

A photograph showing a doctor in a white coat on the left, looking down at a baby. On the right, a mother is breastfeeding the same baby. The scene is intimate and focused on the interaction between the medical professional and the family.

Smart Doctors on Breastfeeding

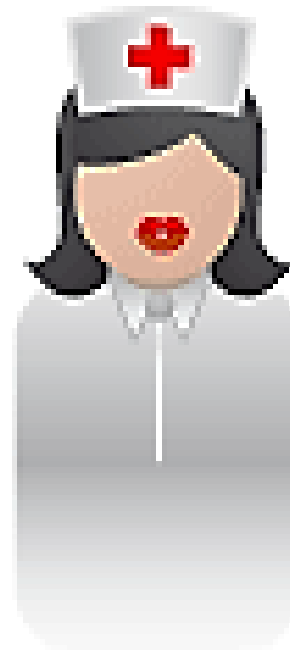
ศ.นพ.สุวชัย อินทรประเสริฐ

Smart Doctors

มีความรู้

ปฏิบัติถูกต้อง

เจตคติที่ดีต่อผู้ป่วย และครอบครัว



การสร้างแพทย์ที่ดี

- คัดเลือกนักศึกษาแพทย์
- หลักสูตรได้มาตรฐาน
- การเรียนการสอนที่เป็นระบบ
 - อาจารย์แพทย์
 - ผู้บริหาร
 - ทรัพยากรเพื่อการเรียนการสอน
- แพทยสภาตรวจสอบสถาบันฝึกอบรม

Holistic care

1. การสร้างเสริมสุขภาพ
2. การป้องกันปัญหาสุขภาพ
3. การตรวจคัดกรองก่อนเกิดโรค
4. การตรวจวินิจฉัย และดูแลความเจ็บป่วย
5. การฟื้นฟูสุขภาพ

การเลี้ยงดูด้วยนมแม่



ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ค่าน้ำนม

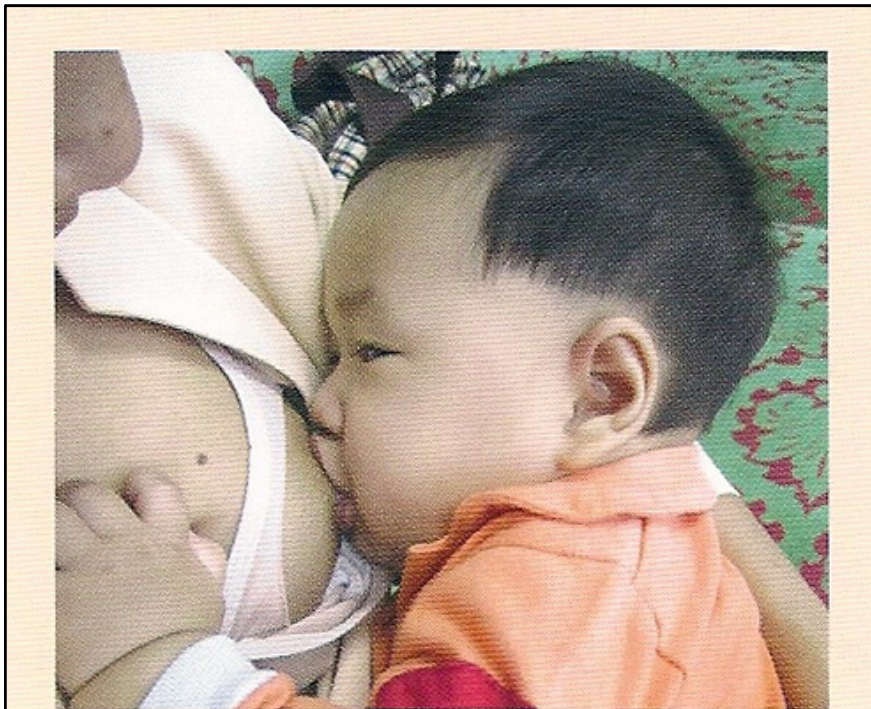
น้ำนมแม่สีขาวบริสุทธิ์ น้ำนมแม่ดีที่สุดกว่านมโตน
น้ำนมแม่สะอาดและปลอดภัย น้ำนมแม่คือสายใยความผูกพัน
หนึ่งหยดที่ล้นรินรสจากอกแม่ นั้นมีแต่ความรักความห่วงหา
ช่วยหล่อเลี้ยงลูกน้อยให้โตมา สุดล้ำเกินกว่าจะบรรยาย
นมแม่เป็นโครงการที่ดีแท้ ช่วยคุณแม่ลดภาระค่าใช้จ่าย
ทำงานไปบีนนมไปแสนสบาย ได้เลี้ยงกายเลี้ยงลูกผูกพัน

