

ห้องนั่งเล่น



เปลนอน



ห้องนอน



ขวดนม



นมผง



Moderate
tongue tie



Diaper rash



Mild distention
abdomen



Umbilical
weeping





Problems & Goals of Treatment

Problems	Goals of treatment
<u>1. ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่</u> 1.1. ลูกได้กินนมผสมและน้ำ (กินนมแม่ได้ 8 วันหลังเกิด) โดยส่วนมากดูจากขวดนมเป็นหลัก เนื่องจากมารดาและญาติบอกว่า กินนมแม่แล้วมีอาการท้องเสียถ่ายบ่อย 5-6 ครั้งต่อวัน ตั้งแต่ที่กินนมผสมมีอาการท้องอืดบ้างเป็นบางครั้ง ถ่ายอุจจาระเป็นเม็ดๆ มีถ่ายแบ่งเป็นบางครั้ง ไม่มีครีตก	• ให้มารดาทราบและตระหนักถึงประโยชน์ของนมแม่ • ชี้ให้เห็นถึงผลเสียของการใช้นมผสม • สอนวิธีเข้าเต้าอย่างถูกวิธีให้กับมารดา

Problems	Goals of treatment
1. <u>ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่</u> 1.2. มารดาคิดว่าน้ำนมไม่พอ ไม่ทราบวิธี เก็บน้ำนมอย่างถูกวิธี	• ประเมินและสอนวิธีการตรวจดูปริมาณน้ำนมให้กับมารดา • ให้มารดาตระหนักถึงความจำเป็นในการปั้มนมอย่างสม่ำเสมอและวิธีการเก็บน้ำนมที่ถูกต้อง ตลอดจนการเตรียมความพร้อมก่อนกลับไปทำงานตามปกติ

Problems	Goals of treatment
<u>1. ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่</u> 1.3. มารดาเลี้ยงและดูแลขวดนมไม่ถูกวิธี โดยการต้มน้ำร้อนให้เดือด จึงใส่และเขย่าในขวดนม	อธิบายการดูแลและล้างทำความสะอาดขวดนมอย่างถูกวิธี เพื่อสุขอนามัยที่ดีของทารก
1.4. มารดาให้ลูกกิน gripe water เนื่องจากลูกมีอาการท้องอืด	อธิบายสาเหตุของอาการท้องอืด และข้อเสียของการกิน gripe water

Problems	Goals of treatment
<u>2. ปัญหาสุขภาพด้านอื่นๆ</u> 2.1. มารดาไม่ต้องการมีบุตรในช่วง 5 ปีนี้ ก่อนออกจากรพ.มารดาได้รับการแนะนำให้คุมกำเนิดแบบฝังยาคุม แต่ตัดสินใจใช้การฉีดยาคุมแทน เนื่องจากญาติบอกว่าเคยฝังแล้วไม่ดี มีอาการเวียนศีรษะ และกลัวเป็นมะเร็ง บวกกับมีปัญหาเรื่องค่าใช้จ่าย	• แนะนำวิธีการคุมกำเนิดชนิดต่างๆ รวมถึงข้อดีข้อเสียและระยะเวลาในการคุมกำเนิดของแต่ละวิธี โดยแนะนำวิธีการฝังยาคุม เนื่องจากคุมได้นาน • อธิบายให้มารดาทราบถึงผลข้างเคียงของยาคุมแต่ละชนิด • ให้ผู้ตรวจสอบสิทธิในการเบิกจ่ายกับทางรพ.อีกครั้งตอนนัดตรวจหลังคลอด

Problems	Goals of treatment
2. <u>ปัญหาสุขภาพด้านอื่นๆ</u> 2.2. มารดารับประทานยาเอ็ะบ็อและยาชุดจากร้านขายยา เพื่อช่วยขับน้ำคาวปลา	• อธิบายให้ทราบถึงกลไกในการปรับตัวของมารดาหลังคลอด รวมถึงข้อเสียของการรับประทานยาขับน้ำคาวปลา • ส่งเสริมให้รับประทานยาบำรุงที่ได้จากโรงพยาบาล
2.3. บิดาและมารดาเป็นหวัดมีอาการไอ มีน้ำมูก ไม่มีไข้ นาน 3 - 4 วัน (ลูกนอนห้องเดียวกันกับบิดามารดา)	• ส่งเสริมให้มารดารักษาสุขภาพอนามัย ใช้ผ้าปิดปาก ล้างมือก่อนและหลังสัมผัสลูก ป้องกันการติดต่อกับคนในครอบครัว • แนะนำว่าหากลูกมีอาการไม่สบายให้ไปตรวจรักษาที่รพ.

