสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา บทบาทพยาบาลผดุงครรภ์

*ผู้เขียนหลัก อาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ e-mail: preeyakamon.lert@cmu.ac.th

**ศาสตราจารย์คลินิก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Abstract

Breastfeeding is beneficial for infants as well as for mothers, families, society and the nation. fathers are recognized as a key person affecting successful breastfeeding. The father's role in supporting breastfeeding involved co-parenting on breastfeeding planning and decision-making and giving support during the antenatal period, including providing maternal physical and mental support during breastfeeding in the postpartum period until the child is 2 years of age or older. However, the father's role in supporting breastfeeding has been limited because of a lack of knowledge and understanding about breastfeeding. Therefore, nurse-midwives are able to encourage the father's role in supporting breastfeeding by counselling, providing education and reinforcing positive attitudes toward breastfeeding for fathers, as well as developing interventions encouraging fathers' breastfeeding support behavior. These ways will encourage fathers to be confident in their roles to support mothers' breastfeeding successfully.

The purposes of this article were to document fathers' knowledge, attitudes, and behaviors of breastfeeding support, including the role of the nurse-midwife in encouraging fathers to support breastfeeding. This article can be a guide for nurse-midwives and related healthcare providers to apply in order to encourage the father's role in supporting breastfeeding appropriately.

Keywords: Fathers, Breastfeeding, Breastfeeding support, Role of nurse-midwife

*Corresponding Author, Instructor, Faculty of Nursing, Chiang Mai University; e-mail: preeyakamon.lert@cmu.ac.th

**Clinical Professor, Faculty of Nursing, Chiang Mai University

บทนำ

การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เป็นวิธีที่ยอมรับกันทั่วโลกว่าน้ำนมมารดาเป็นอาหารที่ดีที่สุดสำหรับทารกแรกเกิดจนถึง 2 ขวบ และมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อภาวะสุขภาพของทารก (American Association of Pediatrics, 2012) เพราะในน้ำนมมารดาประกอบไปด้วยสารอาหารที่มีคุณค่า และสารที่จำเป็นในการสร้างภูมิคุ้มกันสำหรับทารก (Cabinian et al., 2016) รวมทั้งช่วยลดความเสี่ยงต่อการติดเชื้อในระบบทางเดินอาหาร และทางเดินหายใจของทารกได้ (Horta, Loret de Mola, & Victora, 2015; Victora et al., 2016) นอกจากนี้การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ยังมีประโยชน์ต่อมารดา คือ ลดความเสี่ยงในการตกเลือดหลังคลอด และการเกิดมะเร็งเต้านม และรังไข่ (Rollins et al., 2016; Victora et al., 2016) โดยองค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 2016) ได้แนะนำมารดาให้นมมารดาอย่างเดียวก่อนบุตร (Exclusive Breastfeeding) โดยปราศจากการให้น้ำ หรืออาหารอื่นเป็นเวลาอย่างน้อย 6 เดือน และให้นมมารดาควบคู่กับอาหารตามวัยจนบุตรอายุ 2 ปี หรือมากกว่า

ความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ ไม่ว่าจะเป็นปัจจัยด้านนโยบายระดับชาติ สังคมวัฒนธรรม และปัจจัยส่วนบุคคลของมารดา โดยพบว่า การสนับสนุนของบิดาเป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่ส่งผลต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เนื่องจากบิดาเป็นแหล่งสนับสนุนทางสังคมที่สำคัญของมารดา (Abbass-Dick, Stern, Nelson, Watson, & Dennis, 2015) ในปัจจุบัน จากสภาพสังคมและเศรษฐกิจที่เปลี่ยนแปลง ทำให้ลักษณะครอบครัวส่วนใหญ่ของประเทศไทยกลายเป็นครอบครัวเดี่ยว และบิดาถูกคาดหวังให้ทำหน้าที่ในการเลี้ยงดูบุตรร่วมกับมารดามากขึ้น (Department of Health, Ministry of Public Health, Thailand, 2016) ทั้งในการช่วยมารดาเรื่องการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา การดูแลความสะอาดร่างกาย และการให้อาหารแก่บุตร (Kowlessar, Fox, & Wittkowski, 2014) โดยพบว่า การช่วยเหลือสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของบิดามีอิทธิพลต่อการ

เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ตั้งแต่การเริ่มต้นให้นมบุตร (initiation) และระยะเวลา (duration) ในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (Abbass-Dick et al., 2015) ซึ่งบทบาทของบิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เริ่มตั้งแต่การวางแผนร่วมกันในระยะตั้งครรภ์ การมีส่วนร่วมกับมารดาในการตัดสินใจที่จะให้นมมารดาแก่บุตร และช่วยเหลือดูแลมารดาทั้งด้านร่างกาย และจิตใจในระหว่างที่มารดาให้นมบุตร รวมทั้งการสนับสนุนด้านอื่น ๆ เช่น การหาข้อมูลเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา การดูแลค่าใช้จ่ายในบ้าน เป็นต้น โดยบิดาที่สนับสนุนมารดาให้เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา จะทำให้มารดามีความมั่นใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา สามารถตัดสินใจและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างการให้นมบุตรได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Mannion, Hobbs, McDonald, & Tough, 2013) ช่วยให้มารดาสามารถเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้อย่างต่อเนื่อง และยาวนานมากขึ้น (Lok, Bai, & Tarrant, 2017) ดังนั้น บิดาจึงควรได้รับการส่งเสริมบทบาทในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมของบิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และบทบาทพยาบาลผดุงครรภ์ในการให้ความรู้ เสริมสร้างทัศนคติที่ดีในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และการพัฒนากิจกรรมในการส่งเสริมบทบาทบิดา เพื่อเป็นแนวทางให้พยาบาลผดุงครรภ์นำไปประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมบทบาทบิดาให้สนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้อย่างเหมาะสม

