

**ผลการนวดสัมผัสทารกโดยมารดาที่มีต่อการเจริญเติบโตของทารกและ
ความผูกพันระหว่างมารดาและทารก ของทารกที่มีภาวะป่วย
โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ จังหวัดนครสวรรค์**

ชนิษฐา จรัสวิศิษฐ์กุล¹ ทศพร ชูศักดิ์^{2*}

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบกลุ่มเดียววัดก่อน-หลัง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการนวดสัมผัสทารกโดยมารดาต่อการเจริญเติบโตของทารกและความผูกพันระหว่างมารดาและทารก กลุ่มตัวอย่างเป็นมารดาหลังคลอดที่ทารกมีภาวะป่วย ของแผนกกุมารเวช 3 โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ ตั้งแต่เดือนตุลาคมถึงเดือนธันวาคม 2558 จำนวน 33 ราย ผู้วิจัยทำการประเมินน้ำหนักตัว เส้นรอบศีรษะ ความยาวลำตัวของทารกและความผูกพันระหว่างมารดาและทารก ก่อนและหลังการนวดสัมผัสทารกโดยมารดา เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบสอบถามความผูกพันระหว่างมารดาและทารก ซึ่งมีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.87 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบ Pair T-test

ผลการวิจัย พบว่า ทารกแรกเกิดมีน้ำหนักตัว เส้นรอบศีรษะ และความยาวลำตัวก่อนและหลังได้รับการนวดสัมผัสโดยมารดา มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 และคะแนนเฉลี่ยความผูกพันระหว่างมารดาและทารกก่อนและหลังได้รับการนวดสัมผัสโดยมารดา มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

คำสำคัญ : การนวดสัมผัสทารก,การเจริญเติบโตของทารก, ความผูกพันระหว่างมารดาและทารก, ทารกที่มีภาวะป่วย

¹ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ จังหวัดนครสวรรค์

² อาจารย์ประจำคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ จังหวัดปทุมธานี

* ผู้นิพนธ์หลัก e-mail: tsp2548@hotmail.com

THE EFFECT OF INFANT MASSAGE ON THE GROWTH OF INFANTS
AND MATERNAL-INFANT ATTACHMENT OF NEONATAL PATIENT SAWAN
PRACHARAK HOSPITAL, NAKHON SAWAN PROVINCE

Khanidtha Charatvisitkul¹ Thassaporn Chusak^{2*}

Abstract

This study was quasi-experimental research with two-group pretest-posttest design. The purpose of this research was to investigate the effect of infant massage on the growth of infants and maternal-infant attachment. The study samples consisted of 33 mothers from the Pediatrics Department 3 of Sawan Pracharak hospital. The research data was evaluated from body weight, head circumference, length measurement and maternal-infant attachment, then were used to control groups pretest and posttest program after infant massage. The research tools used for this research were the questionnaires about maternal-infant attachment. The reliability of the assessment tool was 0.87. Statistics used for data analysis included frequency, percentage, mean, standard deviation and comparison within group means were tested by paired T-test at the 0.05 level of significance.

The results revealed that the difference of the growth of infant and an average score of the maternal-infant attachment pretest and posttest scores was found to be statistically significant ($p < 0.05$).

Keywords : Infant massage, the growth of infants, Maternal-infant attachment, Neonatal patient

¹ Sawan Pracharak Hospital, Nakhon Sawan province

² Faculty of Public Health, Valaya Alongkorn Rajabhat University under the Royal Patronage

* Corresponding author, e-mail: tsp2548@hotmail.com

บทนำ

ทารกแรกเกิดเป็นวัยที่สำคัญในการสร้างรากฐานของชีวิต เนื่องจากเป็นช่วงที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการอย่างรวดเร็ว ซึ่งอยู่ในระยะที่เรียกว่าระยะประสาทสัมผัสและการเคลื่อนไหว เป็นวัยที่เซลล์สมองมีการสร้างจุดเชื่อมต่อและเส้นใยประสาทมากที่สุด ถ้าสมองไม่ได้รับการกระตุ้นหรือไม่ได้รับการส่งเสริม ในช่วงเวลาที่เหมาะสม โอกาสการเรียนรู้ของเด็กก็จะลดน้อยลง การกระตุ้นพัฒนาการที่เหมาะสมจึงมีความสำคัญเพื่อให้เด็กมีความพร้อมในการเรียนรู้และสามารถพัฒนาศักยภาพของตนได้อย่างสมบูรณ์ (อำนาจ พิมพ์ตา, 2552)

