

# การประชุมวิชาการ นมแม่แห่งชาติครั้งที่ 5

จัดโดย . . .

มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย



โดย

รองศาสตราจารย์ ดร. สุสัณหา ยิ้มแย้ม  
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

## การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ กับ การวิจัย



จากงานประจำ . . . สู่งานวิจัย

# ทำไมต้องทำวิจัย

- ▶ แม้ว่าประเทศไทยได้มีการส่งเสริมให้มีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง แต่สถิติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวของไทยยังคงต่ำกว่าของประเทศอื่น ๆ ทั่วโลกอยู่มาก (12.3% VS 39%)



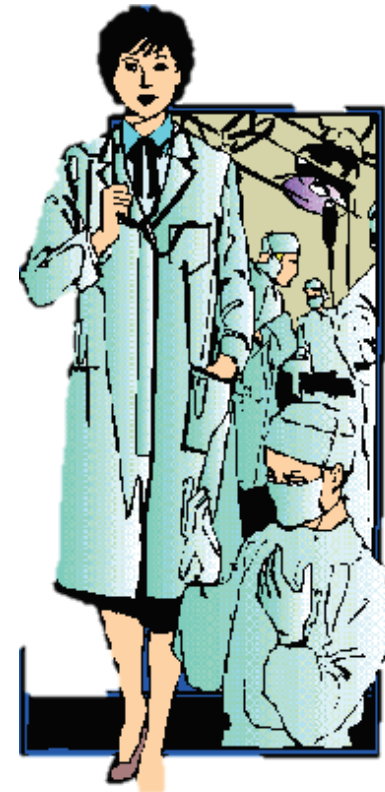
- ▶ บุคลากรสุขภาพเป็นผู้ที่สำคัญผู้หนึ่ง ที่จะช่วยส่งเสริมสนับสนุน เพื่อให้แม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ประสบความสำเร็จ อันจะเกิดประโยชน์ต่อสุขภาพแม่และลูกได้ โดยอาศัยกระบวนการในการนำความรู้ความสามารถมาใช้

- ▶ **Systematic review 1990-2005:** การสนับสนุนช่วยเหลือจากบุคลากรสุขภาพยังไม่มีคุณภาพเท่าที่ควร เนื่องจากบุคลากรสุขภาพยังขาดความรู้ที่ทันสมัย ขาดทักษะในการดูแลและการให้การปรึกษา รวมทั้งขาดความเข้าใจในความต้องการของแม่ที่แท้จริง



# ทำไมต้องทำวิจัย

- การวิจัยเป็นเครื่องมือ/วิธีการหนึ่งที่จะช่วยให้เราได้รับความรู้ที่ทันสมัย ความเข้าใจในเรื่องศึกษามากขึ้น รวมทั้งได้ทักษะเพิ่มขึ้น (โดยเฉพาะ action research)
- การวิจัยไม่ใช่เป็นเรื่องที่ยุ่งยาก หากเราได้เรียนรู้ เข้าใจ และได้ทดลองนำมาใช้ในทางตรงกันข้ามการวิจัยช่วยให้ทำงานประจำได้อย่างสนุก ไม่น่าเบื่อกับการงานที่ซ้ำซากแต่ไม่ได้ผลเท่าที่ควร



การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับการวิจัย: จากงานประจำ . . . สู่งานวิจัย



# กระบวนการวิจัย

☛ เป็นกระบวนการการค้นคว้าเพื่อแสวงหาข้อเท็จจริง หรือหาความรู้ใหม่ เพื่อนำไปตั้งทฤษฎี และเพื่อหาแนวทางปฏิบัติ โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเป็นกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ มีขั้นตอนดังนี้

1. กำหนดปัญหาและขอบเขตของปัญหา

วัตถุประสงค์ คำถามการวิจัย และสมมุติฐานการวิจัย

2. ทบทวนเอกสารที่เกี่ยวข้อง & กำหนดกรอบแนวคิดการวิจัย

3. ดำเนินงานวิจัย เลือกวิธีการวิจัย ประชากร & กลุ่มตัวอย่าง  
ตัวแปร & วิธีวัดตัวแปร รวบรวม & วิเคราะห์ข้อมูล

