

การเสริมสร้างพลังอำนาจของมารดาครรภ์แรกในการเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน

The Empowerment of Primigravida Mothers for Six Months Exclusive Breastfeeding

ดาวรรณ พงษ์โพธิ์* ปัญญรัตน์ ลากวงศ์วัฒนา** ณัฐกมล ชาญสาธิตพร***
Dawan Phangpho* Punyarat Lapvongwatana** Natkamol Chansatitporn ***

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการเสริมสร้างพลังอำนาจของมารดาครรภ์แรกต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน กลุ่มตัวอย่างคือมารดาครรภ์แรกและผู้ช่วยเหลือหลัก คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง กลุ่มตัวอย่างมีจำนวนทั้งหมด 53 คู่ แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง (n=26 คู่) และกลุ่มเปรียบเทียบ (n=27 คู่) โดยกลุ่มทดลองจะได้รับกิจกรรมการเสริมสร้างพลังอำนาจตามแนวทางของ Gibson ซึ่งประกอบด้วย 4 ขั้นตอน คือ 1) การค้นหาปัญหา 2) การสะท้อนคิด 3) การมีส่วนร่วมตัดสินใจและการเลือกแนวทางปฏิบัติ และ 4) การคงไว้ซึ่งการปฏิบัติ กิจกรรมมีทั้งหมด 4 ครั้ง โดยแบ่งเป็นก่อนคลอด 1 ครั้ง และหลังคลอด 3 ครั้ง (ภายใน 7 วันหลังคลอด, ในช่วง 8-15 วันหลังคลอด, ในช่วง 16-42 วันหลังคลอด) ประกอบด้วย การให้ความรู้ การเยี่ยมบ้าน และให้ผู้ช่วยเหลือหลักเข้ามามีส่วนร่วมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และแบบบันทึกข้อมูลกลุ่มตัวอย่างโดยผู้วิจัย เก็บรวบรวมข้อมูลโดยแบบประเมินการรับรู้พลังอำนาจ แบบประเมินพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และแบบประเมินพฤติกรรมการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ วัดผลก่อนทดลองและหลังทดลอง 6 เดือนหลังคลอด วิเคราะห์ผลโดยใช้สถิติ independent t-test

* นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล e-mail: dawan.phang@gmail.com

* Graduate Students in Master Degree of Science Major in Community Nurse Practitioner, Faculty of Public Health, Mahidol University, e-mail: dawan.phang@gmail.com

** Corresponding author, รองศาสตราจารย์ ภาควิชาการพยาบาลสาธารณสุข คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

** Corresponding author, Associate Professor, Department of Public Health Nursing, Faculty of Public Health, Mahidol University

*** ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาชีวสถิติ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

*** Assistant Professor, Department of Biostatistics, Faculty of Public Health, Mahidol University

ผลการศึกษาพบว่าภายหลังการทดลอง ภายในกลุ่มทดลองมีการเพิ่มขึ้นของการรับรู้พลังอำนาจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ อยู่ในระดับดีและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .041$) ด้านพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และพฤติกรรมสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของผู้ช่วยเหลือหลัก กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .001$ และ $p = .006$ ตามลำดับ) และกลุ่มทดลองมีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบร้อยละ 61.5 และร้อยละ 33.3 ตามลำดับ

คำสำคัญ: พลังอำนาจ มารดาครรภ์แรก การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว

Abstract

This study aimed to examine the effects of the empowerment of primigravida mothers for six months exclusive breastfeeding on breastfeeding behaviors. The subjects of this study were primigravida mothers and primary supporters. This quasi-experimental study comprised an experimental group ($n=26$ pairs) and a comparison group ($n=27$ pairs), totaling 53 pairs, in which subjects were randomly assigned by purposive sampling. The experimental group was assigned to receive activities to promote empowerment based on Gibson's theory which included 4 steps of empowerment: discovering reality, critical reflection, taking charge, and holding on. There were four activities: at the first time before delivery and three times postpartum (within 7 days, during 8-15 days and during 16-42 days postpartum). Education, home visit, and the primary supporters for breastfeeding promotion were included in this study, and case record forms were recorded by a researcher. Data were collected by questionnaires: perception of empowerment, breastfeeding behaviors and behaviors of primary supporter towards breastfeeding promotion before intervention and at the follow-up period (after 6 months postpartum). Data were analyzed statistically using independent t-test. The results showed an increase in the mean score of perception of empowerment in breastfeeding with a high level in the experimental group and were significantly higher than the comparison group ($p=.041$) at the follow-up period. The mean score of the breastfeeding behaviors and behaviors of the primary supporter towards breastfeeding promotion in the experimental group were significantly higher than the comparison group ($p=.001$ and $p=.006$ respectively), and the experimental group had a rate of exclusive breastfeeding for six months significantly higher than that of the comparison group (61.5% and 33.3%, respectively).

Keywords: empowerment, primigravida mothers, exclusive breastfeeding

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

นมแม่คืออาหารอย่างแรกสำหรับทารก เพื่อให้พลังงานและสารอาหารที่ทารกต้องการโดยเฉพาะ 6 เดือนแรกของชีวิต ซึ่งปัจจุบันมีหลักฐานเชิงประจักษ์เด่นชัดกว่าที่ผ่านมา โดยมีการทบทวนการศึกษาวิจัยจากทั่วโลกจำนวนกว่า 3,000 เรื่องอย่างเป็นระบบยืนยันว่าทารกควรได้รับนมแม่อย่างเดียวในช่วง 6 เดือนแรก เนื่องจากทำให้ทารกมีการเจริญเติบโตปกติ ลดการติดเชื้อทางเดินอาหารและทางเดินหายใจ¹ ซึ่งองค์การอนามัยโลก (WHO) และองค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ (UNICEF)² ได้กำหนดนโยบายให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนเต็ม (Exclusive breastfeeding) และให้กินนมแม่ร่วมกับอาหารตามวัยต่อไปจนถึง 2 ปีหรือนานกว่านั้น³ และประเทศไทยได้กำหนดการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามแนวทางขององค์การอนามัยโลก ซึ่งแผนพัฒนาเศรษฐกิจแห่งชาติฉบับที่ 11 (2555-2559) และปัจจุบันแผนฯ 12 (2560-2564) ได้กำหนดดัชนีชี้วัดผลงาน (KPI) ของแต่ละจังหวัดให้มีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนอย่างน้อยร้อยละ 50^{4,5} เพื่อให้สอดคล้องกับยุทธศาสตร์ระดับโลกคือให้เด็กทั่วโลกอย่างน้อยร้อยละ 50 ได้รับนมแม่อย่างเหมาะสมในปี พ.ศ. 2568⁶ จากสถานการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทั่วโลกที่สำรวจโดย UNICEF ในช่วงปี ค.ศ. 2011-2017 พบว่าอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนเฉลี่ยอยู่ที่ร้อยละ 40⁷ และจากการสำรวจอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวในช่วง 6 เดือนแรกในประเทศไทยของสำนักสถิติแห่งชาติร่วมกับองค์กร UNICEF แห่งประเทศไทยสำรวจอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในช่วงปี พ.ศ. 2558-2559 พบว่าภาพรวมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

อย่างเดียว 6 เดือนเฉลี่ยอยู่ที่ร้อยละ 21.3⁸ จากข้อมูลจะพบว่าอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนแรกในประเทศไทยยังอยู่ในเกณฑ์ต่ำและไม่บรรลุเป้าหมายตามแผนที่วางไว้ และจากการสำรวจข้อมูลจำเป็นพื้นฐาน (จปฐ.) ในจังหวัดขอนแก่นในปี พ.ศ. 2557 พบว่าทารกไม่ได้รับนมแม่อย่างเดียวในช่วง 6 เดือนแรกเป็นปัญหาสำคัญเร่งด่วนอันดับแรกที่ต้องได้รับการแก้ไขโดยเฉพาะในเขตอำเภอชนบทของจังหวัด⁹

