

Ten Step In Breast Feeding For Vulnerable infant at Chonburi hospital

ศูนย์ทารกแรกเกิด
(Newborn Excellent Center)

1.การให้ข้อมูล Informed decision

- ▶ งานหลังคลอด สอนแยกกลุ่มเด็กป่วยโดยClip vedio/
แผ่นพับ
- ▶ หน่วยงานที่ให้ข้อมูล : ANC (high risk pregnancy)
- ▶ แยกกลุ่มเฉพาะเด็กป่วยเมื่อหลังคลอด



การให้ข้อมูลใน หน่วยฝากครรภ์ (ANC)

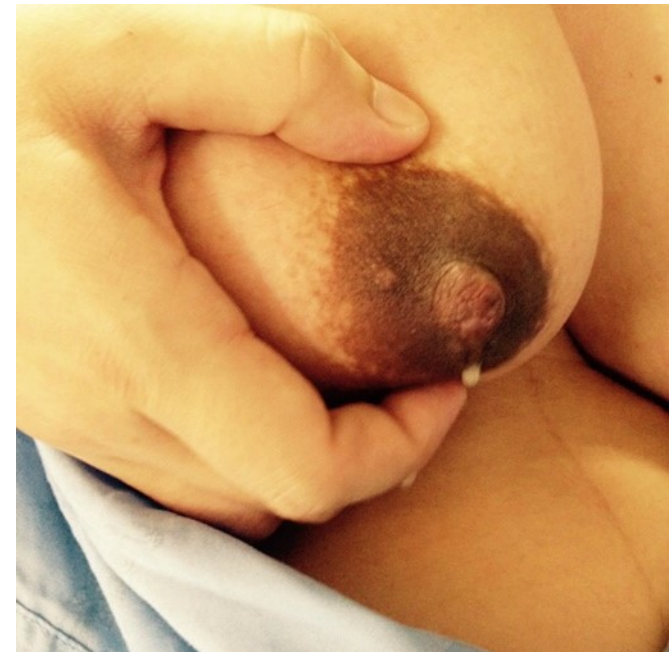


ประโยชน์ของน้ำนมแม่ & การแก้ไขหัวนม



2. การกระตุ้นการหลั่งน้ำนมและให้น้ำนมอย่างต่อเนื่อง Establishment and maintenance of milk supply

- ▶ เป้าหมาย : 2 ชั่วโมงหลัง Normal labor
(งานห้องคลอด), 4 ชั่วโมงหลัง
Cesarean section (งานหลังคลอด)
- ▶ แผน: กระตุ้นให้แม่บีบน้ำนมด้วยมือ



3. การจัดการเกี่ยวกับนมแม่

Human milk management

- ▶ บีบใส่ syringe insulin โดยงานห้องคลอด และ หลังคลอดทุก 2 ชั่วโมง ใส่ช่อง syringe พร้อมติดสติ๊กเกอร์ชื่อมารดา ระบุวันที่และเวลา
- ▶ กรณีคลอดเอง บีบมาใหม่ควรให้แก่ทารกเร็วที่สุดเท่าที่ทำได้ (mouth care) ไปพร้อม summary labor
- ▶ กรณีผ่าตัดคลอด บีบเก็บน้ำนมที่หลังคลอด เก็บในตู้เย็น คลังน้ำนม SNB/NICUมารับที่หลังคลอด

3. การจัดการเกี่ยวกับนมแม่

Human milk management

- ▶ วันถัดไป(**Day 1**) ให้เจ้าหน้าที่ห้อง **SNB/NICU** มารับที่ห้องคลอดทุกวัน ละ 3 ครั้ง 6.00-7.00, 11.00-12.00, 17.00-18.00
- ▶ บีบเก็บสะสมไว้ใส่ **syringe insulin** แช่ตู้เย็นที่ห้องคลอด พร้อมติดสติ๊กเกอร์ชื่อมารดา ระบุวันที่และเวลา
- ▶ เก็บตัวชี้วัด จำนวนมารดาที่ได้ให้นม/ จำนวนเด็กป่วย
- ▶ วันถัดไป(**Day 2-3**) หรือเมื่อมารดาสามารถลุกเดินได้
- ▶ มารดาไปบีบส่งที่ **SNB /NICU** เองทุก 3 ชั่วโมง
- ▶ ให้มารดานอนโรงพยาบาลเพื่อส่งนมที่นรีเวช



Ten steps in Sick baby



ศูนย์ทารกแรกเกิด (Newborn Excellent Center)