4. นำเสนอผลการวิจัยและการอภิปรายผล

5. สรุปผลและข้อเสนอแนะ การนำไปใช้



ที่สำคัญ => การเผยแพร่ผลงาน (ตีพิมพ์ในวารสาร & นำเสนอที่ประชุม)  
และการนำไปใช้



การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับการวิจัย: จากงานประจำ . . . สู่งานวิจัย



# ทำไมต้องทำวิจัย

## ตั้งคำถาม

- สังเกตสถานการณ์ ปัญหา การปฏิบัติงานประจำ
- การอ่าน การทบทวนปัญหา

## ค้นหาคำตอบ

- มุมมองใหม่
- ไตร่ตรองอย่างรอบด้านและมีวิจารณ์ญาณ

## การพัฒนา

- ตนเองสนุกกับงาน ไม่จำเจ ความเชื่อมั่น ภูมิใจในผลงาน
- พัฒนางานที่มีประสิทธิภาพ & ประสิทธิภาพ



การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับการวิจัย: จากงานประจำ . . . สู่งานวิจัย

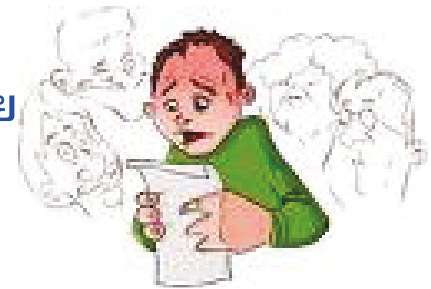


# ปัญหาการวิจัย

สถานการณ์ที่มีประเด็นที่น่าสนใจ อยู่ในความสนใจของผู้วิจัย ที่ผู้วิจัยต้องการหาคำตอบ หรือแก้ไขปรับปรุงให้สถานการณ์ดีขึ้น

## แหล่งที่มาของปัญหาการวิจัย

- ❑ ประสบการณ์ของผู้วิจัย (experience) และสถานการณ์ (situation)
- ❑ การอ่านรายงานวิจัย วิทยานิพนธ์ dissertation abstract หนังสือ ตำรา วารสาร สิ่งตีพิมพ์ต่าง ๆ หรือแหล่งข้อมูลต่าง ๆ
- ❑ การประชุมวิชาการ สัมมนาทางวิชาการ
- ❑ แนวคิด ทฤษฎี ทั้งทฤษฎีทางการแพทย์หรือสาขาวิชาที่เกี่ยวข้อง
- ❑ แหล่งภายนอกอื่น ๆ
  - การสนทนากับผู้รู้ ผู้เชี่ยวชาญ ผู้มีประสบการณ์ทางการวิจัย
  - แหล่งทุนวิจัย
  - องค์กรหรือหน่วยงานที่สังกัด



การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับการวิจัย: จากงานประจำ . . . สู่งานวิจัย



# BF Promotion



## BF Intention

During  
pregnancy

## BF Initiation

During Labor &  
Postpartum at  
Hospital

## continuing BF

During  
Postpartum at  
home &  
workplace



การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับการวิจัย: จากงานประจำ . . . สู่งานวิจัย



# การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระยะตั้งครรภ์ (คลินิกฝากครรภ์)

## วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างความตระหนักให้กับสตรีตั้งครรภ์และครอบครัวเพื่อให้มีทัศนคติเชิงบวกต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. เพื่อเตรียมความพร้อมของสตรีตั้งครรภ์ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ

## เป้าหมาย

1. สตรีตั้งครรภ์มีความรู้ความเข้าใจความสำคัญในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. สตรีตั้งครรภ์มีความตระหนักในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
3. สตรีตั้งครรภ์มีการตัดสินใจตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่





