

# โรงพยาบาลหนองคาย

## วิธีปฏิบัติ

เลขที่ NK-WI-OBG-๐๐๔

เรื่อง การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

	ชื่อ-สกุล	ลายมือชื่อ	วัน เดือน ปี
จัดเตรียมโดย	นางศกุนา ลิมบุพศิริพร		
ทบทวนโดย	นางกฤษณา สารบรรณ		
อนุมัติโดย	นางณฤดี ทิพย์สุทธิ		

โรงพยาบาลหนองคาย	ฉบับที่ B	หน้า ๒/๖
ระเบียบปฏิบัติเลขที่ NK-WI-OBG-๐๐๔	วันที่บังคับใช้	
เรื่อง : การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่		

ตารางการแก้ไข

แก้ไขครั้งที่ (วันที่เริ่มบังคับใช้)	รายละเอียดที่แก้ไข / เหตุผลที่แก้ไข	จัดเตรียมโดย	ทบทวนโดย	อนุมัติโดย
ฉบับที่ A (๖ ก.ค.๒๕๖๔)	ออกฉบับใหม่ครั้งแรก	นางกฤษณา สารบรรณ นางศุภนา ลี้มบุพศิริพร	พญ.รัชนีกร คำพรวน	พญ.สุนิดา พรรณะ
ฉบับที่ B (.....)	ยกเลิกฉบับที่ A ๑.เนื่องจากปรับปรุงแบบของ WI มากกว่า ๕๐ % ๒.แก้ไขแนวทางปฏิบัติและส่วนที่ อธิบายเพิ่มเติมให้ดูในภาคผนวก	นางศุภนา ลี้มบุพศิริพร	นางกฤษณา สารบรรณ	นางณฤดี ทิพย์สุทธิ์

โรงพยาบาลหนองคาย	ฉบับที่ B	หน้า ๓/๖
ระเบียบปฏิบัติเลขที่ NK-WI-OBG-๐๐๔	วันที่บังคับใช้	
เรื่อง : การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่		

## ๑. วัตถุประสงค์

เพื่อช่วยเหลือสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ กับมารดาหลังคลอดในโรงพยาบาลหนองคายที่ไม่มีข้อห้ามในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่ตั้งครรภ์ ถึง ๖ เดือนหลังคลอด

## ๒. นโยบาย

การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นการวางแผนร่วมกันระหว่างแพทย์ พยาบาลและทีมสหวิชาชีพที่เกี่ยวข้อง โดยได้ปฏิบัติตามนโยบายโครงการสายสัมพันธ์แม่-ลูกใช้บันได ๑๐ ขั้น สู่ความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน ๖ เดือน

## ๓. ขอบเขต

ใช้เป็นแนวปฏิบัติสำหรับบุคลากรทางการแพทย์ พยาบาล เพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาหลังคลอดที่ไม่มีข้อห้ามในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่แรกคลอด ถึงหลังคลอด ๖ เดือน ของกลุ่มการพยาบาลโรงพยาบาลหนองคาย

## ๔. คำจำกัดความ

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คือการป้อนนมให้กับทารกหรือเด็กด้วยน้ำนมจากหน้าอกของผู้หญิง ทารกจะมีกลไกอัตโนมัติในการดูดที่จะทำให้เขาสามารถดูดและกลืนน้ำนมได้

## ๕. ผู้รับผิดชอบ

แพทย์เจ้าของไข้	แพทย์ผู้รับผิดชอบด้านการรักษาผู้ป่วยเฉพาะราย
แพทย์คลินิกนมแม่	แพทย์ผู้รับผิดชอบด้านการรักษา ให้คำปรึกษา ผู้มารับบริการที่คลินิกนมแม่ตลอด ๒๔ ชั่วโมง คือ พญ.รัชนิกร คำพรวน
พยาบาลวิชาชีพ	พยาบาลวิชาชีพที่ได้รับมอบหมายให้เป็นหัวหน้าเวร/หัวหน้าทีม จัดให้มีการบริหารพยาบาลที่มีคุณภาพต่อผู้ใช้บริการ มีหน้าที่ ประเมินอาการ วางแผนการพยาบาลและให้การพยาบาลร่วมกับสหวิชาชีพ
ผู้ช่วยพยาบาล	ผู้ช่วยพยาบาลที่ได้รับมอบหมายให้เป็นสมาชิกทีม มีหน้าที่แนะนำและช่วยเหลือมารดาหลังคลอดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
พนักงานช่วยเหลือคนไข้	พนักงานช่วยเหลือคนไข้ที่ได้รับมอบหมายให้เป็นสมาชิกทีม มีหน้าที่แนะนำและช่วยเหลือมารดาหลังคลอดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
แพทย์แผนไทย	แพทย์แผนไทยที่ได้รับมอบหมายให้เป็นสมาชิกทีม มีหน้าที่ นวดประคบ เต้านมมารดาหลังคลอดทุกรายที่ไม่มีข้อห้ามในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และให้บริการในคลินิกนมแม่ร่วมกับพยาบาลวิชาชีพประจำหน่วยงาน

