



ประสบการณ์ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด The Experience of Breastfeeding Intention among Adolescent Mothers

ชูดานัฐ ขุนเพชร¹, ศศิกันต์ กาละ¹

Chudanut Khoonphet¹, Sasikarn Kala¹

(Received: May 11, 2018; Revised: June 12, 2018; Accepted: June 26, 2018)

บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยาเชิงพรรณนา (descriptive phenomenology) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่โรงพยาบาลศูนย์แห่งหนึ่งในจังหวัดสงขลา ผู้ให้ข้อมูลเป็นมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรอายุระหว่าง 15 ถึง 19 ปี จำนวน 15 ราย ได้รับการคัดเลือกเข้าร่วมวิจัยตามคุณสมบัติที่กำหนด รวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคล และผ่านการวิเคราะห์เพื่อหาความเชื่อมโยงประสบการณ์ของความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จนค้นพบแก่นสาระของปรากฏการณ์ที่ศึกษา ผลการวิจัยพบว่าประสบการณ์ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นมี 3 ประเด็นหลัก ได้แก่ 1) ปัจจัยที่ทำให้เกิดความตั้งใจ 2) กระบวนการของความตั้งใจ และ 3) ผลลัพธ์ของความตั้งใจ ผลการศึกษานี้มีประโยชน์ต่อการช่วยเหลือและสนับสนุนที่เหมาะสมเพื่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

คำสำคัญ: การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่, มารดาวัยรุ่น, ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่, ปรากฏการณ์วิทยา

Abstract

This descriptive phenomenology research aimed to explore experience intention of breastfeeding among adolescent mothers at the hospital center in Songkhla. Fifteen participants were selected by a purposive sampling method. The participants included 15-19 years old. Data were collected by in-depth interview and analyzed with link of experience of breastfeeding intention until theme emerges. The finding found three themes: 1) factors that cause intention, 2) the process of intention, and 3) result of intent. These findings will be useful for appropriate assistance and support to success in breastfeeding of postpartum adolescent mothers.

Keywords: Breastfeeding, Adolescent Mothers, Intention of breastfeeding, Phenomenology

¹ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

¹ Faculty of Nursing, Prince of Songkla University

บทนำ

นมแม่เป็นสิ่งที่ดีที่สุดสำหรับทารก เนื่องจากมีสารอาหารที่มีประโยชน์ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ แต่ในประเทศไทยมีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวในช่วง 6 เดือนแรกเพียงร้อยละ 12 เท่านั้น (Unicef Thailand, 2014) ทั้งที่ประเทศไทยมีนโยบายและเป้าหมายในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 10 กำหนดให้มีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนถึงร้อยละ 30 (Poipompong, 2015) อย่างไรก็ตามถึงแม้รัฐบาลจะมีนโยบายส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ รวมทั้งข้อมูลทางการแพทย์และงานวิจัยจำนวนมากที่แสดงให้เห็นว่า นมแม่มีข้อดีและวิเศษเพียงไร แต่การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในครอบครัวไทยยังมีอัตราที่น้อยมาก โดยพบว่า จากจำนวนทารกแรกเกิดทั้งหมด 800,000 คนในแต่ละปี มีเด็กไทยเพียง 43,000 คนเท่านั้นที่ได้รับการเลี้ยงดูด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียวในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด ซึ่งถือว่าเป็นอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ต่ำที่สุดในทวีปเอเชียและในระดับโลก (Thai Breastfeeding, 2014)

ปัจจุบันประเทศไทยมีอัตราการตั้งครรภ์และการคลอดของมารดาวัยรุ่นเพิ่มมากขึ้น โดยวัยรุ่นมีอัตราการคลอดในช่วงอายุ 10-14 ปี และ 15-19 ปี เท่ากับ 1.6 และ 47.9 ต่อประชากรหญิง 1,000 คน (Department of Reproductive Health, 2015) มารดาวัยรุ่นจึงเป็นกลุ่มสำคัญที่มีผลต่ออัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จากการศึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่พบว่า อายุเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยเฉพาะกลุ่มมารดาวัยรุ่นที่มีอายุน้อยกว่า 20 ปี มีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวเพียงร้อยละ 6.7 ซึ่งต่ำมากเมื่อเทียบกับมารดาที่มีอายุ 21-35 ปี ที่มีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวถึงร้อยละ 75 (Chooprapan, Tiangtam & Pichayapinyo, 2014) ทั้งนี้เมื่อพิจารณาในเทศบาลนครสงขลาจากกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นมารดาวัยรุ่นจำนวน 24 ราย มีเพียง 7 รายเท่านั้นที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และอีก 17 ราย เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับนมผสมและนมผสมอย่างเดียว (Photaworn, Pensuwan & Sriyannalak, 2013) ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับงานวิจัยอื่นๆ ที่พบว่า มารดาวัยรุ่นเป็นกลุ่มที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่น้อยกว่ามารดาที่มีอายุมากกว่า 25 ปี (Blyth, Creedy, Dennis, Moyle, Pratt, Vries, et al., 2004; Shahla, Fahy & Kable, 2010; Reuangsayree, 2014) ดังนั้น มารดาวัยรุ่นจึงเป็นกลุ่มสำคัญที่ควรได้รับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีประโยชน์มากมายทั้งต่อมารดาและทารก ซึ่งหากไม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ก็จำเป็นต้องเลี้ยงลูกด้วยนมผสมซึ่งอาจมีผลกระทบ ได้แก่ การแพ้ส่วนผสมของโปรตีนในนมวัว ระบบการขับถ่ายต้องทำงานหนักเพื่อย่อยและดูดซึมสารอาหาร ทารกอาจได้รับสารอาหารที่ไม่เหมาะสมกับความต้องการ และมีโอกาสเกิดโรคอ้วนในวัยผู้ใหญ่ได้ (Sinsuksai, 2014) การเลี้ยงลูกด้วยนมผสมยังส่งผลให้เด็กมีสติปัญญาต่ำกว่าเด็กที่ได้รับการเลี้ยงดูด้วยนมแม่ (Ratanachooaek, 2014) เป็นต้น และผลกระทบต่อมารดา ได้แก่ เพิ่มโอกาสเสี่ยงในการเป็นโรคเมิร์เรตเต้านมและรังไข่ (Ratanan, 2011) การเลี้ยงลูกด้วยนมผสมมีราคาค่อนข้างสูงมารดาจำเป็นต้องออกไปประกอบอาชีพเพื่อหารายได้ (Prakongsai, 2014) จึงต้องฝากบุตรให้ผู้อื่นดูแลส่งผลต่อสายใยความผูกพันระหว่างมารดาและทารก (Haengchaowanit, Wichitsukhan, Sirithanarattanakun, Wongsiri & Promsakun, 2015) จะเห็นได้ว่า ผลกระทบจากการไม่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เกิดขึ้นทั้งต่อมารดาและทารก

สำหรับปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นั้นมีหลากหลายปัจจัย ซึ่งมารดาเป็นปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยเฉพาะความตั้งใจของมารดาที่จะช่วยให้ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในช่วง 6 เดือนแรกหลังคลอด (Laonggaew, Youngwanichsetha & Kala, 2014) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Kamolcorn & Kamolcorn (2008) ที่พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยังน้อย 6 เดือน ประกอบด้วย ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คุณลักษณะส่วนบุคคล การสนับสนุนจากสามีและญาติ เป็นต้น นอกจากนี้ความตั้งใจยังเป็นปัจจัยทำนายพฤติกรรมและระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่น เมื่อมารดาวัยรุ่นมีความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก็จะส่งผลให้เกิดพฤติกรรมที่ดีและเพิ่มระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (Dyson, Green, Renfrew, McMillan & Woolridge, 2010) จากการทบทวนวรรณกรรมความตั้งใจเป็นปัจจัยสำคัญลำดับแรกของผู้เป็นแม่



ที่จะช่วยให้ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ อย่างไรก็ตามการศึกษาเรื่องความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มักมีข้อจำกัด เนื่องจากการศึกษาที่ผ่านมาจะสอบถามถึงความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และต้องการคำตอบเพียงว่าตั้งใจหรือไม่ตั้งใจ ทำให้ไม่ทราบข้อมูลเชิงลึกที่เกี่ยวข้องกับความหมายของความตั้งใจ กระบวนการเกิดความตั้งใจ และผลลัพธ์ของความตั้งใจที่จะนำไปสู่การพัฒนาแนวทางส่งเสริมความตั้งใจให้เกิดประสิทธิภาพในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ดังนั้น การได้เข้าใจถึงประสบการณ์ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดจึงเป็นเรื่องที่สำคัญ เนื่องจากความตั้งใจเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นทั้งในส่วนของการเริ่มต้นพฤติกรรมและระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมยังไม่พบงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับประสบการณ์ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดโดยเฉพาะในประเทศไทย เพื่อให้เกิดความเข้าใจในประเด็นดังกล่าวอย่างลึกซึ้ง ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเพื่อนำข้อมูลพื้นฐานที่ได้เป็นแนวทางในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาวัยรุ่นหลังคลอดอย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาประสบการณ์ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยาเชิงพรรณนา เก็บรวบรวมข้อมูล ณ โรงพยาบาลศูนย์ในจังหวัดสงขลา ผู้ให้ข้อมูล คือ มารดาวัยรุ่นหลังคลอด ซึ่งผ่านการคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติ ดังนี้ 1) มารดาวัยรุ่นอายุน้อยกว่า 20 ปี เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระยะหลังคลอดขณะอยู่โรงพยาบาล 2) มีการรับรู้ดี อ่าน เขียนและสื่อสารภาษาไทยได้ 3) ยินดีเข้าร่วมการวิจัยและให้ข้อมูลในการสัมภาษณ์ ผู้ให้ข้อมูลหลักมีจำนวน 15 ราย อายุระหว่าง 15-19 ปี อายุเฉลี่ย 17.4 ปี ระดับการศึกษา ประถมศึกษา 5 ราย, มัธยมศึกษาตอนต้น 8 ราย, ปวช. 2 ราย อาชีพ แม่บ้าน 9 ราย, นักเรียน/นักศึกษา 1 ราย, รับจ้าง 4 ราย, ค้าขาย 1 ราย รายได้ของครอบครัวต่อเดือน น้อยกว่า 5,000 บาท 1 ราย, 5,000-10,000 บาท 8 ราย, 10,001-15,000 บาท 4 ราย, 15,001-20,000 บาท 2 ราย ลักษณะครอบครัวเป็นครอบครัวเดี่ยว 4 ราย, ครอบครัวขยาย 11 ราย มีผลผลิตด้านการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (ในช่วง 2-3 เดือนหลังคลอด) คือ เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 9 ราย, เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับนมผสม 4 ราย และเลี้ยงลูกด้วยนมผสม 2 ราย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย 1) ผู้วิจัย เนื่องจากผู้วิจัยเป็นเครื่องมือที่สำคัญของการวิจัยเชิงคุณภาพทั้งในส่วนของการเก็บรวบรวมข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อรายงานผลการวิจัย จึงได้มีการเตรียมความพร้อมเพื่อเพิ่มพูนความรู้ที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยเชิงคุณภาพ เช่น การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง การเข้าร่วมอบรม การฝึกทักษะในการสัมภาษณ์และการวิเคราะห์ข้อมูล เป็นต้น 2) แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคล 3) แนวคำถามในการสัมภาษณ์ ซึ่งเป็นคำถามปลายเปิดที่สร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องและได้รับการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิผู้เชี่ยวชาญด้านสูติ-นรีเวช และการวิจัยเชิงคุณภาพ จำนวน 2 ท่านและผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัยเชิงคุณภาพ จำนวน 1 ท่าน พร้อมทั้งนำแนวคำถามที่ได้ไปปรับปรุงแก้ไขและทดลองสัมภาษณ์มารดาวัยรุ่น แนวคำถามในการสัมภาษณ์ เช่น คิดอย่างไรกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่, ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เริ่มต้นได้อย่างไร, มีอะไรหรือสิ่งใดบ้างที่ช่วยสนับสนุนให้คุณมีความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นต้น

