

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Chiang Mai University

ภาคผนวก

## ภาคผนวก ก

## แบบสัมภาษณ์

แบบสัมภาษณ์เพื่อการศึกษาเรื่อง ความพร้อมและการยอมรับของมารดาในระยะแรกหลังคลอด ในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ที่โรงพยาบาลแมคคอร์มิค จังหวัดเชียงใหม่

## คำชี้แจง

1. แบบสัมภาษณ์แบ่งออกเป็น 4 ส่วน ได้แก่
  - ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของครอบครัว จำนวน 15 ข้อ
  - ส่วนที่ 2 ประสบการณ์ที่ได้รับความรู้เพื่อเตรียมความพร้อมในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดาจากบุคลากรสถานบริการทางสุขภาพ จำนวน 12 ข้อ
  - ส่วนที่ 3 ความพร้อมในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดา
    - 3.1 ความพร้อมด้านร่างกายในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดา แบ่งเป็น
      - ก. ความไม่สุขสบายของร่างกายในระยะแรกคลอด จำนวน 6 ข้อ  
 หมายเหตุจากข้อที่ 1 ผิดปกติมาก หมายถึง หัวนมบอด หรือแตก  
 ผิดปกติปานกลาง หมายถึง หัวนมมุ่ม  
 ผิดปกติน้อย หมายถึง หัวนมสั้นมาก  
 ผิดปกติน้อยมาก หมายถึง หัวนมสั้นเล็กน้อย
      - ข. ความพร้อมด้านร่างกายทั่วไป ( การปฏิบัติ ) จำนวน 14 ข้อ
    - 3.2 ความพร้อมด้านจิตใจในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดา จำนวน 12 ข้อ
    - 3.3 ความพร้อมด้านสิ่งสนับสนุนในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดา จำนวน 8 ข้อ
  - ส่วนที่ 4 การยอมรับในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดาโดยรวม 5 ชั้น จำนวน 26 ข้อ
    - ชั้นที่ 1 และ 2 การให้ความสนใจและการตอบสนองในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดา
    - ชั้นที่ 3 การเกิดค่านิยมในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดา
    - ชั้นที่ 4 การจัดระบบค่านิยมในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดา
    - ชั้นที่ 5 การแสดงลักษณะตามค่านิยมในการให้เลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดาโดยปฏิบัติถูกต้องตามหลักการ

หมายเหตุ ชั้นที่ 5 คือการปฏิบัติ

มาก	หมายถึง	ปฏิบัติทุกครั้งตามหลักการ
ปานกลาง	หมายถึง	ปฏิบัติเป็นส่วนใหญ่ตามหลักการ
น้อย	หมายถึง	ปฏิบัติเป็นบางครั้งตามหลักการ
น้อยมาก	หมายถึง	ปฏิบัติน้อย
ไม่มี	หมายถึง	ไม่ได้ปฏิบัติ

2. การบันทึกผลการให้สัมภาษณ์กรุณาทำการสัมภาษณ์ทุกข้อ โปรดอย่าทิ้งไว้โดยไม่มีเหตุผล

3. ให้บันทึกเครื่องหมาย ✓ ลงใน ( ) หรือเติมข้อความลงในช่องว่างของแบบสัมภาษณ์แต่ละข้อให้ครบถ้วนตามที่ผู้ให้สัมภาษณ์ตอบ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของครอบครัว

1. ชื่อ \_\_\_\_\_ นามสกุล \_\_\_\_\_

2. อายุ \_\_\_\_\_ ปี

3. ท่านนับถือศาสนา \_\_\_\_\_

4. หอผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษา

1. ( ) สามัญ

2. ( ) พิเศษ

5. ท่านจบการศึกษาสูงสุดระดับใด

1. ( ) ไม่ได้เรียน

4. ( ) มัธยมศึกษาตอนปลาย

2. ( ) ประถมศึกษา

5. ( ) ต่ำกว่าปริญญาตรี

3. ( ) มัธยมศึกษาตอนต้น

6. ( ) ปริญญาตรีหรือสูงกว่า

6. ท่านประกอบอาชีพอะไร

1. ( ) รับจ้าง

5. ( ) รัฐวิสาหกิจ

2. ( ) ค้าขาย

6. ( ) รับราชการ

3. ( ) เกษตรกรรม

7. ( ) แม่บ้าน

4. ( ) ลูกจ้าง

8. ( ) อื่นๆระบุ.....

7. รายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือนเท่าไร ( คิครวมทั้งสามีและภรรยา )
- |                     |                       |
|---------------------|-----------------------|
| 1. ( ) $\leq 3,000$ | 4. ( ) 9,001-12,000   |
| 2. ( ) 3,001-6,000  | 5. ( ) 12,001-15,000  |
| 3. ( ) 6,001-9,000  | 6. ( ) อื่นๆระบุ..... |
8. สถานภาพสมรส
- |             |              |
|-------------|--------------|
| 1. ( ) คู่  | 3. ( ) หม้าย |
| 2. ( ) หย่า | 4. ( ) แยก   |
9. ปัจจุบันจำนวนสมาชิกในครอบครัวมี \_\_\_\_\_ คน
10. ท่านพักอาศัยอยู่กับใครบ้าง
- |                            |                                |
|----------------------------|--------------------------------|
| 1. ( ) อยู่กับสามีตามลำพัง | 5. ( ) อยู่กับบุตร             |
| 2. ( ) อยู่กับญาติ         | 6. ( ) อยู่กับสามีและบุตร      |
| 3. ( ) อยู่กับสามี และญาติ | 7. ( ) อยู่กับสามี ญาติและบุตร |
| 4. ( ) อยู่คนเดียวตามลำพัง | 8. ( ) อื่นๆ ระบุ .....        |
11. จำนวนบุตรที่มีชีวิตอยู่ ( รวมบุตรที่เพิ่งคลอดด้วยและถ้าเป็นบุตรคนแรกให้ใส่เป็นคนปัจจุบันด้วย ) \_\_\_\_\_ คน เพศชาย \_\_\_\_\_ คน เพศหญิง \_\_\_\_\_ คน
12. บุตรคนสุดท้าย ( คนปัจจุบัน ) เป็นคนที่ \_\_\_\_\_ ของบุตรที่มีชีวิตอยู่
13. เพศของบุตรคนสุดท้าย ( คนปัจจุบัน ) ( ) ชาย ( ) หญิง
14. น้ำหนักแรกคลอดของบุตรคนสุดท้าย ( คนปัจจุบัน ) \_\_\_\_\_ กรัม
15. ท่านเคยเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาหรือไม่ ( ) เคย ( ) ไม่เคย
- ชนิดของนมที่ใช้เลี้ยงบุตรคนที่ 1 \_\_\_\_\_ หย่านมเมื่อไร \_\_\_\_\_.
- ชนิดของนมที่ใช้เลี้ยงบุตรคนที่ 2 \_\_\_\_\_ หย่านมเมื่อไร \_\_\_\_\_.
- ชนิดของนมที่ใช้เลี้ยงบุตรคนที่ 3 \_\_\_\_\_ หย่านมเมื่อไร \_\_\_\_\_.

ส่วนที่ 2 ประสพการณ์ที่ได้รับความรู้เพื่อเตรียมความพร้อมในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาจากสถานบริการสุขภาพ (ตั้งแต่ในระยะตั้งครรภ์จนถึงระยะหลังคลอด)

1. การฝากครรภ์

1. ( ) ไม่ฝากครรภ์

2. ( ) ฝากครรภ์ ระบุสถานที่ฝากครรภ์.....

2. ท่านเคยได้รับความรู้เพื่อเตรียมความพร้อมในเรื่องการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาจากบุคลากรของสถานบริการสุขภาพ

1. ( ) ไม่เคย ได้รับความรู้จากแหล่งอื่น ระบุ .....

2. ( ) เคย จากใครบ้าง ( ) แพทย์

( ) พยาบาล

( ) เจ้าหน้าที่อื่นๆ ระบุ.....

เกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง ( ให้ถามรายละเอียดในข้อย่อยข้างล่าง )

ข้อความ	ทุกครั้งที่มา รับบริการ	ส่วน ใหญ่	บาง ครั้ง	น้อย มาก	ไม่ เคย
2.1 ประโยชน์ของการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา					
2.2 การเตรียมหัวนมและเต้านมสำหรับการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (โดยการคลึงและดึงหัวนมและนวดเต้านม) ในกรณีที่หัวนมปกติและผิดปกติ					
2.3 วิธีการทำความสะอาดหัวนมและเต้านม					
2.4 การเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาทันทีที่ทารกได้อยู่กับมารดา ในระยะแรกหลังคลอด					
2.5 การจัดบริการอำนวยความสะดวกในการนำบุตรมาอยู่กับมารดาโดยเร็วที่สุด					
2.6 ขั้นตอนในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา วิธีปฏิบัติเมื่อมีอาการคัดตึงเต้านมโดยการให้ทารกดูดนมมารดาสม่ำเสมอและประคบเต้านมด้วยความร้อนสลับเย็น					

ข้อความ	ทุกครั้งที่มา รับบริการ	ส่วน ใหญ่	บาง ครั้ง	น้อย มาก	ไม่ เคย
<p>2.8 วิธีปฏิบัติเมื่อมีอาการห้วนนมแตก โดยการล้างห้วนนมด้วยน้ำอุ่นสะอาดทาครีมหรือน้ำมันมะกอกหรือทาด้วยน้ำมันมารดาเองแล้วทิ้งไว้ให้แห้ง ถ้ามีห้วนนมแตกมากควรงดให้บุตรดูดนมข้างนั้นไว้ก่อน</p>					
<p>2.9 วิธีการแก้ปัญหาเมื่อมีน้ำนมไม่พอโดยการนวดเต้านม ให้ทารกดูดนมมารดาสม่ำเสมอ ดื่มน้ำมากๆ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ และพักผ่อนให้เพียงพอ</p>					
<p>2.10 การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ให้ครบทั้ง 5 หมู่ คือ เนื้อ นม ไข่ ผักและผลไม้ ในปริมาณที่เพียงพอ</p>					
<p>2.11 งดอาหารที่ให้โทษแก่ร่างกาย ได้แก่ อาหารหมักดอง ชา กาแฟ ยาอดงเห็ด้าและเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์</p>					
<p>2.12 ดื่มน้ำให้เพียงพอวันละ 10-12 แก้ว</p>					

