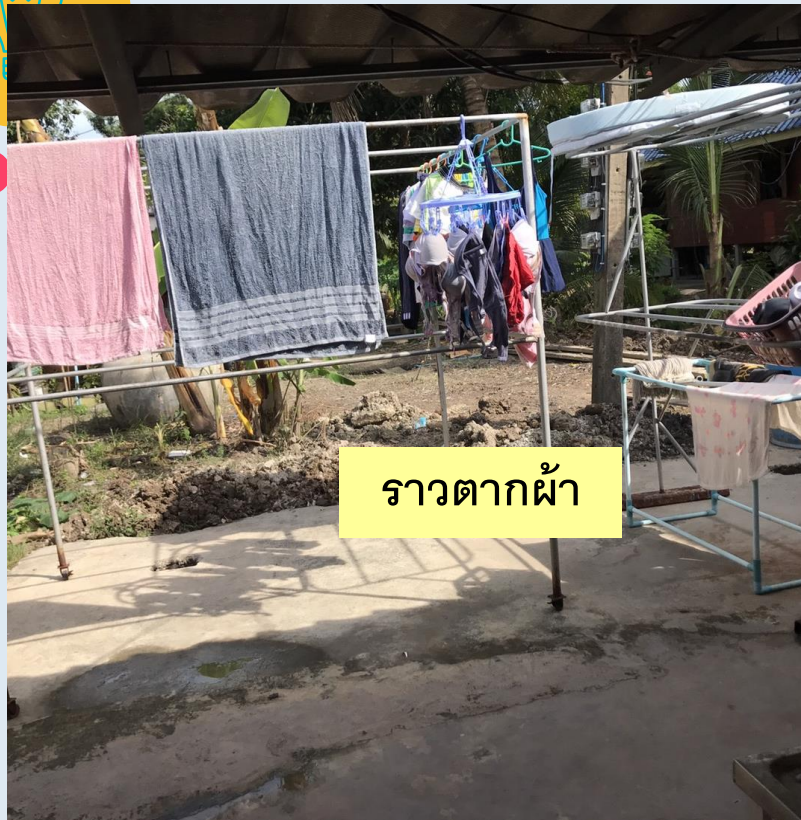




ห้องน้ำ





ราวตากผ้า



ห้องครัว





Problems & Goals of Treatment





Problems

1. ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

1.1. ลูกได้กินนมผสมมากกว่านมแม่
โดยส่วนมากดูได้จากขวดนมเป็นหลัก
เนื่องจากมารดาต้องทำงานในช่วงกลางวัน
และลูกเข้าเต้าไม่เก่ง ลูกมักมีเสียงครี๊ดคราด
ในจุก อึดแน่นท้อง และแหวะนมบ่อย

Goals of treatment

- ให้บิดามารดาทราบและตระหนักถึงประโยชน์ของนมแม่
- ชี้ให้เห็นถึงผลเสียของการใช้นมผสม
- สอนวิธีเข้าเต้าอย่างถูกวิธีให้กับมารดา





Problems

1. ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

1.2. มารดาคิดว่ามีน้ำนมไม่เพียงพอ
ปั๊มนมไม่ถูกวิธีและไม่ทราบวิธีเก็บน้ำนม
อย่างถูกวิธี

Goals of treatment

- ประเมินและสอนวิธีการตรวจดูปริมาณ
น้ำนมให้กับมารดา
 - ให้มารดาตระหนักถึงความจำเป็นใน
การปั๊มนมอย่างสม่ำเสมอและวิธีการเก็บ
น้ำนมที่ถูกต้อง ตลอดจนการเตรียม
ความพร้อมก่อนกลับไปทำงานตามปกติ
- 





Problems

2. ปัญหาสุขภาพด้านอื่นๆ

2.1. มารดาไม่ต้องการมีบุตรแล้วแต่ไม่ได้ตัดสินใจทำหมันตอนผ่าตัดคลอด วางแผนว่าจะให้สามีทำหมัน แต่ยังไม่วางไปผ่าตัด จึงต้องการคุมกำเนิดโดยการรับประทานยาคุมกำเนิดชนิดเม็ดไปก่อน

