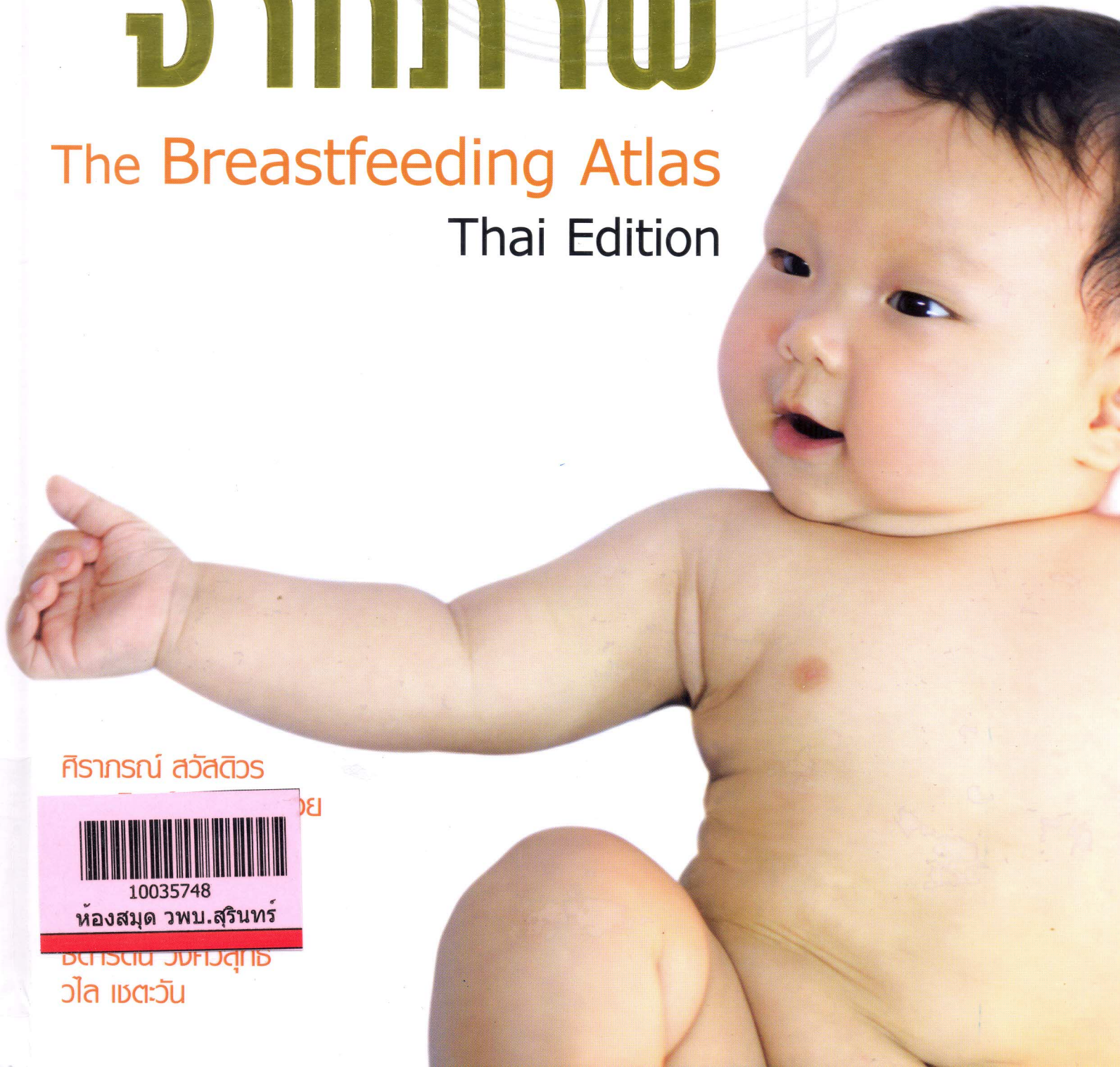




เรียนรู้คุณแม่ จากภาพ

The Breastfeeding Atlas
Thai Edition



ศิริภรณ์ สุวสีตวร



10035748

ห้องสมุด วพบ.สุรินทร์

ธนาคารกรุงเทพ
วไล ๕๕๕

สารบัญ

ตอนที่ 1 : ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับนมแม่

1.1	การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ วิธีทางแห่งธรรมชาติ	2
	<i>กรรณิการ์ บางสายน้อย • ศิราภรณ์ สวัสดิ์วิ</i>	
	• แม่คือสิ่งแวดล้อมที่สำคัญและจำเป็นสำหรับลูก	2
	• สัญชาตญาณและขั้นตอนการดูนมแม่ตามธรรมชาติ	4
	• สัญญาณหิวนมแม่ของลูก	6
	• สภาพแวดล้อมหลังคลอด การเข็ดตัว หยอตกา ฉีดวัคซีน	8
	• กินนมแม่นานเพียงใด	10
1.2	รู้จักเต้านมแม่	12
	<i>กุสุมา ชูศิลป์</i>	
	• กายวิภาคของเต้านมและหัวนม	12
	• การเปลี่ยนแปลงของเต้านม ลานนม และหัวนม ระยะก่อนตั้งครรภ์	14
	• การเปลี่ยนแปลงของเต้านม ลานนม และหัวนม ระยะตั้งครรภ์ และให้นมบุตร	16
	• วิธีการตรวจ และประเมินเต้านมและหัวนม	18
1.3	รู้จักน้ำนมแม่	24
	<i>กุสุมา ชูศิลป์ • ศิราภรณ์ สวัสดิ์วิ</i>	
	• การสร้างและการหลั่งน้ำนม	24
	• หัวน้ำนม (คอลลอสตรัม)	32
	• น้ำนมระยะสร้างเต็มที่	34
1.4	แม่อุ้มลูกให้ถูกท่า ลูกดูนมได้ถูกต้อง	36
