

การให้น้ำนมแม่แก่ทารกคลอดก่อนกำหนด และทารกแรกเกิดที่เจ็บป่วย

ทารกคลอดก่อนกำหนด มีความไม่สมบูรณ์ของระบบ และอวัยวะต่าง ๆ ภายในร่างกายคือ

1. ระบบทางเดินอาหาร ความไม่สมบูรณ์ของการพัฒนาของกระเพาะอาหารและลำไส้มีผลให้

- การบีบรัดของลำไส้มีน้อย
- เยื่อของลำไส้พัฒนาไม่สมบูรณ์
- น้ำย่อยในทางเดินอาหารไม่สมบูรณ์

2. ระบบประสาท

- ความไม่สมบูรณ์ของการดูดและการกลืน
- ความไม่สมบูรณ์ของศูนย์หายใจ
- ความไม่สมบูรณ์ของระบบการป้องกันการติดเชื้อ

ความไม่สมบูรณ์ของระบบและอวัยวะทำให้ทารกคลอดก่อนกำหนดเกิดการเจ็บป่วย ที่พบบ่อยได้แก่

- ทนต่อการให้นมไม่ได้ นมไม่ย่อย ท้องอืด
- ลำไส้อักเสบ
- การหายใจและการดูดและการกลืนไม่สัมพันธ์กัน ซึ่งเสี่ยงต่อการสำลักนม
- การหยุดหายใจ
- การติดเชื้อในร่างกาย



นอกจากนี้ ทารกคลอดก่อนกำหนดยังมีความต้องการสารอาหารสูงกว่าทารกคลอดครบกำหนด เนื่องจากในช่วงเวลา 2 เดือนแรกหลังคลอด ทารกคลอดก่อนกำหนดจะมีอัตราการเจริญเติบโตสูงมาก เมื่อเทียบกับทารกครบกำหนด และมีความต้องการอาหารโดยเฉพาะโปรตีน เกือบเท่า มากกว่า เพื่อชดเชยสารอาหารที่มีสะสมอยู่ในร่างกายน้อย ทำให้ทารกมีอัตราการเติบโตเท่ากับระยะที่อยู่ในครรภ์

เนื่องจากปัญหาต่าง ๆ ดังกล่าวทำให้ต้องพิจารณา นมที่มีส่วนประกอบเหมาะสมต่อสรีรวิทยาและความต้องการของทารกคลอดก่อนกำหนดตลอดจนสามารถให้พลังงานเพียงพอเพื่อให้ทารกคลอดก่อนกำหนดมีการเจริญเติบโตตามปกติ

ความเหมาะสมของน้ำนมแม่ต่อทารกคลอดก่อนกำหนด

น้ำนมแม่ที่คลอดทารกระหว่างอายุครรภ์ 28 – 32 สัปดาห์มีโปรตีน เกือบเท่า และพลังงานสูงกว่าน้ำนมมารดาที่คลอดครบกำหนด เมื่ออายุหนึ่งเดือนหลังคลอด โปรตีน เกือบเท่า และพลังงานจะลดลงเท่ากัน ส่วนประกอบของสารอาหารในน้ำนมแม่มีความเหมาะสมสำหรับทารกก่อนกำหนด ดังนี้

- โปรตีน ในนมแม่ มีโปรตีนชนิดที่ย่อยง่ายถึง 70% และในนมแม่ยังมีโปรตีนที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันการติดเชื้อซึ่งในนมผงหรือน้ำนมวัวจะมีโปรตีนที่

ป้องกันการติดเชื้อน้อยมาก และยังมีโปรตีนที่ทำให้ทารกเกิดอาการแพ้ได้

- ไขมัน ในน้ำนมแม่มีไขมันที่เหมาะสมกับทารกคลอดก่อนกำหนด คือ เป็นไขมันที่ทารกดูดซึมได้มากกว่าไขมันในน้ำนมวัว และนมแม่มีส่วนประกอบของ DHA ซึ่งช่วยในการพัฒนาของจอประสาทตา ซึ่งมีผลให้การมองเห็นดีขึ้นและลดอุบัติการณ์การเกิดภาวะตาบอดในทารกคลอดก่อนกำหนดได้
- คาร์โบไฮเดรต น้ำนมมีคาร์โบไฮเดรตที่ทารกสามารถดูดซึมได้ดีและมีส่วนสำคัญในการปกป้องทารกจากเชื้อแบคทีเรีย

น้ำนมแม่ต่อระบบทางเดินอาหาร

น้ำนมแม่ผ่านกระเพาะอาหารได้เร็วกว่าน้ำนมวัว ส่วนประกอบหลายชนิดในน้ำนมแม่ช่วยการเจริญเติบโตของลำไส้ การบีบรัด และเร่งวุฒิภาวะของลำไส้และกระเพาะอาหาร

เวลาที่นมผ่านกระเพาะอาหารในทารกคลอดก่อนกำหนด ได้แก่

นม	50%ของน้ำนมในกระเพาะอาหาร	ปริมาณน้ำนมที่ผ่านกระเพาะ 1 ชั่วโมงหลังมื้อนม
นมแม่	25 นาที	25 มล.
นมผง	51 นาที	19 มล.

