



การเริ่มต้นการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่



Initiation of Breastfeeding



พญ. ยุพยง แห่งเชาวนิช

วัตถุประสงค์

1. อธิบายแนวทางการดูแลการเจ็บครรภ์และการคลอดที่สนับสนุนให้แม่เริ่มต้นเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยเร็ว
2. อธิบายความสำคัญของการให้แม่ได้โอบกอดลูกเนื้อแนบเนื้อภายในหนึ่งชั่วโมงแรกหลังคลอด
3. อธิบายแนวปฏิบัติในการช่วยเหลือแม่และทารกให้เริ่มต้นเลี้ยงลูกด้วยนมโดยเร็ว



บันไดขั้นที่ 4



ช่วยแม่เริ่มให้ลูกดูดนม
ภายในครึ่งชั่วโมงแรกหลังคลอด

กลวิธีบันไดขั้นที่ 4

- ❖ อธิบายแม่ถึงความสำคัญของการโอบกอดลูก
เนื้อแนบเนื้อ และการเริ่มต้นดูดนมครั้งแรก
โดยเร็วหลังคลอด
- ❖ เน้นการคลอดที่ใกล้เคียงธรรมชาติมากที่สุด
- ❖ หลีกเลี่ยงการผ่าตัดคลอดที่ไม่มีข้อบ่งชี้ทาง
การแพทย์



กลวิธีบันไดขั้นที่ 4

- ❖ หลังตัดสายสะดือและเช็ดตัวลูกด้วยผ้าแห้งให้นำลูกที่ตัวเปล่ามาวางบนหน้าอกแม่ทันที (ทารกจะต้องแข็งแรงและปกติ)
- ❖ ควรให้ลูกอยู่กับแม่โดยเฉพาะใน 30 นาทีแรกหลังคลอดและอยู่กับแม่อย่างน้อยนานหนึ่งชั่วโมงโดยไม่มีการรบกวน ยกเว้นมีเหตุผลทางการแพทย์ที่ยอมรับได้



Mother–Friendly care supports BF

- Emotional support during labour.
- หลีกเลี้ยงการใช้ยาแก้ปวด
- ส่งเสริมให้แม่เดิน หรือเคลื่อนไหวได้
- ในขณะที่รอคลอด
- ให้อาหารอ่อนหรือน้ำในระยะ early labour



Mother-Friendly care supports BF

- หลีกเลียงเหตุการณ์ใด ๆ ที่ไม่จำเป็น หรือไม่มีข้อบ่งชี้ทางการแพทย์ เช่น การเจาะถุงน้ำคร่ำ การชักนำให้เจ็บครรภ์ ฯลฯ ถ้าจำเป็นต้องชี้แจงเหตุผลของการกระทำนั้น ๆ



Emotional support during labour

12 RCTs from 8 countries **Key intra-partum FINDINGS**

REDUCED time in labour (by 98 minutes) medication for pain, oxytocin, forceps, vacuum extraction, C/S

