

บทความพิเศษ

การจัดบริการคลินิกนมแม่ ในสถานการณ์การระบาดของเชื้อโควิด-19

จตุพร สุขสำราญ¹และเกษแก้ว เกตพันธุ์²
^{1,2}ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี

นมแม่ คือ อาหารสำคัญของทารก ไม่ใช่เพียงอาหารสำหรับลูกเท่านั้น แต่เป็นการให้ทุกสิ่งทุกอย่างที่ดีที่สุดที่แม่ทำให้ลูกเติบโต ทั้งสติปัญญา (I.Q. - Intelligent Quotient), วุฒิอารมณ์ (E.Q.- Emotional Quotient), วุฒิกุณธรรม (M.Q. - Moral Quotient), ตลอดจนวุฒิความอดกลั้นอดทน (A.Q.-Adversity Quotient) ซึ่งการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จะส่งผลให้เด็กมีค่าเฉลี่ยระดับเชาวน์ปัญญา (IQ) ดีกว่าเด็กที่ไม่ได้กินนมแม่ 3-10 จุดเพราะในน้ำนมแม่เป็นอาหารที่ช่วยให้เซลล์สมองเจริญเติบโตดี ส่งเสริมการสร้างเยื่อหุ้มใยประสาทจะทำให้สื่อประสาทได้เร็ว 1/1000 เร็วกว่าใยประสาทที่ไม่มีเยื่อหุ้มกว่า 100 เท่า ขณะที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีการโอบกอดสัมผัส อุ้มลูกไว้ในอ้อมอก ส่งเสียง พูดคุย หยอกล้อ ทำให้เด็กได้รับประสาทสัมผัสทุกด้าน ส่งผลให้พัฒนาการเด็กสมวัยและฉลาดมากขึ้น อีกทั้งยังมีภูมิคุ้มกันโรคลดโรคติดเชื้ออื่นๆ เช่น โรคติดเชื้อทางเดินหายใจ โรคหูชั้นกลางอักเสบ โรคเยื่อหุ้มสมองอักเสบ โรคติดเชื้อทางเดินปัสสาวะ รวมทั้งโรคติดเชื้อทั่วร่างกายและโรคลำไส้เน่าในทารกแรกเกิด โดยเฉพาะทารกเกิดก่อน การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นกระบวนการเรียนรู้ร่วมกันระหว่างแม่กับลูก เกิดการปรับตัวเข้าหากัน และมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน จะเห็นได้ว่า การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในช่วงปีแรกช่วยให้เด็กได้มีพัฒนาการด้านร่างกาย ด้านสติปัญญา และด้านอารมณ์ เด็กมีความสุข มั่นใจในสิ่งแวดล้อม นำไปสู่ความรู้สึกไว้วางใจในบุคคล เกิดความกล้าและมีความสนใจใฝ่รู้ ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาทางอารมณ์ของเด็กในวัยต่อไป

คลินิกนมแม่ เป็นสถานที่ให้บริการในเรื่องส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอดที่ต้องการจะเลี้ยงลูกด้วยนมของตนเอง โดยมีบริการให้คำปรึกษาเพื่อเตรียมความพร้อมที่จะเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมแม่ ให้คำปรึกษาในกรณีมีปัญหาเรื่องให้นมลูก การฝึกทักษะเช่นทำอุ้ม การดูนมถูกวิธีและการรักษาเต้านม เช่น นวดประคบ ให้ยา มีรูปแบบการให้บริการโดยการมารับบริการที่คลินิกได้ทันทีที่มีปัญหา แต่ในปัจจุบันเกิดสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 เป็นโรคที่ระบาดรวดเร็วจนแพร่กระจายไปทั่วโลก ติดต่อผ่านการสัมผัสละอองฝอยจากการไอหรือจาม อาการของโรคจะคล้ายกับอาการของไข้หวัดใหญ่ แต่รุนแรงจนเกิดมีผู้เสียชีวิตเป็นจำนวนมาก ยังไม่มีแนวโน้มที่ลดลง จากสถานการณ์ดังกล่าว ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี จึงได้มีการทบทวนวางแผนทางการให้บริการในคลินิกนมแม่ เพื่อให้เกิดความปลอดภัยทั้งบุคลากรทางการแพทย์และผู้รับบริการ ลดความแออัดและลดการรอคอยในการเข้ารับบริการ โดยดำเนินการปรับเปลี่ยนแนวทางในการให้บริการแบบวิถีใหม่ (New normal) ภายใต้แนวคิดการให้บริการคลินิกนมแม่ในสถานการณ์โควิดด้วยการให้บริการแบบออนไลน์

