



# การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

## Equipment

1		8	
2		9	
3		10	
4		11	
5		12	
6		13	
7		14	

## Procedure

0	แนะนำตัว
1	ถามชื่อนามสกุล วดป.เกิด ภูมิลำเนา
2	เลือด ลักษณะเลือด สีดำแดง ปริมาณ ตลอดเวลา
3	ประจำเดือนมานาน รอบสม่ำเสมอ
4	ควร test การตั้งครรภ์
5	หลังก้อนเนื้อหลุดออกมาที่เลือด อาการร่วม หน้ามืด อ่อนเพลีย
6	ให้มารดานั่งในท่าที่เหมาะสม ให้นั่งหลังพิงเก้าอี้หรือพนัก เก้าวาทที่พื้นหรือมีที่เหยียบเท้า
7	การดูดนม ดูดจนเกลี้ยงเต้า/นานอย่างน้อย 15 นาที ดูกั๊ว 2 ข้างใน 1 มื้อ
8	การกควรได้ดูดบ่อยทุก 2-3 ชั่วโมง/ 8-12 ครั้งต่อวัน
9	แนะนำให้ประเมินว่าลูกได้รับนมแม่เพียงพอ โดยดูว่า ลูกนอนได้นาน 2-3 ชม. ต่อครั้ง ปัสสาวะออกเพียงพอ 5-6 ครั้ง/วัน