## BF promotion at ANC



การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับการวิจัย: จากงานประจำ . . . สู่งานวิจัย



## การเตรียมตัวครรภ์เพื่อเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

BF knowledge  
& BF attitude

Family  
participation

BF Intention



สามี



ย่า/ยาย



การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับการวิจัย: จากงานประจำ . . . สู่งานวิจัย

การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระยะคลอดและหลังคลอด 2 ชั่วโมงแรก

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างความตระหนักของแม่ถึงความสำคัญของการให้แม่ได้โอบกอดลูกเนื้อแนบเนื้อภายในครึ่ง 57' หนึ่งชั่วโมงแรกหลังคลอด
2. เพื่อสนับสนุนให้แม่ได้รับการดูแลการเจ็บครรภ์และการคลอดที่เอื้อต่อการเริ่มต้นเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยเร็ว

### เป้าหมาย

1. แม่ได้รับการช่วยเหลือให้โอบกอดลูกเนื้อแนบเนื้อภายในครึ่งชั่วโมงแรกหลังคลอด
2. แม่เริ่มต้นการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ภายในหนึ่งชั่วโมงแรกหลังคลอด



## Step 4: ช่วยแม่เริ่มให้ลูกดูดนมแม่ภายใน ครึ่งชั่วโมงแรกหลังคลอด



### มาตรฐาน

Skin to skin contact  
หลังเกิดทันที  $\geq 1$  hr.

กระตุ้นแม่  
และให้ความช่วยเหลือ

### การปฏิบัติ

#### ปรับเปลี่ยนการปฏิบัติ

- ✓ Skin to skin contact หลังเกิดทันที อย่างน้อย 1 hr.
- ✓ เสริมสร้างความเข้าใจ และความมั่นใจ
- ✓ นวัตกรรมเพื่อป้องกันทารกพลัดตก



การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับการวิจัย: จากงานประจำ . . . สู่งานวิจัย

# การสัมผัสเนื้อแนบเนื้อ

มารดา  
ผ่าตัดคลอด

Stimulate in

ปรับเปลี่ยน

สิ่งที่ปรับเปลี่ยน



Father  
kangaroo

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับการวิจัย: จากงานประจำ . . . สู่งานวิจัย

# นวัตกรรม ในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระยะคลอด



การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับการวิจัย: จากงานประจำ . . . สู่งานวิจัย



## **การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระยะหลังคลอดขณะพักฟื้นใน รพ. (หน่วยหลังคลอดและคลินิกนมแม่)**

### **วัตถุประสงค์**

1. เพื่อสนับสนุนแม่ให้รับรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับน้ำนมแม่และสนับสนุนให้แม่มั่นใจถึงการประเมินปริมาณน้ำนม
2. เพื่อสนับสนุนให้แม่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระยะแรกเริ่ม (breastfeeding initiation)
3. เพื่อเตรียมแม่และติดตามในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี๋ยวนใน 6 เดือนแรกหลังคลอด (exclusive breastfeeding for 6 months) และยังคงเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องตามความต้องการ



**ขุติธิประโยชน์สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี๋ยวน 6 เดือน**

# BF promotion during PP



ชุดสิทธิประโยชน์สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน





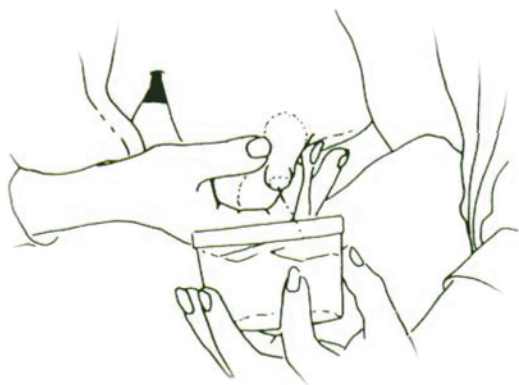
## BF promotion at PP & LC



ชุดสิทธิประโยชน์สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน



# BF promotion at PP & LC



ชุดสิทธิประโยชน์สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน



# หวดและประคบเต้านม

การให้บริการกับให้บริการมารดาหลังคลอดในระยะแรก  
ในการประคบเต้านมเพื่อเพิ่มน้ำนม โดยรับต่อโดยแพทย์  
และพยาบาล PCT สุนทรืเวช