การเลี้ยงดูเด็กตั้งแต่คลอดถือเป็นหน้าที่อันสำคัญของมารดาในการเลี้ยงดูทารกให้มีการเจริญเติบโตตามแบบแผนและวิถีทางแห่งสังคมมนุษย์ มารดาเป็นผู้มีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในทุกช่วงเวลาของการเลี้ยงดูหรืออาจกล่าวได้ว่ามารดานั้นเป็นบุคคลแรกในชีวิตมนุษย์ที่ทำให้เกิดความสุข ความพอใจแก่ทารกได้ โดยธรรมชาติแล้วมารดาทุกคนมีความคาดหวังที่จะเลี้ยงดูบุตรของตนเองให้ดีที่สุด โดยปกติทารกจะได้รับการกระตุ้นประสาทสัมผัสเริ่มตั้งแตอยู่ในครรภ์มารดา ด้วยการฟังเสียงและการรับเสียงการเต้นของหัวใจมารดาและการเคลื่อนไหวของระบบทางเดินอาหาร มีการทรงตัวจากการเคลื่อนไหวของมารดา การได้รับการสัมผัสที่ผิวหนังจากน้ำคร่ำ ผมนุ่มตลก สายสะดือ และส่วนต่างๆ ของทารกเองจะขาดเพียงแต่การกระตุ้นการมองเห็น สิ่งกระตุ้นที่ได้รับเหล่านี้ เมื่ออยู่ในครรภ์มารดาจะทำให้ทารกมีพัฒนาการและผสมผสานการทำงานไปเรื่อยๆ ตามอายุครรภ์ (สุริยรัตน์ ชลันธร, 2545) การรับประสาทสัมผัสของทารกเหล่านี้จะมีการพัฒนาอย่างเฉพาะเจาะจงตามลำดับ โดยเริ่มจากประสาทสัมผัส การทรงตัว การรับกลิ่น และการรับรส ส่วนการได้ยินและการมองเห็น จะมีการพัฒนาหลังสุดคือเมื่อทารกใกล้ครบกำหนดแล้ว การขาดการกระตุ้นประสาทสัมผัสต่างๆ รวมทั้งการที่มารดาไม่มีการตอบสนองความต้องการของทารก จะทำให้ทารกเกิดภาวะซึมเศร้า มีความรู้สึกว่าคุณเองถูกทอดทิ้ง ไม่สามารถสร้างสัมพันธ์ภาพที่ใกล้ชิดกับบุคคลอื่นในอนาคตและ จากภาวะสังคม จิตใจ เช่นนี้ อาจทำให้ทารกเจริญเติบโตแบบแกระแกรน

จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า ที่ผ่านมามีการศึกษาการกระตุ้นประสาทสัมผัสหลายวิธีมากมายหลายรูปแบบ ซึ่งล้วนแล้วแต่เกิดประโยชน์ต่อทารกทั้งสิ้น แต่รูปแบบส่วนใหญ่จะเป็นการกระตุ้นประสาทสัมผัสโดยเจ้าหน้าที่หรือพยาบาลเป็นผู้ปฏิบัติต่อทารก ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยจึงสนใจการกระตุ้นประสาทสัมผัสหลายวิธีโดยเลือกการนวดสัมผัสโดยมารดา ซึ่งเน้นให้แม่ผู้ซึ่งใกล้ชิดทารกที่สุดเป็นผู้ปฏิบัติ เพื่อช่วยให้ทารกแรกเกิดมีสุขภาพ ที่ดีทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม ส่งผลให้ทารกแรกเกิดเติบโตและมีความสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ เป็นเด็กที่มีคุณภาพของประเทศชาติต่อไป สิ่งที่มีผลส่งเสริมพัฒนาการสมองของทารกได้แก่ การมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างมารดากับทารก การสัมผัสด้วยความรักของมารดา สัมพันธภาพที่ดีระหว่างมารดากับทารก การเล่นระหว่างมารดากับทารก โดยเฉพาะการนวดสัมผัสโดยมารดามีประโยชน์ในการส่งเสริมพัฒนาการทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมของทารก คือทำให้กล้ามเนื้อของทารกผ่อนคลาย มีการไหลเวียนเลือดดีขึ้น ทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรงและเคลื่อนไหวได้ดี เตรียมพร้อมสำหรับส่งเสริมการเจริญเติบโต พัฒนาการขั้นต่อไป และยังเป็นโอกาสให้มารดาได้ใช้เวลาในการให้ความเอาใจใส่ดูแลทารกและมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันเพิ่มมากขึ้น (จริยาพร วรรณโชติ, 2552)

การนวดสัมผัสเด็กนั้นนอกจากจะช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดของกล้ามเนื้อ และเพิ่มประสิทธิภาพให้แก่ระบบการหมุนเวียนของเหลวต่างๆ ในร่างกายแล้ว การนวดสัมผัสยังเป็นวิธีการตอบสนองความต้องการการสัมผัสขั้นพื้นฐานของทารกในระยะเดือนแรกๆ หลังจากการคลอดสภาพร่างกายของทารกที่เคยอยู่คู้ตัวอยู่ในครรภ์ของมารดาจะเริ่มเหยียดตัวออก กระดุกและกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ค่อยๆ เหยียดตรง ยืดขยายออกไป ข้อต่อต่างๆ เคลื่อนไหวบิดงอไปมาได้ ในช่วงระยะเวลานี้มารดาจึงควรนวดสัมผัสตัวทารก เพื่อช่วยบังคับและ

