

ภูมิปัญญาท้องถิ่นกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ถนอมรัตน์ ประสิทธิ์เมตต์*

ชวนพิศ เจริญพงศ์

สุมิตรา สิทธิฤทธิ

กิงแก้ว แสงแผ้ว

วัลลี ทรายสมุทร

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยนานาชาติ เซนต์เทเรซา

นงเยาว์ ลาวินห์

ศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี คณะแพทยศาสตร์

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สาวิตรี พาทีทิน

โรงพยาบาลบ้านนา

วันรับ 29 เมษายน 2568, วันแก้ไข 21 มิถุนายน 2568, วันตอบรับ 24 มิถุนายน 2568

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงปริมาณแบบภาคตัดขวางครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเชื่อของมารดาหลังคลอดเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามภูมิปัญญาท้องถิ่น และเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นดังกล่าว กลุ่มตัวอย่างคือ มารดาหลังคลอดจำนวน 185 คน ในจังหวัดนครนายก ประเทศไทย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถาม และทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและการวิเคราะห์ถดถอยโลจิสติกแบบทวิภาค ผลการศึกษาพบว่า ร้อยละ 45.4 ของมารดาให้นมลูกด้วยนมแม่อย่างเตี๋ยในช่วง 6 เดือนแรก โดยภาพรวมร้อยละ 74.1 ของมารดาที่มีความเชื่อในระดับสูงเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเพื่อส่งเสริมการให้นมตามภูมิปัญญาท้องถิ่น โดยเฉพาะความเชื่อเกี่ยวกับการรับประทานอาหารที่ช่วยกระตุ้นการให้นม ร้อยละ 79.5 และการบำรุงน้ำนมร้อยละ 63.8 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับการสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น ได้แก่ การเคยใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นมาก่อน (OR = 8.106) การมีระดับการศึกษาตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป (OR = 2.944) การประกอบอาชีพรับราชการหรือพนักงาน (OR = 0.400) และการมีความเชื่อในระดับสูงเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเพื่อบำรุงน้ำนม (OR = 0.213) ($p < .05$) ผลการศึกษานี้สะท้อนให้เห็นถึงความสำคัญของภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ยังคงมีบทบาทในการส่งเสริมสุขภาพของมารดาและทารก และควรนำมาบูรณาการในแนวทางการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้กว้างขวางยิ่งขึ้น

คำสำคัญ : การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ภูมิปัญญาท้องถิ่น ความเชื่อ

*ผู้รับผิดชอบบทความ, อีเมล: thanom_8@hotmail.co.th.

Local Wisdom and Breastfeeding

Thanomrat Prasith-thimet*

Chuanpit Charoenpong

Sumitra Sittirit

Kingkaew Sangpaew

Wanree Saisamuth

Faculty of Nursing Saint Theresa International University

Nongyao Lawin

HRH Princess Maha Chakri Sirindhorn Medical Center,

Faculty of Medicine, Srinakharinwirot University

Sawitree Pateetin

Banna Hospital

Received 29 April 2025, Revised 21 June 2025, Accepted 24 June 2025.

Abstract

This cross-sectional study aimed to examine postpartum mothers' beliefs regarding food consumption to promote breastfeeding based on local wisdom, and to identify the factors associated with the transmission of such practices. The sample consisted of 185 postpartum mothers in Nakhon Nayok Province, Thailand. Data were collected using structured questionnaires and analyzed using descriptive statistics and binary logistic regression. The findings revealed that 45.4% of the mothers exclusively breastfed their infants during the first six months. Overall, 74.1% of participants held a high level of belief in consuming specific foods to promote lactation based on local wisdom. Specifically, 79.5% believed in food consumption to stimulate milk secretion, while 63.8% believed in foods that nourish milk. Factors significantly associated with the transmission of local wisdom practices included previous experience using local wisdom (OR = 8.106), having a bachelor's degree or higher (OR = 2.944), being employed in government or company positions (OR = 0.400), and holding strong beliefs in nourishing foods (OR = 0.213), all with $p < .05$. The study highlights the continued relevance of local wisdom in maternal practices and suggests integrating such beliefs into health promotion strategies to improve breastfeeding rates.

Keywords: Breastfeeding, Local wisdom, Beliefs.

*Corresponding Author, email: thanom_8@hotmail.co.th.