CONTINUOUS SUPPORT better than intermittent support

Key post-partum FINDINGS

LESS Exhaustion, invasive procedures

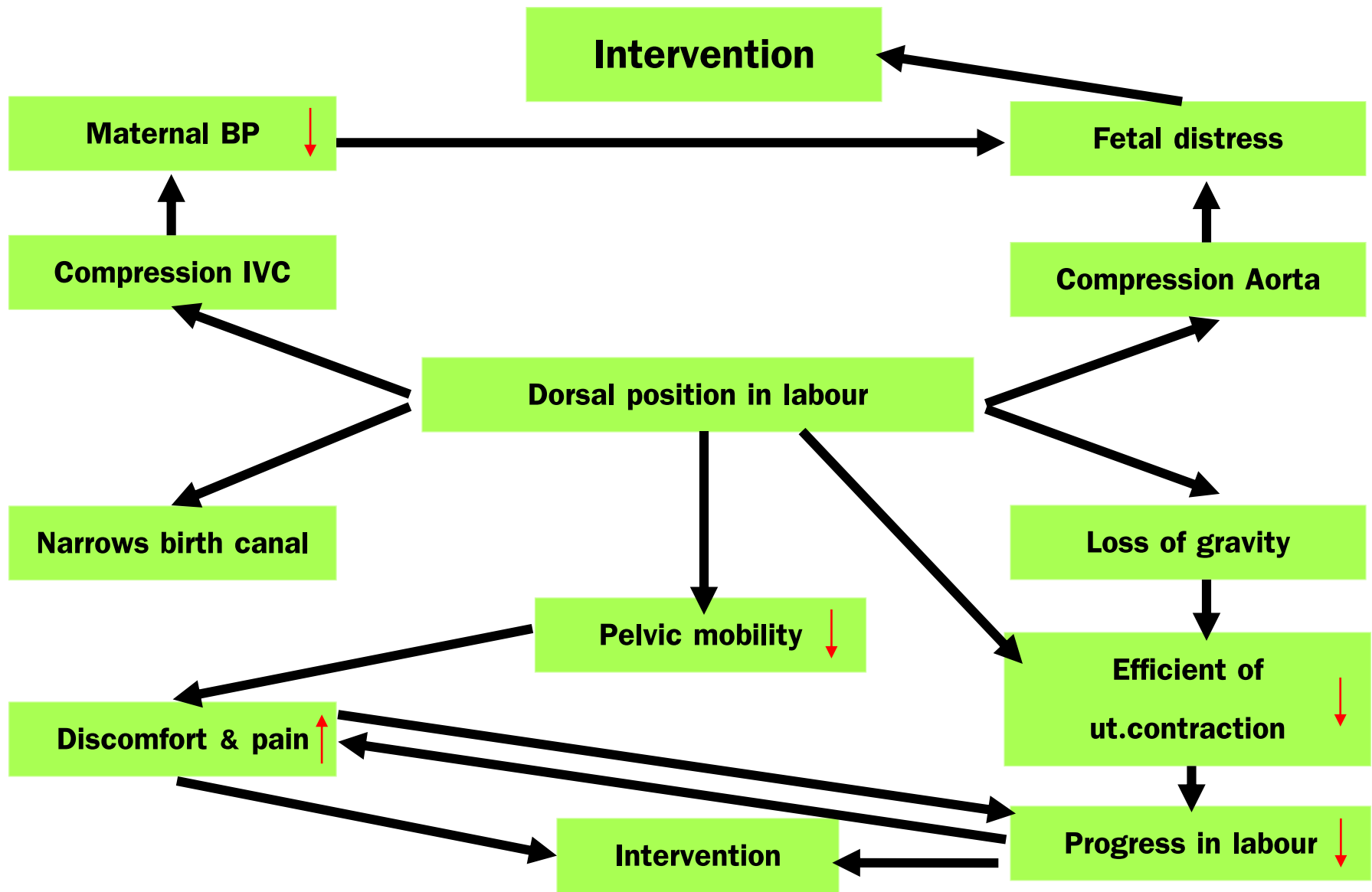
OVERALL CONCLUSION: Mothers with continuous support more eager to interact with their babies and breastfeed

Scott K, Klaus PH, Klaus M (1999) REVIEW:

The obstetrical and postpartum benefits of CONTINUOUS support during Childbirth.

Jnl Women's Health Gender-based Med. 8 (10): 1257-1264





ผลจากการนอนหงายโดยไม่มีการเคลื่อนไหว

Immediate newborn care

- ❖ **Deliver baby prone onto mother's abdomen/or arms**
 - **Dry baby with a warm clean towel or cloth.**
 - **Wipe eyes.**
 - **Assess baby's breathing while drying.**
 - **Place baby *just below or between* breasts for skin-to-skin contact**
 - **Cover mother and baby with warm cloth**