โรงพยาบาลหนองคาย	ฉบับที่ B	หน้า ๔/๖
ระเบียบปฏิบัติเลขที่ NK-WI-OBG-๐๐๔	วันที่บังคับใช้	
เรื่อง : การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่		

## ๖. ขั้นตอนการปฏิบัติงาน

๑. พยาบาลวิชาชีพ/ผู้ช่วยพยาบาล/ผู้ช่วยเหลือคนไข้ ประเมินความพร้อมของมารดาหลังคลอดที่ไม่มีข้อห้ามเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

๒. พยาบาลวิชาชีพให้คำแนะนำมารดาหลังคลอดเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ดังนี้

๒.๑ ประโยชน์ของนมแม่ต่อทารก

๒.๒ ประโยชน์ของการให้นมแม่ต่อมารดา

๒.๓ ลักษณะของหัวนมปกติ หัวนมสั้น หัวนมบอดปุ่ม

๒.๔ วิธีบีบน้ำนมเพื่อประเมินการไหลของน้ำนม

๒.๕ วิธีการเก็บรักษานมแม่และระยะเวลาที่เก็บ

๓. พยาบาลวิชาชีพ/ผู้ช่วยพยาบาล/ผู้ช่วยเหลือคนไข้/แพทย์แผนไทย ช่วยเหลือมารดาหลังคลอดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ดังนี้

๓.๑ ช่วยจัดท่าให้นมทารกตามความเหมาะสม

๓.๒ ช่วยให้ทารกอมหัวนมและลานนมถูกต้อง

๓.๓ กระตุ้นให้มารดาให้นมบุตรได้ตามหลัก ๓ ด

๓.๔ ประเมิน LATCH Score และ การไหลของน้ำนม ทุกเวรอย่างน้อยเวรละ ๑ ครั้ง ถ้าน้ำนมไม่ไหล หรือไหลน้อย แพทย์เจ้าของไข้พิจารณาให้ยากระตุ้นน้ำนม แพทย์แผนไทยนวดกระตุ้นน้ำนม

๔. พยาบาลวิชาชีพประเมินและแก้ไขปัญหาหัวนมเต้านมของมารดาหลังคลอด(ถ้ามี) ดังนี้

๔.๑ หัวนมสั้น/ปุ่ม/บอด

๔.๒ หัวนมใหญ่ หัวนมยาว

๔.๓ หัวนมเจ็บและแตก

๔.๔ เต้านมคัดตึง

๔.๕ ท่อนมอุดตัน

๔.๖ เต้านมอักเสบ/ฝีเต้านม

๕. พยาบาลวิชาชีพดูแลมารดาหลังคลอดที่มีปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่มาปรึกษาที่คลินิกนมแม่แบบ one stop service ดังนี้

๕.๑ บริการด้านเวชระเบียน การเปิด visit การลงข้อมูลการซักประวัติกรณีผู้ป่วยนอก

๕.๑.๑ โทรประสานเจ้าหน้าที่ห้องเวชระเบียน ๓๖๖ เพื่อเปิด visit

๕.๑.๒ ลงข้อมูลซักประวัติในเวชระเบียนผู้ป่วยนอก โดยเข้า Hos X-P ผู้ป่วยนอก ระบุคลินิกนมแม่ (๐๔๘)

