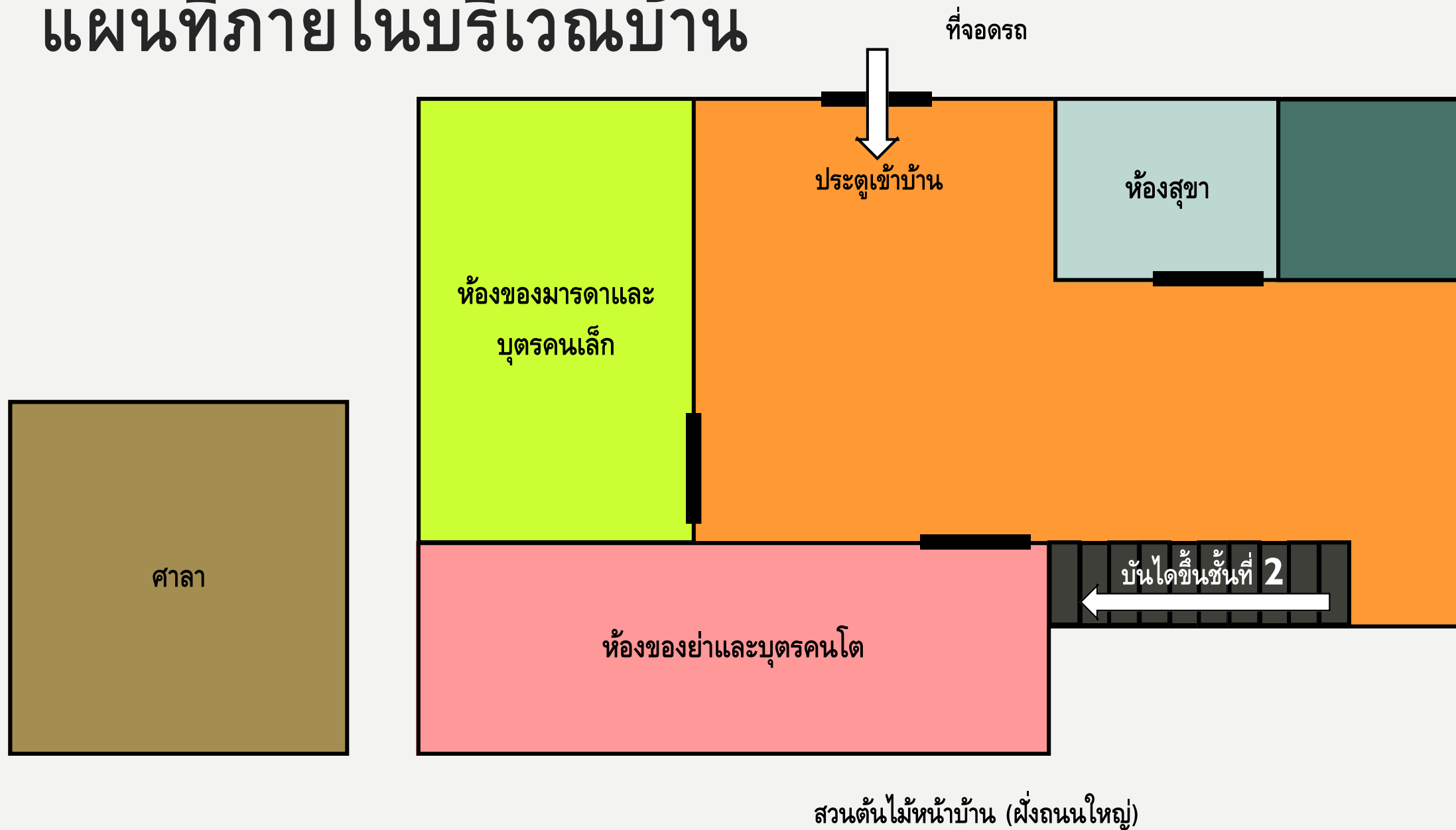


HOME ENVIRONMENT



แผนที่ภายในบริเวณบ้าน



BEDROOM







PROBLEM AND GOALS OF TREATMENT

PROBLEM & GOALS OF TREATMENT

ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

Problem	Goals of Treatment
1) บุตรสับสนจุกนม	สร้างความตระหนักให้เห็นถึงความสำคัญและประโยชน์ถึงการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประโยชน์ของนมแม่ กระตุ้นให้บุตรกินนมจากเต้าอย่างเดียว ข้อเสียของการกินนมจากเต้าแม่สลับกับการกินนมจากขวดนม
2) มารดาไม่มีเวลาให้นมบุตรในช่วงกลางวันและไม่ทราบวิธีการเก็บนํ้านม	ให้ความรู้กับมารดาเกี่ยวกับวิธีเก็บนํ้านม หากมารดาไม่สะดวกให้กินจากเต้า ก็ให้ลูกกินนมที่ปั้มเอาไว้แทน แต่จะส่งเสริมให้ลูกกินนมจากเต้ามากกว่า เนื่องจากมารดาทำงานในบริเวณบ้านของตนเอง สามารถขอเวลากลับมาให้นมบุตรได้ไม่ยาก

PROBLEM & GOALS OF TREATMENT

ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

Problem	Goals of Treatment
3) มารดาให้บุตรเข้าเต้าไม่ถูกวิธี	แนะนำวิธีการเข้าเต้าอย่างถูกต้อง และนำเสนอรูปแบบการเข้าเต้าอื่น เพื่อนำไปปรับใช้ให้บุตรได้รับการเข้าเต้าอย่างเหมาะสมมากที่สุด
4) มารดาคิดว่าน้ำนมไม่พอ	ประเมินและสอนวิธีการตรวจดูปริมาณน้ำนมที่ถูกต้องให้กับมารดา ให้ข้อมูลกับมารดาว่า การให้ลูกดูดนมจากเต้าบ่อยๆและถูกวิธี เป็นการกระตุ้นการสร้างน้ำนม ทำให้มีน้ำนมเพิ่มขึ้นได้เอง นอกจากนี้ยังแนะนำให้ประเมินจากบุตรว่าได้รับน้ำอย่างเพียงพอหรือไม่ โดยสังเกตจากปัสสาวะ