■ ต่อลูก

- ร่างกาย
- จิตใจ
- พัฒนาการ

■ ต่อแม่

ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่



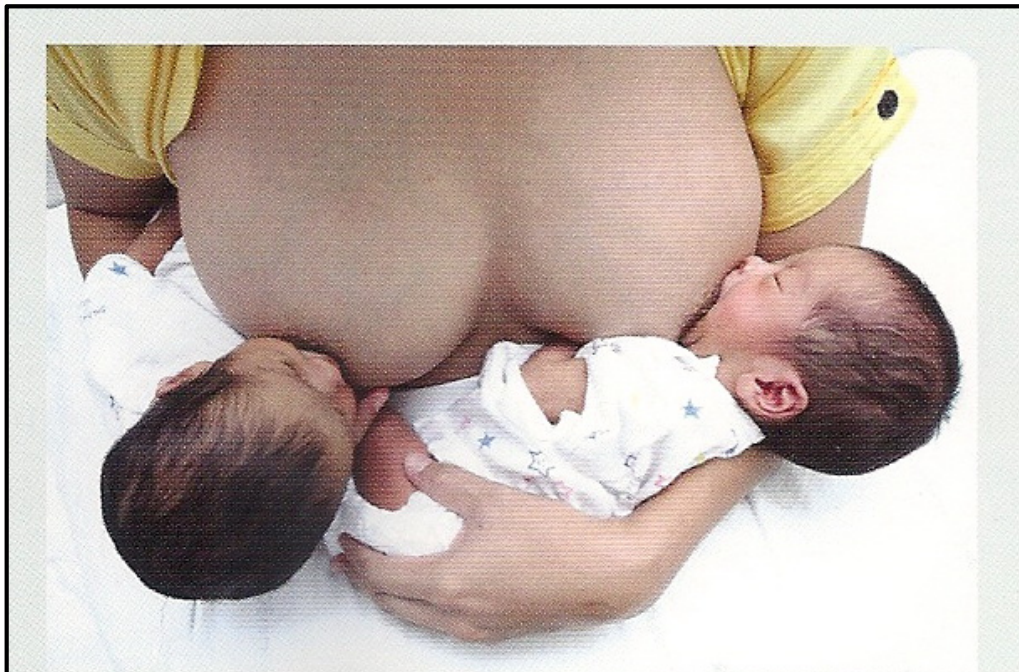
รูปที่ 1.1.37 เด็กอายุ 1 ปี กินนมแม่
(ท่าแม่มองลูก ปฏิสัมพันธ์แม่ลูก
ลูกจับเต้านม ตามองแม่)

