



การให้ความรู้ต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่น: การทบทวนอย่างเป็นระบบ

Education Provision on Breastfeeding among Adolescent Mothers: A Systematic Review

พัชรินทร์ เงินทอง	พย.ม.*	Patcharin Ngoenthong	M.N.S*
กรรณิการ์ กันธะรักษา	พย.ด.**	Kannika Kantaruksa	Ph.D.**
นงลักษณ์ เฉลิมสุข	พย.ด.***	Nongluk Chaloumsuk	Ph.D.***

บทคัดย่อ

น่านมมารดาเป็นสารอาหารที่เป็นประโยชน์สำหรับทารก และให้ภูมิคุ้มกันต่อการติดเชื้อ การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่นยังมีอัตราที่ต่ำ ซึ่งถือว่าเป็นปัญหาสำคัญ ปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่ออัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา คือ การขาดความรู้ ด้วยเหตุนี้จึงมีงานวิจัยที่หลากหลายเกี่ยวกับการให้ความรู้ในมารดาวัยรุ่นเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา การทบทวนอย่างเป็นระบบครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินประสิทธิผลของการให้ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่น มีผลลัพธ์คือความรู้ในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา อัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และพฤติกรรมในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา จากการสืบค้นงานวิจัยระดับปฐมภูมิ ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2534 ถึงปี พ.ศ. 2557 โดยใช้แนวทางการทบทวนอย่างเป็นระบบของสถาบันโจแอนนาบริกส์ (JBI, 2014) พบงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการให้ความรู้ในมารดาวัยรุ่น ผ่านเกณฑ์การคัดเลือกตามคุณสมบัติที่กำหนด จำนวน 13 เรื่อง แบ่งเป็นงานวิจัยทดลองแบบสุ่มและมีกลุ่มควบคุม จำนวน 4 เรื่อง งานวิจัยแบบกึ่งทดลอง จำนวน 9 เรื่อง แต่ไม่สามารถนำมาวิเคราะห์ได้เนื่องจากความแตกต่างของวิธีการให้ความรู้และการวัดผลลัพธ์ ดังนั้นการทบทวนอย่างเป็นระบบในครั้งนี้จึงใช้วิธีการสรุปแบบบรรยายเชิงเนื้อหา

ผลของการศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า ประสิทธิภาพของการให้ความรู้ขึ้นกับ 3 ปัจจัยหลักคือ รูปแบบการให้ความรู้ ระยะเวลาในการให้ความรู้ และผู้ให้ความรู้ สำหรับรูปแบบการให้ความรู้พบว่า การให้ทั้งรายบุคคลและรายกลุ่ม อาจจะทำให้เกิดผลลัพธ์ที่ดีต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ในส่วนของช่วงเวลาพบว่าการให้ความรู้อย่างต่อเนื่องตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด จนถึง ระยะหลังคลอด อาจจะมีผลเพิ่มความรู้ เพิ่มระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เพิ่มอัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และมีผลต่อพฤติกรรมในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา สำหรับผู้ให้ความรู้พบว่าบุคลากรทางวิชาชีพมีความสำคัญต่อการให้ความรู้เป็นอย่างมาก ถึงแม้ว่าผู้ให้ความรู้ที่ไม่ใช่บุคลากรทางวิชาชีพอาจจะสามารถเพิ่มระดับความรู้ในมารดาวัยรุ่น แต่ต้องได้รับการอบรมตามหลักสูตรที่กำหนด และปฏิบัติงานภายใต้การกำกับดูแลของบุคลากรทางวิชาชีพ

* อาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยเชียงราย

* Instructor, Faculty of Nursing, Chiang Rai College

** รองศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

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

*** อาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

*** Instructor, Faculty of Nursing, Chiang Mai University



จากผลการทบทวนอย่างเป็นระบบครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะว่า วิธีการให้ความรู้อาจให้ได้ทั้งรายบุคคลหรือรายกลุ่ม โดยให้ความรู้อย่างต่อเนื่องตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด จนถึงระยะหลังคลอดโดยบุคลากรทางวิชาชีพ สำหรับด้านการวิจัยควรมีการวิจัยปฐมภูมิเพิ่มเติมในเรื่องประสิทธิผลของการให้ความรู้ในมารดาวัยรุ่น โดยใช้วิธีการ และการประเมินผลลัพธ์แบบเดียวกัน

คำสำคัญ: การให้ความรู้ การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา มารดาวัยรุ่น การทบทวนอย่างเป็นระบบ

Abstract

Breast milk has beneficial nutrients for infants and offers immunity from infections. The low breastfeeding rate among adolescent mothers is a significant problem. One factor affecting the breastfeeding rate is a lack of knowledge. Thus, many types of education provision are designed to promote breastfeeding in adolescent mothers. This systematic review aimed to evaluate the effectiveness of education provision on breastfeeding knowledge, breastfeeding duration, breastfeeding rate and breastfeeding behavior among adolescent mothers. The primary research published between 1991 and 2014 were comprehensively searched using a systematic guideline developed by the Joanna Briggs Institute (2014). This systematic search identified a total of 13 studies which met the review inclusion criteria, and included 4 randomized controlled trials and 9 quasi-experimental studies. Meta-analysis could not be applied as these studies were dissimilar in terms of types of intervention and their outcomes. Instead, narrative summarization was used in this systematic review.

The findings of this study indicated that the effectiveness of education provision depended on three main factors: type of education provision, timing of education, and educators. The study showed that individual and group education may have positive outcomes on breastfeeding. Education continually delivered through pregnancy, childbirth and the postpartum period may improve knowledge of breastfeeding, duration of breastfeeding, breastfeeding rate and breastfeeding behavior among adolescent mothers. A professional educator is also the key person in an education provision. Although the education of breastfeeding provided by non-professional educators may increase the level of adolescent mother's knowledge, but they need to be trained in an intensive training course, and their performance should be done under close supervision of professionals.

The findings in this systematic review suggest that the education provision may be individual or group education; should continue through pregnancy, childbirth and the postpartum period; and under the direction of a professional educator. Additional primary research on the effectiveness of education provision among adolescent mothers focusing on methods and outcome evaluations are needed.