## ส่วนที่ 3 ความพร้อมในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดา

## 3.1 ความพร้อมด้านร่างกายในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดา

ข้อความ	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยมาก	ไม่มี	หมายเหตุ
<p>ก. ท่านมีความผิดปกติและความไม่สุขสบายของร่างกายในระยะแรกหลังคลอดเหล่านี้มากน้อยเพียงใด</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. หัวนมของท่านมีลักษณะผิดปกติ</li> <li>2. มีอาการคัดตึงเต้านม</li> <li>3. ปริมาณน้ำนม</li> <li>4. มีอาการปวดแผลฝีเย็บ</li> <li>5. มีอาการปวดมดลูก</li> <li>6. มีอาการอ่อนเพลีย ระบุสาเหตุ.....</li> <li>.....</li> <li>.....</li> <li>.....</li> <li>.....</li> </ol>						

ข้อความ	เป็นประจำ สม่ำเสมอ	ส่วนใหญ่	บางครั้ง	น้อย มาก	ไม่ ปฏิบัติ	หมายเหตุ
<p>ข. ท่านมีความพร้อมด้านร่างกาย โดยการปฏิบัติตัวในระยะตั้งครรภ์จนถึงหลังคลอดอย่างไร</p> <p>1. ในระยะตั้งครรภ์ได้ดูแลสุขภาพทั่วไปไม่ให้เกิดการเจ็บป่วยและมีอาการเจ็บป่วยรีบปรึกษาแพทย์หรือบุคลากรทางสาธารณสุขทุกครั้ง</p> <p>2. ในระยะตั้งครรภ์ท่านงดการทำงานหนักที่เสี่ยงต่อการเกิดอันตราย</p> <p>3. ในระยะตั้งครรภ์ท่านได้ออกกำลังกาย</p> <p>4. ในระยะตั้งครรภ์ท่านได้ดูแลรักษาความสะอาดของหัวนมและเต้านมทุกครั้งหลังอาบน้ำ</p> <p>5. ในระยะตั้งครรภ์ท่านได้มีการเตรียมเต้านมโดยการนวดเต้านม และเตรียมหัวนมโดยการคลึงและการดึง (ทั้งในกรณีที่หัวนมปกติและผิดปกติ)</p> <p>6. ในระยะตั้งครรภ์ท่านรับประทานยา เช่น วิตามิน และยาบำรุงอื่นๆ ตามคำแนะนำของแพทย์เพื่อให้ร่างกายมีความสมบูรณ์แข็งแรง</p> <p>7. ในระยะตั้งครรภ์และระยะแรกหลังคลอด ท่านได้รับประทานอาหารประเภท เนื้อสัตว์ ปลา ไข่ นม ผักสด และผลไม้ ได้ครบในแต่ละวัน</p> <p>8. ในระยะตั้งครรภ์และระยะแรกหลังคลอด ท่านงดอาหารและเครื่องดื่มประเภท ของคอง ยา คองเห็ด ชา กาแฟ และเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์</p> <p>9. ในระยะตั้งครรภ์และระยะแรกหลังคลอด ท่านสวมเสื้อยกทรงที่มีขนาดพอเหมาะกับเต้านม ในเวลากลางวัน</p> <p>10. ระยะแรกหลังคลอดท่านมีการพักผ่อนนอนหลับอย่างเพียงพอ ( นอนหลับอย่างเพียงพออย่าง</p>						

ข้อความ	เป็น ประจำ สม่ำเสมอ	ส่วน ใหญ่	บาง ครั้ง	น้อย มาก	ไม่ ปฏิบัติ	หมายเหตุ
<p>น้อยคืบละ 6-8 ชั่วโมง กลางวัน 1-2 ชั่วโมง)</p> <p>11. ในระยะแรกหลังคลอดและให้นมบุตรท่านได้ ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 10-12 แก้ว</p> <p>12. ในระยะหลังคลอดและให้นมบุตรท่านได้ดูแล รักษาความสะอาดของร่างกาย โดยการอาบน้ำ อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ทำความสะอาดอวัยวะเพศ ทุกครั้งหลังขับถ่าย และเปลี่ยนผ้าอนามัยทุกครั้ง ที่ ชุ่ม</p> <p>13. ในระยะแรกหลังคลอดและให้นมบุตรท่านมี การดูแลตนเองเพื่อให้มีความพร้อมในการให้นม บุตร โดยเมื่อมีอาการไม่สบายขอคำแนะนำจาก แพทย์หรือบุคลากรทางสาธารณสุข เช่นเวลาปวด แผลก็ขอยาแก้ปวด</p> <p>14. ในระยะแรกหลังคลอดและให้นมบุตรท่านได้ บริหารร่างกายหลังคลอดตามคำแนะนำที่ได้รับ จากเจ้าหน้าที่หรือบุคลากรทางสาธารณสุข</p>						