■ ต่อลูก

- ร่างกาย
- จิตใจ
- พัฒนาการ

■ ต่อแม่

ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่



รูปที่ 3.3.4 การให้นมลูกแฝดสอง
ท่า football และ cradle

■ ต่อลูก

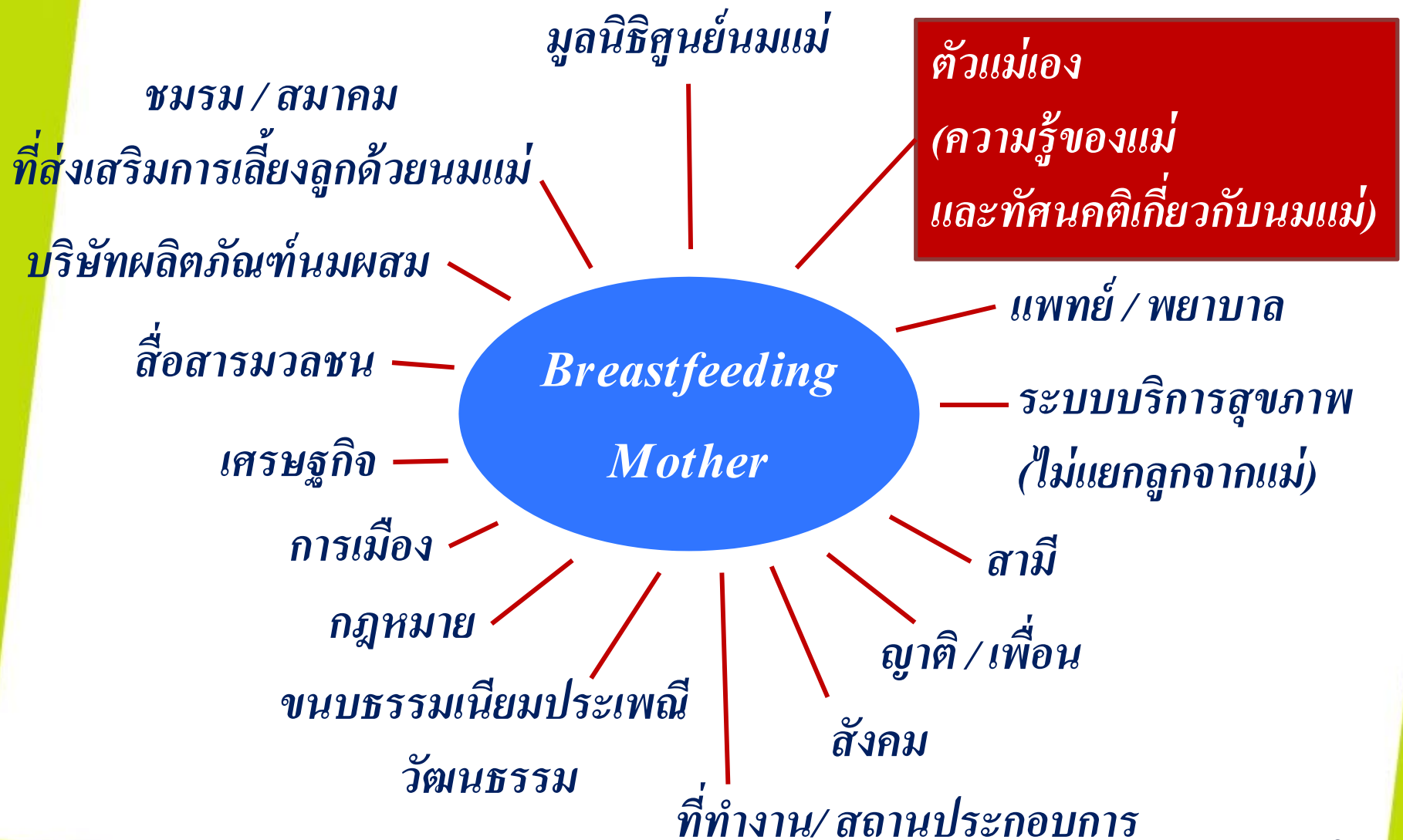
- ร่างกาย
- จิตใจ
- พัฒนาการ

■ ต่อแม่

ปัจจัยส่งเสริมให้เกิดการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่



ปัจจัยส่งเสริมให้เกิดการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่





มีความรู้เรื่องการให้ลูกดูดนมแม่อย่างถูกวิธี

ปัจจัยส่งเสริมให้เกิดการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่



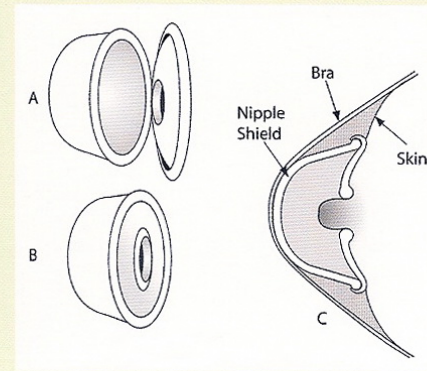
แก้ไขหัวนมบอด



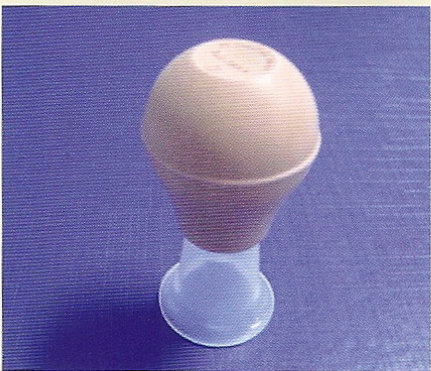
รูปที่ 2.1.40 ปทุมแก้วประกอบด้วยฝาพลาสติก 2 ชั้น



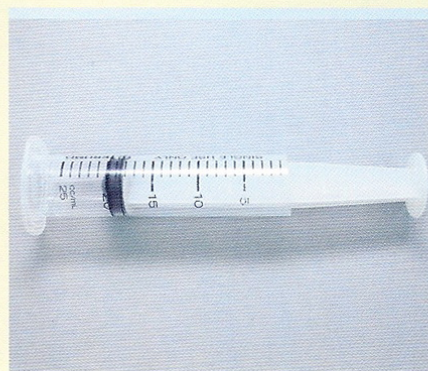
รูปที่ 2.1.41 ปทุมแก้วที่ประกบฝาเข้าด้วยกัน