ความรู้ของบิดาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

ความรู้ของบิดาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการสนับสนุนมารดา และความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (Tsegaye, Ajema, Shiferaw, Shiferaw, & Yirgu, 2019) บิดาที่มีความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และทราบวิธีการช่วยเหลือในขณะที่ยังให้นมบุตรจะสามารถสนับสนุนและดูแลมารดาตั้งแต่วัยแรกของการเริ่มต้นการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และทำให้มารดาสามารถเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวก่อนได้อย่างต่อเนื่องจนกระทั่งถึง 6 เดือนหลังคลอด (Mahesh et al., 2018) ในทางกลับกันหากบิดาขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับประโยชน์และความสำคัญของการเลี้ยง

บุตรด้วยนมมารดา จะเป็นอุปสรรคที่ทำให้บิดาขาดความตระหนักเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา รวมทั้งทำให้บิดามองว่าการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเป็นสิ่งที่ยุ่งยาก และเกิดความรู้สึกว่าตนเองด้อยค่า ไม่สามารถช่วยเหลือมารดาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้ (Sherriff, Hall, & Pickin, 2009)

แม้ว่าในปัจจุบันบิดามีโอกาสเข้าร่วมในการสอนเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ร่วมกับมารดาในระยะตั้งครรภ์ และหลังคลอดมากขึ้น แต่จากการศึกษาในต่างประเทศ (Brown & Davies, 2014; Datta, Graham, & Wellings, 2012; Mitchell-Box & Braun, 2012) พบว่า บิดามีความเห็นว่าความรู้ที่ได้รับเป็นเพียงข้อมูลพื้นฐานทั่วไป ๆ เรื่องประโยชน์ของการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เช่น ข้อดีของการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ต่อความสัมพันธ์ระหว่างมารดาและทารก และประโยชน์ของน้ำนมมารดาต่อสุขภาพของทารก เป็นต้น ซึ่งหัวข้อเหล่านี้ไม่เพียงพอต่อความต้องการของบิดาที่จะนำไปใช้ในการช่วยเหลือดูแลมารดาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้ การศึกษาที่ผ่านมาพบว่าบิดาส่วนหนึ่งได้รับความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา จากสมาชิกในครอบครัว โดยเฉพาะ ยา ยาย บุคลากรทีมสุขภาพ เพื่อน หรือเพื่อนร่วมงาน รวมทั้งจากการสืบค้นข้อมูลด้วยตนเองจากสื่อสารสนเทศ (Bootsri & Taneepanichskul, 2017; Brown & Davies, 2014; Rempel & Rempel, 2011) จึงทำให้บิดาคิดว่าตนเองมีความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาไม่เพียงพอ และยังรับรู้ถึงประโยชน์ของการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาที่ไม่ลึกซึ้งและชัดเจน (Sherriff et al., 2009)

ดังนั้นเพื่อให้บิดามีความรู้อย่างเพียงพอ และสามารถนำความรู้ไปสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา รวมทั้งให้การดูแลช่วยเหลือมารดาในขณะให้นมบุตรได้อย่างเหมาะสม บิดาควรได้รับความรู้ที่เฉพาะเจาะจง และตรงกับความต้องการของบิดา (Brown & Davies, 2014; Mitchell-Box & Braun, 2012; Tohotoa, Maycock, Hauck, Howat, Burns, & Binns, 2009) โดยความรู้ที่ควรครอบคลุมในหัวข้อดังต่อไปนี้

1. ความสำคัญ และประโยชน์ของการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ทั้งต่อมารดา บุตร ครอบครัว และสังคม เพื่อให้บิดาเกิดความตระหนัก และเห็นคุณค่า รวมทั้งเกิด

ทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาซึ่งจะทำให้บิดาสนับสนุนมารดาในการตัดสินใจเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่อง (U.S Department of Agriculture, 2022)

2. การช่วยเหลือมารดาขณะให้นมบุตร เช่น การช่วยอุ้มบุตรเข้าเต้านมมารดา การช่วยจัดท่าให้มารดามีความสบาย การจับบุตรเรอ เป็นต้น เพื่อให้บิดาสามารถปฏิบัติกิจกรรมเหล่านี้ได้อย่างถูกต้อง และมีส่วนร่วมในขณะที่ยังให้นมบุตร (Mitchell-Box & Braun, 2012)

3. การช่วยเหลือแก้ไขปัญหาที่พบในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เช่น หัวนมแตก ท่อน้ำนมอุดตัน เต้านมอักเสบ หรือบุตรดูดนมไม่ถูกวิธี เป็นต้น รวมทั้งการประเมินความเพียงพอของการได้รับน้ำนมของบุตร เพื่อให้บิดาสามารถให้คำแนะนำ ช่วยเหลือแก่มารดาได้อย่างเหมาะสมเมื่อมารดาประสบปัญหาในการให้นมบุตร โดยเฉพาะในระยะแรกของการให้นม หากมารดาได้รับการช่วยเหลืออย่างถูกวิธีจากบิดา จะทำให้มารดาสามารถให้นมบุตรได้อย่างต่อเนื่อง (U.S Department of Agriculture, 2022)

