



# แบบฟอร์มการจัดการความรู้

การจัดการความรู้ของหน่วยงาน...งานการพยาบาลพิเศษ (8/1).....

หัวข้อในการจัดการความรู้ (Knowledge Vision)

เรื่อง การนัดเต้นมด้วยลูกประคบสมุนไพรเพื่อป้องกันเต้านมอักเสบในมารดาหลังคลอด  
วัน/เดือน/ปี ที่จัดการความรู้..... 1 เมษายน 2563.....

## ผู้เข้าร่วมกิจกรรม

1.	นางสาวสุชวดี	เกษสุวรรณ	ผู้จัดการความรู้ (KM Manager)
2.	นางนงเยาว์	ลาวิณห์	คุณอำนวย (Facilitator)
3.	นางสาวสุธารัตน์	สุขศรี	คุณลิขิต (Note Taker)
4.	นางสาวสุดาทิพย์	บุญชุต	คุณกิจ
5.	นางสาวศิริวรรณ	วรรณภักดิ์	คุณกิจ
6.	นางสาวปภัสสร	เรืองขจร	คุณกิจ
7.	นางสาวสุทธิพร	อภิวงศ์	คุณกิจ
8.	นางสาวสุชานันท์	ไชยศรี	คุณกิจ
9.	นางสาวสายใจ	แดงจ่อหอ	คุณกิจ
10.	นางพิไลพร	วิจิตร	คุณกิจ
11.	นางสาววันวิสาข์	ปานดวงแก้ว	คุณกิจ
12.	นางสาวจตุพร	เอี่ยมประเสริฐ	คุณกิจ
13.	นางสาวอรสา	ปัญหาวาย	คุณกิจ
14.	นางสาวธัญญาลักษณ์	บุรณาภา	คุณกิจ
15.	นางอรอุมา	อิมอรมณ	คุณกิจ
16.	นางสาวกรรณิการ์	วันสุนิล	คุณกิจ
17.	นางสาวสกาเตือน	ไชโย	คุณกิจ
18.	นางสาวสมฤดี	สรรพจารย์	คุณกิจ
19.	นางสาวอ้อยทิพย์	ไชโย	คุณกิจ
20.	นางสาวศิรินทิพย์	ทองเต็ม	คุณกิจ
21.	นางสาวนาถยา	ผดุงกิจ	คุณกิจ
22.	นางสาวศิริกร	จิ่งสกุล	คุณกิจ

## 1. หลักการและเหตุผล

นมแม่เป็นอาหารธรรมชาติที่ให้คุณค่าทั้งด้านโภชนาการและมีภูมิคุ้มกันโรค นมแม่มีความสำคัญต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของเด็ก การวางรากฐานการเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกาย สมองอารมณ์ และจิตใจของเด็ก นอกจากนี้ยังมีประโยชน์ต่อครอบครัวทั้งด้านความรักความอบอุ่นและด้านเศรษฐกิจของครอบครัว รวมถึงมีประโยชน์ต่อสังคม และประเทศชาติ

องค์การอนามัยโลกแนะนำให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน หลังจากนั้นให้อาหารตามวัยร่วมกับให้ทารกกินนมแม่ต่อจนกระทั่งถึงสองปีหรือนานกว่านั้นขึ้นอยู่กับความต้องการของมารดาและทารก ในประเทศไทยอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หกเดือนแรกพบร้อยละ 23.1 (UNICEF, 2016) และจากสถิติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ของศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ สยามบรมราชกุมารี ในปี พ.ศ. 2559 พบร้อยละ 45.52 ปี พ.ศ. 2560 พบร้อยละ 51.07 (คลินิกนมแม่ ศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ สยามบรมราชกุมารี, 2560)

