

ประสิทธิผลของโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมกาเลี้ยงลูก
ด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์ อำเภอเมือง จังหวัดกระบี่
THE EFFECTIVENESS OF DEVELOPMENT PROGRAM
ON BREASTFEEDING BEHAVIOR OF PREGNANT WOMEN
IN MUANG DISTRICT, KRABI PROVINCE

ผู้วิจัย

จุไรรัตน์ อังสิริกุล¹

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมกาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์จนถึงระยะหลังคลอด เขตอำเภอเมือง จังหวัดกระบี่ กลุ่มตัวอย่างคือหญิงตั้งครรภ์ เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 30 คน กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมกาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์ ใช้ระยะเวลาประมาณ 16 สัปดาห์ กลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองคือโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมกาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยแบบทดสอบ มีการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน ค่าดัชนีความสอดคล้อง .88 นำเครื่องมือไปทดลองใช้กับหญิงตั้งครรภ์ที่มีคุณสมบัติคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน หาค่าความเที่ยงของแบบทดสอบความรู้ ได้ค่า KR-20 เท่ากับ .80 แบบประเมินทัศนคติได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค ได้เท่ากับ .71 และแบบประเมินพฤติกรรมกาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ .72 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ Independent t-test

ผลการศึกษาพบว่าหญิงตั้งครรภ์ที่ได้รับโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมกาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์มีความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมกาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนใช้โปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมกาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 และหญิงตั้งครรภ์ที่ได้รับโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมกาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์มีค่าเฉลี่ยความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมกาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

คำสำคัญ : โปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมกาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์

¹ นักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี

ABSTRACT

This study was based on the quasi-experimental research. The purpose of the study : first, to compare the Knowledge, Attitude, and Behavior (K.A.B.) of the pregnant women of Muang district, Krabi province. Before and after they participated in the development program on breastfeeding behavior; second, to compare the K.A.B. of the control and experimental group. Purposive sampling was used to select the participants. The total number of the participants was 60 pregnant women and was divided equally into two groups, control and experimental. The program was developed from the Socio-Cognitive Theory and Social Support Theory. The researcher developed 3 questionnaires to test the Knowledge, Attitude, and Behavior of pregnant women to breastfeeding. The test for Knowledge has .80 reliability calculated using Kuder-Richardson Formula 20 while the Cronbach's alpha was used for the questionnaires of Attitude and Behavior and they had a reliability of .71 and .72, respectively. The data was analyzed using percentage, mean, standard deviation and independent t-test. The results were to :

The pregnant women under the experimental group had higher K.A.B. after participating compared to their K.A.B. before the program. ($p < .05$)

The pregnant women's K.A.B. under the experimental group was significantly higher compared to the control group. ($p < .05$)

Keyword : Development Program on Breastfeeding Behavior of Pregnant women

บทนำ

นมแม่เป็นอาหารธรรมชาติเพียงอย่างเดียวที่ดีที่สุดและเหมาะสมที่สุดสำหรับเลี้ยงทารก เพราะอุดมไปด้วยสารอาหารครบถ้วนและมีส่วนประกอบต่างๆ ที่สำคัญกว่า 200 ชนิด (กรมอนามัย, 2550) นมแม่มีคุณค่าทางโภชนาการอย่างครบถ้วน สะอาด ปลอดภัย ย่อยง่าย และมีภูมิคุ้มกันต่อโรคต่างๆ อีกทั้งมีสารอาหารจำเป็นสำหรับบำรุงสมอง ส่งผลให้เด็กมีการเจริญเติบโตที่สมบูรณ์แข็งแรงในช่วงแรกของชีวิต การเลี้ยงทารกด้วยนมแม่สามารถป้องกัน

การเสียชีวิตในเด็กอายุ 0-5 ปีที่ได้ผลดีที่สุด ส่งเสริมภาวะโภชนาการ ลดโรคขาดสารอาหาร (Akobeng, Ramanan, Buchan, & Heller, 2005) พัฒนาเชาวน์ปัญญา (ทวีศิลป์ วิษณุโยธิน และคนอื่นๆ, 2557) ลดความเสี่ยงของการติดเชื้อในระบบทางเดินอาหาร โรคติดเชื้อในทางเดินหายใจ หูชั้นกลางหรือแก้วหูอักเสบ (Otitis media) โรคเบาหวาน โรคอ้วน โรคมะเร็งต่อมน้ำเหลือง ชนิดฮอดจ์กิน (Hodgkin's lymphoma) โรคเยื่อหุ้มสมองอักเสบจากเชื้อแบคทีเรีย (Bacterial meningitis) โรคติดเชื้อในทางเดินปัสสาวะ (Urinary tract infection) โรคลำไส้เล็กและใหญ่