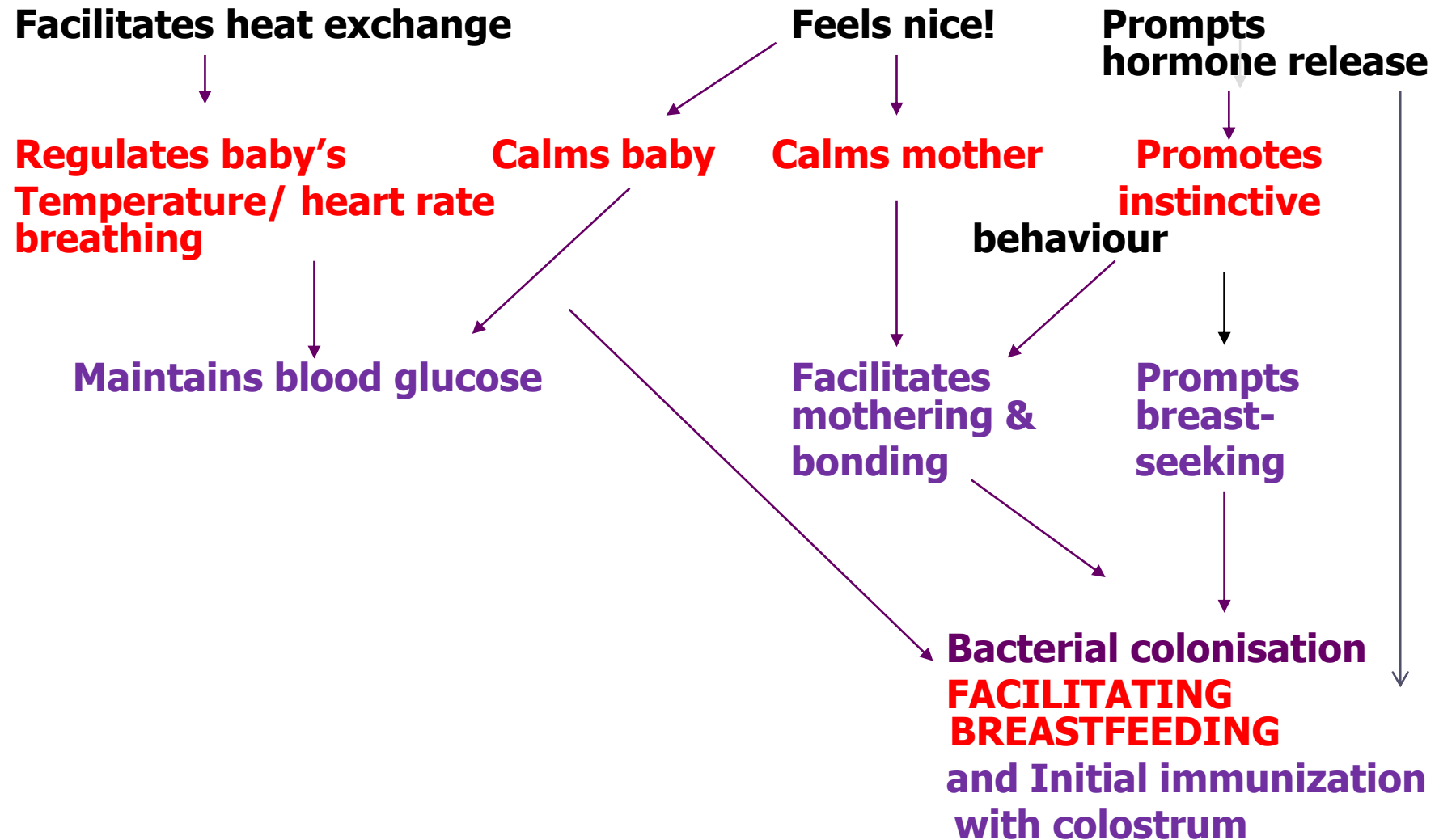


Initiation of Breastfeeding

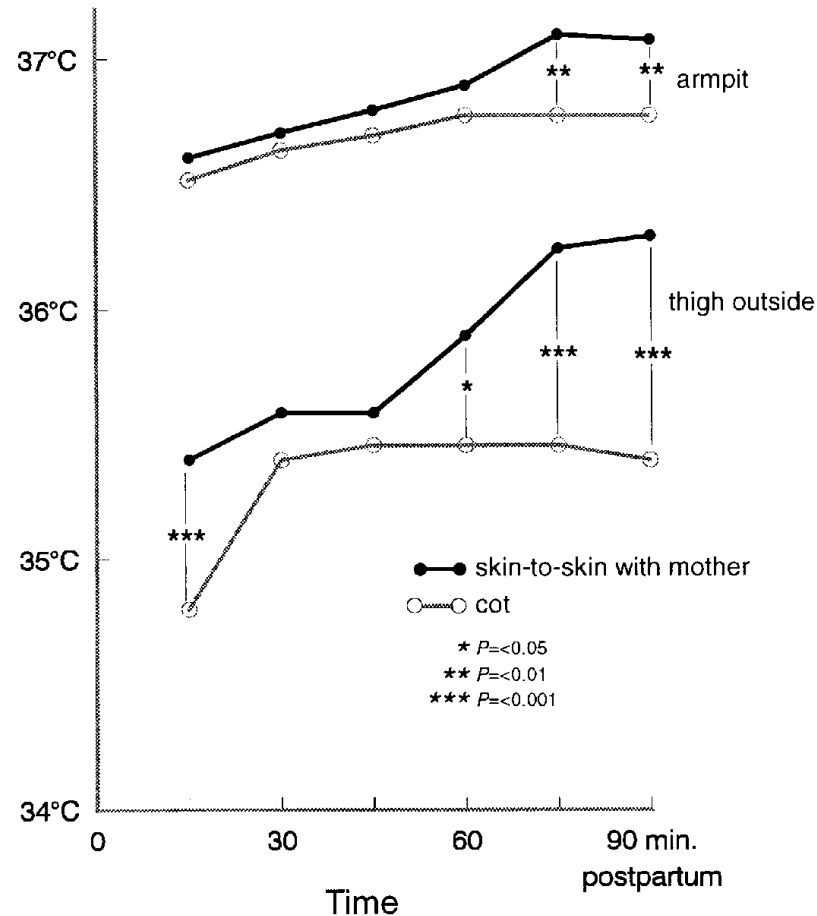
- **Skin-to skin contact**
- **Colonisation and protection**
- **The breastfeeding pathway and hormone**
- **The first breastfeed-colostrum**



The benefits of skin-to-skin contact



Temperatures after birth in infants kept either skin-to-skin with mother or in cot



Adapted from: Christensson K et al (1992) Temperature, metabolic adaptation and crying in healthy full-term newborns cared for skin-to-skin or in a cot *Acta Paediatr* 81: 490.