เสริมสร้างกล้ามเนื้อของทารกให้เกิดความแข็งแรง เพิ่มความยืดหยุ่นให้กับข้อต่อ แต่การนวดต้องกระทำตามลำดับขั้นตอนต่างๆ อย่างระมัดระวังเป็นพิเศษ (สุอารี ลำตระกูล, 2551) การนวดสัมผัสทารกนอกจากจะช่วยผ่อนคลายความเครียดของกล้ามเนื้อแล้ว การนวดสัมผัสทารกยังเสริมสร้างกำลังให้แก่มกล้ามเนื้อทำให้สามารถทานน้ำหนักและประกอบร่างกายให้เหยียดตรง เพิ่มความยืดหยุ่นให้ข้อต่อ ร่างกายสามารถบิดงอเคลื่อนไหวไปมาได้ ก่อให้เกิดความสมดุลในการทรงตัวและการเคลื่อนไหวร่างกาย การนวดสัมผัสตัวทารกยังส่งผลไปกระตุ้นระบบหมุนเวียนของของเหลวในส่วนต่างๆ ของร่างกาย เช่น การขับถ่ายของเสีย การสูบน้ำนมได้ดี รวมถึงกระตุ้นการทำงานของอวัยวะต่างๆ ให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ ประสานงานกันทั่วทั้งร่างกาย และยังช่วยลดการเจ็บปวดที่เกิดขึ้นกับทารกให้ลดน้อยลง มารดาที่นวดสัมผัสตัวทารกเป็นประจำสม่ำเสมอ สามารถค้นพบความเปลี่ยนแปลงหรืออาการผิดปกติที่เกิดขึ้นกับเด็กโดยฉับพลัน (รัตนางามบุญยรักษ์, 2553)

การนวดสัมผัสจะช่วยให้ร่างกายมีความรู้สึกสบาย มีสุขภาพจิตที่ดี เมื่อนำการนวดสัมผัสมาใช้ในการทารกโดยการนวดอย่างนุ่มนวลจากมารดา จะช่วยทำให้ทารกมีความสุขสบาย นอนหลับได้ดี และร้องไห้น้อยลง การนวดท้องอาจช่วยบรรเทาอาการทารกที่ร้องจากการปวดท้องได้ ทารกที่ได้รับการนวดจะมีอารมณ์ดี ไม่หงุดหงิด และสิ่งที่สำคัญคือการนวดจะช่วยสร้างสัมพันธภาพระหว่างมารดาและทารกได้ดียิ่งขึ้น (Dieter. J.N., et al, 2003) ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการนวดสัมผัสทารกโดยมารดาต่อการเจริญเติบโตและความรักความผูกพันระหว่างมารดาและทารก โดยให้มารดาได้สัมผัสบุตรด้วยการนวดสัมผัสซึ่งธรรมชาติของทารกจะมีความต้องการสัมผัส การปกป้องจากมารดา การนวดสัมผัสเป็นการติดต่อสื่อสารและการเรียนรู้เบื้องต้นที่ดีของทารก และทำให้ทารกได้รับการตอบสนองที่สำคัญด้านจิตใจ มีอารมณ์แจ่มใสและช่วยให้ทารกสามารถสร้างความผูกพัน ที่มั่นคงกับผู้อื่น ซึ่งจะทำให้ทารกมีพื้นฐานพัฒนาการที่ดีต่อไปในอนาคต

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลการนวดสัมผัสทารกโดยมารดาต่อการเจริญเติบโตของทารกที่มีภาวะป่วย โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์
2. เพื่อศึกษาผลการนวดสัมผัสทารกโดยมารดาต่อความผูกพันระหว่างมารดาและทารก ของทารกที่มีภาวะป่วย โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลอง แบบกลุ่มเดียววัดก่อนและหลังการทดลอง (One group pretest – posttest design) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการนวดสัมผัสทารกโดยมารดาต่อการเจริญเติบโตของทารกและความผูกพันระหว่างมารดาและทารก กลุ่มตัวอย่างเป็นมารดาหลังคลอดที่ทารกมีภาวะป่วย ของแผนกกุมารเวช 3 โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ ตั้งแต่เดือนตุลาคมถึงเดือนธันวาคม 2558 จำนวน 33 ราย ผู้วิจัยทำการประเมินน้ำหนัก เส้นรอบศีรษะ ความยาวลำตัวของทารกแรก และความผูกพันระหว่างมารดาและทารก ก่อนและหลังการนวดสัมผัสทารกโดยมารดา มารดากลุ่มตัวอย่างจะได้รับการสอน-สาธิตและฝึกปฏิบัติการนวดสัมผัส เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามความผูกพันระหว่างมารดาและทารก ซึ่งเป็นข้อคำถามเกี่ยวกับความรู้สึกและความผูกพันระหว่างมารดาและทารก 6 ด้าน ได้แก่ การรับรู้ต่อหน้าตา/ร่างกายของทารก, ความสนใจและผูกพันซึ่งกันและกัน, การสัมผัสโอบอุ้มทารก, การยอมรับความเป็นบุคคลของทารก, การยอมรับในตนเองและการ

เตรียมการเลี้ยงดูทารก จำนวน 32 ข้อ ลักษณะของข้อคำตอบเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ แบบสอบถามฉบับนี้ผู้วิจัยพัฒนาและปรับปรุงมาจากแบบวัดสัมพันธภาพระหว่างมารดาและทารกคลอดก่อนกำหนดของดร.ณิคมกสิณ (2549) และสุรรัตน์ ชลันธร (2545) แบบสอบถามได้ผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความรู้และประสบการณ์ จำนวน 3 ท่าน ช่วยพิจารณาตรวจสอบความถูกต้อง ความครอบคลุมเนื้อหาและความชัดเจนของภาษาที่ใช้ เพื่อนำไปปรับปรุงแก้ไขให้มีความเหมาะสมก่อนนำไปทดลองใช้ (Try Out) กับมารดาทารกที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่จะศึกษาของโรงพยาบาลไพศาลี จำนวน 30 คน แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์หาค่าความเที่ยง (Reliability) โดยหาค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นด้วยวิธีของ Alpha Coefficient ของ Cronbach ได้ค่าความเชื่อมั่นระหว่าง 0.87