Key words: Education provision, Breastfeeding, Adolescent mothers, Systematic review



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

น้ำนมมารดาเป็นสารอาหารที่มีประโยชน์ที่ทารกต้องการในระยะแรกของชีวิต ประกอบไปด้วยประโยชน์ด้านร่างกาย และด้านจิตสังคม สำหรับประโยชน์ด้านร่างกาย น้ำนมมารดาป้องกันการติดเชื้อแบคทีเรียและไวรัส (Lawrence & Lawrence, 2011) เนื่องจากในน้ำนมมีภูมิคุ้มกันโรค (Grassley & Saul, 2012) ทำให้ทารกที่ได้รับน้ำนมมารดามีอัตราการติดเชื้อต่ำกว่าทารกที่ได้รับนมผสม (WHO, 2014) ดังเช่นการศึกษาของดิลโล เบล โมลควิน และการ์เรนท์ (Diallo, Bell, Moutquin, & Garant, 2009) ที่ศึกษาผลของการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว เปรียบเทียบกับการไม่เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว (exclusive breastfeeding) ต่ออัตราการเกิดโรคของทารก พบว่าทารกที่ได้รับนมมารดาอย่างเดียวมีอัตราการเกิดโรค และอัตราตายจากการติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจ ระบบทางเดินอาหาร ต่ำกว่าทารกที่ไม่ได้รับนมมารดาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) นอกจากนี้ ยังลดความเสี่ยงในการเกิดภูมิแพ้ และโรคอ้วน (Lawrence & Lawrence, 2011)

น้ำนมมารดายังมีประโยชน์ในการพัฒนาการทำงานของสมองและระดับสติปัญญา จากการศึกษาของดิโอนีและคณะ (Deoni et al., 2013) พบว่าทารกที่ได้รับนมมารดาตั้งแต่แรกเกิดอย่างน้อย 6 เดือนจะมีระดับเชาว์ปัญญา (intelligence quotient [IQ]) และพัฒนาการด้านความคิด (cognitive function) อยู่ในระดับสูงกว่าทารกที่ได้รับนมผสม นอกจากนี้ ควินน์ และคณะ (Quinn et al., 2001) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลของการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ที่มีต่อเชาว์ปัญญา ตั้งแต่แรกเกิดจนถึงอายุ 5 ปี พบว่าเด็กชายและเด็กหญิงที่ได้รับนมมารดาในขณะที่เป็นทารกนาน 6 เดือน มีระดับเชาว์ปัญญาสูงกว่าทารกที่ไม่ได้รับนมมารดา 8.2 จุด และ 5.8 จุดตามลำดับ ส่วนประโยชน์ด้านจิตสังคม จากการที่ทารกได้ดูดนมมารดาได้รับการสัมผัส โอบกอด ทำให้ทารกเกิดความผูกพัน และมีความมั่นคงทางอารมณ์ (Haroon, Das, Salam, Imdad, & Bhutta, 2013) ส่งผลให้มีพัฒนาการเรียนรู้ และการปรับตัวอย่างเหมาะสม (Bozzette & Posner, 2013)

การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดานอกจากมีประโยชน์ต่อทารกแล้วยังมีประโยชน์โดยเฉพาะอย่างยิ่งต่อมารดา วัยรุ่นทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านเศรษฐกิจ สำหรับประโยชน์ทางด้านร่างกาย จากการที่มารดาวัยรุ่นยังมีการเจริญเติบโตด้านสรีรวิทยาไม่เต็มที่ ทำให้มีความเสี่ยงในการทำหัตถการช่วยคลอด และเสี่ยงต่อการเกิดการตกเลือดในระยะหลังคลอดสูง (Nesbitt et al., 2012) การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาทำให้ฮอร์โมนออกซิโตซิน (oxytocin) หลัง ส่งผลให้มดลูกหดรัดตัวดี จึงช่วยลดภาวะตกเลือดหลังคลอดและขับน้ำคาวปลา (WHO, 2014; Yin, Quinn, Dwyer, Ponsonby, & Jones, 2012) นอกจากนี้การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว 6 เดือน เป็นการคุมกำเนิดแบบธรรมชาติ จากการที่ฮอร์โมนโพรแลคติน (prolactin) ที่อยู่ในระดับสูงช่วยยับยั้งการตกไข่ และการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดายังลดอัตราการเกิดมะเร็งเต้านม มะเร็งรังไข่ ลดการเกิดภาวะกระดูกพรุน (osteoporosis) และยังช่วยทำให้น้ำหนักตัวของมารดา กลับสู่ระยะก่อนตั้งครรภ์โดยเร็ว (Lawrence, & Lawrence, 2011) ส่วนประโยชน์ด้านจิตใจ การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ยังช่วยกระตุ้นพฤติกรรมมารดาเป็นมารดา เนื่องจากมารดาวัยรุ่นต้องปรับบทบาทจากการเป็นวัยรุ่นเข้าสู่บทบาทมารดา เกิดความขัดแย้ง และมีความลังเลในการเลี้ยงบุตร การได้สัมผัสทารก การกอด การอุ้มทารกดูคนจะช่วยสร้างความผูกพัน (bonding and attachment) ระหว่างมารดาและทารก (Hannula, Kaunonen, & Tarkka, 2007) สำหรับประโยชน์ทางด้านเศรษฐกิจ การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาช่วยให้ประหยัดเงิน ในการซื้อนมผสม ซึ่งมารดาวัยรุ่นมักจะมีปัญหาด้านเศรษฐกิจ และเป็นการลดค่าใช้จ่ายจากการเจ็บป่วยของทารก ดังจะเห็นได้จากทารกที่ได้รับนมมารดาป่วยน้อยกว่าทารกที่ได้รับนมผสม และครอบครัวที่เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างน้อย 6 เดือน ประหยัดค่าใช้จ่ายได้เฉลี่ย 1,100 บาทต่อเดือน ต่อครอบครัวและประเทศ สามารถลดค่าใช้จ่ายจากการใช้บริการทางสุขภาพของเด็กป่วยได้ 1.8 พันล้านบาทต่อปี (มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย, 2557)

ประเทศไทยพบปัญหาการตั้งครรภ์วัยรุ่นเพิ่มมากขึ้น

ทุกปี จากสถิติการตั้งครรภ์และการคลอดในวัยรุ่นไทย พบอัตราการตั้งครรภ์ และคลอดในวัยรุ่นไทยอายุ 15-19 ปี ใน พ.ศ. 2550 พ.ศ. 2553 และ พ.ศ. 2555 เท่ากับ ร้อยละ 55.7 ร้อยละ 56.1 และร้อยละ 60 ตามลำดับ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2556) อัตราการคลอดบุตรของวัยรุ่นไทยยังอยู่ลำดับที่ 5 ในกลุ่มประเทศประชาคมอาเซียน และมีแนวโน้มในการเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในกลุ่มมารดาอายุต่ำกว่า 15 ปี (Stop Teen Mum, 2556) จากการรายงานสถานการณ์วัยรุ่นไทยของมหาวิทยาลัยมหิดล ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม ถึงวันที่ 23 สิงหาคม 2556 พบว่ามีเด็กเกิดทั้งหมด 481,279 คน เป็นเด็กที่เกิดจากมารดาที่อายุต่ำกว่า 20 ปี จำนวน 85,306 คน คิดเป็นอัตราส่วนร้อยละ 17.73 ของการเกิดทั้งหมดและจำนวนนี้เป็นเด็กที่เกิดจากมารดาอายุต่ำกว่า 15 ปี จำนวน 2,188 คน (สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2556)