■ unba

ภูมิปัญญาท้องถิ่น (Local Wisdom) หรือภูมิปัญญาชาวบ้าน (Popular Wisdom) หมายถึง ความรู้ ความสามารถที่เกิดจากการสั่งสมประสบการณ์จากการเรียนรู้จากผู้ใหญ่หรือความรู้ การปฏิบัติตามสืบต่อกันมาของแต่ละท้องถิ่น ภูมิปัญญาท้องถิ่นกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นการดำรงชีวิตภูมิปัญญาท้องถิ่นที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นวิถีชีวิตท้องถิ่นของคนไทยที่มีมาตั้งแต่สมัยโบราณ ซึ่งเป็นองค์ความรู้ของชาวบ้านที่เกิดจากการสั่งสมประสบการณ์ ความรอบรู้และความเชื่อของคนในชุมชนหรือของท้องถิ่นโดยการถ่ายทอดกันมารุ่นสู่รุ่น จนเป็นวิถีชีวิต วัฒนธรรมของแต่ละท้องถิ่นที่มีการเปลี่ยนแปลง เพื่อใช้แก้ปัญหา และนำมาใช้ประโยชน์ในการดำรงชีวิตได้อย่างเหมาะสม ลักษณะสืบทอดโดยมารดาที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ส่วนใหญ่ได้รับการถ่ายทอด จากบรรพบุรุษในครัวเรือนจาก มารดาตนเอง ยายตนเอง หรือมารดาสามี ย่าสามี หรือผู้สูงอายุในชุมชนผู้มีประสบการณ์ ความรู้และภูมิปัญญาท้องถิ่น ที่เคยปฏิบัติตามลักษณะของสังคมไทยในแต่ละท้องถิ่น ตั้งแต่ขณะตั้งครรภ์มีการเตรียมตัวเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ความเชื่อการปฏิบัติดูแลสุขภาพเกี่ยวกับเรื่องการรับประทานอาหารเพื่อมีน้ำนมเพียงพอกับการให้นมลูก และการให้นมลูกหลังคลอดบุตร มารดาบางคนให้นมลูกตั้งแต่แรกเกิด ถึง 2-3 ปีหรือจนกว่าน้ำนมจะหมด การให้ทารกกินนมแม่ ชาวบ้านมีความเชื่อว่าช่วยลดความเสี่ยงการเกิดโรคต่างๆ อาทิ ท้องเสีย ปวดบวม โรคลำไส้อักเสบ ภูมิแพ้ และภาวะอ้วน และทารกที่ดื่มนมแม่จะแข็งแรง จึงเกิดเป็นภูมิปัญญาชาวบ้านเป็นความรู้ความเชื่อและการปฏิบัติ โดยแสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างมารดากับทารก ธรรมชาติ และสิ่ง

แวดล้อม เป็นการเชื่อมโยงแนวคิดในการปฏิบัติด้านสุขภาพ และวิธีการปฏิบัติในการเลี้ยงดูบุตรหลานดูแลสุขภาพที่ผสมที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว ที่มีการสืบทอดกันมาช้านานในสังคมชนบท ในเรื่องของความเชื่อเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพหลังคลอด การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การกินอาหารสมุนไพรเพื่อบำรุงน้ำนม⁽¹⁻²⁾

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือน และกินอาหารเสริมร่วมด้วยจนถึง 2 ปี น้ำนมแม่นอกจากจะมีคุณค่าทางอาหาร ลดความเสี่ยงต่อโรคติดเชื้อแล้ว จะส่งผลดีด้านสัมพันธภาพระหว่างแม่ลูกจากการสัมผัส การมองตาขณะที่ลูกดูดนมมารดาอันจะเป็นพื้นฐานชีวิตที่สำคัญของเด็ก องค์การอนามัยโลกและกองทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติได้ตั้งเป้าหมายภายในปี พ.ศ. 2573 ทุกประเทศทั่วโลกจะมีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ร้อยละ 70.0⁽³⁾ และประเทศไทยได้กำหนดเป้าหมายของอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนไม่น้อยกว่าร้อยละ 50 ในปี พ.ศ.2568⁽⁴⁾ จากรายงานสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทย พ.ศ. 2562,พบว่าทารกอายุต่ำกว่า 6 เดือน ได้กินนมแม่อย่างเดียว ร้อยละ 14.0⁽⁵⁾

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากภูมิปัญญาท้องถิ่น โดยสนใจประเด็นสำคัญ ด้านความเชื่อเกี่ยวกับการรับประทานอาหารกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของท้องถิ่นที่ถ่ายทอดและปฏิบัติสืบต่อกันมา ผลการศึกษานี้จะเป็นประโยชน์ในการส่งเสริมให้มีการนำภูมิปัญญาท้องถิ่นมาใช้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพื่อทำให้ทารกได้รับนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนเพิ่มขึ้นต่อไป

■ วัตถุประสงค์การศึกษา

1. เพื่อศึกษาระดับความเชื่อในการรับประทานอาหารเพื่อเพิ่มน้ำนมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากภูมิปัญญาท้องถิ่น