- หอผู้ป่วยทารกแรกเกิดวิกฤติ (NICU)
- หอผู้ป่วยทารกแรกเกิดป่วย (SNB)



ที่ตั้ง อาคารเฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา ๕ ธันวาคม ๒๕๕๐ ชั้น ๓

นมแม่กับทารกแรกเกิดป่วย





เปิดให้บริการ 45 เตียง





NICU



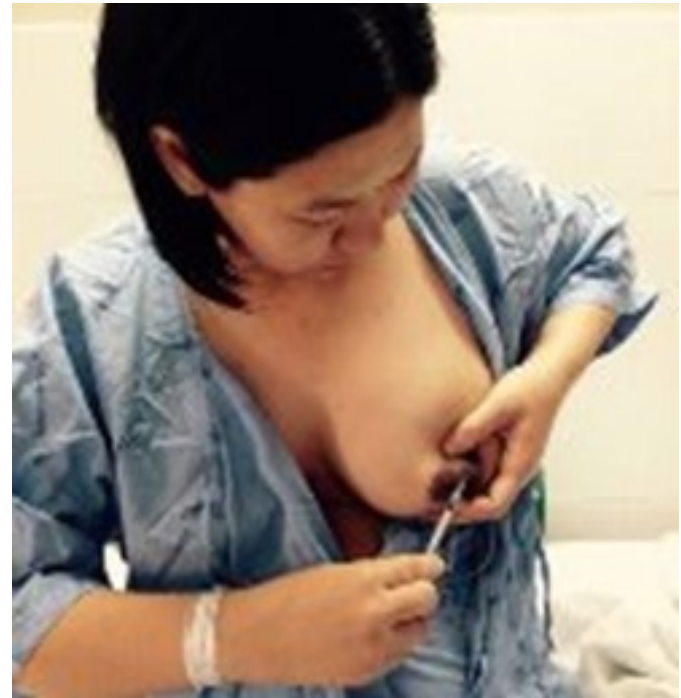
ปัจจุบันเปิดให้บริการ จำนวน 13 เตียง

Step 4: Oral Care

การทำความสะอาดช่องปากและการให้นมแม่แก่ทารก

- ▶ เริ่มนมแม่ที่เป็น colostrum
- ▶ ทำความสะอาดช่องปากทารกด้วยนมแม่
- ▶ ควรทำทุกครั้งที่แม่ปั๊มหรือบีบน้ำนม
- ▶ จนกว่าทารกจะดูดนมแม่
- ▶ หรือกินนมทางปากได้ด้วยตนเอง
- ▶ ลดการติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจ-อาหาร

ให้ความรู้มารดาเรื่อง การใช้ Syring ขนาด 1 ซีซี ดูนํ้านมมารดา เริ่มจากห่อผู้ป่วยหลังคลอด



มารดาคลอด C/S จากหอผู้ป่วยหลังคลอด



ติดสติ๊กเกอร์ให้เรียบร้อย



ทบทวนมารดา บีบน้ำนมอีกครั้งใน หอผู้ป่วย SNB หรือ NICU



ใช้ไม้พันสำลี Sterile



นำน้ำนมเคลือบช่องปากทารก (SNB)



Oral Care (SNB)



ส่งเสริมมารดาให้ทำ Oral Care ใน (SNB)



Oral Care in NICU



Oral Care in NICU



Step 5: Skin to Skin Care

การส่งเสริม skin-to-skin

- ▶ การเต้านของหัวใจสม่ำเสมอ , ได้รับออกซิเจนเพิ่มขึ้น
- ▶ ควบคุมอุณหภูมิกายทารกให้เหมาะสม
- ▶ เพิ่มน้ำหนักตัว , การเจริญเติบโตของสมอง
- ▶ ลดจำนวนวันในการอยู่โรงพยาบาล
- ▶ ทารกหลับได้นานขึ้น, หลับลึกขึ้น
- ▶ ลดความเจ็บปวด, ความเครียดของทารก
- ▶ ทารกเปลี่ยนผ่านไปกินนมแม่จากเต้าได้เร็วขึ้น

การส่งเสริม skin-to- skin ในห้องคลอด

- ▶ ปฏิบัติทุก **case** ที่คลอดปกติ
- ▶ ถ้ามารดาคลอด **C/S** ปฏิบัติที่ตึกหลังคลอด