การเก็บรวบรวมข้อมูล โดยการอธิบายและชี้แจงวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการวิจัย และผู้ให้ข้อมูลมีโอกาสตัดสินใจอย่างอิสระในการตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัย นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลยังสามารถยุติการให้ข้อมูลหรือถอนตัวจากการวิจัยได้ตลอดเวลา ข้อมูลทั้งหมดที่ได้จากการสัมภาษณ์จะเก็บไว้เป็นความลับ เทปบันทึกเสียงจะถูกทำลายเมื่อการวิจัยสิ้นสุดลง และภายหลังจากการวิจัยจะนำเสนอข้อมูลที่ได้นำมาประมวล เมื่อผู้ให้ข้อมูลตัดสินใจให้ความร่วมมือเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจะให้ข้อมูลและผู้ปกครองเซ็นยินยอมในใบพิทักษ์สิทธิจึงจะดำเนินการสัมภาษณ์ โดยสัมภาษณ์ครั้งแรกในช่วง 2-3 วันหลังคลอดที่โรงพยาบาล และติดตามเยี่ยมบ้านเพื่อสัมภาษณ์ครั้งที่สองช่วง 2-3 เดือนหลังคลอด ในการสัมภาษณ์จะเลือกสถานที่ที่มีความเหมาะสมและเป็นส่วนตัว ใช้วิธีการสัมภาษณ์รายบุคคล ในการสัมภาษณ์จะใช้ภาษาท้องถิ่นและภาษาราชการ เพื่อให้สามารถบอกเล่าความรู้สึกและประสบการณ์ได้อย่างละเอียดเป็นธรรมชาติตามบริบทของผู้ให้ข้อมูล ได้สร้างสัมพันธภาพกับผู้ให้ข้อมูลจนเกิดความไว้วางใจ โดยการแนะนำตัว พูดคุยเรื่องทั่วไป แสดงความเป็นกันเอง หลังจากนั้นเริ่มต้นโดยสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคลและตามด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกตามแนวคำถามที่เตรียมไว้ และหลังการสัมภาษณ์ในแต่ละวันผู้วิจัยจะถอดเทปเสียงเพื่อสำรวจว่าได้ข้อมูลครบถ้วนหรือไม่และนำไปปรับปรุงในการสัมภาษณ์ครั้งต่อไป ผู้วิจัยจะทำการบันทึกภาคสนามจากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลแต่ละรายโดยจะจดบันทึกข้อมูลสถานการณ์ลงในแบบบันทึกภาคสนามทันที เพื่อป้องกันความสับสนของข้อมูลก่อนการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลรายต่อไป ซึ่งจะบันทึกในประเด็นที่ค้นพบพร้อมทั้งสถานที่ วันเวลา สีหน้าท่าทาง ลักษณะคำพูด น้ำเสียงตามความเป็นจริง รวมไปถึงข้อมูลที่เห็นเป็นความคิด ความรู้สึกและปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้วิจัยในขณะเก็บข้อมูล ซึ่งเป็นข้อมูลที่จะช่วยเพิ่มความชัดเจนและครอบคลุมข้อมูลจากการบันทึกเสียง นอกจากนี้ผู้วิจัยยังทำการบันทึกการสะท้อนความคิด ซึ่งเป็นความรู้สึกของผู้วิจัยที่มีต่อการสัมภาษณ์และการวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการนำความรู้สึกของผู้วิจัยไปประเมินสถานการณ์หรือเหตุการณ์ของผู้ให้ข้อมูล

ขณะดำเนินการเก็บข้อมูลผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลไปด้วยกัน โดยใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลของโคไลซซี่ (Colaizzi method) ซึ่งมีการตรวจสอบข้อมูลที่ได้อย่างเป็นระบบ และมีการสร้างความน่าเชื่อถือของข้อมูลตามแนวคิดของลินคอล์นและกูปา (Lincoln & Guba, 1985) ร่วมกับการตรวจสอบสามเส้า (triangulation) โดยผู้วิจัยใช้เวลาประมาณ 1-2 ชั่วโมงในการพูดคุยและสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลแต่ละราย ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์จะถูกนำมาหารือกับผู้ร่วมวิจัย ข้อมูลจากการเก็บรวบรวมสามารถตรวจสอบได้ เปิดโอกาสให้ผู้ให้ข้อมูลตรวจสอบผลการวิจัย เพื่อยืนยันความถูกต้องของข้อมูล ซึ่งผลการตรวจสอบพบว่า ผู้ให้ข้อมูลเห็นด้วยกับผลการวิเคราะห์ที่ได้โดยไม่มีข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ตารางที่ 1 ตัวอย่างการวิเคราะห์ข้อมูล

บทสัมภาษณ์	กำหนดความหมาย	รหัส	จัดกลุ่มแก่นสาระย่อย	กำหนดแก่นสาระ
“ตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่ตอนตั้งครรภ์ ตั้งใจอยากเสริมภูมิคุ้มกันให้ลูก อยากให้ลูกสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่อยากให้ลูกเจ็บป่วย เพราะนมแม่มีประโยชน์ต่อเด็ก” (รหัส 07)	มารดาวัยรุ่นตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่ในระยตั้งครรภ์ เนื่องจากนมแม่มีประโยชน์และต้องการให้ลูกมีภูมิคุ้มกันทานร่างกายแข็งแรง	ทราบว่ามีแม่มีประโยชน์ต่อลูกจึงตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	การรับรู้ถึงคุณประโยชน์ของนมแม่	ปัจจัยที่ทำให้เกิดความตั้งใจ

การพิทักษ์สิทธิของผู้ให้ข้อมูล งานวิจัยเรื่องนี้มีผ่านคณะกรรมการจริยธรรมของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ เลขที่ NREC 2016_018 และโรงพยาบาลที่ทำการเก็บรวบรวมข้อมูล การสัมภาษณ์เริ่มจากผู้วิจัยแนะนำตนเอง พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์และรายละเอียดเบื้องต้นเกี่ยวกับการเข้าร่วมโครงการวิจัย



