

(Original Article)

Effectiveness of Promoting Breastfeeding with Social Support: A Systematic Review

*Sutharat Churos, M.N.S.

*Preedawan Kasinang, **Phunsri Kunmut, B.N.S, ***Pichet Chuakam, B.P.H

*Boromarajonani College of Nursing, Chainat, **Muang Ang Thong Municipality, Anghong Province

***Kamyard Subdistrict Health Promotion Hospital, Anghong Province

Correspondence to : sutharat@bcchainat.ac.th

(Received : 19 Oct. 21, Revised : 21 May 22, Accepted : 25 May 22)

Abstract

Breast milk provides the optimal food for infants. Promoting breastfeeding through social support is a factor that influences the success of breastfeeding. The purpose of this systematic review was to study the effectiveness of promoting breastfeeding through social support in pregnant and/or postpartum women. A comprehensive search was performed on all published and unpublished randomized controlled trial and quasi-experimental studies in Thai and English from 2009 to 2020. The systematic review was conducted using a systematic guideline developed by the Joanna Briggs Institute (JBI). An Appraisal Form and Data Extract Form developed by JBI were used for this systematic review. Two quasi-experimental studies met the review inclusion criteria. Meta-analysis could not be applied as these studies were dissimilar in terms of types of intervention and measuring outcomes. Instead, a narrative summarization was used.

The findings of this study indicated that; the effectiveness of promoting breastfeeding through social support depended on the support in all 4 sides: 1) emotional support, 2) appraisal support, 3) informational support, and 4) material and service support. Both individual and group promotion can have a positive effect on breastfeeding and continuous promotion from pregnancy to postpartum can increase the success of breastfeeding and breastfeeding behavior.

The findings in this systematic review suggest that breastfeeding should be promoted through individual or group social support during pregnancy until the postpartum period. In addition, primary research should be experimental research. Specifically, randomized studies and additional control groups, to further confirm the results of a socially supportive breastfeeding promotion approach.

Keywords : *promoting breastfeeding, social support, systematic review*

Royal Thai Air Force Medical Gazette, Vol. 68 No. 1 January - April 2022

(นิพนธ์ต้นฉบับ)

ประสิทธิผลของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคม: การทบทวนอย่างเป็นระบบ

*สุทาร์ตน์ ชุรส, พย.ม.,

*ปริตวารณ กะสินัง, **พุลศรี กุมท, พย.บ., ***พิเชษฐ เชื้อขำ, ส.บ.

*วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนีเขยนาท

เทศบาลเมืองอ่างทอง จังหวัดอ่างทอง, *โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคำหยาด จังหวัดอ่างทอง

บทคัดย่อ

นมมารดาเป็นอาหารที่ดีที่สุดสำหรับลูก การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคม เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา การทบทวนอย่างเป็นระบบครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคม ในสตรีตั้งครรภ์และ/หรือสตรีหลังคลอด สืบค้นจากรายงานวิจัยที่ได้รับการตีพิมพ์และไม่ได้รับการตีพิมพ์ เป็นงานวิจัยเชิงทดลองแบบสุ่มและมีกลุ่มควบคุมรวมทั้งงานวิจัยกึ่งทดลองทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษตั้งแต่ปี พ.ศ. 2552 ถึงปี พ.ศ. 2563 โดยใช้แนวทางการทบทวนอย่างเป็นระบบของ The Joanna Briggs Institute [JBI] เครื่องมือที่ใช้คือ แบบประเมินคุณภาพงานวิจัย และแบบสกัดข้อมูลของ JBI พบว่างานวิจัยกึ่งทดลอง 2 เรื่อง ผ่านเกณฑ์การคัดเข้า แต่ไม่สามารถนำมาวิเคราะห์หาค่า (meta-analysis) ได้ เนื่องจากมีความแตกต่างกันในวิธีการส่งเสริมและการวัดผลลัพธ์ ดังนั้นการทบทวนอย่างเป็นระบบครั้งนี้จึงเป็นการวิเคราะห์สรุปเชิงเนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า ประสิทธิผลของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคม ขึ้นอยู่กับการสนับสนุน 4 ด้านคือ 1) การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ 2) การสนับสนุนด้านประเมินค่า 3) การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร และ 4) การสนับสนุนทางด้านสิ่งของและบริการ การส่งเสริมทั้งรายบุคคลและรายกลุ่มสามารถให้ผลลัพธ์ทางบวกต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา และการส่งเสริมอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์จนถึงระยะหลังคลอดสามารถเพิ่มความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา

จากผลการทบทวนอย่างเป็นระบบครั้งนี้ให้ข้อเสนอแนะว่า ควรมีการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคมเป็นรายบุคคลหรือรายกลุ่ม ในระยะตั้งครรภ์ต่อเนื่องจนถึงระยะหลังคลอด นอกจากนี้ควรมีการวิจัยปฐมภูมิที่เป็นงานวิจัยเชิงทดลอง โดยเฉพาะงานวิจัยแบบสุ่มและมีกลุ่มควบคุมเพิ่มเติม เพื่อยืนยันผลลัพธ์ของวิธีการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคมต่อไป

คำสำคัญ : การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา, การสนับสนุนของสังคม, การทบทวนอย่างเป็นระบบ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

นมมารดาเป็นอาหารที่ดีที่สุดสำหรับลูก การกินนมมารดาอย่างเดียวยุคครบ 6 เดือน และกินนมมารดาพร้อมกับอาหารตามวัยจนอายุครบ 2 ปี หรือนานกว่านั้น เป็นทางเดียวที่ทำให้ทารกมีสุขภาพแข็งแรงและได้รับภูมิคุ้มกันอย่างเต็มที่ รวมทั้งช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเรื้อรัง เช่น โรคเบาหวาน โรคอ้วน และโรคเมะเร็งหลายชนิด⁽¹⁾ และการที่เด็กกินนมมารดาจะช่วยลดโอกาสเสียชีวิตจากการท้องเสีย การติดเชื้อเฉียบพลันของระบบทางเดินหายใจ และโรคอื่น ๆ

ได้มากกว่าเด็กที่ไม่ได้กินนมมารดาถึง 14 เท่า⁽²⁾ นอกจากนี้ การให้ลูกกินนมมารดายังมีประโยชน์ต่อสุขภาพของมารดาอีกด้วย เช่น ช่วยป้องกันภาวะตกเลือดหลังคลอด เป็นการคุมกำเนิดแบบธรรมชาติในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด⁽³⁾ ช่วยให้นมมารดาหลังคลอดลดน้ำหนักได้เร็วขึ้น⁽⁴⁾ และยังช่วยลดความเสี่ยงในการเป็นโรคเบาหวาน โรคหัวใจขาดเลือด ความดันโลหิตสูงและไขมันในเลือดสูง⁽⁵⁾ ภาวะกระดูกพรุน และโรคเมะเร็งรังไข่ชนิดเยื่อบุผิว⁽⁴⁾

