

ประสิทธิผลของแอปพลิเคชันแชทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใสใจน่านมแม่”
ต่อความรู้และทัศนคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์

The effectiveness of the chatbot application “Mom Milk Wise Thai: Thai
Wisdom for Supporting Breastfeeding” on knowledge and attitudes
toward breastfeeding among pregnant women

นุจรต โสภา, สุติดา สุปันตี*, จินตนาพร จันทพันธ์, นริชา พันธ์ข้ง, วรวรรณ ตะบองเพชร, วัลย์รัตน์ แก้วช่างเขียน
Nujares Sopa, Sutida Supantee*, Jintanaporn Chanthaphan, Narisa Panchang,

Worawan Tabongphet, Wanyarat Kaewchangkhian

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุราษฎร์ธานี คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก
Boromarajonani College of Nursing, Suratthani, Faculty of Nursing, Praboromarajchanok Institute

*ผู้ให้การติดต่อ (corresponding) e-mail: sutida_supantee@bcnsurat.ac.th

(Received: December 10, 2025; Revised: February 19, 2026; Accepted: March 22, 2026)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง แบบกลุ่มเดียววัดก่อนและหลังการทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความรู้ และทัศนคติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ก่อนและหลัง การใช้แอปพลิเคชันไลน์แชทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใสใจน่านมแม่” กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ หญิงตั้งครรภ์ จำนวน 40 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แอปพลิเคชันแชทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใสใจน่านมแม่” ค่าความตรงเชิงเนื้อหา เท่ากับ 1.00 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบประเมินความรู้ ค่าความตรงเชิงเนื้อหา เท่ากับ 1.00 ค่าความเชื่อมั่น KR-20 เท่ากับ 0.80 และแบบประเมินทัศนคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ ค่าความตรงเชิงเนื้อหาเท่ากับ 1.00 ค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ 0.90 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา และสถิติ paired samples t-test

ผลการวิจัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างซึ่งได้รับแอปพลิเคชันแชทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใสใจน่านมแม่” หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนทดลอง และมีคะแนนเฉลี่ยทัศนคติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สูงกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value < 0.05)

ข้อเสนอแนะ จากการศึกษาวิจัยในครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าแอปพลิเคชันแชทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใสใจน่านมแม่” มีประสิทธิผลในการเพิ่มความรู้และเพิ่มทัศนคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ ควรนำไปใช้กับหญิงตั้งครรภ์

คำสำคัญ: แอปพลิเคชันแชทบอท, ความรู้, ทัศนคติ, การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

Abstract

This quasi-experimental research employed a one-group pretest-posttest design to compare knowledge and attitudes toward breastfeeding among pregnant women before and after using the LINE chatbot application, “Mom Milk Wise Thai: Thai Wisdom for Supporting Breastfeeding”. The sample consisted of 40 pregnant women. The experimental instrument was the chatbot application, which yielded a Content Validity Index (CVI) of 1.00. Data collection instruments included a knowledge assessment questionnaire (CVI = 1.00, KR-20 reliability = 0.80) and a breastfeeding attitude assessment questionnaire (CVI = 1.00, Cronbach's alpha reliability = 0.90). Data were analyzed using descriptive statistics and a paired samples t-test.

The results revealed that after the intervention, the participants exhibited significantly higher mean scores for both breastfeeding knowledge and attitudes compared to their pretest scores (p -value < 0.05).

Recommendations: This study demonstrates that the “Mom Milk Wise Thai” chatbot application is highly effective in enhancing knowledge and improving attitudes toward breastfeeding. Therefore, it is recommended that this application be utilized with pregnant women.

Keywords: chatbot application, knowledge, attitudes, breastfeeding

บทนำ

ในปัจจุบันสถานการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในประเทศไทยยังคงต่ำกว่าเป้าหมายที่กำหนดไว้ จากผลการสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทย พ.ศ. 2565 พบว่าอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน มีเพียง ร้อยละ 28.60 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2566) ซึ่งต่ำกว่าเป้าหมายขององค์การอนามัยโลกที่กำหนดให้ร้อยละของเด็กแรกเกิดถึง 6 เดือน กินนมแม่อย่างเดียวนานอย่างน้อยร้อยละ 50 จะเห็นว่าได้ว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในประเทศไทยยังต้องได้รับการสนับสนุนและส่งเสริมให้มารดาสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ประสบผลสำเร็จ โดยพบว่าปัญหาและอุปสรรคในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ได้แก่ ปัจจัยด้านมารดา ปัจจัยด้านทารก และปัจจัยด้านการหลั่งน้ำนม เช่น น้ำนมไหลช้า (นพรัตน์ ธารณะ, 2566) ปัญหาทางด้านร่างกายของมารดา ได้แก่ เต้านมคัดตึง อักเสบ ท่อน้ำนมอุดตัน (ศศิธารา น่วมภา และคณะ, 2563) รวมถึงความเชื่อของสมาชิกในครอบครัวเรื่องการให้อาหารเสริมจะช่วยให้ทารกอิ่ม หลับสบาย เลี้ยงง่าย (พัทธนี วินิจจะกุล และ อรพร ดำรงวงศ์ศิริ, 2563)

จากปัญหาและอุปสรรคในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จึงควรมีการเตรียมมารดาในการให้นมแม่เริ่มตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ การให้ความรู้ และทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในมารดาที่ยังไม่มีประสบการณ์ในการให้นมลูก โดยเฉพาะมารดาหลังคลอดบุตรคนแรก ปัญหาการเอาลูกเข้าเต้า ซึ่งถ้าทำได้ไม่ถูกวิธีจะส่งผลทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมาได้ เช่น ปัญหาหัวนมแตก เจ็บหัวนม เต้านมคัด จากการที่ลูกดูดนมไม่ถูกวิธี ทำให้การระบายน้ำนมออกได้ไม่ดี อาจส่งผลทำให้เกิดปัญหาท่อน้ำนมอุดตัน และหากยังไม่ได้รับการช่วยเหลือ แก้ไข อาจทำให้เต้านมอักเสบและเป็นฝีได้ เนื่องจากการมารดาที่ประสบปัญหาการให้นมแม่ มักจะเครียดที่ไม่สามารถให้นมแก่ทารกได้เต็มที่ (ไซฟ์รี่ หะยิโยไซะ และ รัชนิวรรณ ชีตตรง, 2566) การเตรียมความพร้อมตั้งแต่ช่วงตั้งครรภ์ เช่น การให้ความรู้ สร้างทัศนคติเชิงบวก และการสนับสนุนที่เหมาะสม จึงมีบทบาทสำคัญต่อความสำเร็จในการให้นมแม่ หากมารดาหลังคลอดมีความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับต่ำ มีทัศนคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับปานกลาง มีโอกาสที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนานไม่ครบ 6 เดือน (กุสุมาลี โพธิ์ปัสสา และคณะ, 2565) และจากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่าการให้ข้อมูลการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ควรบูรณาการหลากหลายช่องทาง เช่น การใช้สื่อหนังสือคู่มือ หรืออินเทอร์เน็ต ร่วมกับการให้คำแนะนำโดยพยาบาล จะช่วยส่งเสริมให้มารดามีความตั้งใจ ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่วานานขึ้น (แววตา ศรีทอง และคณะ, 2565) และควรใช้สื่อสังคมออนไลน์ และแอปพลิเคชันไลน์มาปรับใช้เพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (วรณัน รื่นพรต และคณะ, 2566) นอกจากนี้มีการใช้ภูมิปัญญาไทย เช่น การนวดกระตุ้นการไหลของน้ำนม ร่วมกับการประคบสมุนไพร ช่วยเพิ่มระดับการไหลของน้ำนมในมารดาหลังคลอด (สิริเพ็ญ มาตา และจันทร์เพ็ญ ธรรมพร, 2566) อย่างไรก็ตามยังไม่มีการพัฒนาแพลตฟอร์มสื่อแชทบอทที่บูรณาการองค์ความรู้ภูมิปัญญาไทยกับการกระตุ้นน้ำนมแม่ และพบว่าข้อมูลที่มีการเผยแพร่มีทั้งข้อมูลที่ถูกต้องและไม่ถูกต้อง การพัฒนาและสร้างสื่อออนไลน์เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จึงเป็นอีกบทบาทหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริมความรู้ของมารดา และเพิ่มการเข้าถึงข้อมูลที่ถูกต้อง จากการพิจารณาเทคโนโลยีปัจจุบัน แอปพลิเคชันไลน์ เป็นที่นิยมในการสื่อสารของคนส่วนใหญ่สามารถช่วยให้การสื่อสารรวดเร็วและสะดวกขึ้น โดยสื่อสารได้ทั้งภาพและเสียง ทำให้เกิดความเข้าใจที่ดียิ่งขึ้น (สมิธ พิฑูรพงศ์ และ ธรรมธร ปัญญาโสภณ, 2561) เทคโนโลยีสารสนเทศ เช่น แชทบอท (Chatbot) ได้ถูกนำมาใช้ในการสื่อสารและให้ความรู้ด้านสุขภาพมากขึ้น โดยมีข้อดีคือเข้าถึงง่าย ให้ข้อมูลทันที และสามารถปรับให้สอดคล้องกับผู้ใช้งานเฉพาะกลุ่ม

จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษา ประสิทธิภาพของแอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจให้นมแม่” ต่อความรู้และทัศนคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์จะทำให้มารดาสามารถเข้าถึงข้อมูลสำคัญผ่านอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ สอบถามความรู้ได้ตลอดเวลา ทำให้มารดาที่ไม่เคยเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีสมรรถนะในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และส่งผลให้ทารกได้รับน้ำนมแม่เพียงพออย่างต่อเนื่อง เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน พัฒนาการ และการเจริญเติบโตของร่างกายต่อไป