อักเสบ (Necrotizing enterocolitis) โรคมูมิแพ้ (Kull, Wickman, Lilja, Nordvall, & Pershagen, 2002) โรคไหลตายในเด็ก (Sudden Infant Death Syndrome หรือ SIDS) (WHO, 2011) โรคอ้วน โรคหอบหืด (Asthma) (WH Oddy, 1999) โรคโครห์น (Crohn's disease) (Rigas *et al.*, 1993) และอีกหลายโรค

องค์การอนามัยโลก (WHO) และองค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ (UNICEF) เห็นประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จึงแนะนำให้สตรีเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว (Exclusive Breast feeding) เป็นเวลา 6 เดือน ต่อจากนั้นจึงให้อาหารเสริมตามวัยควบคู่กับนมแม่ต่อไป จนครบอายุ 2 ปีหรือเลยไป (WHO, 2011) การติดตามสถานการณ์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในภูมิภาคต่างๆ ขององค์การอนามัยโลก พบว่า ในปี พ.ศ.2551 ประเทศที่พัฒนาแล้วบางประเทศมีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง เช่น แคนาดา (ร้อยละ 53) สหรัฐอเมริกา (ร้อยละ 43) ในบางประเทศก็พบอัตราต่ำ เช่น สวีเดน (ร้อยละ 24) อังกฤษ (ร้อยละ 21) และพบอัตราสูงมากในประเทศที่กำลังพัฒนา เช่น สาธารณรัฐรวันดา โดยพบอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 4 เดือน ร้อยละ 94.4 และอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ร้อยละ 88.4 สำหรับประเทศในทวีปเอเชียมีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 6 เดือน ดังนี้ สาธารณรัฐเกาหลี ร้อยละ 65 กัมพูชา ร้อยละ 60 จีน ร้อยละ 48 ฟิลิปปินส์ ร้อยละ 34 ตีมอร์ ร้อยละ 31 เวียดนาม ร้อยละ 19 ในปี พ.ศ.2556 The State of the World's Children รายงานสถานการณ์ภาพรวมทั่วโลก ว่า พบอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวไม่เกิน 6 เดือน ร้อยละ 39 (ลูติพร และคณะ, 2556)

ประเทศไทยตั้งเป้าหมายการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือน ในปี พ.ศ.2558 ไว้ที่ร้อยละ 60 แต่ปรากฏว่าประเทศไทยมีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือน อยู่ในลำดับที่ 3 จากลำดับที่ต่ำที่สุดของโลก และลำดับที่ต่ำที่สุดของเอเชีย จากการสำรวจระบุว่า ทารกไทยอายุ 0-5 เดือน ระหว่างปี พ.ศ.2549-2554 กินนมแม่อย่างเดียว ร้อยละ 5.4 ในปี พ.ศ.2552 ร้อยละ 15 และลดต่ำลงเหลือเพียงร้อยละ 12.3 ในปี พ.ศ.2555 (ยุพยง แห่งเชาวนิช, 2557) การพัฒนาคุณภาพบริการของสถานบริการสาธารณสุข ได้กำหนดระดับความสำเร็จการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือน ในปี พ.ศ.2558 ร้อยละ 60 ซึ่งจากผลการดำเนินงานอำเภอเมือง จังหวัดกระบี่ มีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ร้อยละ 31.82 (ปี พ.ศ.2555) ร้อยละ 43.49 (ปี พ.ศ.2556) และร้อยละ 45.30 (ปี พ.ศ.2557) ซึ่งก็ถือว่า การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ยังไม่ผ่านตามเกณฑ์ที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนด

ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีแนวคิดที่ว่า ถ้าบุคลากรสาธารณสุขในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ซึ่งเป็นสถานบริการที่อยู่ใกล้ชิดกับประชาชนส่วนใหญ่ในชุมชน มีวิธีการ แนวทาง หรือรูปแบบกิจกรรมที่สามารถประยุกต์ความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สามารถนำไปให้ความรู้แก่หญิงตั้งครรภ์ได้ง่ายและชัดเจน ในโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมการส่งเสริมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ประยุกต์ใช้แนวคิดการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory) ร่วมกับแนวคิดแรงสนับสนุนทางสังคม (Social Support Theory) ร่วมด้วย โดยใช้แม่ตัวแบบชุมชนที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ครบ 6 เดือน รวมถึงให้บุคคล

ในครอบครัว สามี พ่อแม่ ญาติพี่น้อง เพื่อนบ้าน เพื่อนร่วมงาน อาสาสมัครสาธารณสุข เจ้าหน้าที่สาธารณสุข กลุ่มในชุมชน เช่น กลุ่มเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นต้น ร่วมส่งเสริม สนับสนุน ให้หญิงตั้งครรภ์มีความพร้อมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งจะทำให้กลุ่มเป้าหมายประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยาวนานตามนโยบายประเทศ

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาประสิทธิผลโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดกระบี่
2. เพื่อเปรียบเทียบความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง

สมมติฐานของการวิจัย

หญิงหลังคลอดหลังได้รับโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์ มีความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนใช้โปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

หญิงหลังคลอดที่ได้รับโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มควบคุม

วิธีดำเนินการวิจัย

1. รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (Quasi-experimental Research Design)

แบบการทดลองก่อนเรียนและหลังเรียนแบบมีกลุ่มควบคุม (Pretest-Posttest Control Group Design) รูปแบบการวิจัยแบบมีกลุ่มเปรียบเทียบ วัดผลก่อนและหลังการทดลอง

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

2.1 ประชากร

หญิงตั้งครรภ์ ที่ฝากครรภ์กับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลในเขตอำเภอเมือง จังหวัดกระบี่

2.2 กลุ่มตัวอย่าง

การกำหนดขนาดตัวอย่าง

กำหนดขนาดตัวอย่างโดยคำนวณจากการศึกษาของอรทัย บัวคำ และคณะ (2550) ผลของการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่ออัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 4 เดือนในมารดาที่มีบุตรคนแรก : โรงพยาบาลอำนาจเจริญ มีค่าอิทธิพล 5.48 ซึ่งมีค่าสูง ทำให้ได้กลุ่มตัวอย่างที่น้อยมาก แต่เพื่อให้การศึกษานี้มีความน่าเชื่อถือ ผู้วิจัยจึงได้กำหนดค่าขนาดอิทธิพลที่ระดับ .80 และกำหนดความเชื่อมั่นที่ .05 อำนาจการทดสอบ (power of test) ที่ระดับ .80 และนำมาเปิดตารางการประมาณขนาดกลุ่มตัวอย่างจากอำนาจการทดสอบ (Power analysis) ของ Cohen, J Cohen (1988) ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง กลุ่มละ 26 คน สำหรับกลุ่มทดลอง และ 26 คน สำหรับกลุ่มควบคุม และเพื่อทดแทนการสูญหายของกลุ่มตัวอย่างที่อาจเกิดขึ้น ผู้วิจัยจึงเพิ่มกลุ่มตัวอย่างอีกกลุ่มละ 20% (attrition rate) เป็นกลุ่มละ 30 ราย

กลุ่มตัวอย่างคือ หญิงตั้งครรภ์ที่อายุครรภ์ตั้งแต่ 36-38 สัปดาห์ มารดาไม่มีปัญหาที่ทำให้ไม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ ลักษณะหวั่นมปกติ มีบุตรมาแล้วอย่างน้อย 1 คน ฝากครรภ์ที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลในเขตอำเภอเมือง จังหวัดกระบี่

การเลือกเข้ากลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ผู้วิจัยได้ใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย เพื่อคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลอง โดยจับสลาก โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล 11 แห่ง และศูนย์สุขภาพชุมชน 1 แห่ง รวม 12 แห่ง โดยจับสลากกลุ่มทดลอง 6 แห่ง ที่เหลือ จะเป็นกลุ่มควบคุม 6 แห่ง โดยกลุ่มทดลอง ทำกิจกรรมตามโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ส่วนอีกกลุ่มได้รับการให้คำปรึกษา/คำแนะนำตามปกติ

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ที่มาฝากครรภ์ในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบล โดยวิธีการคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ โดยกำหนดกลุ่มตัวอย่าง แต่ละโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลแห่งละ 3-5 คน ให้เพียงพอกับขนาดกลุ่มตัวอย่าง ในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

4. ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ ได้แก่ โปรแกรมการ พัฒนาพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประกอบด้วย การเรียนรู้ผ่านตัวแบบ แรงสนับสนุน ทางสังคม การสาธิต ฝึกปฏิบัติ การติดตาม เยี่ยมบ้าน การให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์

ตัวแปรตาม ได้แก่ ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

5. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วยเครื่องมือ 2 ชุด คือ

ชุดที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บ รวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย 4 ส่วน ดังนี้

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 20 ข้อ

2. แบบประเมินความรู้เกี่ยวกับการ เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จำนวน 15 ข้อ ลักษณะ คำถามปลายปิด มีคำตอบไม่เกิน 1 คำตอบ ลักษณะข้อความโดยกำหนดการให้คะแนนคือ

ใช่ ไม่แน่ใจ ไม่ใช่ ตอบถูกได้ 1 คะแนน ตอบผิด ได้ 0 คะแนน ถ้าตอบไม่แน่ใจได้ 0 คะแนน ประกอบด้วยข้อคำถามครอบคลุม 5 ส่วนดังนี้

- 1) ความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วย นมแม่
- 2) ประโยชน์ของการเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่
- 3) วิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- 4) การประเมินการได้รับนมแม่
- 5) ปัญหาที่พบเกี่ยวกับการ เลี้ยงลูกด้วยนมแม่

