



ประสาน มุ่งมั่น พัฒนา

การเปรียบเทียบผลของการนวดเต้านมเพียงอย่างเดียวกับการนวด
เต้านมร่วมกับประคบเต้านมด้วยผ้าชุบน้ำอุ่นในการกระตุ้น
การหลั่งน้ำนมของมารดาหลังคลอดบุตร



โดย

นายแพทย์ประมินทร์ อนุกุลประเสริฐ และคณะ

โรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชสว่างแดนดิน จังหวัดสกลนคร





ประสาน มุ่งมั่น พัฒนา

ที่มาและความสำคัญของการศึกษา

จากนโยบายของกระทรวงสาธารณสุขเรื่องการส่งเสริมและสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ปัญหาที่พบบ่อยที่สุดอย่างหนึ่งที่ทำให้มารดาที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนั้นไม่ประสบผลสำเร็จคือ ในระยะ 1-2 วันแรกหลังคลอด มีน้ำนมหลังมาช้าและมีปริมาณไม่เพียงพอ แม้จะมีการนวดเต้านมช่วยเหลือแล้ว ทำให้มารดาขาดความมั่นใจ หันไปใช้นมผสมมาช่วยเสริม

วัตถุประสงค์ในการศึกษา

เพื่อเปรียบเทียบการกระตุ้นการหลั่งน้ำนมของมารดาหลังคลอดบุตร โดยการนวดเต้านมอย่างเดียวยกกับการนวดเต้านมร่วมกับการประคบเต้านมด้วยผ้าชุบน้ำอุ่น โดยอาศัยหลักการอยู่ไฟในสมัยโบราณที่มีการประคบนวดด้วยสมุนไพรและความร้อน



ผลการศึกษา

พบว่ากลุ่มที่ 1 จำนวนหญิงตั้งครรภ์ที่คลอดบุตรมีน้ำหนักหลังใน 6 ชม. หลังคลอดคิดเป็น 61.9% และมีปริมาณน้ำนมเพียงพอภายใน 48 ชม. หลังคลอดคิดเป็น 75% กลุ่มที่ 2 จำนวนหญิงตั้งครรภ์ที่คลอดบุตรมีน้ำหนักหลังใน 6 ชม. หลังคลอดคิดเป็น 97.1% และมีปริมาณน้ำนมเพียงพอภายใน 48 ชม. หลังคลอดคิดเป็น 98.8% พบว่า ทั้งสองกลุ่มมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < 0.001$) สรุปผลของการวิจัยคือ การนวดเต้านม ร่วมกับ ประคบเต้านมด้วยผ้าชุบน้ำอุ่น เป็นวิธีที่ช่วยทำให้น้ำนมหลังภายใน 6 ชม. หลังคลอด และมีปริมาณเพียงพอภายใน 48 ชม. หลังคลอด ดีกว่าวิธีการนวดเต้านมอย่างเดียว

ประโยชน์ของการศึกษาครั้งนี้

มีการนวดเต้านมร่วมกับการประคบเต้านมด้วยผ้าชุบน้ำอุ่นในมารดาหลังคลอดมากขึ้น โดยเฉพาะในรายที่น้ำนมมาช้าและมีปริมาณน้อย ในทุกๆ โรงพยาบาลของ จังหวัดสกลนคร



การดำเนินการสำหรับกลุ่มที่ 1 (คลอดในช่วงวันที่ 1 ตุลาคม
2548 ถึง 31 มีนาคม 2549 เป็น (เวลา 6 เดือน) มีวิธีการปฏิบัติ
ดังนี้ 1.ใช้หลักการ 3 ค. (คุณเร็ว คุณบ่อย คุณถูกวิธี)
2.การนวดเต้านมด้วยมือ 3 ทำดังนี้

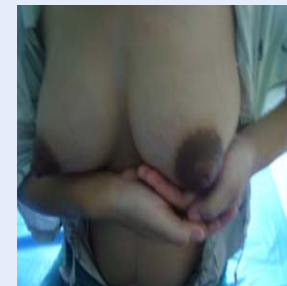
ท่าที่ 1 นวดเต้านม ขึ้น – ลง



ท่าเตรียม



ท่ายกขึ้น



ปล่อยลง

วิธีปฏิบัติ : ใช้อุ้งมือข้างเดียวกันกับเต้านมที่จะนวดประคองเต้านมในแนวตั้งฉาก
กับลำตัว