อัตราการตั้งครรภ์และการคลอดของวัยรุ่นในประเทศไทยมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น แต่อัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่น ยังเป็นปัญหาสำคัญของทั่วโลก มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ มีอัตราการเริ่มต้นเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (breastfeeding initiation) ค่อนข้างต่ำและระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วย นมมารดาสั้น เมื่อเปรียบเทียบกับมารดาที่มีอายุมากกว่า (Wambach et al., 2011) จากการศึกษาของ แกรสเลย์ (Grassley, 2010) ในประเทศสหรัฐอเมริกา พบว่าอัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่น อายุ 10-19 ปี มารดาผู้ใหญ่ อายุ 20-29 ปี และมารดาผู้ใหญ่ที่มีอายุมากกว่า 30 ปี เท่ากับ ร้อยละ 43, 65 และ 75 ตามลำดับ ส่วนอัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวยาว 6 เดือน เท่ากับร้อยละ 24, 34 และ 50 ตามลำดับ สถิติประเทศไทยอัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวยาวของมารดาวัยรุ่นอายุ 15-19 ปี เท่ากับร้อยละ 51.65 และมีระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวยาวต่ำกว่า 1 เดือน ร้อยละ 26.79 นอกจากนี้ระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวยาวที่สุดเพียง 4 เดือน มี ร้อยละ 19.07 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2549) สำหรับพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดา

วัยรุ่น พบว่ามารดาวัยรุ่นมีการเริ่มต้นเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาที่โรงพยาบาลและหยุดเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเมื่อออกจากโรงพยาบาล โดย 3 ใน 4 ของมารดาวัยรุ่นไม่ได้เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา หรือมีการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เพียงสัปดาห์เดียวหลังคลอด (Wambach & Cohen, 2009) และมารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่จะเริ่มให้นมผสมในสัปดาห์ที่ 2 หลังคลอด (Misra & James, 2000) สำหรับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในระยะแรก มารดาวัยรุ่นจะทดลองเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา แต่เมื่อพบอุปสรรคจะหยุดให้นมมารดา (Nesbitt et al., 2012) ดังเช่น การศึกษาของบอลลิง (Bolling as cited in Moteiro et al., 2014) ที่สำรวจการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของมารดาวัยรุ่นในประเทศอังกฤษ พบว่าร้อยละ 52 ของมารดาวัยรุ่นเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาขณะที่อยู่โรงพยาบาล และร้อยละ 34 ให้นมบุตรต่อเนื่องเพียง 1 สัปดาห์หลังคลอด

ปัจจัยที่ทำให้มารดาวัยรุ่นเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาน้อยกว่ามารดาผู้ใหญ่ ได้แก่ ปัจจัยด้านอายุ ด้านทัศนคติ ด้านความขัดแย้งในพัฒนาการ (conflicting developmental task) และด้านความรู้ (Sauls, 2010) สำหรับปัจจัยด้านอายุ การที่มารดาวัยรุ่นอายุน้อยทำให้มีวุฒิภาวะด้านอารมณ์ และสังคมต่ำส่งต่อการเตรียมความพร้อมในการวางแผนเป็นมารดา ความตั้งใจ และการเริ่มต้นเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (Moteiro et al., 2014) ส่วนปัจจัยด้านทัศนคติ การที่มารดาวัยรุ่นมีความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เช่น การเป็นวัยรุ่นทำให้น้ำนมไม่มีคุณภาพ น้ำนมมีไม่เพียงพอต่อการเลี้ยงบุตร ทารกไม่สามารถดูดนมได้ หรือการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาทำให้เต้านมเสียรูปทรง (Nesbitt et al., 2012) และปัจจัยด้านความขัดแย้งในพัฒนาการเกิดจากการที่มารดาวัยรุ่นต้องเปลี่ยนบทบาท จากการเป็นวัยรุ่นสู่การเป็นมารดา ทำให้ยังปรับตัวได้ไม่ดีพอ มีแนวโน้มในการยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง ยังต้องการความสนุกมีความรับผิดชอบน้อย (Moteiro et al., 2014) โดยไม่คำนึงถึงความต้องการของบุตร และไม่สามารถตอบสนองความต้องการของบุตรได้อย่างเหมาะสม (DeVito, 2010)



ปัจจัยด้านความรู้มีผลต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเนื่องจากการดื่มนมมีระดับการศึกษาต่ำ เพราะยังอยู่ในวัยเรียน และส่วนมากไม่ได้มาฝากครรภ์หรือมาฝากครรภ์ในระยะหลัง ทำให้มีข้อจำกัดของความรู้ หรือขาดความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (Moteiro et al., 2014) ดังเช่นการศึกษาของ อะโพสโตลาคิส-ไครัส วาเลนไทน์ และดีฟรานโก (Apostolakis-Kyrus, Valentine, & Defranco, 2013) ที่พบว่ามารดาวัยรุ่นที่ไม่ได้ฝากครรภ์ขาดความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ส่งผลต่อการเริ่มต้นเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และการที่มารดาวัยรุ่นมีความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในระดับต่ำ ส่งผลต่อการเกิดความเชื่อที่ผิด ทำให้ขาดความมั่นใจ และขาดความมั่นใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (Nesbitt et al., 2012) หากมารดาวัยรุ่นได้รับความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาตั้งแต่วัยตั้งครรภ์ จะมีแนวโน้มที่จะเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่อง (Bo & Agwo, 2014)

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า การสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่นให้ประสบความสำเร็จต้องให้ความรู้ ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์จนถึงระยะหลังคลอด (Swanson et al., 2006) จากการศึกษาของ โพโบซิก และคณะ (Pobocik et al., 2000) ศึกษาการสอนและการสนับสนุนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่น จำนวน 407 ราย โดยใช้โปรแกรม The Early Experiences and Counseling for Effective Lactation (EXCEL) ที่ประกอบด้วยการสอนในระยะตั้งครรภ์ และระยะหลังคลอด การสอนในระยะตั้งครรภ์ใช้การสอนเป็นรายบุคคลและรายกลุ่ม โดยใช้สื่อการสอนเป็นคู่มือและวีดิทัศน์ ที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับประโยชน์ของการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ระยะเวลาในการให้นมบุตร และวิธีการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ร่วมกับการติดตามทางโทรศัพท์หรือการเยี่ยมบ้าน จนถึงระยะหลังคลอด โดยให้ความรู้และคำแนะนำเพิ่มเติม ซึ่งผลการวิจัยพบว่ามารดาวัยรุ่นกลุ่มที่ได้รับความรู้ตามโปรแกรมมีอัตราการเริ่มเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และระยะเวลาใน

การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาหลังคลอดนานกว่ามารดาวัยรุ่นกลุ่มที่ไม่ได้รับการสอน และจากการศึกษาของ โวลเพ และแบร์ (Volpe & Bear, 2000) ที่ศึกษาการส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่น ตามโปรแกรม Breastfeeding Educated and Supported Teen (BEST) club โดยการจัดรูปแบบการสอนที่ประกอบด้วย การสอนในระยะตั้งครรภ์ และระยะหลังคลอด การสอนในระยะตั้งครรภ์ใช้การสอนร่วมกับการเล่นเกม โดยมีเนื้อหาในการสอน เป็นเรื่องโครงสร้างทางกายวิภาค และสรีรวิทยาของเต้านม วิธีการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ส่วนในระยะ หลังคลอดเป็นการให้ความรู้ทางโทรศัพท์ ผลการศึกษาพบว่ามารดาวัยรุ่นที่ได้รับความรู้ตามโปรแกรมมีอัตราการเริ่มเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสูงกว่ามารดาวัยรุ่นที่ไม่ได้รับการให้ความรู้