## ผลที่ได้รับ

ในการรับบริการ มารดาหลังคลอดร้อยละ 90 สามารถ  
ให้นมบุตรหลังจากได้รับการประคบสมุนไพรและรับสุขศึกษา  
แผนไทย และ พึงพอใจบริการเป็นอย่างดี



ชุดสิทธิประโยชน์สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน



## BF promotion at PP & LC



## การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในคลินิกเด็กสุขภาพดี

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อบูรณาการการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในคลินิกเด็กสุขภาพดี
2. เพื่อให้คำแนะนำและการปรึกษาแก่แม่และครอบครัวเพื่อสร้างความมั่นใจ ป้องกัน และช่วยแก้ไขปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
3. เพื่อวิเคราะห์ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ซับซ้อนและส่งต่อผู้เชี่ยวชาญได้อย่างเหมาะสม



### เป้าหมาย

1. แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวใน 6 เดือนแรกหลังคลอด
2. แม่ยังคงให้นมแม่อย่างต่อเนื่องร่วมกับอาหารตามวัยจนถึง 2 ปี หรือนานกว่านั้นตามความต้องการ โดยป้องกันการหย่านมแม่เร็วเกินไป เพื่อเพิ่มสัดส่วนแม่ให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวใน 6 เดือนแรกหลังคลอด และระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

## การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ใน หอผู้ป่วยทารกแรกเกิดวิกฤต (NICU)

### วัตถุประสงค์

1. สร้างความตระหนักถึงความสำคัญของการให้นมแม่แก่ลูกและให้กับแม่มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในทารกที่ป่วย
2. ช่วยให้แม่มีความพร้อมและมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามเงื่อนไขของทารกป่วย



ชุดสิทธิประโยชน์สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเต็มที่ 6 เดือน

- ประเมินความพร้อมในการให้นมบุตร
- จัดทำแนวทางปฏิบัติในการเยี่ยม การให้นมบุตร และการบีบเก็บน้ำนม
- จัดหาที่นอน เพื่อให้สามารถเลี้ยงและให้นมบุตรได้
- จัดทำสมุดคู่มือในการให้ความรู้แก่บิดามารดาก่อนเข้าเยี่ยมบุตร



**การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในทารกคลอดก่อนกำหนด  
และทารกที่มีปัญหาด้านสุขภาพ (High Risk Newborn)**





## BF promotion: NICU



ชุดสิทธิประโยชน์สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน

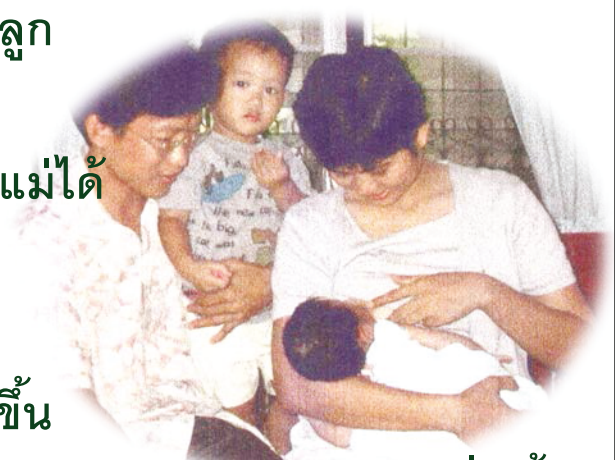


## วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างความตระหนักให้กับหญิงตั้งครรภ์และครอบครัวเพื่อให้มีทัศนคติเชิงบวกต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. เพื่อช่วยเหลือและแก้ไขปัญหา/อุปสรรคต่างๆ เพื่อให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง
3. เพื่อติดตามและสนับสนุนแม่หลังคลอดให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องอย่างเดียวใน 6 เดือนแรกหลังคลอด