แล้วใช้มือข้าง ตรงข้ามวางซ้อนทับมือแรก และใช้แรงพอเหมาะนวด

เต้านม

ขึ้น-ลง ในแนวนานกับ ลำตัว นวดทำนี้ 5 ครั้ง



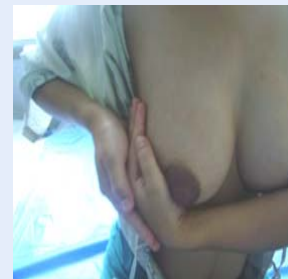
ท่าที่ 2 นวดเต้านมด้านข้าง



ท่าเตรียม



นวดคั้นเข้าแนวตรง



ปล่อยวางมือ

วิธีปฏิบัติ : ใช้อุ้งมือข้างตรงข้ามกับเต้านมที่จะนวดประคองเต้านมไว้
ด้านล่าง แล้วใช้อุ้ง

มือข้างวางซ้อนทับมือแรก โดยปลายอุ้งมือโอบเต้านมและใช้
มือนวดเต้านมคั้นเข้าหาลำตัว -ออกในแนวตั้งฉากกับลำตัว
นวดทำนี้ 5 ครั้ง

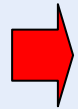




ประสาน มุ่งมั่น พัฒนา



ท่าที่ 3 การนวดเต้านมเฉียง 45 องศา



วิธีปฏิบัติ : ใช้อุ้งมือข้างตรงข้ามกับเต้านมที่จะนวดประคองเต้านม แล้วใช้มือข้างตรงข้ามวาง ซ้อนทับ นวดคั้นเต้านมเข้า-ออก เฉียง 45 องศา กับลำตัวแล้ว นวดทำนี้ 5 ครั้ง





ประสาน มุ่งมั่น พัฒนา

การดำเนินการสำหรับกลุ่มที่ 2 (ในช่วงวันที่ 1 เมษายน 2549 ถึง 30 กันยายน 2548 เป็นเวลา 6 เดือน) มีวิธีการปฏิบัติดังนี้

1. ใช้ผ้าขนหนูชุบน้ำอุ่นบิดให้หมาดๆมาวางประคบที่เต้านม พร้อมนวดเต้านมด้วยมือ ทำนวดที่ใช้ 3 ท่า ดังนี้

ท่าที่ 1 นวดเต้านมขึ้น-ลง



ท่าเตรียม



ท่ายกขึ้น



ปล่อยลง





ท่าที่ 2 นวดเต้านมด้านข้าง



ท่าเตรียม



นวดดันเข้าแนวตรง



ปล่อยวางมือ

ท่าที่ 3 นวดเต้านมเฉียง



ท่าเตรียม



ดันเฉียง 45 องศา กับ ลำตัว



ปล่อยวาง





2. เสร็จแล้วจึงนวดเต้านมอีกข้างด้วยวิธีการเหมือนข้างแรก

ทำสลับเต้า ไปมา ใช้เวลา 20 -30 นาที

3. แรงนวดที่ใช้ไม่แรงหรือเบาเกินไปและการนวดแต่ละครั้งใช้แรงเท่าๆกัน

4. ขณะที่นวดเต้านมนั้นสามารถนำผ้าขนหนูชุบน้ำอุ่นได้เป็นช่วงๆ (ถ้าความอุ่นไม่เหมาะสม) ทั้ง 2 กลุ่มนี้มีการเก็บข้อมูล จำนวนของหญิงตั้งครรภ์ที่การหลั่งของน้ำนมภายใน 6 ชั่วโมงหลังคลอด และจำนวนของหญิงตั้งครรภ์ที่มีปริมาณน้ำนมเพียงพอภายใน 48 ชั่วโมง