จากการศึกษาอัตราการเจ็บป่วยกับความสัมพันธ์ของการกินนมแม่ในทารกที่กินนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนช่วยป้องกันการเจ็บป่วยในเด็กได้หลายโรค ได้แก่ มีอาการใช้น้อยที่สุด เมื่อเทียบกับทารกที่ได้รับนมผสมอย่างเดียว หรือกินนมแม่และน้ำ ซึ่งโรคที่ลดลงได้อย่างชัดเจน ได้แก่ โรคท้องเสีย และโรคผื่นแพ้ที่ผิวหนังเมื่ออายุ 2 ขวบ¹⁰ และได้มีการศึกษาความสัมพันธ์ของการกินนมแม่กับการป้องกันโรค การลดความเสี่ยงและความรุนแรงของการเกิดโรค ได้แก่ การกินนมแม่ป้องกันการติดเชื้อ เช่น โรคท้องเสีย โรคระบบทางเดินหายใจส่วนบน¹¹⁻¹³ ลดการเป็นโรคปอดอักเสบ ในช่วงอายุ 23 เดือนแรก¹⁴ ป้องกันการเป็นโรคไข้หวัดหรือลดความถี่และความรุนแรงของโรค¹⁵ ลดความเสี่ยงของการมีภาวะโภชนาการเกินหรือโรคอ้วนในเด็ก¹⁶⁻¹⁸ และลดอัตราการป่วยอื่นๆ ได้อย่างมีนัยสำคัญ¹⁹ นอกจากลดความเจ็บป่วยแล้วการกินนมแม่ยังช่วยพัฒนาและส่งเสริมให้มีระดับสติปัญญา (IQ) ดี โดยมีการศึกษาพบว่าระดับ IQ ของเด็กที่กินนมแม่สูงกว่าเด็กที่ไม่ได้กินนมแม่ประมาณ 5.8-8.2 จุด²⁰ และจากผลการสำรวจสถานการณ์ระดับ IQ เด็กนักเรียนไทยทั่วประเทศเมื่อปี พ.ศ. 2559 พบว่าค่าเฉลี่ยระดับ IQ ของเด็กไทยในระดับ

ประเทศเท่ากับ 98.23 จุด ซึ่งต่ำกว่าค่ากลางมาตรฐานสากล (IQ=100) และเมื่อดูในภาพรวมของประเทศ พบว่าเด็กเกือบครึ่งมีระดับ IQ อยู่ในเกณฑ์ต่ำ (IQ<100) และในจังหวัดขอนแก่นถูกจัดอยู่ในกลุ่มนักเรียนที่มีระดับ IQ < 100 ซึ่งมีค่าเฉลี่ยระดับ IQ เท่ากับ 93.12 จุด²¹ ซึ่งจะเห็นว่าระดับ IQ สัมพันธ์กับอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในประเทศไทยที่ล่ำรວ

จากที่กล่าวมาข้างต้นพบว่าประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีมากมายแต่กลับพบว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนในประเทศไทย ยังไม่ประสบความสำเร็จเนื่องจากมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องหลายประการ ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับปัจจัยการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จนถึง 6 เดือนนั้นพบว่าปัจจัยหลายด้านได้แก่ ด้านมารดา เช่น อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาหยุดงานเพื่อเลี้ยงดูบุตรหลังคลอด ความรู้ ประสบการณ์ ทศนคติ อุปสรรคต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการเข้าถึงบริการสาธารณสุข ด้านการสนับสนุนทางสังคม ได้แก่ การส่งเสริมจากบุคคลในครอบครัวเช่น สามี ปู่ ย่า ตา ยาย²²⁻²⁴ และการส่งเสริมสมรรถนะของมารดาร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม²⁵ การได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่²⁶ ซึ่งมีการศึกษาพบว่ามารดาที่ไม่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ส่วนหนึ่งเนื่องมาจากญาติผู้ใหญ่แนะนำให้ป้อนน้ำหรืออาหารอย่างอื่นแก่ทารก^{27, 28} ซึ่งหากญาติผู้ใหญ่แนะนำให้ป้อนอาหารอื่นก่อนวัยอันควร มารดาก็จำเป็นต้องปฏิบัติตามเนื่องจากไม่อยากให้เกิดความขัดแย้งในครอบครัว อีกทั้งมารดาขาดประสบการณ์และความเชื่อมั่นในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

เนื่องจากมีบุตรคนแรก ทำให้บางครั้งมารดารู้สึกผิดเมื่อป้อนอาหารอื่นก่อนวัยอันควร รู้สึกว่าตนเองไม่มีอำนาจในการต่อรอง และขาดความมั่นใจในบทบาทการเป็นมารดา ส่งผลให้รู้สึกไร้พลังอำนาจ ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับโปรแกรมต่างๆ เกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาและครอบครัวทำให้จำนวนมารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพิ่มขึ้น แต่ก็พบข้อมูลว่าเมื่อมารดากลับไปอยู่บ้านระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวจะสั้นลงเนื่องจากมีการแนะนำการป้อนน้ำหรืออาหารอย่างอื่นก่อนวัยอันควรซึ่งส่งผลต่อระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนแรกรวมถึงพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดา^{23, 27-29}

จากการที่ผู้วิจัยสอบถามมารดาครรภ์แรกที่มิบุตรอายุ 6 เดือน ถึง 1 ปี 10 เดือน และยาย/ย่าซึ่งเป็นผู้ช่วยเหลือหลัก จำนวน 20 คน อำเภอรอบนอกของจังหวัดขอนแก่น เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่พบว่ามีการที่ได้กินนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน มีเพียงร้อยละ 10 ซึ่งพบว่าทารกจะได้รับอาหารอื่น (ซีลีแลก) นอกเหนือจากนมแม่ส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 3 เดือน คือร้อยละ 40 โดยพบว่าทารกได้รับการป้อนอาหารอื่นก่อนวัยอันควรส่วนใหญ่เกิดจากยาย/ย่า แนะนำให้ป้อนซึ่งมารดาก็ปฏิบัติตามเนื่องจากไม่กล้าขัด จากปัญหาที่กล่าวมาข้างต้นพบว่าหากมารดาู้สึกไร้พลังอำนาจ ขาดอำนาจในการต่อรอง ขาดความเชื่อมั่นก็จะส่งผลให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนแรกไม่ประสบความสำเร็จและปัจจุบันอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนยังต่ำและยังคงเป็นปัญหาของประเทศ ประกอบกับงานวิจัยที่ผ่านมาพบว่ายังขาดการสร้างเชื่อมั่นให้มารดาครรภ์

แรกทีซาดประสพการณใการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
อย่างเดียว 6 เดือน ร่วมกับให้ผู้ช่วยเหลือหลักซึ่ง
มีส่วนสำคัญใการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนม
แม่มามีส่วนร่วมใการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ดั่งนั้น
ผู้วิจัยจึงนำแนวคิดของ Gibson มาเป็นแนวทางใ
การเสริมสร้างพลังอำนาจใมารดาครรภ์แรกใ
การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับตั้งผู้สนับสนุนหลัก
มามีส่วนร่วมใการดำเนินกิจกรรม ตั้งแต่ก่อน
คลอดจนกระทั่งหลังคลอด 1 เดือน โดยมีเป้าหมาย
คือเพื่อให้มารดาเกิดความเชื่อมั่นจนเกิดพฤติกรรม
การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน สำเร้ง
และเพิ่มอัตรการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว
6 เดือน โดยคาดหวังว่าหากมารดาได้รับการเสริม
สร้างพลังอำนาจจะทำให้มารดาสามารถเลี้ยงลูก
ด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ประสบความสำเร็จ
และสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่คู่กับอาหารตามวัย
ต่อไปเรื่อยๆ ซึ่งเมื่อทารกได้กินนมแม่อย่างเดียวใ
ช่วง 6 เดือนแรก จะทำให้ทารกมีสุขภาพแข็งแรง
ลดค่าใช้จ่ายใครอบครัวและเติบโตเป็นกำลังของ
ชาติต่อไป

กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ได้ศึกษาเกี่ยวกับกิจกรรมการ
เสริมสร้างพลังอำนาจของมารดาครรภ์แรกใการ
เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวโดยกิจกรรมได้
ประยุกต์แนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจของ
Gibson²⁹ 4 ขั้นตอนมาใช้เป็นแนวทางใการศึกษา
ได้แก่ การค้นหาปัญหา การสะท้อนการคิดอย่าง
มีวิจารณ์ญาณ การมีส่วนร่วมตัดสินใจและการ
เลือกแนวทางปฏิบัติ และการคงไว้ซึ่งการปฏิบัติ
เพื่อศึกษาว่ากิจกรรมดังกล่าวจะมีผลต่อการ
เปลี่ยนแปลงของตัวแปรตามดังต่อไปนี้หรือไม่