๕.๑.๓ เลือกผู้ป่วยนอก /ระบบคัดกรอง/ ดับเบิลคลิกชื่อผู้ป่วย

โรงพยาบาลหนองคาย	ฉบับที่ B	หน้า ๕/๖
ระเบียบปฏิบัติเลขที่ NK-WI-OBG-๐๐๔	วันที่บังคับใช้	
เรื่อง : การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่		

- ๕.๑.๔ เข้าหน้าซັกดประวัติ/key ข้อมูลให้ครบทุกช่อง ตั้งแต่ อาการสำคัญที่มา โรงพยาบาล , น้ำหนัก, V/S ,ประวัติแพ้ยา (\*อย่าลืมkey ๐๔๘ ช่องด้านล่างที่ให้ระบุ ส่งตรวจ)
- ๕.๑.๕ เลือกหัตถการ/keyค่าปริมาตรมารดาหลังคลอดด้วยการประคบ/คลิกเพิ่มรายการ
- ๕.๑.๖. เลือกตรวจรักษา กรณีที่ consult พญ.รัชนิกร แล้วแพทย์มีคำสั่งให้ยา/ดับเบิลคลิกชื่อผู้ป่วย/เลือกFn(สั่งเวชภัณฑ์)/ถ้ามียาให้keyยา เช่น Ibuprofen ๑x๓ ๐ pc/บันทึก
- ๕.๑.๗. เลือก F๔ (วินิจฉัย)/keyคัดตั้งเต้านม/บันทึก/เลือก PE (อยู่ด้านล่าง ซ้ายมือ) และลงข้อมูลเกี่ยวกับอาการที่เป็นมา กิจกรรมที่ทำให้ น้ดติดตามใหม่ เช่น คัดตั้งเต้านม ได้นวดประคบ อาการทู่เลา ไม่น้ด /กด Enter
- ๕.๑.๘. เลือก ใบสั่งยา (ถ้ามี key word pop up ขึ้นมาว่า Abort print ให้เลือก กด Noได้ใบสั่งยาให้ รศส พญ.รัชนิกร ด้านล่างตรงแพทย์ผู้สั่งยาทุกครั้ง
- ๕.๑.๙ ผู้ช่วยเหลือคนไข้ นำใบสั่งยาไปยื่นที่ห้องจ่ายยาและการเงินผู้ป่วยนอก นำใบเสร็จรับเงินมาให้ผู้รับบริการ /ถ้าใช้สิทธิไม่ต้องชำระเงินให้ ผู้รับบริการนำใบสั่งยาไปยื่นที่ห้องการเงินยานเอง

๕.๒ บริการด้านคลินิก พยาบาลวิชาชีพประเมินอาการและแก้ไขปัญหตามอาการร่วมกับแพทย์แผนไทย ถ้าประเมินพบเต้านมอักเสบ หรือ ผีเต้านม รายงาน พญ.รัชนิกร คำพรวน แพทย์ประจำคลินิกนมแม่

๖. กรณีที่บุตรไม่ได้อยู่กับมารดา จะได้รับการช่วยเหลือ นวดประคบเต้านมทุกวัน วันละ ๑ ครั้ง ,น้ำขิง+พร้อมอาหาร ๓ มื้อ ,ยากระตุ้นน้ำนม/ขิงแคปซูล ,สอนนวดเต้านม+บีบเก็บนมส่งให้บุตรตามเวลา

๗. พยาบาลวิชาชีพให้คำปรึกษาการส่งเสริมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตลอด ๒๔ ชั่วโมงทางโทรศัพท์

๘. พยาบาลวิชาชีพโทรติดตามเยี่ยมมารดาหลังคลอด ในเขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลหนองคายตามเกณฑ์การเยี่ยม

### ๗. เครื่องชี้วัดคุณภาพ

- ๑.มารดาหลังคลอดที่ไม่มีข้อห้ามในการ BF มีLatch score ก่อนจำหน่าย > ๘ คะแนน
- ๒.อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวขณะอยู่ในโรงพยาบาลร้อยละ ๕๐
- ๓.อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวอย่างน้อย ๖ เดือนร้อยละ ๓๐

โรงพยาบาลหนองคาย	ฉบับที่ B	หน้า ๖/๖
ระเบียบปฏิบัติเลขที่ NK-WI-OBG-๐๐๔	วันที่บังคับใช้	
เรื่อง :การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่		

#### ๘. เอกสารอ้างอิง

ชลรส เจริญรัตน์ .(๒๐๑๔).BREASTFEEDING(การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่).