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป สถิติที่ใช้ ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยนำหนักตัว เส้นรอบศีรษะ ความยาวลำตัวของทารกแรก และคะแนนเฉลี่ยความรักความผูกพันระหว่างมารดาและทารกก่อนและหลังการได้รับการนัดสัมผัสโดยใช้สถิติการเปรียบเทียบ Paired t-test

ผลการวิจัย

ทารกที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เป็นเพศหญิง ร้อยละ 54.5 เพศชาย ร้อยละ 45.5 มีอายุครรภ์ระหว่าง 26-30 สัปดาห์ ร้อยละ 27.3 อายุครรภ์ระหว่าง 31-35 สัปดาห์ ร้อยละ 30.3 อายุครรภ์ระหว่าง 36-40 สัปดาห์ ร้อยละ 33.3 และอายุครรภ์มากกว่า 40 สัปดาห์ ร้อยละ 9.1 โดยมีอายุครรภ์ต่ำสุด 26 สัปดาห์และอายุครรภ์สูงสุด 41 สัปดาห์ มีน้ำหนักแรกคลอดระหว่าง 1,000 - 1,500 กรัม ร้อยละ 30.3 น้ำหนักแรกคลอดระหว่าง 1,501 - 2,000 กรัม ร้อยละ 21.2 น้ำหนักแรกคลอดระหว่าง 2,001 - 2,500 กรัม ร้อยละ 15.2 น้ำหนักแรกคลอดระหว่าง 2,501 - 3,000 กรัม ร้อยละ 24.2 และน้ำหนักแรกคลอดระหว่าง 3,001 - 3,500 กรัม ร้อยละ 9.1 โดยมีน้ำหนักต่ำสุด 1,030 กรัม และน้ำหนักสูงสุด 3,450 กรัม มีความยาวของลำตัวระหว่าง 35-39 เซนติเมตร ร้อยละ 9.1 ความยาวของลำตัวระหว่าง 40-44 เซนติเมตร ร้อยละ 36.4 ความยาวของลำตัวระหว่าง 45-49 เซนติเมตร ร้อยละ 21.2 และความยาวของลำตัวระหว่าง 50-54 เซนติเมตร ร้อยละ 33.3 โดยมีความยาวของลำตัวต่ำสุด 35 เซนติเมตร และความยาวของลำตัวสูงสุด 53 เซนติเมตร มีความยาวรอบศีรษะระหว่าง 25-30 เซนติเมตร ร้อยละ 60.6 และความยาวรอบศีรษะระหว่าง 31-35 เซนติเมตร ร้อยละ 36.4 โดยมีความยาวรอบศีรษะต่ำสุด 25 เซนติเมตร และความยาวรอบศีรษะสูงสุด 35 เซนติเมตร เป็นบุตรคนแรก ร้อยละ 51.5 เป็นบุตรคนที่สอง ร้อยละ 36.4 และเป็นบุตรคนที่สาม ร้อยละ 12.1

สำหรับมารดาของทารกที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีอายุระหว่าง 15-19 ปี ร้อยละ 21.2 อายุระหว่าง 20-24 ปี ร้อยละ 18.2 อายุระหว่าง 25-29 ปี ร้อยละ 24.2 อายุระหว่าง 30-34 ปี ร้อยละ 21.2 และอายุระหว่าง 35-39 ปี ร้อยละ 15.2 โดยมีอายุน้อยที่สุด 15 ปี และอายุสูงสุด 39 ปี จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ร้อยละ 24.2 ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช. และระดับปริญญาตรีเท่ากัน ร้อยละ 21.2 มีสถานภาพสมรสคู่และอยู่ด้วยกัน ร้อยละ 93.9 ครอบครัวมีรายได้ต่ำกว่า 10,000 บาท และมีรายได้ระหว่าง 10,000- 20,000 บาท เท่ากัน ร้อยละ 39.4 โดยมีรายได้ต่ำสุด 5,000 บาท และรายได้สูงสุด 70,000 บาท เป็นมารดาครรภ์แรก ร้อยละ 54.5 มารดาครรภ์ที่สอง ร้อยละ 30.3 และมารดาครรภ์ที่สาม ร้อยละ 15.2 เป็นการตั้งครรภ์ที่พึงประสงค์ ร้อยละ 84.8 และคลอดโดยวิธีธรรมชาติ (คลอดเอง) ร้อยละ 63.6

1. ผลการเปรียบเทียบการเจริญเติบโตของทารกก่อนและหลังการนวดสัมผัสทารกโดยมารดา

ตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบน้ำหนักของทารกก่อนและหลังการนวดสัมผัสทารกโดยมารดา