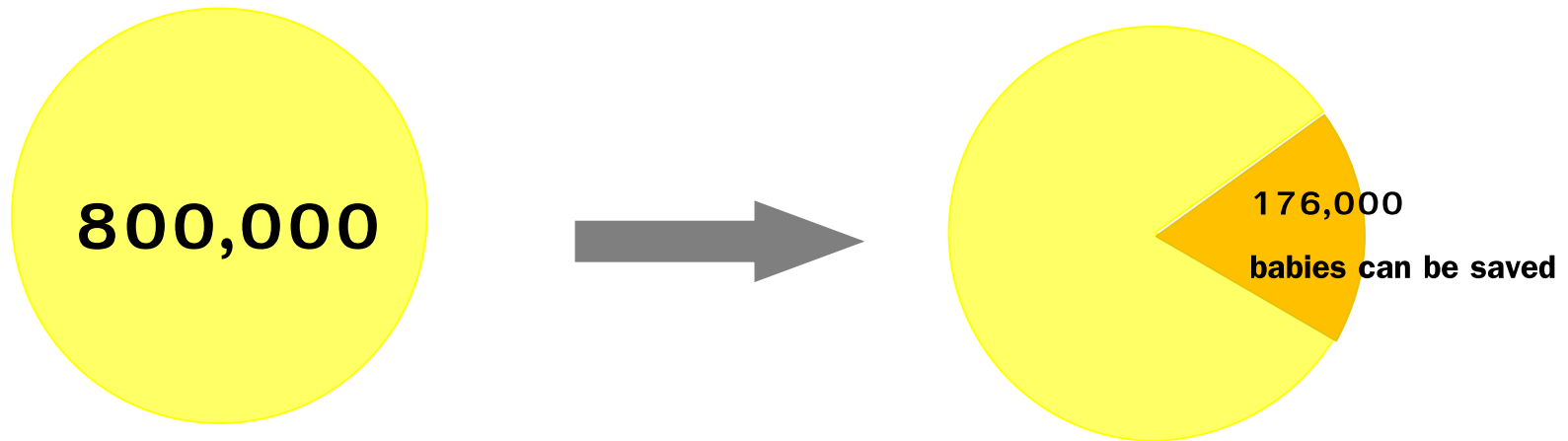


1st **ONE** hour initiation cuts 22% of all neonatal deaths (0-28 days)

Pediatrics 2006;117:380-386

INITIATION OF BREASTFEEDING within **ONE** hour

If ALL Thai Mothers start BF within **ONE** hour



**COLOSTRUM THE BABY'S FIRST
NATURAL IMMUNISATION**



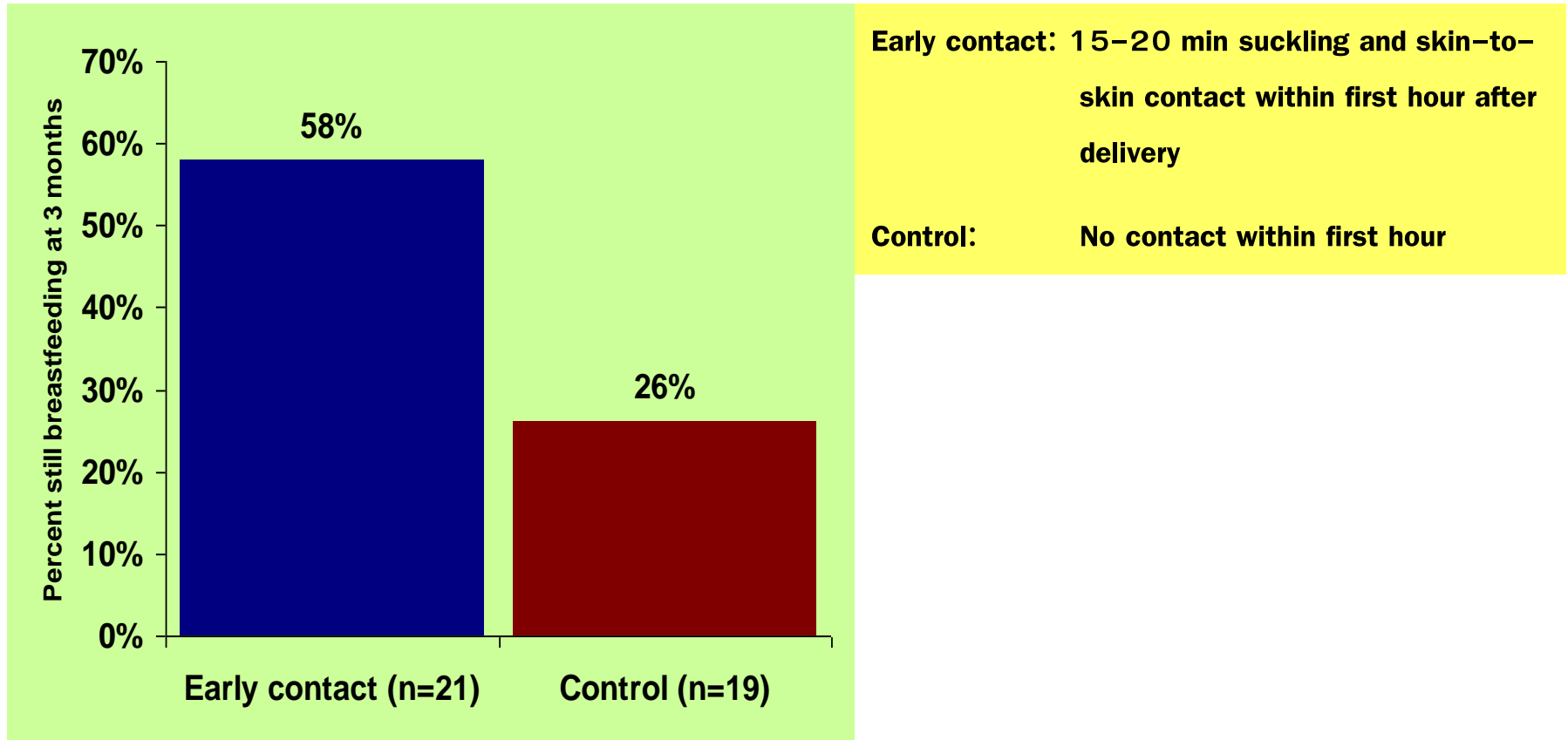
Protein composition of human colostrum and mature breast milk (per litre)