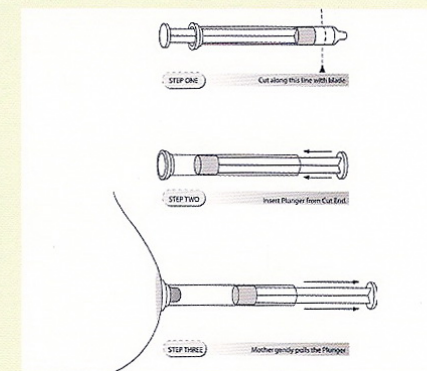
รูปที่ 2.1.42 แสดงวิธีใช้ปทุมแก้ว



รูปที่ 2.1.43 nipple puller



รูปที่ 2.1.44 syringe 20 ml



รูปที่ 2.1.45 วิธีทำและใช้ syringe puller



ช่วยแม่ให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จ

ปัจจัยส่งเสริมให้เกิดการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่



ให้ดูนมแม่ในชั่วโมงแรกหลังคลอด



รูปที่ 1.1.3 ลูกร้องทันทีที่แม่คลอด
เพื่อส่งสัญญาณการรอดชีวิต

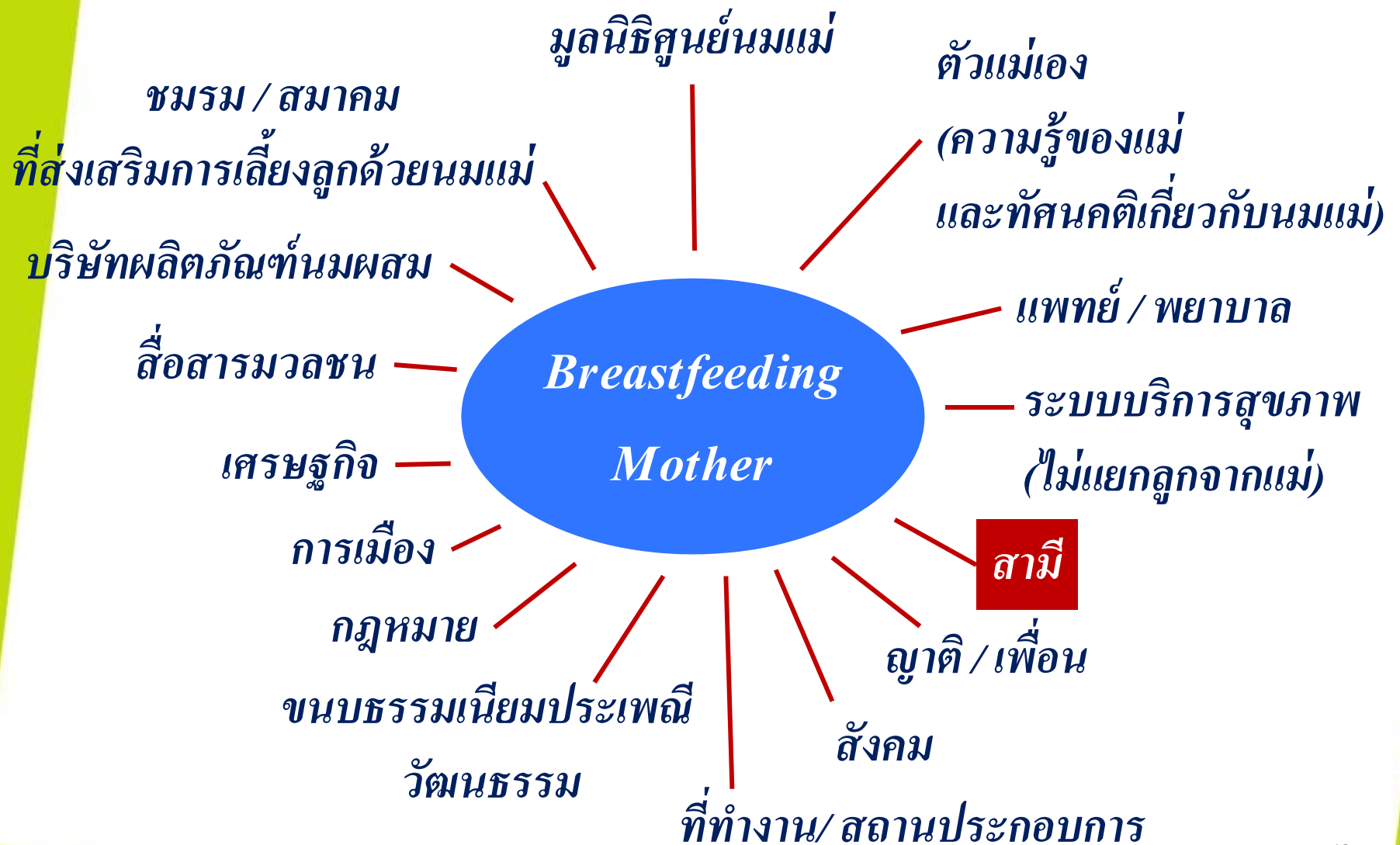


รูปที่ 1.1.4 ลูกสงบและอบอุ่น
เมื่อวางเนื้อแนบเนื้อบนหน้าอกแม่



รูปที่ 1.1.5 ลูกเริ่มคลานไปดูนมแม่
ด้วยสัญชาตญาณธรรมชาติ

ปัจจัยส่งเสริมให้เกิดการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่





เพราะงานที่ เขาก็เล่นมัลติมีเดียที่ครอบครัว ก็เกิดโอกาสที่แรงงานซึ่งเป็น "หัวหน้าครอบครัว" และอยู่ในสถานะแรงงานพ่อลูกอ่อนจะได้มีเวลาอยู่ช่วยภรรยาเลี้ยงลูกที่เพิ่งลืมตาโลกหมาดๆ นั้นมีน้อยมาก แต่นับเป็นโชคดีของพวกเขาที่สถานประกอบการหลายแห่งยินยอมให้ลาหยุดงานเพื่อไปช่วยภรรยาเลี้ยงลูกตั้งแต่เป็นทารกแรกเกิดได้ แม้ได้สิทธิลาหยุดเพียง 3-5 วันก็ถือเป็นช่วงเวลาอันแสนล้ำค่าของบรรดาแรงงาน "แฟมิลี่แมน" ทั้งหลายแล้ว

หนึ่งในนั้นก็คือ "พีดี" ประเทือง คงมัน คุณพ่อวัย 40 ปี พนักงานแผนกประกอบตัวรถ บริษัท ไทยฮอนด้า แมนูแฟคเจอร์ส จำกัด ผลิตรถจักรยานยนต์สำเร็จรูปยี่ห้อฮอนด้า เขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร ซึ่งบริษัทให้สิทธิพนักงานลาหยุดได้ 5 วันเพื่อไปช่วย "พีแมม" ยูภาพร คงมัน วัย 37 ปี พนักงานฝ่ายผลิต บริษัท ไทยแอร์ไวร์ จำกัด จ.สมุทรปราการ ผลิตสายไฟฟ้าและหน้าปัดรถยนต์