## เป้าหมาย

1. หญิงตั้งครรภ์มีความรู้ความเข้าใจ ตระหนักในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และตัดสินใจตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. แม่หลังคลอดมีความรู้และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างต่อเนื่องตามความต้องการ
3. อัตราแม่หลังคลอดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยุโรป 6 เดือน(exclusive breastfeeding rate)เพิ่มขึ้น
4. ระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (breastfeeding duration) ของแม่หลังคลอดเพิ่มขึ้น



ชุดสิทธิประโยชน์สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน





นมแม่ในสถานประกอบการ



การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับการวิจัย: จากงานประจำ . . . สู่งานวิจัย



## การเยี่ยมหญิงตั้งครรภ์ในชุมชน



- แนะนำการฝากครรภ์ก่อน 12 สัปดาห์
- ติดตามเยี่ยมบ้านทบทวนความรู้ทั้งพ่อและแม่ในภาคดูแลสุขภาพแม่และลูกรวมทั้งความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และการใช้คู่มือสุขภาพแม่และเด็ก



ชุดสิทธิประโยชน์สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน

## กิจกรรมเยี่ยมบ้าน: หลังคลอด



วัดความดันแม่



ชั่งน้ำหนักลูก



สุขศึกษามอบของเยี่ยม

ชุดสิทธิประโยชน์สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน

## กิจกรรมเยี่ยมบ้าน: การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่



ชุดสิทธิประโยชน์สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน

# ให้ความรู้และฝึกปฏิบัติการนวดเต้านม ละบิบเก็บน้ำนม



ชุดสิทธิประโยชน์สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน



กิจกรรมโรงเรียนปออุย-แม่อุย  
กลุ่มผู้เลี้ยงบุตรหลาน  
ปู่ ย่า ตา ยาย



ชุดสิทธิประโยชน์สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน



# อบรมฟื้นฟูความรู้ อสมช.นมแม่ อย่างต่อเนื่อง



## การประชุม/อบรม ที่โรงพยาบาลลำพูน



## อสม.เชี่ยวชาญนมแม่



ชุดสิทธิประโยชน์สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน



# นวัตกรรม ของ อสมช.นมแม่



ชุดสิทธิประโยชน์สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน







มอบไข่บำรุงครรภ์



ชุดสิทธิประโยชน์สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน

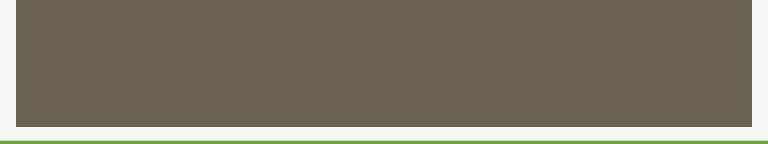


# เยี่ยมบ้านทีมเครือข่ายในชุมชน



# พัฒนาชมรมสายใยรัก แห่งครอบครัว





ส่งเสริมสุขภาพเด็กดีที่มี  
ทุนสมองคือนมแม่

ส่งเสริมบุคลากรต้นแบบที่เลี้ยง  
ลูกด้วยนมแม่ในตำบลริมปิง



## เกณฑ์ในการเลือกปัญหาการวิจัย

- ความสนใจของผู้วิจัย => แรงจูงใจที่จะทำ
- ความแปลกใหม่ ไม่ซ้ำซ้อน เพื่อพัฒนาองค์ความรู้
- ปัญหามีความสำคัญ/ประโยชน์ต่อหน่วยงาน สังคมและประเทศชาติ
- เป็นคำถามที่สามารถหาคำตอบได้โดยใช้กระบวนการวิจัยได้
- มีความเหมาะสมและเป็นไปได้ในการทำวิจัย โดยคำนึงถึง
  - ระยะเวลาที่ศึกษา และ กลุ่มตัวอย่าง
  - อุปกรณ์ เครื่องมือ และสิ่งสนับสนุนต่าง ๆ
  - ความร่วมมือจากบุคคลอื่นและหน่วยงาน
  - งบประมาณ แหล่งสนับสนุน
  - จริยธรรม คุณธรรม และค่านิยม
  - ประสบการณ์และความชำนาญของผู้วิจัย