Problems	Goals of treatment
<u>2. ปัญหาสุขภาพด้านอื่น ๆ</u> 2.4. ทารกมีผื่นแดงขึ้นที่ก้น(diaper rash)	• อธิบายให้ทราบถึงสาเหตุการเกิดผื่น เช่น การอับชื้น • ส่งเสริมให้มารดาเช็ดล้างและทำความสะอาดบริเวณก้นอย่างถูกต้อง และป้องกันไม่ให้เกิดการอับชื้น

Problems	Goals of treatment
<u>3. ปัญหาด้านสภาพแวดล้อมและ ความเชื่อที่มีอิทธิพลต่อการดูแล สุขภาพ</u> 3.1. ปู่ยังคงสูบบุหรี่ภายในบริเวณบ้านอยู่ ช่วงเวลากลางวันที่ยานั่งอยู่ที่บ้าน (ปู่อาศัย อยู่คนละบ้านกัน)	• ให้บิดามารดาและปู่ตระหนักถึงโทษของ บุหรี่ เพิ่มโอกาสให้ลูกเป็นโรคภูมิแพ้และ หอบหืดมากขึ้นได้

Problems	Goals of treatment
<u>3. ปัญหาด้านสภาพแวดล้อมและ</u> <u>ความเชื่อที่มีอิทธิพลต่อการดูแล</u> <u>สุขภาพ</u> 3.2. บริเวณภายในบ้านและรอบบ้านมี ยุงลายเป็นจำนวนมาก	• ให้บิดามารดาตระหนักถึงโรคที่มากับ ยุงลาย • แนะนำให้กำจัดแหล่งน้ำขังบริเวณรอบ บ้านและภายในบ้าน และกางมุ้งนอน หากใช้ยาจุดกันยุงไม่ควรใช้ในห้องที่มี เด็กนอนอยู่

Prevention and health promotion

■ ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

1. อธิบายถึงความสำคัญของการให้นมแม่อย่างต่อเนื่อง และประโยชน์ของนมแม่เมื่อเทียบกับนมผสม

- แม่: ราคาถูก ลดความเสี่ยงมะเร็งเต้านม ทำให้แม่มีรูปร่างสมส่วน
มดลูกเข้าอู่เร็ว ลดการตกเลือดหลังคลอด

- ลูก: มีภูมิต้านทานที่ทำให้เด็กสุขภาพแข็งแรง โดยเฉพาะในครอบครัวที่เด็กมีความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยได้ง่ายกว่าเด็กทั่วไป

- ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2. ทดสอบปริมาณน้ำนม และให้กำลังใจมารดาว่าตนมีน้ำนมเพียงพอ ให้ความรู้ว่าการกินนมผสมสามารถทำให้เกิดอาการท้องอืดได้ เนื่องจากย่อยได้ยากกว่านมแม่ แนะนำเรื่องการดูจากขวดเสี่ยงต่อการสำลัก ตลอดจนอธิบายผลเสียของการให้กินนมทางจุกขวดนมในเด็กทารกวัยแรกเกิด 2 เดือนแรก ทำให้เด็กติดจุกขวดนม เกิดความสับสนและไม่ยอมกินจากเต้านมแม่

- ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

3. สอนแนะนำวิธีการเข้าเต้าที่เหมาะสมแก่เด็กทารก จากเดิมแม่ใช้

Modified cradle position C-hold : Latch score 4 แต่มารดายังทำไม่ถูกต้องตาม
ท่ามาตรฐาน