จากการสืบค้นข้อมูล เกี่ยวกับการให้ความรู้ในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่น พบว่ามีบททบทวนอย่างเป็นระบบ (systematic review [SR]) จำนวน 1 เรื่อง ได้แก่ การทบทวนอย่างเป็นระบบ ในปี ค.ศ. 2007 โดย โมแรน เอ็ดเวิร์ด ดายกีส และดาวน์ (Moran, Edward, Dykes, & Downe, 2007) เกี่ยวกับการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของมารดาวัยรุ่นประกอบด้วยงานวิจัยแบบสุ่มและมีกลุ่มควบคุมจำนวน 1 เรื่อง และงานวิจัยแบบกึ่งทดลองจำนวน 2 เรื่อง งานวิจัยเชิงคุณภาพจำนวน 4 เรื่อง ที่ศึกษางานวิจัยตั้งแต่ปี ค.ศ. 1989 ถึงปี ค.ศ. 2006 ผลลัพธ์จากการทบทวนอย่างเป็นระบบ พบว่าโปรแกรมการสนับสนุนความรู้ที่เหมาะสมสำหรับมารดาวัยรุ่นอาจจะมีผลต่อความสำเร็จ และการเริ่มต้นเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา สำหรับวิธีการในการให้ความรู้ยังไม่มีความชัดเจนระหว่างการให้ความรู้แบบรายบุคคลหรือวิธีอื่นในการสื่อสาร เช่น การใช้โทรศัพท์ เป็นต้น ส่วนการให้ความรู้โดยวิธีเพื่อนช่วยเพื่อน (peer support) ยังไม่มีความชัดเจนว่าจะเหมาะสมกว่าการได้รับความช่วยเหลือจากที่ปรึกษาด้านนมแม่ (lactation consultant) ในการศึกษาครั้งนี้ได้รายงานข้อจำกัดว่างานวิจัยที่นำมาทบทวนมีความลำเอียงจากการคัดกลุ่มตัวอย่าง รูปแบบในการวิจัยมีความหลากหลาย และมีงานวิจัยแบบสุ่มและมีกลุ่ม

ควบคุมจำนวนน้อย ซึ่งผู้วิจัยได้แนะนำให้ทำการทบทวน
อย่างเป็นระบบเพิ่มเติมจากงานวิจัยปฐมภูมิที่เป็นแบบ
สุ่มและมีกลุ่มควบคุมต่อไป

ผู้วิจัยพบการทบทวนเพื่อบูรณาการงานวิจัย
(integrative review) ในปี ค.ศ. 2010 โดย แกรสเลย์
(Grassley, 2010) ที่ศึกษาความต้องการการสนับสนุน
ทางสังคม (social support needs) ในการเลี้ยงบุตร
ด้วยนมมารดาของมารดาวัยรุ่น โดยทบทวนจากงานวิจัย
ปฐมภูมิที่ศึกษาตั้งแต่ปี 2000 ถึงปี 2009 เป็นการวิจัย
เชิงพรรณนา (descriptive research designs) จำนวน
8 เรื่อง และงานวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research
designs) จำนวน 9 เรื่อง ผลการศึกษาสรุปว่ามารดาวัยรุ่น
มีความต้องการรับรู้ประโยชน์ของการเลี้ยงบุตรด้วย
นมมารดา ในเรื่องการลดความเสี่ยงจากการเจ็บป่วย
ค่าใช้จ่าย วิธีการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และประโยชน์
สำคัญที่มีต่อมารดาวัยรุ่น เช่น เรื่องสายสัมพันธ์แม่ลูก
และการช่วยลดน้ำหนักในระยะหลังคลอด

จากการสืบค้นเบื้องต้นโดยใช้คำสืบค้นที่เกี่ยวข้อง
การให้ความรู้ต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดา
วัยรุ่น ผู้วิจัยพบงานวิจัยที่ศึกษาเพิ่มเติมจากการทบทวน
อย่างเป็นระบบของ โมแรน และคณะ (Moran et al.,
2007) จำนวน 1,533 เรื่อง เป็นงานวิจัยแบบสุ่ม และมี
กลุ่มควบคุม งานวิจัยแบบกึ่งทดลอง งานวิจัยแบบศึกษา
ไปข้างหน้า และงานวิจัยเชิงคุณภาพ ศึกษาการสนับสนุน
และการให้ความรู้ต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาใน
มารดาวัยรุ่น โดยการให้ความรู้ในหลายรูปแบบ เช่น
การจัดโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา
การบรรยาย การใช้โทรศัพท์ การให้คำปรึกษา และการ
เยี่ยมบ้าน เป็นต้น วัดผลลัพธ์เป็นความรู้ในการเลี้ยงบุตร
ด้วยนมมารดา อัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ระยะ
เวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และพฤติกรรมในการ
เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ซึ่งมีวิธีการให้ความรู้และการใช้
รูปแบบการปฏิบัติที่แตกต่างกัน อีกทั้งยังไม่มี การสรุป
ข้อปฏิบัติ หรือแนวทางการปฏิบัติที่เหมาะสม นอกจากนี้
หลังการทบทวนของโโมแรนและคณะจากปี ค.ศ. 2007
ถึงปี ค.ศ. 2014 ผู้วิจัยยังไม่พบการทบทวนอย่างเป็น
ระบบเกี่ยวกับการให้ความรู้ต่อการเลี้ยงบุตรด้วย

นมมารดาในมารดาวัยรุ่น และไม่พบการวิเคราะห์เมตา
(meta-analysis) ผู้วิจัยจึงสนใจทำการศึกษาทบทวน
อย่างเป็นระบบ เพื่อสังเคราะห์ และสรุปองค์ความรู้ให้
ชัดเจนขึ้นเกี่ยวกับประสิทธิผลของการให้ความรู้ในการ
เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่น โดยประเมิน
ผลลัพธ์เป็นความรู้ในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ระยะ
เวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา พฤติกรรมในการ
เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และอัตราการเลี้ยงบุตรด้วย
นมมารดาในมารดาวัยรุ่น ผู้วิจัยเลือกใช้วิธีการทบทวน
อย่างเป็นระบบตามขั้นตอนของสถาบันโจแอนนาบริกส์
(The Joanna Briggs Institute [JBI], 2014) เนื่องจาก
มีการวิเคราะห์ และประเมินคุณภาพงานวิจัยที่ลดการ
เกิดอคติ ทำให้ได้ผลการศึกษาที่ครอบคลุม น่าเชื่อถือ
 และได้ข้อมูลที่ชัดเจนเกี่ยวกับวิธีการปฏิบัติ ซึ่งจะเป็น
ประโยชน์ในการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาใน
มารดาวัยรุ่นต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาประสิทธิผลของการให้ความรู้ต่อการ
เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่น

