



www.thaibreastfeeding.com



“การได้อบกอดลูก

และหรือดูดนมแม่โดยเร็วจะก่อให้เกิด
กระแสความรัก ความผูกพันที่มี
คุณภาพสูง”

ศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย

อาคารสถาบันฯ ชั้น 11 สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี
420/8 ถนนราชวิถี เขตราชเทวี กทม. 10400
โทรศัพท์ 02-354-8333 ต่อ 5220 โทรสาร 02-354-8409
e-mail : tbc2547@yahoo.com

ทำไม

ต้องให้แม่ได้อบกอดลูก
และหรือ ดูดนมแม่
ตั้งแต่ออยู่ในห้องคลอด

ทำไม ต้องให้แม่โอบกอดลูก และหรือ ดูดนมแม่ตั้งแต่อยู่ในห้องคลอด

💧 การได้โอบกอดลูก และหรือ ดูดนมแม่โดยเร็ว ในช่วงเวลา พิเศษนี้

จะก่อให้เกิดกระแสความรัก ความผูกพันที่มีคุณภาพสูง เกิดผลดีต่อแม่และลูก

1. แม่มีการหลั่งของ ฮอร์โมนแห่งความรักตามธรรมชาติ (oxytocin) เร็วขึ้น ช่วยให้
 - ความรู้สึกของความเป็นแม่ เกิดขึ้น เกิดความรักลูก เป็นห่วงอยากดูแลลูก ไม่อยากทิ้งลูก
 - ช่วยให้มีดลูกหดรัดตัว ลดการเสียเลือด
2. ป้องกันไม่ให้ลูกตัวเย็น เพราะไอน์จากตัวแม่โดยตรง
3. ลูกจะมีสมดุขของระดับน้ำตาล ความเป็นกรดต่างดีกว่า

4. ฮอร์โมน สร้างน้ำนม (โพรแลคติน) จะถูกกระตุ้นให้ทำงาน ช่วยให้น้ำนมมาเร็ว ถ้าไม่เริ่มดูดกระตุ้นในระยะนี้ น้ำนมจะมาช้า กินเวลาเป็นวัน

💧 ทำอย่างไร

- บอกคุณหมอ และคุณพยาบาล ตั้งแต่ตอนมาฝากท้องว่า ต้องการให้น้ำลูกมาให้แม่ได้โอบกอด และดูดนมแม่บนเตียงคลอด หรือภายใน 1 ชั่วโมงแรกหลังเกิด
- การโอบกอด ควรเป็นแบบเนื้อแนบเนื้อ แม่ลูกยังดูดนมแม่ไม่ได้ ก็ไม่ต้องกังวล เพราะเพียงการโอบกอดก็เป็นการเริ่มต้นที่ดีที่สุดแล้ว
- ในระยะนี้ น้ำนมมักจะยังไม่มี การให้ลูกดูดนมแม่ จะช่วยกระตุ้นให้น้ำนมแม่มาเร็วขึ้น

“การโอบกอด ควรเป็นแบบเนื้อแนบเนื้อ แม่ลูกยังดูดนมแม่ไม่ได้ ก็ไม่ต้องกังวล เพราะเพียงการโอบกอดก็เป็นการเริ่มต้นที่ดีที่สุดแล้ว”