## การพัฒนาปัญหาการวิจัย

- การพัฒนาและทำให้ปัญหาการวิจัยมีความชัดเจน

1. เลือกประเด็นที่สนใจ: จินตนาการ เขียนแผนผังความคิด อาจจะเป็นหัวข้อกว้าง ๆ ไม่ชัดเจน ยังเป็นรูปธรรม โดยไม่ต้องวิจารณ์หัวข้อ
2. ปรับหัวข้อให้แคบลง เฉพาะเจาะจง เพื่อนำไปสู่ปัญหาที่ทำวิจัยได้ เช่น ต้องตั้งคำถามว่า 5 W & H อะไรเป็นสาเหตุ / มีอิทธิพล / ผลที่ตามมา/... การแก้ปัญหา เป็นต้น
3. ศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับหัวข้อที่สนใจ เพื่อให้ชัดเจนเกี่ยวกับความรู้ของหัวข้อนั้น เพื่อตั้งคำถามการวิจัยให้ชัดเจน
4. เขียนปัญหาการวิจัยที่ชัดเจน รวมทั้งข้อมูลสนับสนุน
5. ประเมินปัญหาการวิจัย ตามหลักการกำหนดปัญหาการวิจัย



ตัวอย่างเช่น การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ => อะไรเป็นปัจจัยสำคัญต่อ  
ระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาหลังคลอด



## การเขียนปัญหาการวิจัย

■ การเขียนปัญหาการวิจัย อาจเป็นเพียง 1-2 ประโยค อยู่ใน “ความสำคัญและความเป็นมาของปัญหา” ที่มีข้อมูลสนับสนุนประกอบด้วย

1. ความสำคัญของปัญหา: ขนาดของปัญหา ความรุนแรงของปัญหา ระดับของปัญหา และผลกระทบของปัญหา
2. ความเป็นมาของปัญหา: ภูมิหลัง อะไรที่รู้แล้ว อะไรที่ยังไม่รู้ เป็นช่องว่างขององค์ความรู้ (gap of knowledge)
3. สถานการณ์ของปัญหาในปัจจุบัน และวิธีการดำเนินการศึกษาครั้งนี้
4. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

## ตัวอย่างความสำคัญและความเป็นมาของปัญหา:

ปัจจัยที่มีผลต่ออัตราการเลี้ยงด้วยนมแม่อย่างเดียวของ  
มารดาที่ทำงานนอกบ้าน



### ○ ความสำคัญ

- ขนาดของปัญหา: อุบัติการณ์การเลี้ยงด้วยนมแม่อย่างเดียว
- ผลกระทบของปัญหา: อัตราการเจ็บป่วยและการตายทารก

### ○ ความเป็นมา สถานการณ์ปัจจุบัน ประโยชน์

- มารดาต้องกลับเข้าทำงานนอกบ้านภายใน 3 เดือนหลังคลอด
- การทำงานของมารดาอาจเป็นอุปสรรคต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง
- คำถาม => อะไรเป็นอุปสรรคต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เมื่อกลับทำงาน และอย่างไร
  - มารดาขาดความมั่นใจในการผสมผสานการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับการทำงาน
  - มารดาไม่รู้และขาดทักษะในการผสมผสานการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับการทำงาน
  - มารดาขาดการสนับสนุนจากสามีและสมาชิกในครอบครัว
  - มารดาขาดการสนับสนุนจากหัวหน้างานและเพื่อนร่วมงาน
  - สภาพการทำงานที่ไม่เอื้อ มีระยะเวลายาวนาน ไม่มีความยืดหยุ่น
  - ที่ทำงานไกลจากบ้าน