ผลการวิจัย

จากการศึกษาประสบการณ์ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่น พบ 3 ประเด็นหลักได้แก่ 1) ปัจจัยที่ทำให้เกิดความตั้งใจ 2) กระบวนการความตั้งใจ และ 3) ผลลัพธ์ของความตั้งใจ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. ปัจจัยที่ทำให้เกิดความตั้งใจ เป็นเหตุผลที่ทำให้มารดาวัยรุ่นเกิดความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พบ 4 ประเด็นย่อย ได้แก่ 1) การรับรู้ถึงคุณประโยชน์ของนมแม่และผลกระทบของนมผสม 2) แรงผลักดันจากครอบครัว 3) การสนับสนุนจากพยาบาล และ 4) การได้เห็นตัวแบบความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

1.1 การรับรู้ถึงคุณประโยชน์ของนมแม่และผลกระทบของนมผสม การที่มารดาวัยรุ่นทราบถึงข้อดีของนมแม่ที่มีต่อบุตร และต้องการให้บุตรมีภาวะสุขภาพที่ดี เป็นเหตุผลหนึ่งที่ทำให้มารดาวัยรุ่นเกิดความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยมารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่ในระยะตั้งครรภ์เมื่อได้รับรู้ว่า การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีประโยชน์ ทำให้บุตรแข็งแรง มีภูมิคุ้มกัน ไม่เจ็บไข้ได้ป่วย ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“ตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่ตอนตั้งครรภ์ ตั้งใจอยากเสริมภูมิคุ้มกันให้กับลูก อยากให้ลูกสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่อยากให้ลูกเจ็บป่วย เพราะนมแม่มันมีประโยชน์ต่อเด็ก” (รหัส 07)

นอกจากนี้การรับรู้ผลกระทบของนมผสมก็เป็นเหตุผลหนึ่งที่ทำให้มารดาวัยรุ่นเกิดความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ กล่าวคือ ในมารดาวัยรุ่นที่เคยมีประสบการณ์รับรู้ว่าการเลี้ยงทารกด้วยนมผสมส่งผลกระทบทำให้ทารกเจ็บป่วยบ่อย เกิดผื่น มีการแพ้นมวัว และต้องเปลี่ยนชนิดของนมผสมอยู่เรื่อยๆ จึงเกิดความรู้สึกสับสน ทำให้ตนเองเกิดความคิดว่า ถ้ามีลูกจะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยไม่กล้าให้นมผสมแก่ลูก เพราะกังวลว่าลูกจะเจ็บป่วยและมีสุขภาพร่างกายไม่แข็งแรง ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“เห็นจากเพื่อนให้ลูกกินนมผง แล้วลูกเค้าป่วยบ่อย และก็เห็นแม่ให้น้องกินนมแม่ได้ 3 เดือน น้องเป็นไข้เลยไม่กินนมแม่ แม่ให้กินนมผงแล้วน้องก็เป็นผื่น เค้าบอกว่าแพ้นมวัว แม่ก็ต้องเปลี่ยนนมไปเรื่อยๆ รู้สึกสับสนน้องที่แพ้นมถ้ามีลูกจะให้กินนมตัวเองไม่ให้กินนมผง” (รหัส 06)

1.2 แรงผลักดันจากครอบครัว ได้แก่ แม่ของมารดาวัยรุ่น ย่า ยาย และสามี เป็นบุคคลที่มีความสำคัญต่อการสนับสนุนหรือส่งเสริมให้เกิดความตั้งใจและความต่อเนื่องในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในรายที่มีประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มาก่อนที่จะคอยช่วยกระตุ้นมารดาวัยรุ่น รวมทั้งแม่ยังเป็นผู้คอยทำอาหารที่ช่วยในการบำรุงน้ำนมให้มารดาวัยรุ่นรับประทานเพื่อให้มีน้ำนมเพียงพอต่อการเลี้ยงบุตร ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“ตอนแรกตัดสินใจจะให้กินนมผงแล้ว แต่แม่คอยทรมามาตลอด แม่บอกว่าให้ลูกกินนมแม่และดี มีภูมิคุ้มกันดี เด็กไม่ค่อยเจ็บไม่ค่อยไข้ แม้ว่าให้กินนมตัวเองก่อน นมผงไม่ต้องกิน ให้ลูกมีภูมิคุ้มกันก่อน แม่คอยบอกตลอดว่า ไม่ให้ไปซื้อนมผง” (รหัส 07)

“อยากเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพราะ แม่บอกว่าให้ลูกกินนมแม่ดีที่สุด แม่ไม่ให้กินนมผง และแม่ก็ทำอาหารให้กินพวกแกงเลียง ของมีประโยชน์ที่ทำให้น้ำนมไหล น้ำขิง” (รหัส 16)

ครอบครัวของมารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่เป็นครอบครัวขยายจึงมีย่าหรือยายอาศัยอยู่ด้วย ย่าหรือยายจึงเป็นคนที่คอยบอกหรือพูดคุยมารดาวัยรุ่นทราบว่า นมแม่ดีที่สุด เพราะจะช่วยให้เด็กแข็งแรง สร้างภูมิคุ้มกันแก่เด็ก และยังช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายในการซื้อนมผสม ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“ยายบอกให้ลูกกินนมแม่ กินนมแม่มันดีกว่า เด็กแข็งแรง ประหยัดเงินด้วย” (รหัส 01)

“ย่าพูดว่า ให้ลูกกินนมแม่ดีกว่า เขาว่าได้ลดค่าใช้จ่าย มันสร้างภูมิคุ้มกันได้ดี” (รหัส 09)

สามีเป็นบุคคลที่มีความใกล้ชิดและมีความสำคัญกับมารดาอย่างมาก จึงมีผลต่อการส่งเสริมความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาว่า ย้อนกลับคือ เมื่อมารดาว่า ย้อนกลับเกิดความรู้สึกไม่พอใจในการให้นมบุตรตนเอง กำลังใจจากสามีจะมีส่วนสำคัญที่จะคอยกระตุ้นให้มารดาว่า ย้อนกลับเกิดความรู้สึกดีและยังคงเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ นอกจากนี้ในรายที่มีความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อยู่แล้ว เมื่อได้รับการกระตุ้นจากผู้อื่นสามีให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยังคงคำพูดและการหาอาหารที่ช่วยในการบำรุงนมมาให้มารดาว่า ย้อนกลับรับประทาน ก็ยิ่งสนับสนุนให้มารดาว่า ย้อนกลับมีความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากขึ้น ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“ตอนแรกหนูคิดอยู่สองด้าน ด้านแรกก็คือหนูไม่มีหัวนม ไม่รู้ลูกจะกินได้หรือไม่ แต่ว่าพอสักพักหัวนม หนูก็มีแล้วน้ำนมออก หนูก็เลยทำให้กินนมแม่ดีกว่า ที่ได้มีความอดทนก็มาจากแฟนด้วย แค่นี้ก็ยอมมาเป็นกำลังใจเค้าก็พูดดี เค้าก็ว่าให้สู้” (รหัส 17)

