



Best Practice

Evidence Based Practice Information Sheets for Health Professionals

การรับรู้และประสบการณ์ของสตรีต่อการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

Women's perceptions and experiences of breastfeeding support

ข้อเสนอแนะ

การให้บริการพยาบาลควรนำโมเดลและวิธีการจัดการการดูแลที่เน้นสัมพันธภาพเป็นพื้นฐาน โดยการเอื้อให้เกิดการดูแลอย่างต่อเนื่อง เป็นรายบุคคล และให้คำแนะนำสำหรับสตรี (เกรด A)

ผู้ให้การสนับสนุนต้องใช้เวลาและให้การช่วยเหลือในการฝึกปฏิบัติแก่สตรีที่มีความต้องการ (เกรด A)

การให้ความรู้ในระยะตั้งครรภ์ คำแนะนำและการสนับสนุนในระยะหลังคลอดควรจัดแบบเน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง และจัดเตรียมข้อมูลที่ตรงตามความเป็นจริง มีรายละเอียดและเป็นการให้กำลังใจทางบวก (เกรด A)

การจัดการศึกษาของผดุงครรภ์/พยาบาลควรเน้นการพัฒนาทักษะการสื่อสารและการให้ข้อมูลแก่ผดุงครรภ์/พยาบาลอย่างเต็มรูปแบบ (เกรด A)

ควรมีการพัฒนาแบบแผนในการสนับสนุนจากเพื่อน โดยการรวมสตรีจากทุกกลุ่มเศรษฐกิจทางสังคมและผลการประเมินอย่างมีประสิทธิภาพ (เกรด A)

แหล่งข้อมูล

เอกสารข้อมูลการปฏิบัติที่เป็นเลิศฉบับนี้เกิดจากการทบทวนวรรณกรรมทั้งหมด 31 ฉบับ ซึ่งการทบทวนวรรณกรรมนี้มีทั้งการศึกษาจากวรรณกรรมเชิงคุณภาพที่ศึกษาถึงการรับรู้และประสบการณ์ของสตรีต่อการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาทั้งที่เกี่ยวข้องกับบุคลากรทางการแพทย์และการสนับสนุนจากกลุ่มเพื่อน

Background

การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดานำไปสู่ประโยชน์ทางสุขภาพที่สำคัญแก่มารดาและทารก แม้จะมีนโยบายส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาทั่วโลกแต่อัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดายังคงต่ำกว่ากำหนด การช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเป็นหนึ่งในความต้องการของสตรีในการดูแลหลังคลอด ทั้งการสนับสนุนจากบุคลากรทางการแพทย์และกลุ่มเพื่อนสามารถระบุได้ว่ามีความสำคัญต่อความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ได้มีงานวิจัยที่ให้ข้อเสนอว่าการสนับสนุนที่ไม่ดีพอจะนำไปสู่การยุติการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในระยะเริ่มแรก การสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาโดยบุคลากรทางการแพทย์อาจมีทั้งทางบวกและทางลบ และบางครั้งไม่สามารถตอบสนองความต้องการของสตรีได้ กลุ่มสนับสนุนจากเพื่อนระบุได้ว่าเป็นแบบอย่างที่ดีสำหรับสตรีในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา การทบทวนงานวิจัยที่ศึกษาเปรียบเทียบการให้การสนับสนุนแก่มารดา ร่วมกับการดูแลตามปกติพบว่า การสนับสนุนทุกรูปแบบเพิ่มระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา แต่สิ่งที่ยังไม่ทราบคือองค์ประกอบของการสนับสนุนที่มีประสิทธิภาพในการเพิ่มระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

คำจำกัดความ

การให้คำจำกัดความตามวัตถุประสงค์ในการให้ข้อมูลของเอกสารฉบับนี้มีดังนี้

การสนับสนุนจากบุคลากรทางการแพทย์: เป็นการสนับสนุนช่วยเหลือจากแพทย์ พยาบาล และบุคลากรในทีมสุขภาพ

การสนับสนุนจากเพื่อน: เป็นการสนับสนุนช่วยเหลือที่เกิดจาก โครงการหรือแบบแผนจากกลุ่มเพื่อนทั้งที่เป็น การได้รับคำตอบแทนหรืออาสาสมัคร เพื่อนผู้ให้การสนับสนุน ไม่ได้เป็นส่วนหนึ่งของเครือข่ายข้อมูลของสตรีเช่น ครอบครัว และเพื่อน เป็นต้น

