

ชื่อเรื่อง กระบวนการรักษาทางกายภาพบำบัดเพื่อลดภาวะท่อน้ำนมอุดตันในมารดาหลังคลอดบุตร

ชื่อเจ้าของผลงาน/ผู้นำเสนอ น.ส. ปิยวรรณ แพลนดี

สถานที่ติดต่อกลับ โรงพยาบาลชุมพวง อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดนครราชสีมา

โทรศัพท์. 044-477281 ต่อ 822 โทรสาร. 044-477281 ต่อ 102

เบอร์มือถือ 089-8471531 E-mail. pipo_pd@hotmail.com

บทคัดย่อ

บทนำ ปัญหาท่อน้ำนมอุดตันพบได้บ่อยในมารดาหลังคลอดบุตร ซึ่งเกิดขึ้นจากการที่น้ำนมบริเวณที่เกิดการอุดตันมีความเข้มข้นมากขึ้นจนอุดตันคั่งค้างอยู่ในท่อน้ำนม ซึ่งน้ำนมส่วนที่เหลือจากจุดที่อุดตันขึ้นไป อาจคั่งค้างจนเกิดเป็นก้อนไตแข็งๆ และน้ำนมไม่ไหลหรือไหลช้า ร่วมกับมีอาการปวดและคัดตึงเต้านม ส่งผลทำให้มารดาหลังคลอดบุตรไม่สามารถให้นมบุตรได้อย่างต่อเนื่อง **วัตถุประสงค์** เพื่อศึกษาผลของการรักษาทางกายภาพบำบัดต่อการลดภาวะอุดตันของท่อน้ำนมและลดอาการปวดระบมเต้านมในมารดาหลังคลอดบุตร ป้องกันภาวะเครียดซึมเศร้าซึ่งเป็นปัจจัยทำให้ต่อมน้ำนมสร้างน้ำมน้อยลง ลดการใช้ยาแก้ปวดและยากกระตุ้นการสร้างน้ำนม ส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเพื่อสุขภาพในระยะยาว

วิธีการศึกษา/การดำเนินงาน เริ่มจากกระบวนการคัดเลือกผู้ป่วยเพื่อเป็นกรณีศึกษาจำนวน 5 ราย แล้วเริ่มทำการซักประวัติและตรวจร่างกายเพื่อประเมินอาการและบริเวณของเต้านมที่มีปัญหา โดยใช้แบบประเมินความเจ็บปวด (pain scale) และแบบประเมินการไหลของน้ำนม เป็นเครื่องมือในการวัดผลการรักษา แล้วจึงเริ่มต้นกระบวนการรักษาด้วยการประคบร้อนด้วยแผ่นร้อนที่บริเวณเต้านม เป็นเวลา 15 นาที หลังจากนั้นทำการอัลตราซาวด์ทางกายภาพบำบัด เป็นเวลา 5 นาที เมื่ออัลตราซาวด์เสร็จทำการนวดกระตุ้นการไหลของน้ำนม แล้วทำการประคบเย็นด้วยแผ่นเย็นบริเวณเต้านม เป็นเวลา 10 นาที เพื่อลดอาการปวด ลดอาการอักเสบและลดอาการบวมบริเวณเต้านม แล้วจึงทำการประเมินอาการซ้ำหลังการรักษา **ผลการศึกษา** พบว่าผู้ป่วยทั้ง 5 ราย มีความพึงพอใจในการรักษา มีอาการปวดคัดตึงเต้านมลดลงและมีการไหลของน้ำนมมากขึ้น

ประโยชน์/การนำไปใช้ ช่วยลดภาวะอุดตันของท่อน้ำนมและลดอาการปวด ทำให้มารดาสามารถให้นมบุตรได้อย่างต่อเนื่อง ส่งเสริมให้เกิดความรักความอบอุ่นและส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเพื่อสุขภาพในระยะยาว