เป็นต้น



**ตัวอย่าง:** ผลการติดตามเยี่ยมและการให้คำแนะนำต่อ  
การปฏิบัติการให้นมมารดาแก่บุตรในมารดาที่ทำงานนอกบ้าน

## ○ ความสำคัญ

- ขนาดของปัญหา: อุบัติการณ์/ อัตราการให้นมมารดาแก่บุตร
- ผลกระทบของปัญหา: เจ็บป่วยของทารก การเจริญเติบโต & พัฒนาการ สัมพันธภาพ  
เพิ่มค่าใช้จ่าย

## ○ ความเป็นมา สถานการณ์ปัจจุบัน ประโยชน์

- การทำงานนอกบ้านทำให้การให้นมมารดาแก่บุตรลดลง
- สถานการณ์ปัญหาปัจจุบันนี้ มารดาที่ต้องกลับไปทำงานนอกบ้าน ขาดความรู้ความ  
เข้าใจ ขาดความมั่นใจและขาดทักษะในการผสมผสานเลี้ยงด้วยนมมารดาเมื่อต้อง  
กลับไปทำงาน เมื่อมีปัญหาขาดที่ปรึกษา แนะนำ และให้การช่วยเหลือ
- คำถาม => มีวิธีการติดตามและการให้คำแนะนำที่เหมาะสมและเป็นไปได้ ที่จะ  
นำมาใช้ส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่อง
- การสนับสนุนจากพยาบาล โดยการติดตามและการให้คำแนะนำ ทำให้มารดาทราบ  
วิธีการ เกิดความมั่นใจ สามารถประยุกต์ใช้ => การปฏิบัติอย่างยั่งยืน

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ❑ วัตถุประสงค์ของการวิจัย (research objective) : เป็นข้อความที่ระบุทิศทางของการแสวงหาความรู้และบอกภาพรวมของเป้าหมายที่ผู้วิจัยต้องการบรรลุ
- ❑ วัตถุประสงค์ของการวิจัย บอกถึงพฤติกรรมที่ผู้วิจัยจะดำเนินการกับตัวแปรที่เป็นสถานการณ์ที่จะศึกษา :
  - ☞ **สำรวจ**การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาทำงานหลังคลอด
  - ☞ **เปรียบเทียบ**อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาที่ทำงานแตกต่างกัน
  - ☞ **ศึกษา**ความสัมพันธ์ระหว่างการทำงานนอกบ้านกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาหลังคลอด
  - ☞ **พัฒนา**รูปแบบในการส่งเสริมการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาสำหรับสตรีที่ทำงานนอกบ้าน

# คำถามการวิจัย

- คำถามการวิจัย (research question) : เป็นคำถามที่ผู้วิจัยตั้งขึ้น => สอดคล้องกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหาการวิจัยและวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้
- ลักษณะคำถามการวิจัย : เฉพาะเจาะจง (specific) สั้น (short) ชัดเจน (clear) คม (sharp) ไม่มีอคติ (non-bias)
  - ☞ เป็นประโยคคำถาม สามารถทำวิจัยเพื่อตอบปัญหาได้
  - ☞ ผลที่ได้จากการวิจัยต้องเป็นประโยชน์
  - ☞ มีการระบุตัวแปรและประชากรที่ศึกษา

## ตัวอย่างเช่น

การทำงานนอกบ้านสัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาหลังคลอดหรือไม่ อย่างไร

# BF Promotion



## BF Intention

During  
pregnancy

## BF Initiation

During Labor &  
Postpartum at  
Hospital

## continuing BF

During  
Postpartum at  
home &  
workplace



การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับการวิจัย: จากงานประจำ . . . สู่งานวิจัย





# Question & Answer

Thank You for Attention

# Breastfeeding and Employment:

## Support for the Mothers at Work



### **Susanha Yimyam, Ph.D.**

Associate Professor, OB-GYN Nursing Department  
Faculty of Nursing, Chiang Mai University, Thailand

### **Martha Morrow, Ph.D.**

Senior Lecturer

The Key Centre for Women's Health in Society  
School of Population Health, University of Melbourne, Australia.