ปัจจุบันประเทศต่าง ๆ ทั่วโลกตระหนักถึงความสำคัญเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดามากขึ้น เนื่องจากนมมารดามีสารอาหารที่เหมาะสมสำหรับการเจริญเติบโต และพัฒนาการด้านร่างกายและสติปัญญา ตลอดจนเสริมสร้างภูมิคุ้มกันโรคและเพิ่มความผูกพันระหว่างมารดาและทารก และจากความตระหนักถึงประโยชน์ของนมมารดา องค์การอนามัยโลก (World Health Organization) และ องค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ (UNICEF) ได้แนะนำการให้อาหารทารกและรณรงค์ให้นานาชาติ นำไปเป็นนโยบายทั่วโลกคือ การเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างเดียว (exclusive breastfeeding) ตลอด 6 เดือนแรก จากนั้นจึงเริ่มให้อาหารเสริมตามวัย (complementary feeding) โดยยังให้นมมารดาช่วยต่อจนถึง 2 ปีหรือนานกว่านั้น พร้อมทั้งกำหนดแนวทางสู่ความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาตามบันได 10 ขั้น โดยเริ่มตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์จนถึงหลังคลอดเมื่อกลับไปดูแลลูกที่บ้าน⁽⁶⁾ และในปี พ.ศ. 2555 องค์การอนามัยโลก มีมติให้ผลักดันเรื่องโภชนาการของแม่ ทารกและเด็กเล็ก ซึ่งรวมถึงการตั้งเป้าเพิ่มอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างเดียวในช่วง 6 เดือนแรก ให้เพิ่มขึ้นเป็นอย่างน้อยร้อยละ 50 ภายในปี พ.ศ. 2568 (ค.ศ. 2025)⁽⁷⁾

จากข้อมูลขององค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ ในปี ค.ศ. 2018 พบว่า อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างเดียว 6 เดือน โดยภาพรวมทั่วโลกมีร้อยละ 41⁽⁶⁾ สำหรับประเทศไทยจากผลการสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทยของสำนักงานสถิติแห่งชาติร่วมกับองค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ ในปี 2562 (MICS 6) พบว่ามีทารกไทยเพียงร้อยละ 34 ที่ได้กินนมมารดาภายใน 1 ชั่วโมงแรกหลังคลอด และมีเพียงร้อยละ 14 ที่ได้กินนมมารดาอย่างเดียวในช่วง 6 เดือนแรกของชีวิต และยังมีทารกเพียงร้อยละ 15 ที่ได้กินนมมารดาต่อเนื่องถึง 2 ปี⁽⁸⁾ จึงเป็นเรื่องจำเป็นเร่งด่วนที่ทุกคนในสังคมต้องร่วมมือกันสนับสนุนและปกป้องให้เด็กไทยทุกคนได้กินนมมารดาตามสิทธิของเด็กเพื่ออนาคตของประเทศไทย และจะเห็นได้ว่าอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา ยังไม่บรรลุเป้าหมายตามที่องค์การอนามัยโลกกำหนดไว้

จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างเดียว ได้แก่ ลำดับการคลอด วิธีการคลอด การได้รับความรู้และการดูแลเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ในระยะตั้งครรภ์และ

ภายหลังคลอด⁽⁹⁾ และจากการศึกษาในประเทศสหรัฐอเมริกา⁽¹⁰⁾ พบว่าปัญหาที่เป็นอุปสรรคในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา ได้แก่ การขาดความรู้เกี่ยวกับปัญหาและการแก้ไขในการให้นมมารดา บรรทัดฐานทางสังคม มารดาทำงานนอกบ้าน และขาดการสนับสนุนทางสังคม โดยบุคคลที่ให้การสนับสนุนทางสังคมในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาให้ประสบความสำเร็จ ได้แก่ บุคลากรทางสุขภาพ⁽¹¹⁾ และสมาชิกในครอบครัว⁽¹²⁾ การเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างเดียวให้ประสบความสำเร็จและได้ผลอย่างมีประสิทธิภาพนั้น ทั้งมารดาและครอบครัวควรได้รับการสนับสนุนจากบุคลากรทางสุขภาพ (professional support) ที่มีความเชี่ยวชาญในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาซึ่งผลการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบเกี่ยวกับประสิทธิผลของการจัดการกระทำการสนับสนุนโดยผู้เชี่ยวชาญในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา พบว่าการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์จนถึงหลังคลอดโดยบุคลากรที่เชี่ยวชาญอย่างต่อเนื่องมีประสิทธิภาพดีกว่าการสนับสนุนในช่วงใดช่วงหนึ่งเพียงช่วงเดียว รวมถึงการให้ความรู้ด้วยวิธีการที่หลากหลาย มีประสิทธิผลดีกว่าการส่งเสริมโดยการใช้วิธีการเดียว⁽¹¹⁾ และการให้ความรู้แบบรายบุคคลร่วมกับการสนับสนุนทั้งในระยะตั้งครรภ์และระยะหลังคลอดเป็นวิธีที่มีประสิทธิผลมากที่สุด⁽¹³⁾ นอกจากนี้การสนับสนุนด้วยการติดตามทางโทรศัพท์ก็เป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา⁽¹¹⁾ ทั้งนี้การสนับสนุนโดยบุคลากรที่มีความเชี่ยวชาญในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาสามารถเพิ่มอัตราและระยะเวลาของการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาได้^(14,15) ดังนั้นเพื่อให้มารดาประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างเดียว มารดาควรได้รับการสนับสนุนจากบุคลากรทางสุขภาพ ทั้งในระยะตั้งครรภ์และระยะหลังคลอด การสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาในระยะตั้งครรภ์โดยการให้ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง เพื่อทำให้มารดาเกิดความตระหนักถึงความสำคัญ มีทัศนคติที่ดีและเพิ่มแรงจูงใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา⁽¹⁰⁾ รวมทั้งส่งเสริมให้มารดาเกิดความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาเพิ่มขึ้น⁽¹⁷⁾ อีกทั้งมารดาและสามีหรือสมาชิกในครอบครัวควรได้รับการสนับสนุนจากบุคลากรทางสุขภาพตั้งแต่ในระยะตั้งครรภ์ ซึ่งมารดาและสมาชิกในครอบครัวที่ได้รับความรู้และการสนับสนุนจากบุคลากรทางสุขภาพส่งผลให้มารดาตัดสินใจเลือกเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมตนเอง และมารดาควรมีความรู้

ความเข้าใจถึงประโยชน์ของนมมารดาอย่างเดียวต่อมารดาและทารก วิธีการปฏิบัติตัวระหว่างตั้งครรภ์ การดูแลเต้านม หัวนมลานนม และแนวทางการแก้ไขปัญหาที่อาจเกิดขึ้น⁽¹⁶⁾ การสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาในระยะหลังคลอดมีเป้าหมายเพื่อช่วยเหลือให้มารดามีทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา ป้องกันปัญหาและลดภาวะแทรกซ้อนที่จะเกิดขึ้น รวมทั้งการมีน้ำนมที่เพียงพอ