ช่วงดำเนินการ	N	Mean	S.D.	t- test	df	p-value
ก่อนการนวดสัมผัสทารก	33	2315.76	.924	-7.944	32	.000*
หลังการนวดสัมผัสทารก	33	2518.18	.807			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 1 พบว่า คะแนนเฉลี่ยน้ำหนักของทารกหลังการนวดสัมผัสโดยมารดา ($\bar{X}=2518.18$) สูงกว่าก่อนการนวดสัมผัสโดยมารดา ($\bar{X}=2315.76$) และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยน้ำหนักของทารก โดยการทดสอบค่าที (paired t-test) พบว่า คะแนนเฉลี่ยน้ำหนักของทารกหลังการนวดสัมผัสโดยมารดาสูงกว่าก่อนการนวดสัมผัสโดยมารดา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบความยาวลำตัวของทารกก่อนและหลังการนวดสัมผัสทารกโดยมารดา

ช่วงดำเนินการ	N	Mean	S.D.	t- test	df	p-value
ก่อนการนวดสัมผัสทารก	33	46.788	3.943	-.419	32	.000*
หลังการนวดสัมผัสทารก	33	47.076	5.388			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

จากตารางที่ 2 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความยาวลำตัวของทารกหลังการนวดสัมผัสโดยมารดา ($\bar{X}=47.076$) สูงกว่าก่อนการนวดสัมผัสโดยมารดา ($\bar{X}=46.788$) และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความยาวลำตัวของทารก โดยการทดสอบค่าที (paired t-test) พบว่า คะแนนเฉลี่ยความยาวลำตัวของทารกหลังการนวดสัมผัสโดยมารดาสูงกว่าก่อนการนวดสัมผัสโดยมารดา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบความยาวรอบศีรษะของทารกก่อนและหลังการนวดสัมผัสทารกโดยมารดา

ช่วงดำเนินการ	N	Mean	S.D.	t- test	df	p-value
ก่อนการนวดสัมผัสทารก	33	31.258	2.2013	-4.094	32	.000*
หลังการนวดสัมผัสทารก	33	32.618	2.5875			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

จากตารางที่ 3 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความยาวรอบศีรษะของทารกหลังการนวดสัมผัสโดยมารดา ($\bar{X}=32.618$) สูงกว่าก่อนการนวดสัมผัสโดยมารดา ($\bar{X}=31.258$) และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความยาวรอบศีรษะของทารก โดยการทดสอบค่าที (paired t-test) พบว่า คะแนนเฉลี่ยความยาวรอบศีรษะของทารก หลังการนวดสัมผัสโดยมารดาสูงกว่าก่อนการนวดสัมผัสโดยมารดา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

2. ผลการเปรียบเทียบความผูกพันระหว่างมารดาและทารก ก่อนและหลังการนวดสัมผัสทารกโดยมารดา

ตารางที่ 4 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความผูกพันระหว่างมารดาและทารก ก่อนและหลังการนวดสัมผัสทารกโดยมารดา

ช่วงดำเนินการ	N	Mean	S.D.	t- test	df	p-value
ก่อนการนวดสัมผัสทารก	33	86.4242	4.5554	-7.429	32	.000*
หลังการนวดสัมผัสทารก	33	90.2424	2.4878			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความผูกพันระหว่างมารดาและทารก หลังการนวดสัมผัสโดยมารดา ($\bar{X}=90.2424$) สูงกว่าก่อนการนวดสัมผัสโดยมารดา ($\bar{X}=86.4242$) และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความผูกพันระหว่างมารดาและทารก โดยการทดสอบค่าที (paired t-test) พบว่า คะแนนเฉลี่ยความผูกพันระหว่างมารดาและทารก หลังการนวดสัมผัสโดยมารดาสูงกว่าก่อนการนวดสัมผัสโดยมารดา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

สรุปและอภิปรายผล

การนวดสัมผัสทารกส่งเสริมให้ทารกมีการเจริญเติบโตเพิ่มขึ้น โดยมีค่าเฉลี่ยน้ำหนักตัว ความยาวของลำตัวและเส้นรอบศีรษะ เพิ่มขึ้นขึ้นทั้งนี้อาจเนื่องจากการกระตุ้นโดยการนวดสัมผัสเป็นการส่งเสริมให้ทารกได้รับความรักความอบอุ่นโดยผ่านการสัมผัสด้วยการนวดตัวจะเป็นการช่วยกระตุ้นปลายประสาทที่ผิวหนังส่งผลไปยังระบบประสาทส่วนกลางเข้าไปสู่ต่อมไฮโปทาลามัสและต่อมพิทูอิทารีส่วนหน้า ทำให้มีการหลั่งฮอร์โมนการเจริญเติบโต ไทรอยด์ฮอร์โมนและฮอร์โมนอินซูลิน ซึ่งช่วยในการย่อยและเผาผลาญอาหารและสังเคราะห์โปรตีนเพิ่มขึ้นและช่วยให้ระบบไหลเวียนโลหิตดีขึ้นทำให้ทารกมีการเจริญเติบโตมากขึ้น (Dieter. J.N., et al, 2003) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสุริรัตน์ ชลันธร (2545) ที่ได้ทำการศึกษาเรื่อง ผลการสัมผัสจากมารดาต่อการเจริญเติบโตของทารกคลอดก่อนกำหนดและความผูกพันระหว่างมารดา-ทารก ซึ่งพบว่า ทารกคลอดก่อนกำหนดกลุ่มทดลองที่ได้รับการนวดสัมผัสจากมารดามีการเจริญเติบโตและมีคะแนนเฉลี่ยความผูกพันระหว่างมารดา-ทารก สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสอดคล้องกับการศึกษาของอภิเชษฐ ปานจรัตน์(2551) ที่ได้ทำการศึกษาเรื่อง การนวดสัมผัสและการฟังเพลงที่มีผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของเด็กในสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท ซึ่งพบว่า เด็กในสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท กลุ่มที่ได้รับการนวดสัมผัสเพียงอย่างเดียวมีพัฒนาการในด้านนิสัยส่วนบุคคลและสังคม พัฒนาการด้านภาษา การ

เจริญเติบโตและภาวะโภชนาการเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับคำอธิบายว่า การนวดสัมผัสสามารถทำให้ทารกเกิดการผ่อนคลาย การนวดสัมผัสโดยใช้เทคนิคการลูบสัมผัสโดยออกแรงปานกลางจะช่วยทำให้กล้ามเนื้อที่มีความตึงตัวมากเกินไปกลับเข้าสู่ภาวะผ่อนคลาย กล่าวคือร่างกายจะหลั่งฮอร์โมนเอ็นโดฟินและลดการหลั่งคอร์ติซอลจากสมองและระบบประสาท (Chark CL., et al, 2013) ส่งผลให้ร่างกายรู้สึกผ่อนคลาย ลดการเกร็งตัวของกล้ามเนื้อเพิ่มการไหลเวียนเลือดไปแขนขา นอกจากนั้นจะช่วยเพิ่มการไหลเวียนของเลือดมาเลี้ยงมาเลี้ยงบริเวณลำไส้ ช่วยการบีบตัวของลำไส้ทำให้มีการขับถ่ายและการขับลมดีขึ้นจึงลดอาการท้องอืดในทารกได้ซึ่งจะทำให้ทารกสบายตัวมากขึ้น (ศศิธร สันหมักดี, 2547)

การนวดสัมผัสทารกโดยมารดาส่งเสริมให้เกิดความผูกพันระหว่างมารดาและทารกมากขึ้น ซึ่งการนวดสัมผัสนี้จะช่วยให้มารดาได้อยู่ใกล้ชิดกับทารก มีเวลาอยู่ด้วยกัน มีการจ้องมอง สบตา พูดคุย สัมผัส ได้เห็นพฤติกรรมของทารกที่ตอบสนองขณะถูกนวดสัมผัส ทำให้มารดาเกิดความรู้สึกพอใจ เพิ่มความรู้สึกมีคุณค่าและรู้สึกเชื่อมั่นในตนเองในการดูแลทารก ก่อให้เกิดปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างมารดาและทารกซึ่งช่วยพัฒนาให้เกิดความผูกพันมากยิ่งขึ้นสอดคล้องกับการศึกษาของอำนาจ พิมพาด (2552) สุรรัตน์ ชลันธร (2545) และจริยาพร วรรณโชติ (2552) ที่พบว่า การนวดสัมผัสทารกโดยมารดาส่งเสริมให้เกิดความรักและความผูกพันระหว่างมารดาและทารกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากความผูกพันเป็นความรู้สึกและอารมณ์ที่มารดาและทารกมีความรักและยอมรับซึ่งกันและกันโดยเป็นพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความรัก ความรับผิดชอบและการดูแลบุตรมีพัฒนาการเกิดขึ้นตั้งแต่มารดามีการวางแผนการตั้งครรภ์และมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องตลอดระยะเวลาการตั้งครรภ์ การคลอดและในระยะหลังคลอด นอกจากนี้ผิวหนังยังเป็นอวัยวะที่รับรู้ความรู้สึกได้ดีและเร็วที่สุด โดยที่ความรู้สึกสัมผัสของทารกพัฒนาตั้งแต่ทารกอยู่ในครรภ์มารดา หลังคลอดผิวหนังก็ยังเป็นสิ่งรับรู้ขั้นแรกของการรับรู้ความรู้สึกทั้งหลาย ทารกแรกเกิดจึงมีปฏิกิริยาที่ไวต่อการสัมผัส การอุ้มชู จับต้อง เป็นการสร้างสัมพันธภาพระหว่างมารดาและทารก เมื่อมารดาได้รับการสนับสนุนให้มีส่วนร่วมนวดสัมผัสทารก ทำให้มารดาล้ำที่สัมผัสทารกมากขึ้น เมื่อมารดามีโอกาสได้สัมผัสร่างกายทารกจึงมีโอกาสรวบรวมความผิดปกติต่างๆ ของทารกจากการได้นวดสัมผัส (Davis KF, Parker KP, Montgomery GL, 2004) นอกจากนี้การนวดสัมผัสทารกยังช่วยเสริมสร้างสายใยแห่งความรักและความผูกพันเนื่องจาก ขณะทำการนวดสัมผัสทารกจะมีการพูดคุย จ้องหน้า ลูบตัวทารกจะได้ยินเสียงและได้กลิ่นจากมารดาหรือผู้ดูแล ทำให้มีพัฒนาการด้านการเรียนรู้ การดูดกลืนและความจำดีขึ้น (นฤมล ธีระรังสิกุล, 2545)