3. แบบประเมินทัศนคติในการ เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จำนวน 14 ข้อ ลักษณะ คำตอบเป็นมาตราวัด 4 ระดับ (Rating Scale) คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

4. แบบประเมินพฤติกรรม การ เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จำนวน 16 ข้อ ลักษณะ คำตอบเป็นแบบประมาณค่า 4 ระดับ (Rating Scale) ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติบ่อยครั้ง ปฏิบัติเป็น ครั้งคราว และไม่ปฏิบัติเลย

โดยประเมินความรู้ ทักษะ และพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่าง เดียว อย่างน้อย 6 เดือน ในกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 2 ครั้ง ครั้งที่ 1 ในช่วงเตรียมความพร้อม ก่อนดำเนินโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ พร้อมสามีหรือบุคคลใกล้ชิดในครอบครัวที่เป็น ผู้สนับสนุนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็น รายกลุ่ม อายุครรภ์ 36-38 สัปดาห์ และ ครั้งที่ 2 ในระยะ 12 สัปดาห์หลังคลอด

ชุดที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่

1. โปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประกอบด้วย แผนการ จัดกิจกรรม จำนวน 2 ครั้ง ดังนี้

มีการเตรียมความพร้อมในระยะตั้งครรภ์ 36-38 สัปดาห์ (กลุ่มเป้าหมายคือหญิงตั้งครรภ์ และสามีหรือบุคคลใกล้ชิดครอบครัว) ใช้เวลาประมาณ 60 นาที

ครั้งที่ 1 ระยะหลังคลอดขณะอยู่บ้าน (กลุ่มเป้าหมายหญิงหลังคลอด และสมาชิกครอบครัว) ในระยะ 1 อาทิตย์ ติดตามช่วยเหลือ ให้คำแนะนำการช่วยเหลือสนับสนุนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยสมาชิกในครอบครัว ใช้เวลาประมาณ 45-60 นาที

ครั้งที่ 2 ระยะหลังคลอดขณะอยู่บ้าน (กลุ่มเป้าหมายหญิงหลังคลอด และสมาชิกครอบครัว) ในระยะ 2 อาทิตย์หลังคลอด ติดตามช่วยเหลือ ให้คำแนะนำการช่วยเหลือสนับสนุนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยสมาชิกในครอบครัว ใช้เวลาประมาณ 45-60 นาที

จากนั้นมีการติดตามเยี่ยมกลุ่มตัวอย่างทางโทรศัพท์ทุก 2 สัปดาห์ เพื่อสอบถามปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยุทธหว่างนี้หากกลุ่มตัวอย่างมีปัญหา ข้อเสนอสามารถติดต่อขอคำปรึกษาผู้วิจัยได้ตลอดเวลา

2. คู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
3. อุปกรณ์สาริตการแก้ปัญหาหัวนม
4. ภาพพลิกประโยชน์ของการเลี้ยงลูก

ด้วยนมแม่

5. Power Point นมแม่

6. การวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และ Independent t-test

ผลการศึกษา

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ด้านข้อมูลทั่วไปของกลุ่มหญิงตั้งครรภ์พบว่า กลุ่มตัวอย่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีอายุเฉลี่ย 26.03 ปี (S.D. = 4.67) และ 26.57 (S.D. = 5.39) รายได้ของครอบครัว พบว่ากลุ่มตัวอย่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีรายได้ของครอบครัวเฉลี่ย 11,583.33 (S.D. = 5722.13) และ 13,900.00 (S.D. = 8692.45) ระยะเวลาคลอด พบว่ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีระยะเวลาคลอดเฉลี่ย 17.07 (S.D. = 4.41) และ 16.87 (S.D. = 5.91) อายุครรภ์ลูกคนปัจจุบัน พบว่ากลุ่มตัวอย่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีอายุครรภ์โดยเฉลี่ย 36.63 (S.D. = 0.85) และ 36.40 (S.D. = 0.62) ระดับการศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษา ร้อยละ 56.7 และร้อยละ 56.7 ลักษณะครอบครัว พบว่าทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีลักษณะเป็นครอบครัวเดี่ยว ร้อยละ 56.67 และ 63.33 ตามลำดับ