วัตถุประสงค์วิจัย

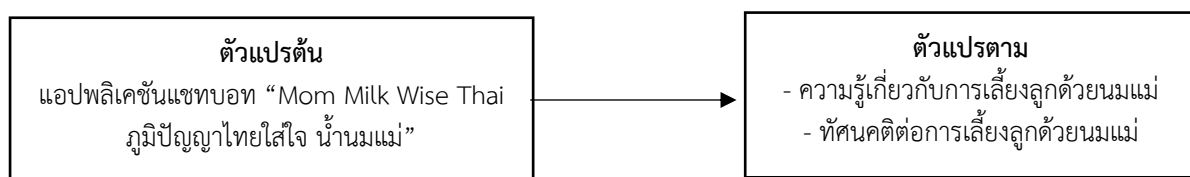
1. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ก่อนและหลังที่ได้รับความรู้จากแอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจให้นมแม่”
2. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนทัศนคติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ก่อนและหลังที่ได้รับความรู้จากแอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจให้นมแม่”

สมมติฐาน

1. ภายหลังการใช้แอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจให้นมแม่” หญิงตั้งครรภ์มีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนการใช้แอปพลิเคชัน
2. ภายหลังการใช้แอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจให้นมแม่” หญิงตั้งครรภ์มีค่าเฉลี่ยคะแนนทัศนคติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนการใช้แอปพลิเคชัน

กรอบแนวคิดการวิจัย

ผู้วิจัยได้สังเคราะห์ แนวคิดแบบจำลองความเชื่อด้านสุขภาพ (Health Belief Model: HBM) ว่าการที่บุคคลจะตัดสินใจดูแลสุขภาพตนเองหรือไม่ ขึ้นอยู่กับหลายปัจจัย ได้แก่ เขาารู้สึกว่าตนเองมีโอกาเสี่ยงต่อการเกิดโรคหรือไม่ (perceived susceptibility) มองว่าโรคนั้นรุนแรงเพียงใด (perceived severity) คิดว่าการป้องกันหรือรักษาจะได้ผลจริงหรือไม่ (perceived benefits) และมองว่ามีอุปสรรคหรือความยุ่งยากใดที่ทำให้ไม่สามารถปฏิบัติตามแนวทางสุขภาพได้ (perceived barriers) โดยแต่ละปัจจัยล้วนมีผลต่อแรงจูงใจในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพของแต่ละคน (Rosenstock, 1974) และสังเคราะห์ทฤษฎี KAP model ของ Schwartz (1976) โดยกำหนดความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร 3 ด้าน ได้แก่ ความรู้ (knowledge) ทัศนคติ (attitude) และการปฏิบัติ (practice) ซึ่งแสดงให้เห็นกระบวนการเสริมสร้างพฤติกรรม ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องมาพัฒนาแอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจ นมแม่” โดยกำหนดกรอบแนวคิดดังนี้



ภาพ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบ 1 กลุ่มวัดก่อน-หลัง (quasi-experimental research with one group pre-posttest design)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ หญิงตั้งครรภ์ในเขตอำเภอบ้านนาสาร จังหวัดสุราษฎร์ธานี ระหว่างวันที่ 15 ตุลาคม 2568 ถึงวันที่ 15 พฤศจิกายน 2568 จำนวน 298 คน

กลุ่มตัวอย่าง

การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างสำหรับกลุ่มทดลองกลุ่มเดียวใช้หลักการวิเคราะห์อำนาจการทดสอบ (power analysis) คำนวณโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป G*Power กำหนดค่าขนาดอิทธิพล effect size = 0.50 ค่าอำนาจการทดสอบ (power) = 0.80 และค่าความเชื่อมั่น (α error probability) = 0.05 ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 34 คน เพื่อการสุ่มสุ่ม จึงเพิ่มกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 20 เป็นจำนวน 40 คน (บุญใจ ศรีสถิตินรากร, 2563)

เกณฑ์คัดเข้า (inclusion criteria)

1. หญิงตั้งครรภ์ที่มารับการฝากครรภ์ในเขตอำเภอบ้านนาสาร จังหวัดสุราษฎร์ธานี
2. หญิงตั้งครรภ์ที่ไม่เคยเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ได้แก่ มารดาครรภ์แรก และมารดาครรภ์หลังที่ไม่เคยเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากการประสบปัญหาด้านน้ำนม

3. มีความสามารถในการใช้แอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทย ใส่ใจน้ำนมแม่” ได้

4. ยินดีเข้าร่วมเป็นอาสาสมัครการวิจัย

เกณฑ์การคัดออก (exclusion criteria)

1. หญิงตั้งครรภ์ที่ขอลาออกจากการศึกษาวิจัย
2. หญิงตั้งครรภ์ที่มีปัญหาแทรกซ้อนที่ทำให้ไม่สามารถเข้าร่วมการวิจัยต่อได้
3. หญิงตั้งครรภ์ที่ไม่เข้าใช้แอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทย ใส่ใจน้ำนมแม่” นานเกิน 3 วัน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 2 ประเภท ได้แก่ เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง คือ แอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทย ใส่ใจน้ำนมแม่” ที่คณะผู้วิจัยพัฒนาขึ้น มีส่วนประกอบเนื้อหา ดังนี้ ได้แก่ 1) น้ำนมแม่ คืออะไร 2) น้ำนมไม่ไหล ทำอย่างไร 3) ปัญหาเรื่องน้ำนมและอาการเกี่ยวกับน้ำนมหลังคลอด 4) สมุนไพรไทยกระตุ้นการหลั่งน้ำนม 5) ภูมิปัญญาไทยกระตุ้นการหลั่งน้ำนมแม่