วัตถุประสงค์

เป้าหมายของเอกสารข้อมูลการปฏิบัติที่เป็นเลิศฉบับนี้เพื่อการสังเคราะห์หลักฐานเชิงประจักษ์ที่ดีที่สุดที่ปรากฏอยู่ต่อการรับรู้และประสบการณ์ของสตรีต่อการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาทั้งทางบุคลากรทางการแพทย์และการสนับสนุนจากกลุ่มเพื่อน เพื่อแสดงให้เห็นแหล่งของการสนับสนุน และความแตกต่างของการสนับสนุนระหว่างบุคลากรทางการแพทย์กับกลุ่มเพื่อน

ประเภทของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมศึกษา

กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมศึกษาในรายงานวิจัยเป็นสตรีครรภ์แรกและครรภ์หลังที่เริ่มเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา กลุ่มที่ศึกษายังรวมถึงกลุ่มวัยรุ่น แต่ไม่รวมกลุ่มสตรีหลังผ่าตัดทางหน้าท้อง

คุณภาพของงานวิจัย

การศึกษาที่ถูกคัดเลือกเข้ามาในการศึกษาได้แก่ การศึกษาเชิงคุณภาพ การศึกษาเชิงสำรวจที่มีจำนวนกลุ่มตัวอย่างปริมาณมาก หากมีข้อมูลเพียงพอสำหรับการวิเคราะห์เชิงคุณภาพจากคำถามปลายเปิดหรือการสัมภาษณ์เชิงลึก การศึกษาแต่ละฉบับได้รับการประเมินอย่างอิสระจากผู้ตรวจสอบ คนที่ 1 และคนที่ 2 ผลการศึกษาถูกนำมาเปรียบเทียบและเพื่อหาข้อสรุปกรณีที่พบความคิดเห็นที่แตกต่างระหว่างผู้ตรวจ

การศึกษา 31 ฉบับที่คัดเลือกได้รับการยอมรับว่ามีคุณภาพและชัดเจน วิธีการวิจัยเหมาะสม น่าเชื่อถือ มีหลักฐานอ้างอิงที่สนับสนุนการสรุปผล อย่างไรก็ตามการศึกษามากมายยังมีข้อจำกัดในการอภิปรายในแง่ของแนวคิดทฤษฎี การอภิปรายวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง และสะท้อนบทบาทของผู้วิจัย การศึกษาส่วนใหญ่มาจากประเทศอังกฤษและสหรัฐอเมริกา จึงไม่สามารถสรุปได้ว่าสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในประเทศอื่น ๆ ที่มีความแตกต่างกันทางวัฒนธรรมและระบบสุขภาพหรือไม่

ผลการศึกษา

ผลการวิเคราะห์เมตาจากการทบทวนการศึกษาได้ผลเป็น 4 categories และ 320 themes ผลการทบทวนแสดงให้เห็นว่าการสนับสนุนการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดาเกิดขึ้นตลอดช่วงเวลา ตั้งแต่ การปรากฏตัวของผู้ให้การสนับสนุน (authentic presence at one end) การรับรู้ถึงการสนับสนุนที่มีประสิทธิภาพ (perceived as effective support) การขาดการเชื่อมโยงกับบุคคลอื่น (to disconnected encounters at the other) การรับรู้ถึงการขาดประสิทธิภาพหรือขาดการสนับสนุน (perceived as being ineffective or even discouraging) และผลลัพธ์ (counter productive) ลำดับต่อมาการทบทวนแสดงถึง การเข้าถึงสิ่งเอื้ออำนวยที่สตรีเห็นว่าช่วยเหลือได้ ตรงกันข้ามกับ การพบกับสิ่งที่บั่นทอน เป็นการสนับสนุนที่สตรีเห็นว่าไม่ได้เป็นการช่วยเหลือ

การมีผู้ให้การสนับสนุน

การมีผู้ให้การสนับสนุนสะท้อนถึงสัมพันธ์ภาพที่มีความไว้วางใจหรือความผูกพันเชื่อมโยงระหว่างสตรีกับผู้ให้การดูแล/ผู้สนับสนุน โดยที่ผู้ให้การดูแล/ผู้สนับสนุนแสดงถึงการช่วยเหลือที่ดี จริใจ และเข้าถึงจิตใจของสตรี การถ่ายทอดของการมีผู้ให้การสนับสนุนช่วยให้ความมั่นใจในการสนับสนุนช่วยเหลือที่เพียงพอกับความต้องการของสตรีและมีประสิทธิภาพ

บุคลากรทีมสุขภาพ/ผู้สนับสนุน ถ่ายทอดให้สตรีได้รับทราบถึงความช่วยเหลือที่มีอยู่ เมื่อสตรีต้องการ ไม่ว่าจะเป็นที่โรงพยาบาลหรือที่บ้าน สามารถเกิดขึ้นได้แม้สภาพในเวิร์ดหลังคลอดจะมีความวุ่นวาย