การสนับสนุนทางสังคมของเฮ้าส์ (House)⁽¹⁸⁾ เป็นแนวคิดทางด้านจิตสังคมที่มีโครงสร้างซับซ้อนและมีความเกี่ยวข้องกัน เกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในสังคมเพื่อแลกเปลี่ยนผลประโยชน์ซึ่งกันและกัน จนทำให้บุคคลได้รับการช่วยเหลือในการจัดการกับปัญหาต่าง ๆ House ได้เสนอแนวคิดการสนับสนุนทางสังคมว่าเป็นการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ก่อให้เกิดความรัก ความห่วงใย ความผูกพัน และความไว้วางใจซึ่งกันและกัน ส่งผลให้บุคคลนั้นได้รับความช่วยเหลือ โดยแบ่งการสนับสนุนออกเป็น 4 ด้านคือ 1) การสนับสนุนทางด้านอารมณ์หมายถึง การให้ความรัก ความเอาใจใส่ ความเห็นอกเห็นใจ ยอมรับนับถือ 2) การสนับสนุนด้านประเมินค่า เป็นการให้ข้อมูลเพื่อนำไปใช้ในการประเมินตนเองหรือเรียนรู้ตนเอง 3) การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสารเป็นการสนับสนุนทางด้านคำแนะนำ ข้อเท็จจริง แนวทางเลือกที่สามารถนำไปใช้ในการแก้ไขปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่ และ 4) การสนับสนุนทางด้านสิ่งของและบริการ เป็นการให้ความช่วยเหลือโดยตรงต่อความจำเป็นของบุคคล การสนับสนุนทางสังคม เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลและเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้การเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างเดียวประสบความสำเร็จในมารดาที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคลากรทางสุขภาพ และสมาชิกในครอบครัวส่งผลให้ระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดายาวนานขึ้น⁽¹⁹⁾ การที่มารดาได้รับการช่วยเหลือ ได้รับข้อมูล ความรู้ คำแนะนำ การฝึกทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา และการสนับสนุนด้านจิตใจจากบุคลากรทางสุขภาพ ทำให้มารดาเกิดความมั่นใจ รวมทั้งการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากสามีและสมาชิกในครอบครัว ส่งผลให้มารดาสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาได้นานขึ้น⁽¹⁶⁾

ดังนั้นการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคม โดยพยาบาลผดุงครรภ์จึงมีความสำคัญอย่างยิ่งที่จะช่วยให้มารดาประสบความสำเร็จในการ

เลี้ยงลูกด้วยนมมารดาได้อย่างเหมาะสมและนานขึ้น

จากการสืบค้นเบื้องต้นเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคม พงพานวิจัยจำนวน 2 เรื่อง ที่มีการสนับสนุนทางสังคมทั้ง 4 ด้านตามแนวคิดของ House เป็นการศึกษาในประเทศไทย ทั้งสิ้น^(20,21) แบ่งเป็นการจัดกระทำในระยะตั้งครรภ์จนถึงระยะหลังคลอด จำนวน 1 เรื่อง คือการศึกษาของ Patchaneeya Chiengeta, Chavee Baosoung & Kannika Kantaruksa⁽²⁰⁾ ศึกษาการสนับสนุนทางสังคมต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างเดียวของมารดาครั้งแรก ผลการศึกษาพบว่า มารดาครั้งแรกในกลุ่มทดลองมีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างเดียวที่ 6 สัปดาห์หลังคลอดมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) ส่วนการจัดกระทำในระยะหลังคลอดจำนวน 1 เรื่อง คือการศึกษาของ Raksiri Awatchanawong & Tippawan Boonyaporn⁽²¹⁾ ที่ศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยครอบครัวมีส่วนร่วมต่อการรับรู้การเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาและแรงสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาจากญาติตามการรับรู้ของมารดาหลังคลอด ผลการศึกษาพบว่าภายหลังการทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนการรับรู้การเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาของญาติกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยครอบครัวมีส่วนร่วมสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

จากการสืบค้นยังไม่พบการทบทวนอย่างเป็นระบบ (systematic review) เกี่ยวกับประสิทธิผลของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคมและการวิเคราะห์อภิมาน (meta-analysis) ผู้วิจัยจึงสนใจทำการทบทวนอย่างเป็นระบบเพื่อสังเคราะห์และสรุปองค์ความรู้ที่เป็นหลักฐานเชิงประจักษ์เกี่ยวกับประสิทธิผลของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคม การทบทวนอย่างเป็นระบบครั้งนี้อาศัยแนวคิดของ The Joanna Briggs Institute [JBI]⁽²²⁾ เนื่องจากสามารถทำการสังเคราะห์และประเมินคุณภาพงานวิจัยที่ตลอดคติ ทำให้ได้ผลการศึกษาที่ครอบคลุม น่าเชื่อถือ และได้ข้อมูลที่ชัดเจนซึ่งเป็นประโยชน์และสามารถใช้เป็นแนวทางในการกำหนดแนวปฏิบัติทางคลินิกต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาประสิทธิผลของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคม

คำถามการวิจัย

ประสิทธิผลของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคมเป็นอย่างไร

กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

การสนับสนุนทางสังคมตามแนวคิดของเฮ้าส์ (House)⁽¹⁸⁾ เป็นการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ก่อให้เกิดความรัก ความห่วงใย ความผูกพัน และความไว้วางใจซึ่งกันและกัน ส่งผลให้บุคคลนั้นได้รับความช่วยเหลือ โดยแบ่งการสนับสนุนออกเป็น 4 ด้าน คือ 1) การสนับสนุนทางด้านอารมณ์หมายถึง การให้ความรัก ความเอาใจใส่ ความเห็นอกเห็นใจ ยอมรับนับถือ 2) การสนับสนุนด้านประเมินค่าเป็นการให้ข้อมูลเพื่อนำไปใช้ในการประเมินตนเองหรือเรียนรู้ตนเอง 3) การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสารเป็นการสนับสนุนทางด้าน คำแนะนำ ข้อเท็จจริง แนวทางเลือกที่สามารถนำไปใช้ในการแก้ไขปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่ และ 4) การสนับสนุนทางด้านสิ่งของและบริการ เป็นการให้ความช่วยเหลือโดยตรงต่อความจำเป็นของบุคคล การสนับสนุนทางสังคมเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา

ปัจจุบันมีวิธีการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคมแต่ไม่สามารถสรุปประสิทธิผลของการส่งเสริมที่ชัดเจนได้ ทำให้ไม่สามารถนำมาใช้เป็นแนวปฏิบัติที่มีคุณภาพ การทบทวนอย่างเป็นระบบครั้งนี้ทำตามแนวทางของ The Joanna Briggs Institute [JBI]⁽²²⁾ ประกอบด้วย 7 ขั้นตอน ดังนี้ 1) การกำหนดปัญหาวัตถุประสงค์และคำถามสำหรับการทบทวน 2) การกำหนดเกณฑ์การคัดเลือกงานวิจัย 3) การกำหนดวิธีการสืบค้นงานวิจัย 4) การกำหนดวิธีการคัดเลือกงานวิจัยที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนด 5) การประเมินคุณภาพงานวิจัย 6) การรวบรวมข้อมูลและการสกัดข้อมูล และ 7) การวิเคราะห์และการสังเคราะห์ข้อมูลจากผลการวิจัย ซึ่งผลสรุปที่ได้จะเป็นหลักฐานเชิงประจักษ์ที่สำคัญในการนำไปใช้เป็นแนวปฏิบัติในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา โดยการสนับสนุนของสังคมต่อไป

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการทบทวนอย่างเป็นระบบสืบค้นจากรายงานการวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคมตามแนวคิดของเฮ้าส์ ที่มีผลลัพธ์เป็นความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างเดียวยุ่ระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาและ/หรือพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา

ประชากร ที่ใช้ในการศึกษาเป็นงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับผลของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคม ทั้งในระยะตั้งครรภ์และระยะหลังคลอด

กลุ่มตัวอย่าง คือ งานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับผลการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคม ทั้งในระยะตั้งครรภ์และระยะหลังคลอด โดยคัดเลือกจากรายงานการวิจัยที่ตีพิมพ์และไม่ได้ตีพิมพ์ทั้งที่เป็นภาษาไทยและภาษาอังกฤษ ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2552 ถึงปี พ.ศ. 2563 (ค.ศ. 2009 ถึงปี ค.ศ. 2020)

เกณฑ์ในการคัดเลือก (Inclusion criteria) ตามหลักของ PICO และระเบียบวิธีวิจัยดังนี้

