



**แนวปฏิบัติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่มีปัญหา
ลูกดูดนมแม่ไม่ดี/ดูดลำบาก**

(Baby who has difficulty attaching to the breast)

Baby who has difficulty attaching to the breast

อาการทารกดูดนมยาก ได้แก่

- อมหัวนมไว้แต่ไม่ดูด/อมแล้วหลับ
- อมหัวนมแล้วร้อง ใช้ลิ้นดันหัวนมออก
- ดูดเฉพาะที่หัวนมหรือปลายหัวนม
- ดูดเต้าเดียวไม่ยอมดูดอีกเต้า
- หันหน้าหนีจากเต้า ไม่ยอมดูด
- ดูดเบา ๆ 2-3 ที แล้วปล่อยและร้องไห้



สาเหตุ (ด้านลูก)

- + ลูกเจ็บป่วย ตัวเล็ก น้ำหนักตัวน้อย
- + ลูกได้รับการบาดเจ็บระหว่างคลอด
- + ลูกเป็นหวัดหายใจไม่ออก
- + ลูกติดนมผสม ป้อนจุก ถ้วย ช้อน
- + ลูกมีภาวะพังผืดยึดไตลึน



สาเหตุ (ด้านแม่)

- ✦ แม่ได้รับยาแก้ปวดหรือยาสลบขณะที่คลอด
- ✦ แม่อึดและจัดทำในการให้นมลูกไม่ถูกวิธี
- ✦ แม่บังคับให้ลูกกินนม
- ✦ แม่มีปัญหาด้านเต้านม หรือหัวนม
- ✦ แม่ทาโลชั่นหรือใช้สบู่ที่มีกลิ่นแรง

การช่วยเหลือ

- แบบประคับประคอง

 ให้แม่คงปริมาณน้ำนมด้วยการบีบน้ำนม

 ป้อนนมแก่ทารกด้วยวิธีอื่น ๆ

- แก้ไขสาเหตุ

 แก้ไขปัญหาหัวนม

 แก้ไขการจัดท่าและเอาหัวนมเข้าปากลูก

 ไม่ให้อาหารอื่นนอกจากนมแม่

ขั้นตอนการช่วยเหลือ

♥ ให้กำลังใจแม่ สร้างความมั่นใจให้แม่

♥ ให้ทารกสงบก่อนให้ดูดนมแม่

♥ ฝึกการดูดของทารก

👉 การเอาหัวนมเข้าปากลูก

👉 การบีบน้ำนมช่วย

♥ ใช้ lactation aid ในกรณีที่น้ำนมน้อย



การช่วยเหลือปัญหาดูดไม่ดี : กรณีเต้านม หัวนมปกติ

- ช่วยฝึกลูกให้ดูดนมแม่ทันทีที่ลูกย้ายมาอยู่กับแม่
- สอนการจัดท่า: ทำนอนตะแคง ทำนอนขวางตัก หรือขวางตักประยุกต์ เข้าเต้าได้ดี
- ไม่ป้อนนมเสริมวิธีอื่น นอกจากฝึกดูดจากเต้า
- อาจต้องช่วยซ้ำหลายครั้ง (**hands-off** หากแม่ทำไม่ได้ สอนญาติช่วยก่อน)
- ลูกร้องต่อเต้านมมาก อุ่มปლობ ก่อนเข้าเต้าใหม่