นอกจากนี้ในการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการสร้างความผูกพันระหว่างมารดาทารกของผู้วิจัย เช่น การจัดห้องนวดสัมผัสทารกให้สะอาดและเป็นสัดส่วนเพื่อให้มีความเป็นส่วนตัวระหว่างมารดาและทารก การจัดเก้าอี้หนุนให้มารดานั่งสบาย และจัดบรรยากาศห้องนวดสัมผัสให้น่าดูโดยการติดรูปทารก รูปการนวดสัมผัสทารก จึงทำให้มารดารู้สึกพึงพอใจและสามารถพัฒนาความผูกพันให้มากยิ่งขึ้น ช่วยให้มารดาได้มีโอกาสใกล้ชิดและเรียนรู้ทารกในช่วงแรกของชีวิตและเป็นแนวทางที่สำคัญต่อการพัฒนาความผูกพัน (Davis KF, Parker KP, Montgomery GL, 2004) สอดคล้องกับคำอธิบายว่า ปัจจุบันด้านโรงพยาบาลและการแสดงออกของบุคลากรของโรงพยาบาลเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการสร้างความผูกพันระหว่างมารดาและทารกและเป็นปัจจัยที่จัดกระทำได้ง่าย (นฤมล ธีระรังสิกุล, 2545) นอกจากนี้ยังมียานวิจัยที่พบว่า ทารกแรกเกิดที่ได้รับการนวดสัมผัสจากมารดาจะมีการหลั่งฮอร์โมนออกซิโตซินเพิ่มมากขึ้นและยังช่วยให้มีน้ำนมเพิ่มขึ้น ฮอร์โมนออกซิโตซินเป็นฮอร์โมนแห่งความผูกพันหรือเคมีความรัก มีผลต่อร่างกายคือ ช่วยในการหลั่งน้ำนมเมื่อมารดาให้นมบุตรและยังมีผลต่อจิตใจในด้านความรักความผูกพันระหว่างมารดาและทารก กระตุ้นให้มารดามีพฤติกรรมแสดงออกถึง

บทบาทความเป็นแม่ ส่วนในทารกพบว่าฮอร์โมนออกซิโทซินมีความเกี่ยวข้องกับความสามารถในการควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมแสดงออกทางสังคม (Phillips,S.J.& Tooley, G.A.,2005)

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากผลการวิจัย

1. จากผลการวิจัยพบว่า การนวดสัมผัสทารกส่งเสริมให้ทารกมีการเจริญเติบโตเพิ่มขึ้นและมีความผูกพันระหว่างมารดาและทารกเพิ่มขึ้นบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขที่เกี่ยวข้องกับการดูแลทารกหลังคลอด ควรตระหนักถึงการกระตุ้นการเจริญเติบโตของทารกและความสำคัญของความผูกพันระหว่างมารดาและทารก โดยเฉพาะทารกที่มีภาวะป่วยหรือทารกคลอดก่อนกำหนด โดยให้คำแนะนำมารดาเกี่ยวกับการกระตุ้นทารกโดยการนวดสัมผัสเพื่อเป็นการส่งเสริมให้ทารกมีการเจริญเติบโตที่ดีขึ้นและเปิดโอกาสให้มารดา สัมผัสโอบกอดทารกโดยจัดบริเวณที่เป็นสัดส่วน บรรยากาศผ่อนคลายและมีความเป็นส่วนตัวให้มารดาและทารกได้อยู่ใกล้ชิดกัน โดยไม่มีข้อจำกัดหรือเข้มงวดกับระเบียบกฎเกณฑ์ต่างๆ การจัดบริการดังกล่าวช่วยส่งเสริมให้มารดา บิดารู้สึกผ่อนคลายและพัฒนาการสร้างความรักความผูกพันต่อทารกอย่างต่อเนื่องช่วงระยะเวลาที่อยู่โรงพยาบาล

2. สถาบันการศึกษาที่ผลิตนักศึกษาเกี่ยวกับบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขควรมีการจัดการเรียนการสอนเกี่ยวกับการนวดสัมผัสทารกเพื่อมุ่งให้นักศึกษาตระหนักถึงความสำคัญของการส่งเสริมการเจริญเติบโตและพัฒนาการของทารก

3. ควรส่งเสริมให้มีการนำโปรแกรมหรือแนวทางการนวดสัมผัสทารกไปใช้ในการอบรมพยาบาลผู้ดูแลทารก เพื่อให้พยาบาลมีความรู้และทักษะการนวดสัมผัสและสามารถนำไปใช้ในการดูแลทารกแรกเกิด รวมทั้ง สอนบิดา มารดาหรือผู้เลี้ยงดูให้สามารถเป็นผู้นวดสัมผัสได้ด้วยตนเองเพื่อให้การดูแลทารกเกิดความต่อเนื่องและเจริญเติบโตอย่างเต็มศักยภาพ

4. ควรมีการส่งเสริมมารดาที่มีบุตรครั้งแรกให้มีความผูกพันกับบุตรโดยเฉพาะบุตรที่มีภาวะป่วยหรือคลอดก่อนกำหนด โดยให้มารดาได้มีปฏิสัมพันธ์กับบุตรด้วยการนวดสัมผัสทุกราย