## 3.2 ความพร้อมด้านจิตใจในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดา

ข้อความ	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยมาก	ไม่ใช่	หมายเหตุ
<p>ท่านมีความพร้อมด้านจิตใจในรายละเอียดต่อไปนี้มากน้อยเพียงใด</p> <p>1. ขณะที่ท่านตั้งครรภ์กับบุตรคนนี้ท่านรู้สึกดีใจและภูมิใจ</p> <p>2. ในระยะตั้งครรภ์ท่านมีความตั้งใจที่จะเลี้ยงบุตรด้วยนมตนเอง</p> <p>3. ท่านคิดว่าน้ำนมแม่มีประโยชน์ต่อตัวท่านและบุตร</p> <p>4. ท่านคิดว่าการเลี้ยงบุตรด้วยนมตนเองก่อให้เกิดความรำคาญหรือรบกวนความสุขสบายของท่าน*</p> <p>5. ท่านมีความวิตกกังวลในเรื่องการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดามากน้อยเพียงใด*</p> <p>6. ท่านมีความวิตกกังวลในเรื่องอื่นๆ* ระบุ.....</p> <p>7. ท่านเกิดอาการซึมเศร้าในระยะแรกหลังคลอดและให้นมบุตร*</p> <p>8. ท่านมีอาการเปลี่ยนแปลงได้ง่ายในระยะแรกหลังคลอดและให้นมบุตร*</p> <p>9. ในระยะแรกหลังคลอดและให้นมบุตรท่านมีความเต็มใจที่จะเลี้ยงบุตรด้วยนมตนเอง</p> <p>10. ท่านได้มีการพักผ่อนทางด้านจิตใจ เช่น ชมรายการโทรทัศน์ และอ่านหนังสือ และอื่นๆ ระบุ.....</p> <p>11. ท่านคิดว่าเพศของบุตรคนนี้เป็นไปตามความต้องการของท่าน</p> <p>12. ท่านคิดว่าการให้นมบุตรจะเป็นการสร้างความสัมพันธ์และความใกล้ชิดระหว่างมารดาและบุตร</p>						

\* ข้อความด้านล่าง

## 1.3 ความพร้อมด้านสิ่งสนับสนุนในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา

ข้อความ	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยมาก	ไม่ใช่	หมายเหตุ
<p>ท่านมีความพร้อมด้านสิ่งสนับสนุนในรายละเอียดต่อไปนี้มากน้อยเพียงใด</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ท่านเคยมีประสบการณ์ในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา (พิจารณาระยะเวลาที่ให้นมบุตรและจำนวนบุตร)</li> <li>2. ในระยะตั้งครรภ์ท่านได้รับความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา การดูแลหัวนมและเต้านมจากบุคลากรทางการแพทย์เมื่อมารับบริการ</li> <li>3. สามีได้กระตุ้นเตือนและเอาใจใส่โดยการจัดหาอาหารที่มีประโยชน์ในระยะตั้งครรภ์และระยะแรกหลังคลอดแก่ท่าน</li> <li>4. สามีได้คอยเตือนให้ท่านได้พักผ่อนอย่างเพียงพอกับความต้องการของร่างกายในระยะตั้งครรภ์และระยะแรกหลังคลอด</li> <li>5. สามีได้ให้กำลังใจท่านในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา</li> <li>6. สามีมาเยี่ยมและได้ให้คำแนะนำและช่วยเหลือท่านในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา</li> <li>7. บุคคลอื่นๆ เช่น ญาติ เพื่อนบ้าน หรือ เพื่อนมาเยี่ยมและกระตุ้นรวมทั้งให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาแก่ท่าน</li> <li>8. ในระยะแรกหลังคลอดท่านได้รับการกระตุ้นและแนะนำให้เลี้ยงทารกด้วยนมมารดาจากเจ้าหน้าที่หรือบุคลากรทางการแพทย์</li> </ol>						

ส่วนที่ 4 การยอมรับในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาโดยรวม 5 ชั้น

ข้อความ	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยมาก	ไม่ใช่	หมายเหตุ
<p>ท่านยอมรับในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาในรายละเอียดต่อไปนี้มากน้อยเพียงใด</p> <p><u>ชั้นที่ 1 และชั้นที่ 2 การให้ความสนใจและการตอบสนองในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดา</u></p> <p>1. ท่านมีความพอใจและยินดีที่ได้รับคำแนะนำเรื่องการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาจากเจ้าหน้าที่หรือบุคลากรทางสาธารณสุข</p> <p>2. ท่านได้แสวงหาความรู้ในเรื่องการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาจากสื่อต่างๆ ได้แก่ หนังสือ วิทยุ โทรทัศน์ และคู่มือ</p> <p>3. ท่านมีความกระตือรือร้นในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา</p> <p>4. เมื่อท่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาได้ขอคำปรึกษาและซักถามบุคคลที่มีความรู้หรือบุคลากรทางสาธารณสุข</p> <p><u>ชั้นที่ 3 การเกิดค่านิยมในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดา</u></p> <p>5. ท่านคิดว่าความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาที่ได้รับจากแหล่งต่าง ๆ นั้นมีประโยชน์ช่วยให้ท่านเกิดความมั่นใจในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดา</p> <p>6. ท่านเชื่อว่าการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดานั้นดีกว่าการเลี้ยงด้วยนมผสม</p> <p>7. ท่านเชื่อว่าการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาไม่มีผลทำให้เต้านมเสียรูปทรง</p> <p>8. ท่านเชื่อว่าการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา มีความสะดวก สะอาดและปลอดภัย ไม่ต้องเสียเวลาในการเตรียม</p>						