ข้อมูลการฝากครรภ์ลูกคนปัจจุบันลำดับที่ของบุตรกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่เป็นบุตรลำดับที่ 2 ร้อยละ 56.67 และ ร้อยละ 80 กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่เคยได้รับความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร้อยละ 86.67 และร้อยละ 90 กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่ได้รับความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากเจ้าหน้าที่พยาบาล ร้อยละ 60 และ 63.33 (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลทั่วไป	หญิงตั้งครรภ์			
	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
อายุ	26.03	4.67	26.57	5.39
รายได้ครอบครัว	11,583.33	5,722.13	13,900.00	8,692.45
ระยะเวลาลาคลอด	17.07	4.41	16.87	5.91
อายุครรภ์ลูกคนปัจจุบัน	36.63	0.85	36.40	0.62
บุตรคนที่ (ส่วนใหญ่) 2	N = 17	56.67%	N = 24	80%
ระดับการศึกษา (ส่วนใหญ่) ระดับมัธยมศึกษา	N = 17	56.67	N = 17	56.67
อาชีพ (ส่วนใหญ่) แม่บ้าน	N = 16	53.33%	N = 16	33.33%
สถานภาพสมรส (ส่วนใหญ่) คู่	N = 28	93.33%	N = 29	96.67%
ลักษณะครอบครัว (ส่วนใหญ่) ครอบครัวเดี่ยว	N = 17	56.67	N = 19	63.33%
พบเจ้าหน้าที่สาธารณสุขตามนัด (ส่วนใหญ่) ทุกครั้ง	N = 28	93.33%	N = 28	93.33%
เคยได้รับความรู้เรื่องนมแม่ (ส่วนใหญ่) เคย	N = 26	88.67%	N = 27	90.00%
แหล่งความรู้นมแม่ (ส่วนใหญ่) เจ้าหน้าที่พยาบาล	N = 18	60.00%	N = 19	63.33%

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยผลของโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมการเล่นลูกด้วยนมแม่ ก่อนและหลังการทดลอง

ตัวแปร	กลุ่มทดลอง				t	p-value
	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ความรู้	7.73	2.50	11.43	1.17	-10.39	0.00
ทัศนคติ	41.83	2.91	45.27	2.61	8.13	0.00
พฤติกรรม	32.47	2.58	38.10	3.31	-9.16	0.00

ส่วนที่ 2 เปรียบเทียบความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง (ตามตารางที่ 2)

เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์ พบว่าก่อนการได้รับโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการเลี้ยงลูก

ด้วยนมแม่ เท่ากับ 7.73 (S.D. = 2.50), 41.83 (S.D. = 2.91) และ 32.47 (S.D. = 2.58) หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เท่ากับ 11.43 (S.D. = 1.17), 45.27 (S.D. = 2.61) และ 38.10 (S.D. = 3.31) ตามลำดับ เมื่อนำไปทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย พบว่าหญิงตั้งครรภ์มีความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สูงกว่าก่อนการใช้โปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

ตาราง 3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานในกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง				t	p-value	หลังการทดลอง				t	p-value
	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม				กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.			$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ความรู้	7.73	2.50	8.77	1.91	-1.79	.07	11.43	1.17	9.23	1.61	6.06	.000
ทัศนคติ	41.83	2.91	40.33	3.51	1.80	.007	45.27	2.61	41.10	3.44	5.29	.000
พฤติกรรม	32.47	2.58	34.50	2.99	-1.75	.08	38.10	3.31	35.17	2.18	4.06	.000

มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ส่วนที่ 3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยสำหรับตัวแปรตาม ก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และกลุ่มควบคุม (ตามตารางที่ 3)

พบว่าการได้รับโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ค่าเฉลี่ยความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในกลุ่มทดลอง เท่ากับ 7.73 (S.D. = 2.50), 41.83 (S.D. = 2.91) และ 32.47 (S.D. = 2.58) ตามลำดับ และค่าเฉลี่ยตัวแปรตามในกลุ่มควบคุม

เท่ากับ 8.77 (S.D. = 1.91), 40.33 (S.D. = 3.51) และ 34.50 (S.D. = 2.99) ตามลำดับ ภายหลังได้รับโปรแกรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พบว่าค่าเฉลี่ยความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ในกลุ่มทดลอง เท่ากับ 11.43 (S.D. = 1.17), 45.27 (S.D. = 2.61) และ 38.10 (S.D. = 3.31) ตามลำดับ และค่าเฉลี่ยตัวแปรตามในกลุ่มควบคุม เท่ากับ 9.23 (S.D. = 1.61), 41.10 (S.D. = 3.44) และ 35.17 (S.D. = 2.18) ตามลำดับ

สรุปและอภิปรายผล

สรุปผล

การวิจัยครั้งนี้ศึกษาผลของโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์ อำเภอเมือง จังหวัดกระบี่ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental Research) แบบ Pretest-Posttest Control Group Design มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิภาพโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดกระบี่ โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory) โดยวิธีการเรียนรู้จากการสังเกตแบบตัวแบบหรือจากการเลียนแบบ และทฤษฎีแรงสนับสนุนทางสังคม (Social Support Theory) กลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขตอำเภอเมือง จังหวัดกระบี่ คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 30 คน ผลการวิจัยพบว่า

1. ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หลังการใช้โปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในกลุ่มทดลอง มีความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สูงกว่าก่อนการใช้โปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

2. ค่าเฉลี่ยความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่ากลุ่มทดลองที่ใช้โปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