5. การนวดสัมผัสทารกโดยมารดานั้น วันแรกๆ มารดามักจะตื่นเต้นกลัวการสัมผัสทารก โดยเฉพาะมารดาที่มีบุตรครั้งแรกและมารดาที่มีบุตรป่วย ดังนั้นจึงควรให้มารดามีเวลาในการทำควมคุ้นเคยกับทารกก่อนการนวดสัมผัส

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาวิจัยโดยมีการเปรียบเทียบผลการนวดสัมผัสต่อการเจริญเติบโตของทารกระหว่างมารดาและบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข

2. ควรมีการศึกษาวิจัยโดยมีการเปรียบเทียบผลการนวดสัมผัสต่อการเจริญเติบโตของทารกและความรักความผูกพันระหว่างมารดาและทารก โดยกำหนด 2 กลุ่ม มีกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง

3. ควรมีการศึกษาลงมือของการนวดสัมผัสต่อสุขภาพจิตของทารก เช่น ความเครียด เป็นต้น

กิตติกรรมประกาศ

การวิจัยครั้งนี้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ ซึ่งได้รับหนังสือรับรองเลขที่ 27/2558 ลงวันที่ 2 พฤศจิกายน 2558 คณะผู้วิจัยขอขอบพระคุณอาจารย์ ดร.รภัทร เพชรสุข คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต อาจารย์ ดร.เบญจวรรณ พุทธิอังกูร

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยคริสเตียนและอาจารย์ปริทรรศน์ วันจันทร์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สวรรค์ประชารักษ์ ผู้ทรงคุณวุฒิที่ให้ความอนุเคราะห์ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัย และขอขอบคุณ บุคลากรทางการพยาบาลของแผนกกุมารเวช 3 โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ที่ให้การสนับสนุนและให้ความช่วยเหลือในการศึกษาวิจัยครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

- จริยาพร วรรณโชติ. (2552). ผลของโปรแกรมการสอนมารดาในการนวดสัมผัสทารกคลอดก่อนกำหนดต่อความผูกพันระหว่างมารดาและทารกและความสัมพันธ์ของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความผูกพัน: กรณีศึกษา โรงพยาบาลพระปกเกล้า จังหวัดจันทบุรี. งานวิจัยโดยทุนอุดหนุนจากงบประมาณวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้าจันทบุรี สำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงสาธารณสุข วิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้าจันทบุรี.
- ดรณี ชมกลิ่น.(2549). ผลของโปรแกรมส่งเสริมปฏิสัมพันธ์บิดาและทารกโดยการนวดสัมผัสต่อความผูกพันของบิดาต่อทารกเกิดก่อนกำหนด.วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นฤมล อีระรังสิกุล. (2545). การพยาบาลทารกคลอดก่อนกำหนด. กรุงเทพฯ : พีเพรส.
- รัตน์า นามบุญยภักย์. (2553). ผลของวิธีการพยาบาลแบบเนื้อแนบเนื้อต่ออุณหภูมิร่างกายของทารกแรกเกิดและความผูกพันระหว่างมารดาและทารก. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศศิธร สันตภักดิ์. (2547). ผลของการสนับสนุนด้านข้อมูลและอารมณ์ต่อพฤติกรรมความผูกพันระหว่างมารดาและทารกของมารดาทารกแรกเกิดก่อนกำหนด.วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุรีย์รัตน์ ชลันธร. (2545). ผลการสัมผัสจากมารดาต่อการเจริญเติบโตของทารกคลอดก่อนกำหนดและความผูกพันระหว่างมารดาและทารก. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลครอบครัว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา.
- สุอารี ลำตะทะกุล. (2551). ประสิทธิผลของการนวดสัมผัสร่วมกับการมีปฏิสัมพันธ์กับทารกต่อความรักใคร่ผูกพันระหว่างมารดาและทารกแรกเกิดในมารดาวัยรุ่นครรภ์แรกหลังคลอด.วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลเด็ก บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- อภิเชษฐ ปานจรัตน์. (2551). การนวดสัมผัสและการฟังเพลงที่มีผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของเด็กในสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพญาไท. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพัฒนาสังคม คณะพัฒนาสังคมและสิ่งแวดล้อม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- อำนาจ พิมพ์พาด. (2552). ผลโปรแกรมของการนวดสัมผัสทารกโดยมารดาต่อความรักความผูกพันระหว่างมารดาทารกและน้ำหนักตัวทารก.วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- Chark CL., et al. (2013).Neonatal CSF oxytocin levels are associated with parent report of infant end sociability , Psychoneuro endoerino, 38:1208-1212.
- Davis KF, Parker KP, Montgomery GL.(2004). Sleep in infants and young children: Part one: Normal sleep. Journal of Pediatric Health Care,18(2): 65-71.

- Dieter. J.N., et al. (2003). Stable preterm infants gain more weight and sleep less after five days of massage therapy. *Journal of Pediatric Psychology*, 28, 403-11.
- Phillips, S. J., & Tooley, G.A.(2005). Improving child and family outcomes following complicated births requiring admission to neonatal intensive care units. *Sexual and Relationship therapy*, 20,431-442.