แหล่งข้อมูล:[http://www.med.ac.th/dept/obgyn/๒๐๑๑/index.php?option=com\\_content&view=article&id=๙๓๑:breastfeeding&catid=๔๕&Itemid=๕๖๑&tmpl=component&print=๑&layout=default&page=](http://www.med.ac.th/dept/obgyn/๒๐๑๑/index.php?option=com_content&view=article&id=๙๓๑:breastfeeding&catid=๔๕&Itemid=๕๖๑&tmpl=component&print=๑&layout=default&page=).ค้นเมื่อวันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๒.

ประชุมพร สุวรรณรัตน์ .(๒๕๕๘).การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในห้องคลอดตามการรับรู้ของพยาบาล

วิชาชีพและมารดาหลังคลอด.วิทยานิพนธ์หลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต(การผดุงครรภ์).

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

สุรีย์พร กฤษเจริญ,โสเพ็ญ ชูนวน และคณะ.(๒๕๖๐). ผลของโปรแกรมการพัฒนาสมรรถนะพยาบาลต่อการส่งเสริม สนับสนุน และคุ้มครองการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในภาคใต้. วารสารพยาบาลสงขลานครินทร์,

๓๗(๒), ๖๗-๗๖.

อุษา วงศ์พินิจ.(๒๕๕๘)บทบาทพยาบาลในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวก่อนจำหน่ายจาก

โรงพยาบาล.วารสารพยาบาลสภากาชาดไทย,ปีที่๘ ,๒๕-๓๐.

# ภาคผนวก

## ความรู้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

### ๑. ประโยชน์ของนมแม่ต่อทารก

๑. สารอาหารครบถ้วน
๒. ได้รับ ฮอโมน เอ็นไซม์ และสารควบคุมการเจริญเติบโต
๓. มีภูมิคุ้มกันสำหรับทารก
๔. ลดการเกิดโรคมุมแพในทารกโดยเฉพาะในครอบครัวที่มีประวัติเป็นโรคมุมแพ
๕. สามารถให้ทารกดูดได้ตามความต้องการ
๖. สะอาดและปลอดภัยสำหรับทารก

### ๒. ประโยชน์ของการให้นมแม่ต่อมารดา

๑. มดลูกหดตัวดีขึ้น ช่วยลดการเสียเลือดจากการคลอด ช่วยขับน้ำคาวปลาและช่วยให้มดลูกเข้าอู่เร็วขึ้น
๒. มารดามีรูปร่างดีขึ้นเพราะได้นำไขมันส่วนเกินมาใช้ในการช่วยสร้างน้ำนม
๓. ประหยัดค่าใช้จ่ายในครอบครัว ทั้งค่านมผสมและค่าใช้จ่ายในเรื่องสุขภาพของทารก
๔. ลดภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรคได้หลายชนิด เช่น มะเร็งเต้านม มะเร็งรังไข่และโรคกระดูกพรุน
๕. ทำให้ระยะการตั้งครรภ์ห่างออกไป

### ๓. ลักษณะของหัวนมปกติ หัวนมสั้น หัวนมบอดบวม

๑. หัวนมสั้น คือหัวนมที่มีลักษณะสั้นกว่า ๐.๕ cm
๒. หัวนมบอด ลักษณะหัวนมที่หดหรือบวมเข้าไปในเต้านม

### ๔. วิธีบีบน้ำนมเพื่อประเมินการไหลของน้ำนม

๑. จัดนิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้เป็นรูปตัว C วางไว้บนเต้านม ห่างจากฐานหัวนม ๓-๔ cm อยู่ในแนวเดียวกัน

๒. ทำการบีบน้ำนม โดยปฏิบัติ ๓ จังหวะ คือ กด บีบ คลาย
๓. คะแนนการไหลของน้ำนม ๕ ระดับดังนี้

๐= บีบน้ำนมแล้วไม่ไหล .