Goals of treatment

- แนะนำวิธีการคุมกำเนิดชนิดต่างๆ รวมถึงข้อดีข้อเสียและระยะเวลาในการคุมกำเนิดของแต่ละวิธี ทั้งชนิดถาวรและชั่วคราวที่เหมาะสมกับผู้ป่วย เพื่อการคุมกำเนิดในระยะยาว
- 



Problems	Goals of treatment
2. <u>ปัญหาสุขภาพด้านอื่นๆ</u> 2.2. มารดารับประทานยาลูกกลอนจากร้านขายยา เพื่อช่วยขับน้ำคาวปลา	- อธิบายให้ทราบถึงกลไกในการปรับตัวของมารดาหลังคลอด รวมถึงข้อเสียของการรับประทานยาลูกกลอน - ส่งเสริมให้รับประทานยาบำรุงที่ได้จากโรงพยาบาล
2.3. มารดาเป็นหวัดมีอาการไอ มีน้ำมูก ไม่มีไข้ นาน 3 - 4 วัน	ส่งเสริมให้มารดารักษาสุขภาพอนามัย ใช้ผ้าปิดปาก ล้างมือก่อนและหลังสัมผัสลูก ป้องกันการติดต่อกับคนในครอบครัว



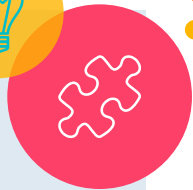
Problems	Goals of treatment
<u>3. ปัญหาด้านสภาพแวดล้อมและ</u> <u>ความเชื่อที่มีอิทธิพลต่อการดูแล</u> <u>สุขภาพ</u> 3.1. บิดายังคงสูบบุหรี่ภายในบริเวณบ้านอยู่	• ให้บิดามารดาตระหนักถึงโทษของบุหรี่ เพิ่มโอกาสให้ลูกเป็นโรคภูมิแพ้และหอบ หืดมากขึ้นได้





Prevention and health promotion





■ ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

1. อธิบายถึงความสำคัญของการให้นมแม่อย่างต่อเนื่อง และประโยชน์ของนมแม่เมื่อเทียบกับนมผสม

- แม่: ราคาถูก ลดความเสี่ยงมะเร็งเต้านม ทำให้แม่มีรูปร่างสมส่วน

- ลูก: มีภูมิต้านทานที่ทำให้เด็กสุขภาพแข็งแรง โดยเฉพาะในครอบครัวที่เด็กมีความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยได้ง่ายกว่าเด็กทั่วไป
เห็นได้จากลูกคนโตที่กินนมแม่เพียง1เดือน มีประวัติป่วยพ่นยาบ่อยครั้ง
ทำให้เด็กเสี่ยงเป็นโรคภูมิแพ้ หอบหืดมากขึ้น

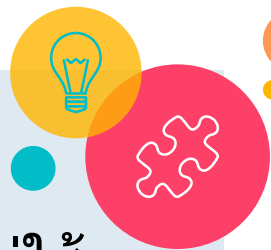


■ ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2. ทดสอบปริมาณน้ำนม และให้กำลังใจมารดาว่าตนมีน้ำนมเพียงพอ
ให้ควมรู้ว่าการกินนมจากเต้าไม่ได้ทำให้ลูกสำลักอย่างที่แม่เข้าใจ
การดูดจากขวดเสี่ยงต่อการสำลักมากกว่า ตลอดจนอธิบายผลเสียของ
การให้กินนมทางจุกขวดนมในเด็กทารกวัยแรกเกิด 2 เดือนแรก ทำให้
เด็กติดจุกขวดนม เกิดความสับสนและไม่ยอมกินจากเต้านมแม่



■ ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่



3. สอนแนะนำวิธีการเข้าเต้าที่เหมาะสมแก่เด็กทารก จากเดิมแม่ใช้

Cradle position V-hold: Latch score 4

แนะนำปรับเป็น Modified cradle position C-hold เพิ่มการ support
ต่อคอเด็กมากขึ้น และแนะนำให้ใช้มือช่วยบีบเต้านมระหว่างการให้นม
ช่วยให้น้ำนมไหลดีขึ้นด้วย ทำให้ได้ Latch score 8



■ ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่



4. แนะนำวิธีการเก็บรักษาน้ำนมที่ถูกต้อง เพราะมารดาวางแผนที่จะออกไปทำงานช่วงทารกอายุครบ 3 เดือน ซึ่งปัจจุบันมีการเก็บน้ำนมโดยใช้ตู้เย็นที่ร้านซึ่งไม่มีช่องแช่แข็งเฉพาะ