ปัจจัยที่เป็นอุปสรรคของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีหลายปัจจัยเช่น อาการคัดตึงเต้านม ซึ่งอาการตึงคัดเต้านมทำให้มารดารู้สึกเจ็บปวดและไม่สุขสบายขณะที่ทารกดูดนม จึงทำให้ทารกได้รับนมไม่เต็มที่ อาการตึงคัดเต้านมจะทำให้บริเวณลานนมตึงแข็ง ตึงคัด ทำให้ทารกดูดจับหัวนมและลานนมลำบาก การที่ทารกดูดจับหัวนมได้ไม่ดี เป็นผลให้หัวนมถลอก และหัวนมแตก ส่งผลให้มีการติดเชื้อบริเวณหัวนมและลูกกลาม เข้าไปในเต้านมทำให้เต้านมอักเสบเป็นฝีได้ ส่งผลให้เกิดความล้มเหลวในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (WHO & UNICEF, 2010) ซึ่งในปีพ.ศ. 2562 พบเต้านมอักเสบในมารดาหลังคลอด 43 ราย (คลินิกนมแม่ ศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ สยามบรมราชกุมารี, 2562) การใช้ลูกประคบสมุนไพรในมารดาหลังคลอดประคบบริเวณเต้านมจะช่วยให้เลือดไหลเวียนดีขึ้น ต้านการอักเสบ ช่วยผ่อนคลายและช่วยให้น้ำนมมาเร็วขึ้น (Dhippayom, Kongkaew, Chaiyakunapruk, et al., 2015)

หน่วยงานการพยาบาลพิเศษ (8/1) ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญในการจัดการความรู้ (Knowledge Vision) เรื่องการนวดเต้านมด้วยลูกประคบสมุนไพรเพื่อป้องกันเต้านมอักเสบในมารดาหลังคลอดเพื่อลดการเกิดเต้านมอักเสบ และช่วยส่งเสริมให้มารดาประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

## 2. วัตถุประสงค์

1. เพื่อเพิ่มอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน
2. เพื่อลดการเกิดเต้านมอักเสบในมารดาหลังคลอด

## 3. เป้าหมาย/ตัวชี้วัด

1. อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือนเพิ่มขึ้นมากกว่าร้อยละ 50
2. การเกิดเต้านมอักเสบในมารดาหลังคลอดลดลง

## 4. วิธีการ/รูปแบบการจัดการความรู้ \*\*\* (กรณีระบุ) \*\*\*

- Success Story Telling (SST) (กรณีเลือกข้อนี้ให้ใส่ข้อมูลตามตารางข้อ 5.1)
- The World Cafe (กรณีเลือกข้อนี้ให้ใส่ข้อมูลตามตารางข้อ 5.2)

## 5. กระบวนการจัดการความรู้ (Share & Learn)

### 5.1 Success Story Telling (SST)

ผู้เล่าเรื่อง (Narrator)	เหตุการณ์ (Context)	เทคนิค/วิธีการ (Action)	ผลลัพธ์ที่ได้รับ (Result)
คุณนงเยาว์ ลาวิณห์ พยาบาลวิชาชีพ	มีมารดาหลังคลอดบุตรอายุ 14 วัน มา ปรึกษาที่คลินิกนมแม่ ด้วยอาการเต้านม คัดตึง บวมแดงทั้งสองข้าง และมีไข้ มา 7 วัน	- consult แพทย์ - การนวดเต้านมด้วยลูก ประคบสมุนไพร - ให้ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยง ลูกด้วยนมแม่	- แพทย์ให้ยา ATB - มารดาหายจากอาการ คัดตึงเต้านม - มารดาไม่เกิดเต้านม อักเสบเพิ่มขึ้น - มารดาหายจากเต้านม อักเสบหลังได้รับยา 7 วัน
คุณสกวเดือน ไชโย ผู้ช่วยพยาบาล	เล่าเหตุการณ์เกี่ยวกับมารดารายนี้ มารดา รายนี้ให้บุตรกินนมผสม และนมแม่ สาเหตุจากอุ้มลูกให้นมไม่ถนัด และมี อาการหัวนมแตก	- สอนทำให้นมบุตร โดยให้ บุตรอมลึกถึงลานนม	- มารดาอุ้มลูกให้ดูนม ถูกวิธี หัวนมไม่แตก เพิ่มขึ้น
คุณสุชาติ เกษสุวรรณ หัวหน้างาน	สอบถามสาเหตุการเกิดเหตุการณ์	- วิเคราะห์หาสาเหตุและ แนวทางป้องกัน	- ทุกคนทราบถึงสาเหตุที่ เกิดเต้านมคัดตึง
คุณศิริวรรณ วรรณภักดี พยาบาลวิชาชีพ	เล่าเหตุการณ์ในมารดารายนี้ขณะพัก รักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาล มารดามีบุตรคน แรกยังไม่มีประสบการณ์ในการเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่	- ให้ความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยง ลูกด้วยนมแม่	- มารดาตั้งใจอยากให้ลูก กินนมแม่
คุณสุธารัตน์ สุขศรี พยาบาลวิชาชีพ	เล่าเหตุการณ์ในมารดารายนี้ขณะพัก รักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาลหลังผ่าตัดวัน แรกมีอาการเจ็บแผลผ่าตัด อุ้มลูกให้กิน นมแม่ไม่ไหว	- สอนทำให้นมบุตร	- มารดาอุ้มให้ลูกกินนม แม่ได้แต่ยังไม่ถนัด
คุณปภัสสร เรืองขจร พยาบาลวิชาชีพ	เล่าเหตุการณ์ในมารดารายนี้ขณะพัก รักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาลหลังผ่าตัดวันที่ 2 เริ่มให้ลูกดูนมแต่ยังไม่ถนัด มีอาการเจ็บ หัวนม	- สอนทำให้นมบุตร - แนะนำมารดาบีบน้ำนมทา บริเวณหัวนม	- มารดาอุ้มให้ลูกกินนม แม่ได้แต่ยังไม่ถนัด
คุณสุทธิพร อภิวงค์ พยาบาลวิชาชีพ	เล่าเหตุการณ์ในมารดารายนี้ขณะพัก รักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาลหลังผ่าตัดวันที่ 3 หัวนมเริ่มแตก	- สอนทำให้นมบุตร	- มารดาอุ้มให้ลูกกินนม แม่ได้แต่ยังไม่ถนัด
คุณวันวิสาข์ ปานดวงแก้ว พยาบาลวิชาชีพ และคุณกรรณิการ์ วันสุนิล	เล่าเหตุการณ์ในมารดารายนี้ขณะพัก รักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาลหลังผ่าตัดวันที่ 3 หัวนมแตกมากขึ้นเต้านมเริ่มคัดตึง	- สอนทำให้นมบุตร	- มารดาอุ้มให้ลูกกินนม แม่ได้แต่ยังไม่ถนัด