ข้อความ	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยมาก	ไม่ใช้	หมายเหตุ
<p>9. ท่านเชื่อว่าการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาช่วยให้มดลูกเข้าอู่ได้เร็วขึ้น</p> <p>10. ท่านเชื่อว่าการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาทำให้รูปร่างของมารดากลับคืนสู่สภาพเดิมได้เร็ว</p> <p>11. ท่านเชื่อว่าการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาช่วยให้ประหยัดค่าใช้จ่าย</p> <p><u>ขั้นที่ 4 การจัดระบบค่านิยมในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา</u></p> <p>12. ท่านคิดว่าจะแนะนำบุคคลที่ใกล้ชิดให้เลี้ยงทารกด้วยนมมารดา</p> <p>13. ขณะที่ท่านให้นมบุตรได้กอดและสัมผัสบุตรทำให้ท่านเกิดความรู้สึกรักใคร่และผูกพัน</p> <p>14. สามียให้ความช่วยเหลือขณะที่ท่านให้นมบุตรทำให้เกิดความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคลในครอบครัว</p> <p>15. ท่านรู้สึกภูมิใจที่จะได้เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา</p> <p>16. ท่านรู้สึกว่าท่านจะได้ทำหน้าที่ความเป็นมารดาสมบูรณ์ถ้าเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา</p> <p><u>ขั้นที่ 5 การแสดงลักษณะตามค่านิยมในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาโดยการปฏิบัติถูกต้องตามหลักการ</u></p> <p>17. ท่านได้เลี้ยงทารกด้วยนมมารดาตั้งแต่วันแรกหลังคลอดจนถึงวันนี้</p> <p>หมายเหตุเริ่มให้นมมารดาวันที่ระบุ .....</p> <p>18. ถึงแม้ท่านจะปวดแผลหรือปวดมดลูกก็มีความอดทนที่จะเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา</p> <p>19. ก่อนและหลังให้นมบุตรท่านล้างมือด้วยน้ำและสบู่ให้สะอาด</p> <p>20. ท่านปฏิบัติตามคำแนะนำวิธีการทำความสะอาดหัวนมและเต้านมก่อนและหลังให้นมบุตร</p> <p>21. ท่านสามารถอุ้มทารกให้ศีรษะอยู่สูงกว่าลำตัวเมื่อ</p>						

ข้อความ	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย มาก	ไม่ใช่	หมายเหตุ
<p>เมื่อผู้มทากรในทำนังขณะให้มบุตร</p> <p>22. ในแต่ละมือท่านได้ให้ทารกคุณมมารดาโดยให้ คุณมมารดาทั้งสองเต้าสลับกัน</p> <p>23. หลังให้มท่านได้ผู้มทากรพาดบ่าหรือผู้มทากรให้ อยู่ในทำนังเพื่อให้เธอ</p> <p>24. ท่านบีบน้ำนมที่เหลือทิ้งหลังให้มบุตรเพื่อช่วยให้ เต้านมว่างและมีการสร้างน้ำนมใหม่อย่างเพียงพอใน ระยะเวลาที่ต้องการ</p> <p>25. การให้ทารกคุณมมารดาครั้งต่อไปท่านได้เริ่ม ให้ดูจากเต้านมข้างที่ดูดทีหลังเมื่อมือก่อนหน้านี้</p> <p>26. ท่านคิดว่าจะให้มบุตรอย่างต่อเนื่องจนถึง 6 เดือน ระบุ..... ( ) ให้มมารดาอย่างเดียว ( ) ให้มมารดาสลับกับนมผสม</p>						

### คู่มือแบบสัมภาษณ์

จากข้อความข้อที่ 17 การเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาตั้งแต่ระยะแรกหลังคลอดตามหลักการ คือ หลังคลอดประมาณ 2 ถึง 8 ชั่วโมง ไม่ควรเกิน 12 ชั่วโมง มารดาควรเริ่มให้ทารกดูดนมมารดา เป็นครั้งแรก เพื่อเป็นการกระตุ้นให้เกิดการหลั่งของน้ำนมเร็วขึ้นและเป็นการหัดให้ทารก รู้จักดูดนมมารดา จากนั้นให้ทารกดูดครั้งต่อไปทุก 2-3 ชั่วโมง หรือเมื่อทารกแสดงอาการว่า ต้องการนม เช่น ร้อง หรือดูดนิ้วเป็นต้น

จากข้อความข้อที่ 16 วิธีการทำความสะอาดหัวนมและเต้านมก่อนและหลังให้นมบุตรที่ถูกต้อง ตามหลักการ มีขั้นตอนในการปฏิบัติดังนี้