คำถามการวิจัย

ประสิทธิผลของการให้ความรู้ต่อการเลี้ยงบุตรด้วย
นมมารดาในมารดาวัยรุ่นเป็นอย่างไร

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การทบทวนอย่างเป็นระบบครั้งนี้ เพื่อศึกษา
ประสิทธิผลของการให้ความรู้ต่อการเลี้ยงบุตรด้วย นมมารดา
ในมารดาวัยรุ่น ตามขั้นตอนของสถาบันโจแอนนาบริกส์
(JBI, 2014) ใช้เครื่องมือของสถาบันในการประเมิน และ
รวบรวมข้อมูลทั้งหมด ประกอบด้วยขั้นตอน 7 ขั้นตอน
ได้แก่ 1) การกำหนดวัตถุประสงค์และคำถาม 2) การ
กำหนดเกณฑ์การคัดเลือกงานวิจัย 3) การสืบค้นงานวิจัย
4) การคัดเลือกงานวิจัยที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนด
5) การประเมินคุณภาพงานวิจัย 6) การรวบรวมข้อมูล
และการสกัดข้อมูล 7) การวิเคราะห์และการสังเคราะห์
ข้อมูล โดยการคัดเลือกงานวิจัยปฐมภูมิเป็นงานวิจัยแบบ



สุมและมิกลุ่มควบคุม และงานวิจัยกึ่งทดลอง ศึกษางานวิจัยปฐมภูมิที่เกี่ยวกับการให้ความรู้ต่อมารดาวัยรุ่นในระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด และระยะหลังคลอด ทั้งรายบุคคลและรายกลุ่ม มีผลลัพธ์เป็นความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา พฤติกรรมในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และอัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ที่ทำการศึกษาทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศทั้งที่ได้รับการตีพิมพ์ และไม่ได้ตีพิมพ์เผยแพร่ นำเสนอรายงานเฉพาะที่เป็นภาษาไทย และภาษาอังกฤษตั้งแต่ปี พ.ศ. 2534 ถึงปี พ.ศ. 2557 (ค.ศ. 1991 ถึงปี ค.ศ. 2014)

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ ซึ่งผ่านการพิจารณาในคณะกรรมการจริยธรรม ของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ สืบค้นจากงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการให้ความรู้ต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่น ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้คือ งานวิจัยปฐมภูมิที่ศึกษาเกี่ยวกับการให้ความรู้ต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่นที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์คัดเลือก ได้แก่ กลุ่มประชากร (population) เป็นรายงานการวิจัยที่ศึกษาในประชากรหรือกลุ่มตัวอย่างที่เป็นมารดาวัยรุ่นในระยะตั้งครรภ์ คลอดและหลังคลอด วิธีการจัดกระทำ (intervention) เป็นรายงานการวิจัยที่มีการจัดกิจกรรมหรือการจัดกระทำโดยการให้ความรู้ เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่น ทั้งรายบุคคลและรายกลุ่มโดยมีตัวแปรต้น เป็นวิธีการให้ความรู้การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาการเปรียบเทียบ (comparison) เป็นรายงานการวิจัยที่มีการเปรียบเทียบผลลัพธ์ระหว่างกลุ่มที่ได้รับการให้ความรู้ในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และกลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติเป็นงานวิจัยที่ออกแบบเป็นการวิจัยแบบสุมและมิกลุ่มควบคุม และงานวิจัยแบบกึ่งทดลองที่มีคุณภาพ มีความสมบูรณ์ถูกต้องในทุกขั้นตอน และมีการรายงานค่าสถิติที่เพียงพอสำหรับการวิเคราะห์ทางสถิติ ตัวแปรผลลัพธ์ (outcome) เป็นงานวิจัยที่มีตัวแปรผลลัพธ์คือ ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตร

ด้วยนมมารดา ระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา พฤติกรรมในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และอัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา โดยเป็นรายงานการวิจัยที่ตีพิมพ์ และไม่ได้ตีพิมพ์ ทั้งที่เป็นภาษาไทยและภาษาอังกฤษระหว่างปี พ.ศ. 2534 ถึงปี พ.ศ. 2557 (ค.ศ. 1991 ถึง 2014)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มี 3 ประเภท ได้แก่ แบบคัดกรองงานวิจัยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามเกณฑ์ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง แบบประเมินคุณภาพงานวิจัยเชิงทดลอง และแบบสกัดข้อมูลงานวิจัยของสถาบันโจแอนนาบริกส์ จึงไม่จำเป็นต้องตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือในกระบวนการรวบรวมข้อมูลมีการควบคุมคุณภาพผู้วิจัยและอาจารย์ที่ปรึกษาแยกกันประเมินงานวิจัยตามขั้นตอนเพื่อป้องกันความลำเอียง ผลการสกัดข้อมูลพบว่าผู้วิจัยและอาจารย์ที่ปรึกษาหลักมีความเห็นสอดคล้องกันในทุกขั้นตอน

สรุปผลการวิจัย

งานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการให้ความรู้ต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาจำนวน 1,533 เรื่อง และจากการสืบค้นด้วยมือจำนวน 5 เรื่อง ผ่านเกณฑ์การคัดเลือกจำนวน 13 เรื่องเป็นงานวิจัยทดลองแบบสุมและมิกลุ่มควบคุมจำนวน 4 เรื่อง คิดเป็นร้อยละ 30.77 และงานวิจัยกึ่งทดลองจำนวน 9 เรื่อง คิดเป็นร้อยละ 69.23 โดยมีลักษณะเป็นงานวิจัยที่มีรูปแบบการให้ความรู้เป็นรายบุคคลจำนวน 8 เรื่อง คิดเป็นร้อยละ 61.54 และเป็นการให้ความรู้รายกลุ่มจำนวน 5 เรื่องคิดเป็นร้อยละ 38.46 งานวิจัยทั้งหมดมีขนาดกลุ่มตัวอย่างมากกว่า 30 ราย คิดเป็นร้อยละ 100 งานวิจัยมีวิธีการจัดกระทำ การวัดผลลัพธ์ที่แตกต่างกัน รวมทั้งข้อจำกัดทางสถิติของรายงานการวิจัย ทำให้ไม่สามารถวิเคราะห์ผลการศึกษาด้วยการวิเคราะห์ห้เมต้าได้ ผู้วิจัยจึงสรุปผลการทบทวนอย่างเป็นระบบด้วยการวิเคราะห์สรุปเชิงเนื้อหา ซึ่งสามารถจำแนกได้เป็น 3 หมวด ได้แก่ รูปแบบการให้ความรู้ ช่วงเวลาในการให้ความรู้ และผู้ให้ความรู้

รูปแบบการให้ความรู้เป็นการให้ความรู้รายบุคคล และการให้ความรู้รายกลุ่ม ซึ่งการให้ความรู้รายบุคคลยัง