เริ่มจากการทบทวนระบบการให้บริการแบบเดิม ซึ่งมารดาที่มีปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จะเข้ามาใช้บริการที่คลินิกโดยตรง และมาได้ตลอดเวลา การให้บริการมารดาที่มีปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ใช้เวลาในการให้บริการแต่ละราย ประมาณ 30-45 นาที ซึ่งหากมารดาบริการพร้อมกันจะเกิดความแออัดและลดการรอคอยในการเข้ารับบริการ ในกรณีต้องมีการรักษาเต้านม เช่น นวดประคบและให้ยาต้องมีการประสานส่งต่อ เช่น คลินิกนวดแพทย์ไทย อย่างไรก็ตาม ด้วยสถานการณ์โควิด-19 ทางที่ม่อนนมแม่และเด็ก ได้ดำเนินการระดมสมองกันในกลุ่มงานนอมแม่ และเด็ก โดยยึดหลักมาตรการ D-M-H-T-T-A ได้แก่ D : Distancing เว้นระยะระหว่างบุคคล หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับผู้อื่น M : Mask wearing สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลา H : Hand washing ล้างมือบ่อยๆ จัดให้มีจุดบริการเจลล้างมืออย่างทั่วถึงเพียงพอ T : Temperature ตรวจวัดอุณหภูมิร่างกายก่อนเข้ารับบริการ เพื่อคัดกรองผู้ใช้บริการที่อาจไม่สบาย T : Testing ตรวจหาเชื้อโควิด 19 และ A : Application ติดตั้งและใช้แอปพลิเคชัน “ไทยชนะ” และ “หมอชนะ” ก่อนเข้า-ออกสถานที่ทุกครั้ง

ขั้นตอนการเข้ารับบริการคลินิกนมแม่ในสถานการณ์โควิด 19 มีดังนี้ เริ่มจากผู้รับบริการโทรศัพท์หรือไลน์เข้ามาแจ้งเกี่ยวกับอาการที่ตนเองมีปัญหา เจ้าหน้าที่สอบถามอาการเพิ่มเติมเพื่อประเมินความรุนแรงของอาการ ในกรณีอาการไม่รุนแรงเช่น เต้านมคัดตึง น้านมน้อย การอุ้มลูกไม่ถูกวิธี จะให้คำแนะนำในการปฏิบัติตัวและติดตามอาการทางโทรศัพท์หรือไลน์ ในวันถัดมา ถ้าผู้รับบริการมีอาการแนวโน้มที่ดีขึ้นจะติดตามจนครบ 7 วัน แต่ถ้าอาการไม่ดีขึ้นจะติดตามอาการ 1-2 วันและนัดมารับบริการที่คลินิกนมแม่ตามวันและเวลาที่ทางคลินิกแจ้ง ในส่วนกรณีที่ผู้รับบริการโทรศัพท์หรือไลน์เข้ามาแจ้งเกี่ยวกับอาการที่ตนเองมีปัญหา แล้วพบมีอาการรุนแรง เช่น เต้านมอักเสบหรือเป็นฝี มีอาการปวด บวม แดงร้อน ไข้สูงหนาวสั่นร่วมด้วยจะนัดเข้ามาใช้บริการที่คลินิกนมแม่ตามวันและเวลาที่ทางคลินิกแจ้ง เมื่อผู้รับบริการมาถึงโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์นอมแม่ที่ 10 อุบลราชธานีต้องมาเข้าระบบคัดกรองความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ Covid-19 ถ้าคัดกรองแล้วไม่พบความเสี่ยงสามารถเข้ามาใช้บริการที่คลินิกนมแม่ได้เลย เจ้าหน้าที่จะประเมินเต้านมและซักประวัติเพิ่มเพื่อค้นหาสาเหตุและแก้ไขพร้อมอธิบายให้แม่เข้าใจเพื่อป้องกันการเกิดซ้ำ เช่น เปลี่ยนท่าให้นม ควรให้ดูดจากเต้านั้นบ่อยขึ้น พร้อมทั้งให้ดูดจนเกลี้ยงเต้า ถ้ายังเหลือควรบีบออกและควรให้เริ่มดูดนมเต้าที่มีปัญหาก่อน แต่ถ้าเจ็บให้เปลี่ยนไปดูดนมเต้าที่ดีก่อน ในกรณีที่แม่ยังเจ็บมากควรประคบเต้านมด้วยน้ำอุ่นจัด และส่งต่อให้แพทย์แผนไทยเพื่อนวดประคบ และส่งพบแพทย์เพื่อให้ยาหลังจากนั้นโทรศัพท์ติดตามอาการทุกวัน หากใน 7 วันอาการยังไม่ดีขึ้นนัดมาที่คลินิกอีกครั้งเพื่อประเมินการปฏิบัติตัว สอบถามปัญหาช่วยนวดประคบระบายน้ำนมและให้คำแนะนำซ้ำ ในกรณีคัดกรองที่ระบบคัดกรองความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ Covid-19 แล้วพบมีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ ต้องเข้าระบบการดูแลต่อของคลินิก ARI โดยทางคลินิก ARI จะส่งต่อข้อมูลผู้รับบริการให้คลินิกนมแม่เพื่อติดตามอาการตามแนวทางของคลินิกนมแม่ทางโทรศัพท์หรือไลน์ต่อไป