“หนูตั้งใจจะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อยู่แล้ว แฟนหนูก็บอกว่าให้กินนมแม่อย่างเดียวไม่ให้กินนมผง แค่นี้ก็บอกว่าดีมันทำให้ลูกแข็งแรง ทำให้เด็กฉลาดด้วย วันแรกน้ำนมไม่ออก แค่นี้ก็กังวลก็ซื้อพวกน้ำข้างมาให้ แล้วนมหนูก็ออกตั้งแต่นั้นมา” (รหัส 16)

1.3 การสนับสนุนจากพยาบาล เมื่อมารดาว่า ย้อนกลับได้รับความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่ในระยะตั้งครรภ์ เช่น ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ อาหารบำรุงนม ฯลฯ และในระยะหลังคลอด เช่น วิธีการกระตุ้นเต้านม การนวดเต้านม การนวดเต้านม ฯลฯ จะมีส่วนช่วยส่งเสริมให้มารดาว่า ย้อนกลับเกิดความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“ได้เข้าโรงเรียนพ่อแม่ 2 ครั้ง พยาบาลเค้าก็สอนว่า เลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีประโยชน์อย่างไร เด็กจะแข็งแรง แค่นี้ก็สอนหมด กินอะไรถึงจะมีน้ำนม พอนมคัดก็แนะนำให้นวดแล้วก็บีบน้ำนม” (รหัส 11)

“ได้ความรู้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากโรงพยาบาล พยาบาลพูดหลายรอบตั้งแต่ฝากครรภ์ พยาบาลในห้องคลอดแนะนำ เค้าพาหมอนมกินนม เค้าช่วยสอนวิธีการกระตุ้นเต้านม ตอนนั้นเริ่มมีความมั่นใจที่จะให้ลูกกินนมแม่ เพราะที่พยาบาลช่วยทำ ช่วยสอนพอลูกร้องเค้าจะเข้ามาสอน” (รหัส 20)

1.4 การได้เห็นตัวอย่างความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การที่มารดาว่า ย้อนกลับเคยมีประสบการณ์จากการได้เห็นตัวอย่างของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่องจากพี่สาว ซึ่งส่งผลให้เด็กมีภาวะสุขภาพดี ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ มีรูปร่างอ้วนท้วนสมบูรณ์ ทำให้มารดาว่า ย้อนกลับเกิดความคิดจนกลายเป็นความตั้งใจว่า ตนเองจะต้องเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“เคยเห็นพี่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่จนเค้าลูกโต ก็รู้สึกว้าวดีเค้าอดทนให้ลูกกินนมได้ พอเห็นมันก็มีผลต่อเรา เห็นเค้าให้ลูกกินทุกวัน ลูกเค้าไม่ค่อยเป็นอะไร รู้สึกว่าลูกเค้าแข็งแรงดี โตแล้วอ้วนท้วน เลยตั้งใจอยากให้ลูกตัวเองกินนมแม่ด้วย” (รหัส 07)

2. กระบวนการของความตั้งใจ มารดาว่า ย้อนกลับที่มีความตั้งใจและประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีขั้นตอนการกระทำที่ดำเนินต่อเนื่องกัน แบ่งออกเป็น 3 ประเด็นย่อย ได้แก่ 1) ตั้งเป้าหมาย 2) พยายามอดทน และ 3) หาทางออกเมื่อพบอุปสรรค

2.1 ตั้งเป้าหมาย ความตั้งใจจะกระตุ้นให้มารดาว่า ย้อนกลับเกิดความคิดว่า ไม่ว่าจะอย่างไรตนก็ต้องทำให้ได้และต้องลงมือทำให้ถึงที่สุด เพราะหากมีความตั้งใจเป็นสิ่งที่ตั้งก็จะช่วยให้ประสบความสำเร็จในสิ่งที่หวังไว้ คือ สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างต่อเนื่องและตลอดไป ซึ่งหากไม่มีความตั้งใจไว้อย่างนั้นก็เหมือนกับว่า เราไม่มีจุดหมายปลายทาง ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“ความตั้งใจช่วยให้เรารู้ว่า ยังไงก็ต้องทำให้ได้ ต้องทำเพื่อลูกให้ได้ ความตั้งใจมีความจำเป็น ถ้าเราไม่มีความตั้งใจเราคงทำไม่ได้ มันเหมือนกับเราไม่มีจุดหมายถ้าเราไม่มีความตั้งใจ” (รหัส 08)



“ตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก็จะให้ลูกกินนมแม่เหมือนที่คิดไว้ เพราะว่าความคิดเราตั้งใจไว้อย่างนั้น ก็ต้องทำให้ถึงที่สุด ความตั้งใจมันช่วยให้เราทำให้สำเร็จแบบที่ตั้งใจไว้ คือ ให้ลูกกินนมแม่จนครบหนึ่งขวบ” (รหัส 09)

“ความตั้งใจจำเป็น เพราะว่าถ้าเราตั้งใจที่จะทำอะไรแล้ว เราก็ต้องทำให้สำเร็จแล้วมันจะทำให้เรามีความสุข เหมือนที่เราตั้งใจให้ลูกกินนมแม่ พอลูกดูนมเราก็มีความสุข เราก็ต้องเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ได้” (รหัส 14)