1. กลุ่มประชากร (Participant) เป็นรายงานวิจัยที่ศึกษาในประชากรหรือกลุ่มตัวอย่างที่เป็นสตรีตั้งครรภ์และ/หรือสตรีหลังคลอดปกติ

2. วิธีการจัดการกระทำ (Intervention) เป็นรายงานวิจัยที่ศึกษาวิธีการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคม โดยมีการสนับสนุน 4 ด้าน คือ 1) การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ การให้ความรัก ความเอาใจใส่ ความเห็นอกเห็นใจ ยอมรับนับถือ 2) การสนับสนุนด้านประเมินค่า การให้ข้อมูลเพื่อนำไปใช้ในการประเมินตนเองหรือเรียนรู้ตนเอง 3) การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร คำแนะนำ ข้อเท็จจริง แนวทางเลือกที่สามารถนำไปใช้ในการแก้ไขปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่ และ 4) การสนับสนุนทางด้านสิ่งของและบริการ การให้ความช่วยเหลือโดยตรงต่อความจำเป็นของบุคคล โดยรูปแบบกิจกรรมมีทั้งรายบุคคลหรือรายกลุ่ม และมีการจัดการกระทำในระยะตั้งครรภ์และ/หรือในระยะหลังคลอดปกติ

3. การเปรียบเทียบ (Comparison/comparator) เป็นรายงานวิจัยที่มีการเปรียบเทียบผลลัพธ์ระหว่างกลุ่มที่ได้รับวิธีการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคมและกลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ

4. ตัวแปรผลลัพธ์ (Outcome) เป็นรายงานวิจัยที่มีตัวแปรผลลัพธ์หลัก (primary outcome) คือ ความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา และผลลัพธ์รอง (secondary outcome) คือ ระยะเวลาและ/หรือพฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา

5. รูปแบบการศึกษา (Type of study) เป็นรายงานการวิจัยเชิงทดลองที่มีการออกแบบโดยมีกลุ่มควบคุมและมีการสุ่มตัวอย่างเข้ารับการทดลอง (randomized controlled trial: RCT) หรือการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) ที่มีข้อมูลเพียงพอสำหรับการทบทวน มีความสมบูรณ์ในการวิจัยทุกขั้นตอน และมีการรายงานค่าสถิติที่จำเป็นเพียงพอสำหรับการวิเคราะห์ทางสถิติ

6. รูปแบบการตีพิมพ์เผยแพร่ (Type of publication) โดยได้รับการตีพิมพ์และไม่ได้ตีพิมพ์ ทั้งที่เป็นภาษาไทยและภาษาอังกฤษ

7. ปีที่พิมพ์ (Year of publication) เริ่มตีพิมพ์ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2552 ถึงปี พ.ศ. 2563 (ปี ค.ศ. 2009 ถึงปี ค.ศ. 2020)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยครั้งนี้มี 3 ประเภท ได้แก่

1. แบบคัดกรองรายงานวิจัยตามเกณฑ์ที่กำหนด (Inclusion criteria form) ที่สร้างโดยผู้วิจัย เพื่อกำหนดเกณฑ์ในการคัดเลือกงานวิจัยให้ครอบคลุม

2. แบบประเมินคุณภาพงานวิจัย (Critical appraisal form) เป็นเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินคุณภาพเชิงระเบียบวิธีวิจัยของงานวิจัยที่นำมาทบทวนอย่างเป็นระบบ โดยผู้วิจัยใช้แบบประเมินคุณภาพงานวิจัยที่พัฒนาโดย JBI แบ่งตามรูปแบบงานวิจัยคือ แบบฟอร์มการประเมินคุณภาพงานเชิงทดลอง (JBI Critical Appraisal Checklist for Randomized Controlled Trials) และแบบฟอร์มการประเมินคุณภาพงานวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (JBI Critical Appraisal Checklist for Quasi-Experimental Studies)

3. แบบบันทึกผลการสกัดข้อมูล (Data extraction form) เป็นเครื่องมือที่ใช้ในการสกัดข้อมูลและลงบันทึกข้อมูลงานวิจัยที่คัดเลือกมาเพื่อทบทวนอย่างเป็นระบบของ JBI เพื่อใช้ในการสังเคราะห์ข้อมูลจากงานวิจัยปฐมภูมิ

การควบคุมคุณภาพของการรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยและคณะทำการคัดกรองงานวิจัยตามเกณฑ์ในการคัดเลือกงานวิจัย ประเมินคุณภาพรายงานวิจัย และสกัดข้อมูลตามเครื่องมือที่กำหนดโดยแยกกันประเมินอย่างอิสระ หลังจากนั้นนำข้อมูลมาเปรียบเทียบกัน เพื่อตรวจสอบความตรงกันของผลที่ได้ ผลการคัดกรองพบว่า ผู้วิจัยและคณะมีความคิดเห็นตรงกัน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัยและการรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย 7 ขั้นตอน ตามขั้นตอนของ JBI ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. การกำหนดวัตถุประสงค์และคำถามการวิจัย
2. การกำหนดเกณฑ์การคัดเลือกงานวิจัยตามเกณฑ์ของ PICO

3. การสืบค้นรายงานวิจัย (Search strategy)

3.1 กำหนดคำสำคัญ (Keywords)

ในการสืบค้นทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ โดยกำหนด

3.1.1 กลุ่มประชากร ได้แก่

หญิงตั้งครรภ์ สตรีหลังคลอดปกติ pregnant woman mother after birth เป็นต้น

3.1.2 วิธีการจัดการทำได้แก่

โปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา โดยการสนับสนุนของสังคม breastfeeding promotion program with social support

3.1.3 ตัวแปรผลลัพธ์ ได้แก่

ความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา success in exclusive breastfeeding

3.2 กำหนดแหล่งสืบค้นข้อมูล เพื่อให้ได้

รายงานวิจัยที่ครบถ้วนและครอบคลุมมากที่สุด ได้แก่ ฐานข้อมูลวิทยานิพนธ์จากการสืบค้นผ่านคอมพิวเตอร์ และห้องสมุดทั้งที่เป็นบทคัดย่อ (abstract) และรายงานฉบับสมบูรณ์ (full text) ผู้วิจัยทำการสืบค้นงานวิจัยด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังนี้

3.2.1 การสืบค้นด้วย

คอมพิวเตอร์ (Computerized searching) สืบค้นข้อมูลจากฐานข้อมูล อิเล็กทรอนิกส์หรือบริการสืบค้นข้อมูลออนไลน์

ทางอินเทอร์เน็ตที่ให้บริการเผยแพร่ข้อมูลทางการแพทย์และการพยาบาล โดยสืบค้นตามฐานข้อมูล ได้แก่ Scopus, CINAHL, Wiley online library, Pub Med, Science Direct และฐานข้อมูลวิทยานิพนธ์ในประเทศไทย ได้แก่ Mahidol e-theses, thai lis (TDC) เว็บไซต์ ได้แก่ Google Scholar, Med Nar ผู้วิจัยพบรายงานวิจัยจากการสืบค้นด้วยคอมพิวเตอร์จำนวน 419 เรื่อง

3.2.2 การสืบค้นด้วยมือ (Hand searching) โดยสืบค้นจากวารสารทางการแพทย์ และการพยาบาลในห้องสมุดของคณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยนครสวรรค์ ผู้วิจัยพบรายงานวิจัยจากการสืบค้นด้วยมือจำนวน 2 เรื่อง