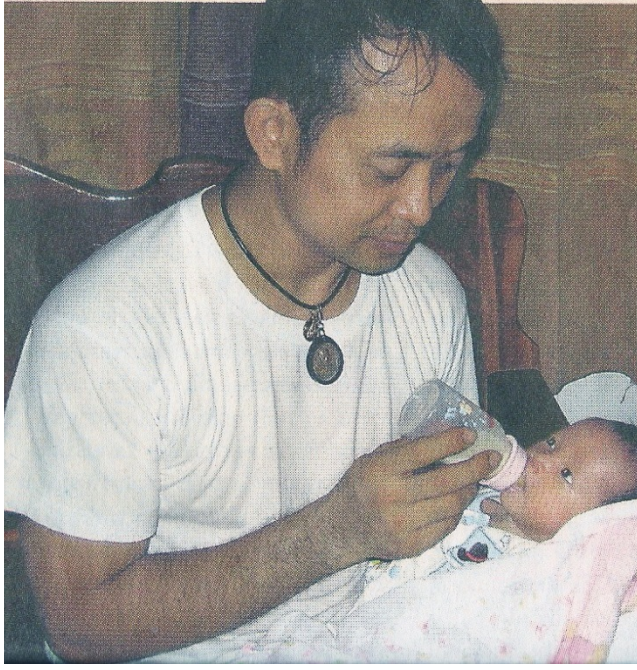
เขาเริ่มเอา เกจีสถนอง 2 รอบเพื่อแบบรูปหน้าทีคู่วิดีโอที่ ดี ช่วยภรรยาเลี้ยงลูกทั้งช่วงที่ช่วยภรรยาเลี้ยงลูก ทั้งช่วงที่ ลูกชายคนโต "น้องพีร์ส" สุวพงษ์ ซึ่งปัจจุบันเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเทพศิรินทร์ สมุทรปราการ ที่คลอดเมื่อปี 2540 และ ลูกชายคนเล็ก "น้องภูมิ" ศุภวิชญ์ ที่เพิ่งลืมตาโลกเมื่อเดือนมีนาคม 2556

พีดี เล่าว่า การที่ บริษัท ไทยฮอนด้า แมนูแฟคเจอร์ส จำกัด ให้สิทธิพนักงานลาหยุดได้ 5 วัน เพื่อไปช่วยภรรยาที่เพิ่งคลอดเลี้ยงลูกนั้นเริ่มมาตั้งแต่



พ่อลูกอ่อนเฮ!!!

ลาหยุดช่วยเมียเลี้ยงลูก



บริษัทแห่งนี้ก่อตั้งขึ้นในเขตลาดกระบัง เมื่อปีพ.ศ. 2535 (20 ปี) ซึ่งเป็นปีแรกที่เขาเริ่มงานกับบริษัทแห่งนี้ โดยพนักงานได้รวมตัวกันยื่นข้อเรียกร้องผ่านสหภาพแรงงานและบริษัทให้การตอบรับเป็นอย่างดี โดยให้สิทธิพนักงานประจำลาหยุดได้ 5 วัน จะหยุดติดกันหรือลาหยุดเป็นช่วงๆ จนครบ 5 วันก็ได้โดยไม่หักเงินเดือนในวันที่ลาหยุด

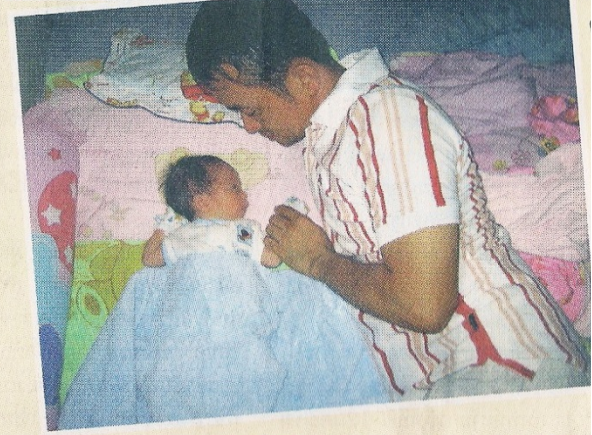
หนุ่มแฟมิลี่แมนคนนี้มีภรรยาที่ประสบการณช่วง 5 วันที่ลาหยุดเพื่อ