ภาพ 2 ตัวอย่างแอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจนํ้านมแม่”

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคลที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอาศัยการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเป็นแบบสอบถามข้อมูลพื้นฐาน ได้แก่ อายุ อาชีพ อายุครรภ์ขณะนี้ และจำนวนการตั้งครรภ์ จำนวน 4 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความรู้การเลี้ยงลูกด้วยนํ้านมแม่ จำนวน 25 ข้อ โดยรูปแบบคำถามเป็นแบบถูก-ผิด ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอาศัยการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย ความสำคัญและประโยชน์ของนํ้านมแม่ จำนวน 6 ข้อ ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนํ้านมแม่ต่อทารก จำนวน 6 ข้อประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนํ้านมแม่ต่อมารดา จำนวน 4 ข้อ ความรู้เรื่องสมุนไพรที่ช่วย กระตุ้นนํ้านมแม่ จำนวน 4 ข้อ และความรู้เรื่อง การส่งเสริมการกระตุ้นนํ้านมแม่ด้วยภูมิปัญญาไทย จำนวน 5 ข้อ โดยรูปแบบคำถามเป็นแบบถูก-ผิดแบบสอบถาม มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 2 ระดับ ดังนี้

ถูก หมายถึง ท่านมีความคิดเห็นว่าข้อความในประโยคนั้นถูกต้อง

ผิด หมายถึง ท่านมีความคิดเห็นว่าข้อความในประโยคนั้นไม่ถูกต้อง

ตอบถูก ได้ 1 คะแนน ตอบผิดได้ 0 คะแนน

ส่วนที่ 3 แบบประเมินทัศนคติต่อการเลี้ยงลูกด้วยนํ้านมแม่ จำนวน 15 ข้อ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอาศัยการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย ทัศนคติเชิงบวกเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนํ้านมแม่ ความมั่นใจในการให้นมลูก การรับรู้ต่อแรงสนับสนุนจากครอบครัวหรือสังคม และอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้นในการให้นมแม่ โดยใช้รูปแบบมาตราส่วนประเมินแบบลิเคิร์ต (Likert scale) 5 ระดับ

- 1 หมายถึง ท่านไม่เห็นด้วยกับข้อความนี้อย่างยิ่ง
- 2 หมายถึง ท่านมีความเห็นตรงกับข้อความนี้น้อย
- 3 หมายถึง ท่านมีความเห็นตรงกับข้อความนี้ปานกลาง
- 4 หมายถึง ท่านมีความเห็นตรงกับข้อความนี้มาก
- 5 หมายถึง ท่านมีความเห็นตรงกับข้อความนี้มากที่สุด

การแปลความหมายของค่าคะแนนเฉลี่ยมีค่าอยู่ระหว่าง 1-5 คะแนน แบ่งออกเป็น 5 ระดับ โดยใช้หลักเกณฑ์ของการแบ่งความกว้างอันตรภาคชั้น ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	การแปลผล
ระหว่าง 4.21 - 5.00	มีทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนํ้านมแม่มากที่สุด
ระหว่าง 3.41 - 4.20	มีทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนํ้านมแม่มาก
ระหว่าง 2.61 - 3.40	มีทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนํ้านมแม่ปานกลาง
ระหว่าง 1.81 - 2.60	มีทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนํ้านมแม่น้อย
ระหว่าง 1.00 - 1.80	มีทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนํ้านมแม่น้อยที่สุด

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (content validity) ผู้วิจัยนำเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยไปตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญทางด้านสูตินรีเวช มีความเชี่ยวชาญด้านสูติศาสตร์และนรีเวชวิทยา 1 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญทางด้านเทคโนโลยี มีความรู้ความเชี่ยวชาญด้านการพัฒนาเทคโนโลยีสารสนเทศ และมีประสบการณ์ในการออกแบบและพัฒนาโปรแกรมที่เป็นมิตรกับผู้ใช้ (user-friendly) 1 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญทางด้านภูมิปัญญาไทยและสมุนไพรไทยและการแพทย์แผนไทย 1 ท่าน เพื่อพิจารณาตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหา ความเหมาะสม และความน่าสนใจ ของแอปพลิเคชันไลน์แชทบอท การประเมินครอบคลุม 3 ด้าน ประกอบด้วย 1) ด้านเนื้อหา 2) ด้านการใช้งาน 3) ด้านความสวยงาม แล้วนำมาปรับแก้ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ ได้ค่าความตรงเชิงเนื้อหา เท่ากับ 1.00 แบบประเมินความรู้ เท่ากับ 1.00 แบบประเมินทัศนคติ ค่าความตรงเชิงเนื้อหาเท่ากับ 1.00