4. การช่วยเหลือสนับสนุนทางด้านร่างกายของมารดา ได้แก่ การนวดและประคบเต้านมให้มารดาการบีบเก็บน้ำนม การนวดผ่อนคลาย รวมไปถึงการช่วยงานต่าง ๆ เช่น การอาบน้ำบุตร การเปลี่ยนผ้าอ้อม การกล่อมบุตรนอน การช่วยทำอาหาร ดูแลความสะอาดบ้าน เป็นต้น ทั้งนี้เพื่อแบ่งเบาภาระงานของมารดา ส่งเสริมให้มารดาเกิดความสุขสบาย ได้พักผ่อนอย่างเพียงพอ ลดความเหนื่อยล้าจากการให้นมบุตร (Sansiriphun, Baosoung, Klunklin, & Kantaruksa, 2014)

5. การสนับสนุนระดับประคับประคองทางด้านของมารดา เช่น การแสดงความชื่นชมมารดาในขณะให้นมบุตร การรับฟังปัญหา ความรู้สึกของมารดา การจัดการกิจกรรมให้มารดาได้ผ่อนคลาย เป็นต้น เพื่อให้มารดามีกำลังใจ และลดความตึงเครียดจากการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (Mgolozeli, Khoza, Shilubane, & Nesamvu-ni, 2018)

ดังนั้น ความรู้ที่บิดาควรได้รับเพื่อสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาจึงประกอบด้วยความรู้พื้นฐานทั่วไปเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และความรู้ที่

เฉพาะเจาะจงสำหรับบิดาในการดูแลช่วยเหลือมารดาในด้านต่าง ๆ เพื่อช่วยให้บิดาสามารถนำความรู้เหล่านี้ไปใช้เพื่อสนับสนุนมารดาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้อย่างเหมาะสม

ทัศนคติของบิดาต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

ทัศนคติของบิดาต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเป็นความคิด หรือความรู้สึกของบิดาเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ซึ่งทัศนคติของบิดาต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดานั้นมีความสัมพันธ์กับความตั้งใจ การตัดสินใจ และระยะเวลาในการให้นมบุตรของมารดา (Mitchell-Box, Braun, Hurwitz, & Hayes, 2013) และมีความสัมพันธ์กับการมีส่วนร่วมของบิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (Khamaurai, Sansiriphun, & Kantaruksa, 2019) รวมทั้งความตั้งใจของบิดาที่จะกระตุ้นมารดาให้เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (Lerttrakannon, Kantaruksa, & Sansiriphun, 2016)

ทัศนคติของบิดาต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดานั้นมีทั้งทัศนคติด้านบวก และด้านลบ โดยทัศนคติด้านบวกเป็นความคิดเห็นของบิดาที่เห็นด้วยกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เนื่องจากบิดามองเห็นถึงประโยชน์และคุณค่าของการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ซึ่งเป็นน้ำนมตามธรรมชาติที่ไม่ก่อให้เกิดอันตรายใด ๆ ต่อทารก (Datta et al., 2012) และรับรู้ถึงผลเสียของการเลี้ยงบุตรด้วยนมผสมต่อภาวะสุขภาพของบุตร (Brown & Davies, 2014; Datta et al., 2012; Mgozeli et al., 2018; Mitchell-Box & Braun, 2012) บิดาจึงต้องการให้บุตรของตนเองได้รับน้ำนมจากมารดา ซึ่งทัศนคติด้านบวกของบิดาต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ส่งผลให้มารดามีความตั้งใจที่จะให้นมมารดาแก่บุตรอย่างเดียวเป็นเวลา 6 เดือน และสามารถให้นมแก่บุตรได้อย่างต่อเนื่อง (Namir, Brady, & Gallagher, 2017)

ในทางตรงกันข้ามทัศนคติด้านลบของบิดาต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เป็นความรู้สึกของบิดาที่ไม่เห็นด้วยต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา โดยบิดามองว่าการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเป็นสิ่งที่ไม่เหมาะสม ทำให้เต้านมมารดาไม่สวยงาม รวมทั้งมีผลกระทบต่อความสัมพันธ์ของบิดาและมารดา รบกวนความสัมพันธ์ทางเพศ ขัดขวางการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างบิดาและทารก นอกจากนี้ ทัศนคติด้านลบต่อการเลี้ยงบุตรด้วย

นมมารดาจะเกิดขึ้นเมื่อบิดาไม่สามารถช่วยเหลือมารดาขณะให้นมบุตรได้ ทำให้บิดาเกิดความรู้สึกกังวล ไร้คุณค่า และรู้สึกผิด (Brown & Davies, 2014; Rempel & Rempel, 2011; Mgozeli et al., 2018; Mitchell-Box & Braun, 2012) บิดาบางรายอาจรู้สึกว่าเขาเองถูกแยกออกจากการดูแลบุตร รวมทั้งเขินอาย และทำตัวไม่ถูก ในขณะที่มารดาให้นมบุตร (Mitchell-Box & Braun, 2012; Sherriff et al., 2009; Tohotoa et al., 2009) ทำให้บิดามีความมั่นใจลดลงในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (Namir et al., 2017) หรือไม่สามารถช่วยเหลือเมื่อมารดาประสบปัญหาเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้ ส่งผลทำให้มารดาไม่สามารถให้นมบุตรได้อย่างต่อเนื่อง รวมทั้งเพิ่มโอกาสที่มารดาจะให้นมผสมแก่บุตร และหยุดการให้นมมารดาตั้งแต่ในระยะแรกของการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (Datta et al., 2012; Gewa & Chepkemboi, 2016) ดังนั้นทัศนคติของบิดาต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาจึงมีความสำคัญและส่งผลกระทบต่อความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

พฤติกรรมของบิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

พฤติกรรมของบิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา มีอิทธิพลจากความรู้ และทัศนคติของบิดา หากบิดามีความรู้ที่เพียงพอ และมีทัศนคติด้านบวกต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา จะทำให้บิดาเข้ามามีส่วนร่วมกับมารดาในการตัดสินใจเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา กระตุ้นและช่วยเหลือมารดาในขณะที่ให้นมบุตร รวมถึงให้การสนับสนุนมารดาทั้งด้านร่างกาย และจิตใจ เพื่อให้มารดาสามารถเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้ (Ouyang & Nasrin, 2021) นอกจากนี้ การสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่องของบิดายังช่วยส่งเสริมให้ทารกมีภาวะสุขภาพที่แข็งแรงจากการได้รับนมมารดา และเป็นการส่งเสริมให้เกิดสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างบิดา มารดา และทารก (Matos, Oliveira, Coelho, Dodt, & Moura, 2015)

พฤติกรรมของบิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา มีทั้งการสนับสนุนทางด้านร่างกาย และจิตใจ โดยการสนับสนุนด้านร่างกาย คือ การที่บิดาให้ความช่วยเหลือ หรือดูแลความสบายให้มารดาขณะที่ให้นมบุตร เช่น การช่วยทำงานบ้านแทนมารดา

ทำอาหาร ชักผ้า ล้างจาน เป็นต้น รวมทั้งการช่วยการเลี้ยงดูบุตร อาบน้ำ เปลี่ยนผ้าอ้อม และซักผ้าอ้อมให้บุตร เพื่อลดความเหนื่อยล้าของมารดา และให้มารดาสามารถให้นมบุตรได้อย่างเต็มที่ (Sansiriphun et al., 2014) สำหรับการสนับสนุนด้านจิตใจและด้านอื่นๆ บิดาจะแสดงออกโดยการให้กำลังใจในขณะที่มารดาให้นมบุตร และสนับสนุนให้มารดาให้นมบุตรได้ทั้งในบ้านและในที่สาธารณะ (Sherriff et al., 2009) รวมถึงแสดงความคิดเห็นเห็นใจ และยกย่องให้คุณค่าแก่มารดาที่เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (Rempel & Rempel, 2011) ดังการศึกษาของ มโกโลซีไล และคณะ (Mgolozeli et al., 2018) ที่ศึกษาเกี่ยวกับการรับรู้บทบาทของบิดาชาวแอฟริกันจำนวน 12 ราย ในการส่งเสริม สนับสนุน และปกป้องการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา พบว่า บิดารับรู้ว่าการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเป็นการให้อาหารที่เหมาะสมแก่บุตร และมีประโยชน์ต่อทั้งมารดาและบุตร ทำให้บิดาสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา โดยให้การดูแลด้านจิตใจแก่มารดาและจัดหาสิ่งสนับสนุนทางการเงิน รวมทั้งแสวงหาการดูแลทางด้านสุขภาพให้แก่มารดาและทารก เพื่อลดความเครียดและวิตกกังวลของมารดาจากการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา นอกจากนี้ บิดายังช่วยค้นหาข้อมูล และให้คำแนะนำเกี่ยวกับเทคนิคต่างๆ ในการให้นมบุตรแก่มารดา โดยบิดาเปรียบเสมือนเป็นตัวแทนสมาชิกอื่น ๆ ในครอบครัว และบุคลากรทีมสุขภาพ ที่สามารถให้การดูแลช่วยเหลือและสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้เป็นอย่างดี (Tohotoa et al., 2009)

บทบาทพยาบาลผดุงครรภ์ในการส่งเสริมบิดาสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

การส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเป็นบทบาทที่สำคัญของพยาบาลผดุงครรภ์ที่จะทำให้มารดาและทารกมีภาวะสุขภาพที่ดี นอกจากการส่งเสริมมารดาให้สามารถเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้อย่างเหมาะสมแล้ว พยาบาลผดุงครรภ์ควรส่งเสริมบทบาทของบิดา ซึ่งเป็นแหล่งสนับสนุนสำคัญของมารดา เป็นผู้ที่ให้ความช่วยเหลือ และดูแลมารดาได้อย่างใกล้ชิด เพื่อบิดาจะสามารถสนับสนุนให้มารดาเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้เหมาะสมและประสบความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนม

มารดา ดังนั้นพยาบาลผดุงครรภ์จึงมีบทบาทสำคัญในการให้ความรู้ ร่วมกับการเสริมสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาให้แก่มารดา เพื่อให้บิดาเห็นคุณค่า และตระหนักถึงความสำคัญในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เพื่อให้บิดาเกิดความมั่นใจในการดูแลช่วยเหลือสนับสนุนแก่มารดาในการให้นมบุตร บทบาทของพยาบาลผดุงครรภ์ในการส่งเสริมบิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดามีดังนี้

1. บทบาทในการให้คำปรึกษา พยาบาลผดุงครรภ์มีบทบาทสำคัญในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาแก่มารดาและมารดาเริ่มตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ โดยส่งเสริมให้บิดามีบทบาทในการช่วยมารดาตัดสินใจในการให้นมบุตร รวมทั้งระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา นอกจากนี้พยาบาลผดุงครรภ์มีทำหน้าที่เป็นที่ปรึกษาให้คำแนะนำแก่มารดาเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และวิธีการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา โดยการพบปะพูดคุย ชักถามปัญหา หรือผ่านทางสื่อสังคมออนไลน์ เพื่อให้บิดาสามารถนำความรู้คำแนะนำที่ได้รับไปใช้ในการแก้ไขปัญหาการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้อย่างมั่นใจ ซึ่งในบทบาทนี้พยาบาลผดุงครรภ์ต้องมีความรู้ ความเชื่อ และทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ยึดมั่นในนโยบายและแนวปฏิบัติของหน่วยงานในการส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และต้องมีความสามารถในการให้คำปรึกษาตามหลักการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้อย่างเหมาะสม เช่น มีทักษะในการรับฟัง สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบิดาเพื่อให้เกิดความไว้วางใจในการเข้ารับคำปรึกษา ช่วยค้นหาประเด็นสำคัญเพื่อนำไปสู่การให้คำปรึกษา เปิดโอกาสให้บิดาตัดสินใจด้วยตนเอง และให้คำแนะนำด้วยคำพูดและท่าทางที่เหมาะสม เป็นต้น (World Health Organization, 2018)