กิจกรรมพัฒนาต่อเนื่อง

- ดูแลทารกคลอดก่อนกำหนดแบบแกงการู



กิจกรรมพัฒนาต่อเนื่อง

- ดูแลทารกตลอดก่อนกำหนดแบบแคงการู



กิจกรรมพัฒนาต่อเนื่อง



Step 6: Non-nutritive Sucking at the Breast

การดูดเต้านมเปล่า

- ▶ ทารกดูดเต้านมเปล่าได้เร็วที่สุดที่สามารถทำได้
- ▶ ให้แม่ปั๊มหรือบีบน้ำนมออกจากเต้าให้เกลี้ยง
- ▶ ให้ทารกดูดเต้าเปล่า
- ▶ เรียนรู้วิธีการดูดได้ดีในการเปลี่ยนเป็นการดูดนมแม่จริงๆ

บีบนมให้เกลี้ยงเต้า



จุดเต้าสร้างนม



ฝึกปฏิบัติด้วยตนเอง



ทารกไม่ได้รับนม



Step 7 : (Transition to breast & Technology to Support Breastfeeding)

การเปลี่ยนผ่านสู่การให้นมจากเต้า

- ▶ วิธีการดูนมเต้า
- ▶ ทำในการให้นมที่เหมาะสม
- ▶ *****การนวดกระตุ้นดูดกลืน*****

ช่วยเบื้องต้นโดยผู้ช่วยเหลือคนไข้



สอนเข้าเต้าโดยพยาบาล



การนวดกระตุ้นดูดกลืน



ถ้ามีปัญหาที่หอผู้ป่วยเด็กไม่สามารถแก้ไขได้
จะส่งต่อห้องคลินิกนมแม่



Case ที่มีปัญหาใช้เวลานาน



มารดาเข้าเต้าตัวเอง



มารดาเข้าเต้าตัวเอง



มารดาเข้าเต้าได้เองทำนอน



Step 8: Measuring Milk Transfer

การวัดปริมาณน้ำนมที่ทารกได้รับ

- ▶ การชั่งน้ำหนักทารกก่อนกินและหลังกิน
- ▶ น้ำหนักทารกควรเพิ่มขึ้น 20-30 กรัมต่อวัน
- ▶ เครื่องชั่งน้ำหนักต้องเป็นแบบดิจิทัล
- ▶ ความละเอียดของเครื่องชั่งต้องเป็นทศนิยม 3 ตำแหน่ง

เครื่องชั่งต้องเป็นแบบดิจิตอล



ป้อนด้วยช้อนเพิ่ม



ป้อนด้วยแก้วเพิ่ม



ป้อนด้วย Syring เพิ่ม



การใช้ Lactation aid



การให้นมด้วย Syring pump ต่อ



Step 9: Preparation for Discharge

การเตรียมจำหน่าย



กิจกรรมผ่อนคลายสำหรับมารดาหลังคลอด



กิจกรรมสอนการอาบน้ำ



กิจกรรมต่าง ๆ ใน มุมให้นมแม่



ประเมินปริมาณนมด้วยมือ



ปั้มนมด้วยเครื่อง



สอนวิธีการป้อนนมด้วยช้อน



สอนการเข้าเต้า



ถ้ามีปัญหาที่หอผู้ป่วยเด็กไม่สามารถแก้ไขได้
จะส่งต่อห้องคลินิกนมแม่



Case ที่มีปัญหาใช้เวลานาน



มารดาเข้าเต้าด้วยตัวเอง



ส่งจำหน่ายเมื่อมารดาและครอบครัวมีความพร้อม



Step 10: Appropriate Follow-up

การเยี่ยมติดตาม



งานที่จะพัฒนาต่อไป & การ Follow-up ที่ OPD



เจ้าหน้าที่ SNB



เจ้าหน้าที่ NICU





ปัญหาที่พบบ่อย

1. มีน้ำนมน้อยในการบิบเก็บน้ำนมในช่วงแรก ทำให้มารดาคิดว่าไม่มีน้ำนม ทำให้ท้อแท้ หยุดการบิบเก็บน้ำนม

มีงานวิจัยบอกว่าปริมาณนมที่แม่ปั๊มได้ ณ จุดเวลา 2 สัปดาห์หลังลูกคลอดเป็นปริมาณนมที่แม่จะสร้างได้เฉลี่ยต่อวันไปเรื่อยๆ แต่ถ้าคุณแม่ยังมีวินัยและปั๊มนมอย่างต่อเนื่อง ก็มีแม่หลายคนที่ยังมีปริมาณน้ำนมเพิ่มได้แม้เวลาจะผ่านไป 3-4 เดือนนะคะ