2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการสืบทอดจากภูมิปัญญาท้องถิ่นในการรับประทานอาหารเพื่อเพิ่มน้ำนม

■ วิธีการศึกษา

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยแบบภาคตัดขวาง (Cross-sectional study) ด้วยวิธีวิจัยเชิงปริมาณเกี่ยวกับการรับประทานอาหารบำรุง/เพิ่ม/กระตุ้นน้ำนมจากภูมิปัญญาท้องถิ่น

ประชากร คือ มารดาหลังคลอด ที่มีสัญชาติไทย ที่มารับบริการ ณ แผนกหลังคลอด คลินิกนมแม่ โรงพยาบาลศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี และแผนกส่งเสริมสุขภาพคลินิกเด็กดี โรงพยาบาลบ้านนา จังหวัดนครนายก

กลุ่มตัวอย่าง คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างจากสูตรของ Levy PS & Lemeshow S⁽⁶⁾ จากประมาณขนาดกลุ่มตัวอย่างด้วยความเชื่อมั่น 95% ค่าความคลาดเคลื่อนเท่ากับ .05 จากทารกอายุต่ำกว่า 6 เดือน ได้กินนมแม่อย่างเดียวร้อยละ 14.0⁽⁵⁾ จากสูตรได้กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาคั้งนี้จำนวน 185 คน ดังนี้

$$n = \frac{Z^2_{\alpha/2} P(1-P)}{d^2}$$

$$n = \frac{(1.96)^2 (0.14)(0.86)}{(0.05)^2} = 185$$

เมื่อ n = ขนาดตัวอย่าง

P = สัดส่วนของกลุ่มตัวอย่างที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวเท่ากับ 0.14

d = ค่าความคลาดเคลื่อนสมมุติที่ยอมรับให้เกิดขึ้นได้ เท่ากับ 0.05

α = Probability Type I error = 0.05

$Z^2_{\alpha/2}$ = 1.96

ขนาดตัวอย่าง 185 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ มารดาหลังคลอด โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกมารดาเข้าร่วมการศึกษา (inclusion criteria) ได้แก่ มารดาที่มีบุตรอายุ 0-12 เดือน สัญชาติไทย ไม่จำกัดอายุ การศึกษา อาชีพ รายได้ และภูมิลาเนา สามารถพูด ฟัง อ่าน และเขียนภาษาไทยได้ และยินดีเข้าร่วมโครงการใช้การสุ่มแบบเจาะจง (Purposive sampling) ตามคุณสมบัติที่กำหนดจนครบ

● **เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล** เป็นแบบสอบถาม (Questionnaires) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นประกอบด้วย 3 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ได้แก่ อายุ (ปี) ระดับการศึกษา สถานภาพครอบครัว อาชีพ รายได้ ลักษณะครอบครัว ลำดับบุตรคนปัจจุบัน ระยะเวลาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ครรถ์ก่อน ความตั้งใจจะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในครรถ์นี้ การให้นมบุตร ความถี่ที่เริ่มใช้ และเหตุผลใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ส่วนที่ 2 ความเชื่อเกี่ยวกับการรับประทานอาหารเพื่อเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ลักษณะแบบสอบถามจำนวน 25 ข้อ ประกอบด้วย ความเชื่อการรับประทานอาหารเพื่อบำรุงน้ำนม จำนวน 14 ข้อ ความเชื่อการรับประทานอาหารเพื่อกระตุ้นและเร่งการหลั่งน้ำนม จำนวน 11 ข้อ เกณฑ์การให้คะแนนคำถามเป็นแบบมาตราประเมินค่า (Rating scale) 4 ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน คือ มากที่สุด = 4 มาก = 3 น้อย = 2 และน้อยที่สุด = 1 โดยใช้เกณฑ์ของ Best (1977)⁽⁷⁾

ซึ่งเป็นแนวคิดการแบ่งช่วงคะแนนแบบเท่า ๆ กัน
ดังนี้ (คะแนนสูงสุด-คะแนนต่ำสุด)/จำนวนช่วง
คะแนน=(4-1)/2=1.50

ระดับน้อย มีคะแนนเฉลี่ย 1.00-2.50

ระดับมาก มีคะแนนเฉลี่ย 2.51-4.00

ส่วนที่ 3 การสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น
ด้านอาหารเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่⁽⁸⁾
จำนวน 10 ข้อ

กรณี ปฏิบัติตามภูมิปัญญาเดิมห้ามกิน
(ไม่กิน หรือกินน้อยลง) 1 คะแนน
ไม่ปฏิบัติตามภูมิปัญญาเดิม
ห้ามกิน (กินเท่าเดิม หรือกิน
มากขึ้น) 0 คะแนน