ได้แก่ การรับรู้พลังอำนาจใการเลี้ยงลูกด้วยนม
แม่ พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ
พฤติกรรมสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของ
ผู้ช่วยเหลือหลัก

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบการรับรู้พลังอำนาจใ
การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระหว่างมารดาครรภ์แรก
ที่รับกิจกรรมการเสริมสร้างพลังอำนาจกับมารดา
กลุ่มเปรียบเทียบ
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการเลี้ยงลูก
ด้วยนมแม่ระหว่างมารดาครรภ์แรกที่รับกิจกรรม
การเสริมสร้างพลังอำนาจกับมารดา
กลุ่มเปรียบเทียบ
3. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมสนับสนุนการ
เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระหว่างผู้ช่วยเหลือหลักที่เข้า
ร่วมกิจกรรมเสริมสร้างพลังอำนาจกับผู้ช่วยเหลือ
หลักกลุ่มเปรียบเทียบ

สมมติฐานการวิจัย

1. ภายหลังกการทดลองใระยะหลังสิ้นสุด
การทดลองมารดากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการ
รับรู้พลังอำนาจใการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่า
ก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ
2. ภายหลังกการทดลองใระยะหลังสิ้นสุด
การทดลองมารดากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ย
พฤติกรรมใการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่ม
เปรียบเทียบ
3. ภายหลังกการทดลองใระยะหลังสิ้นสุด
การทดลองผู้ช่วยเหลือหลักกลุ่มทดลองมีคะแนน
เฉลี่ยพฤติกรรมการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนม
แม่สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ

การดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research design) แบบสองกลุ่ม วัดผลก่อนการทดลองและระยะติดตามผล 6 เดือน หลังคลอด (Two-group Pretest-Posttest Design) ดำเนินกิจกรรมการวิจัยในระหว่างเดือน กรกฎาคม พ.ศ. 2560 จนถึงเดือนเมษายน 2561

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาวิจัยในครั้งนี้เป็นมารดา ครรภ์แรกและผู้ช่วยเหลือหลัก ในโรงพยาบาล ชุมชน 2 แห่งของจังหวัดขอนแก่น จำนวนกลุ่ม ตัวอย่างโดยใช้สูตรของ Twisk³⁰ ซึ่งแทนค่าการ คำนวณโดยใช้งานวิจัยที่คล้ายคลึงกันกับการศึกษา ในครั้งนี้ของ ใจเกื้อ ระติสุนทร²⁷ ที่ศึกษาผลของ โปรแกรมการเสริมสร้างพลังใจต่อพฤติกรรม การ เลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ มีค่าอำนาจทดสอบที่เท่ากับ 0.84 และขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.132 จำนวนได้ กลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 27 คู่ และได้เพิ่มจำนวนกลุ่ม ตัวอย่างอีกกลุ่มละ 10 เปรอร์เซ็นต์เพื่อป้องกันการ เข้าร่วมกิจกรรมไม่ครบ จึงได้กลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 30 คู่

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง จากมารดาครรภ์แรกที่มาฝากครรภ์ที่โรงพยาบาล ชุมชนที่จะดำเนินการศึกษาวิจัยและมีผู้ช่วยเหลือ หลัก เกณฑ์การคัดเข้าประกอบด้วย

มารดา

1. เป็นมารดาตั้งครรภ์แรกมีอายุครรภ์ตั้งแต่ 36 สัปดาห์ขึ้นไป และมีอายุ 18 ปีขึ้นไป
2. มีความต้องการเลี้ยงลูกนมแม่ ไม่มีข้อ ห้ามทางการแพทย์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ไม่ได้

รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งและไม่ได้ได้รับการรักษา ด้วยยารักษามะเร็งซึ่งยาอาจส่งผ่านน้ำนมได้ หรือ ไม่มีโรคประจำตัวที่แพทย์ให้งดการเลี้ยงลูกด้วย นมแม่

3. มารดาไม่มีความเจ็บป่วยหรือพิการสามารถ เลี้ยงลูกด้วยนมแม่หรือให้การดูแลเลี้ยงดูบุตรได้
4. อาศัยในชุมชนที่จะดำเนินการศึกษาวิจัย และไม่มีแผนการย้ายที่อยู่ในช่วงที่เข้าร่วมโครงการ วิจัย
5. สามารถอ่านออกเขียนภาษาไทยได้ สมัครใจเข้าร่วมการวิจัยโดยการลงนามเป็นลาย ลักษณะอักษร

ผู้ช่วยเหลือหลัก

1. จะต้องมีอายุ 18 ปีขึ้นไป เป็นสมาชิกใน ครอบครัว ได้แก่ ยาย/ย่า หรือ ป้า เป็นต้น ที่ช่วย เหลือในการเลี้ยงดูทารกและส่งเสริมการเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่
2. อยู่บ้านเดียวกันหรือรั้วติดกัน และเป็น บุคคลที่มารดาเลือกเป็นผู้ที่จะให้การช่วยเหลือ มารดาในระยะหลังคลอด
3. มีประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

เกณฑ์การคัดออกประกอบด้วย

ทารกมีปัญหาสุขภาพ เช่น ปากแห้ง เพดานโหว่ และปัญหาสุขภาพที่รุนแรงที่ไม่ สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ โดยประเมินจาก ประวัติทางการแพทย์ หรือผลอัลตราซาวด์ เป็นต้น

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ เครื่องมือที่ใช้เก็บ รวบรวมข้อมูล และเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของมารดาและผู้ช่วยเหลือหลัก จำนวน 21 ข้อ ได้แก่ อายุ อาชีพ การศึกษา รายได้ และข้อมูลทั่วไปของผู้ช่วยเหลือหลัก ได้แก่ อายุ การศึกษา อาชีพ รายได้ ประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ส่วนที่ 2 แบบประเมินการรับรู้พลังอำนาจของมารดาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ได้ดัดแปลงมาจากแบบประเมินของ ปิยาพร สินธุโคตร³¹ โดยคำถามมีทั้งหมด 15 ข้อ เป็นลักษณะข้อคำถามแบบประเมินค่า 5 ระดับ คือ 1 = ไม่รู้ลึกรับรู้เลย ถึง 5 = รู้มากที่สุด มีค่าคะแนนระหว่าง 15-75 คะแนน โดยมีการแบ่งระดับของคะแนนพลังอำนาจ ดังนี้ ระดับต่ำได้คะแนน 15-34 ระดับปานกลางได้คะแนน 35-54 และระดับสูงได้คะแนน 55-75

ส่วนที่ 3 แบบประเมินพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดา ได้ดัดแปลงมาจากแบบประเมินพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของใจแก้ว ระติสุนทร และคณะ²⁷ โดยคำถามมีทั้งหมด 15 ข้อ ลักษณะคำตอบของแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ คือ 1 = ไม่เคยปฏิบัติ ถึง 4 = ปฏิบัติเป็นประจำ มีคะแนนระหว่าง 15-60 คะแนน โดยมีการแบ่งระดับของคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ดังนี้ ไม่ดี 15-29 คะแนน, ปานกลาง 30-44 คะแนน และดี 45-60 คะแนน

ส่วนที่ 4 แบบประเมินพฤติกรรมการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของผู้ช่วยเหลือ

หลัก ได้ดัดแปลงมาจากแบบประเมินแรงสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของครอบครัวของสุวรรณรัตน์ ระวีวรรณ³² ซึ่งมีคำถามทั้งหมด 15 ข้อ ลักษณะคำตอบของแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ คือ 1 = ไม่ได้ปฏิบัติ ถึง 4 = ปฏิบัติเป็นประจำ มีค่าคะแนนระหว่าง 15-60 คะแนน โดยมีการแบ่งระดับของคะแนนพฤติกรรมสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ดังนี้ ไม่ดี = 15-29 คะแนน, ปานกลาง = 30-44 คะแนน และดี = 45-60 คะแนน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

เป็นเครื่องมือที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นภายใต้กรอบแนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจของ Gibson³³ ประกอบด้วย 4 ขั้นตอนคือ 1) การค้นหาปัญหา 2) การสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ 3) การมีส่วนร่วมตัดสินใจและการเลือกแนวทางปฏิบัติ 4) การคงไว้ซึ่งการปฏิบัติ มีรายละเอียดดังนี้