2.2 พยายามอดทน ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำให้มารดาวัยรุ่นมีจิตใจที่เข้มแข็งและตั้งมั่นว่าจะต้องให้ลูกกินนมแม่ให้ได้ ถึงแม้จะพบเจอกับความยากลำบากจนถึงขั้นที่ทำให้มารดาวัยรุ่นไม่ต้องการให้ลูกกินนมตนเอง เกิดความรู้สึกท้อถอย แต่ด้วยความตั้งใจทำให้มารดาวัยรุ่นคิดอยู่เสมอว่าต้องผ่านไปให้ได้จึงเกิดเป็นความพยายามลงมือทำอย่างต่อเนื่อง ทำแล้วทำอีกด้วยความอดทน ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“ความตั้งใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ช่วยเรา ทำให้เราแข็งแรงว่าเราต้องให้ลูกกินนมเราให้ได้ อย่าให้กินนมผง ตอนแรกที่เจ็บหัวนม เราไม่อยากให้ลูกกินนมแม่แล้ว ท้อ อยากไปให้ลูกกินนมผง แต่คิดอยู่ตลอดเวลาว่าต้องผ่านไปให้ได้ ความตั้งใจมันช่วยให้เราเกิดความพยายาม อดทน เราต้องผ่านตรงนี้ไปให้ได้” (รหัส 07)

“ความตั้งใจช่วยให้เราทำตามที่เราบอกลูกสาว ทำให้เราเกิดความพยายามทำทุกอย่างให้มันไหล มันก็ส่งผลดีกับเรานั่นแหละ ความตั้งใจช่วยนะ ตอนที่น้ำนมไม่ไหล เราก็พยายามทำให้ไหล พยายามนวด ก็ทำตามที่เราบอกลูกสาว เพราะว่าตั้งใจอยากให้ลูกกินนมแม่ พยายามสุดๆ เลย” (รหัส 14)

“พยายามให้ลูกกินให้ได้ ความพยายามมันเกิดจากความตั้งใจที่จะให้ลูกกินนมแม่ เพราะว่าอยากให้ลูกกินนมเรา เราได้มีภูมิคุ้มกัน พยายามให้เค้ากินให้ได้ยอมทนเจ็บ เหมือนกับว่ามีปัญหาเจ็บหัวนมก็พยายามให้ลูกกิน ความตั้งใจที่มีมันทำให้เรามีความพยายาม มันทำให้เรามีความอดทน” (รหัส 11)

2.3 ทางออกเมื่อพบอุปสรรค มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่มักจะประสบปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เช่น หัวนมบอด น้ำนมไม่ไหล ต้องออกไปทำงานนอกบ้าน ฯลฯ แต่ด้วยความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ถึงแม้จะต้องเผชิญกับอุปสรรคก็ต้องหาทางออกสำหรับตนเอง เพื่อแก้ปัญหาให้ตนเองสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ โดยไม่เกิดความย่อท้อ มารดาวัยรุ่นจึงสามารถผ่านสิ่งที่เข้ามาบั่นทอนจิตใจ จนสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างต่อเนื่อง ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“หัวนมข้างหนึ่งลูกกินได้ แต่หัวนมอีกข้างบอดลูกกินยาก ก็จะต้องบ่อนให้ลูก ความตั้งใจช่วยนะ อย่างน้อยเราก็ตั้งใจต้องทำให้เค้าได้กินนมแม่ให้ได้ ถ้าเจออุปสรรค (หัวนมบอด) ก็ต้องบ่อนให้ลูกกินนมแม่ ความตั้งใจทำให้เรามีความรับผิดชอบ ไม่ท้อ ยังไงก็ต้องให้ลูกกินนมแม่” (รหัส 08)

“เรามีความตั้งใจ ถ้าเรามีปัญหาอุปสรรคเกิดขึ้น เราก็ต้องรู้ว่ามีปัญหานั้นเกี่ยวกับอะไร แล้วค่อยแก้ปัญหาที่ตรงต้นเหตุ เหมือนบางที่เราขาดเงิน เราต้องไปทำงาน เราก็ไม่จำเป็นจะให้น้องเค้ากินนมผง เราก็ให้น้องเค้ากินนมแม่ เราก็บ่มดั่งไว้ให้เค้า” (รหัส 20)

“หัวนมสันเป็นอุปสรรคก็ต้องแก้ปัญหาก็ต้องตามที่พยาบาลแนะนำใช้ที่ดูด น้ำนมไม่ไหลก็พยายามนวด เวลาให้ลูกกินน้ำนมไม่ไหลก็กระตุ้นให้เค้ากิน ความตั้งใจมันก็กระตุ้นให้เราแก้ไขด้วยการนวดนม แล้วก็ดึงพยายามให้ลูกกิน” (รหัส 14)

3. ผลลัพธ์ของความตั้งใจ มารดาวัยรุ่นที่มีความตั้งใจและประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ กล่าวถึงผลที่ได้จากความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แบ่งออกเป็น 3 ประเด็นย่อย ได้แก่ 1) ลูกแข็งแรง ไม่เจ็บไข้ได้ป่วย 2) มีการขับถ่ายที่ดี 3) ช่วยลดค่าใช้จ่าย

3.1 ลูกแข็งแรง ไม่เจ็บไข้ได้ป่วย มารดาวัยรุ่นกล่าวว่า การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ช่วยให้ร่างกายของลูกมีภูมิคุ้มกัน ไม่มีการเจ็บไข้ได้ป่วย มีสุขภาพที่แข็งแรง ร่างกายสมส่วน ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ผ่านมามีลูกแข็งแรง ไม่เจ็บป่วย ท้องไม่อืด ไม่มีความผิดปกติใดๆ” (รหัส 06)

“ให้ลูกกินนมเราอย่างเดียว ลูกมีภูมิต้านทาน ไม่ใช่” (รหัส 11)

“ลูกกินนมเรา รู้สึกดีที่เค้ากินได้ ลูกโตไว แข็งแรงดีไม่ใช่ ร่างกายเค้าสมส่วน สมบูรณ์ดี” (รหัส 20)

3.2 มีการขับถ่ายที่ดี มารดาวัยรุ่นเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เนื่องจากกังวลถึงผลกระทบของนมผสมที่จะทำให้ทารกมีอาการท้องเสีย ท้องอืด ฯลฯ และจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่พบว่า ลูกมีระบบการขับถ่ายเป็นปกติ ไม่มีอาการเจ็บป่วยใดๆ ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“ให้ลูกกินนมแม่นี้แหละดีแล้ว เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ลูกไม่เป็นอะไร ถ่ายปกติ ไม่มีท้องผูก ไม่มีท้องเสีย” (รหัส 16)