Constituent	Measure	Colostrum (1-5 days)	Mature Milk (> 30 days)
Total protein	g	23	9-10.5
Casein	mg	1400	1870
α -Lactalbumin	mg	2180	1610
Lactoferrin	mg	3300	1670
IgA	mg	3640	1420

From Worthington-Roberts B and Williams SR (1993) *Nutrition in Pregnancy and Lactation, 5th ed.* St. Louis, MO: Times Mirror/Mosby College Publishing: 350.



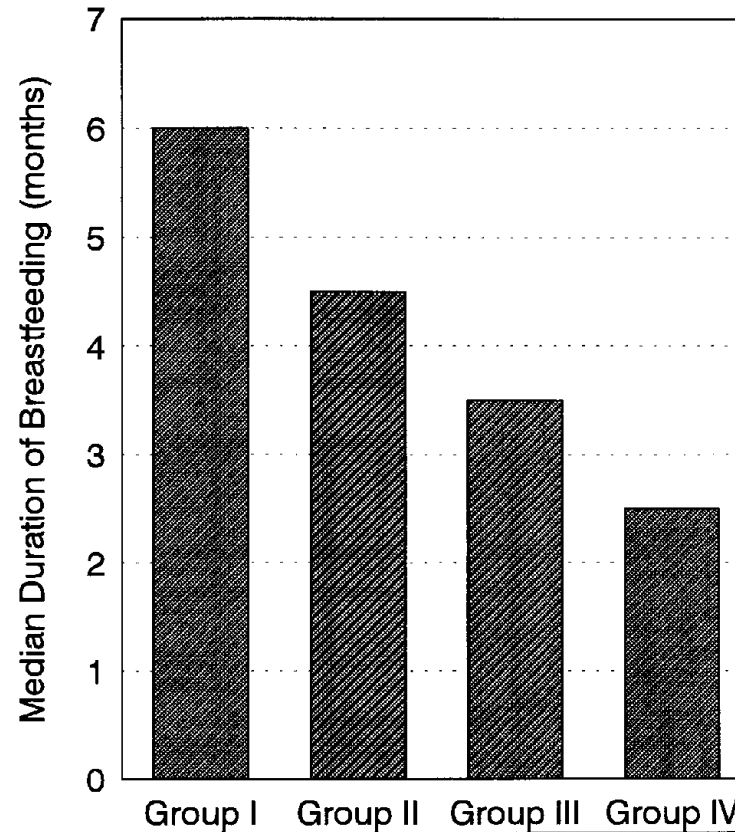
การเริ่มต้นนมเร็วช่วยเพิ่ม ระยะเวลาของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่



Adapted from: DeChateau P, Wiberg B. Long term effect on mother-infant behavior of extra contact during the first hour postpartum. *Acta Paediatr*, 1977, 66:145-151.



Duration of breast-feeding after early initiation and frequent feeding



Put to breast after delivery	10 minutes	10 minutes	4-6 hours	4-6 hours
Freq. of feeds in hospital	every 2 hours	every 4 hours	every 2 hours	every 4 hours
	n=29	n=27	n=27	n=26

Adapted from: Salariya EM, Easton PM, Cater JI (1978) Duration of breast-feeding after early initiation and frequent feeding *Lancet* 25:1141-1143.