ผู้เล่าเรื่อง (Narrator)	เหตุการณ์ (Context)	เทคนิค/วิธีการ (Action)	ผลลัพธ์ที่ได้รับ (Result)
คุณอรอุมา อิมอรมนต์ ผู้ช่วยพยาบาล	สอบถามเกี่ยวกับวิธีการนวดเต้านม		- ทุกคนได้ทราบ และได้เรียนรู้วิธีการนวดเต้านมด้วยผ้าขนหนูชุบน้ำอุ่น
คุณอรสา ปัญทวย ผู้ช่วยพยาบาล	เล่าให้ฟังว่าตนเองใช้ผ้าขนหนูชุบน้ำอุ่นประคบที่เต้านมประมาณ 15 นาที	- การนวดเต้านมด้วยการใช้ผ้าขนหนูชุบน้ำอุ่น	- มารดาคัดตึงเต้านมลดลงแต่ไม่มาก และผ้าขนหนูเก็บความร้อนได้ไม่นาน
คุณสายใจ แดงจอหอ พยาบาลวิชาชีพ	สอบถามแล้วมีวิธีการนวดเต้านมวิธีอื่นอีกไหม		
คุณสุชาติ เกษสุวรรณ หัวหน้างาน	มีการใช้ลูกประคบสมุนไพรในการนวดเต้านม	- การนวดเต้านมด้วยการใช้ลูกประคบสมุนไพร โดยนำลูกประคบสมุนไพรที่ได้ไปนึ่งประมาณ 20 นาที เมื่อลูกประคบร้อนได้ที่แล้ว ก่อนนำมาใช้ประคบทดสอบความร้อนโดยแตะที่ท้องแขนหรือหลังมือก่อน และในช่วงแรกที่ลูกประคบยังร้อนอยู่ ต้องประคบด้วยความเร็ว ไม่วางลูกประคบสมุนไพรไว้บนเต้านมนาน ๆ เพียงแตะลูกประคบสมุนไพรแล้วยกขึ้น ประคบเต้านม ยกเว้นบริเวณหัวนมและลานนม แต่เมื่อลูกประคบสมุนไพรคลายความร้อนลงสามารถวางลูกประคบได้นานขึ้นพร้อมกับกดคลึงนาน 30 นาที จนกว่าลูกประคบสมุนไพรคลายความร้อน	- ทุกคนได้ทราบ และได้เรียนรู้วิธีการนวดเต้านมด้วยลูกประคบสมุนไพร
คุณสุรารัตน์ สุขศรี พยาบาลวิชาชีพ	สนใจในการทำวิจัยในเรื่องการนวดเต้านม		
คุณสุชาติ เกษสุวรรณ หัวหน้างาน	ได้จัดทำวิจัยเรื่องผลของการใช้ลูกประคบสมุนไพรสำหรับอาการตึงคัดเต้านมในมารดาหลังคลอด	- เป็นการวิจัยแบบสุ่มและมีกลุ่มควบคุม ในมารดาหลังคลอดที่มีอาการตึงคัดเต้านมจำนวน 500 ราย ซึ่งได้รับการสุ่มเพื่อจัดกลุ่มแบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ใช้ลูกประคบ	- ได้นำมาใช้ในหน่วยงานและหน่วยงานอื่นในโรงพยาบาลที่มีมารดาหลังคลอด - ได้ตีพิมพ์ในวารสาร BREASTFEEDING