จัดทำทางการให้นมบุตรให้ถูกต้องตาม 4 keys sign และแนะนำให้ใช้
มือช่วยบีบเต้านมระหว่างการให้นมช่วยให้น้ำนมไหลดีขึ้นด้วย ทำให้ได้
Latch score 9 และสอนท่า football เพื่อให้ผู้ป่วยได้ปรับใช้ตามความ
เหมาะสม

- ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

4. แนะนำวิธีการเก็บรักษาน้ำนมที่ถูกต้อง เพราะมารดาวางแผนที่จะออกไปทำงานช่วงทารกอายุครบ 4 เดือน โดยวางแผนที่จะทำงานที่โรงงาน ซึ่งมีสถานที่ที่สามารถปั้มนมได้ โดยแนะนำให้พกกระติกไปทำงานและนำมาเก็บใส่ตู้เย็น สำหรับเก็บไว้กินเวลามารดาไปทำงาน

■ ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

5. ให้คำแนะนำ และการดูแลบุตรหลังคลอด เช่น การดูแลเด็กเมื่อกินนมเสร็จ ให้จับอุ้มเธอพาดบ่า หรืออุบหลังเบาๆ ซึ่งแม่มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องนี้ที่ถูกต้อง, หากมีอาการท้องอืด ให้ดมนมผสม ควรกินนมแม่เป็นหลักในช่วง 6 เดือนแรก และการกิน gripe water ไม่ได้เกิดประโยชน์ในการกิน

- ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

6. ให้คำแนะนำในการล้างและทำความสะอาดขวดนมให้ถูกวิธี โดยการล้างขวดนมให้สะอาด หลังจากนั้นนำไปต้มในน้ำสะอาดเป็นเวลาประมาณ 15 นาที และควรวางคว่ำผึ่งลมให้แห้ง เพื่อสุขอนามัยที่ดีของทารก

■ ปัญหาสุขภาพด้านอื่นๆ

1. แนะนำวิธีการคุมกำเนิดชนิดต่าง ๆ รวมถึงข้อดีข้อเสียและระยะเวลาในการคุมกำเนิดของแต่ละวิธี ทั้งชนิดถาวรและชั่วคราวที่เหมาะสมกับผู้ป่วย ให้ผู้ป่วยสามารถตัดสินใจเลือกได้อย่างถูกต้อง

กรณีที่ยังไม่มีแผนจะมีลูกอีกในระยะเวลาอันใกล้ จึงแนะนำให้ผู้ป่วยใช้วิธีการคุมกำเนิดแบบฝังยาคุม เนื่องจากคุมได้เป็นระยะเวลานาน 5 ปี จึงน่าจะเหมาะกับการคุมกำเนิดของผู้ป่วยรายนี้

■ ปัญหาสุขภาพด้านอื่นๆ

2. ให้คำแนะนำในการปฏิบัติตัวของมารดาหลังคลอด เช่น กินอาหารที่มีประโยชน์ ไม่ควรกินยาขับน้ำคาวปลาอย่างที่เคยซื้อกิน หลีกเลี่ยงการรับประทานยาสมุนไพร ชา กาแฟ และส่งเสริมให้รับประทานยาบำรุงเลือดที่ได้จากโรงพยาบาลแทนยาที่ซื้อมารับประทานเอง เป็นต้น

3. บิดามารดามีอาการหวัด ซึ่งไม่ได้เป็นข้อห้ามในการให้นมบุตร อธิบายแนวทางการรักษาและบรรเทาอาการ และส่งเสริมให้มารดารักษาสุขภาพอนามัย ใช้ผ้าปิดปาก ล้างมือก่อนและหลังสัมผัสลูก ป้องกันการติดต่อกับคนในครอบครัว และคอยสังเกตอาการผิดปกติของทารก หากมีอาการไม่สบายควรพาบุตรไปตรวจที่รพ.