PROBLEM & GOALS OF TREATMENT

ปัญหาสุขภาพของมารดา

Problem	Goals of Treatment
1) มารดาไม่รับประทานยาบำรุงเลือดอย่างสม่ำเสมอ	บอกให้ทราบถึงความจำเป็นของการรับประทานยาบำรุงหลังคลอด และให้สังเกตอาการผิดปกติที่เกิดขึ้น เช่น อ่อนเพลียมาก หน้ามืด วิงเวียน ใจสั่น หากมีให้รีบแจ้งให้แพทย์ทราบ

PROBLEM & GOALS OF TREATMENT

ปัญหาด้านสิ่งแวดล้อมและความเชื่อที่มีอิทธิพลต่อการดูแลสุขภาพ

Problem	Goals of Treatment
1) บุตรนอนบนเตียงเดียวกับมารดา ไม่มีเตียงทารก เสี่ยงต่อการถูกมารดาทับ เวลานอนหลับ และ เสี่ยงต่อการตกเตียงในเวลากลางวันเวลามารดาไม่อยู่	ควรมีผ้าม้วนหรือหมอนข้างกั้นรอบตัวทารกเวลานอน เพื่อป้องกันการกลิ้งตกเตียง และ ป้องกันทารกจากการโดนทับได้ส่วนหนึ่ง แนะนำให้ทารกอยู่ในตำแหน่งที่มีคนมองเห็นตลอดเวลา ไม่ควรปล่อยทารกทิ้งไว้คนเดียวในช่วงกลางวัน
2) มารดามีความเชื่อว่า จำเป็นต้องให้ทารกรับประทานยาแก้ท้องอืด เพื่อป้องกันอาการท้องอืดที่อาจจะเกิดขึ้น	แนะนำให้หยุดยาดังกล่าว เนื่องจากทารกไม่มีอาการผิดปกติ การกินยาป้องกันไว้โดยที่ไม่มีอาการจะเป็นผลเสียมากกว่าผลดี ยาจะไปเพิ่มการบีบตัวของลำไส้ อาจทำให้เกิดภาวะลำไส้ทะลุได้ และเนื่องจากตับของทารกยังทำงานไม่ดีอาจจะทำให้ขับสารบางอย่างออกจากร่างกายไม่ได้ ทำให้เป็นอันตรายแก่ทารกได้