ผู้เล่าเรื่อง (Narrator)	เหตุการณ์ (Context)	เทคนิค/วิธีการ (Action)	ผลลัพธ์ที่ได้รับ (Result)
		<p>สมุนไพรจำนวน 250 ราย และกลุ่มควบคุมที่ใช้ผ้าประคบร้อน จำนวน 250 ราย เครื่องมือที่ใช้รวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบบันทึกส่วนบุคคล อาการตึงคัดเต้านมประเมินโดยใช้ visual analog scales อาการข้างเคียงและภาวะแทรกซ้อนจากการประคบจะมีการลงบันทึกและรวบรวมหลังการรักษา 24 ชั่วโมง การวิเคราะห์ข้อมูลโดยการเปรียบเทียบอาการตึงคัดเต้านมก่อนและหลังการดูแลในกลุ่มทดลองที่ใช้ลูกประคบสมุนไพร และเปรียบเทียบคะแนนการลดความเจ็บปวดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม</p>	<p>MEDICINE. Volume 13, Number 8. 2018. Mary Ann Liebert, Inc. DOI: 101089/bfm. 2018.0032</p>

### 6.สรุปความถี่ (ข้อมูลที่ได้มาจากข้อ 5.1 หรือ 5.2)

เรื่อง	จำนวนความถี่
เสนอให้มีการสอนประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่มารดาทุกราย	5
เสนอให้มีการสอนทำให้นมบุตรแก่มารดาทุกราย	1
เสนอให้มีการนวดเต้านมด้วยการใช้ผ้าขนหนูชุบน้ำอุ่นในมารดาที่มีอาการคัดตึงเต้านม	3
เสนอให้มีการนวดเต้านมด้วยตัวด้วยการใช้ลูกประคบสมุนไพร	4

### 7. Key Success Factor (ปัจจัยที่ทำให้ประสบความสำเร็จ สรุปจากกระบวนการจัดการความรู้ในข้อ.6 (โดยเรียงจากความถี่ที่ได้จากข้อ 6 จากความถี่มากที่สุดไปหาน้อยสุด)

1. การสอนประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แก่มารดาทุกราย
2. การสอนทำให้นมบุตรแก่มารดาทุกราย
3. การนวดเต้านมด้วยการใช้ผ้าขนหนูชุบน้ำอุ่นในมารดาที่มีอาการคัดตึงเต้านมไม่มาก
4. การนวดเต้านมด้วยตัวด้วยการใช้ลูกประคบสมุนไพรในมารดาที่มีอาการคัดตึงเต้านมมาก
5. สรุปในมารดาหลังคลอดทุกรายควรมีการสอนประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และสอนทำให้นมบุตร และหากมีอาการคัดตึงเต้านมเล็กน้อยควรนวดเต้านมด้วยการใช้ผ้าขนหนูชุบน้ำอุ่น และหากมีอาการคัดตึงเต้านมมากให้ใช้ลูกประคบสมุนไพรในการนวดเต้านม