4. การคัดเลือกงานวิจัย (Selection of studies) ผู้วิจัยและคณะได้คัดเลือกงานวิจัยตามเกณฑ์ที่กำหนดอย่างอิสระต่อกัน และนำข้อมูลมาเปรียบเทียบกันพบว่าผู้วิจัยและคณะมีความคิดเห็นตรงกัน

5. การประเมินคุณภาพงานวิจัย (Critical appraisal) ผู้วิจัยและคณะนำงานวิจัย 2 เรื่องที่เข้าเกณฑ์มาทำการตรวจสอบคุณภาพงานวิจัย โดยใช้แบบประเมินคุณภาพสำหรับงานวิจัยกึ่งทดลองของ JBI จำนวน 9 ข้อ โดยผู้วิจัยและคณะแยกกันประเมินคุณภาพอย่างอิสระแล้วบันทึกและสรุปผล พบว่าผู้วิจัยและคณะมีความคิดเห็นตรงกัน

6. การรวบรวมข้อมูลและการสกัดข้อมูล (Data extraction) ผู้วิจัยสกัดข้อมูลจากงานวิจัย 2 เรื่องที่มีคุณภาพ แล้วบันทึกรายละเอียดโดยใช้แบบบันทึกการสกัดข้อมูลสำหรับงานวิจัยกึ่งทดลองหรือสังเกตของ JBI ผู้วิจัยสกัดข้อมูลร่วมกับคณะ โดยแยกกันสกัดข้อมูลอย่างเป็นอิสระซึ่งผู้วิจัยและคณะมีความคิดเห็นตรงกัน

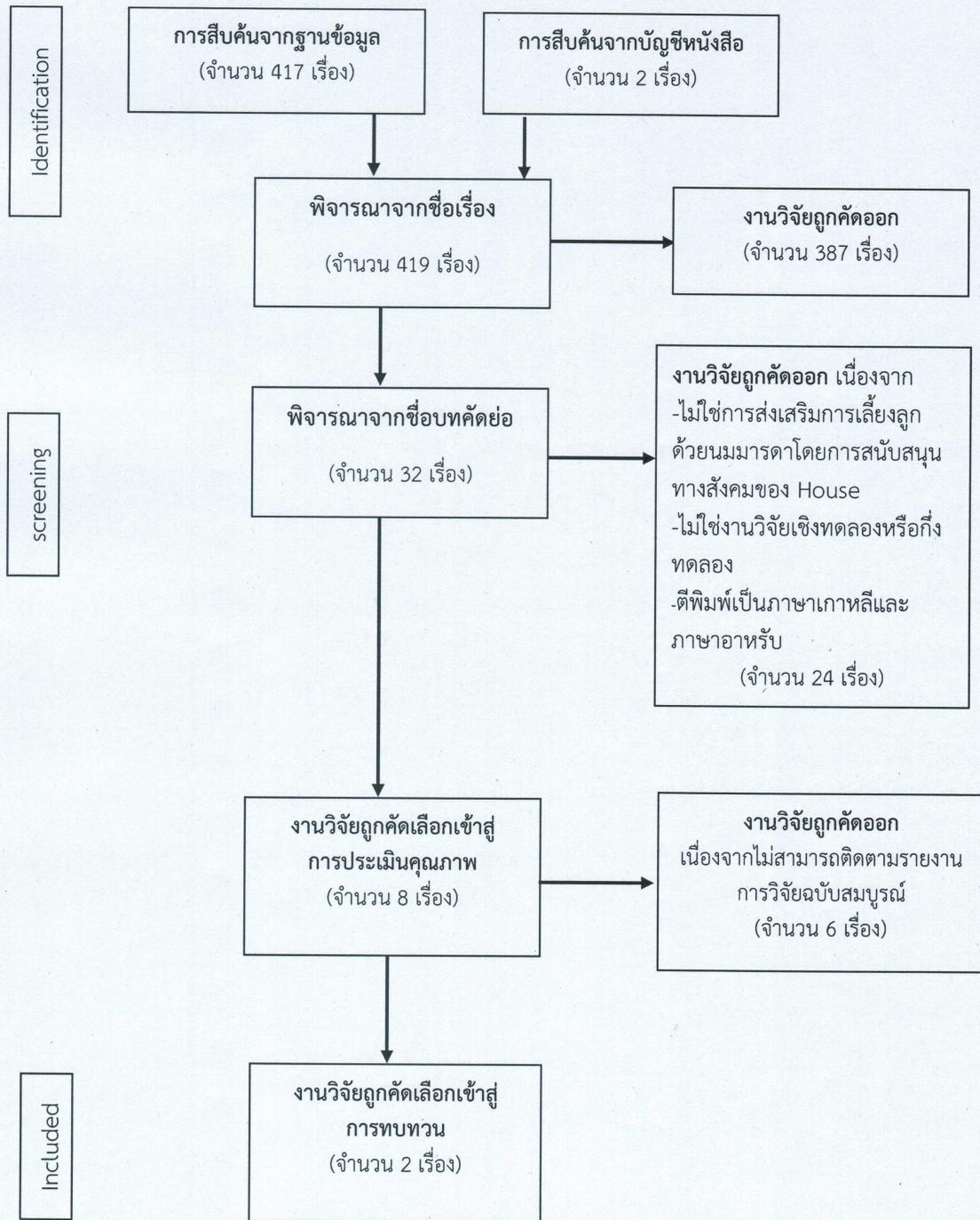
7. การวิเคราะห์ข้อมูลและการสังเคราะห์ข้อมูล
7.1 ลักษณะทั่วไปและคุณลักษณะของรายงานวิจัยวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา

7.2 คุณภาพของรายงานวิจัย วิเคราะห์ตามเกณฑ์การประเมินคุณภาพของ JBI วิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา

7.3 ประสิทธิผลของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคม จากการทบทวนอย่างเป็นระบบครั้งนี้พบรายงานวิจัยจำนวน 2 เรื่อง ผู้วิจัยไม่สามารถวิเคราะห์ผลการศึกษาด้วยการ วิเคราะห์อภิมาน (meta-analysis) ได้เนื่องจากงานวิจัยมีความแตกต่างกันในวิธีการส่งเสริมและการวัดผลลัพธ์ ดังนั้นการทบทวนอย่างเป็นระบบครั้งนี้จึงวิเคราะห์สรุปเชิงเนื้อหา

ผลการวิจัย

งานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับประสิทธิผลของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุน ของสังคมทั้งหมด 419 เรื่อง เมื่อพิจารณาจากชื่อเรื่องงานวิจัยจำนวน 387 เรื่องถูกคัดออก เมื่อพิจารณาจากชื่อบทคัดย่อ งานวิจัย 24 เรื่อง ถูกคัดออก เนื่องจากไม่ใช้การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคมของ House และไม่ใช่งานวิจัยเชิงทดลองหรือกึ่งทดลองและตีพิมพ์เป็นภาษาไทยและภาษาอังกฤษ และงานวิจัย 6 เรื่องถูกคัดออก เนื่องจากไม่สามารถติดตามรายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์ได้ การทบทวนอย่างเป็นระบบครั้งนี้ได้งานวิจัย 2 เรื่อง ซึ่งสรุปข้อมูลจากการคัดเลือกงานวิจัยตามรูปแบบของ PRISMA flow Diagram