2. ผู้วิจัยนำเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา นำมาทดลองใช้กับกลุ่มที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน แล้วหาค่าความเชื่อมั่น แบบประเมินความรู้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ค่า KR-20 เท่ากับ 0.80 และแบบประเมินทัศนคติเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ 0.90

การเก็บรวบรวมข้อมูล

หลังจากได้รับการรับรองจากคณะกรรมการวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสราษฏร์ธานี ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างในเขตอำเภอบ้านนาสาร จังหวัดสุราษฎร์ธานี เพื่ออธิบายวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนการตอบแบบสอบถาม และสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัย

2. ผู้วิจัยให้หญิงตั้งครรภ์ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเปิดแอปพลิเคชันไลน์และสแกนคิวอาร์โค้ด เพื่อเข้าร่วมในแอปพลิเคชันแชทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใสใจน้านมแม่”

3. ผู้วิจัยเก็บข้อมูลก่อนการใช้ (pre-test) แอปพลิเคชันแชทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใสใจน้านมแม่”

4. ดำเนินการวิจัย โดยให้กลุ่มตัวอย่างศึกษาข้อมูลภายในแอปพลิเคชันแชทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใสใจน้านมแม่” ด้วยตนเอง พร้อมจัดส่งสื่อกระตุ้นการมีส่วนร่วมแบบอัตโนมัติตามกำหนด โดยส่งข้อความแจ้งเตือนทุกวัน ส่งภาพโปสเตอร์ ส่งคลิปวิดีโอสั้น ส่งคำถามทบทวนความรู้ (quiz) ทุกวัน เพื่อกระตุ้นให้กลุ่มตัวอย่างเปิดใช้งานและศึกษาข้อมูลจากแอปพลิเคชันแชทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใสใจน้านมแม่” อย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ อันจะส่งผลต่อการเพิ่มการมีส่วนร่วม รวมถึงการทบทวนเนื้อหา นำไปสู่การจดจำและการปรับเปลี่ยนทัศนคติ

5. ผู้วิจัยนัดหมายกับกลุ่มตัวอย่างเพื่อทำแบบทดสอบ post-test ความรู้และทัศนคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ภายหลังการใช้แอปพลิเคชันแชทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใสใจน้านมแม่”

6. นำผลวิจัยที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ข้อมูลทั่วไป วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ และทัศนคติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สถิติ ใช้ paired samples t-test โดยก่อนวิเคราะห์ได้ทำการทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นของสถิติกลุ่มตัวอย่างประชากรมีการแจกแจงแบบปกติ

จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

วิจัยครั้งนี้ผ่านการรับรองการพิจารณาจริยธรรมวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุราษฎร์ธานี เลขที่ 2025/20 ลงวันที่ 11 กันยายน 2568 ผู้วิจัยได้ทำการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา โดยชี้แจงในการเข้าร่วมวิจัยให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยรับทราบวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนการวิจัย พร้อมทั้งลงนามยินยอม และขอความร่วมมือในการรวบรวมข้อมูลทุกอย่างจะถูกเก็บไว้เป็นความลับนาน 1 ปี ทำลายเอกสารตามระบบของวิทยาลัยฯ และนำเสนอเป็นภาพรวมตามความเป็นจริง และผู้เข้าร่วมการวิจัยสามารถสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย และสามารถถอนตัวจากการวิจัยได้ตลอดเวลาโดยไม่มีผลกระทบใด

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไป พบว่า กลุ่มตัวอย่างหญิงตั้งครรภ์จำนวน 40 คน ช่วงอายุที่มากที่สุดคืออยู่ในช่วงอายุ 20-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 60.00 รองลงมาคือช่วงอายุ 31-35 ปี คิดเป็นร้อยละ 17.5 มีอายุต่ำกว่า 20 ปี คิดเป็นร้อยละ 12.50 และมีอายุมากกว่า 35 ปี คิดเป็นร้อยละ 10.00 ตามลำดับ การประกอบอาชีพ ส่วนใหญ่เป็นแม่บ้านหรือไม่ได้ประกอบอาชีพ คิดเป็นร้อยละ 30.00 รองลงมาคือรับจ้างทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 25.00 พนักงานบริษัทคิดเป็นร้อยละ 17.50 รับราชการและค้าขายอย่างละร้อยละ 7.50 และประกอบธุรกิจส่วนตัวคิดเป็นร้อยละ 12.50 ตามลำดับ อายุครรภ์ ช่วงอายุครรภ์ที่มากที่สุดคืออยู่ในช่วง 14-26 สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 47.50 รองลงมาคือช่วง 27-40 สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 37.50 และมีอายุครรภ์น้อยกว่าหรือเท่ากับ 13 สัปดาห์คิดเป็นร้อยละ 15.00 ตามลำดับ จำนวนการตั้งครรภ์ ที่มากที่สุดคือครรภ์แรก คิดเป็นร้อยละ 45.00 รองลงมาคือ ครรภ์ที่ 2 คิดเป็นร้อยละ 37.50 และครรภ์ที่ 3 คิดเป็นร้อยละ 17.50 ตามลำดับ

2. การเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก่อนและหลังเข้าร่วมแอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจน้านมแม่”

ตาราง 1 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความรู้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก่อนและหลังเข้าร่วมแอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจน้านมแม่” (n=40)

ความรู้	Mean	S.D.	t	p-value
ก่อนเข้าร่วมการทดลอง	17.55	1.92	22.46	.00*
หลังเข้าร่วมการทดลอง	24.40	0.90		

* $p < 0.05$

จากตาราง 1 กลุ่มตัวอย่างซึ่งได้รับความรู้ผ่านแอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจน้านมแม่” หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้สูงกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$)

3. การเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยทัศนคติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก่อนและหลังเข้าร่วมแอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจน้านมแม่”

ตาราง 2 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทัศนคติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก่อนและหลังเข้าร่วมแอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจน้านมแม่” (n=40)

ความตระหนัก	Mean	S.D.	t	p-value
ก่อนเข้าร่วมการทดลอง	3.56	0.31	6.62	.00*
หลังเข้าร่วมการทดลอง	4.88	0.12		

* $p < 0.05$

จากตาราง 2 กลุ่มตัวอย่างมีทัศนคติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หลังเข้าร่วมแอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจน้านมแม่” สูงกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$)

อภิปรายผล

จากการศึกษาแอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจน่านมแม่” ต่อความรู้และทัศนคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ พบว่า ผลการศึกษาเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย กล่าวคือ กลุ่มตัวอย่างซึ่งได้รับความรู้ผ่านแอปพลิเคชันแซทบอท หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$) และมีคะแนนเฉลี่ยทัศนคติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หลังใช้แอปพลิเคชัน แซทบอท สูงกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$) รายละเอียดดังนี้

1. การเปรียบเทียบความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ ก่อนและหลังเข้าร่วมแอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจน่านมแม่” พบว่า การใช้งานแอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจน่านมแม่” ช่วยเสริมสร้างความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เนื่องจากนวัตกรรมแซทบอทสามารถตอบสนองต่อผู้ใช้งานได้แบบทันที ช่วยให้มารดาได้รับข้อมูลที่ถูกต้องและครบถ้วน ในเวลาที่ต้องการ สามารถโต้ตอบ ซักถามได้โดยไม่จำกัดเวลาและสถานที่ สามารถให้บริการข้อมูลสุขภาพได้อย่างรวดเร็วและสะดวก ส่งผลให้มารดาสามารถเรียนรู้และปรับใช้ความรู้ได้อย่างต่อเนื่อง นำไปสู่การเพิ่มพูนความรู้และทักษะในการดูแลบุตรด้วยนมแม่ได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด และการบูรณาการองค์ความรู้เรื่องภูมิปัญญาไทยที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการนวดและการประคบเต้านมด้วยสมุนไพร ช่วยเพิ่มความรู้และทัศนคติมีความมั่นใจต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สอดคล้องกับการศึกษาของสุกัลลักษณ์ เนตรทิพย์ และคณะ (2568) และชนิษฐา ทูมา และคณะ (2563) พบว่านวดประคบสมุนไพร 48 ชั่วโมงหลังคลอด มีน่านมไหลเพิ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงให้เห็นว่าการนวดประคบสมุนไพรเป็นแนวทางที่สามารถนำไปใช้ได้จริงในการดูแลมารดาหลังคลอดเพื่อกระตุ้นการไหลของน่านม เป็นการนำสมุนไพรที่มีอยู่ในท้องถิ่นมาปรับใช้ในชีวิตประจำวันในการนวดประคบเต้านมช่วยลดการใช้จ่ายที่ทำให้เกิดผลข้างเคียงกับร่างกาย อีกทั้งช่วยให้มารดาหลังคลอดเกิดความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาต่อไป สอดคล้องกับการศึกษาของเบญจมาภรณ์ นาคามดี และคณะ (2563) ศึกษาเรื่องผลของโปรแกรมการให้ความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ออนไลน์ ต่อความรู้และพฤติกรรมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นในจังหวัดพิษณุโลก พบว่าการให้ความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ออนไลน์เป็นช่องทางที่สนับสนุนให้มารดาวัยรุ่นหลังคลอดได้รับความรู้ได้ด้วยตนเองอย่างไม่จำกัดเวลาหรือสถานที่ เสริมสร้างความรู้ ความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากขึ้น สอดคล้องกับสุณิรัตน์ ปฐมอนงค์กุล (2564) ศึกษาเรื่องประสิทธิภาพของโปรแกรมการสอนโดยใช้สื่อวีดิทัศน์ร่วมกับการใช้ Application LINE ต่อความรู้ และทักษะเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอด พบว่ามารดาหลังคลอดมีความรู้ในเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม

2. การเปรียบเทียบทัศนคติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงตั้งครรภ์ ก่อนและหลังเข้าร่วมแอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจน่านมแม่” พบว่า การใช้งานแอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจน่านมแม่” ช่วยในการสร้างทัศนคติที่ดีของหญิงตั้งครรภ์ เนื่องจากมีการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่น่าเรียน หญิงตั้งครรภ์ไม่รู้สึกกดดันหรือวิตกกังวลในการซักถามข้อสงสัย ส่งผลให้มีทัศนคติที่ดีต่อการเรียนรู้ ทำให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง สามารถทบทวนองค์ความรู้ได้ตลอดเวลา แอปพลิเคชันแซทบอท ได้พัฒนาให้มีความน่าสนใจ มีการโต้ตอบผ่านแซทบอท กระตุ้นการเรียนรู้ ทำให้หญิงตั้งครรภ์เกิดความตระหนักรู้ เห็นคุณค่า และมีความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สอดคล้องกับธัญลักษณ์ แก้วเนตร และคณะ (2563) ศึกษาเรื่องผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับแม่วัยรุ่นผ่านสื่อสังคมออนไลน์ พบว่าหลังการทดลองแม่วัยรุ่นมีคะแนนทัศนคติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนทดลอง โปรแกรมเน้นปรับเปลี่ยนความเชื่อ การซักถาม และตอบปัญหาผ่านไลน์กลุ่มนมแม่ซึ่งเป็นสื่อความรู้ที่สะดวกและเข้าถึงง่าย สอดคล้องกับสินี กะราลัย และคณะ (2564) ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดี่ยวของมารดาที่มีบุตรคนแรก พบว่า ทัศนคติของมารดา การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ความสามารถตนเอง เป็นปัจจัยที่สามารถทำนายการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยาวนาน 6 เดือนได้

จากผลของการวิจัย แสดงให้เห็นว่าการใช้แอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจน่านมแม่” ส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ ผ่านข้อมูลที่เป็นองค์ความรู้ในแอปพลิเคชัน

แซทบอท น้านมแม่ คืออะไร น้านมไม่ไหลทำอะไร ปัญหาเรื่องน้านมและอาการเกี่ยวกับน้านมหลังคลอด สมุนไพรไทยกระตุ้น การหลั่งน้านม และภูมิปัญญาไทยกระตุ้นการหลั่งน้านมแม่ สามารถชัก-ถามในประเด็นที่หญิงตั้งครรภ์สงสัยได้ตลอดเวลา

การนำผลการวิจัยไปใช้

แอปพลิเคชันแซทบอท “Mom Milk Wise Thai ภูมิปัญญาไทยใส่ใจน้านมแม่” สามารถนำไปใช้เป็นสื่อในการสอนให้กลุ่มบุคลากรทางสุขภาพได้ เช่น นักศึกษาพยาบาล อสม. หรือเป็นสื่อให้กับสมาชิกในครอบครัวได้เรียนรู้และเข้าใจหญิงตั้งครรภ์ในการให้นมบุตร สามารถช่วยเหลือ สนับสนุน และให้กำลังใจหญิงตั้งครรภ์ ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เกิดผลลัพธ์เพื่อบุตรจะได้มีภูมิคุ้มกันที่ดี มีประโยชน์จากแม่สู่ลูก

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรพัฒนาแอปพลิเคชันโดยเพิ่มประสิทธิภาพการทำงาน การตอบคำถามที่มีประเด็นซับซ้อน เพื่อเพิ่มความน่าสนใจเพิ่มขึ้น
2. ควรมีการศึกษาการวิจัยในกลุ่มที่เกี่ยวข้อง เช่น สมาชิกในครอบครัวที่ได้มีการเรียนรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