กรณี ปฏิบัติตามภูมิปัญญาเดิมให้กิน
(กินเท่าเดิม หรือกินมากขึ้น)
1 คะแนน

ไม่ปฏิบัติตามภูมิปัญญาเดิม
กินน้อยลง (ไม่กิน หรือกินน้อยลง)
0 คะแนน

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ การ
ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Valid-
ity) โดยนำผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 3 ท่าน เพื่อพิจารณา
ตรวจความครอบคลุมของเนื้อหา การใช้ภาษา
และความชัดเจนของภาษา แล้วนำแบบสอบถาม
มาปรับปรุงแก้ไข เพื่อให้มีเนื้อหาตามที่ต้องการ
วัดแล้วมีค่าความตรงของเนื้อหา 0.67-1.00 และ
มีค่าความเที่ยง (Reliability) ด้วยวิธีสัมประสิทธิ์
แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha
Coefficient) เท่ากับ 0.95

● **การเก็บรวบรวมข้อมูล** ดำเนินการ
เก็บรวบรวมข้อมูล จากกลุ่มตัวอย่างตลอดระยะเวลา
เวลาที่กำหนดจนครบ จึงนำแบบสอบถามที่ได้รับ
มาทำการตรวจสอบความครบถ้วนและความ
ถูกต้องของข้อมูล

● **การวิเคราะห์ข้อมูล** การวิเคราะห์
ข้อมูลทางสถิติที่ใช้มีดังนี้

1. **การวิเคราะห์เชิงพรรณนา** ด้วยสถิติ
เชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่
ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบน
มาตรฐาน (S.D.) และค่าต่ำสุด สูงสุด

2. **การวิเคราะห์ความสัมพันธ์** ด้วยสถิติ
เชิงอนุมาน (Inferential Statistics) ความเชื่อ
และสืบทอดทางภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหาร โดย
ใช้การวิเคราะห์ถดถอยโลจิสติกแบบ 2 กลุ่ม
(Binary logistic regression)

● **การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง** การ
วิจัยนี้ได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการ
จริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำ
ในมนุษย์ มหาวิทยาลัยนานาชาติเซนต์เทเรซา
เลขที่ STIC 001/2023 วันที่ 23 กุมภาพันธ์ 2566

■ **ผลการศึกษา**

มารดาหลังคลอดส่วนใหญ่อายุน้อยกว่า
30 ปี (ร้อยละ 59.5) อายุเฉลี่ย 28.6 ปี ระดับการ
ศึกษาจบมัธยมปลายและต่ำกว่า (ร้อยละ 55.1) มี
สถานภาพสมรสคู่มากที่สุด (ร้อยละ 90.3) เกิน
ครึ่งมีอาชีพข้าราชการ/รับจ้างหรือพนักงาน (ร้อย
ละ 55.1) มีรายได้ $\geq 15,001$ บาท (ร้อยละ 51.4)
โดยรายได้เฉลี่ย 15,896.49 บาท รายได้พอเพียง
(ร้อยละ 78.4) และเป็นครอบครัวขยาย (ร้อยละ
62.7) และมีบุตร 2-4 คน (ร้อยละ 51.4.)

ผู้ช่วยเหลือดูแลแนะนำใช้ภูมิปัญญา
ท้องถิ่นมาทำอาหารรับประทานเพื่อให้ให้น้ำนมไหล
คือมารดาตนเอง (ร้อยละ 73.0) มากที่สุด รองลงมา
คือ มารดาสามี ยาย ย่า ญาติ ปราชญ์ชาวบ้าน
แพทย์แผนไทย และอสม. ตามลำดับ มารดาหลัง
คลอดครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 50.3) ใช้ภูมิปัญญา
ท้องถิ่นมาปฏิบัติเพื่อเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยรับ

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของมารดาหลังคลอด (n=185)

ข้อมูลทั่วไป	ร้อยละ(จำนวน)
อายุ	
อายุน้อยกว่า 30 ปี	59.5 (110)
อายุมากกว่า 30 ปี	40.5 (75)
อายุเฉลี่ย (ปี) 28.6±5.72 Max 43 Min 16	
ระดับการศึกษา	
มัธยมปลายและต่ำกว่ามัธยมปลาย	55.1 (102)
ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	44.9 (83)
สถานภาพสมรส	
โสด/หย่า/แยกกันอยู่	9.7 (18)
สมรส	90.3 (167)
อาชีพ	
เกษตรกร/แม่บ้านหรือทำงานส่วนตัว	44.9 (83)
ข้าราชการ/รับจ้างหรือพนักงาน	55.1 (102)
รายได้	
<15,000 บาท	48.6 (90)
≥15,000 บาท	51.4 (95)
รายได้ บาทต่อเดือน 15,896.49±13941.84 Max 100,000 Min 0	
รายได้	
ไม่พอเพียง	21.6 (40)
พอเพียง/เหลือเก็บ	78.4 (145)
ลักษณะครอบครัว	
ครอบครัวเดี่ยว	37.3(69)
ครอบครัวขยาย	62.7(116)
ลำดับบุตร	
บุตรคนแรก	48.6 (90)
บุตรคนที่ 2-4	51.4 (95)
ผู้ช่วยเหลือดูแลแนะนำใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นมาทำอาหารทาน เพื่อน้ำนมไหล (ตอบได้มากกว่า 1ข้อ)	
มารดาตนเอง	73.0 (135)
มารดาสามี	47.0 (87)
ยาย/ย่า	41.6 (77)
ญาติ	40.0 (74)
เพื่อนบ้าน คนชุมชน	20.0 (37)
ปราชญ์ชาวบ้าน/หมอแพทย์ไทย/หมอสสมุนไพโรสม.	19.5(36)
อสม.	18.4 (34)