1. ใช้สำลีชุบน้ำอุ่นหรือน้ำต้มสุกเช็ดบริเวณหัวนม 1 ครั้งแล้วทิ้ง ถ้าบริเวณหัวนมมี สะเก็ดน้ำนมเหลืองหรือคราบไคลแห้งติดที่หัวนม ห้ามแกะ ให้ใช้ผ้าขนหนูนุ่มๆ หรือสำลีชุบน้ำอุ่น ประคบไว้ให้คราบนุ่มลอกตัวแล้วค่อยๆ เช็ดออก
2. นำสำลีชุบน้ำอุ่นหรือน้ำต้มสุกเช็ดเป็นวงกลมรอบๆ ตั้งแต่บริเวณลานนมไปจนถึงฐานนมแล้วทิ้งโดยไม่มีการเช็ดย้อนกลับ ถ้าเต้านมยังไม่สะอาดให้ใช้สำลีก้อนใหม่ชุบน้ำอุ่น หรือน้ำต้มสุกเช็ดซ้ำอีกครั้งในลักษณะเดิม
3. ทำให้ครบทั้งสองข้างแล้วทิ้งไว้ให้แห้ง
4. ทำความสะอาดเต้านมทั้งก่อนและหลังให้นมบุตรทุกครั้ง

จากข้อความข้อที่ 21 การอุ้มบุตรในการให้นมที่ถูกต้องตามหลักการ มีหลักการปฏิบัติดังนี้

นั่งหรือนอนในท่าสบาย อุ้มบุตรให้ศีรษะสูงกว่าลำตัวเมื่อบุตรอยู่บนตัก เมื่อนอนบนที่นอน ให้ปากอยู่ในระดับเดียวกับหัวนม ท่าในการให้นมบุตรนั้นมารดาสามารถเลือกปรับได้ตามความถนัดและความเหมาะสมกับสภาพของร่างกายในระยะหลังคลอด ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความสุขสบายที่สุดแก่มารดา ใช้แขนโอบรอบตัว มีรองรับอยู่ที่ก้นหรือต้นขาบุตร จับบุตรนอนตะแคงหันหน้าเข้าหาอกมารดา ศีรษะบุตรวางบนข้อพับของแขน ปรับแขนให้ปากบุตรอยู่ระดับเดียวกับปลายหัวนม ใช้มืออีกข้างหนึ่งซ้อนใต้ราวนม วางนิ้วหัวแม่มือที่ด้านบนของเต้านมอีกส้นนิ้วอยู่ข้างใต้ใช้นิ้วชี้กดผิวหนังเข้าหาตัวพร้อมกับพลิกนิ้วหัวแม่มือไปข้างหน้า(อยู่เหนือลานนม) ถ้าสังเกตจะเห็นปลายหัวนมชี้ลงตรงกับปากของบุตรพอดี สอดหัวนมเข้าปากให้พอดีกับจังหวะอ้าปากของบุตร ใ้บุตรอมหัวนมเข้าไปลึกๆ จนเหงือกบุตรกดบริเวณลานนม หรืออีกวิธีหนึ่ง วางหมอนหรือเบาะบนตัก จับบุตรนอนตะแคงหันหน้าเข้าหาเต้านมมารดาเช่นเดียวกัน แต่ใช้มือซ้อนใต้คอ ถูกแทนการโอบกอด การสอดหัวนมเข้าปากบุตรปฏิบัติเช่นเดิม มารดาอาจใช้นิ้วมือกดเต้านมเบาๆ เหนืองูบุตรเพื่อช่วยให้หายใจได้สะดวกในกรณีที่มารดามีเต้านมใหญ่ การอุ้มบุตรควรแนะนำ

มารดาให้ระมัดระวังอย่าให้หิวนมเลื้อนหลุดจากปาก โดยกดกระชับบุตรเข้าแนบตัวในลักษณะตัวบุตรงอคล้ายตัวอักษรซี (C)

จากข้อความข้อที่ 23 วิธีการอุ้มบุตรเพื่อให้เรอหลังให้นมที่ถูกต้องตามหลักการ มีหลักในการปฏิบัติดังนี้

1. ทำนั่งบนตัก มารดาจัดให้ทารกนั่งอยู่บนตักโดยใช้มือข้างหนึ่งประคองบริเวณใต้คางของบุตร มืออีกข้างหนึ่งลูบบริเวณแผ่นหลังของบุตรจากด้านล่างขึ้นไปด้านบน จนกระทั่งบุตรเรอ
2. ทำอุ้มพาดบ่า มารดาอุ้มบุตรขึ้นพาดบ่าโดยใช้แขนโอบรอบตัวมือรองรับอยู่ที่ก้นของบุตร ใช้มือลูบบริเวณแผ่นหลังจากด้านล่างขึ้นไปด้านบน จนกระทั่งบุตรเรอ ระวังอย่าให้จมูกบุตรกดทับกับหัวไหล่ของมารดา

## ภาคผนวก ข

## สถิติที่ใช้ในการศึกษา

1. การหาความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์ โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบราค (coefficient alpha by Cronbach) (เพชรน้อย สិងห์ช่างชัย และคณะ, 2539, หน้า 212)