## 8. นวัตกรรมหรือสิ่งที่ได้จากการจัดการความรู้ (กรุณาแนบหลักฐาน)

คู่มือ

แผ่นพับ

อื่นๆ นาระเบียบปฏิบัติเดิมมาทบทวนและสรุปข้อตกลงในการใช้ระเบียบปฏิบัติเพิ่ม

และ  มีการจัดทำเป็นงานวิจัย และได้ตีพิมพ์ในวารสาร BREASTFEEDING MEDICINE. Volume

13, Number 8. 2018. Mary Ann Liebert, Inc. DOI: 101089/ bfm. 2018.0032 และมีการเผยแพร่ความรู้ผ่านโปรแกรมหรือระบบต่างๆ..เมื่อวันที่ 16 มิถุนายน 2563..(ระบุ)... เพื่อการตรวจสอบ (พร้อมปริญ เอกสารแนบ หน้า website KM หน่วยงานมาด้วย)

## 9. ผลจากการดำเนินการทำกิจกรรม KM

1. อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวหกเดือน ปี พ.ศ. 2562 เท่ากับร้อยละ 51.07%

2. การเกิดเต้านมอักเสบในมารดาหลังคลอดลดลง จากปี พ.ศ. 2562 พบ 43 ราย

ปี พ.ศ. 2563 พบ 17 ราย

## 10. สรุปผลการนำเทคนิคไปปฏิบัติใช้

1. บุคลากรในหน่วยงานรับรู้ความเสี่ยงและเกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากประสบการณ์ที่เกิดขึ้นหน้างานจากบุคลากรทุกระดับ ประสบการณ์ในแต่ละบุคคลในการดูแลผู้ป่วย

2. ความสามัคคีในหน่วยงาน โดยเกิดขึ้นจากบุคลากรทุกระดับนำไปสู่การปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม ป้องกันความเสี่ยงในหน่วยงานได้

3. การยอมรับความคิดเห็นในแต่ละบุคคล/ทบทวนร่วมกัน

4. ยึดผู้ป่วยเป็นศูนย์กลางเพื่อให้การดูแลได้รับความปลอดภัยสูงสุด

5. การนำข้อมูล และหลักฐานเชิงประจักษ์ (EBP) มาใช้กับผู้ป่วย

## 11. After Action Review (AAR)

1. ท่านสามารถนำองค์ความรู้ไปพัฒนาหน่วยงานของท่านได้อย่างไร

- สามารถนำเทคนิควิธีการลดเต้านมอักเสบด้วยการใช้ลูกประคบสมุนไพรไปใช้กับมารดาที่มีอาการคัดเต้านมมาก

- ป้องกันการเกิดเต้านมอักเสบในมารดาหลังคลอด

- เพิ่มอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวหกเดือน

2. ท่านสามารถนำองค์ความรู้ไปพัฒนาองค์กรได้อย่างไร

- อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวหกเดือนเพิ่มขึ้น ซึ่งสนับสนุนนโยบายขององค์กร

- ได้จัดทำงานวิจัย และได้ตีพิมพ์ในวารสารต่างประเทศ ซึ่งทำให้ต่างประเทศได้รู้จักองค์กร

และเป็นที่ยอมรับในการทำวิจัย

## 12. ภาพประกอบการทำกิจกรรม



.....  
(นางสาวสุชาติ เกษสุวรรณ)  
หัวหน้างานการพยาบาลพิเศษ (8/1)



การนวดและประคบเต้านมด้วยสมุนไพร คือ การใช้ลูกประคบสมุนไพรที่นึ่งแล้วประคบบริเวณเต้านมที่คัดตึง พร้อมทั้งบีบน้ำนมออก

### วัตถุประสงค์

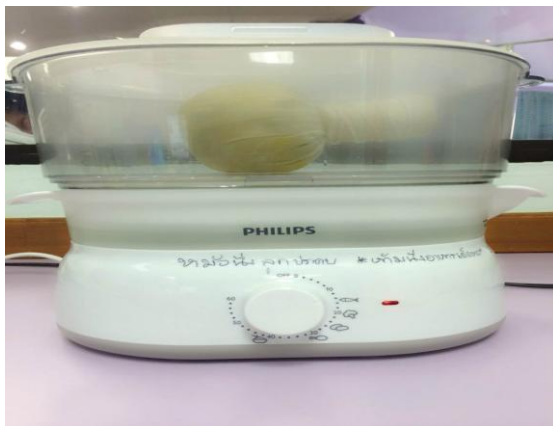
เพื่อลดอาการปวดและอาการคัดตึงเต้านม

### อุปกรณ์/เครื่องมือ

1. ลูกประคบสมุนไพร
2. ที่นึ่งลูกประคบ
3. ผ้าใช้ห่อลูกประคบสมุนไพร
4. เครื่องบีมนม
5. Cold pack

