**การแก้ไขปัญหาน้ำนมมาน้อยด้วยการแพทย์แผนไทยในโรงพยาบาลห้วยผึ้ง**

**เจ้าของผลงาน** : 1.นางสาวทัศนีย์ สุลำนาจ

2.นายกัมปนาท คำหงศ์สา

3.นางสินีนาถ สีหลิ่ง

**ที่มา** : จากการดูแลมารดาหลังคลอดในโรงพยาบาลห้วยผึ้งด้วยการแพทย์แผนไทย ได้ให้คำแนะนำในเรื่องการปฏิบัติตนหลังคลอดและการให้นมบุตร ให้บริการทับหม้อเกลือ 7 วันหลังคลอด มารดาสามารถให้นมบุตรได้ระดับหนึ่ง บางท่านน้ำนมยังมาน้อย แพทย์แผนไทยจึงได้ออกเยี่ยมบ้านเพื่อติดตามการให้นมบุตรของมารดา

**ปัญหาและสาเหตุ (Problam)** : มารดาหลังคลอดในโรงพยาบาลห้วยผึ้งหลายท่านมีปัญหาน้ำนมมาน้อย ในวันแรกหลังคลอดน้ำนมจะมาน้อยเป็นเรื่องปกติ ในวันต่อมาร่างกายจะสร้างน้ำนมเพิ่มขึ้นให้เพียงพอกับความต้องการของทารก ทั้งนี้ก็ขึ้นกับปัจจัยกระตุ้นด้วย คือ

1.ดูดเร็ว หลังคลอดทารกต้องได้ดูดนมแม่เร็วที่สุด

2.ดูดบ่อย ต้องมีการกระตุ้นทารกดูดนมทุก 2 ชั่วโมงเพื่อให้ร่างกายสร้างน้ำนม

3.ดูดถูกวิธี ทารกอมหัวนมลึกถึงลานนม ดูดโดยไม่มีเสียงแจ๊บๆ

4.โภชนาการของมารดา ต้องได้รับสารอาหารครบ 5 หมู่ ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อย 2 ลิตร

5.มารดาต้องพักผ่อนให้เพียงพอ ต้องไม่เคร่งเครียด กังวลกับการเลี้ยงบุตร ให้นมบุตรเกินไป

ปัจจัยดังกล่าวมารดาหลังคลอดจะได้รับคำแนะนำจากผู้ที่เกี่ยวข้อง รวมถึงคำแนะนำจากแพทย์แผนไทย นอกจากนี้แพทย์แผนไทยจะมีการนวดเต้านมกระตุ้นการสร้างน้ำนมร่วมด้วย

**วัตถุประสงค์ (Purpose)** :

1. การนวดเต้านมมารดาหลังคลอดเพื่อกระตุ้นการสร้างน้ำนม

2. มารดามีน้ำนมเพียงพอ สามารถให้นมบุตรได้โดยไม่ต้องใช้นมผง

3. การให้คำแนะนำการปฏิบัติตนของมารดาหลังคลอดเพื่อความเข้าใจที่ถูกต้อง ลดความกังวลอันมีผลต่อการสร้างน้ำนม

**กระบวนการ (Process improvement)**

1. ประชุมคณะทำงาน

2. ประสานงานกับสูติกรรมหลังคลอด

3. ตรวจประเมินและวางแผนการรักษา

4. สรุปผลการดำเนินงาน

**การดำเนินงาน** :

1. ประชุมคณะทำงานแพทย์แผนไทย ศึกษากลไกการหลั่งน้ำนม หาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับการนวดเพื่อกระตุ้นน้ำนมมารดา หลังคลอด

2. ประสานงานกับสูติกรรมหลังคลอดในการดำเนินงานดูแลมารดาหลังคลอด

3. แนวทางตรวจประเมินและวางแผนการรักษา

3.1 ตรวจประเมินเต้านม หัวนม และการไหลของน้ำนมมารดาหลังคลอดในขณะพักอยู่ใน รพ.ห้วยผึ้ง