	<i>กุสุมา ชูศิลป์</i>	
1.5	อุจจาระทารกที่กินนมแม่	50
	<i>ศิริพัฒนา ศิริธนารัตนกุล</i>	
1.6	ปัสสาวะทารกที่กินนมแม่	54
	<i>สุรีย์ลักษณ์ สุจริตพงศ์</i>	



ตอนที่ 2 : ปัญหาห้วนนม ลานนม และเต้านมที่พบบ่อย

สุอารีย์ อันตรระการ • กุสุมา ชูศิลป์ • ธิดารัตน์ วงศ์วิสุทธิ • ศิริลักษณ์ ถาวรวัฒนะ

2.1	ห้วนนม และลานนม	60
	• ห้วนนมสั้น	62
	• ห้วนนมแบน	66
	• ห้วนนมบอด	68
	• ห้วนนมใหญ่	80
	• ห้วนนมยาว	82
	• ห้วนนมเจ็บ แดง	84
	• จุดขาวที่ห้วนนม	88
	• เชื้อราที่ห้วนนม	90
2.2	เต้านม	92
	• เต้านมคัด	92
	• ท่อน้ำนมอุดตัน	96
	• เต้านมอักเสบ	98
	• เต้านมเป็นฝี	102
	• เต้านมหย่อนคล้อย	104
	• Hypertrophic breast	106

ตอนที่ 3 : การให้นมแม่ในสภาวะพิเศษ

3.1	ลูกเกิดก่อนกำหนด	110
	กรรณิการ์ บางสายน้อย • วไล เขตตะวัน	
3.2	การดูแลลูกแบบแม่ใจจ้	118
	กรรณิการ์ บางสายน้อย • วไล เขตตะวัน	
3.3	ลูกแฝด	122
	ศิริภรณ์ สวัสดิ์วิ	
3.4	ลูกมีภาวะล้ินติด	126
	โสภภาพรณ เงินจ้	
3.5	ลูกปากแหว่ง เพดานโหว่	128
	กุสุมา ชูศิลป์	
3.6	ลูกกลุ่มอาการดาวน์	144
	รัชดา เกษมทรัพย์	
3.7	การเก็บตุนน้ำนม กรณีจำเป็นต้องแยกแม่ลูก	146
	กรรณิการ์ บางสายน้อย • ศิริภรณ์ สวัสดิ์วิ • วไล เขตตะวัน	