2.1 แนวทางการเสริมสร้างพลังอำนาจของมารดาครรภ์แรกในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน

2.2 คู่มือการเสริมสร้างพลังอำนาจการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน

2.3 ตุ๊กตาทารก แบบจำลองเต้านมผ้า

2.4 แบบบันทึกข้อมูลกลุ่มตัวอย่าง

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัย

1. ตรวจสอบความตรงของเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ประกอบด้วย อาจารย์พยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ 2 ท่าน และพยาบาลที่มีประสบการณ์และความ

เชี่ยวชาญด้านการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพื่อตรวจสอบความสมบูรณ์ของเนื้อหาและแก้ไขสื่อภาษาให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง ทั้งในส่วนของแนวทางการกิจกรรมและแบบสอบถาม ผู้วิจัยปรับแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิก่อนนำไปดำเนินการศึกษาวิจัยและเก็บข้อมูลวิจัย และได้ค่าดัชนีความตรงของเนื้อหา (Content validity index: CVI) ของเครื่องมือ ได้แก่ 1) แนวทางการดำเนินกิจกรรม 2) แบบประเมินการรับรู้พลังอำนาจของมารดา 3) แบบประเมินพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และ 4) แบบประเมินพฤติกรรมการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของผู้ช่วยเหลือหลักเท่ากับ 1.00, 0.87, 0.87 และ 0.93 ตามลำดับ

2. วิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) โดยการนำเครื่องมือที่ผ่านการปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับมารดาและผู้ช่วยเหลือหลักที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 คู่ แล้วนำมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของแบบประเมินการรับรู้พลังอำนาจของมารดา แบบประเมินพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และแบบประเมินพฤติกรรมการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของผู้ช่วยเหลือหลักวิเคราะห์โดยใช้ Cronbach's Alpha มีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.90, 0.71 และ 0.73 ตามลำดับ

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยนี้ได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย มหาวิทยาลัยมหิดล ตามเอกสารการรับรองเลขที่ MUPH 2017-128 หลังจากนั้นทำหนังสืออนุญาตเก็บข้อมูลจากผู้อำนวยการโรงพยาบาลที่จะดำเนินการศึกษาทั้งกลุ่มทดลอง

และกลุ่มเปรียบเทียบ โดยข้อมูลทุกอย่างจะถือเป็นความลับ การรายงานผลจะนำเสนอในภาพรวม โดยไม่มีการอ้างผู้เข้าร่วมวิจัยและโรงพยาบาล กลุ่มตัวอย่างจะได้รับการอธิบายถึงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการทำวิจัย สิทธิของผู้เข้าร่วมโครงการ กลุ่มตัวอย่างสามารถถอนตัวออกจากโครงการได้ตลอดเวลาโดยไม่มีผลกระทบต่อสิทธิ์การรักษาหรือการบริการอื่นๆของโรงพยาบาล

การเก็บรวบรวมข้อมูล

- ภายหลังได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยและได้รับอนุมัติจากผู้อำนวยการโรงพยาบาลให้ดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยได้ติดต่อประสานงานไปยังคลินิกฝากครรภ์ เพื่อทำการคัดเลือกผู้ที่มีคุณสมบัติเบื้องต้นก่อน

- เมื่อมารดามาฝากครรภ์ ผู้วิจัยจะขอความยินยอมจากผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยก่อนเริ่มดำเนินการ โดยอธิบายวัตถุประสงค์ ประโยชน์ ระยะเวลาในการดำเนินการ ให้มารดาและผู้ช่วยเหลือหลักตัดสินใจเข้าร่วมการวิจัยและลงนามในเอกสารยินยอมเข้าร่วมการวิจัยด้วยตนเอง

- ดำเนินการเก็บข้อมูลก่อนดำเนินการวิจัย (Pretest) ของมารดาทั้ง 2 กลุ่ม ได้แก่ ข้อมูลทั่วไป และแบบประเมินการรับรู้พลังอำนาจของมารดา หลังจากนั้นดำเนินการเสริมสร้างพลังอำนาจในกลุ่มทดลอง ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบจะได้รับกิจกรรมการพยาบาลตามปกติของโรงพยาบาล และเก็บรวบรวมข้อมูลหลังการทดลองในระยะติดตามผลใน 6 เดือนหลังคลอด ให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามด้วยตนเองและผู้วิจัยบันทึกข้อมูลในการดำเนินกิจกรรมในแบบบันทึกข้อมูลกลุ่มตัวอย่าง

กิจกรรมการทดลอง

ครั้งที่ 1 ในช่วงอายุครรภ์ตั้งแต่ 36 สัปดาห์ขึ้นไป: มารดา: เริ่มกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจมารดาตามแนวทางของ Gibson³³ โดยเริ่มจากการค้นหาปัญหาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากการพูดคุยถึงปัญหา (ขั้นตอนที่ 1) จากนั้นมีการสะท้อนกลับความคิดเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (ขั้นตอนที่ 2) ให้มารดาร่วมตัดสินใจและเลือกแนวทางในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (ขั้นตอนที่ 3) ระหว่างนั้นมีการให้ความรู้เกี่ยวกับเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่มารดา ฝึกปฏิบัติการอุ้ม การบีบเก็บน้ำนม และแจกคู่มือการเสริมสร้างพลังอำนาจการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพื่อให้มารดามีความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ครั้งที่ 2 (ภายใน 7 วันหลังคลอด): มารดา: ดำเนินการเสริมสร้างพลังอำนาจตามแนวทางของ Gibson ทั้ง 4 ขั้นตอน โดยสอบถามถึงปัญหาและอุปสรรคในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หลังคลอด การแก้ไขปัญหา ทบทวนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เน้นกระตุ้นการสร้างและหลั่งน้ำนม การอุ้มลูก ประเมินการได้รับน้ำนมของลูก ทบทวนการแก้ไขปัญหาต่างๆที่อาจเกิดขึ้นกับมารดา (ขั้นตอนที่ 1) มีการสะท้อนกลับความคิดตามปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (ขั้นตอนที่ 2) ให้มารดาตัดสินใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และให้คงไว้ซึ่งการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (ขั้นตอนที่ 4) โดยครั้งนี้จะเน้นการแก้ไขปัญหาหลังคลอด ผู้วิจัยจะบันทึกข้อมูลการดำเนินกิจกรรมลงในแบบบันทึกข้อมูลกลุ่มตัวอย่าง **ผู้ช่วยเหลือหลัก :** ดำเนินกิจกรรมเพื่อให้ผู้ช่วยเหลือหลักสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามแนวทางของ House³⁴ 4 ด้าน ประกอบด้วย การสนับสนุนด้านอารมณ์ การสนับสนุนด้านการเปรียบเทียบ

และการประเมินค่า การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร และการสนับสนุนด้านทรัพยากร และมีการให้ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนแรก เพื่อให้ผู้ช่วยเหลือหลักมีความมั่นใจในการสนับสนุนมารดาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนแรก

ครั้งที่ 3 (ในช่วง 8-15 วันหลังคลอด): มารดา: ดำเนินการตามแนวทางการเสริมสร้างพลังอำนาจขั้นตอนที่ 1-4 ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เหมือนกับครั้งที่ 2 โดยเน้นการคงสภาพน้ำนมให้เพียงพอกับความต้องการของทารก ฝึกปฏิบัติการบีบเก็บน้ำนม ทบทวนการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ ให้กำลังใจและให้ความเชื่อมั่นในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ **ผู้ช่วยเหลือหลัก:** เน้นการสนับสนุนตามแนวทางของ House³⁴ 4 ด้าน

ครั้งที่ 4 ในช่วง 16-42 วันหลังคลอด: มารดา: ให้กำลังใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และให้ความเชื่อมั่นในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อไป **ผู้ช่วยเหลือหลัก:** เน้นการสนับสนุนตามแนวทางของ House³⁴ 4 ด้าน

ระยะหลังสิ้นสุดการทดลองที่ 6 เดือน ± 7 วันหลังคลอด ติดตามเพื่อสรุปผลและทำแบบทดสอบในระยะหลังสิ้นสุดการทดลอง (Post-test) ได้แก่ 1) แบบประเมินการรับรู้พลังอำนาจของมารดา 2) แบบประเมินพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และ 3) แบบประเมินพฤติกรรมสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของผู้ช่วยเหลือหลัก

