

“Milk Full
นวดกระตุ้นน้ำนม”

สาขาการจัดการสุขภาพชุมชน

ในพื้นที่พิเศษ

ประจำปีพุทธศักราช
๒๕๖๘



นางยศวรณ พุ่มพวง



อสม. ดีเด่นระดับชาติ
จังหวัดกรุงเทพมหานคร

ชื่อนวัตกรรม : Milk Full นวดกระตุ้นน้ำนม

ชื่อเจ้าของผลงาน : นางยศวรณ พุ่มพวง

ประเภทนวัตกรรม : ☐ นวัตกรรมผลิตภัณฑ์ (Product innovation)
☒ นวัตกรรมบริการ (Service innovation)
☐ นวัตกรรมกระบวนการ (Process innovation)

สาขาที่ประกวด : การจัดการสุขภาพชุมชนในพื้นที่พิเศษ

จังหวัด : กรุงเทพมหานคร

อสม.ดีเด่นระดับ ☐ เขต ☐ ภาค ☒ ชาติ

ที่มาและความสำคัญของการสร้างนวัตกรรม

น้ำนมแม่เป็นแหล่งสารอาหารที่เหมาะสมต่อร่างกายและความต้องการของทารก ช่วยให้ทารกเจริญเติบโตและมีพัฒนาการที่ดี ซึ่งผลการสำรวจข้อมูลชุมชนหมู่บ้านปรีชา ๑๑ เขตมีนบุรี พบว่า แนวโน้มการเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมแม่ลดลง สาเหตุจากปัจจัยต่างๆ เช่น การดูดของทารกไม่ถูกต้อง มารดามีน้ำนมไม่เพียงพอ ภาวะท่อน้ำนมอุดตันเกิดการอุดตัน การไหลของน้ำนมทำให้มารดาเกิดความเจ็บปวด มารดาเกิดภาวะเครียดส่งผลให้มีปริมาณน้ำนมลดน้อยลง จนอาจยุติการให้นมบุตรในที่สุด

ดังนั้นการให้ความรู้และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมแม่จึงเป็นปัจจัยสำคัญที่จะช่วยส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมแม่ จึงมีการคิดค้นนวัตกรรม Milk Full นวดกระตุ้นน้ำนม ที่สามารถแก้ปัญหาภาวะท่อน้ำนมอุดตันได้ เป็นวิธีที่ปลอดภัย สะดวกและประหยัด เพราะมารดาหลังคลอดสามารถนวดตัวเองที่บ้านได้ เป็นการส่งเสริมให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมแม่อย่างเดียวนาน ๖ เดือน เพื่อการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันและกระตุ้นพัฒนาการเด็กในชุมชนให้สมวัย ตลอดจนเป็นการลดความเครียดของมารดา

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อเพิ่มความรู้และพัฒนาทักษะการเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมแม่
๒. เพื่อส่งเสริมพัฒนาการของเด็กให้สมวัย

ขั้นตอนการดำเนินงาน

๑. ลงเยี่ยมบ้าน สํารวจข้อมูลและจัดทำทะเบียนครัวเรือนในกลุ่มหญิงตั้งครรภ์ มารดาหลังคลอดและทารกแรกเกิด
๒. รวบรวมข้อมูลปัญหาที่ได้จากการลงเยี่ยมบ้าน วิเคราะห์ปัญหาและจัดลำดับความสำคัญของปัญหา
๓. สร้างนวัตกรรม Milk Full นวดกระตุ้นน้ำนม โดยประยุกต์ใช้การนวด อบ ประคบ ด้วยสมุนไพรในชุมชน ร่วมกับการให้ความรู้และทักษะในการเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมแม่แก่มารดาหลังคลอด
 - ๓.๑ การนวด: ด้วยข้าวเหนียวอุ่นร้อนห่อด้วยผ้าขาวแล้วประคบเต้า
 - ๓.๒ การอบ ประคบ: จัดเตรียม สมุนไพรสำหรับการทำลูกประคบ เช่น ตะไคร้ โพลขมิ้น ขิง มะขาม หัวหอม มะกรูด พริกไทยดำ เป็นต้น
๔. ประเมินและติดตามการใช้นวัตกรรม Milk Full นวดกระตุ้นน้ำนม และให้คำปรึกษา คำแนะนำแก่มารดาหลังคลอดตลอดจนส่งเสริมโภชนาการ การติดตามพัฒนาการเด็กเพื่อให้เด็กมีพัฒนาการสมวัย

ผลการดำเนินงาน/ประโยชน์ที่ได้รับ

มารดาได้รับการส่งเสริม สนับสนุน และช่วยเหลือในการให้น้ำนมทารกหลังคลอด สามารถแก้ปัญหาที่น้ำนมอุดตันได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้ทารกมีการเจริญเติบโตและพัฒนาการสมวัย ทั้งทางด้านร่างกายจิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

ปัจจัยความสำเร็จ

๑. การทำงานแก้ไขปัญหาโดยมีชุมชนเป็นส่วนร่วม
๒. มีแนวทางแก้ปัญหาไปด้วยกัน
๓. มีจิตอาสาพัฒนางานสาธารณสุข

โอกาสในการพัฒนา

พัฒนาสื่อสําคัญวิธีการในการนวดกระตุ้นน้ำนม เช่น คลิปวีดีโอ Infographic แสดงขั้นตอน เพื่อย่อยอดและขยายผลการนำองค์ความรู้และนวัตกรรมให้แก่พื้นที่อื่น

ภาคผนวก



หมายเหตุ: ข้อมูล ณ วันที่ ๑๖ มิถุนายน ๒๕๖๘