PREVENTION AND HEALTH PROMOTION

PREVENTION AND HEALTH PROMOTION

- ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

- 1) บุตรสับสนจุกนม

- การให้คำอธิบายเกี่ยวกับอาการหงุดหงิดของเด็กที่เกิดขึ้นในช่วงเวลากลางวันที่บุตรไม่ค่อยยอมกินนมจากเต้า เนื่องจากก่อนหน้านี้มารดาให้บุตรดูดนมจากขวดในช่วงกลางวันมาตลอด เมื่อกลับมาดูดเต้า เด็กเกิดอาการสับสน ทำให้แสดงอาการหงุดหงิดออกมา
 - การป้องกันอาการดังกล่าว คือการสนับสนุนให้บุตรดูดนมจากเต้าอย่างเดียวทั้งในช่วงกลางวันและกลางคืน ซึ่งจะทำให้บุตรดูดนมได้ดีขึ้นอีกด้วย

PREVENTION AND HEALTH PROMOTION

- ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

- 2) มารดาไม่มีเวลาให้นมบุตรในช่วงกลางวันและไม่ทราบวิธีการเก็บน้ำนม

- การให้ความรู้เกี่ยวกับวิธีการเก็บน้ำนม โดยการใช้เครื่องปั้มน้ำนมเก็บใส่ถุงเก็บน้ำนม สำหรับบ้านของมารดามีตู้เย็น 1 ประตู สามารถเก็บถุงน้ำนมในช่องแช่แข็งได้นาน 2 สัปดาห์ โดยให้นำออกมาใช้ ให้นำลงมาไว้ช่องธรรมดา ก่อน 1 คืนและเมื่อจะนำมาใช้ให้วางละลายอุณหภูมิห้องหรือแช่ในน้ำอุ่น
 - การให้ความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของนมแม่ สามารถสร้างภูมิคุ้มกันให้กับตัวบุตรและยังสามารถลดการเกิดการแพ้นมวัวจากการกินนมผงได้ อีกทั้งยังเป็นการสร้างเสริมนิสัยของบุตร รู้จักความพยายามที่จะได้มาซึ่งน้ำนมจากการดูดจากเต้า
 - สำหรับนมแม่ที่เก็บไว้ จะให้บุตรดื่มทางขวดนม ซึ่งควรจะเริ่มในเด็กอายุตั้งแต่ 2 เดือนขึ้นไป

PREVENTION AND HEALTH PROMOTION

- ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

- 3) มารดาให้บุตรเข้าเต้าไม่ถูกวิธี

- การให้ความรู้เกี่ยวกับการเข้าเต้าที่ถูกวิธี โดยให้มารดาและบุตรอยู่ในท่าทางที่สบาย หน้าบุตรหันเข้าหาเต้า ท้องชนท้อง-แก้มชนนม เต็กอมลานนมโดนริมฝีปากล่างบานออก มีการปรับเปลี่ยนรูปแบบการเข้าเต้าให้เด็กได้ดูดนมอย่างเต็มที่ เนื่องจากรูปแบบเดิมมารดาไม่สามารถทำให้บุตรดูดนมจากเต้าได้อย่างเต็มที่
 - ลองให้มารดาอุ้มบุตรเข้าเต้าเอง และเปรียบเทียบกับหลังพยาบาลสอน เพื่อให้มารดาเห็นว่าการเข้าเต้าที่ดีทำอย่างไร และบุตรจะมีลักษณะอย่างไรหลังเข้าเต้าอย่างถูกวิธี

LATCH SCORE

	Before teaching	After teaching
Latch	1	2
Audible	1	2
Type of nipples	2	2
Comfort	2	2
Hold	1	1
Total	7	9

PREVENTION AND HEALTH PROMOTION

- ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

- 4) มารดาคิดว่าน้ำนมไม่พอ

- การให้คุณแม่ลองบีบน้ำนมของตัวเองดู แล้วสังเกตการฟุ้งของน้ำนม ซึ่งมารดายังบีบน้ำนมยังไม่ถูกต้อง ทำให้การประเมินน้ำของมารดาผิดไป จึงทำการสอนวิธีการบีบน้ำนมอย่างถูกวิธี พบว่าน้ำนมฟุ้งออกมาค่อนข้างมาก แสดงว่าน้ำนมมีความเพียงพอต่อบุตร
 - การแนะนำการสังเกตจากบุตรว่าได้รับน้ำนมเพียงพอหรือไม่ โดยการดูจากปัสสาวะ และอุจจาระของเด็ก
 - การแนะนำและสนับสนุนให้กระตุ้นดูดนมจากเต้ามารดาทุก 2-3 ชม. เพื่อให้มีน้ำนมเพียงพอกับบุตรอย่างต่อเนื่อง