3.2 นวดกระตุ้นน้ำนม ประคบเต้านมด้วยลูกประคบสมุนไพร ให้สุขศึกษาเกี่ยวกับอาหารสมุนไพรบำรุงน้ำนม และแนะนำการปฏิบัติตัวในมารดาหลังคลอด หลังจากนั้น 7 วันหลังคลอดหรือมากกว่า แต่ไม่เกิน 90 วันนัดดูแลหลังคลอดด้วยการทับหม้อเกลือ

3.3 ออกเยี่ยมบ้านมารดาหลังคลอด กิจกรรมที่ทำเมื่อออกเยี่ยมบ้าน ได้แก่ สอบถามการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ตรวจประเมินการไหลของน้ำนม จ่ายยาปลูกไฟธาตุบำรุงน้ำนม

4. สรุปผลการดำเนินงาน

**การวัดผล** :

**ตัวชี้วัดที่ 1** มารดามีน้ำนมภายใน 48 ชั่วโมงหลังคลอด

นวดกระตุ้นน้ำนมมารดาหลังคลอดวันละ 1 ครั้ง ในระหว่างที่อยู่ในสูติกรรม รพ.ห้วยผึ้ง พบว่ามารดามีน้ำนมมาภายใน 48 ชั่วโมงหลังคลอด

**ตัวชี้วัดที่ 2** มารดาหลังคลอดในเขตตำบลนิคมห้วยผึ้ง เลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียวไม่ต่ำกว่าร้อยละ60 (เกณฑ์กระทรวงสาธารณสุขไม่ต่ำกว่าร้อยละ 50)

จากการติดตามเยี่ยมบ้านมารดาหลังคลอดในเขต ต.นิคมห้วยผึ้ง มารดาหลังคลอดมีน้ำนมเพียงพอต่อการเลี้ยงบุตร โดยไม่ต้องใช้นมผง ปี 2558-2562 ผลการดำเนินงานเป็นไปตามวัตถุประสงค์ มารดาหลังคลอดมีน้ำนมเพียงพอต่อการเลี้ยงบุตรโดยไม่ต้องใช้นมผง และในปี 2563 งานแพทย์แผนไทยกำลังดำเนินงานดูแลมารดาหลังคลอดด้วยการแพทย์แผนไทยให้ดียิ่งขึ้นไป

**ตัวชี้วัดที่ 3** จัดทำแบบสอบถามเพื่อวัดความรู้ความเข้าใจการปฏิบัติตนหลังคลอด (กำลังเก็บข้อมูล) โดยมารดาต้องมีความรู้ในเรื่องสมุนไพรบำรุงน้ำนม ซึ่งเป็นสมุนไพรผักพื้นบ้านสามารถนำมาประกอบเป็นอาหารได้ และมีความรู้ความเข้าใจสามารถนำบุตรเข้าเต้าได้ถูกต้อง

**ผลลัพธ์ (Result)** : 1. น้ำนมมารดาเริ่มมาภายใน 2 วันหลังคลอด

2. มารดาสามารถเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่โดยไม่ต้องใช้นมผง

3. แพทย์แผนไทยคาดหวังว่า มารดาหลังคลอดมีความรู้ความเข้าใจการปฏิบัติตนหลังคลอด

มารดาหลังคลอดสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวโดยไม่ต้องใช้นมผง เป็นไปตามเป้าหมาย และในปี 2563 งานแพทย์แผนไทยกำลังเก็บข้อมูลความรู้ความเข้าใจการปฏิบัติตนหลังคลอดของมารดาเพื่อพัฒนางานให้ดีขึ้น

นวดกระตุ้นน้ำนมและให้ความรู้ขณะที่อยู่ใน รพ.ห้วยผึ้ง และออกติดตามเยี่ยมบ้าน

การนวดกระตุ้นน้ำนมมารดาหลังคลอด เพื่อมีน้ำนมเพียงพอต่อการเลี้ยงบุตรโดยไม่ต้องใช้นมผง และการสร้างความเข้าใจการปฏิบัติตนหลังคลอด