2. บทบาทในการส่งเสริมความรู้แก่มารดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา พยาบาลผดุงครรภ์ควรจัดให้บิดาเข้ารับการสอนเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาทั้งเป็นรายบุคคล หรือเป็นรายกลุ่ม และให้ความรู้ที่เฉพาะเจาะจงเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของบิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ให้บิดาได้เรียนรู้ว่าควรปฏิบัติอย่างไรเมื่อมารดาให้นมบุตร และสามารถนำความรู้เหล่านั้นไปดูแลช่วยเหลือมารดาได้

อย่างเหมาะสม (Brown & Davies, 2014; Datta et al., 2012; Sherriff et al., 2009) ดังนี้

2.1 การให้ความรู้แก่บิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา สามารถทำได้ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ของมารดา จนกระทั่งถึงระยะหลังคลอด โดยพยาบาลผดุงครรภ์สามารถพัฒนาโปรแกรม หรือแผนการสอนที่ให้ความรู้แก่บิดาทั้งในรูปแบบรายบุคคล หรือรายกลุ่ม หัวข้อสำหรับการสอนบิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ควรประกอบด้วย ความรู้ทั่วไปในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เช่น ความสำคัญและประโยชน์ของการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ภาวะสุขภาพของเต้านมมารดา ชนิดของน้ำนม และหลักการในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เป็นต้น และความรู้ที่เฉพาะเจาะจงกับบทบาทของบิดา เพื่อใช้ในการดูแลช่วยเหลือมารดาในขณะให้นมบุตรได้ เช่น การป้องกันและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา รวมถึงเทคนิคการให้ความช่วยเหลือเมื่อมารดานำบุตรการเข้าเต้า (Mitchell-Box & Braun, 2012; Wambach & Spencer, 2019) เป็นต้น การได้รับข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างชัดเจน จะทำให้บิดามีแนวทางในการช่วยเหลือและสนับสนุนมารดาให้เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาที่ถูกต้อง และเกิดความมั่นใจในการดูแลมารดา (Brown & Davies, 2014)

2.2 การจัดการสอนร่วมกับการให้บิดาได้ฝึกปฏิบัติเพื่อเพิ่มทักษะในการเลี้ยงดูบุตร และการช่วยเหลือมารดาขณะให้นมบุตร (Maycock et al., 2013; Su & Ouyang, 2016) จะทำให้บิดาเกิดความรู้ความเข้าใจ และมีทักษะที่ช่วยให้บิดามั่นใจในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดามากขึ้น จากการศึกษาวิจัยกึ่งทดลองของซู และอูยาง (Su & Ouyang, 2016) ที่ศึกษาประสิทธิภาพของการสอนเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มควบคุม คือ มารดา 26 รายที่ได้รับการสอนเพียงคนเดียว และกลุ่มทดลอง คือ มารดา 26 รายที่ได้รับการสอนร่วมกับบิดา โดยเปรียบเทียบการเริ่มต้นและอัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวยระหว่างมารดา 2 กลุ่ม ผลการศึกษาพบว่า มารดาในกลุ่มทดลองมีอัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว 4 เดือน และ 6 เดือน สูงกว่ามารดาในกลุ่มควบคุม ($p=0.034$ และ $p=0.041$ ตามลำดับ) นอกจากนี้ยังพบว่ามารดาใน

กลุ่มทดลองรับรู้ถึงการช่วยเหลือจากบิดาเมื่อพบปัญหาจากการให้นมบุตร โดยบิดาของมารดาในกลุ่มทดลองสามารถนำความรู้ที่ได้รับจากการสอนมาช่วยมารดาแก้ไขปัญหาจากการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้ และบิดาของมารดาในกลุ่มทดลองยังให้การดูแลมารดาในด้านต่าง ๆ เช่น การช่วยเลี้ยงดูบุตร ทำงานบ้าน และให้การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ของมารดาได้เป็นอย่างดี ดังนั้น จะเห็นได้ว่าการให้ความรู้แก่บิดา เป็นการส่งเสริมให้บิดาเข้าใจบทบาทของตนเองมากขึ้นในการดูแลช่วยเหลือและสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