**แนวปฏิบัติในการช่วยเหลือมารดาและทารก
ให้สามารถเริ่มต้นเลี้ยงลูกด้วยนมโดยเร็ว**



การช่วยเหลือแม่เริ่มต้นเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

- ❖ จัดสิ่งแวดล้อมที่สงบและสบาย
- ❖ ช่วยแม่ให้นอน/นั่งอยู่ในท่าที่สบาย
- ❖ บอกให้แม่ทราบพฤติกรรมของลูก เช่น rooting, alert
- ❖ สร้างความมั่นใจให้แม่
- ❖ หลีกเลี่ยงการเอาเด็กไปวางที่เต้านมแม่หรือเอาเต้านมเข้าปากลูก



Oxytocin stimulated by olfactory system

- **Smell important to mother /infant bonding**
- **Hand to mouth coordination**
- **Skin to skin and eye to eye contact helps to optimise oxytocin release**
- **Whole body movements**
- **Dribbling!**
- **Coordinating sucking, swallowing and**
- **Breathing – From birth about 50 – 70 minutes**



Breast crawl: A babies instinctive response
to the breast following birth



- **Breathe**
- **Communicate!**
- **To rest 5 – 30 min.**
- **Look and touch**

Oxytocin stimulated by olfactory system.

Smell important to mother /infant bonding.



❖ **Hand to mouth coordination**



Oxytocin release..



- ❖ Skin to skin and eye to eye contact helps to optimise oxytocin release
- ❖ Whole body movements
- ❖ Dribbling!



- ❖ **Coordinating sucking, swallowing and breathing**
 - From birth about **50 – 70** minutes



Breast Crawl



early suckling_LR_edited.wmv



What interferes with initiation of breastfeeding?



- ❖ Suctioning
- ❖ Weighing
- ❖ Measuring
- ❖ Bathing
- ❖ Dressing
- ❖ Separation of mother and baby

We need to change our expectations... skin-to-skin before anything



แม่ C/S การเริ่มต้นการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

เริ่มต้นให้นมแม่ภายใน **1 ชั่วโมง**

ที่แม่รู้สึกตัวตอบสนองได้

จำเป็นจะต้องได้รับการดูแลช่วยเหลือเป็นพิเศษ

รวมทั้งสร้างความมั่นใจและให้กำลังใจแก่แม่



ผลกระทบของ C/S ต่อการเริ่มต้นการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ด้านแม่

- มีอาการง่วงซึมจากการได้รับยาสลบหรือยาระงับความเจ็บปวดระหว่างคลอด อ่อนเพลีย
- ได้สารอาหารไม่เพียงพอจากการงดอาหารระหว่างคลอดและหลังคลอด
- **เคลื่อนไหวไม่สะดวก** เจ็บแผลผ่าตัด ใส่สายสวนปัสสาวะ และการได้รับน้ำเกลือทางเส้นเลือด



ผลกระทบของ C/S ต่อการเริ่มต้นการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ด้านลูก

มีความเสี่ยงสูงที่จะไม่ได้ดูดนมแม่ครั้งแรกตามเวลาที่กำหนด ทำให้ลูกได้รับน้ำนมน้อยหรือได้รับช้า จึงเพิ่มโอกาสที่จะได้รับนมผสมตั้งแต่แรกเกิด
อาจมีปัญหาด้านการหายใจ และ
การได้รับการโอบกอดเนื้อแนบเนื้อล่าช้า



Caesarean Section



การโอบกอดลูกมักจะล่าช้า
พ่อหรือบุคคลในครอบครัวโอบกอดลูก
skin-to skin contact
เพื่อให้ทารกได้รับความอบอุ่นและสบาย



THANK YOU !

มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย อาคารสถาบันฯ ชั้น 11
โทร. 02-354-8404 แฟกซ์ 02-354-8409



www.thaibreastfeeding.org