- วันที่ 1-2: อาจจะได้หยดเล็กๆ ของ **Colostrum** ซึ่งเป็นน้ำนมข้นสีเหลือง หรือไม่ได้อะไรเลยก็ได้
- วันที่ 3: อาจจะได้ถึง 15 **CC** ต่อครั้งหรืออาจจะได้แค่หยดๆ ก็ได้
- สิ้นสุดสัปดาห์แรก (ถ้ายังปั๊ม 8 ครั้งต่อวัน): อาจปั๊มได้มากถึง 60-75 **CC** ต่อครั้ง หรือ 500-600 **CC** ต่อวัน
- สิ้นสุดสัปดาห์ที่ 2 (ถ้ายังปั๊ม 8 ครั้งต่อวัน):
- ปั๊มได้ 350-400 **CC** ต่อวัน โดยอาจจะได้ประมาณ 45 **cc** (1.5 ออนซ์ต่อครั้ง) ถึง 3-4 ออนซ์ต่อครั้ง
-

1) Establishing & Maintaining Milk Supply When Bay is Not Breastfeeding, Kelly Bonyata, BS, LBCLC, 2005

สาเหตุ

- เครียดไปไหม
- ดื่มน้ำน้อยไป
- พักผ่อนไม่พอ
- ทำอะไรขาดเกินไปรีเปล่า
- อย่าเทียบกับคนอื่น

สร้างแรงจูงใจ

- บันทึกปริมาณน้ำนมที่ได้ ในแต่ละครั้ง ที่ปั๊มในรอบ 24 ชั่วโมง ในช่วง 1-2 วันแรก
- บีบน้ำนม/ปั๊มนม 15-30 นาที ให้ เกลี้ยงเต้า ทุกครั้ง เนื่องจากมีผลต่อการสร้างน้ำนม และเป็นการช่วยป้องกันปัญหาต่างๆ เช่น ท่อน้ำนมอุดตัน

2. ลูกคลอดก่อนกำหนด 31 สัปดาห์ นน.แรกเกิด 1776 อยู่ รพ.วันนี้ครบ 1 เดือน แต่มีปัญหาคือ ลูกดูนอนไม่ค่อยเก่ง หลับตลอด ตื่นช่วงเวลาดสั้นๆ

- ทารกจะนอนหลับในช่วงสัปดาห์แรกๆ อาจนอนหลับนาน **15-22** ชม/วัน เด็กเกิดก่อนกำหนดจะมีช่วงเวลานอนหลับนานและช่วงตื่นสั้น อาจจะยังรู้สึกสับสนกันระหว่างกลางวันและกลางคืน ปลุกทารกทุก **2-3** ชั่วโมง เพื่อให้นม
- กล้ามเนื้อที่ใช้ในการดูดนมยังไม่แข็งแรง การดูดนมจึงใช้เวลานาน อาจมีการกระตุ้นการดูดกลืนด้วยการนวด
- พัฒนาการ ของทารกคิดจากอายุจริงของทารก **postmenstrual (PMA) (31+4)=35 week**
- **Postnatal age 4 weeks**

วิธีการให้นมแม่ในทารกที่ป่วย

1. Oral care : ทำทันทีหลังเกิดทุก 2-3 ชั่วโมง

2. Orogastric tube (OG) feeding :

ทำในช่วงแรกเนื่องจากทารกมีภาวะเจ็บป่วยหรือมีปัญหาในการดูดการ

กลืน ไม่ใส่ NG ในช่วงแรกเนื่องจากอุดกั้นทางเดินหายใจ จะใส่

NG ในช่วงฝึกการเข้าเต้า เพราะไม่ขัดขวางการดูดกลืน

การให้นมด้วย Syring pump ต่อ



สอนวิธีการป้อนนมด้วยช้อน



วิธีป้อนนมด้วย syringe



วิธีป้อนนมด้วย cup



ควรเริ่มฝึกดูดจากเต้าเมื่อไร

- อายุครรภ์ที่เหมาะสมประมาณ **35** สัปดาห์
- ไม่มีข้อห้ามในการให้อาหาร
- ไม่มีภาวะหายใจลำบาก หรือ หัวใจล้มเหลว
- เริ่มฝึกเปลี่ยนจาก **NG** มาเป็น ช้อน หรือ **syringes , cup feeding**
- เริ่มเข้าเต้าในช่วงกลางวัน

ทารกที่มีภาวะสัลดยกรรม

- ส่วนมากมีปัญหาคิดปกติตั้งแต่กำเนิด
- Gastroschisis , duodenal atresia, jejunoileal atresia, anorectal malformation
- ขึ้นอยู่กับชนิดของโรค ในการพิจารณาให้นมแม่ แนะนำบิบเก็บน้ำนม เช่นเดียวกับทารกคลอดก่อนกำหนด