จากสูตร

$$\alpha \left[ \frac{n}{n-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma_x^2} \right]$$

$\sigma$  = ความเชื่อมั่นของแบบวัด

$n$  = จำนวนข้อคำถาม

$\sigma_i^2$  = ความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ

$\sigma_x^2$  = ความแปรปรวนของคะแนนผู้ตอบทั้งหมด

2. หาความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความพร้อมในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดาโดยรวมและรายด้าน กับคะแนนการยอมรับในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดา วิเคราะห์โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson product Moment Correlation Coefficient) ซึ่งมีสูตรดังนี้ (จรัญ จันทลักษณ์ และอนันต์ชัย เขื่อนธรรม , 2529, หน้า 232)

$$r = \frac{\sum XY - (\sum X)(\sum Y) / n}{\sqrt{[\sum X^2 - (\sum X)^2 / n][\sum Y^2 - (\sum Y)^2 / n]}}$$

เมื่อ  $r$  = สัมประสิทธิ์สัมพันธ์ระหว่างคะแนน ความพร้อมในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดากับคะแนนการยอมรับในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดา

$\sum X$  = ผลรวมของคะแนนความพร้อมในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดา

$\sum Y$  = ผลรวมของคะแนนการยอมรับในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดา

3. การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร โดยใช้ค่าไค - สแควร์ (chi - square) (เพชรน้อย สิงห์ช่างชัยและคณะ, 2539, หน้า 342)

จากสูตร

$$X^2 = \sum_{i=1}^r \sum_{f=1}^c \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}}$$

$X^2$  = ค่าความสัมพันธ์ไค - สแควร์

$O_{ij}$  = จำนวนความถี่ข้อมูล ที่ได้จากการสังเกตแถวที่  $i$  สดมภ์ที่  $j$

$E_{ij}$  = จำนวนความถี่ข้อมูล ที่ได้จากการคาดหวังแถวที่  $i$  สดมภ์ที่  $j$

$$= \frac{(n_i)(n_j)}{N}$$

$$= \frac{(\text{ผลรวมความถี่แถวที่ } i)(\text{ผลรวมของสดมภ์ที่ } j)}{\text{ผลรวมของความถี่ทั้งหมด}}$$

$C$  = จำนวนสดมภ์

$R$  = จำนวนแถว

การคำนวณดัชนีความตรงตามเนื้อหา (Wattz.&Bausell,1981)

$$\text{ดัชนีความตรงตามเนื้อหา (content validity index)} = \frac{\text{จำนวนข้อที่เห็นด้วยตรงกัน}}{\text{จำนวนข้อทั้งหมด}}$$

ดัชนีความตรงตามเนื้อหาของแบบสัมภาษณ์ ความพร้อมและการยอมรับของมารดา ระยะแรกหลังคลอดในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ได้จากค่าเฉลี่ยความตรงกันของผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน

$$\text{ดัชนีความตรงตามเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1 และคนที่ 2} = 0.91$$

$$\text{ดัชนีความตรงตามเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1 และคนที่ 3} = 0.92$$

$$\text{ดัชนีความตรงตามเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1 และคนที่ 4} = 0.92$$

$$\text{ดัชนีความตรงตามเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1 และคนที่ 5} = 0.91$$

$$\text{ดัชนีความตรงตามเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2 และคนที่ 3} = 0.95$$

$$\text{ดัชนีความตรงตามเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2 และคนที่ 4} = 0.97$$

$$\text{ดัชนีความตรงตามเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2 และคนที่ 5} = 0.92$$

$$\text{ดัชนีความตรงตามเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3 และคนที่ 4} = 0.98$$

$$\text{ดัชนีความตรงตามเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3 และคนที่ 5} = 0.93$$

$$\text{ดัชนีความตรงตามเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4 และคนที่ 5} = 0.94$$

$$\text{รวม} = 9.35$$

$$\text{จำนวนผู้ทรงคุณวุฒิ} = 10 \text{ คู่}$$

$$\text{ดังนั้น ดัชนีความตรงกันของผู้ทรงคุณวุฒิ} = \frac{9.35}{10} = 0.94$$

## ภาคผนวก ก

ตาราง 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุและระดับคะแนนความพร้อมโดยรวม ทั้ง 3 ด้าน

อายุ	ระดับคะแนนความพร้อมโดยรวมทั้ง 3 ด้าน		รวมจำนวน ทุกกลุ่ม (ร้อยละ)
	มาก จำนวน (ร้อยละ)	มากที่สุด จำนวน (ร้อยละ)	
≤ 25 ปี	18 (72)	7 (28)	25 (100)
> 25 ปี	31 (56.4)	24 (43.6)	55 (100)
รวม	49	31	80

จากตาราง 1 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีอายุมากกว่า 25 ปี มีระดับคะแนนความพร้อมโดยรวม ทั้ง 3 ด้านอยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 43.6 ซึ่งมีร้อยละมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีอายุน้อยกว่าหรือเท่ากับ 25 ปี คือ ร้อยละ 28