แมม" ภรรยา สุดที่รักเลี้ยงลูกอ่อน ตั้งแต่ลูกชายคนโตมาจนถึงลูกชายคนเล็ก โดยวันแรกซึ่งเป็นวันที่ภรรยาจะคลอดลูกโดยวิธีผ่าตัดคลอด เขาก็ไปเฝ้าที่โรงพยาบาล กระทั่งภรรยาคลอดลูกมานอนห้องพักฟื้นเป็นเวลา 3 วัน แต่ละวันพยาบาลจะนำลูกจากห้องทารกมาที่ห้องพักฟื้นเพื่อติมนมแม่ เขาก็ช่วยอุ้มลูกไปติมนมแม่และอุ้มลูกพาดบ่าเพื่อให้ลูกเรอ หลังจากนั้นก็ช่วยเช็ดตัว เปลี่ยนเสื้อผ้าให้ภรรยา และคอยพุงภรรยาพาไปเข้าห้องน้ำ โดยเขาได้นอนคืนละประมาณ 3 ชั่วโมง



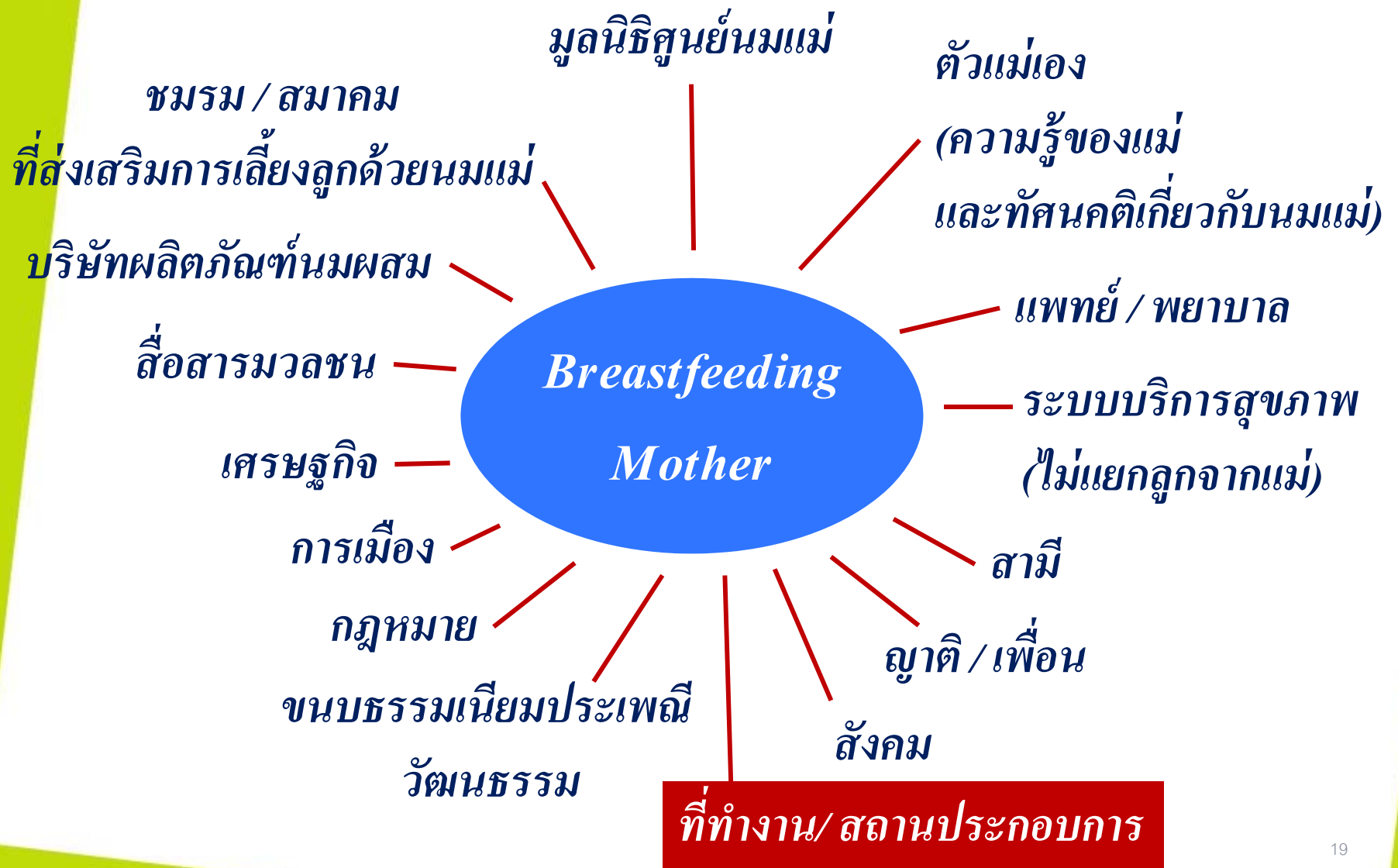
มาด้วยกัน ทำให้และผูกพันกันมา ถ้าเป็นไปได้ การต่างๆ ให้โอกาสเพื่อช่วยภรรยาเลี้ยงหน่วยงานราชการ แผลจะแห้งสนิท ก็ต้องใช้เวลา 5 วันก็ต้องขอเจอรัง จำกัด ชีวิตครอบครัวของการทำหาไม่ต่าง และอันใจยาวคอยดูแลเอาใจเลี้ยงลูก เมื่อ



ขวดนม ต้มขวดนม เปลี่ยนผ้าอ้อมให้ลูกซักและตากผ้าอ้อมลูก ช่วยหยิบของและพุงภรรยาเข้าห้องน้ำ รวมทั้งนอนเฝ้าลูกและภรรยาเพราะลูก