แบ่งได้เป็น 1) การให้ความรู้รายบุคคลโดยใช้สื่อคอมพิวเตอร์ช่วยสอน การใช้คอมพิวเตอร์ช่วยสอนขณะกลุ่มทดลองอยู่ในระยะปากมดลูกเปิดช้า (latent phase) ใช้เวลาในการให้ความรู้ประมาณ 30 นาที และการให้ความรู้รายบุคคลโดยให้การปรึกษาทางโทรศัพท์ ในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ให้การปรึกษาจากที่ปรึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนทางโทรศัพท์หลังคลอดบุตร จนกว่าจะหยุดเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา 2) การให้ความรู้รายบุคคลโดยการเยี่ยมบ้านและให้การปรึกษาทางโทรศัพท์ เยี่ยมบ้านตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์จนถึง 3 เดือนหลังคลอด ร่วมกับการให้การปรึกษาทางโทรศัพท์เรื่องการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา 3) การให้ความรู้รายบุคคลโดยการบรรยายร่วมกับการสาธิต การสาธิตย้อนกลับ และการปรึกษาทางโทรศัพท์ บรรยายโดยใช้สถานที่ ที่เงียบสงบและเป็นส่วนตัว โดยใช้เวลาประมาณ 45-60 นาที หลังการบรรยายมีการสาธิตและการสาธิตย้อนกลับ เพื่อให้มั่นใจว่ามารดาวัยรุ่นมีความเข้าใจและสามารถปฏิบัติกรเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้ถูกต้อง หลังจากนั้นติดตามให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์อย่างต่อเนื่อง 4) การให้ความรู้รายบุคคลร่วมกับการฝึกปฏิบัติจริงเป็นการให้ความรู้ข้างเตียง และให้การช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา โดยการฝึกปฏิบัติจากบุตรของตนเองใช้เวลาประมาณ 20 นาที ผลลัพธ์ของการให้ความรู้รายบุคคลทั้งหมดมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา อัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และคะแนนพฤติกรรมเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

การให้ความรู้รายกลุ่ม มีวิธีการในการให้ความรู้ 2 รูปแบบ ได้แก่ 1) การอบรมขณะตั้งครรภ์ (prenatal class) อบรมมารดาวัยรุ่นใน ไตรมาสที่ 2 การอบรมแบ่งเป็น 2 ครั้ง ใช้เวลาในการอบรมครั้งละ 1.5 – 2 ชั่วโมง บรรยายโดยมีเนื้อหาการอบรมตามโปรแกรม 2) การอภิปรายกลุ่ม ให้ความรู้โดยแบ่งเป็นกลุ่มย่อย 2-5 ราย ใช้เวลาประมาณ 50 นาทีใหญ่ แบ่งเป็นระยะสร้างสัมพันธภาพ ระยะดำเนินการ และระยะสิ้นสุดการอภิปราย โดยงานวิจัยใช้การอภิปรายกลุ่มร่วมกับวิธีการอื่น ได้แก่ วิธีการอภิปรายกลุ่มร่วมกับการดูแลตามปกติ

การอภิปรายกลุ่มร่วมกับการสาธิต การสาธิตย้อนกลับ และการให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์ การอภิปรายกลุ่มร่วมกับการสาธิตและการสาธิตย้อนกลับ การให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์และการเยี่ยมบ้าน การอภิปรายกลุ่มร่วมกับการสาธิต การสาธิตย้อนกลับ และการสอนแบบรายบุคคล ผลลัพธ์ของการให้ความรู้รายกลุ่มต่างให้ผลลัพธ์ที่ดีต่ออัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา พฤติกรรมในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และระยะเวลาเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา อย่างมีนัยสำคัญ

ช่วงเวลาในการให้ความรู้ งานวิจัยที่มีการจัดกระทำโดยมีระยะเวลาของการให้ความรู้ที่แตกต่างกันเป็นการให้ความรู้ในระยะตั้งครรภ์ จัดกระทำในสตรีตั้งครรภ์วัยรุ่นอายุครรภ์ 36 สัปดาห์ขึ้นไป วันละ 2-5 คนให้ความรู้ในห้องสอนสุขศึกษาภายหลังการตรวจครรภ์เสร็จสิ้น ใช้เวลาประมาณ 60 นาที สำหรับงานวิจัยที่ให้ความรู้ในระยะคลอด ผู้วิจัยจัดกระทำในผู้คลอดระยะปากมดลูกเปิดช้า ให้ความรู้โดยมีการประเมินความพร้อมและความต้องการของกลุ่มทดลอง โดยการให้การปรึกษาอย่างใกล้ชิด ส่วนงานวิจัยที่ให้ความรู้ในระยะหลังคลอด ผู้วิจัยจัดกระทำในมารดาวัยรุ่นหลังคลอดในระยะ 1 ชั่วโมง หลังคลอดทันทีไปจนถึงระยะ 6 สัปดาห์หลังคลอด ให้ความรู้ทั้งรายบุคคลและรายกลุ่ม ร่วมกับการให้การปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และการให้ความรู้ในระยะตั้งครรภ์และต่อเนื่องไปจนถึงระยะหลังคลอด ให้ความรู้สตรีวัยรุ่นไตรมาส 2 และ 3 อย่างต่อเนื่อง หลังคลอดมีการติดตามเยี่ยมบ้าน หรือติดตามทางโทรศัพท์เป็นระยะเพื่อให้การปรึกษากว่ามารดาวัยรุ่นสามารถเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้ ผลลัพธ์ของการให้ความรู้ในแต่ละช่วงเวลาของการตั้งครรภ์ พบว่าให้ผลลัพธ์ที่ดีต่อความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา อัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา พฤติกรรมในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และระยะเวลาเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา อย่างมีนัยสำคัญ

ผู้ให้ความรู้ มีงานวิจัยจำนวน 10 เรื่อง ที่ผู้ให้ความรู้เป็นบุคลากรทางวิชาชีพ (professional) ได้แก่ พยาบาลวิชาชีพ หรือที่ปรึกษาด้านนมแม่ และจำนวน 3 เรื่อง ไม่ใช่บุคลากรทางวิชาชีพ (non-professional) ได้แก่



คูล่า (Doula) และที่ปรึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน ผู้ให้ความรู้ไม่ใช่บุคลากรทางวิชาชีพ ซึ่งคูล่าหมายถึงผู้ที่ผ่านการอบรมในการให้ความช่วยเหลือด้านร่างกายและจิตใจแก่สตรีตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์จนถึงระยะหลังคลอด โดยไม่มีหน้าที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติการทางการแพทย์ ทำหน้าที่ในการให้คำแนะนำและดูแลด้านความสบาย (Diffen, 2015) คัดเลือกคูล่าจากมารดาวัยรุ่นที่ไม่เคยผ่านการอบรมหลักสูตรใดมาก่อน และเคยเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เข้ารับการอบรมความรู้ 20 สัปดาห์ และอีก 10 สัปดาห์ในการฝึกการให้คำปรึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน สำหรับการให้ที่ปรึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน คัดมารดาวัยรุ่น เข้ารับการอบรมเป็นที่ปรึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน อบรมการให้คำปรึกษาตามหลักสูตรการอบรมที่ปรึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน ซึ่งมีเนื้อหาหลักสูตรเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ปัญหาและการแก้ไข โดยคูล่าและที่ปรึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนจะปฏิบัติงานตามแผนงานที่บุคลากรทางวิชาชีพกำหนด ซึ่งผลลัพธ์ของการศึกษาทั้งหมดมีแนวโน้มในการให้ผลลัพธ์ที่ดีต่อความรู้ในการเลี้ยงบุตรด้วย นมมารดา ระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา อัตราในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และพฤติกรรมในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