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของมารดาหลังคลอด (n=185) (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	ร้อยละ(จำนวน)
ใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นมาปฏิบัติเพื่อเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	
ก่อนตั้งครรภ์	17.3 (32)
ขณะตั้งครรภ์	24.3 (45)
หลังคลอด	50.3 (93)
ไม่เคยปฏิบัติ	8.1 (15)
ความถี่รับประทานอาหารเพื่อเพิ่มน้ำนมด้วยภูมิปัญญาท้องถิ่น	
เดือนละครั้ง	5.9 (11)
สัปดาห์ละ 1 วัน	18.4 (34)
สัปดาห์ละ 2-3 วัน	31.4 (58)
ทุกวัน	35.7 (66)
ไม่เคยปฏิบัติ	8.6 (16)
เหตุผลนำภูมิปัญญาท้องถิ่นมาปฏิบัติเพื่อให้มีน้ำนมไหล	
ผู้มีประสบการณ์ใช้มาก่อนแนะนำ	91.4 (169)
เชื่อว่าจะมีน้ำนมเพิ่มขึ้น	87.0 (161)
ช่วยให้บุตรมีสุขภาพดี	23.2 (43)

ตารางที่ 2 การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดา (n=185)

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่	ร้อยละ(จำนวน)
เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเตียว โดยไม่ได้กินน้ำ นมผงหรืออาหารอื่นๆ	
0-5 เดือน	54.6 (101)
6 เดือนขึ้นไป	45.4 (84)
ครรภ์ก่อนเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระยะเวลา เดือน 7.8±6.53 Max 36 Min 0	
ตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระยะเวลา เดือน 10.2±7.1 Max 36 Min 0	

ประทานอาหารเพื่อเพิ่มน้ำนมด้วยภูมิปัญญาท้องถิ่นทุกวัน (ร้อยละ 35.7) และเหตุผลที่นำภูมิปัญญาท้องถิ่นมาปฏิบัติเพื่อให้มีน้ำนมไหล เพราะผู้มีประสบการณ์ใช้มาก่อนและแนะนำให้ใช้มากที่สุด (ร้อยละ 91.4) รองลงมาเชื่อว่าจะมีน้ำนมเพิ่มขึ้น และช่วยให้บุตรมีสุขภาพดี ดังตารางที่ 1

อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเตียวมากกว่า 6 เดือนขึ้นไป (ร้อยละ 45.4) โดยไม่ได้กินน้ำ นมผงหรืออาหารอื่นๆ มารดาให้ลูกตึ้มนมแม่อย่างเตียว 0-5 เดือนขึ้นไปเกินครึ่ง (ร้อยละ

54.6) การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอด ครรภ์ก่อนพบว่าเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ใช้เวลาเฉลี่ย 7.8±6.53 เดือน และครรภ์นี้ตั้งใจเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เฉลี่ย 10.2±7.1 เดือน ดังตารางที่ 2

ระดับความเชื่อในการรับประทาน
อาหารเพื่อเพิ่มน้ำนมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จาก
ภูมิปัญญาท้องถิ่น ประกอบด้วย ความเชื่อการรับประทานอาหารเพื่อบำรุงน้ำนมและเพิ่มน้ำนม และความเชื่อในการรับประทานอาหารเพื่อกระตุ้นและเร่งการหลั่งน้ำนมตามภูมิปัญญาท้องถิ่น

ตารางที่ 3 ร้อยละระดับความเชื่อเรื่องรับประทานอาหารเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามภูมิปัญญาท้องถิ่น (n = 185 คน)

ระดับความเชื่อ	ระดับน้อย	ระดับมาก
ความเชื่อการรับประทานอาหารเพื่อบำรุงน้ำนม	36.2 (67)	63.8 (118)
ความเชื่อการรับประทานอาหารเพื่อกระตุ้นและเร่งการหลั่งน้ำนม	20.5 (38)	79.5 (147)
ภาพรวมของระดับความเชื่อ	25.9 (48)	74.1 (137)