2.3 วิธีการให้ความรู้แก่บิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสามารถทำได้หลากหลายรูปแบบ ได้แก่ การจัดการสอนในห้อง การจัดการสอนร่วมกับการแจกเอกสาร แผ่นพับ หรือหนังสือเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (Brown & Davies, 2014; Mitchell-Box & Braun, 2012) รวมทั้งการจัดการสอน โดยใช้วีดีโอหรือดีวีดี เป็นสื่อประกอบในการให้ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ซึ่งช่วยให้บิดาเกิดการเรียนรู้และเข้าใจได้เป็นอย่างดี (Tohotoa et al., 2009) นอกจากการจัดการสอนให้ความรู้โดยพยาบาลผดุงครรภ์หรือบุคลากรทางด้านสุขภาพแล้ว การให้ความรู้จากบิดาตัวอย่างที่มีประสบการณ์ในการสนับสนุนดูแลมารดาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดามาก่อน ยังเป็นอีกหนึ่งวิธีที่ช่วยให้บิดาเกิดการเรียนรู้จากตัวอย่างประสบการณ์จริง โดยเปิดโอกาสให้บิดาได้พูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และซักถามข้อมูลจากบิดาผู้มีประสบการณ์โดยตรง ซึ่งจะทำให้บิดามองเห็นบทบาทตนเองได้ชัดเจนขึ้น และนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้ไปประยุกต์ใช้กับประสบการณ์ของตนเอง (Brown & Davies, 2014)

2.4 แนะนำแหล่งข้อมูลเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เช่น คลินิกนมแม่ สถานีอนามัยหรือโรงพยาบาลใกล้บ้าน และสื่อสังคมออนไลน์ต่าง ๆ เป็นต้น และวิธีการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในขณะที่ยังให้นมบุตร เพื่อให้บิดาสามารถนำข้อมูลไปใช้ในการดูแลช่วยเหลือมารดา และช่วยแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

3. บทบาทในการส่งเสริมทัศนคติทางบวกแก่บิดาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา พยาบาลผดุงครรภ์ควรเสริมสร้างทัศนคติทางบวกต่อการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาให้แก่บิดา (Tohotoa et al., 2009;

Wambach & Spencer, 2019) โดยสามารถทำร่วมกับการให้ความรู้เกี่ยวกับเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เนื่องจากเมื่อบิดามีความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับความสำคัญและประโยชน์ในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาที่ถูกต้องจะทำให้บิดาเกิดความตระหนัก และเห็นคุณค่าของน้ำนมมารดา จนนำไปสู่การเกิดแรงจูงใจที่จะสนับสนุนมารดาให้เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

นอกจากการสร้างเสริมทัศนคติทางบวกต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาแก่บิดาแล้ว พยาบาลผดุงครรภ์ควรส่งเสริมบิดาในการสนับสนุนดูแลช่วยเหลือมารดาทั้งด้านร่างกาย เช่น ช่วยอุ้มบุตรเข้าเต้า นวดประคบเต้านมมารดา บีบเก็บน้ำนม ทำกิจวัตรอื่น ๆ ในบ้านแทนมารดา เป็นต้น และให้การสนับสนุนทางด้านจิตใจแก่มารดา เช่น ให้กำลังใจ และชื่นชมมารดาในขณะให้นมบุตร รวมถึงการแสวงหาปัจจัยสนับสนุนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา โดยการจัดเตรียมอุปกรณ์บีบเก็บน้ำนม และการหารายได้ในครอบครัว เพื่อให้มารดามีความพร้อมสำหรับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ซึ่งการสนับสนุนต่าง ๆ เหล่านี้จะเกิดขึ้นได้เมื่อบิดามีทัศนคติทางบวกในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และได้รับการส่งเสริมจากพยาบาลผดุงครรภ์อย่างต่อเนื่อง

4. บทบาทในการพัฒนากิจกรรมที่ส่งเสริมพฤติกรรมของบิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ในปัจจุบันมีการพัฒนารูปแบบกิจกรรมที่น่าสนใจสำหรับส่งเสริมบทบาทบิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ซึ่งเป็นทั้งการให้ความรู้ และเสริมสร้างทัศนคติด้านบวกเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา โดยให้ชุมชนเป็นฐานการให้ความรู้ (community based education) ร่วมกับการให้คำปรึกษาและติดตามเยี่ยมบ้าน ดังเช่น การศึกษาในประเทศเวียดนามของ บิชลอง และโฮ (Bich, Long, & Hoa, 2019) ที่ได้พัฒนา กิจกรรมในการส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในรูปแบบที่หลากหลาย และผสมผสานการให้บริการทางสุขภาพที่โรงพยาบาลจัดให้มารดาตามปกติกับการจัดกิจกรรมทางสังคมในระยะตั้งครรภ์ และหลังคลอด โดยการจัดกิจกรรมทั้งหมดจะเปิดโอกาสให้บิดาเข้ามามีส่วนร่วม และส่งเสริมให้บิดาสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา รูปแบบกิจกรรมประกอบด้วย 1) การใช้สื่อสารมวลชน (mass media) โดยการประกาศเสียงตามสายในชุมชนเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