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป กำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยใช้สถิติ ดังนี้ อธิบายคุณลักษณะ

ประชากรของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) ในการอธิบายข้อมูล คุณลักษณะประชากรของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ความถี่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน รวมทั้งใช้สถิติ Chi square ในการเปรียบเทียบคุณลักษณะ ประชากร และใช้ Fisher's exact ในกรณีที่มีค่า คาดหวังน้อยกว่า 5 เกินร้อยละ 20³⁵ เปรียบเทียบ ข้อมูลภายในกลุ่มทดลองโดยใช้สถิติ Paired t-test ในระยะก่อนทดลองและระยะหลังสิ้นสุดการ ทดลอง และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างกลุ่มโดยใช้สถิติ Independent t-test ในระยะหลังสิ้นสุด การทดลองและเปรียบเทียบอัตราการเลี้ยงลูกด้วย นมแม่โดยใช้สถิติ Z-test

ผลการวิจัย

ก่อนการทดลองมีกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมการ วิจัยทั้งสิ้นจำนวน 60 คู่ แต่ภายหลังสิ้นสุดกิจกรรม การทดลองในระยะติดตามผล เหลือกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 53 คู่ แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 26 คู่ และ กลุ่มเปรียบเทียบ 27 คู่ โดยมีผู้ขอถอนตัวออกจาก โครงการวิจัยเนื่องจากย้ายถิ่นฐานจำนวน 3 คู่ (กลุ่มทดลอง 2 คู่ และกลุ่มเปรียบเทียบ 1 คู่) และไม่สามารถติดต่อได้ จำนวน 4 คู่ (กลุ่มทดลอง 2 คู่ และกลุ่มเปรียบเทียบ 2 คู่) ผู้วิจัยจึงนำ แบบสอบถามที่มีข้อมูลครบถ้วนสมบูรณ์มา วิเคราะห์ ซึ่งผลการทดลองแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

(1) ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบเป็นมารดาครั้งแรกซึ่งส่วนใหญ่อายุอยู่ใน ช่วง 18-25 ปี ร้อยละ 50.0 และ ร้อยละ 51.9 ตามลำดับ ระดับการศึกษากลุ่มทดลองส่วนใหญ่

จะอยู่ในช่วงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6/ปวช. ส่วน มารดากลุ่มเปรียบเทียบการศึกษาส่วนใหญ่คือ ระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 มารดากลุ่มทดลองและ กลุ่มเปรียบเทียบส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพ ร้อยละ 65.4 และร้อยละ 56.6 ตามลำดับ ราย ได้ครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือนทั้งสองกลุ่มคือ <10,000 บาท/เดือน และสถานภาพสมรสทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรส/คู่ ร้อยละ 69.2 และ ร้อยละ 88.9 ตามลำดับ ซึ่งส่วนใหญ่มารดาทั้งสอง กลุ่มจะอาศัยอยู่กับครอบครัวตัวเองคืออยู่กับตา ยาย โดยที่มารดาทั้งสองกลุ่มทุกคนต้องการเลี้ยงดู บุตรด้วยตนเอง ทั้งนี้มารดากลุ่มทดลองเคยได้รับ การอบรมเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูบุตรร้อยละ 53.8 และกลุ่มเปรียบเทียบร้อยละ 74.1 ตามลำดับ โดยส่วนใหญ่ทั้งสองกลุ่มไม่เคยเข้าร่วมกิจกรรม โรงเรียนพ่อแม่ร้อยละ 61.5 และร้อยละ 70.4 ตามลำดับ ส่วนความสัมพันธ์ของมารดากับผู้ช่วย เหลือหลักที่จะทำหน้าที่ในการดูแลบุตรหลานทั้ง สองกลุ่มส่วนใหญ่ คือ ยาย ร้อยละ 65.4 และ ร้อยละ 77.8 ตามลำดับ อายุผู้ช่วยเหลือหลักทั้ง สองกลุ่มส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 40-50 ปี คิดเป็น ร้อยละ 65.4 และ ร้อยละ 55.6 ตามลำดับ ซึ่งอาชีพ ส่วนใหญ่ของผู้ช่วยเหลือหลักทั้งสองกลุ่ม คือ เกษตรกรร้อยละ 61.5 และร้อยละ 51.9 โดยผู้ ช่วยเหลือหลักเฉลี่ยจะมีรายได้ครอบครัว <10,000 บาท/เดือน ร้อยละ 96.2 และร้อยละ 70.4 โดย ผู้ช่วยเหลือหลักทั้งสองกลุ่มทุกคนมีประสบการณ์ ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และส่วนใหญ่ไม่เคยพบ ปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งเมื่อเปรียบเทียบลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างแล้วพบว่ามี ความคล้ายคลึงกันในทั้งสองกลุ่ม

(2) เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการรับรู้พลังอำนาจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ในระยะก่อนการทดลอง และระยะหลังสิ้นสุดการทดลอง

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการรับรู้พลังอำนาจ ในระยะหลังสิ้นสุดการทดลองพบว่ากลุ่มทดลองมีการรับรู้พลังอำนาจฯ แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value <.001) โดยคะแนนเฉลี่ยรวมก่อนทดลองของกลุ่มทดลองเท่ากับ 58.8 คะแนน (S.D. = 7.75) และระยะหลังสิ้นสุดการทดลองเพิ่มขึ้นเป็น 66.58 คะแนน (S.D. = 5.62) ตามลำดับ ส่วนกลุ่มเปรียบเทียบ

เทียบมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้พลังอำนาจฯ แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value = .042) เช่นเดียวกัน โดยก่อนทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้พลังอำนาจฯ เท่ากับ 59.22 คะแนน (S.D. = 6.73) และระยะหลังสิ้นสุดการทดลองเพิ่มขึ้นเป็น 62.48 คะแนน (S.D. = 6.30) ซึ่งจะพบว่าก่อนการทดลองคะแนนเฉลี่ยการรับรู้พลังอำนาจฯ ทั้งสองกลุ่มอยู่ในระดับสูงทั้งคู่และเมื่อระยะหลังสิ้นสุดการทดลองพบว่ามีการเพิ่มของคะแนนเฉลี่ยการรับรู้พลังอำนาจฯ ทั้งสองกลุ่ม โดยแตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ดังแสดงในตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของตัวแปรที่ศึกษาภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบในระยะก่อนการทดลองและระยะหลังสิ้นสุดการทดลอง 6 เดือนหลังคลอด

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง		ระยะหลังสิ้นสุดการทดลอง		Mean Difference	Paired t-test	p-value
	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.			
กลุ่มทดลอง (n = 26)							
- การรับรู้พลังอำนาจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	58.8	7.75	66.58	5.62	7.81	5.056	<.001*
กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 27)							
- การรับรู้พลังอำนาจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	59.22	6.73	62.48	6.30	3.26	2.136	.042*

หมายเหตุ *p-value < .05

(3) ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการรับรู้พลังอำนาจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และพฤติกรรมสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของผู้ช่วยเหลือหลัก ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ในระยะหลังสิ้นสุดการทดลอง

เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการรับรู้พลังอำนาจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ระหว่างกลุ่มพบว่าในระยะหลังสิ้นสุดการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้พลังอำนาจฯ แตกต่างจากกลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p-value = .041) โดยคะแนนเฉลี่ยระยะหลังสิ้นสุดการทดลองของ

กลุ่มทดลองเท่ากับ 66.58 คะแนน และกลุ่มเปรียบเทียบเท่ากับ 62.48 คะแนน (ดังแสดงในตารางที่ 2)

เปรียบเทียบพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระหว่างกลุ่มพบว่าในระยะหลังสิ้นสุดการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p-value = .001) และเมื่อเปรียบเทียบอัตราส่วนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน พบว่ากลุ่มทดลองมีอัตราส่วนของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนเท่ากับ 0.615 และกลุ่มเปรียบเทียบเท่ากับ 0.333 ตามลำดับ ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของตัวแปรที่ศึกษาระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบในระยะก่อนการทดลองและระยะหลังสิ้นสุดการทดลอง 6 เดือนหลังคลอด