๑= บีบน้ำนมแล้วน้ำนมไหลซึมแต่ไม่เป็นหยด

๒= บีบน้ำนมแล้วน้ำนมไหลออกมา ๑-๒ หยด

๓= บีบน้ำนมแล้วน้ำนมไหลออกมากกว่า ๒ หยดแต่ไม่พุ่ง

๔= บีบน้ำนมแล้วน้ำนมไหลพุ่ง

### ๕. วิธีการเก็บรักษานมแม่และระยะเวลาที่เก็บ

๑. ห้องที่อุณหภูมิมากกว่า ๒๕ องศาเซลเซียส สามารถเก็บไว้ได้ ๑ ชั่วโมง
๒. ห้องที่อุณหภูมิต่ำกว่า ๒๕ องศาเซลเซียส สามารถเก็บไว้ได้ ๔ ชั่วโมง
๓. เก็บไว้ในกระติกน้ำแข็ง สามารถเก็บไว้ได้ ๑ วัน



๔. ในตู้เย็นช่องธรรมดา สามารถเก็บได้ ๒-๓ วัน
๕. ตู้เย็นช่องแช่แข็งแบบประตูเดียว สามารถเก็บได้ ๒ สัปดาห์
๖. ตู้เย็นช่องแช่แข็งแบบประตูแยก สามารถเก็บได้ ๓ เดือน
๗. น้ำนมแม่ที่แช่แข็งไว้เมื่อละลายแล้ว ยังสามารถเก็บไว้ในตู้เย็นได้ ๒๔ ชม.
๘. น้ำนมแม่ที่แช่แข็งไว้เมื่อละลายแล้ว ไม่ควรนำกลับไปแช่แข็งอีก
๙. น้ำนมแม่ที่ละลายแล้ว หากลืมนำไปอุ่นที่อุณหภูมิห้องนานเกิน ๑ ชั่วโมง ให้ทิ้งไป ไม่ควรเก็บไว้กินต่อ

#### ๗. จัดทำให้นมทารก

๑. ทำอุ้มนอนวางตัก เป็นท่าที่นิยมมากที่สุด
๒. ทำลูกนอนขวางบนตักแบบประยุกต์ ท่านี้จะช่วยในการควบคุมการเคลื่อนไหวของศีรษะลูกได้ดี
๓. ทำอุ้มลูกฟุตบอล เหมาะกับมารดาผ่าตัดคลอด ลูกแฝด
๔. ทำนอนตะแคง เหมาะกับมารดาหลังคลอดที่ยังเหนื่อยเพลีย วิงเวียน และให้นมในเวลากลางคืน

#### ๘. การช่วยให้ทารกอมหัวนมและลานนมถูกต้อง

๑. ลูกอมลานนมด้านล่างได้มากกว่าด้านบน
๒. เห็นลานนมอยู่เหนือริมฝีปากลูก ส่วนลานนมด้านล่างจะถูกอมเกือบมิด
๓. ปากลูกอ้ากว้าง ริมฝีปากบานออกเหมือนปากปลา แนบกับเต้านมแม่
๔. คางลูกอยู่ชิดเต้านม แม่ไม่เจ็บหัวนมเวลาให้นมลูก

#### ๙. การแก้ไขปัญหาหัวนมเต้านม

๑. หัวนมสั้น/บวม/บอด จัดทำอุ้มฟุตบอล ดึงหัวนมโดยใช้ Syringe ให้ยื่นยาวก่อนให้ลูกดูดนม
๒. หัวนมใหญ่ หัวนมยาว จัดทำอุ้มฟุตบอลหากน้ำนมยังไม่พอ ให้cup feeding ไปก่อน ในช่วงแรกเมื่อลูกโตขึ้น ปากจะใหญ่ขึ้นทำให้ลูกสามารถอม หัวนม และลานหัวนม ให้ลึกได้ง่ายกว่าในช่วงแรกหลังคลอด
๓. หัวนมเจ็บและแตก
  ๑. ในกรณีแม่เจ็บหัวนมไม่มาก หรือไม่มีหัวนมแตกชัดเจน แก้ไขโดยการปรับท่าอุ้ม และกระตุ้นให้ลูกอมลึกถึงลานนม
  ๒. ในกรณีที่แม่เจ็บหัวนมมากหรือหัวนมแตก
    - ไม่ต้องงดการให้นมลูก
    - ให้งดการใช้สบู่ ยาทาหรือสารเคมีทาหัวนม
    - ให้ยาแก้ปวด
    - ให้ลูกดูดนมข้างที่เจ็บน้อย เปลี่ยนท่าอุ้ม
    - ทิ้งช่วงข้างเจ็บแต่ต้องบีบน้ำนมออก
    - ใช้น้ำนมส่วนหลังทาหัวนมที่เป็นแผลจะช่วยให้หัวนมหายเร็วขึ้น
๔. เต้านมคัดตึง