และแนวทางที่บิดาจะสนับสนุนช่วยเหลือเมื่อมารดาให้นมบุตร รวมทั้งมีการติดโปสเตอร์ในศูนย์บริการสุขภาพของชุมชน แจกแผ่นพับ และของที่ระลึก เช่น แก้วน้ำเสืยัด ที่มีข้อความเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เป็นต้น 2) การให้คำปรึกษารายบุคคลและรายกลุ่ม โดยกลุ่มอาสาสมัครในชุมชนจะติดตามเยี่ยมบ้านในระยะหลังคลอด และเปิดโอกาสให้บิดาได้ซักถามข้อสงสัยเกี่ยวกับวิธีการช่วยเหลือมารดาเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา 3) การจัดกิจกรรมในชุมชน โดยจัดการประกวดบิดาดันแบบ เพื่อให้บิดาเกิดแรงจูงใจ และส่งเสริมความรู้และทัศนคติที่ดีให้แก่มารดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และ 4) จัดตั้งกลุ่มบิดาที่สนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในเฟสบุค (Facebook) ผลการศึกษาในครั้งนี้พบว่า มารดาที่มีบิดาที่เข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าวสามารถเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเต็มที่ 1 เดือน 2 เดือน และ 6 เดือน ในระยะหลังคลอด (34.8%, 18.7%, และ 1.9% ตามลำดับ) ซึ่งเป็นอัตราที่สูงกว่ามารดาที่บิดาไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรม (5.7%, 4.0%, และ 0.0% ตามลำดับ) ($p < 0.001$) (Bich et al., 2019) จากการศึกษาชิ้นนี้บ่งว่าเป็นตัวอย่างกิจกรรมที่พยาบาลผดุงครรภ์สามารถนำมาประยุกต์ใช้เพื่อเป็นแนวทางในการส่งเสริมบทบาทบิดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา โดยให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วม และพัฒนาวิธีการให้ความรู้ในรูปแบบต่าง ๆ เช่น การให้ข้อมูลผ่านเสียงตามสาย การติดโปสเตอร์ตามสถานที่ต่าง ๆ ในชุมชน การให้คำปรึกษา และการติดตามเยี่ยมบ้าน เป็นต้น และภายใต้กิจกรรมการให้ความรู้ ยังสามารถสอดแทรกกิจกรรมที่เสริมสร้างทัศนคติทางบวกให้แก่มารดาในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้อีกด้วย ยกตัวอย่าง เช่น การให้บิดาดันแบบเป็นแรงจูงใจ และสร้างเครือข่ายบิดาที่สนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาทางเฟสบุค ซึ่งผลของการพัฒนากิจกรรมเหล่านี้ทำให้บิดามีแนวทางที่จะนำไปใช้ในการสนับสนุน และดูแลช่วยเหลือมารดาให้เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้อย่างเหมาะสม จนนำไปสู่ความสำเร็จของมารดาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน

สรุป

การสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของบิดา เป็นส่วนสำคัญที่ทำให้มารดาสามารถให้นมบุตรได้อย่างประสบความสำเร็จ การให้ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาจึงเป็นอีกบทบาทหนึ่งของพยาบาลผดุงครรภ์ ที่จะส่งเสริมให้บิดาสามารถนำความรู้เหล่านั้นไปใช้ช่วยเหลือมารดาในขณะให้นมบุตร และแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในระหว่างการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้ รวมทั้งการเสริมสร้างทัศนคติที่ดีให้บิดาที่จะเป็นแรงผลักดันให้บิดากระตุ้นมารดาให้นมบุตรได้อย่างต่อเนื่องและยาวนาน พยาบาลผดุงครรภ์ควรพัฒนาโปรแกรม

หรือกิจกรรม เพื่อให้ความรู้ และเสริมสร้างทัศนคติที่ดีต่อการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาให้แก่บิดาตั้งแต่วัยที่มารดาตั้งครรภ์ ต่อเนื่องไปจนถึงระยะหลังคลอด ร่วมกับการประยุกต์ใช้แนวทางที่หลากหลาย เช่น การสอนในห้อง การจัดทำคู่มือหรือแผ่นพับให้ความรู้ การให้คำปรึกษา และการให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมเพื่อให้บิดาเข้าใจบทบาทของตนเอง โดยมีความรู้ที่เพียงพอ ทัศนคติที่ดีในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และทักษะที่ถูกต้องจะทำให้บิดาสนับสนุนมารดาให้เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้อย่างประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย

References

- Abbass-Dick, J., Stern, S. B., Nelson, L. E., Watson, W., & Dennis, C. L. (2015). Coparenting breastfeeding support and exclusive breastfeeding: A randomized controlled trial. *Pediatrics*, 135(1), 102-110.
- American Association of Pediatrics. (2012). Breastfeeding and the use of human milk. *Pediatrics*, 129(3), e827-e841.
- Bich, T. H., Long, T. K., & Hoa, D. P. (2019). Community-based father education intervention on breastfeeding practice-results of a quasi-experimental study. *Maternal & child nutrition*, 15 Suppl 1 (Suppl 1), e12705.
- Bootsri, W., & Taneepanichskul, S. (2017). Effectiveness of experiential learning with empowerment strategies and social support from grandmothers on breastfeeding among thai adolescent mothers. *International Breastfeeding Journal*, 12, 37.
- Brown, A., & Davies, R. (2014). Fathers' experiences of supporting breastfeeding: Challenges for breastfeeding promotion and education. *Maternal & child Nutrition*, 10(4), 510-526.
- Cabinian, A., Sinsimer, D., Tang, M., Zumba, O., Mehta, H., Toma, A., ... Laouar, A. (2016). Transfer of maternal immune cells by breastfeeding: Maternal cytotoxic t lymphocytes present in breast milk localize in the peyer's patches of the nursed infant. *Plos one*, 11, e0156762.
- Datta, J., Graham, B., & Wellings, K. (2012). The role of fathers in breastfeeding: Decision-making and support. *British Journal of Midwifery*, 20(3), 159-167.
- Department of Health, Ministry of Public Health, Thailand. (2016). *Health promoting hospital*. Retrieved from <http://www.anamai.moph.go.th>
- Gewa, C., & Chepkemboi, J. (2016). Maternal knowledge, outcome expectancies and normative beliefs as determinants of cessation of exclusive breastfeeding: A cross-sectional study in rural Kenya. *BMC Public Health*, 16, 243-252.
- Horta, B. L., Loret de Mola, C., & Victora, C. G. (2015). Breastfeeding and intelligence: A systematic review and meta-analysis. *Acta paediatrica*, 104, 14-19.
- Khamaurai, N., Sansiriphun, N., & Kantaruksa, k. (2019). Fathers' knowledge, attitudes and involvement in breastfeeding. *Nursing Journal*, 46(1), 42-51. (in Thai)