ตัวแปร	ระยะหลังสิ้นสุดการทดลอง		p-value
	ก่อนการทดลอง	การทดลอง	
	\bar{x}	\bar{x}	
การรับรู้พลังอำนาจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่			d
กลุ่มทดลอง (n = 26)	58.88	66.58	7.81 .041*
กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 27)	59.22	62.48	3.26
พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดา			t
กลุ่มทดลอง (n = 26)	-	49.31	3.771 .001*
กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 27)	-	44.15	
พฤติกรรมสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของผู้ช่วยเหลือหลัก			t
กลุ่มทดลอง (n = 26)	-	46.03	2.947 .006*
กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 27)	-	42.33	

หมายเหตุ *p-value < .05

(p-value = .020) และกลุ่มทดลองมีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนร้อยละ 61.5 (ซึ่งมากกว่าเป้าหมายที่กำหนดคือร้อยละ 50.0) และกลุ่มเปรียบเทียบเท่ากับร้อยละ 33.3 (ดังแสดงในตารางที่ 3 และตารางที่ 4 ตามลำดับ)

สำหรับพฤติกรรมสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มพบว่าในระยะหลังสิ้นสุดการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของผู้ช่วยเหลือหลักมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p-value = .006)

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบอัตราส่วนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนแรกระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

อัตราส่วนของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนแรก	กลุ่มทดลอง (n = 26)	กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 27)	Z-test	p-value
- อัตราส่วนผู้ที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนกับผู้ที่ไม่ได้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน	16:26 (0.615) ^a	9:27 (0.333) ^a	2.0563	.020*

หมายเหตุ a หมายถึง อัตราส่วน และ * หมายถึง p-value<0.05 (One-tailed)

การอภิปรายผล

กิจกรรมเสริมสร้างพลังอำนาจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนสามารถเพิ่มพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การรับรู้พลังอำนาจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และพฤติกรรมสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของผู้ช่วยเหลือหลักได้

จากการศึกษาด้านการรับรู้พลังอำนาจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งกิจกรรมประกอบด้วย การเสริมสร้างพลังอำนาจตามแนวทางของ Gibson³³ 4 ขั้นตอน ได้แก่ การค้นหาปัญหาและสถานการณ์ที่เป็นจริง การสะท้อนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ การตัดสินใจเลือกปฏิบัติที่เหมาะสม และการคงไว้ซึ่งการปฏิบัติที่เหมาะสม ให้มารดาได้ตัดสินใจและคงไว้ซึ่งการปฏิบัติจนกระทั่งถึงระยะหลังสิ้นสุดการทดลอง 6 เดือนหลังคลอด พบว่าในระยะสิ้นสุด

การทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้พลังอำนาจ สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งเมื่อพิจารณารายชื่อของคะแนนเฉลี่ยการรับรู้พลังอำนาจ ที่เพิ่มขึ้นของกลุ่มทดลองพบว่ามีมารดาเกิดความภูมิใจในตนเอง มารดามีความมั่นใจว่าตนเองสามารถที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้และทำได้สำเร็จ มั่นใจว่าสามารถแก้ไขปัญหาหากน้ำนมลดลงได้ หากมีคนชักจูงให้เลี้ยงลูกด้วยอาหารอย่างอื่นในช่วง 6 เดือนแรกก็จะไม่ปฏิบัติตาม และมั่นใจว่าตนเองสามารถทำสิ่งต่างๆ ได้ดีพอๆ กับแม่คนอื่น และมั่นใจว่าหากเด็นมคัดสามารถจัดการได้ เป็นต้น ซึ่งการเพิ่มขึ้นของการรับรู้พลังอำนาจพบว่าสัมพันธ์กับคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมสนับสนุนฯ ที่เพิ่มขึ้น ทำให้มารดามีความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ข้อมูลดังกล่าว

ตารางที่ 4 แสดงรายละเอียดข้อมูลการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ

รายละเอียด	กลุ่มทดลอง (n = 26)	ร้อยละ	กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 27)	ร้อยละ
จำนวนผู้ที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว	16	61.5	9	33.3
แยกรายละเอียดของผู้ที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว	(n = 16)		(n = 9)	
อาชีพ				
- ประกอบอาชีพ	5	31.2	5	55.6
- ไม่ได้ประกอบอาชีพ	11	68.8	4	44.4
สถานภาพสมรส				
- โสด/แยก	3	18.8	0	0.0
- สมรส/คู่	13	81.2	9	100.0
การอบรมเกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตร				
- เคยอบรม	11	68.8	6	66.7
- ไม่เคยอบรม	5	31.2	3	33.3
การอบรมเกี่ยวกับโรงเรียนพ่อแม่				
- เคยอบรม	11	68.8	2	22.2
- ไม่เคยอบรม	5	31.2	7	77.8
ผู้ช่วยเหลือในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่				
- ยาย	10	62.5	6	66.7
- ย่า	6	37.5	3	33.3
จำนวนผู้ที่ไม่ได้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว	10	38.5	18	66.7
แยกจำนวนของการไม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว	(n=10)		(n=18)	
ในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด				
- นมแม่ร่วมกับน้ำหรือนมผสม	5	50.0	7	38.9
- บ้วนอาหารอย่างอื่นเมื่อทารกอายุ 2 เดือน	1	10.0	1	5.5
- บ้วนอาหารอย่างอื่นเมื่อทารกอายุ 3 เดือน	1	10.0	4	22.2
- บ้วนอาหารอย่างอื่นเมื่อทารกอายุ 4 เดือน	2	20.0	3	16.7
- บ้วนอาหารอย่างอื่นเมื่อทารกอายุ 5 เดือน	1	10.0	3	16.7

แสดงถึงผลของกิจกรรมการเสริมสร้างพลังอำนาจของมารดาครั้งแรกในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน สามารถเพิ่มการรับรู้พลังอำนาจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของใจเกื้อ ระติสุนทร และคณะ²⁷ ที่ศึกษาผลของโปรแกรมการเสริมสร้างพลังใจต่อพฤติกรรมการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ ผลการวิจัยพบว่ามารดาวัยรุ่นกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากผลการศึกษาด้านพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยกิจกรรมได้ใช้แนวทางการเสริมสร้างพลังอำนาจตามแนวทางของ Gibson³³ ทั้ง 4 ขั้นตอน มาเป็นแนวทางในการดำเนินกิจกรรมตั้งแต่ก่อนมารดาคลอดเพื่อให้มารดาได้เตรียมความพร้อม โดยเริ่มการพูดคุยถึงปัญหาที่มารดาพบหรือรับทราบและที่อาจเกิดขึ้นกับตัวมารดาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน เพื่อค้นหาปัญหาและให้มารดาสะท้อนคิดเกี่ยวกับปัญหาที่เกิดขึ้น ผลกระทบและแนวทางแก้ไข โดยมีการสอดแทรกความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีการมอบคู่มือการเสริมสร้างพลังอำนาจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพื่อให้มารดานำไปศึกษาต่อที่บ้าน จากนั้นให้มารดามีส่วนร่วมตัดสินใจจากข้อมูลที่ได้รับและการเลือกแนวทางปฏิบัติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยมีการตัดสินใจตั้งแต่ต้นก่อนคลอดและเมื่อหลังคลอดมีการติดตามเยี่ยมบ้านและเสริมสร้างพลังอำนาจทั้ง 4 ขั้นตอน มีพูดคุยปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากสถานการณ์จริงและแนวทางแก้ไขก็จะยิ่งทำให้มารดามีความเชื่อมั่นในการปฏิบัติมากยิ่งขึ้น รวมทั้งให้กำลังใจมารดาให้มี

พลังใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากผู้วิจัย และให้มารดาคงไว้ซึ่งการปฏิบัติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ส่งผลให้มารดาเกิดความเชื่อมั่นและยืนยันในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือน ทำให้มารดามีพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ถูกต้องคือเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือนได้สำเร็จ ร่วมกับตั้งผู้ที่มีอิทธิพลที่คอยช่วยเหลือหลักในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรมในการสนับสนุนด้านสังคมทั้ง 4 ด้าน มีการให้ความรู้กับผู้ช่วยเหลือหลักเพื่อให้เกิดความเชื่อมั่นในการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือนแรก ส่งผลให้มารดาประสบความสำเร็จและอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยว 6 เดือนแรกเพิ่มขึ้น โดยผลการวิจัยพบว่าในระยะหลังสิ้นสุดการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยเมื่อพิจารณารายชื่อเกี่ยวกับคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของกลุ่มทดลองที่สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ ได้แก่ การไม่เครียด การสังเกตพฤติกรรมการกินนมของบุตร การให้ลูกดูดนมทุก 2-3 ชั่วโมงหรือดูดทุกครั้งตามที่ต้องการ การคงสภาพน้ำนม และมีการเก็บเตรียมบิบเก็บนมหากต้องออกไปทำธุระนอกบ้าน การให้กินนมแม่อย่างเดี่ยว ซึ่งเมื่อพิจารณาด้านคุณลักษณะของประชากรในส่วนที่จะส่งเสริมที่ทำให้มารดาประสบความสำเร็จ ได้แก่ การประกอบอาชีพโดยจะพบว่ามารดาส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพ ซึ่งทำให้มารดามีเวลาอย่างเพียงพอในการเลี้ยงดูบุตร สถานภาพสมรสส่วนใหญ่คือสมรส/คู่ ซึ่งการที่มีสามีอยู่ด้วยหากสามีสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก็จะเป็นปัจจัยส่งเสริมให้เกิดประสบความสำเร็จ

สำเร็จ การได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตร หรือเข้าร่วมโรงเรียนพ่อแม่ ซึ่งจะเป็นส่วนส่งเสริมให้มารดามีความรู้และความมั่นใจเพิ่มมากขึ้น (ดังแสดงในตารางที่ 4) ซึ่งเหตุผลส่วนใหญ่ของมารดาที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนนั้นเพราะเชื่อมั่นตามข้อมูลที่ได้รับทั้งจากที่ได้รับการอบรมและจากผู้วิจัย อีกทั้งมารดาที่มีความมุ่งมั่นตั้งใจในการปฏิบัติจึงเกิดความสำเร็จ ร่วมกับผู้ช่วยเหลือหลักเองมีความเชื่อมั่นจากข้อมูลที่ได้รับเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จึงส่งเสริมให้มีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวในช่วง 6 เดือนแรก ซึ่งจากข้อมูลที่กล่าวมาข้างต้นแสดงถึงผลของกิจกรรมการเสริมสร้างพลังอำนาจของมารดาครั้งแรกในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน สามารถเพิ่มพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ ส่วนมารดาที่ไม่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนนั้นมีหลายๆ เหตุผลด้วยกัน อาทิเช่น ทารกร้องไห้งอแงโดยเฉพาะช่วงเย็นผู้ช่วยเหลือหลักกลัวทารกหิวและสงสารทารกจึงแนะนำให้มารดาบิอนอาหารอื่นก่อนวัยอันควร การที่มารดามีปัญหา น้ำมน้อยผู้ช่วยเหลือหลักก็จะแนะนำให้บิอนนมผสม เป็นต้น โดยจะพบว่ามารดาจะเริ่มบิอนอาหารอื่นแก่ทารกตั้งแต่อายุ 2 เดือนขึ้นไป (ดังแสดงในตารางที่ 4) โดยการศึกษาวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ อภิรติ กิมพิทักษ์³⁶ ที่ศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมความสามารถของมารดาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาครั้งแรก ผลการวิจัยพบว่าคะแนนเฉลี่ยการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าระยะหลังคลอดก่อนกลับบ้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และมีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ร้อยละ 77.1

จากการศึกษาพฤติกรรมสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของผู้ช่วยเหลือหลักโดยกิจกรรมประกอบด้วยทำให้ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งเป็นแนวทางที่ใช้อยู่ในปัจจุบันคือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนแรก และมีการชี้แจงเหตุผลของการได้รับอาหารก่อนวัยอันควร เพื่อให้ผู้ช่วยเหลือหลักได้รับความรู้ที่มีเป็นปัจจุบันและเกิดความเชื่อมั่น รวมถึงมีความมั่นใจในการสนับสนุนให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนแรก ซึ่งพบว่าในระยะหลังสิ้นสุดการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของผู้ช่วยเหลือหลักสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และเมื่อพิจารณารายข้อพบว่าผู้ช่วยเหลือหลักจะให้กำลังใจมารดาหากมารดามีความเครียดหรือวิตกกังวล การรับฟังปัญหาและให้กำลังใจ การแนะนำการเข้าเต้าของทารก การให้คำแนะนำว่าหากทารกกินนมแม่จะทำให้ทารกฉลาดและแข็งแรง แนะนำถึงประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งเมื่อเปรียบเทียบกับคุณลักษณะของประชากรพบว่าผู้ช่วยเหลือหลักส่วนใหญ่คือ ยาย การที่มารดาได้อาศัยอยู่กับครอบครัวของตนเอง ทำให้มารดามีความอบอุ่นใจ ซึ่งหากเกิดปัญหาหรือต้องการความช่วยเหลือก็สามารถพูดคุยหรือแจ้งกับมารดาหรือยายได้เลย ซึ่งยายในฐานะมารดาก็จะดูแลและให้คำแนะนำบุตรสาวได้เป็นอย่างดีก็จะเป็นแรงผลักดันให้มารดาประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แสดงถึงผลของกิจกรรมการเสริมสร้างพลังอำนาจของมารดาครั้งแรกในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน สามารถเพิ่มพฤติกรรมการสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของผู้ช่วยเหลือหลักได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ

สุวรรณรัตน์ ระวีวรรณ³² ที่ได้ศึกษาผลของการเสริมพลังอำนาจมารดาหลังคลอดบุตรคนแรกและครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ผลการศึกษาพบว่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวสูงกว่าก่อนการส่งเสริมพลังอำนาจ

ข้อเสนอแนะ

จากผลการศึกษาที่สามารถเพิ่มพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนแรกได้ตามแนวทางการเสริมสร้างพลังอำนาจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ข้อเสนอแนะด้านการปฏิบัติการพยาบาล

1. ดึงผู้สนับสนุนหลักเข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรม โดยให้คำแนะนำตั้งแต่ก่อน

เริ่มดำเนินกิจกรรม ซึ่งจะช่วยให้มารดาประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2. ในการส่งเสริมให้มีการกระตุ้นให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องของเจ้าหน้าที่สาธารณสุข อาทิเช่น ขณะที่มารดาตามตรวจหลังคลอด หรือ ขณะพบบุตรมารับวัคซีน เพื่อที่จะได้กระตุ้นให้มีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง และยาวนานต่อไปเรื่อยๆ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับวิธีการแก้ไขปัญห ช่วงรอยต่อของการเริ่มให้อาหารอื่นก่อนวัยอันควร ในช่วงตั้งแต่ 2 เดือนเป็นต้นไป เพื่อหาวิธีการแก้ไขปัญหาและแนวทางการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนแรกต่อไป

เอกสารอ้างอิง

1. ศิราภรณ์ สวัสดิ์วร, กรรณิการ์ บางสายน้อย. ทำไม 6 เดือนแรกให้ลูกกินนมแม่อย่างเดียว [อินเทอร์เน็ต]. 2550 [เข้าถึงเมื่อ 8 ก.ย. 2558]. เข้าถึงได้จาก: <http://dlibrary.thaibreastfeeding.org/bitstream/handle>
2. UNICEF. The state of the world's children 2014 in numbers, every child counts revealing disparities, advancing children's rights New York [Internet]. 2014 [cited 2016 Jun 20]. Available from: http://www.unicef.org/sowc2014/numbers/documents/english/SOWC2014__In%20Numbers__28%20Jan.pdf
3. WHO. Exclusive breastfeeding [Internet]. 2015 [cited 2015 Sep 2]. Available from: http://www.who.int/elena/titles/exclusive__breastfeeding/en/