ตอนที่ 4 : กรณีศึกษา (Case Study)

- 4.1 ลูกตัวเหลือง 158
อุไรวรรณ โชติเกียรติ
- 4.2 ลูกน้ำหนักขึ้นน้อย 164
ศรินทร์ช ฆมโท
- 4.3 ลูกสับสนหัวนม 170
ศิริลักษณ์ ถาวรวัฒน์
- 4.4 ลูกดูดนมยาก และเพดานปากสูง 174
กสุมา ชูศิลป์ • วไล เขตตะวัน
- 4.5 ลูกแพ้โปรตีนนมวัว 179
สุภา ทริกุล • ศิราภรณ์ สวัสดิ์วาร
- 4.6 แม่เป็นอัสคิโอสิส หรืองูสวัด 188
ทวิ โชติพิทยสุนนท์ • ศิราภรณ์ สวัสดิ์วาร
- 4.7 แม่น้ำนมมาก 192
ศิริลักษณ์ ถาวรวัฒน์
- 4.8 ท่อน้ำนมอุดตัน 196
สุธีรา เอื้อไพโรจน์กิจ
- 4.9 การกู้น้ำนม 198
ศิริลักษณ์ ถาวรวัฒน์

ตอนที่ 5 : การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เมื่อแม่ไปทำงาน

- 5.1 การบีบน้ำนมด้วยมือ และด้วยเครื่องปั๊มนม 202
ศิริลักษณ์ ถาวรวัฒน์ • วิไลรักษ์ บุษบรรณ
- 5.2 เก็บตุนน้ำนม 206
ศิริลักษณ์ ถาวรวัฒน์ • วิไลรักษ์ บุษบรรณ
- 5.3 ป้อนนมด้วยแก้ว ด้วยช้อน 208
ศิริลักษณ์ ถาวรวัฒน์ • วิไลรักษ์ บุษบรรณ
- 5.4 อุ้มลูกด้วยผ้า 210
มินะ สพสมัย
- 5.5 เสื่อชั้นในและเสื่อให้นมลูก 212
ศิริลักษณ์ ถาวรวัฒน์ • วิไลรักษ์ บุษบรรณ



5.6	กระเป๋านมแม่ (ชุดเย็บมคออดสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่) ศิริลักษณ์ ถาวรวัฒน์ • วิไลรักษ์ บุษบรรณ	214
5.7	มูมนมแม่ ธิดารัตน์ วงศ์วิสุทธิ • วไล เขตะวัน	216

ตอนที่ 6 : ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

6.1	วิวัฒนาการของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ศิริภรณ์ สวัสดิ์วิ	222
6.2	คลินิกนมแม่ในโรงพยาบาล ศิริภรณ์ สวัสดิ์วิ • ศิริลักษณ์ ถาวรวัฒน์	224
6.3	กราฟแสดงการเจริญเติบโตของลูก อุไรพร จิตต์แจ้ง	228
6.4	อาหารตามวัยสำหรับทารก อุมาพร สุทัศน์วรวิ	230
6.5	การควบคุมกลยุทธ์การตลาดอาหารสำหรับทารกและเด็กเล็ก นิพรรณพร วรมงคล	236
6.6	แหล่งข้อมูลนมแม่ รัชดา เกษมทรัพย์ • มินะ สพสมัย • ศิริลักษณ์ ถาวรวัฒน์	240
	จากเริ่มต้น	249