ตัวอย่างการใช้ lactation aid



การช่วยเหลือกรณีที่ลูกต่อต้านมาก/ไม่ดูดนมแม่



ใช้ nipple shield ครอบหัวนม



การช่วยเหลือปัญหาดูดไม่ดี : ลูกมีพังผืดยึดใต้ลิ้น



Tongue tie :ภาวะมีพังผืดยึดใต้ลิ้น

แนวทางการช่วยเหลือ

➤ ประเมินภาวะลิ้นติด

- มีปัญหา/ไม่มีปัญหา

➤ ประเมินการดูดของทารก

- ดูดอย่างมีประสิทธิภาพ/ดูดไม่มีประสิทธิภาพ

➤ แนะนำ Frenulotomy กรณีมีปัญหาดูดนมไม่ได้

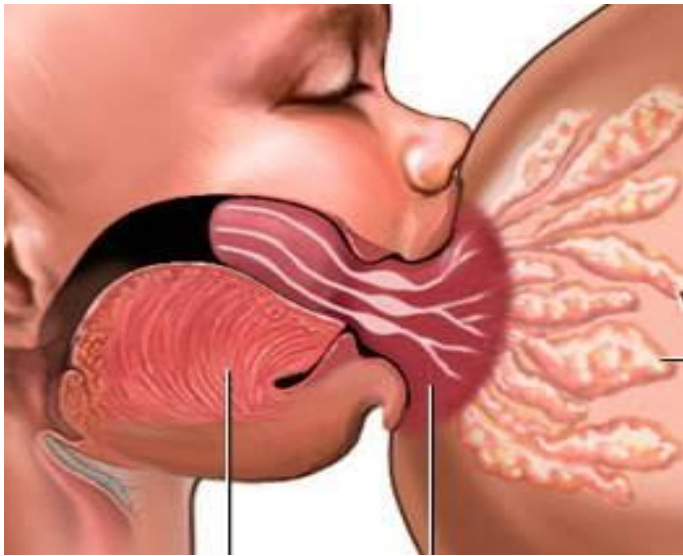
สิ่งสำคัญที่ต้องตระหนัก สำหรับการเลี้ยงดูคุณแม่



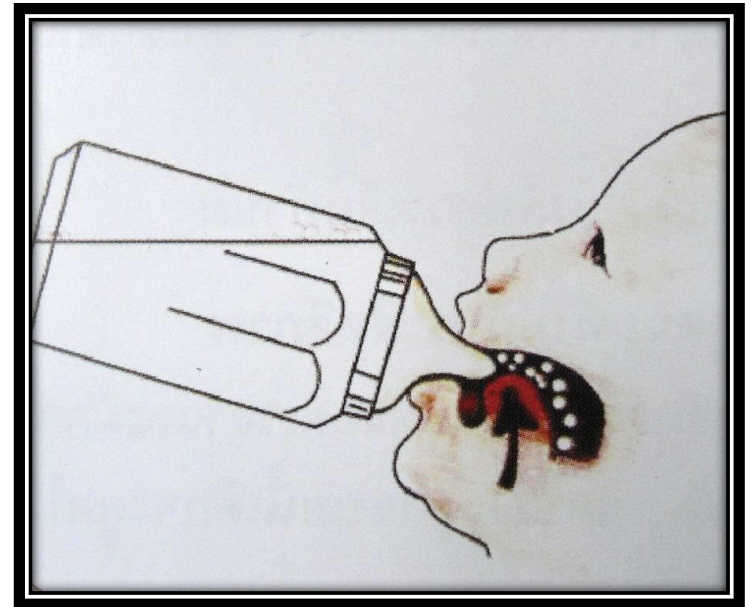
หลีกเลี่ยงการใช้ขวดนม หัวนมยาง/หลอกและผลิตภัณฑ์เสริมที่ไม่จำเป็น

- กลไกการดูดนมแม่และดูดนมขวดแตกต่างกัน

ทารกเกิดการสับสนระหว่างการดูดนมแม่จากเต้าและการดูดนมจากขวดหรือจุกนมปลอม



ลิ้นลูก ลานนมแม่



ลิ้นกระดกขึ้น

Avoid bottle, teats and unnecessary supplements

กรณีจำเป็นต้องให้น้ำนมบีบ นมเสริม หรือลูกดูดนม
จากเต้าไม่ได้ แนะนำใช้วิธีป้อน:

- ป้อนนมด้วยถ้วย
- ใช้ช้อนเล็ก ๆ
- หลอดฉีดยา
- หลอดหยดยา

การใช้อุปกรณ์ป้อนนมเสริมต้องสอนให้ป้อนอย่างถูกต้อง

- ฝึกให้ทารกใช้ลิ้นไล่น้ำนม
เข้าปากเอง
- หลีกเลี่ยงการเท/กรอก
น้ำนมใส่ปากโดยตรง