แนะนำให้ตู้แช่แข็งที่ร้าน หรือตู้เย็นชนิดสองประตูที่บ้านของพี่สาว ซึ่งจะเก็บนมได้นานกว่า จากเก็บช่องธรรมดาได้ 2 วัน เป็นตู้เย็นชนิดสองประตูซึ่งจะเก็บได้นาน 3 เดือน รวมถึงแนะนำวิธีนํานมแช่แข็งออกมาใช้อย่างถูกต้องด้วย



■ ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่



5. ให้คำแนะนำ และการดูแลบุตรหลังคลอด เช่น การดูแลเด็กเมื่อ
กินนมเสร็จ ให้จับอุ้มเธอพาดบ่า หรืออุบหลังเบาๆ ซึ่งพ่อแม่มีความรู้
ความเข้าใจในเรื่องนี้ที่ถูกต้อง, หากท้องอืด ให้ดมนมผสม และเน้นนม
แม่มากกว่านมผสม เป็นต้น



■ ปัญหาสุขภาพด้านอื่นๆ



1. แนะนำวิธีการคุมกำเนิดชนิดต่างๆรวมถึงข้อดีข้อเสียและระยะเวลาในการคุมกำเนิดของแต่ละวิธี ทั้งชนิดถาวรและชั่วคราวที่เหมาะสมกับผู้ป่วย ให้ผู้ป่วยสามารถตัดสินใจเลือกได้อย่างถูกต้อง

กรณีที่ยังไม่มีแผนจะมีลูกอีกในระยะเวลาอันใกล้ จึงไม่แนะนำการใช้ OCPs ในการคุมกำเนิด เนื่องจากต้องรับประทานทุกวันอย่างสม่ำเสมอ ประกอบกับมารดาต้องกลับไปทำงานด้วย อาจเพิ่มโอกาสในการตั้งครรภ์ได้ง่ายขึ้น จึงแนะนำยาฉีดหรือยาฝังซึ่งเหมาะสมกับมารดามากกว่า



■ ปัญหาสุขภาพด้านอื่นๆ



2. ให้คำแนะนำในการปฏิบัติตัวของมารดาหลังคลอด เช่น กินอาหารที่มีประโยชน์ ไม่ควรกินยาขับน้ำคาวปลาอย่างที่เคยซื้อกิน หลีกเลี่ยงการรับประทานยาสมุนไพร ชา กาแฟ และส่งเสริมให้รับประทานยาบำรุงเลือดที่ได้จากโรงพยาบาลแทนยาที่ซื้อมารับประทานเอง เป็นต้น

3. มารดามีอาการหวัด ซึ่งไม่ได้เป็นข้อห้ามในการให้นมบุตร อธิบายแนวทางการรักษาและบรรเทาอาการ และส่งเสริมให้มารดารักษาสุขภาพอนามัย ใช้ผ้าปิดปาก ล้างมือก่อนและหลังสัมผัสลูก ป้องกันการติดต่อกับคนในครอบครัว



■ ปัญหาด้านสภาพแวดล้อมและความเชื่อที่มีอิทธิพลต่อการดูแลสุขภาพ

1. อธิบายให้มารดาทราบว่าลูกยังมีโอกาสได้รับควันบุหรี่ที่ติดมากับเสื้อผ้าของบิดาหรือมีโอกาสดูรับกลิ่นควันหากบิดาสูบบุหรี่ในบริเวณใกล้ๆ ซึ่งจะทำให้มีโอกาasเป็นโรคภูมิแพ้ และหอบหืดมากขึ้น นอกจากนี้บุหรี่ยังมีโทษมากกว่าประโยชน์ต่อสุขภาพ ทำให้ต้องเสียค่าใช้จ่ายในการซื้อบุหรี่ต่อเดือนปริมาณมาก จึงแนะนำให้เลิกบุหรี่เพื่อสุขภาพที่ดีของทุกคนในครอบครัว

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 hours old Spontaneous and frequent < 24 hours 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 (e.g., 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 and hold infant

LATCH SCORE



	ก่อนสอน	หลังสอน
Latch on	0	2
Audible	0	2
Type of nipple	2	2
Comfort	2	2
Hold	0	0
รวมคะแนน	4	8



THANK
YOU