มีค่าเฉลี่ยความรู้ ทักษะ และพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

สมมติฐาน 1 หญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลอง หลังได้รับโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์ มีความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สูงกว่าก่อนใช้โปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์เป็นไป สอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัยที่พบว่า หญิงตั้งครรภ์ที่ได้รับโปรแกรมการพัฒนา พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์ มีความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมในการเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนใช้โปรแกรมการพัฒนา พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 อธิบาย ได้ว่า การใช้โปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ประสบความสำเร็จ ทั้งในแง่ของความรู้ ทักษะ และพฤติกรรม ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เน้นให้หญิงตั้งครรภ์ ได้ความรู้ที่ถูกต้อง มีการฝึกปฏิบัติ ทำให้เกิด ทักษะและความชำนาญ หญิงตั้งครรภ์ปรับเปลี่ยน ความคิด ทักษะ เจตคติ จากการแลกเปลี่ยน ประสบการณ์และการสร้างแรงจูงใจกับตัว แบบในชุมชน การสนับสนุนจากสามีหรือบุคคล ใกล้ชิดคอยช่วยเหลือขณะหลังคลอด การได้รับ การติดตามเยี่ยมบ้านโดยเจ้าหน้าที่ และมีการ ติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์เป็นระยะ ให้ช่องทาง ในการขอคำปรึกษากรณีมีปัญหาในการให้นม ทำให้หญิงตั้งครรภ์มีพฤติกรรมที่เหมาะสม มีความมั่นใจและสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ ผลการวิจัยนี้ สอดคล้องกับการศึกษาของ พัชรินทร์ จันทรอาสา (2555) ที่พบว่าการใช้ โปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

อย่างเดียวโปรแกรมเฉพาะรายสำหรับมารดาที่มีบุตรคนแรก ที่ฝากครรภ์และคลอดที่โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้าโดยมีสามีเข้ามามีส่วนร่วมการพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับตัวแบบที่ประสบความสำเร็จด้วยนมแม่อย่างเดียว มีคะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้ประโยชน์และรับรู้ความสามารถ อิทธิพลระหว่างบุคคลที่มีผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และหลังคลอด 2 เดือนร้อยละ 90 ของกลุ่มตัวอย่างสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว สอดคล้องกับการศึกษาของอภิรดี กิมพิทักษ์ (2554) ที่ได้ศึกษาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาครรภ์แรก อายุครรภ์ 36 สัปดาห์ และคลอดที่โรงพยาบาลดำเนินสะดวก จำนวน 3 ครั้ง ก่อนทดลอง ระยะหลังคลอดก่อนกลับบ้าน และ 8 สัปดาห์หลังคลอด ผลการวิจัยพบว่าระยะ 8 สัปดาห์หลังคลอดกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อในความสามารถตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และความคาดหวังในผลลัพธ์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และ วิจิตรา มณีขันธ์ (2552) ศึกษาการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรม การเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาของมารดาที่มีบุตรคนแรก กลุ่มทดลองจะได้รับกิจกรรมการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง ผลการวิจัยพบว่าคะแนนการรับรู้ความสามารถในการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดา ภายหลังได้รับกิจกรรมการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง ของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาภายหลัง

ได้รับกิจกรรมการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สมมติฐาน 2 หญิงตั้งครรภ์ที่ได้รับโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีความรู้ทัศนคติ และพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มควบคุมพบว่าหญิงตั้งครรภ์ได้รับการโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์มีค่าเฉลี่ย ความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อธิบายได้ว่า ในการเตรียมความพร้อมหญิงตั้งครรภ์ อายุครรภ์ 36-38 สัปดาห์ ก่อนเข้าโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ในหญิงตั้งครรภ์ จำนวน 1 ครั้ง โดยประยุกต์ใช้ ทฤษฎีการเรียนรู้ปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory) โปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จากการเรียนรู้ของมนุษย์ และปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนและสิ่งแวดล้อม ในสังคมที่มีอิทธิพลต่อกัน โดยส่วนมากมนุษย์ให้ความสำคัญต่อการรู้คิดในการเรียนรู้จากการสังเกตและการเลียนแบบ ใช้ขั้นตอนการเรียนรู้ โดยการเลียนแบบ ซึ่งประกอบด้วย 4 ขั้นตอน คือ 1) ความใส่ใจ (Attention) เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์สนใจพฤติกรรมของแม่ตัวแบบที่ประสบความสำเร็จ ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยแนะนำแม่ตัวแบบ ให้แม่ตัวแบบเล่าประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน เช่น ผลดีของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 2) กระบวนการจำ (Retention) ให้หญิงตั้งครรภ์สังเกตและสามารถ อธิบายสิ่งที่แม่ตัวแบบนำเสนอ โดยให้หญิงตั้งครรภ์สรุปตามประเด็นต่างๆ ตามความเข้าใจ 3) กระบวนการเลียนแบบ (Reproduction) หญิงตั้งครรภ์สามารถแสดงวิธีการหรือปฏิบัติได้