- Kowlessar, O., Fox, J. R., & Wittkowski, A. (2014). First-time fathers' experiences of parenting during the first year. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 33(1), 4-14.
- Lerttrakannon, P., Kantaruksa, K., & Sansiriphun, N. (2016). Attitudes, subjective norm, perceived behavioral control and intention of fathers to encourage breastfeeding. *Nursing Journal*, 43 (1), 45-55. (in Thai)
- Lok, K. Y. W., Bai, D. L., & Tarrant, M. (2017). Family members' infant feeding preferences, maternal breastfeeding exposures and exclusive breastfeeding intentions. *Midwifery*, 53, 49-54.
- Mahesh, P., Gunathunga, M. W., Arnold, S. M., Jayasinghe, C., Pathirana, S., Makarim, M. F., ... & Senanayake, S. J. (2018). Effectiveness of targeting fathers for breastfeeding promotion: Systematic review and meta-analysis. *BMC public health*, 18(1), 1140.
- Mannion, C., Hobbs, A. J., McDonald, S. W., & Tough, S. C. (2013). Maternal perceptions of partner support during breastfeeding. *International Breastfeeding Journal*, 8(4), 1-7.
- Matos, N.J, Oliveira, N. S., Coelho, M. M. F., Dodt, C. M., & Moura D. J. M. (2015). Perception and support given by father in maintenance of breastfeeding. *Journal of Nursing UFPE online*, 9(5), 7819-7825.
- Maycock, B., Binns, C. W., Dhaliwal, S., Tohotoa, J., Hauck, Y., Burns, S., & Howat, P. (2013). Education and support for fathers improves breastfeeding rates: A randomized controlled trial. *Journal of human lactation*, 29(4), 484-490.
- Mgolozeli, S.E., Khoza, L. B., Shilubane, H. N., & Nesamvuni, C. N. (2018). Perceived roles of fathers in the promotion, support and protection of breastfeeding. *Africa Journal of Nursing and Midwifery*, 20(2), 1-19.
- Mitchell-Box, K., & Braun, K. L. (2012). Fathers' thoughts on breastfeeding and implications for a theory-based intervention. *Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing*, 41(6), E41-E50.
- Mitchell-Box, K., Braun, K. L., Hurwitz, E. L., & Hayes, D. K. (2013). Breastfeeding attitudes: Association between maternal and male partner attitudes and breastfeeding intent. *Breastfeeding Medicine*, 8(4), 368-373.
- Namir, H. M. A. Al., Brady, A. M., & Gallagher, L. (2017). Fathers and breastfeeding: Attitudes, involvement and support. *British Journal of Midwifery*, 25(7), 426-440.
- Ouyang, Y. Q., & Nasrin, L. (2021). Father's knowledge, attitude and support to mother's exclusive breastfeeding practices in bangladesh: A multi-group structural equations model analysis. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 9(3), 276.
- Rempel, L. A., & Rempel, J. K. (2011). The breastfeeding team: The role of involved fathers in the breastfeeding family. *Journal of Human Lactation*, 27(2), 115-121.
- Rollins, N. C., Bhandari, N., Hajeebhoy, N., Horton, S., Lutter, C. K., Martines, J. C., ... Lancet Breastfeeding Series Group. (2016). Why invest, and what it will take to improve breastfeeding practices?. *Lancet (London, England)*, 387, 491-504.
- Sansiriphun, N., Baosoung, C., Klunklin, A. & Kantaruksa, K. (2014). *Becoming a father: Experience of first-time father during childbirth and postpartum period*. (Research report). Faculty of Nursing, Chiang Mai University. (in Thai)

- Sherriff, N., Hall, V., & Pickin, M. (2009). Fathers' perspectives on breastfeeding: Ideas for intervention. *British Journal of Midwifery*, 17(4), 223-227.
- Su, M., & Ouyang, Y. Q. (2016). Father's role in breastfeeding promotion: Lessons from a quasi-experimental trial in China. *Breastfeeding Medicine*, 11, 144-149.
- Tohotoa, J., Maycock, B., Hauck, Y., Howat, P., Burns, S., & Binns, C. (2009). Dads make a difference: An exploratory study of paternal support for breastfeeding in perth, western australia. *International Breastfeeding Journal*, 4(1), 15-23.
- Tsegaye, M., Ajema, D., Shiferaw, S., Shiferaw, S., & Yirgu, R. (2019). Level of exclusive breastfeeding practice in remote and pastoralist community, Aysaita woreda, Afar, Ethiopia. *International Breastfeed Journal*, 14, 6.
- U.S Department of Agriculture. (2022). *Breastfeeding basics for dads*. Retrieved from <https://wicbreastfeeding.fns.usda.gov/breastfeeding-basics-dads>
- Victora, C. G., Bahl, R., Barros, A. J., França, G. V., Horton, S., Krasevec, J., ... Lancet Breastfeeding Series Group. (2016). Breastfeeding in the 21st century: Epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *Lancet*, 387, 475-490.
- Wambach, K. & Spencer, B. (2019). *Breastfeeding and human lactation*, jones & bartlett learning, llc, proquest e-book central. Retrieved from <http://ebookcentral.proquest.com/lib/uic/detail.action?docID=5897399>.
- World Health Organization. (2016). *Exclusive breastfeeding*. Retrieved from http://www.who.int/nutrition/topics/exclusive_breastfeeding/en/
- World Health Organization. (2018). *Guideline: Counselling of women to improve breastfeeding practices*. Retrieved from <https://www.who.int/publications/i/item/9789241550468>