ตารางที่ 4 แสดงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (n=185)

	ปัจจัย	p-value	OR	95%CI
ผู้ใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นการศึกษา	ไม่เคย/เคย	0.016	8.106	1.489-44.141
	มัธยมปลายและต่ำกว่าลงมา/ปริญญาตรี ขึ้นไป	0.003	2.944	1.440 - 6.020
อาชีพ	เกษตรกรกรรม แม่บ้านหรือทำงานส่วนตัว/ข้าราชการ พนักงาน	0.011	0.400	0.197-0.809
ความเชื่อการรับประทานอาหารเพื่อบำรุงน้ำนม	น้อย/มาก	0.001	0.213	0.083-0.548

ภาพรวมของความเชื่อรับประทานอาหารเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามภูมิปัญญาท้องถิ่นระดับมาก ร้อยละ 74.1 และระดับน้อย ร้อยละ 25.9 โดยมีระดับความเชื่อการรับประทานอาหารเพื่อกระตุ้นและเร่งการหลั่งน้ำนมระดับมาก ร้อยละ 79.5 ความเชื่อระดับน้อย ร้อยละ 20.5 ด้านความเชื่อการรับประทานอาหารเพื่อบำรุงน้ำนมระดับมาก ร้อยละ 63.8 ระดับน้อย ร้อยละ 36.2 ดังตารางที่ 3

การสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

จากการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ Binary Logistic Regression พบว่า โมเดลสามารถทำนายการสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ ร้อยละ 25.3 (Nagelkerke R Square = 0.253)

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ได้แก่ ผู้ที่เคยใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นมาก่อนมีโอกาสสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นมากกว่าผู้ที่ไม่เคยใช้ 8 เท่า (OR=8.106 เท่า, p = .016) ผู้มีระดับการศึกษาตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไปมีโอกาสปฏิบัติตามภูมิปัญญาท้องถิ่นสูงกว่าผู้ที่มีการศึกษาระดับมัธยมปลายและต่ำกว่า 2.9 เท่า (OR=2.944 เท่า, p = .003) การประกอบอาชีพรับราชการหรือพนักงานมีโอกาสปฏิบัติตามภูมิปัญญาท้องถิ่นมากกว่ากลุ่มอาชีพเกษตรกรกรรม แม่บ้าน หรือทำงานส่วนตัว (OR=0.4, p = .011) และความเชื่อเกี่ยวกับการรับประทานอาหารเพื่อบำรุงน้ำนมผู้ที่มีความเชื่อในระดับสูงมีโอกาสปฏิบัติตามมากกว่าผู้ที่มีความเชื่อระดับน้อย (OR=0.213, p =.001) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p <.05) ดังตารางที่ 4

■ อภิปรายผล

จากผลการศึกษาความเชื่อเกี่ยวกับการรับประทานอาหารเช้าเพิ่มน้ำหนักเพื่อเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากภูมิปัญญาท้องถิ่นพบว่า มารดาในกลุ่มตัวอย่างมีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนในช่วง 6 เดือนแรก ร้อยละ 45.4 มีปัญหาจากเรื่องความเชื่อของมารดาที่ให้ลูกกินนมผสมเนื่องจากคิดว่า น้ำนมไม่เพียงพอ⁽⁹⁾ โดยกลุ่มตัวอย่างมีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับมาก ทำให้มีการกระตุ้นเร่งการหลั่งน้ำนม และการบำรุงส่งเสริมคุณภาพของน้ำนม สอดคล้องกับงานวิจัยเกี่ยวกับความรู้ ความเชื่อ การสนับสนุนการเข้าถึงบริการต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่⁽¹⁰⁾ แสดงให้เห็นว่าความเชื่อทางวัฒนธรรมท้องถิ่นมีบทบาทสำคัญในการสนับสนุนส่งเสริมให้มีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการบริโภคอาหารเฉพาะที่เชื่อว่าเมื่อรับประทานอาหารเช้า จะช่วยเพิ่มปริมาณน้ำนม บำรุงและกระตุ้นการหลั่งน้ำนม⁽¹⁾ เป็นการสืบทอดผ่านการเรียนรู้ความเชื่อในครอบครัวจากมารดา ยาย ย่า และ อสม. ชุมชน ส่งผลต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากภูมิปัญญาท้องถิ่น