และ 4) กระบวนการจูงใจ (Motivation) หญิงตั้งครรภ์เกิดความมั่นใจ มีแรงจูงใจและมีพฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งการเรียนรู้จากการสังเกตแม่ตัวแบบหรือการเลียนแบบโดยใช้แม่ตัวแบบที่เป็นเจ้าหน้าที่สาธารณสุข อาสาสมัครสาธารณสุข และแม่ในชุมชนที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ครบ 6 เดือน ซึ่งจะทำให้หญิงตั้งครรภ์เห็นตัวแบบที่ใกล้เคียงตนเอง เมื่อตัวแบบทำได้ ตนเองก็น่าจะทำได้เช่นเดียวกัน

โปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ใช้วิธีการส่งเสริมพฤติกรรมตามกลวิธีแรงสนับสนุนทางสังคม โดยใช้แนวคิดแรงสนับสนุนทางสังคม (Social Support Theory) ซึ่งพฤติกรรมในการให้แรงสนับสนุนทางสังคมทั้ง 4 ประเภท ประกอบด้วย 1) การสนับสนุนทางอารมณ์ (Emotion Support) เช่น การดูแลเอาใจใส่จากสามีและบุคคลใกล้ชิด การติดตามเยี่ยมจากเจ้าหน้าที่เป็นการแสดงถึงความห่วงใย 2) การสนับสนุนด้านการให้การประเมินผล (Appraisal Support) การบอกถึงผลดีของการปฏิบัติ เช่นการสนับสนุนให้สามีหรือบุคคลใกล้ชิดทราบผลดีในการช่วยเหลือเพื่อให้หญิงหลังคลอดสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ 3) การสนับสนุนทางด้านข้อมูลข่าวสาร (Information Support) เช่นการให้คำแนะนำและการให้คำปรึกษาต่างๆ 4) การสนับสนุนทางด้านเครื่องมือ (Instrumental Support) เช่นการสนับสนุนทั้งทางด้านเงิน แรงงาน และเวลาของทุกๆ ฝ่าย เช่นบุคคลในครอบครัว เช่น สามี พ่อแม่ ญาติพี่น้อง เพื่อนบ้าน เพื่อนร่วมงาน อาสาสมัครสาธารณสุข เจ้าหน้าที่สาธารณสุข กลุ่มในชุมชน เช่นกลุ่มเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นต้น ร่วมส่งเสริม สนับสนุนให้หญิงตั้งครรภ์มีความพร้อมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามความ

ตั้งใจ และสามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ญานิศา เกื้อนเจริญ (2550) ที่ใช้ศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของมารดา ร่วมกับการสนับสนุนของสามีต่อการปฏิบัติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การใช้คำพูดชักจูง การเรียนรู้ผ่านตัวแบบ พบว่าการปฏิบัติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอด ร่วมกับการสนับสนุนของสามีสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลปกติ สอดคล้องกับงานวิจัยของ เกศิณีนารถ ทองปัญญา (2552) ที่จัดโครงการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวของครอบครัว โดยให้ครอบครัวมีส่วนร่วม เพื่อให้ระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวของมารดายาวนานขึ้น การนำครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมรับรู้ถึงประโยชน์ ข้อดีของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำให้ครอบครัวปรับเปลี่ยนความเชื่อทัศนคติที่ดี การเยี่ยมบ้านเป็นการช่วยเหลือแก้ไขปัญหาให้กับมารดาหลังคลอดและครอบครัว เป็นการช่วยให้กิจกรรมยั่งยืน และสามารถทำให้มารดาหลังคลอดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวของมารดายาวนานขึ้น และสอดคล้องกับการศึกษาของ มัทนา สารสุทธกุล (2554) ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอดในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพอนามัยที่ 1 กรุงเทพฯ พบว่ากลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงในด้านการรับรู้โอกาสเสี่ยงของการเกิดโรค การรับรู้ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การรับรู้อุปสรรคของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ความสามารถของตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แรงสนับสนุนทางสังคมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นไปในทางที่ดีขึ้นก่อนการทดลองและดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1.1 โปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สามารถใช้เป็นรูปแบบ กิจกรรมการให้ความรู้เรื่องนมแม่แก่กลุ่ม หญิงตั้งครรภ์ที่มารับบริการที่สถานบริการ สาธารณสุขเช่นโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบล เพื่อสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