๑. บีบน้ำนมออกด้วยมือ หรือใช้ เครื่องปั๊ม(ควรใช้เครื่องปั๊มนานเกิน ๑๐ นาที)  
ร่วมกับปั๊มนมแม่ด้วยถ้วยแก้ว

๒. ประคบเต้านมด้วยน้ำอุ่น เพื่อให้ น้ำนมไหลดีขึ้น ประคบเย็นหลังให้นมหรือ  
บีบน้ำนมเพื่อลดการมีเลือดคั่ง บวมและลดปวดให้ยาแก้ปวด

๕. ท่อนมอุดตัน

๑. ประคบเต้านมด้วยผ้าอุ่นจัดประมาณ ๓-๕ นาทีก่อนให้นมลูก ให้ลูกดูดเต้านม  
ข้างที่มีปัญหาก่อน

๒. จัดทำให้นมลูกโดยให้คางลูกชี้ไปบริเวณที่เป็นก้อน เพื่อให้ลิ้นของลูกรีด  
น้ำนมส่วนนั้นออกได้ขณะลูกดูดให้นวดเบาๆเหนือบริเวณก้อนอุดตันไล่ไปถึง  
หัวนม

๓. ให้ลูกดูดบ่อยทุก ๒-๒ 1/2 ชั่วโมง ดูดนานอย่างน้อยข้างละ ๑๕-๓๐ นาที เมื่อลูก  
ดูดนมเสร็จให้บีบน้ำนมออกและให้ยาแก้ปวด ตรวจสอบเสื้อชั้นในว่ารัด  
เกินไปหรือไม่

๖. เต้านมอักเสบ/ฝีเต้านม

๑. ระบายนมออกจากเต้าเริ่มให้นมจากข้างที่ไม่มีปัญหาก่อน ประคบน้ำอุ่น  
ประมาณ ๓-๕ นาทีก่อนให้นม

๒. รายงานแพทย์พิจารณาให้ยาปฏิชีวนะ

๓. นัดติดตามอาการ/ ultrasound ที่เต้านมเพื่อดูว่ากลายเป็น breast abscess  
หรือไม่

๔. ระบายหนองออกจากเต้านม โดยใช้เข็มเจาะหรือผ่าตัด

๗. เทคนิคการบีบนมแม่

๗.๑ ล้างมือให้สะอาด นั่งให้สงบ ทำใจให้สบาย

๗.๒ นวดเต้านมเบาๆ โดยใช้นิ้วนิ้ววนเป็นวงกลมจากเต้านมด้านบนมายังบริเวณ  
ลานหัวนม

๗.๓ กระตุ้นหัวนมโดยใช้นิ้วมือดึงหรือคลึงหัวนมเบาๆ

๗.๔ ใช้ปลายนิ้วหัวแม่มือกับนิ้วชี้วางที่ขอบนอกของลานหัวนม หรือห่างจากหัวนม  
ประมาณ ๓ ซม. กดนิ้วทั้ง ๒ ข้าง เข้าหาทรงอกแล้วบีบบนเข้าหากัน น้ำนม  
แม่จากกระเปาะจะพุ่งออกมาปล่อยเป็นจังหวะบีบไปรอบๆ เต้านมเพื่อให้ น้ำนม  
ไหลออกหมดเต้า ๓ จังหวะเก็บนมแม่ กด บีบ คลาย