### **Wichit Srisuphan, Dr.P.H.**

Associate Professor, Chairperson for Doctoral Program  
Faculty of Nursing, Chiang Mai University, Thailand



# **Breastfeeding and Employment: Rights and Challenges in Combining Women's Roles in Thailand**

**Susanha Yimyam, Ph.D.**

Associate Professor,  
OB-GYN Nursing Department  
Faculty of Nursing, Chiang Mai University  
Chiang Mai, Thailand

**Martha Morrow, Ph.D.**

Senior Lecturer  
The Key Centre for Women's Health in Society  
School of Population Health  
University of Melbourne, Australia.

# Breastfeeding Practice Among Employed Thai Women: A cultural perspective



**Susanha Yimyam, Ph.D.**

Associate Professor,  
OB-GYN Nursing Department  
Faculty of Nursing, Chiang Mai University  
Chiang Mai, Thailand

# ผลของการให้คำแนะนำมารดา และ การติดตามเยี่ยมหลังคลอด ต่อ การปฏิบัติการให้นมมารดาแก่บุตร ในมารดาที่ทำงานนอกบ้าน



## คณะผู้วิจัย

สุสัณหา ยิ้มแย้ม                      อภิรัช สกฤษณียา  
มาลี                      เอื้ออำนาจ                      สุพิน ชัยรัตนกิจวงศ์  
จงรักษ์                      ชลานันต์                      ผ่องศรี ปันเป็ยง  
ที่ปรึกษา: รศ.ดร. รัตนาวิดี ขอนตะวัน

# การพัฒนาสื่อในการรณรงค์การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา



By

สุสัณฑา อัมรัมย์, จิรพร วิทยาศักดิ์พันธ์ นภภญา ตวณนท์  
คณะพยาบาลศาสตร มหาวิทยาลัยเชียงไทย

ได้รับทุนสนับสนุนจาก กองทุนสนับสนุนการสร้งเสริมสุขภาพ (สสส.)





**Susanha Yimyam, Ph.D.**

**Associate Professor, Faculty of Nursing,**

**Chiang Mai University, Chiang Mai**

**THAILAND**



**Developing the  
breastfeeding support  
model in workplace for  
full time employed  
mothers**

## Breastfeeding facilities: private corner & equipment



# Development of Multimedia Electronic Book on Basic Knowledge of breastfeeding

By

**Susanha Yimyam,**

**Jantararat Chareonsanti,**

**Sopa Karnasuta**

**Faculty of Nursing, Chiang Mai University**

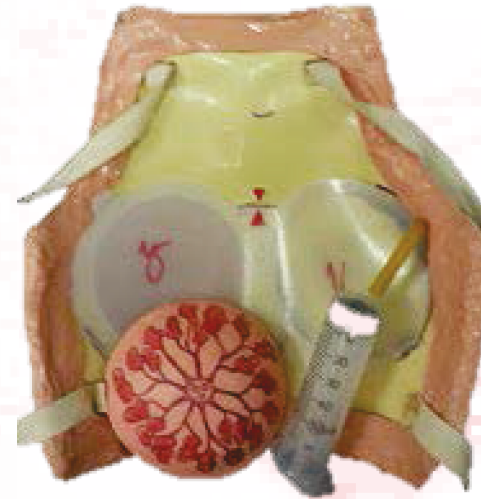


**Supported by Faculty of Nursing, Chiang Mai University**



# การพัฒนาหุ่นจำลองเต้านม FON CMU เพื่อการสอนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

## Developing FON CMU Breast Model as Teaching Aid for Breastfeeding



By

**Susanha Yimyam, Ph.D. (Women's Health)**

**Sopa Karnasuta, M.A.**

ได้รับทุนสนับสนุนจาก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่





thanks for your attention