- ปัญหาด้านสภาพแวดล้อมและความเชื่อที่มีอิทธิพลต่อการดูแลสุขภาพ
 1. อธิบายให้มารดาทราบว่าลูกยังมีโอกาสได้รับควันบุหรี่ที่ติดมากับสิ่งของ เสื้อผ้าหรือมีโอกาสได้รับกลิ่นควันหากปู่สูบบุหรี่ในบริเวณใกล้ๆ ซึ่งจะทำให้มีโอกาasเป็นโรคภูมิแพ้ และหอบหืดมากขึ้น นอกจากนี้บุหรี่ยังมีโทษมากกว่าประโยชน์ต่อสุขภาพ ทำให้ต้องเสียค่าใช้จ่ายในการซื้อบุหรี่ต่อเดือนปริมาณมาก จึงแนะนำให้เลิกบุหรี่เพื่อสุขภาพที่ดีของทุกคนในครอบครัว

■ ปัญหาด้านสภาพแวดล้อมและความเชื่อที่มีอิทธิพลต่อการดูแล
สุขภาพ

2. ปัญหายุงลายที่บริเวณรอบๆบ้าน แนะนำให้กำจัดแหล่งน้ำขัง บริเวณรอบบ้านและภายในบ้าน และควรกางมุ้งนอน หากใช้ยาจุดกันยุง ไม่ควรใช้ในห้องที่มีเด็กนอนอยู่ เพื่อการป้องกันโรคภัยที่มียุงลายเป็นพาหะ

การประเมิน LATCH score

	0	1	2
L Latch	Too sleepy or reluctant No latch achieved	Repeated attempts Hold nipple in mouth Stimulate to suck	Grasps breast Tongue down Lips flanged Rhythmic sucking
A Audible swallowing	None	A few with stimulation	Spontaneous and intermittent <24 hrs old Spontaneous and frequent >24 hrs old
T Type of nipple	Inverted	Flat	Everted (after stimulation)
C Comfort (breast/ nipple)	Engorged Cracked, bleeding, large blisters or bruises Severe discomfort	Filling Reddened/small blisters or bruises Mild/moderate discomfort	Soft Nontender
H Hold (positioning)	Full assist (staff holds infant at breast)	Minimal assist (ie, elevate head of bed, place pillows for support) Teach one side; mother does other Staff holds and then mother takes over	No assist from staff Mother able to position/hold infant

ก่อนการสอนประเมินได้เท่ากับ 4 คะแนน

	0	1	2
L Latch	Too sleepy or reluctant No latch achieved	Repeated attempts Hold nipple in mouth Stimulate to suck	Grasps breast Tongue down Lips flanged Rhythmic sucking
A Audible swallowing	None	A few with stimulation	Spontaneous and intermittent <24 hrs old Spontaneous and frequent >24 hrs old
T Type of nipple	Inverted	Flat	Everted (after stimulation)
C Comfort (breast/ nipple)	Engorged Cracked, bleeding, large blisters or bruises Severe discomfort	Filling Reddened/small blisters or bruises Mild/moderate discomfort	Soft Nontender
H Hold (positioning)	Full assist (staff holds infant at breast)	Minimal assist (ie, elevate head of bed, place pillows for support) Teach one side; mother does other Staff holds and then mother takes over	No assist from staff Mother able to position/hold infant

หลังการสอนประเมินได้เท่ากับ 9 คะแนน

	0	1	2
L Latch	Too sleepy or reluctant No latch achieved	Repeated attempts Hold nipple in mouth Stimulate to suck	Grasps breast Tongue down Lips flanged Rhythmic sucking
A Audible swallowing	None	A few with stimulation	Spontaneous and intermittent <24 hrs old Spontaneous and frequent >24 hrs old
T Type of nipple	Inverted	Flat	Everted (after stimulation)
C Comfort (breast/ nipple)	Engorged Cracked, bleeding, large blisters or bruises Severe discomfort	Filling Reddened/small blisters or bruises Mild/moderate discomfort	Soft Nontender
H Hold (positioning)	Full assist (staff holds infant at breast)	Minimal assist (ie, elevate head of bed, place pillows for support) Teach one side; mother does other Staff holds and then mother takes over	No assist from staff Mother able to position/hold infant

THANK YOU