เอกสารอ้างอิง

- กุสุมาลี โพธิ์ปัสสา, วิยะดา ทิพม่อม, และ กิตติยาพร สังข์ศรีสมบัติ. (2565). ปัจจัยที่มีผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา อย่างเดียว 6 เดือนในทารกแรกเกิด: การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ. *วารสารโรงพยาบาลสกลนคร*, 25(3), 154-166.
- ชนิษฐา ทุมา, ผกาพรรณ ทันแก้ว, สุภาพร สระแก้ว, ธีระ ผิวเงิน, อนรรฆอร จิตต์เจริญธรรม, และ พิชทรัพย์ ฐิติธนอภิ พงษ์. (2563). การประคบเต้านมด้วยกะหล่ำปลีและลูกประคบสมุนไพรช่วยจัดการความปวดตึงเต้านมใน หญิงหลังคลอดครั้งแรก. *วารสารการพัฒนาสุขภาพชุมชน มหาวิทยาลัยขอนแก่น*, 8(3), 337-349.
- ไซฟีร์ หะยิโย๊ะ และ รัชนิวรรณ ชี้อตรง. (2566). ผลลัพธ์ของการจัดการความรู้ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สู่การพัฒนา แซทบอท “นมแม่..เพื่อนมามีมือใหม่”. *Procedia of Multidisciplinary Research*, 1(7), 1-10.
- ธัญลักษณ์ แก้วเนตร, อุมวดี เหลาทอง, สุธรรม นันทมงคลชัย, และ อาทิตย์ เพ็ชรรักษ์. (2563). ผลของโปรแกรม ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับแม่วัยรุ่นผ่านสื่อสังคมออนไลน์ คณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช. *วารสารวิจัยการพยาบาลและสุขภาพ*, 21(3), 54-68.
- นพรัตน์ ธารณะ. (2566). การรับรู้ปริมาณน้านมแม่ไม่เพียงพอในมารดาหลังคลอด: ความท้าทายของพยาบาล. *พยาบาลสาร*, 50(2), 267-279.
- บุญใจ ศรีสถิตนรากร. (2563). ขนาดอิทธิพลการวิเคราะห์อำนาจการคำนวณขนาดตัวอย่างที่เหมาะสมโดยใช้ โปรแกรม G*Power. สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เบญจมาภรณ์ นาคามดี, จันทร์จิรา ชันทะยศ, และ อักษรศิลป์ สุขสวัสดิ์. (2563). ผลของโปรแกรมการให้ความรู้เรื่อง การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ออนไลน์ต่อความรู้และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นในจังหวัด พิษณุโลก. *ราชวดีสาร วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุนทร*, 12(2), 17-28.
- พัทธนี วินิจจะกุล และ อรพร ดำรงวงศ์ศิริ. (2563). สถานการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ปัจจัยสนับสนุนและอุปสรรค นโยบายและมาตรการการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในประเทศไทย. *วารสารโภชนาการ*, 55(1), 66-81.
- วรรณ รื่นพรต, สุภาพ ไทยแท้, และ ปิยธิดา ศรีพงษ์สุทธิ. (2566). ผลของโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วย นมแม่ร่วมกับการใช้สื่อ สังคมออนไลน์แอปพลิเคชันไลน์ต่อความรู้และอัตราการเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่อย่าง เดียวในมารดาที่ทำงานนอกบ้าน. *วารสารพยาบาลเกื้อการุณย์*, 30(1), 110-124.

- แววตา ศรีทอง, สุดาภรณ์ พัยคมเรือง, และ พรณรัตน์ แสงเพิ่ม. (2565). ความตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาที่ได้รับข้อมูลการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ผ่านสื่อต่างกัน, *Nursing Sciences Journal of Thailand*, 40(2), 49-66.
- ศศิธรา น่วมภา, พรนภา ตั้งสุขสันต์, วาสนา จิตติมา, และ กันยรักษ์ เญยเจริญ. (2563). การนวดเต้านมเพื่อส่งเสริมและแก้ไขปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่: การปฏิบัติพยาบาลตามหลักฐานเชิงประจักษ์. *วารสารพยาบาลศาสตร์*, 38(3), 4-21.
- สมิธ พิฑูรพงศ์ และ ธรรมธร ปัญญโสภณ. (2561). การใช้แอปพลิเคชันไลน์ในกระบวนการทำงาน: กรณีศึกษา บริษัท สหผลิตภัณฑ์ พาณิชย์ จำกัด. [รายงานการวิจัย]. มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2566). *โครงการสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทย พ.ศ. 2565*. [รายงานการวิจัย]. กรุงเทพมหานคร.
- สินี กะราลัย, อัมพร เนียมกุลรักษ์, สาวิกา ใจบริสุทธิ์กุล, และ รัชนิกร พัยคมะโส. (2564). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว ของมารดาที่มีบุตรคนแรก. *วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา*, 29(3), 54-63.
- สิริเพ็ญ มาตา และ จันทร์เพ็ญ ธรรมพร. (2566). ผลของการนวดกระตุ้นการไหลของน้ำนมและประคบสมุนไพรในมารดาหลังคลอด โรงพยาบาลนางรอง อำเภอนางรอง จังหวัดบุรีรัมย์. *วารสารสาธารณสุขและวิทยาศาสตร์สุขภาพ*, 6(1), 59-71.
- สุนิรัตน์ ปฐมอนงค์กุล. (2564). ประสิทธิภาพของโปรแกรมการสอนโดยใช้สื่อวีดิทัศน์ร่วมกับการใช้ Application LINE ต่อความรู้ และทักษะเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอด โรงพยาบาลพหลพลพยุหเสนา จังหวัดกาญจนบุรี. *วารสารโรงพยาบาลพหลพลพยุหเสนา*, 10(28), 51-65
- สุลักษณ์ เนตรทิพย์, สุวรรษา โพธิ์แพงพุ่ม, และ รัตวรา วงษ์จิ๋ว. (2568). การบูรณาการการพยาบาลร่วมกับการนวดประคบสมุนไพรเพื่อส่งเสริมการไหลของน้ำนมในมารดาหลังคลอด โรงพยาบาลเสนา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. *วารสารเทคโนโลยีทางการแพทย์และสหเวชศาสตร์*, 1(3), 1-12.
- Rosenstock, I. M. (1974). Historical origins of the Health Belief Model. *Health Education & Behavior*, 2(4), 328-335. <https://doi.org/10.1177/109019817400200403>
- Schwartz, N. E. (1976). Nutrition knowledge, attitudes, and practices of Canadian public health nurses. *Journal of Nutrition Education*, 8(1), 28-31. [https://doi.org/10.1016/S0022-3182\(76\)80113-6](https://doi.org/10.1016/S0022-3182(76)80113-6)