น้ำนมแม่ต่อการป้องกันการติดเชื้อ

องค์ประกอบเฉพาะต่าง ๆ ในน้ำนมแม่สามารถป้องกันการติดเชื้อ โดยผ่านทางระบบภูมิคุ้มกันของลำไส้และเต้านม เมื่อมารดาได้รับสารแปลกปลอม ร่างกายของมารดาจะถูกกระตุ้นให้สร้างภูมิคุ้มกันซึ่งจะถูกปล่อยออกมาทางเยื่อและน้ำนมแม่ เมื่อทารกได้รับน้ำนมแม่ ทารกจะได้รับภูมิคุ้มกันเฉพาะนั้นด้วย และการให้มารดาอุ้มสัมผัสทารก การสัมผัสทางผิวหนังระหว่างมารดากับทารก ทำให้มารดาได้รับเชื้อโรคที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ทารกอยู่ จะช่วยให้ทารกได้รับภูมิคุ้มกันเฉพาะจากระบบภูมิคุ้มกันของลำไส้และเต้านม

การลดการติดเชื้อในทารกที่ได้รับน้ำนมแม่สนับสนุนด้วยรายงานทั่วโลกที่พบว่าทารกที่อยู่ในโรงพยาบาลและได้รับน้ำนมแม่มีโอกาสการติดเชื้อน้อยกว่าทารกที่ได้รับนมวัว

น้ำนมแม่ต่อการพัฒนาสมอง

น้ำนมแม่ช่วยการพัฒนาสมองพัฒนาการมองเห็นสติปัญญาและความคิด มีข้อมูลยืนยันว่า น้ำนมแม่มีความเหมาะสมต่อทารกคลอดก่อนกำหนดและสามารถป้องกันการติดเชื้อ ดังนั้นทารกคลอดก่อนกำหนดและทารกแรกเกิดที่เจ็บป่วยจึงควรได้รับน้ำนมแม่ และการให้นมแม่ควรหลีกเลี่ยงการสูญเสียไขมันที่เป็นส่วนประกอบสำคัญเพื่อให้ทารกได้พลังงานมากที่สุด และไม่ควรถอดปริมาณน้ำนม ส่งเสริมให้

มารดาได้อุ้มสัมผัสทารกเพื่อให้มารดาเร่งสร้างภูมิคุ้มกันต้านทานโรคโดยเฉพาะจุลินทรีย์ที่อยู่ในหอผู้ป่วย การให้อาหารแก่ทารกทางลำไส้ แม้ให้ปริมาณเล็กน้อย ก็มีประโยชน์มาก ดังนี้

- ป้องกันการฟ้อลิบของส่วนดูดซึมในลำไส้
- ส่งเสริมการหลั่งฮอร์โมนของลำไส้
- ส่งเสริมการหลั่งน้ำย่อยของลำไส้
- เพิ่มการขับสารที่ทำให้เกิดอาการตัวเหลืองในทารก
- ป้องกันการเกิดการยับยั้งการไหลของน้ำดีจากการให้อาหารทางหลอดเลือดดำ

เมื่อมารดาเห็นแล้วว่าการให้ทารกได้รับน้ำนมแม่นั้นมีประโยชน์ต่อทารกเพียงใด มารดาก็ควรตั้งใจและพยายามปฏิบัติตัวให้พร้อมต่อการมีน้ำนมให้ทารกอย่างเพียงพอ โดยปฏิบัติดังนี้

- รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ในปริมาณที่เหมาะสม
 - พักผ่อนอย่างเพียงพอ
 - ทำจิตใจให้สดชื่น
- เพียงปฏิบัติดังนี้มารดาจะสามารถมีน้ำนมอย่างเพียงพอให้ทารกได้ หากมีปัญหาในการปฏิบัติตัวและปัญหาอื่นเกี่ยวกับเรื่องนมแม่ ให้มารดาขอคำปรึกษาจากบุคลากรด้านสุขภาพได้ตลอดเวลา

การให้น้ำนมแม่ แก่ทารกคลอดก่อนกำหนด และทารกแรกเกิดที่เจ็บป่วย



คุ้มค่ายิ่งนัก

ให้ลูกรักคุณแม่

จัดทำโดย ... กุมารวะช 3
โทร 056 — 219888 ต่อ 1202
จัดพิมพ์โดย ... กลุ่มงานสุขศึกษา
โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์