๗.๕ ก่อนเก็บน้ำนม ให้บีบน้ำนมทิ้งก่อน ๓ ครั้ง แล้วจึงรองเก็บ

๗.๖ ใช้ภาชนะเช่นขวดแก้วหรือพลาสติกแข็งที่ฆ่าเชื้อแล้วเก็บน้ำนม

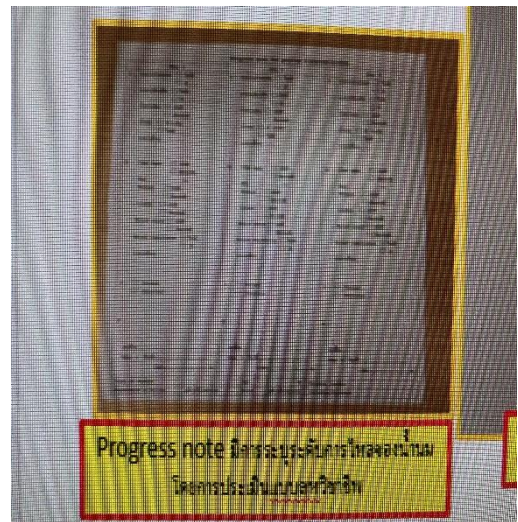
๗.๗ เพื่อป้องกันหัวนมแห้ง เมื่อบีบน้ำนมเสร็จแล้วให้ใช้น้ำนม ๒-๓ หยด ป้าย  
หัวนมแต่ละข้าง ปล่อยให้แห้งแล้วจึงใส่ยกทรง

การให้ความช่วยเหลือตามแนวทาง หลังประเมินระดับการไหลของน้ำนมของมารดาหลังคลอดดังนี้

ทีมสหวิชาชีพ	ระดับการไหลของน้ำนม		
	ระดับ ๐-๑	ระดับ ๒	ระดับ ๓-๔
แพทย์	สั่งยากระตุ้นน้ำนม/ซิงแคปซูล	-	เมื่อถึงวันจำหน่าย ถ้าระดับการไหลของน้ำนม= ๓,๔ จึงอนุญาตให้กลับบ้านได้
พยาบาล/ผู้ช่วยพยาบาล/คลินิกนมแม่	๑.สอน/กระตุ้นมารดาให้นมบุตรทุก ๒-๓ ชั่วโมงตามนาฬิกานมแม่ ๒.เบิกน้ำซิง+พร้อมอาหาร ๓ มื้อ ๓.สอนใช้ท่อน้ำนมเทียมช่วยเหลือ ๘ ครั้ง หรือจนครบ ๒๔ ชั่วโมง+กระตุ้นมารดาให้นมบุตรทุก ๒-๓ ชั่วโมงตามนาฬิกานมแม่	๑.สอน/กระตุ้นมารดาให้นมบุตรทุก ๒-๓ ชั่วโมงตามนาฬิกานมแม่ ๒.เบิกน้ำซิง+พร้อมอาหาร ๓ มื้อ	๑.สอน/กระตุ้นมารดาให้นมบุตรทุก ๒-๓ ชั่วโมงตามนาฬิกานมแม่ ๒.เบิกน้ำซิง+พร้อมอาหาร ๓ มื้อ
แพทย์แผนไทย	นวดประคบเต้านมทุกวัน วันละ ๑ ครั้ง	นวดประคบเต้านมทุกวัน วันละ ๑ ครั้ง	นวดประคบเต้านมทุกวัน วันละ ๑ ครั้ง

ป้ายประเมินระดับการไหลของน้ำนม แขนงไว้ที่บริเวณหัวเตียง





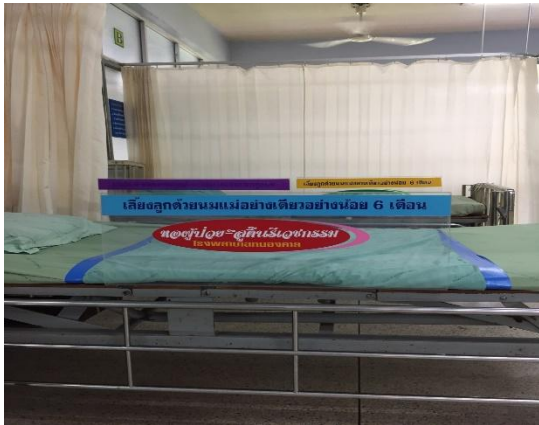
นาฬิกานมแม่



การใช้ท่อน้ำนมเทียมในมารดาที่ระดับน้ำนมไม่ไหลหรือไหลน้อย



เสื้อนอนแม่



ที่กั้นเด็กตกเตียง



หมอนเกือกม้า

Consult BF Pathway