การเข้าถึงด้วยความเห็นอกเห็นใจมีความสำคัญ เมื่อสตรีรับรู้ถึงความช่วยเหลือที่ได้รับเป็นการสนับสนุนอย่างแท้จริง การใช้เวลา การรับฟัง ความอบอุ่น และการเข้าถึงสตรีในทางบวก

การให้เวลาอย่างเพียงพอเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้สตรีรู้สึกผ่อนคลายและสุขสบาย และรู้สึกว่าได้รับความช่วยเหลืออย่างเต็มที่ ข้อดีของการสนับสนุนจากเพื่อน ในความเห็นของสตรีคือ เขาเหล่านั้นจะให้เวลาอย่างเต็มที่ เปิดโอกาสให้ซักถามปัญหาจากบุคลากรทีมสุขภาพ/ผู้สนับสนุน

ความเชื่อมั่น ความมั่นใจ และการให้กำลังใจเป็นสิ่งสำคัญสำหรับสตรีที่ขาดความมั่นใจ และพบว่า การเป็นมารดาในระยะเริ่มแรกเป็นสิ่งท้าทาย การรับฟังและการตอบสนองต่อความต้องการของสตรีเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ

การมีผู้ให้การสนับสนุนเป็นการเข้าถึงสตรีที่เปิดโอกาสให้มีการสร้างสัมพันธภาพกับบุคลากรทีมสุขภาพ/ผู้สนับสนุน ที่ทำให้สตรีสามารถที่จะแบ่งปันประสบการณ์ด้วย การมีสัมพันธภาพและ being there สำหรับสตรีเป็นเสมือนสิ่งธรรมดาเพียงอย่างเดียวที่สตรีกล่าวถึง

การขาดการสร้างความสัมพันธ์

เป็นการไม่รับรู้หรือไม่มีการสร้างความสัมพันธ์และขาดความสนิทชิดเชื้อ เป็นการขัดขวางการเรียนรู้ และนำไปสู่การขาดความเชื่อมั่นที่ส่งผลต่อความยั่งยืนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

บุคลากรทีมสุขภาพอาจไม่ได้ตั้งใจที่จะทำให้สตรีเกิดความรู้สึกผิด ต่ำหนีสตรีในปัญหาที่เกิดขึ้น อย่างไรก็ตามท่าทีในการวิจารณ์ การใช้คำพูดอาจก่อให้เกิดความเข้าใจผิดได้ โดยในสตรีที่กำลังมีความรู้สึกไร้คุณค่าในตัวเอง ความรู้สึกไม่แน่นอน มีความเหนื่อยล้าทั้งร่างกายและจิตใจภายหลังคลอด

บางการศึกษาแสดงให้เห็นถึงประสบการณ์ ความรู้สึกกดดันในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาที่แตกต่างจากการให้กำลังใจทางบวก นำไปสู่ความรู้สึกผิด ขัดขวางสตรีในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา มักพบว่าสตรีรายงานว่าบุคลากรทีมสุขภาพมีงานยุ่งกับสตรีรายอื่นๆ และมีภารกิจมากมายที่ไม่สามารถให้เวลาแก่สตรีได้ตามที่ต้องการ ซึ่งไม่อาจนับได้ว่าเป็นความคิดของบุคลากรทีมสุขภาพแต่เป็นข้อจำกัดที่เกิดขึ้นจากการทำงาน เมื่อสตรีตระหนักถึงความกดดันที่ได้รับจากบุคลากรทีมสุขภาพ สตรีจะมีความอึดอัดต่อความเจ็บปวด ถ้าบุคลากรทีมสุขภาพให้ความสนใจหรือช่วยเหลือสตรีเป็นรายบุคคล กลับทำให้สตรีมีความรู้สึกว่าคุณเร่งรีบและไม่เป็นการช่วยเหลือ

การเอื้ออำนวยความสะดวก

การเอื้ออำนวยความสะดวกเป็นการสนับสนุนให้บุคคลดึงเอาข้อมูล ประสบการณ์ การสนับสนุน มาใช้ในการเรียนรู้สำหรับตนเอง ซึ่งมองว่าเป็นทางบวกสำหรับการสนับสนุน คุณค่าสำคัญของการเอื้ออำนวยความสะดวกในการสอนหรือแนวทางการสนับสนุน คือการให้ข้อมูลที่ไม่ใช่แบบทางเดียวแต่เป็นการมีปฏิสัมพันธ์ เอื้อให้ผู้เรียนตั้งหัวข้อที่ต้องการรู้ ถามคำถาม อภิปราย ประเด็น ข้อสงสัย และการส่งเสริมการสนทนา ซักถามระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน

รูปแบบและท่าทีในการให้ข้อมูลในการช่วยเหลือสนับสนุนต้องเน้นสตรีเป็นศูนย์กลาง ให้เกิดการรับรู้ถึงการสนับสนุน ข้อมูลที่สตรีเห็นว่ามีความสำคัญมีทั้งทางบวกและเป็นไปตามความเป็นจริง

สตรีมีความตระหนักว่าสิ่งที่ดีที่สุดคือการเลี้ยงบุตรด้วยนมตนเอง และรู้ถึงคุณประโยชน์ สตรีหลายคนต้องการข้อมูล รายละเอียด เพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างแท้จริงถึงคุณประโยชน์ของน้ำนมและกลไกการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

การมีปฏิสัมพันธ์เป็นสิ่งที่มีความสำคัญ รวมถึงการสังเกตการณ์ให้นมมารดา การสาธิตเทคนิคการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาโดยการให้เวลาอย่างเพียงพอ

วิธีการที่บันทึก

ในทางตรงกันข้ามของแนวทางการเฝ้าระวังคือแนวทางของการบันทึก ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับบุคลิกของบุคคลหรือการขาดการฝึกฝนอย่างมีประสิทธิภาพในการให้ความรู้หรือการสนับสนุน รวมทั้งสภาพแวดล้อมที่ไม่เอื้ออำนวยโอกาสแก่บุคลากรที่มสุขภาพ/ผู้สนับสนุนในการทำงานอย่างเต็มที่

วิธีการบันทึก ในความเห็นของสตรีหมายถึงบุคลากรที่มสุขภาพ/ผู้สนับสนุนไม่รับฟัง หรือซักถามแต่เป็นการคาดเดาและการบอกเล่า

สตรีมักกล่าวถึงคำแนะนำที่ขัดแย้งในสถานการณ์ที่วุ่นวายในคลินิก รวมทั้งการดูแลที่แยกเป็นส่วนๆ มีโอกาสเพียงน้อยนิดในการสร้างสัมพันธภาพ การทำตามคำแนะนำตามแนวทางมาตรฐาน และเป็นการสื่อสารแบบทางเดียว สตรีจำนวนไม่น้อยที่กล่าวถึงความสับสนหรือ เครียดต่อคำแนะนำที่ให้ในเรื่องเกี่ยวกับ ทำในการให้นมบุตร latching อาหารเสริมสำหรับทารก ช่วงเวลาและระยะเวลาในการให้นมบุตร hand expression nipple shield อาการขย้อนและปวดบิตท้อง เต้านมอักเสบ ทารกน้ำหนักลด และการเก็บน้ำนม

สตรีหลายคนกล่าวว่า การให้คำแนะนำตามแนวทางมาตรฐาน ไม่ได้เหมาะสมสำหรับสถานการณ์ของเธอ วิธีการบันทึกนี้ทำให้สตรีหลายคนไม่สามารถทราบข้อมูลได้อย่างมีประสิทธิภาพ มักมีความสับสนและรู้สึกว่าคุณเองไม่มีความรู้

การนำไปใช้

การให้บริการพยาบาลควรนำโมเดลและวิธีการจัดการการดูแลที่เน้นสัมพันธภาพเป็นพื้นฐาน โดยการเอื้อให้เกิดการดูแลอย่างต่อเนื่อง เป็นรายบุคคล และให้คำแนะนำสำหรับสตรี (เกรด A)

ผู้ให้การสนับสนุนต้องใช้เวลาและให้การช่วยเหลือในการฝึกปฏิบัติแก่สตรีที่มีความต้องการ (เกรด A)

การให้ความรู้ในระยะตั้งครรถ์ คำแนะนำและการสนับสนุนในระยะหลังคลอดควรจัดแบบเน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง และจัดเตรียมข้อมูลที่ตรงตามความเป็นจริง มีรายละเอียดและเป็นการให้กำลังใจทางบวก (เกรด A)

การจัดการศึกษาของผดุงครรภ์/พยาบาลควรเน้นการพัฒนาทักษะการสื่อสารและการให้ข้อมูลแก่ผดุงครรภ์/พยาบาลอย่างเต็มรูปแบบ (เกรด A)

ควรมีการพัฒนาแบบแผนในการสนับสนุนจากเพื่อน โดยการรวมสตรีจากทุกกลุ่มเศรษฐกิจ
สังคมและผลการประเมินอย่างมีประสิทธิภาพ (เกรด A)