ไม่น่าเชื่อว่า จะช่วยเสริมสร้างสายใยรักให้แก่

ปัจจัยส่งเสริมให้เกิดการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่



มูมนมแม่ในสถานประกอบการ









รูปที่ 5.2.1 การเก็บรักษาน้ำนมใน
กระติกที่มีน้ำแข็งเต็ม



รูปที่ 5.2.2 การเก็บรักษาน้ำนมใน
กระเป๋าเก็บน้ำนมที่มีก้อนทำความเย็น



รูปที่ 5.2.3 การเก็บรักษาน้ำนมใน
กล่องโฟมที่มีน้ำแข็งเต็ม



รูปที่ 5.2.4 การเก็บน้ำนมในช่องแช่แข็ง
ของตู้เย็น 2 ประตู



รูปที่ 5.2.5 การเก็บน้ำนมในตู้เย็น
ชนิดแช่แข็ง (deep freezer)

ระยะเวลาการเก็บน้ำนม

วิธีการเก็บ	ระยะเวลาที่เก็บได้
เก็บที่อุณหภูมิห้อง (>25 องศาเซลเซียส)	1 ชั่วโมง
เก็บที่อุณหภูมิห้อง (<25 องศาเซลเซียส)	4 ชั่วโมง
เก็บในกระติกน้ำแข็ง	1 วัน
เก็บที่ตู้เย็นช่องธรรมดา	2-5 วัน
เก็บที่ตู้เย็นช่องแช่แข็ง (แบบประตูเดียว)	2 สัปดาห์
เก็บที่ตู้เย็นช่องแช่แข็ง (แบบประตูแยก)	3 เดือน

รูปที่ 5.2.6 ตารางระยะเวลา
การเก็บรักษาน้ำนมแม่



รูปที่ 5.2.7-5.2.9 การบีมนมที่โต๊ะทำงานโดยใช้ผ้าคลุม ช่วยให้แม่บีมนมไปด้วยและทำงานไปด้วย

การเลี้ยงดูด้วยนมแม่ให้สำเร็จ

ต้องเริ่มที่โรงพยาบาล

ครูแพทย์ / ครูพยาบาล



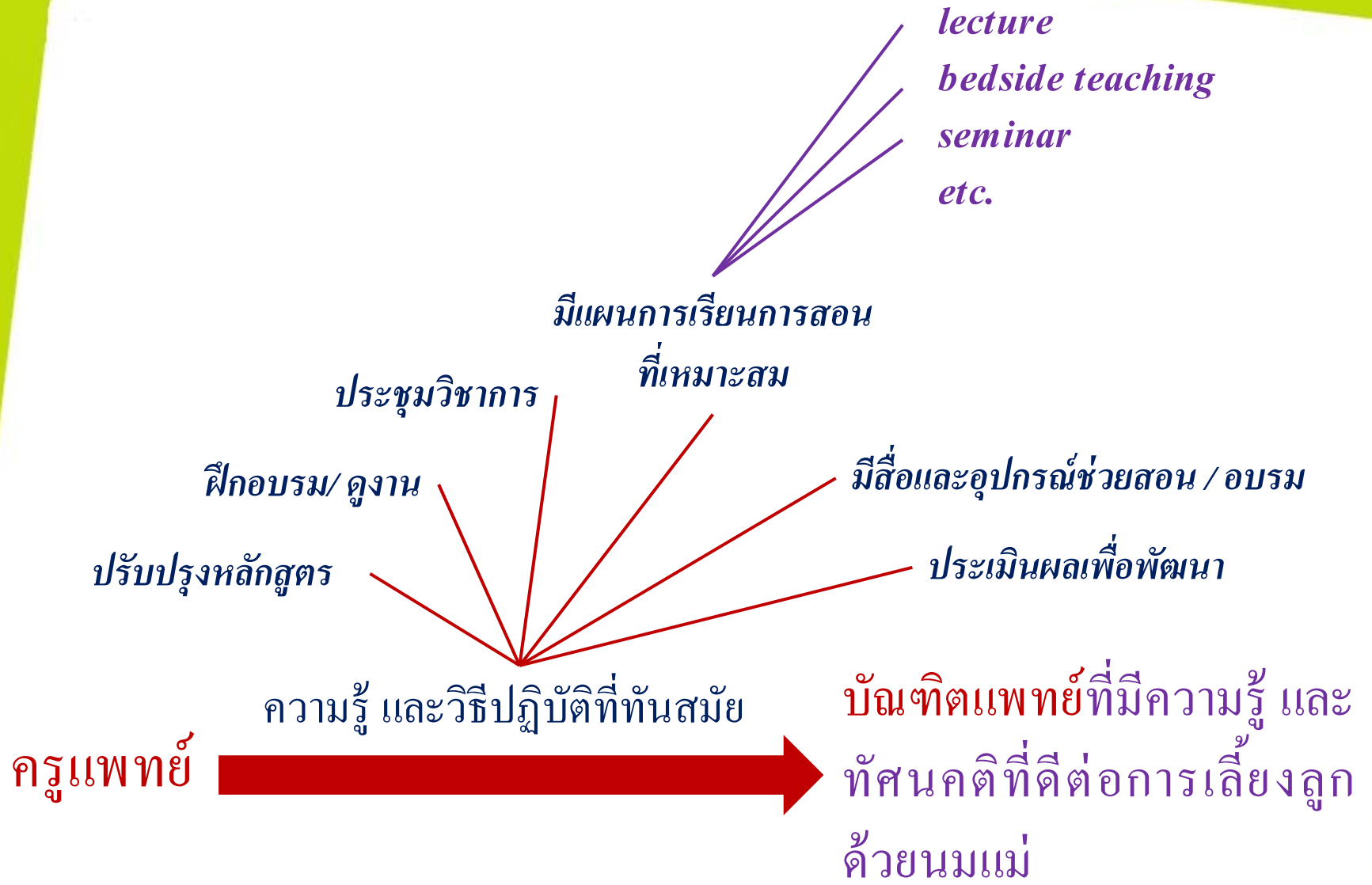
บุคลากรทางการแพทย์ มีความรู้
ความสามารถ และมีเจตคติที่ดี
ช่วยให้สตรีหลังคลอด
เลี้ยงดูด้วยนมแม่ได้สำเร็จ