ตาราง 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอาชีพและระดับคะแนนความพร้อมโดยรวม ทั้ง 3 ด้าน และทดสอบความแตกต่างด้วย ไค – สแควร์

อาชีพ	ระดับคะแนนความพร้อมโดยรวมทั้ง 3 ด้าน		รวมจำนวน ทุกกลุ่ม
	มาก จำนวน (ร้อยละ)	มากที่สุด จำนวน (ร้อยละ)	
รับจ้างและลูกจ้าง	22 (48.9)	23 (51.1)	45 (100)
ค้าขาย	16 (80.0)	4 (20.0)	20 (100)
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	11 (73.3)	4 (26.7)	15 (100)
รวม	49	31	80

Chi - square = 6.78 ( $p < .05$ )

จากตาราง 2 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ประกอบอาชีพรับจ้างและลูกจ้าง มีระดับคะแนนความพร้อมโดยรวม ทั้ง 3 ด้านอยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 51.1 ซึ่งมีร้อยละมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ประกอบอาชีพค้าขาย และไม่ได้ประกอบอาชีพ คือ ร้อยละ 20 และร้อยละ 26.7 ตามลำดับ และเมื่อทดสอบความแตกต่างของระดับคะแนนความพร้อม โดยรวมทั้ง 3 ด้านกับอาชีพของกลุ่มตัวอย่าง พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับการศึกษาและระดับคะแนนการยอมรับ โดยรวมทั้ง 5 ชั้น และทดสอบความแตกต่างด้วย ไค – สแควร์

ระดับการศึกษา	ระดับคะแนนการยอมรับ โดยรวมทั้ง 5 ชั้น		รวมจำนวน ทุกกลุ่ม
	มาก จำนวน (ร้อยละ)	มากที่สุด จำนวน (ร้อยละ)	
ต่ำกว่าหรือเท่ากับประถมศึกษา	6 (31.6)	13 (68.4)	19 (100)
มัธยมศึกษา	3 (9.1)	30 (90.9)	33 (100)
สูงกว่ามัธยมศึกษา	2 (7.1)	26 (92.9)	28 (100)
รวม	11	69	80

Chi – square = 6.73 (p<.05)

จากตาราง 3 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาและสูงกว่ามัธยมศึกษา มีระดับคะแนนการยอมรับโดยรวม ทั้ง 5 ชั้นอยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 90.9 และร้อยละ 92.9 ตามลำดับ ซึ่งมีร้อยละมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีการศึกษาด้านต่ำกว่าหรือเท่ากับประถมศึกษา คือ ร้อยละ 68.4 และเมื่อทดสอบความแตกต่างของระดับคะแนนการยอมรับ โดยรวมทั้ง 5 ชั้นกับระดับการศึกษาของกลุ่มตัวอย่าง พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 4 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง ความพร้อมด้านสิ่งสนับสนุนกับความพร้อมด้านร่างกาย และด้านจิตใจของกลุ่มตัวอย่าง

ความพร้อมด้านร่างกายและด้านจิตใจ	ความพร้อมด้านสิ่งสนับสนุน (rxy)
ความพร้อมด้านร่างกาย	.306**
ความพร้อมด้านจิตใจ	.263*

\*\*p<.01 \*p<.05

จากตาราง 4 พบว่าความพร้อมด้านสิ่งสนับสนุนในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดาของกลุ่มตัวอย่างมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความพร้อมด้านร่างกายและด้านจิตใจในการเลี้ยงทารกด้วยน้ำนมมารดาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ .05 ( $r = .306, .263$ )

## ภาคผนวก ง

## รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

- |                           |           |  |
|---------------------------|-----------|--|
| 1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์วิมล | ธนสุวรรณ  | อาจารย์ประจำภาควิชากุมารเวชศาสตร์<br>คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่      |
| 2. อาจารย์รุจิรา          | อินทรตุล  | คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค<br>มหาวิทยาลัยพายัพ                             |
| 3. อาจารย์ชูคนธร          | สันติธรรม | รักษาการรองคณบดีฝ่ายวิชาการ<br>คณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค<br>มหาวิทยาลัยพายัพ   |
| 4. อาจารย์ดวงทิพย์        | เจริญยิ่ง | อาจารย์ประจำภาควิชาสูติศาสตร์<br>คณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค<br>มหาวิทยาลัยพายัพ |
| 5. คุณสุธาวดี             | ไชยอินคำ  | หัวหน้างานห้องคลอด โรงพยาบาลนครพิงค์<br>จังหวัดเชียงใหม่                       |

## ประวัติผู้เขียน

ชื่อ นามสกุล	นางสาวนงนุช ตันทะรา
วัน เดือน ปีเกิด	13 ตุลาคม 2513
ประวัติการศึกษา	สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมปลาย โรงเรียนจักรคำคณาทร ปีการศึกษา 2532 สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาการพยาบาลและผดุงครรภ์ คณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค มหาวิทยาลัยพายัพ ปีการศึกษา 2537
ประวัติการทำงาน	พ.ศ. 2537 - 2542 พยาบาลประจำการหอผู้ป่วยพิเศษสูติ-นรีเวช และแผนกทารกแรกคลอด โรงพยาบาลแมคคอร์มิค