หลังได้มีการปรับปรุงรูปแบบการให้บริการ มีผู้รับบริการจำนวน 15 ราย ซึ่งทั้งหมดสามารถแก้ไขปัญหาค่าได้ โดยไม่ต้องมารับบริการที่คลินิกนมแม่ ซึ่งช่วยให้ผู้รับบริการลดภาระค่าใช้จ่ายในการเดินทาง ลดความแออัดในการมารับบริการที่ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี และยังประหยัดเวลาในการรับบริการจากความสะดวกรวดเร็ว และการให้บริการอย่างเข้าใจมากขึ้น โดยมีสนมแม่ที่ให้บริการเองจะติดต่อกับตัวผู้รับบริการแบบตัวต่อตัวจึงสามารถพูดคุยให้คำปรึกษาได้ ตัวผู้รับบริการเองก็รู้สึกเป็นส่วนตัว เพราะมีการ VDO Call เพื่อประเมินเต้านม หรือถ่ายภาพเต้านม อย่างไรก็ตาม การดำเนินงานให้บริการแนวใหม่ในสถานการณ์โควิด 19 ก็พบว่ามีปัญหาและอุปสรรคดังนี้ มีสนมแม่ไม่สามารถตอบข้อซักถามผู้รับบริการได้ทันทั่วทั้งที่ในบางคนเนื่องจากภารกิจอื่น ๆ ในงานประจำด้วย เช่น ในบริการฉีดวัคซีนเด็ก ผ่าศรรักษ์ ปัญหาในเรื่องสัญญาณของอินเทอร์เน็ต ที่ไม่เสถียรในบางครั้งต้องใช้อินเทอร์เน็ตส่วนตัวของมีสนมแม่เอง

การจัดบริการคลินิกนมแม่ เป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่จะช่วยให้มารดาสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จในสถานการณ์การระบาดของเชื้อโควิด-19 ที่ต้องจำกัดการพบปะผู้คน ลดการไปในสถานที่แออัด กลุ่มแม่ และเด็กเป็นกลุ่มเปราะบางเสี่ยงต่อการติดเชื้อ จึงเป็นสถานการณ์ที่ท้าทายสำหรับการให้บริการในคนกลุ่มนี้ สำหรับแนวทางในการพัฒนาเพิ่มเติม

1. ควรมีการประเมินความพึงพอใจของผู้รับบริการในรูปแบบ New normal
2. ทำแบบ Check list กลุ่มอาการของโรคที่พบบ่อยเพื่อให้เจ้าหน้าที่คนอื่นสามารถวินิจฉัยและดูแลได้
3. ทำแบบ Check list การดูแล คำแนะนำ กลุ่มอาการของโรคที่พบบ่อยเพื่อให้เจ้าหน้าที่คนอื่นสามารถดูแลได้ต่อไป รวมทั้งการประเมินระยะเวลาในการให้บริการแต่ละ Case เพื่อเก็บเป็นข้อมูลในการประเมินการดำเนินงานและการปรับปรุงการดำเนินงานให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

เอกสารอ้างอิง

1. กรรณิการ์ วิจิตรสุคนธ์ และคณะ. ปัญหาที่พบบ่อย. ใน : กรรณิการ์ วิจิตรสุคนธ์. บรรณาธิการ. การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ฟรี-วัน; 2555. หน้า 23-30.
2. กรรณิการ์ วิจิตรสุคนธ์. การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่. เอกสารประกอบการสอนพยาบาลเฉพาะทางสาขาการ เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล; 2562. หน้า 3 - 4.
3. สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย. การแก้ไขปัญหาเต้านม. ใน : สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย บรรณาธิการ. คู่มืออบรมผู้เชี่ยวชาญการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก; 2550. หน้า 40-45.
4. ศิราภรณ์ สวัสดิ์วร, กุสุมา ชูศิลป์ และกรรณิการ์ บางสายน้อย. คุณค่าของน้ำนมแม่ต่อลูก. ใน : วิบูลพรรณ ฐิตะตลก, มานี ปิยะอนันต์ และยุพียง แห่งเชาวนิช. บรรณาธิการ. คู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับแพทย์ ประจำบ้านสาขาสูตินรีเวชวิทยา พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ : ราชวิทยาลัยสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทย และชมรม ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนม ; 2548. หน้า 15-37.



กรมอนามัย
ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี

ผังการจัดระบบบริการคลินิกนมแม่ ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด 19



มารดาที่มีปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