“กินนมแม่ลูกขับถ่ายดี เด็กบางคนกินนมผงแล้วไม่ถูกกับนมก็มีถ่ายไม่ออก อุจจาระแข็งหรือเหลว แต่ว่าลูกเรากินนมแม่ไม่มีความผิดปกติอะไร ขับถ่ายดีทุกอย่าง อุจจาระไม่แข็งไม่เหลว” (รหัส 7)

3.3 ช่วยลดค่าใช้จ่าย การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทำให้มารดาวัยรุ่นประหยัดค่าใช้จ่าย และจะได้นำเงินในส่วนนั้นไปใช้จ่ายซื้อของอื่นๆ ที่จำเป็น ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“ลูกกินนมแม่นั้นช่วยให้ประหยัด ประหยัดค่าใช้จ่ายไม่ต้องใช้เงินในการใช้จ่ายค่านม จะได้ซื้อของอื่นที่จำเป็น” (รหัส 06)

“เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพราะช่วยลดค่าใช้จ่าย ช่วงแรกแฟนไม่ได้ทำงาน ถ้ากินนมผงเราก็มีค่าใช้จ่ายเยอะ ให้ลูกกินนมแม่นั้นก็ดีขึ้น ช่วยเราลดค่าใช้จ่ายได้มาก” (รหัส 20)

“นมแม่ก็ช่วยให้ประหยัด เราไม่ต้องไปซื้อนมผสมให้ลูกกิน คือ ลูกกินนมเรามันประหยัด” (รหัส 11)

อภิปรายผล

ประสพการณ์ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่น พบว่า ปัจจัยที่ทำให้เกิดความตั้งใจประกอบด้วยการรับรู้ถึงคุณประโยชน์ของนมแม่และผลกระทบของนมผสม สอดคล้องกับการศึกษาของ Plaichum, Tongswas & Somboon (2012) ที่กล่าวว่า ความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของนมแม่และวิธีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เจตคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีความสัมพันธ์กับระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และมารดาส่วนใหญ่มีเหตุผลในการตัดสินใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากความเชื่อมั่นในประโยชน์ของนมแม่ตั้งแต่ในระยะตั้งครรภ์ (Monsaeng, Sangsrijan, Chaobarn, Phomsuk, Jansuk & Peinjing, 2016) นอกจากนี้แรงผลักดันจากครอบครัวและการสนับสนุนจากพยาบาลก็เป็นปัจจัยหนึ่งที่ช่วยสนับสนุนให้มารดาวัยรุ่นเกิดความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ กล่าวคือ บุคคลในครอบครัวประกอบด้วยแม่ซึ่งเป็นกลุ่มอ้างอิงในครอบครัวที่มีความสำคัญที่สุดและมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Chansiri, Phahuwatanakom & Yusamran, 2017) รวมถึงย่าหรือยาย สามี และพยาบาลที่ช่วยส่งเสริมความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สอดคล้องกับการศึกษาของ Phonsing, Sangperm, & Prasopkittikun (2016) ที่พบว่า บุคคลที่มีอิทธิพลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวของมารดาหลังคลอดมากที่สุด คือ ย่าหรือยาย รองลงมา คือ สามี และพยาบาล

กระบวนการของความตั้งใจ มารดาวัยรุ่นที่มีความตั้งใจและประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีขั้นตอนเริ่มต้นจากการตั้งเป้าหมาย โดยปัจจัยหลักในการกำหนดพฤติกรรมของบุคคล คือ ความตั้งใจในการกระทำพฤติกรรม หากพฤติกรรมนั้นอยู่ภายใต้การควบคุมของบุคคล ความตั้งใจเพียงอย่างเดียวก็สามารถทำนายพฤติกรรมนั้นได้ และเมื่อบุคคลมีความตั้งใจอย่างเต็มเปี่ยมก็จะส่งผลให้กระทำพฤติกรรมนั้น (Ajzen, 1991 in Kantaruksa & Lerttrakannon, 2015) ตามเป้าหมายที่ตั้งใจไว้ จึงส่งผลให้มารดาวัยรุ่นเกิดความพยายามอดทน และหาทางออกเมื่อต้องพบเจอกับอุปสรรค



ซึ่งจากการสัมภาษณ์คุณแม่อาสาตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีจุดเริ่มต้นจากความตั้งใจอย่างแน่วแน่ที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 100% จึงพยายามค้นหาวิธีการต่างๆ เพื่อให้มีน้ำนมเพียงพอและแก้ไขปัญหาต่างๆ จนประสบความสำเร็จ (Thai Breastfeeding, 2014)

ผลลัพธ์ของความตั้งใจ มารดาวัยรุ่นที่มีความตั้งใจและประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่พบผลที่ได้จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ได้แก่ ลูกแข็งแรง ไม่เจ็บไข้ได้ป่วย, มีการขับถ่ายที่ดี, ช่วยลดค่าใช้จ่าย สอดคล้องกับการศึกษาของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (Thai health, 2014) ที่กล่าวว่า ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ได้แก่ ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันของร่างกาย ช่วยให้ระบบย่อยอาหารทำงานได้ดี สร้างความผูกพันระหว่างมารดาทารก และยังช่วยให้ประหยัดค่าใช้จ่าย เป็นต้น

สรุป

ประสบการณ์ความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นพบปัจจัยที่ทำให้เกิดความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ได้แก่ การรับรู้ถึงคุณประโยชน์ของนมแม่และผลกระทบของนมผสม, แรงผลักดันจากครอบครัว, การสนับสนุนจากพยาบาล, และการได้เห็นตัวแบบความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เมื่อมารดาวัยรุ่นเกิดความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แล้วก็จะทำให้มารดาวัยรุ่นประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยมีกระบวนการของความตั้งใจซึ่งมีขั้นตอนเริ่มจากการตั้งเป้าหมาย พยายามอดทน และหาทางออกเมื่อพบอุปสรรค ในมารดาวัยรุ่นที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก็จะพบเจอกับผลลัพธ์ ได้แก่ ลูกแข็งแรง ไม่เจ็บไข้ได้ป่วย, มีการขับถ่ายที่ดี และช่วยลดค่าใช้จ่าย