1.2 โปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่จัดขึ้นครั้งนี้ ประกอบด้วย กิจกรรมต่างๆ หลายกิจกรรม ซึ่งกิจกรรม ที่น่าสนใจมากสำหรับกลุ่มตัวอย่างคือการ ให้คำแนะนำสามีหรือบุคคลใกล้ชิดในครอบครัว ในการช่วยเหลือ สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วย นมแม่ของหญิงหลังคลอด ซึ่งทุกคนในครอบครัว ได้มีส่วนร่วม ซึ่งจะนำไปสู่การปฏิบัติของการ เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่เหมาะสมต่อไป

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ในการจัดโปรแกรมเพื่อพัฒนา พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แบบนี้ สามารถ นำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินงานด้านอื่น หรือ กลุ่มเป้าหมายในชุมชนอื่นๆ ได้โดยเลือกนำ โปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมฯ โดยการเรียนรู้ ผ่านตัวแบบ แรงสนับสนุนทางสังคม ในการ จัดโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพด้านอื่น ซึ่งจะ ช่วยพัฒนาให้เกิดพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม เพื่อสุขภาพที่ดีต่อไป

2.2 ควรมีการติดตามผลของ โปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรม การเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์ในระยะยาวเพื่อศึกษา ความยั่งยืนของพฤติกรรม

เอกสารอ้างอิง

- เกศินีารถ ทองปัญญา. **โครงการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวของครอบครัว.** การค้นคว้าแบบอิสระพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลครอบครัว มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2552.
- ญาณิศา เกื้อนเจริญ. **ผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของมารดา ร่วมกับการสนับสนุนของสามีต่อการปฏิบัติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่.** วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2550.
- ฐิติพร โตโพธิ์ไทย และคณะ. **รายงานการศึกษาการรับรู้การรณรงค์เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการโฆษณาแม่กับความรู้ ทักษะ และ การตัดสินใจเลือกนมลูกของแม่และญาติ.** สำนักงานพัฒนานโยบายระหว่างประเทศ กระทรวงสาธารณสุข. กรุงเทพฯ, 2550.
- ทวีศิลป์ วิษณุโยธิน, ไซยดา ภาวสิทธิไพสิฐ, พรทิพย์ วชิรดิถก, พัชรินทร์ อรุณเรือง และวิมลวรรณ ปัญญาอ่อน. **ร่วมสร้างสมองเด็กไทยให้ฉลาด.** ม.ป.พ. : สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2557.
- พัชรินทร์ จันทร์อาส. **การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดบุตรคนแรก โปรแกรมเฉพาะรายสำหรับมารดาที่มีบุตรคนแรก.** วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาเอกการพยาบาล (2554). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2555.
- มัทนา สารสุทธกุล. **ประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอดในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพอนามัยที่ 1.** วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2554.
- ยุพียง แห่งเชาวนิช. **“ร่วมกันช่วย ปักธงชัย ให้นมแม่” มุลนิธิศูนย์นมแม่, ฉบับนมแม่โลก สิงหาคม, 2557.**
- วิจิตรา มณีขัติย์. **การส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาของมารดาที่บุตรคนแรก.** วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาการสุขภาพ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2552.
- สาธารณสุข, กระทรวง กรมอนามัย สำนักส่งเสริมสุขภาพ. **นโยบายการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในประเทศไทย.** เอกสารประกอบการอบรม หลักสูตรการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข. (เอกสารอัดสำเนา), 2550.
- อภิรดี กิมพิทักษ์. **ผลของโปรแกรมส่งเสริมความสามารถในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาครรภ์แรก.** วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลสาธารณสุข บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2554.

- Akobeng AK¹, Ramanan AV, Buchan I, Heller RF. Arch Dis Child. **Effect of breastfeeding on risk of coeliac disease : a systematic review and meta-analysis of observational studies**. Retrieved November 29, 2014, from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16287899>, 2006.
- House, J.S., Kahn, Rl. **Measures and concepts of social support**. In : Cohen, S., Syme S.I., editors. Social support and health. Orlando. Retrieved December 1, 2014, from <http://qhr.sagepub.com/content/8/3/304>, 1985.
- Kull I, Wickman M, Lilja G, Nordvall S, Pershagen G. **“Breast feeding and allergic diseases in infants—a prospective birth cohort study”**. (Online). Available : <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>. (2014, September 25), 2002.
- Rigas A, Rigas B, Glassman M, Yen YY, Lan SJ, Petridou E, Hsieh CC, Trichopoulos. **Breast-feeding and maternal smoking in the etiology of Crohn’s disease and ulcerative colitis in childhood**. Retrieved November 29, 2014, from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/8275215>, 1993.
- WH Oddy. **Senior research association between breast feeding and asthma in 6 year old children**. **BMJ**. Retrieved November 29, 2014, from <http://dx.doi.org/10.1136/bmj.319.7213.815>, 1999.
- WHO. **Exclusive breastfeeding for six months best for babies everywhere**. Retrieved December 1, 2014, from http://www.who.int/nutrition/topics/exclusive_breastfeeding/en, 2011.