หลังคลอด



วิธีการศึกษา

มีรูปแบบการวิจัยเป็นแบบการศึกษาควบคุมเชิงทดลอง แบบไม่สุ่ม(non – randomized controlled trial) ขอบเขตและตัวอย่างการศึกษา จากหญิงตั้งครรภ์จำนวน 1,150 คน ที่มาคลอด ในโรงพยาบาลชุมชน ขนาด 30 เตียง จำนวน 5 แห่ง ในจังหวัดสกลนคร ที่มีการคลอดปกติทางช่องคลอด โดยไม่มีภาวะแทรกซ้อนอื่นๆ โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 เป็นหญิงตั้งครรภ์ จำนวน 567 คน ที่มาคลอดในช่วงวันที่ 1 ตุลาคม 2548 ถึง 31 มีนาคม 2549 กลุ่มที่ 2 เป็นหญิงตั้งครรภ์จำนวน 583 คน ที่มาคลอดในช่วงวันที่ 1 เมษายน 2549 ถึง 30 กันยายน 2549 มีวิธีการศึกษาโดยกลุ่มที่ 1 หลังคลอด มีการนวดเต้านม อย่างเดียว กลุ่มที่ 2 หลังคลอดมีการนวดเต้านมร่วมกับการประคบเต้านมด้วยผ้าชุบน้ำอุ่น แล้ววัดสัดส่วนจำนวน หญิงตั้งครรภ์ที่คลอดบุตรระหว่างกลุ่มที่ 1 และ กลุ่มที่ 2 ที่มีการหลั่งของน้ำนมภายใน 6 ชม. หลังคลอด และมีปริมาณน้ำนม เพียงพอภายใน 48 ชม. หลังคลอด



แสดงจำนวนมารดาเป็นราย(ร้อยละ)ทั้ง 5 โรงพยาบาล
เปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2

โรงพยาบาล	จำนวนมารดาคลอดบุตรกลุ่มที่ 1 ราย(ร้อยละ)	จำนวนมารดาคลอดบุตรกลุ่มที่ 2 ราย(ร้อยละ)	P-value
ส่องดาว	100 (17.6)	100 (17.2)	
กุศบาท	129 (22.8)	133 (22.8)	
เต่างอย	98 (17.3)	99 (17.0)	
โคกศรีสุพรรณ	86 (15.2)	93 (16.0)	
คำตากล้า	154 (27.2)	158 (27.1)	
รวม	567 (100)	583 (100)	0.99*

*Chi-square test

จากตารางที่ 1 แสดงจำนวนมารดาคลอดบุตรเป็นรายโรงพยาบาลและรวมทั้งหมดของกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ





ประสาน มุ่งมั่น พัฒนา

แสดงจำนวนมารดาครรภ์ที่ 1 และครรภ์ที่ 2 ขึ้นไป ระหว่าง
กลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2

จำนวนตั้งครรภ์	จำนวนมารดาคลอดบุตรกลุ่มที่ 1 ราย (ร้อยละ)	จำนวนมารดาคลอดบุตรกลุ่มที่ 2 ราย (ร้อยละ)	P-value
ครรภ์ที่ 1	195 (34.4)	204 (35.0)	
ครรภ์ที่ 2 ขึ้นไป	372 (65.6)	379 (65.0)	
รวม	567 (100)	583 (100)	0.83*

* Chi-square test

จากตารางที่ 2 แสดงจำนวนมารดาคลอดบุตรที่เป็นครรภ์ที่ 1 ครรภ์ที่ 2 ขึ้นไป
และรวมทั้งหมดของกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2
ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ





ประสาน นุ่บมัน พัฒนา

	จำนวนมารดาคลอด บุตรกลุ่มที่ 1 ราย(ร้อยละ)	จำนวนมารดาคลอดบุตรกลุ่มที่ 2 ราย(ร้อยละ)	P-value
น้ำนมหลังภายใน 6 ชั่วโมงหลังคลอด	351 (61.9)	917 (97.1)	
น้ำนมหลังภายใน 6 ชั่วโมงหลังคลอด	216 (38.1)	17 (2.9)	
รวม	567 (100)	583 (100)	< 0.001*

* Chi-square test

	จำนวนมารดาคลอดบุตรกลุ่มที่ 1 ราย(ร้อยละ)	จำนวนมารดาคลอดบุตรกลุ่มที่ 2 ราย(ร้อยละ)	P-value
น้ำนมปริมาณเพียงพอภายใน 48 ชั่วโมงหลังคลอด	426 (75)	576 (98.9)	
น้ำนมปริมาณเพียงพอภายใน 48 ชั่วโมงหลังคลอด	142(25)	7 (1.2)	
รวม	567 (100)	583 (100)	< 0.001*

● Chi-square