4. กระทรวงสาธารณสุข. ยุทธศาสตร์ ตัวชี้วัด และแนวทางการจัดเก็บข้อมูล กระทรวงสาธารณสุข ปีงบประมาณ พ.ศ. 2558 [อินเทอร์เน็ต]. 2557 [เข้าถึงเมื่อ 4 ก.ย. 2558]. เข้าถึงได้จาก: http://skmo.moph.go.th/sites/default/files/kpi58__update%20300957.pdf
5. กระทรวงสาธารณสุข. ระบบข้อมูลตัวชี้วัดสำคัญ (Key Performance Indicator) [อินเทอร์เน็ต]. 2561 [เข้าถึงเมื่อ 21 เม.ย. 2561]. เข้าถึงได้จาก: http://healthdata.moph.go.th/kpi/2556/Kpi-Detail.php?topic__id=10
6. WHO. Global nutrition targets 2025: policy brief series Geneva [Internet]. 2014 [cited 2018 Apr 30]. Available from: http://www.who.int/nutrition/publications/globaltargets2025__policybrief__overview/en/
7. UNICEF. Adopting optimal feeding practices is fundamental to a child's survival, growth and development, but too few children benefit [Internet]. 2017 [cited 2018 Apr 30]. Available from: <https://data.unicef.org/topic/nutrition/infant-and-young-child-feeding/>
8. สำนักงานสถิติแห่งชาติและองค์การยูนิเซฟแห่งประเทศไทย. การสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทย พ.ศ. 2558-2559 [อินเทอร์เน็ต]. 2559 [เข้าถึงเมื่อ 4 ก.ย. 2558]. เข้าถึงได้จาก: https://www.unicef.org/thailand/tha/Thailand__MICS__Full__Report__TH.pdf
9. คลังข้อมูลขอนแก่น. บทสรุปผู้บริหาร ข้อมูลพื้นฐานสำคัญของจังหวัดขอนแก่น ประจำปี พ.ศ.2557 [อินเทอร์เน็ต]. 2557 [เข้าถึงเมื่อ 4 ก.ย. 2558]. เข้าถึงได้จาก: <http://www.khonkaen.go.th/>
10. กุสุมา ชูศิลป์. โครงการวิจัยการศึกษาติดตามทารกตั้งแต่แรกเกิดถึงอายุ 2 ปี: ปัจจัยและผลลัพธ์ด้านสุขภาพของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน 2556: มุลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย [อินเทอร์เน็ต]. 2556 [เข้าถึงเมื่อ 4 ก.ย. 2558]. เข้าถึงได้จาก: <http://www.thaibreastfeeding.org/page.php?id=56>
11. Ehlal MS, Bener A, Abdulrahman HM. Protective effect of breastfeeding on diarrhea among children in a rapidly growing newly developed society. Turk J Pediatr 2009;51(6):527-33.
12. Biesbroek G, Bosch AA, Wang X, Keijsers BJ, Veenhoven RH, Sanders EA, Bogaert D. The impact of breastfeeding on nasopharyngeal microbial communities in infants. Am J Respir Crit Care Med 2014;190(3):298-308.

13. Hajeerhoy N, Nguyen PH, Mannava P, Nguyen TT, Mai LT. Suboptimal breastfeeding practices are associated with infant illness in Vietnam. *Int Breastfeed J* 2014;9:12.
14. Lamberti LM, Zakarija-Grkovic I, Fischer Walker CL, Theodoratou E, Nair H, Campbell H, Black RE. Breastfeeding for reducing the risk of pneumonia morbidity and mortality in children under two: a systematic literature review and meta-analysis. *BMC Public Health* 2013;13 Suppl 3:S18.
15. Ladomenou F, Moschandreas J, Kafatos A, Tselentis Y, Galanakis E. Protective effect of exclusive breastfeeding against infections during infancy: a prospective study. *Arch Dis Child* 2010;95(12):1004-8.
16. Hornell A, Lagstrom H, Lande B, Thorsdottir I. Breastfeeding, introduction of other foods and effects on health: a systematic literature review for the 5th Nordic Nutrition Recommendations. *Food Nutr Res* 2013;57.
17. Jwa SC, Fujiwara T, Kondo N. Latent protective effects of breastfeeding on late childhood overweight and obesity: a nationwide prospective study. *Obesity (Silver Spring)* 2014;22(6):1527-37.
18. Yan J, Liu L, Zhu Y, Huang G, Wang PP. The association between breastfeeding and childhood obesity: a meta-analysis. *BMC Public Health* 2014;14:1267.
19. Diallo FB, Bell L, Moutquin JM, Garant MP. The effects of exclusive versus non-exclusive breastfeeding on specific infant morbidities in Conakry. *Pan Afr Med J* 2009;2:2.
20. Quinn PJ, O'Callaghan M, Williams GM, Najman JM, Andersen MJ, Bor W. The effect of breastfeeding on child development at 5 years: a cohort study. *J Paediatr Child Health* 2001;37(5):465-9.
21. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. การสำรวจสถานการณ์ระดับสติปัญญา (IQ) และความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ในเด็กไทยระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 พ.ศ. 2559 [อินเทอร์เน็ต]. นนทบุรี: กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข; 2559 [เข้าถึงเมื่อ 4 ก.ย. 2558]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.doc.dmh.go.th/report/compare/iqeq.pdf>.

22. นิตยา โปสาวาท. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือนของหญิงหลังคลอด โรงพยาบาลคำม่วง อำเภอคำม่วง จังหวัดกาฬสินธุ์. วารสารวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพ 2552;2(2):15-29.
23. ชฎาภา ชัยสุวรรณ. อำนาจการทำนายของการสนับสนุนจากสามี ย้ายาย และพยาบาลต่อระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว [วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเด็ก]. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล; 2555.
24. มยุรา เรืองเสรี. การสนับสนุนทางสังคมและพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จนถึงอายุ 6 เดือนของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อ.เมือง จ.อุบลราชธานี. วารสารวิจัยสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี 2560;6(1):37-48.
25. Meedya S, Fahy K, Kable A. Factors that positively influence breastfeeding duration to 6 months: a literature review. Women Birth 2010;23(4):135-45.
26. ธาวิณี ชาญชัชวาล, ยุกต วิระจาศี, ชลิดา พุ่มพวง, ธนกร เชื้อมขุนทด, สุกานดา ลินเขียว. ปัจจัยที่มีผลต่อความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว อย่างน้อยหกเดือนของมารดาหลังคลอด โรงพยาบาลพระจอมเกล้าจังหวัดเพชรบุรี. 2552 [เข้าถึงเมื่อ 4 ก.ย. 2558]. เข้าถึงได้จาก: <http://www.phrachomkiao.go.th/hrd/reseaech/5.ปัจจัยที่มีผลต่อความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่.pdf>
27. ใจเกื้อ ระติสุนทร, สุภาพ ไทยแท้, อุไรวรรณ บวรธรรมจักร. ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างพลังใจต่อพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาและระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวของมารดาวัยรุ่น. วารสารเกื้อการุณย์ 2557;21(2):139-54.
28. อรทัย บัวคำ. ผลของโครงการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่ออัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 4 เดือน ในมารดาที่มีบุตรคนแรก: โรงพยาบาลอำนาจเจริญ [วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต การพยาบาลสุขภาพมารดาทารกแรกเกิดและสตรี]. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล; 2549.
29. Kupratakul J, Taneepanichskul S, Voramongkol N, Phupong V. A randomized controlled trial of knowledge sharing practice with empowerment strategies in pregnant women to improve exclusive breastfeeding during the first six months postpartum. J Med Assoc Thai 2010;93(9):1009-18.

30. Twisk WR. Applied longitudinal data analysis for epidemiology: a practical guide. England: Cambridge University; 2003.
31. ปิยาพร ลินธุ์โคตร. ผลของโปรแกรมเสริมสร้างพลังอำนาจในการให้นมแม่ ต่อการรับรู้ความสามารถของมารดา ปริมาณน้ำนม และการเปลี่ยนแปลงของน้ำหนักตัวในทารกเกิดก่อนกำหนด [วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2555.
32. สุวรรณรัตน์ ระวีวรรณ. การเสริมพลังอำนาจมารดาหลังคลอดบุตรคนแรกและครอบครัวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่. คณะพยาบาลศาสตร์: มหาวิทยาลัยขอนแก่น; 2556.
33. Gibson CH. The process of empowerment in mothers of chronically ill children. J Adv Nurs 1995;21(6):1201-10.
34. House JS. Work stress and social support. Reading. MA. Addison-Wesley;1981.
35. ปาริชาติ โรจน์พลากร-กัญช, ยุวดี ภาชา. สถิติสำหรับงานวิจัยทางการแพทย์และการใช้โปรแกรม SPSS for Window. กรุงเทพฯ: จุฑทอง; 2549
36. อภิรดี กินพิทักษ์ สุณีย์ ละกำป็น วิณา เทียงธรรม. ผลของโปรแกรมส่งเสริมความสามารถในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาครรภ์แรก. วารสารสาธารณสุขศาสตร์ 2554;41(2):135-148.