เมื่อกลับบ้าน ได้รับการส่งเสริม
สนับสนุน จากสามี ครอบครัว
และชุมชน

โครงการพัฒนาการจัดการเรียนการสอน การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ในสถาบันผลิตแพทย์

- พัฒนาอาจารย์ สูติแพทย์ และกุมารแพทย์






Breastfeeding Advocacy and Practice: Advanced Course for Medical Doctors

14-18 September 2009

Radisson Hotel Bangkok, Thailand





unicef 

Infant Feeding Consortium c.i.c

**Breastfeeding Advocacy and Practice:
Advanced Course for Medical Doctors**
14-18 September 2009
Radisson Hotel Bangkok, Thailand


สสส. 



โครงการพัฒนาการจัดการเรียนการสอน การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ในสถาบันผลิตแพทย์

- พัฒนาอาจารย์ สูติแพทย์ และกุมารแพทย์
- ผลักดันให้แพทยสภา เพิ่มเกณฑ์ความรู้ความสามารถของ
บัณฑิตแพทย์



ประกาศแพทยสภา ที่ 12/2555

เรื่อง เกณฑ์ความรู้ความสามารถในการประเมินเพื่อรับใบอนุญาต
เป็นผู้ประกอบวิชาชีพเวชกรรม พ.ศ.2555

(Medical Competency Assessment Criteria for National License 2012)

ความรู้ความสามารถทางวิชาชีพ และทักษะ

ให้คำแนะนำที่เหมาะสมเพื่อความมีสุขภาพดีแก่บุคคลตามวัย
และสถานะต่างๆ ตั้งแต่ทารกในครรภ์ ทารกแรกเกิด วัยก่อนเข้าเรียน ...
..... หญิงมีครรภ์ วัยสูงอายุ

Infancy and childhood

- *infant feeding and breast-feeding*
- *well-baby care, well child care including
breast-feeding guidance*

Adulthood

- *lactating mother*

กลุ่มโรคและกลุ่มอาการที่ต้องรู้

- *mastitis, breast abscess*
- *breast infection associated with childbirth*
- *disorders of breast and lactation associated with childbirth*
- *Perinatal jaundice (Breastfeeding jaundice, Breastmilk jaundice)*

สุขภาพและการสร้างเสริมสุขภาพ

การดูแลรักษา ป้องกัน สร้างเสริมสุขภาพ และฟื้นฟู
สภาพที่สถานพยาบาลรวมถึงการส่งเสริมโภชนาการ การอนามัย
แม่และเด็ก การส่งเสริมและ**การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่** การวางแผน
ครอบครัว

โครงการพัฒนาการจัดการเรียนการสอน การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ในสถาบันผลิตแพทย์

- พัฒนาอาจารย์ สูติแพทย์ และกุมารแพทย์
- ผลักดันให้แพทยสภา เพิ่มเกณฑ์ความรู้ความสามารถของบัณฑิตแพทย์
- จัดทำแผนการเรียนการสอน
- ผลิตสื่อ

สื่อ และอุปกรณ์การเรียนการสอน

- ตำรา
- ภาพพลิก
- *PowerPoint*
- *VDO*
- *CAI*
- อุปกรณ์การสอนข้างเคียง หุ่น และอุปกรณ์สอนแสดง
ฯลฯ





โครงการพัฒนาการจัดการเรียนการสอน การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ในสถาบันผลิตแพทย์

- พัฒนาอาจารย์ สูติแพทย์ และกุมารแพทย์
- ผลักดันให้แพทยสภา เพิ่มเกณฑ์ความรู้ความสามารถของ
บัณฑิตแพทย์
- ผลิตสื่อ
- เยี่ยมสถาบันเพื่อรับทราบปัญหา และหาทางช่วยเหลือแก้ไข



*Smart Doctors on
Breastfeeding
2014 →*