กลุ่มตัวอย่างมีการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นมาปฏิบัติเพื่อเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หลังคลอด และนำภูมิปัญญาท้องถิ่นมาปฏิบัติเพื่อให้น้ำนมไหล เพราะเชื่อว่าจะมีน้ำนมเพิ่มขึ้น ร้อยละ 87.0 โดยมีผู้มีประสบการณ์แนะนำถึง ร้อยละ 91.9 ทั้งนี้สะท้อนลักษณะสังคมกึ่งเมืองกึ่งชนบทของจังหวัดนครนายกที่อยู่แบบครอบครัวขยายถึงเกินครึ่งมีส่วนสำคัญที่มีส่วนสนับสนุน และมีผู้ช่วยเหลือดูแลแนะนำให้ภูมิปัญญาท้องถิ่นมาทำอาหารทานเพื่อให้น้ำนมไหลในครัวเรือนที่สำคัญตามลำดับ คือ มารดาตนเอง มารดาสามี ยาย ย่า และญาติ ปัจจัย

ด้านการสนับสนุนจากครอบครัวเป็นอีกปัจจัยที่สำคัญในการ ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่⁽¹⁰⁾ โดยมี ย่า ยาย มีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมและขัดขวางการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดา⁽¹¹⁾ นอกจากนี้ ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยความสัมพันธได้แก่ ระดับการศึกษา อาชีพ การปฏิบัติตามภูมิปัญญาท้องถิ่น และความเชื่อ(เคย/ไม่เคย) เรื่องการรับประทานอาหารเช้าเพิ่มน้ำหนัก มีความสัมพันธ์กับการสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) เนื่องจากกลุ่มมารดาที่มีระดับการศึกษาสูงมีแนวโน้มที่จะผสมผสานภูมิปัญญาท้องถิ่นเข้ากับความรู้ทางสุขภาพสมัยใหม่อย่างเหมาะสมเป็นทางเลือกทางหนึ่ง เป็นปัจจัยสำคัญต่อการธำรงรักษาภูมิปัญญาพื้นบ้านด้านสุขภาพ โดยกลุ่มระดับการศึกษาระดับสูงและอาชีพรับราชการ/พนักงาน ช่วยส่งเสริมการอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการรับประทานอาหารเช้า ยอมรับและเลือกการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และมีบทบาททางอาชีพในชุมชน ทำให้เกิดการถ่ายทอดความรู้สู่คนรุ่นใหม่ ในบางพื้นที่พบว่าความทันสมัย มีแนวโน้มทำให้ภูมิปัญญาท้องถิ่นลดบทบาทลง แต่ผลการศึกษาครั้งนี้พบว่า การศึกษาระดับสูงกลับช่วยส่งเสริมการอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวและชุมชนที่เข้มแข็ง และจากการศึกษาครั้งนี้พบว่า มารดาตนเอง มารดาสามี ยาย ย่า ผู้ที่มีประสบการณ์เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยปฏิบัติตามภูมิปัญญาท้องถิ่นมีโอกาสปฏิบัติตามภูมิปัญญาท้องถิ่นสูงกว่าผู้ที่ไม่เคยปฏิบัติตาม ทำให้สามารถสืบทอดและส่งเสริมภูมิปัญญาดั้งเดิมได้ โดยเน้นบทบาทของการสืบทอดความรู้ ปฏิบัติจากรุ่นสู่รุ่น ที่ส่งเสริมและการคัดเลือกแนวปฏิบัติที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ

ผลการศึกษาสะท้อนให้เห็นถึงความ

สำคัญของภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ยังคงมีบทบาทในการส่งเสริมสุขภาพของมารดาและทารก และควรนำมาบูรณาการในแนวทางการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้กว้างขวางยิ่งขึ้น

■ ข้อเสนอแนะ

1. สำหรับพื้นที่วิจัย เสนอให้นำข้อค้นพบจากการศึกษาไปใช้ในการวางแผน และพัฒนาการจัดบริการในกลุ่มประชากร เพื่อสร้างความมั่นใจแก่มารดาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยได้รับคำแนะนำและการสนับสนุนจากมารดา ยา ยาย และญาติ ในการบริโภคอาหารตามภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ช่วยในการกระตุ้นน้ำนม จะทำให้แม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมมารดาต่อเนื่องมากกว่า 6 เดือนมากขึ้น และสามารถนำไปเป็นแบบอย่างในการดำเนินงานในพื้นที่อื่นภายในจังหวัด นครนายก หรือพื้นที่ที่มีบริบทใกล้เคียงต่อไป

2. ข้อเสนอในการศึกษา การจัดการความรู้จาก ภูมิปัญญาท้องถิ่นเฉพาะท้องถิ่น โดยอาจเริ่มในพื้นที่วิจัยสำหรับนักวิชาการ หน่วยราชการในสังกัดกระทรวงสาธารณสุข หรือสถาบันการศึกษา เป็นผู้จุดประกายให้เกิดความร่วมมือในชุมชน สถานศึกษาร่วมกับประชาชนชาวบ้าน และผู้อาวุโสในชุมชน เกิดเป็นชุดความรู้จากพื้นที่จริงในชุมชนได้ใช้ต่อไป การดำเนินการชุดโครงการใหม่นี้ จะช่วยปลูกฝังความคิดของเยาวชนในพื้นที่

กับการสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นจากปราชญ์ชาวบ้านและผู้อาวุโสในชุมชนอย่างเป็นรูปธรรมต่อไป

3. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย จากผลวิจัยพบว่า พื้นที่วิจัยยังมีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนถึง ร้อยละ 45.5 ถึงแม้อาจยังต่ำกว่าเป้าหมาย ในระดับพื้นที่ และส่งผลต่อเป้าหมายในระดับประเทศ จึงเสนอให้เพิ่มความเข้มข้น ของนโยบายการรณรงค์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน โดยเน้นการปลูกพืช หรือผลิตอาหารจากภูมิปัญญาท้องถิ่น และเสริมบทบาทของยายในการให้คำแนะนำและสนับสนุนลูกหลานให้สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเป็นรูปธรรม

■ กิตติกรรมประกาศ

การวิจัยครั้งนี้สำเร็จด้วยดีโดยได้รับความร่วมมือจากกลุ่มตัวอย่างมารดาหลังคลอด ผู้วิจัยขอขอบคุณ บุคลากรศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี และโรงพยาบาลบ้านนา ที่ร่วมการเก็บรวบรวมข้อมูล ขอขอบคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ได้ตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาและความเที่ยงตรงของเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลพร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะต่างๆ

เอกสารอ้างอิง

1. สุสัณห ยิ้มแย้ม. สมุนไพรที่กระตุ้นการผลิตน้ำนม. พยาบาลสาร มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. 2561;45(1):133-45.
2. พนิดา กมุทชาติ, จุฑามาศ รัตนโคตร, อภิญาภรณ์ แก้วดี. ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการบริโภคอาหารของ มารดา หลังคลอด: กรณีศึกษาชุมชนภูไท ตำบลโนนหอม อำเภอเมือง จังหวัดสกลนคร.วารสารหมอยา ไทยวิจัย. 2561;4(2):39-56.
3. World Health Organization, United Nations Children's Fund. Global Breastfeeding Scorecard, 2019 Increasing Commitment to Breastfeeding through funding and improved policies and programs. Geneva: WHO, UNICEF; 2019. Contract No.: WHO/NMH/NHD/19.22

4. กรมอนามัย. Anamai news .กระทรวงสาธารณสุข รมรณรงค์การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ [อินเทอร์เน็ต] 2564 [เข้าถึงเมื่อ 15 มกราคม 2566]. เข้าถึงได้จาก: <https://multimedia.anamai.moph.go.th/news/050864/>
5. สำนักงานสถิติแห่งชาติ ประเทศไทย. รายงานสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทย พ.ศ. 2562 รายงานผลฉบับสมบูรณ์. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานสถิติแห่งชาติ ประเทศไทย; 2563.
6. Levy PS.& Lemeshaw S. Sampling of population: Methodology and applications. New York: John Wiley & Sons, Inc.; 1999.
7. Best JW. Research in Education. New Jersey: Prentice Hall Inc.; 1977.
8. Ketkowitz KY, Thawornpitak W, Juntaraposri P, Thavondunstid P, Kompor P, Deesri, et al. Contemporary sustaining of Thai local wisdom on food consumption in pregnant women and post-partum mothers at Nong Rua district, Khon Kaen province. Srinagarind Medical Journal 2005;20(2):70-6.
9. นงเยาว์ ลาวิณห์, ถนอมรัตน์ ประสิทธิ์เมตต์, สุมิตรา สิทธิฤทธิ์, พิมพ์พิศา ธนากรกลโกษฐ์, สุมณฑา มั่งมี, อัสพร ขานวิทกุล. ความชุกของปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และความพึงพอใจของการให้บริการตอบปัญหาทางสื่อสังคมออนไลน์ ในศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี. วารสารการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม 2566;46(1):31-40.
10. ปภาวรินทร์ วังดี, วรณา พาหุพัฒนกร, ปิยะนันท์ ลิ้มเรืองรอง. อิทธิพลของอายุ ความรู้ ความเชื่อ การสนับสนุน และการเข้าถึงบริการ ต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเต็ม 6 สัปดาห์ ในมารดาหลังคลอดชาวเขา. NURS SCI J THAIL 2022;40(2):1-16.
11. Arpassakul P. Discouraging factors of breastfeeding among Thai women. Journal of Public Health Nursing 2016;30(2):133-46. [in Thai]