



[www.thaibreastfeeding.org](http://www.thaibreastfeeding.org)

[www.facebook.com/Thaibf](https://www.facebook.com/Thaibf)

### มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย

อาคาร 904 ศูนย์การแพทย์และอนามัยในพระองค์ ชั้น 3

ถนนสุขุทัย แขวงดุสิต เขตดุสิต กทม. 10300

โทร/แฟกซ์ 0-2241-7988

### มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย

อาคารสถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี ชั้น 11

420/8 ราชวิถี เขตราชเทวี กทม. 10400

โทร. 0-2354-8404 แฟกซ์. 0-2354-8409

“สิทธิลาคลอด”

โอกาสทองของ

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

# “สิทธิลาคลอด”

## โอกาสทองของ

### การเลี้ยงลูกด้วย “นมแม่”

ปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำเร็จ นอกจากความรักและความตั้งใจจริงของแม่แล้ว “กำลังใจ และการสนับสนุนจากพ่อ” ก็สำคัญไม่น้อยไปกว่ากัน

การเลี้ยงลูกเพียงลำพังในช่วงนี้ สร้างความเหน็ดเหนื่อยอ่อนล้าและส่งผลต่อความเครียดได้ง่าย โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงระดับฮอร์โมนในร่างกายหลังคลอด ส่งผลให้แม่เกิดภาวะซึมเศร้าหลังคลอดได้ง่ายขึ้น ภาวะต่างๆ เหล่านี้ล้วนส่งผลต่อการผลิตน้ำนมแม่และทำให้แม่ล้มเลิกความตั้งใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามมาได้

อย่างไรก็ตาม ในทางกลับกัน หากในช่วงตั้งต้นของชีวิตแม่ มี “พ่อ” คอยดูแลอยู่ใกล้ๆ และช่วยแบ่งเบาหน้าที่ในการดูแลลูกในบางเวลาเพื่อให้แม่ไม่เหนื่อยล้าจนเกินไป ได้มีเวลาพักผ่อนอย่างเต็มที่ และไม่ต้องเผชิญปัญหาเพียงลำพังนี้เองที่ช่วยปลดล็อกให้ร่างกายผลิตน้ำนมได้มากขึ้น รวมทั้งพ่อลูกได้ใกล้ชิดผูกพันกันมากขึ้น “พ่อ” จึงเป็นคนสำคัญที่ช่วยสนับสนุน “แม่” ให้สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างราบรื่น และกฎหมายก็ได้ให้ “สิทธิลาคลอด” แก่พ่อแม่แล้ว



## สิทธิการลาคลอดที่พ่อแม่พึงได้

### ข้าราชการ

คุณแม่	คุณพ่อ
<ul style="list-style-type: none"><li>• ลาคลอดบุตรได้ 90 วัน โดยนับรวมวันหยุดที่มีในระหว่างลาคลอด และได้รับเงินเดือนตามปกติ</li><li>• กรณีที่มีความประสงค์จะลากิจส่วนตัวเพื่อเลี้ยงดูบุตรให้มีสิทธิลาต่อเนื่องได้ไม่เกิน 150 วันทำการ โดยไม่มีสิทธิได้รับเงินเดือนระหว่างลาและไม่มีสิทธิเลื่อนขั้น - เงินเดือน</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• ลาเพื่อช่วยภรรยาโดยขอด้วยกฎหมายเลี้ยงดูบุตรได้ติดต่อกันไม่เกิน 15 วัน โดยนับรวมวันหยุดที่มีในระหว่างวันลา และได้รับเงินเดือนตามปกติ</li></ul>

### ภาคเอกชน

คุณแม่	คุณพ่อ
<ul style="list-style-type: none"><li>• ลาคลอดบุตรได้ 90 วัน โดยนับรวมวันหยุดที่มีในระหว่างลาคลอด</li><li>• การลากิจเพื่อเลี้ยงดูบุตรต่อเนื่องขึ้นอยู่กับข้อบังคับ และดุลพินิจของนายจ้าง</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• ประกาศกระทรวงแรงงาน เรื่องขอความร่วมมือสถานประกอบการอนุญาตให้ลูกจ้างลาไปช่วยเหลือภรรยาที่คลอดบุตร ได้ติดต่อกันไม่เกิน 15 วัน (ขึ้นอยู่กับดุลพินิจของนายจ้าง)</li></ul>

## การรับรู้และเข้าถึงสิทธิในการลาคลอดของ “พ่อ” และ “แม่”

### จึงนับเป็นจุดตั้งต้นสำคัญที่จะช่วยเติมเต็มโอกาส

### การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จยิ่งขึ้น

#### ข้อมูลเพิ่มเติม

- กองการเจ้าหน้าที่/ ฝ่ายทรัพยากรบุคคล ของต้นสังกัด
- กรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน สายด่วนเพื่อผู้ใช้แรงงาน 1546