การอภิปรายผล

การศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า ประสิทธิภาพของการให้ความรู้ขึ้นกับ 3 ปัจจัยหลักคือ รูปแบบการให้ความรู้ ช่วงเวลาในการให้ความรู้ และผู้ให้ความรู้ จากการทบทวนพบว่า การให้ความรู้รายบุคคล มีการใช้วิธีการที่หลากหลาย ได้แก่ การให้ความรู้รายบุคคลโดยให้การปรึกษาทางโทรศัพท์ โดยการใช้สื่อคอมพิวเตอร์ช่วยสอน โดยการเยี่ยมบ้านและให้การปรึกษาทางโทรศัพท์ โดยการบรรยายร่วมกับการสาธิตการสาธิตย้อนกลับและการปรึกษาทางโทรศัพท์ และการฝึกปฏิบัติ ซึ่งวิธีการให้ความรู้รายบุคคลโดยการบรรยาย ร่วมกับการสาธิต การสาธิตย้อนกลับ และให้การปรึกษาทางโทรศัพท์ เป็นวิธีการที่มีการปฏิบัติมากที่สุด โดยมีลักษณะเฉพาะของการให้ความรู้รายบุคคลใช้บุคคลคนเดียวตลอดระยะเวลาที่ดูแล มีการติดตามอย่างต่อเนื่อง และใช้สื่อการสอนที่

เหมาะสมประกอบการให้ความรู้ และให้ผลลัพธ์ที่ดีต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ส่วนการให้ความรู้รายกลุ่ม ประกอบด้วยการอภิปรายกลุ่มและการอบรมขณะตั้งครรภ์ มีการจัดกระทำในระยะตั้งครรภ์มากกว่าระยะหลังคลอด ซึ่งมีแนวโน้มในการให้ผลลัพธ์ที่ดีต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเช่นกัน อย่างไรก็ตามจำนวนงานวิจัยที่ให้ความรู้รายกลุ่มมีการจัดกระทำที่แตกต่างกันและจำนวนงานวิจัยที่ยังน้อยทำให้ต้องใช้การแปลผลอย่างระมัดระวัง

ช่วงเวลาในการให้ความรู้พบว่าช่วงเวลาในการให้ความรู้ที่มีการจัดกระทำและมีแนวโน้มในการให้ผลที่ดีในการให้ความรู้ต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่น เป็นการให้ความรู้อย่างต่อเนื่องตั้งแต่ในระยะตั้งครรภ์ไปจนถึงระยะหลังคลอด และการให้ความรู้ในระยะหลังคลอด ทั้งนี้ทั้งสองวิธีให้ผลลัพธ์ที่ดีต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่น ผู้ให้ความรู้พบว่าบุคลากรทางวิชาชีพมีความสำคัญต่อการให้ความรู้เป็นอย่างมาก ถึงแม้ว่าผู้ให้ความรู้ไม่ใช่บุคลากรทางวิชาชีพอาจจะสามารถเพิ่มระดับความรู้ในมารดาวัยรุ่น แต่ต้องได้รับการอบรมตามหลักสูตรที่กำหนด และปฏิบัติงานภายใต้การกำกับดูแลของบุคลากรทางวิชาชีพ

การทบทวนอย่างเป็นระบบครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่า ประสิทธิภาพของการให้ความรู้ต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาประกอบด้วย 1) รูปแบบการให้ความรู้ ซึ่งสามารถใช้ในการให้ความรู้ได้ทั้งรายบุคคลและรายกลุ่ม 2) ช่วงเวลาในการให้ความรู้ให้ได้ตั้งแต่ในระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด ระยะหลังคลอด หรือให้ความรู้อย่างต่อเนื่องในระยะตั้งครรภ์จนถึงระยะหลังคลอด 3) ผู้ให้ความรู้เป็นบุคลากรทางวิชาชีพ หรือไม่ใช่บุคลากรทางวิชาชีพ ซึ่งมีแนวโน้มที่จะให้ผลลัพธ์ที่ดีต่อความรู้ในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ระยะเวลาการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา อัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และพฤติกรรมในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ควรนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้เป็นแนวทางปฏิบัติในการให้ความรู้ต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาใน



มารดาวัยรุ่นเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

1. รูปแบบในการให้ความรู้ สามารถให้ได้ทั้งแบบรายบุคคลและรายกลุ่ม โดยการให้ความรู้ทั้งสองวิธีมีแนวโน้มในการให้ผลลัพธ์ที่ดีในการให้ความรู้ต่อเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่น

2. ช่วงเวลาในการให้ความรู้ งานวิจัยที่มีจำนวนมากที่สุด มีช่วงเวลาในการให้ความรู้ ตั้งแต่ในระยะตั้งครรภ์ต่อเนื่องไปจนถึงระยะหลังคลอด และการให้ความรู้ในระยะหลังคลอด ซึ่งมีแนวโน้มการให้ ผลลัพธ์ที่ดีในการให้ความรู้ต่อเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่น

3. ผู้ให้ความรู้ งานวิจัยที่ผู้ให้ความรู้เป็นบุคลากรทางวิชาชีพให้ผลลัพธ์ที่ดีในการให้ความรู้ต่อเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาวัยรุ่น ส่วนการให้ความรู้โดยผู้ที่ไม่ใช่บุคลากรทางวิชาชีพเป็นอีกทางเลือกหนึ่ง อย่างไรก็ตามผู้ที่ไม่ใช่บุคลากรทางวิชาชีพต้องได้รับการอบรม