### วิธีการทำ

1. อธิบายให้ผู้ป่วยทราบวัตถุประสงค์และขั้นตอนการปฏิบัติ
2. กั้นม่านหรือปิดประตูให้มิดชิด
3. จัดให้ผู้ป่วยนั่งในท่าที่สุขสบาย
4. ต้มน้ำให้เดือดแล้วนำลูกประคบสมุนไพรไปนึ่งนาน 20 นาที ดังรูปที่ 1



### รูปที่ 1

5. ก่อนการนำลูกประคบสมุนไพรมาใช้ ประคบทดสอบความร้อนที่ท้องแขนหรือหลังมือของผู้ทำการประคบก่อน แสดงดังรูปที่ 2



### รูปที่ 2

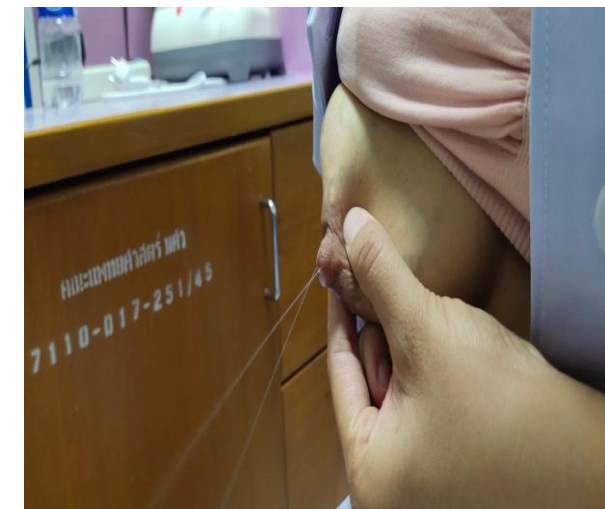
6. นำผ้าห่อลูกประคบสมุนไพรไปประคบเต้านม โดยในช่วงแรกที่ลูกประคบยังร้อนอยู่ ต้องประคบด้วยความเร็วโดยประคบแล้วนำลูกประคบออกทันทีโดยแตะลูกประคบแล้วยกขึ้น แต่เมื่อผ่านไป 3-5 นาทีเมื่อลูกประคบเริ่มคลายความร้อนสามารถวางลูกประคบได้นานขึ้น โดยช่วงเวลาวางและกดนวดที่เต้านมนาน 5 วินาที

คลึงลูกประคบให้ทั่วบริเวณเต้านมยกเว้นหัวนมและลานนม เปลี่ยนลูกประคบ 3 ครั้ง ใช้เวลาประคบทั้งสิ้นนาน 30 นาที แสดงดังรูปที่ 3



### รูปที่ 3

7. บีบน้ำนมด้วยมือหากลานนมตึงมาก เพื่อช่วยให้ทารกเข้าเต้าได้ง่ายขึ้น และบีมนมด้วยเครื่องบีมนมเพื่อช่วยระบายน้ำนมออกมา





8. ให้ทารกดูดนมบ่อยๆ ทุก 1-3 ชั่วโมง หากทารกเข้าเต้า ดูดไม่ได้ หรือมารดาจำเป็นต้องแยกจากทารก ควรใช้การบีบน้ำนมด้วยมือหรือปั๊มนมออกบ่อยๆ



9. ประคบเย็นหลังการให้ทารกกินนมนาน 20 นาที แสดงดังรูปที่ 4



รูปที่ 4

10. ใส่ชุดชั้นในที่พุงทรงขนาดเหมาะสม เพื่อรองรับน้ำหนักเต้านมที่ขยายและตึงคัต

#### ภาคผนวก

1. The American of Obstetricians and Gynecologist, American Academy of Pediatrics. Breastfeeding handbook for physician. 2<sup>nd</sup> edition. 2014.



### การนวดและประคบเต้านมด้วย ลูกประคบสมุนไพร



จัดทำโดย **หน่วยงานการพยาบาลหอผู้ป่วยพิเศษ  
8/1, คลินิกนมแม่**

โรงพยาบาลศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรม  
ราชกุมารี โทร. 037- 395085 ต่อ 10292