ข้อเสนอแนะ

การนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

ผลการวิจัยในครั้งนี้ หน่วยบริการฝากครรภ์ หลังคลอด สามารถนำไปเป็นเนื้อหาการสอนเพื่อส่งเสริมความตั้งใจให้กับมารดาวัยรุ่นหลังคลอดให้มีความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องจนถึง 6 เดือน

การวิจัยครั้งต่อไป

จากผลการศึกษาในครั้งนี้ควรมีการวิจัยเพิ่มเติมเกี่ยวกับแนวทางในการส่งเสริมความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

รายการอ้างอิง (References)

- Blyth, R. J., Creedy, D. K., Dennis, C-L., Moyle, W., Pratt, J., Vries, S. D., et al., (2004). Breastfeeding duration in an Australian population: the influence of modifiable antenatal factors. *Journal of human Lactation*, 20(1), 30-38.
- Chansiri, S., Phahuwatanakorn, W., & Yusamran, C. (2017). Influences of breastfeeding attitude, subjective norm, and self-efficacy on intention to exclusive breastfeeding among teenage pregnant women. *Journal of Nursing Science*, 35(4), 49-60.
- Chooprapan, P., Tiangtam, V., & Pichayapinyo, P. (2014). *Factors Influencing to Exclusive Breastfeeding 6 Months of Mothers in Lower Central Region*. Retrieved from <http://gsbooks.gs.kku.ac.th/57/grc15/files/mmp73.pdf>. (in Thai).



- Department of Reproductive Health. (2015). *Fact Sheet: teenage...School age with Reproductive Health*. Retrieved from <http://rh.anamai.moph.go.th/home.html>.
- Dyson, L., Green, J. M., Renfrew, M. J., Mcmillan, B. & Woolridge, M. (2010). Factors influencing the infant feeding decision for socioeconomically deprived pregnant teenagers: the moral dimension. *Birth*, 37(2), 141-149.
- Haengchaowanit, Y., Wichitsukhan, K., Sirithanarattanakun, S., Wongsiri, A., & Promsakun, A. (2015). *Guide to Breastfeeding of Working mother*. Bangkok: Iyara Printting. (in Thai).
- Kamolcorn, V., & Kamolcorn, S. (2008). *Factors Influencing to Exclusive Breastfeeding 6 Months Behavioral of Postpartum Mothers in Nong-bua Hospital Health Promotion Accountability Nong-Kung-Si Kalasin*. Retrieved from file:///C:/Users/USER/Downloads/6-6-1-PB.pdf. (In Thai).
- Kantaruksa, K., & Lertrakannon, P. (2015). A theory of planned behavior and breastfeeding promotion. *Nursing Journal*, 42(2), 169-176.
- Laonggaew, N., Youngwanichsetha, S., & Kala, S. (2014). Perception and Promotion Factors for Success to Exclusive Breastfeeding 6 Months of Postpartum Mothers. *Presentation paper of 10th National Academic Conference*. (pp.31-38). Suratthani: Suratthani Rajabhat University.
- Lincoln, S.Y., & Guba, G.E. (1985). *Naturalistic inquiry*. Newbury Park: SAGE.
- Monsaeng, I., Sangsrijan, S., Chaobarn, P., Phomsuk, P., Jansuk, K., & Peinjing, P. (2016). Development of a breastfeeding promoting model for postpartum mothers in phayao hospital. *Journal of Nursing and Health Care*, 34(3), 88-95.
- Plaichum, S., Tongswas, T., & Somboon, L. (2012). Factors related to breastfeeding duration among adolescent mothers. *Nursing Journal*, 39(2), 79-87.
- Phonsing, N., Sangperm, P., & Prasopkittikun, T. (2016). Exclusive breastfeeding support from nurses: perception of postpartum mothers and nurses. *Journal of Nursing Science*, 34(4), 26-34.
- Photaworn, P., Pensuwan, A., & Sriyannalak, N. (2013). Breastfeeding among teenage mothers in muang songkla municipality. *Nursing Journal of the Ministry of Public Health*, 13, 45-52.
- Poipompong, P. (2015). *Breastfeeding rate in Thailand*. Retrieved from <http://guruobgyn.com/guruobgyn.com/อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนม/>. (in Thai).
- Prakongsai, P. (2014). Breastfeeding with Value of Economy. In Thai Breastfeeding and Academic (editor), *Breastfeeding Most Definitely*. (pp.64-68). Bangkok: Iyara Printting. (in Thai).
- Ratanachooaek, S. (2014). *DHA in Breastfeeding to child brain development*. Breastfeeding and Academic (editor), *Breastfeeding Most Definitely*. (pp.57-62). Bangkok: Iyara Printting. (in Thai).
- Ratanan, Y. (2011). *88 Reasons to Breastfeeding*. Retrieved from http://kcenter.anamai.moph.go.th/groupcontents.php?group_id=68&SUBORG_ID=0. (in Thai).
- Reuangsayree, M. (2014). *Social Support and Breastfeeding Behavioral to 6 Months of Postpartum Adolescent Mothers in Hospital Health Promotion Accountability Mueang Ubon Ratchathani*. Retrieved from http://www.natne.or.th/images/01_Event/full%20paper/Proceeding_Surin1-2557.pdf. (in Thai).



- Shahla, M., Fahy, K. & Kable, A. K. (2010). Factors that positively influence breastfeeding duration to 6 months: a literature review. *Women and Birth*, 23(4), 135-145.
- Sinsuksai, N. (2014). Benefits of Breastfeeding. In Wichitsukhan, K., Saengperm, P., Watanayu, N., Reuanggiratjan, S., & Payakreuang, S. (editor), *Breastfeeding*. (pp.11-20). Bangkok: Pre-won Printing. (in Thai).
- Thai Breastfeeding. (2014). *Thai Children Breastfeeding lowest in Asia*. Retrieved from <http://thaihealth.or.th/Content/19551>. (in Thai).
- Thai health. (2014). *Benefits of Breastfeeding*. Retrieved from <http://www.thaihealth.or.th/Content/25269-ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่.html>. (in Thai).
- Unicef Thailand. (2014). *World Breastfeeding Week*. Retrieved from http://www.unicef.org/thailand/tha/media_22882.html.