ภาพที่ 1 แสดงขั้นตอนการคัดเลือกงานวิจัยสู่การทบทวนตามรูปแบบของ PRISMA

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการศึกษานำเสนอในรูปแบบการบรรยาย แบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ลักษณะทั่วไปและคุณลักษณะของ รายงานวิจัย งานวิจัยที่ผ่านเกณฑ์การคัดเลือกและประเมินคุณภาพจำนวน 2 เรื่อง เป็นงานวิจัยกึ่งทดลองที่ทำการศึกษาในประเทศไทย ในโรงพยาบาลศูนย์ 1 เรื่อง และโรงพยาบาลทั่วไป 1 เรื่อง โดยได้รับการตีพิมพ์ในวารสารวิชาการในปี พ.ศ. 2557 และปี พ.ศ. 2563 เป็นงานวิจัยที่มีรูปแบบการส่งเสริมเป็นรายบุคคล 1 เรื่อง และส่งเสริมรายกลุ่ม 1 เรื่อง

ส่วนที่ 2 คุณภาพของรายงานวิจัย การประเมินคุณภาพรายงานวิจัยทั้ง 2 เรื่อง ใช้แบบประเมินคุณภาพงานวิจัยกึ่งทดลองของ JBI ที่มีข้อคำถามจำนวน 9 ข้อ ผลการประเมินพบว่ารายงานวิจัยทั้ง 2 เรื่องมีคุณภาพ

ส่วนที่ 3 ประสิทธิภาพของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคม จากการทบทวนอย่างเป็นระบบ พงงานวิจัยที่ผ่านเกณฑ์การคัดเลือกจำนวน 2 เรื่อง แต่ไม่สามารถวิเคราะห์หือภิมาณ (meta-analysis) ได้เนื่องจากมีวิธีการส่งเสริม และการวัดผลลัพธ์ที่แตกต่างกัน ผู้วิจัยจึงวิเคราะห์โดยการสรุปเชิงเนื้อหา

จากการทบทวนอย่างเป็นระบบ พบรายงานวิจัยที่ส่งเสริมเป็นรายบุคคล 1 เรื่อง⁽²⁰⁾ และส่งเสริมรายกลุ่ม 1 เรื่อง⁽²¹⁾ การส่งเสริมทั้ง 2 เรื่อง ใช้แนวคิดของเฮ้าส์ โดยส่งเสริมทั้ง 4 ด้าน ดังนี้

1. ระยะตั้งครรภ์ รายละเอียด ดังนี้ 1) การสนับสนุนด้านสิ่งของเครื่องใช้และการช่วยเหลือในการปฏิบัติ โดยจัดเตรียมสิ่งแวดลอมให้เหมาะสมให้มีบรรยากาศผ่อนคลาย เป็นห้องที่มีความเป็นส่วนตัว 2) การสนับสนุนด้านข้อมูล มีการบรรยายประกอบ การใช้ภาพสไลด์ มีเนื้อหาเกี่ยวกับความสำคัญและประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างเดียว โครงสร้างของเต้านมและหัวนม กลไกการสร้างและการหลั่งน้ำนมชนิดของน้ำนม การดูแลหัวนมเต้านม หลักการ ดูดเร็ว ดูดบ่อย ดูดถูกวิธี และดูดเกลี้ยงเต้า การจัดทำในการให้นม การอมหัวนม การดูแลเต้านม สื่อสัญญาณในการดูนมของทารก และแหล่งสนับสนุนหรือแหล่งประโยชน์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา แจกคู่มือให้มารดาสามีหรือ

สมาชิกในครอบครัวนำไปทบทวนความรู้ที่บ้าน 3) การสนับสนุนด้านอารมณ์ ความเป็นกันเองสร้างความไว้วางใจ ให้ความสนใจ เอาใจใส่ เปิดโอกาสให้ซักถามปัญหาและข้อสงสัย 4) การสนับสนุนด้านการประเมินค่า ให้ข้อมูลย้อนกลับเมื่อตอบคำถามไม่ถูกต้อง ชมเชยเมื่อตอบคำถามได้ถูกต้อง การแลกเปลี่ยนข้อมูล และการสะท้อนผลของการปฏิบัติ

2. ระยะหลังคลอด รายละเอียดดังนี้ 1) การสนับสนุนด้านข้อมูล ทบทวนความรู้ ความสำคัญและประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างเดียว โครงสร้างของเต้านมและหัวนม กลไกการสร้างและการหลั่งน้ำนมชนิดของน้ำนม การดูแลหัวนมเต้านม หลักการดูดเร็ว ดูดบ่อย ดูดถูกวิธีและดูดเกลี้ยงเต้า การจัดทำในการให้นม การอมหัวนม การดูแลเต้านมสื่อสัญญาณในการดูนมของทารก แหล่งสนับสนุนหรือแหล่งประโยชน์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างเดียว และบรรยายวิธีปฏิบัติการเตรียมความพร้อมและการแก้ปัญหา การเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยใช้ภาพสไลด์ 2) การสนับสนุนด้านอารมณ์ สร้างสัมพันธภาพที่ดี ให้กำลังใจ ชมเชยมารดาเมื่อมารดาสามารถให้นมทารกได้ถูกต้องเหมาะสม ตลอดจนรับฟังความคิดเห็น ความรู้สึกหรือปัญหาต่าง ๆ 3) การสนับสนุนด้านสิ่งของเครื่องใช้และการช่วยเหลือ ระยะหลังคลอด ดูแลการดูนมของทารกโดยเน้นการดูบ่อย ดูดถูกวิธี และดูดเกลี้ยงเต้า ฝึกทักษะการนวดประคบเต้านม การบีบหน้ามดด้วยมือ และวิธีการป้อนนมด้วยแก้ว 4) การสนับสนุนด้านการประเมินค่า ให้ข้อมูลย้อนกลับเมื่อตอบคำถามหรือปฏิบัติไม่ถูกต้อง ชมเชยเมื่อตอบคำถามหรือปฏิบัติในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาได้ถูกต้อง ในสัปดาห์ที่ 1 และ 4 หลังคลอด ได้ติดตามให้การสนับสนุนทางโทรศัพท์ เพื่อซักถามปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา และให้การสนับสนุนเพื่อแก้ไขปัญหา

งานวิจัยของ Patchaneeya Chientga และคณะ⁽²⁰⁾ มีระยะเวลาของการส่งเสริมคือ เริ่มตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ต่อเนื่องถึงระยะหลังคลอด ดำเนินการทั้งหมด 5 ครั้ง คือ 1) ระยะตั้งครรภ์ อายุครรภ์ระหว่าง 34 ถึง 35 สัปดาห์ 2) อายุครรภ์ระหว่าง 36 ถึง 37 สัปดาห์ 3) ระยะหลังคลอด และเมื่อกลับไปอยู่บ้าน หลังคลอด 1 วัน 4) สัปดาห์ที่ 1 และ 4 หลังคลอด และ 5) เมื่อมาตรวจหลังคลอด 6 สัปดาห์

ส่วนงานวิจัยของ Raksiri Awatchanawong และคณะ⁽²¹⁾ มีระยะเวลาของการส่งเสริมเฉพาะระยะหลังคลอด ดำเนินการทั้งหมด 3 ครั้ง คือ 1) วันแรกหลังคลอด 2) วันที่ 2 หลังคลอด 3) เมื่อมาตรวจหลังคลอด 6 สัปดาห์

วิธีการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคมที่งานวิจัยทั้ง 2 เรื่องเหมือนกันคือ การให้ความรู้โดยการบรรยาย ซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา และปัญหาอุปสรรคในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา อย่างเดียว นอกจากนี้งานวิจัยของ Patchaneeya Chiengta และคณะ⁽²⁰⁾ ยังมีเนื้อหาเกี่ยวกับโครงสร้างของเต้านมและท่อนนม กลไกการสร้างและการหลั่งน้ำนมชนิดของน้ำนม การดูแลหัวนมเต้านม หลักการ ดูดเร็ว ดูดบ่อย ดูดถูกวิธี และดูดเกลี้ยงเต้า การจัดทำในการให้นม การอมหัวนม การดูแลเต้านม สื่อสัญญาณการหิวของทารก (feeding cues) วิธีปฏิบัติการณ์เตรียมความพร้อมและการแก้ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา และแหล่งสนับสนุนหรือแหล่งประโยชน์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างเดียว และให้ฝึกทักษะการเลี้ยงดูลูก สำหรับการสอนในงานวิจัยของ Patchaneeya Chiengta และคณะ⁽²⁰⁾ คือ แผนกิจกรรมการสอนประกอบซีดีโปรแกรม Microsoft Power Point และภาพสไลด์ฟาวเวอร์พอยท์ คู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา และอุปกรณ์การสอน ได้แก่ ทุ่นจำลองทารก ทุ่นจำลองเต้านม ถ้วยแก้ว แบบจำลองกระเพาะทารก ส่วนงานวิจัยของ Raksiri Awatchanawong และคณะ⁽²¹⁾ คือ แผนกิจกรรมการสอน และภาพสไลด์ฟาวเวอร์พอยท์

ผลลัพธ์ของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา โดยการสนับสนุนของสังคม ประเมินจากคะแนนความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา ได้จากแบบสอบถามซึ่งงานวิจัย 2 เรื่อง ใช้แบบสอบถามที่แตกต่างกันโดยงานวิจัยของ Patchaneeya Chiengta และคณะ⁽²⁰⁾ ใช้แบบสอบถามการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างเดียว ของโบว์ชมพู่ บุตรแสงดี (2556) ซึ่งผู้วิจัยยืมมาใช้ ขณะที่งานวิจัยของ Raksiri Awatchanawong และคณะ⁽²¹⁾ ใช้แบบสอบถามแรงสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาจากครอบครัวของ Suriyakhan (2005)⁽²³⁾ ซึ่งผู้วิจัยนำมาปรับข้อความให้สอดคล้องกับงานวิจัยตามแนวคิดของ House สำหรับระยะเวลาในการประเมินผลลัพธ์งานวิจัยทั้ง 2 เรื่องเหมือนกัน

คือมีการประเมินผลลัพธ์ที่ 6 สัปดาห์หลังคลอด และมีผลลัพธ์ที่ดีคือ กลุ่มทดลองมีความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$)

การอภิปรายผล

การศึกษาครั้งนี้เป็นการทบทวนอย่างเป็นระบบเกี่ยวกับประสิทธิผลของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา โดยการสนับสนุนของสังคม ผลจากการสืบค้นพบงานวิจัยจำนวน 2 เรื่อง ที่ผ่านเกณฑ์การคัดเลือกตามแบบคัดกรองรายงานวิจัยและแบบประเมินคุณภาพรายงานวิจัย ผู้วิจัยได้อภิปรายผลการวิเคราะห์ดังรายละเอียด ต่อไปนี้

ลักษณะทั่วไปและคุณลักษณะของรายงานวิจัยงานวิจัยที่คัดเลือกมาทบทวนอย่างเป็นระบบครั้งนี้มีจำนวน 2 เรื่อง เป็นงานวิจัยที่ศึกษาและตีพิมพ์เผยแพร่ในวารสารวิชาการในปี พ.ศ. 2557 และปี พ.ศ. 2563 ซึ่งถือได้ว่ามีความเป็นปัจจุบันและทันสมัย แต่เป็นงานวิจัยกึ่งทดลองทั้งหมด ผู้วิจัยมีข้อสังเกตว่า เมื่อนำงานวิจัยมาจัดระดับความน่าเชื่อถือของหลักฐานเชิงประจักษ์ (level of evidence) ตามเกณฑ์ของ JBI พบว่างานวิจัยกึ่งทดลองอยู่ในระดับ 2 ซี (Level 2C) ขณะที่งานวิจัยที่มีระดับความน่าเชื่อถือมากที่สุดคืองานวิจัยแบบสุ่มและมีกลุ่มควบคุม มีระดับความน่าเชื่อถือของหลักฐานเชิงประจักษ์อยู่ในระดับ 1 ซี (Level 1C) อีกทั้งงานวิจัยทั้ง 2 เรื่องยังเป็นงานวิจัยที่ศึกษาในมารดาไทยที่มารับบริการในโรงพยาบาลศูนย์และโรงพยาบาลทั่วไป ดังนั้นการนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้จึงควรพิจารณาให้เหมาะสม เพื่อให้เกิดประสิทธิผลสูงสุดในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา โดยการสนับสนุนของสังคม

คุณภาพของรายงานวิจัยพบว่า งานวิจัยทั้ง 2 เรื่องที่นำมาทบทวน ผ่านการคัดเลือกและผ่านเกณฑ์การประเมินคุณภาพ โดยใช้แบบประเมินคุณภาพรายงานวิจัยของ JBI ซึ่งเป็นแบบประเมินที่มีคุณภาพ ได้รับการยอมรับทั้งในด้านความเที่ยงตรง ความเชื่อมั่น ดังนั้นงานวิจัยที่นำมาทบทวนทั้ง 2 เรื่อง ถือได้ว่าเป็นงานวิจัยที่มีคุณภาพมีความถูกต้องเชิงระเบียบวิธีวิจัย ทำให้ผลการศึกษานี้ที่น่าเชื่อถือ

ประสิทธิผลของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคม จากการทบทวนอย่างเป็นระบบครั้งนี้พบว่างานวิจัย 2 เรื่อง ไม่สามารถนำมาวิเคราะห์อภิมาน (meta-analysis) ได้ เนื่องจากมีวิธีการส่งเสริมและ

การวัดผลลัพธ์ที่ต่างกัน ผู้วิจัยจึงวิเคราะห์ด้วยการสรุปเชิงเนื้อหาพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) ซึ่งประสิทธิผลของความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาขึ้นกับการสนับสนุนของสังคมทั้ง 4 ด้าน ตามแนวคิดของ House คือ 1) การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ 2) การสนับสนุนด้านประเมินค่า 3) การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร และ 4) การสนับสนุนทางด้านสิ่งของและบริการ การทำงานวิจัยทั้ง 2 เรื่อง ได้สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ระยะตั้งครรรภ์จนถึงหลังคลอด ส่งผลให้กลุ่มทดลองมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา และฝึกปฏิบัติทักษะที่จำเป็น เช่น การอุ้มทารก การจัดทำในการให้นมบุตร เกิดความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา และช่วยให้ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา จึงมีผลให้กลุ่มทดลองมีคะแนนความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$) ถึงแม้งานวิจัยจะมีความแตกต่างกันในเรื่องรูปแบบการส่งเสริม โดยส่งเสริมเป็นรายบุคคลจำนวน 1 เรื่อง และเป็นรายกลุ่มจำนวน 1 เรื่อง แต่มีการวัดผลลัพธ์ที่เหมือนกัน โดยวัดผลลัพธ์ที่ 6 สัปดาห์หลังคลอด แต่งานวิจัยทั้ง 2 เรื่อง ก็ให้ผลลัพธ์ที่ดีต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา

สรุปได้ว่า การทบทวนอย่างเป็นระบบครั้งนี้พบงานวิจัย 2 เรื่อง ที่ผ่านเกณฑ์การประเมินคุณภาพ มีความน่าเชื่อถือในแง่คุณภาพของระเบียบวิธีวิจัย สำหรับประสิทธิผลของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคมขึ้นกับการสนับสนุนของสังคมทั้ง 4 ด้าน ตามแนวคิดของ House และการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ระยะตั้งครรรภ์จนถึงหลังคลอด สามารถเพิ่มความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา โดยสามารถส่งเสริมได้ทั้งรายบุคคลและรายกลุ่ม อย่างไรก็ตาม ผลการวิจัยในครั้งนี้ได้มาจากงานวิจัยกึ่งทดลองเพียง 2 เรื่อง ไม่มีงานวิจัยแบบสุ่มและมีกลุ่มควบคุมซึ่งมีระดับความน่าเชื่อถือมากที่สุด และงานวิจัยทั้ง 2 เรื่อง เป็นงานวิจัยที่ศึกษาในประเทศไทย ดังนั้นควรมีการทำวิจัยเพิ่มเติมให้สามารถนำไปวิเคราะห์ห่อภิมาณ (meta-analysis) และสรุปองค์ความรู้ที่เป็นหลักฐานเชิงประจักษ์ที่จะนำไปใช้เป็นแนวทาง

ในการพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิก เพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคมต่อไป

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. พยาบาลผดุงครรภ์ควรมีการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคม โดยส่งเสริมได้ทั้งเป็นรายบุคคลและรายกลุ่ม ตั้งแต่ระยะตั้งครรรภ์ต่อเนื่องถึงระยะหลังคลอด

2. การนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้ควรพิจารณาอย่างเหมาะสม เนื่องจากงานวิจัยทั้ง 2 เรื่องเป็นงานวิจัยกึ่งทดลองที่ทำการศึกษาในประเทศไทย และทำการศึกษาในมารดาไทยที่มารับบริการในโรงพยาบาลศูนย์และโรงพยาบาลทั่วไป

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการวิจัยเชิงทดลองแบบสุ่มและมีกลุ่มควบคุมเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาโดยการสนับสนุนของสังคม อีกทั้งควรมีวิธีการส่งเสริมและการวัดผลลัพธ์ที่เหมาะสม เพื่อสามารถนำมาวิเคราะห์ห่อภิมาณ (meta-analysis) และสรุปองค์ความรู้เป็นหลักฐานเชิงประจักษ์ที่จะนำไปพัฒนาแนวปฏิบัติทางคลินิกต่อไป

ข้อจำกัดในการทำวิจัย

การทบทวนอย่างเป็นระบบครั้งนี้มีข้อจำกัดในเรื่องงานวิจัยปฐมภูมิที่นำมาทบทวน พบว่างานวิจัยทั้ง 2 เรื่องเป็นงานวิจัยกึ่งทดลอง และทำการวิจัยในประเทศไทยทั้งหมด อาจทำให้เกิดข้อจำกัดในการนำผลการวิจัยไปใช้

เอกสารอ้างอิง

1. Hangchaovanich Y, Vichitsukon K, Sirtanaratkul S, Wongsiri A, Promsakul A. Guideline for breastfeeding mother. Bangkok: Thai Breast-feeding Center Foundation; 2016. (in Thai)
2. United Nations Children's Fund. Infant and young child feeding. 2018 [Internet]. [cited 2020 September 17]. Available from: http://www.unicef.org/nutrition/index_breastfeeding.Html

3. Edozien L. The contraceptive benefit of breastfeeding. *Afr Health*. 2019;16:15-7.
4. Charoenratana C. Breast feeding. 2011 [Internet] [cited 2020 September 17]. Available from: http://www.medicine.cmu.ac.th/dept/obgyn/2011/index.php?option=com_content&view=article&id=931:breastfeeding&catid=45&Itemid=561 (in Thai)
5. Trout KK, Averbuch T, Barowski M. Promoting breastfeeding among obese women and women with gestational diabetes mellitus. *Curr Diab Rep*. 2011;11:7-12.
6. World Health Organization. Ten Steps to Successful Breastfeeding. 2018 [Internet][cited 2018 October 7]. Available from: http://www.who.int/nutrition/publications/Globaltargets2025policybrief_breastfeeding/en
7. World Health Organization, UNICEF.]. Global Nutrition Targets 2025: Breastfeeding Policy Brief. 2014 [Internet][cited 2018 October 7]. Available from: http://www.who.int/nutrition/publications/Globaltargets2025_policybrief_breastfeeding/en
8. National Statistical Office. Labor statistics Bangkok: National Statistical Office. 2019 [Internet][cited 2020 Nov 12]. Available from: <http://statbbi.nso.go.th/staticreport/page/sector/th/02.aspx>. (in Thai)
9. Amadia NJ. Factors that influence exclusive breastfeeding in Namibia. 2015. Available from: etd.uwc.ac.za/urfiles/.../etd_init_7830_1174046416.pdf 2015.
10. U.S. Department of Health and Human Services. The Surgeon General's Call to Action to support breastfeeding. 2011 [Internet][cited 2018 October 7]. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK52682>
11. Hannula L, Kaunonen M, Tarkka MT. A systematic review of professional support interventions for breastfeeding. 2017 [Internet] [cited 2020 September 17]. Available from: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1365-2702.2007.02239.x/pdf>
12. Eglash A, Montgomery A, Wood J. Breastfeeding. *Disease-a-Month*. 2018;54:343-411.
13. Guise JM, Palda V, Westhoff C, Chan BK, Helfand M, Lieu TA. The effectiveness of primary care-based interventions to promote breastfeeding: systematic evidence review and meta-analysis for the US preventive services task force. 2013 [Internet][cited 2020 September 17]. Available from: <http://www.annfamned.org/content/1/2/70.full.pdf>
14. Meedya S, Fahy K, Kable A. Factors that positively influence breastfeeding duration to 6 months: A literature review. 2010 [Internet] [cited 2020 September 17]. Available from: http://www.sciencedirect.com/science?_ob=ArticleURL&_udi=B82XB-4YMHG0R
15. Thulier D, Mercer J. Variable associated with breastfeeding duration. *Journal of Obstetrics, Gynecology and Neonatal Nursing*. 2009;38: 259-68.
16. American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG). Breastfeeding: Maternal and infant aspects. *Obstetrics and Gynecology*, 109 (2 Pt 1). 2017 [Internet][cited 2020 September 17]. Available from: http://www.acog.org/departments_underserved/clinicalRevieww12i1s.pdf
17. Laantera S, Pietila AM, Ekstrom A, Polkki T. Confidence in breastfeeding among pregnant Women. 2011 [Internet][cited 2020 September 17]. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21282460>

18. House JS. Work Stress and Social Support: MA: Addison-Wesley; 1981.
19. Ekstrom A, Guttke K, Lenz M, Wahn HE. Long term effects of professional breastfeeding support- An intervention. 2011 [Internet][cited 2020 September 17]. Available from: <http://www.academicjournals.org/.../Ekstr?m%20et%20al.pdf>
20. Patchaneeya C, Chavee B, Kannika K. Effects of Social Support on Success in Exclusive Breastfeeding among Primiparous Mothers. Nursing Journal. 2014;4.
21. Raksiri A, Tippawan B. Effects of Family Involvement in a Breastfeeding Promotion Program on Family's Breastfeeding Perceptions and Postpartum Mother's Perceptions of Family Support for Breastfeeding. The Journal of Faculty of Nursing Burapha University. 2020;28.
22. The Joanna Briggs Institute. Joanna Briggs Institute reviewer's manual. 2014 [Internet][cited 2020 September 17]. Available from: <http://www.joannabriggs.org>
23. Suriyakhan A. The effect of family nursing on family perception and support in Breastfeeding. Master's thesis, Faculty of Nursing, Khon Kaen University; 2005.[In thai]