จากบุคลากรทางวิชาชีพในการให้ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และปฏิบัติงานภายใต้การวางแผนและการกำกับดูแลจากบุคลากรทางวิชาชีพ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ศึกษาวิจัยเชิงทดลองเกี่ยวกับการให้ความรู้ในมารดาวัยรุ่นในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด และระยะหลังคลอดอย่างต่อเนื่อง โดยใช้รูปแบบงานวิจัยแบบสุ่มและมีกลุ่มควบคุม มีการควบคุมตัวแปรแทรกซ้อน เพื่อเปรียบเทียบประสิทธิภาพและผลลัพธ์ของการให้ความรู้ในแต่ละระยะของการตั้งครรภ์ ระยะคลอด และระยะหลังคลอด รวมทั้งมีวิธีการวัดผลลัพธ์ที่เหมาะสม เพื่อนำมาใช้เป็นหลักฐานเชิงประจักษ์ที่น่าเชื่อถือ และเพียงพอในการนำข้อมูลมาวิเคราะห์เพิ่มเติมต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย. (2557). นมแม่กับประโยชน์ทางเศรษฐกิจ. สืบค้นเมื่อ 9 กันยายน พ.ศ. 2557. <http://www.thaibreastfeeding.org/page.php?id=31>
- สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2556). สถานการณ์วัยรุ่นไทย. สืบค้นเมื่อ 23 มีนาคม พ.ศ. 2558. สืบค้นจาก <https://www.m-society.go.th/main.php?filename=index>
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2549). สถิติจำนวนสตรีที่เคยสมรสอายุ 15-49 ปี ที่มีบุตรคนสุดท้ายอายุต่ำกว่า 1 ปีจำแนกตามกลุ่มอายุ. สืบค้นเมื่อ 9 เมษายน พ.ศ. 2557 <http://p://www.ns.mahidol.ac.th/breastfeeding/academic/aca7>
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2556). การสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทย. สืบค้นเมื่อ 23 มีนาคม พ.ศ. 2558. สืบค้นจาก http://service.nso.go.th/nso/nso_center/project/search_center/23project-th.htm
- Apostolakis-Kyrus, K., Valentine, C., & Defranco, E. (2013). Factors Associated with Breastfeeding Initiation in Adolescent Mothers. *The Journal of Pediatrics*, 163, 1489-1494.
- Bo, O., & Agwo, E. O. (2014). Knowledge attitude and intending practice of female undergraduates about breastfeeding. *The African Journal of Food, Agriculture, Nutrition and Development*, 14(4), 9039 – 9054.
- Bozzette, M., & Posner, T. (2013). Increasing student nurse' knowledge of breastfeeding in baccalaureate education. *Nurse Education Practice*, 13, 228-233.
- Deoni, C. L., Dean, C. D., Piryatinsky, I., O'Muirheartaigh, J., Waskiewicz, N., Lehman, K., Han, M., & Dirks, H. (2013). Breastfeeding and early white matter development: A cross-sectional study. *NeuroImage*, 82, 77-86.



- DeVito, J. (2010). How Adolescent Mother Feel About becoming a Parent. *The Journal of Perinatal Education*, 19(2), 25-34.
- Diallo, F. B., Bell, L., Moutquin, J. M., & Garant, M.P. (2009). The effect of exclusive versus non-exclusive breastfeeding on specific infant morbidities in Conakry. *The Pan African Medical Journal*, 2, 1-10.
- Diffen. (2015). *Doula vs. midwife*. 16 March 2015. Retrieved from http://www.diffen.com/difference/Doula_vs_Midwife
- Grassley, J. S. (2010). Adolescent mothers' breastfeeding social support needs. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 39(6), 713-722.
- Grassley, J. S., & Sauls, D. J. (2012). Evaluation of the supportive needs of adolescents during childbirth intrapartum nursing intervention on adolescents' childbirth satisfaction and breastfeeding Rates. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 41(1), 33-44.
- Hannula, L., Kaunonen, M., & Tarkka, M-T. (2007). A systematic review of professional support interventions for breastfeeding. *Journal of Clinical Nursing*, 17, 1132-1143.
- Haroon, S., Das, K.J, Salam, A.R, Imdad, A., & Bhutta, A. Z. (2013). Breastfeeding promotion interventions and breastfeeding practices: a systematic review. *BMC Public Health*, 13(3), 520-537.
- Lawrence, R. A., & Lawrence, R. M. (2011). *Breastfeeding*. (7th ed.). Maryland: Mosby
- Misra, R., & James, D. (2000). Breast-feeding practices among adolescent and adult mothers in the Missouri WIC population. *Research and Professional Brief*, 100, 1071-1073
- Moran, H. V., Edwards, J., Dykes, F., & Downe, S. (2007). A systematic review of the nature of support for breastfeeding adolescent mothers. *Midwifery*, 23, 157-171.
- Moteiro, J. C. S., Dias, F. A., Stefanello, J., Reis, M. C. G., Nakano, A. M. S., Gomes-Sponholz, F. A. (2014). Breast feeding among Brazilian adolescent: Practice and need. *Midwifery*, 30, 359-363.
- Nesbitt, S. A., Campbell, K. A., Jack, S. M., Robinson, H., Piehl, K., & Bogdan, J. C. (2012). Canadian adolescent mothers' perceptions of influences on breastfeeding decision: A qualitative descriptive study. *Bio Med Central Pregnancy & Childbirth*, 12, 149-153.
- Pobocik, R. S., Benavente, J. C., Schwab, A. C., Boudreau, N., Morris, C. H., & Houston, S. (2000). Effect of a breastfeeding education and support program on breastfeeding initiation and duration in a culturally diverse group of adolescents. *Journal of Nutrition Education*, 32(3), 139-145.
- Quinn, P. J., O'Callaghan, M., Williams, G. M., Najman, J. M., Andersen, M. J., & Bor, W. (2001). The effect of breastfeeding on child development at 5 year: A cohort study. *Journal of Pediatric and Child Health*, 37(5), 465-1109.
- Sauls, D. J. (2010). Promoting a positive childbirth experience for adolescent. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 39, 703-712.
- Stop Teen Mum. (2556). สถิติการคลอดวัยรุ่นไทย. สืบค้นเมื่อ 3 มิถุนายน พ.ศ. 2557 จาก <http://www.stopteenmom.com/education-detail.php?id=21>



- Swanson, V., Power, K., Kaur, B., Carter, H., & Shepherd, K. (2006). The impact of knowledge and social influences on adolescents' breast-feeding beliefs and intentions. *Public Health Nutrition*, 9(3), 297-305.
- The Joanna Briggs Institute. (2014). *Joanna Briggs Institute Reviewers Manual 2014*. Retrived from joannabriggs.org/assets/docs/sumari/ReviewersManual-2014.pdf.
- Volpe, E. M., & Bear, M. (2000). Enhancing breastfeeding initiation in adolescent mothers through the breastfeeding educated and supported teen (BEST) club. *Journal Human Lactation*, 16(3), 196-200.
- Wambach, C. M., & Cohen, S. M. (2009). The breastfeeding experience of adolescent of urban adolescent mothers, *Journal of Pedriatrics Nursing*, 24, 244-254.
- Wambach, K. A., Aaronson, L., Breedlove, G., Domian, E. W., Rojjanasrirat, W., & Yeh, H.-W. (2011). A randomized controlled trial of breastfeeding support and education for adolescent mothers. *Western Journal of Nursing Research*, 33(4), 486-505.
- WHO. (2014). Breastfeeding. 26 March 2014. Retrieved from http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/child/nutrition/breastfeeding/
- Yin, J., Quinn, S., Dwyer, T., Ponsonby, A-L., & Jones, G. (2012). Maternal diet, breastfeeding and adolescent body composition: A 16-year prospective study. *European Journal of Clinical Nutrition*, 66, 1329-1334.