PREVENTION AND HEALTH PROMOTION

- ปัญหาสุขภาพของมารดา

- การให้ความรู้แก่มารดาเรื่องการรับประทานยาเสริมธาตุเหล็ก โดยการรับประทานยาดังกล่าวจะช่วยชดเชยเลือดที่เสียไปจากการคลอดบุตร และจากการตรวจร่างกายมารดาพบว่า mild pale conjunctiva เป็นสัญญาณที่บ่งบอกถึงภาวะซีดของผู้ป่วย จึงควรได้รับยาเสริมธาตุเหล็กต่อเนื่อง
- สำหรับผลข้างเคียงของยา ซึ่งทำให้ท้องผูก มารดาสามารถลดการเกิดอาการดังกล่าวด้วยการกินอาหารที่มีกากใยและย่อยง่าย จะทำให้ถ่ายได้ดีขึ้น
- การให้คำแนะนำในกลุ่มอาการของภาวะซีด เช่น ใจสั่น หน้ามืด เป็นต้น หากมีอาการดังกล่าวควรรีบไปรพ.

PREVENTION AND HEALTH PROMOTION

- ปัญหาด้านสิ่งแวดล้อมและความเชื่อที่มีอิทธิพลต่อการดูแลสุขภาพ
 - 1) บุตรนอนบนเตียงเดียวกับมารดา ไม่มีเตียงทารก
 - ให้คำแนะนำเพื่อให้ตระหนักถึงอันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากการไม่มีที่กั้นระหว่างตัวทารก ซึ่งอาจเกิดอันตรายโดยไม่คาดคิด เช่น เสี่ยงต่อการโดนมารดาทับช่วงกลางคืน เสี่ยงต่อการตกเตียงในช่วงที่มารดาออกไปทำงาน
 - การป้องกันอาจทำได้โดยการหาผ้าม้วนหรือหมอนข้างมากั้นรอบตัวเด็ก ในช่วงอายุนี้อย่างสามารถกั้นตัวเด็กได้ แต่หากโตกว่านี้ประมาณ 5-6 เดือน เด็กสามารถพลิกตัวเองได้ การใช้หมอนกั้นธรรมดาอาจจะไม่สามารถป้องกันได้ ซึ่งจำเป็นต้องหาทางแก้ปัญหาต่อไปในอนาคต

PREVENTION AND HEALTH PROMOTION

- ปัญหาด้านสิ่งแวดล้อมและความเชื่อที่มีอิทธิพลต่อการดูแลสุขภาพ
 - 2) มารดามีความเชื่อว่าจำเป็นต้องให้ทารกรับประทานยาแก้ท้องอืด เพื่อป้องกันอาการท้องอืดที่อาจจะเกิดขึ้น
 - ให้ความรู้กับมารดาที่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องอาการท้องอืดของเด็ก ควรจะมีการอุ้มเรอหลังกินแต่ละมื้อ ไม่มีการกินยาเพื่อป้องกันภาวะท้องอืด ทั้งนี้ยาที่มารดาให้บุตรยังมีผลเสียมากกว่าผลดี ซึ่งอาจส่งผลให้เพิ่มการบีบตัวของลำไส้ อาจทำให้เกิดภาวะลำไส้ทะลุได้ และเนื่องจากตับของทารกยังทำงานไม่ดีอาจจะทำให้ขับสารบางอย่างออกจากร่างกายไม่ได้ ทำให้เป็นอันตรายแก่ทารกได้
 - นอกจากนี้การให้กินนมผง ซึ่งย่อยยากกว่านมแม่ อาจมีผลให้เด็กท้องอืดได้เช่นเดียวกัน ดังนั้นจึงเป็นเหตุผลที่ควรสนับสนุนการกินนมแม่



**THANK YOU FOR
YOUR ATTENTION**