

ลูกกนิมนแม่ สุขภาพดีแก่ทั้งแม่และลูก

ออกอากาศ : เมื่อวันที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๔๕



“แม่มีความสำคัญ มีประโยชน์กับลูกมาก
เด็กทารกก็คือทรัพยากรมนุษย์ที่จะเติบโต
ไปข้างหน้าและเป็นพลังสำคัญของประเทศชาติ”

รองศาสตราจารย์เทวี โพธิมล
อดีตอาจารย์สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

พู่สมถะ : สวัสดีครับท่านผู้ฟัง พบกับรายการธนาคารสมองของคนไทย
กันอีกครั้งนะคะ ทางสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย
แห่งนี้ จากการนำเสนอเรื่องราวของเหล่าวุฒิสภาของโครงการ
ธนาคารสมองที่ผ่านมา ท่านผู้ฟังคงเห็นถึงความรู้ความสามารถ
และความเสียสละของผู้เข้ามาเป็นวุฒิสภา และสิ่งสำคัญคือ
พระมหากรุณาธิคุณของสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ
ที่ได้จุดประกายให้ “ธนาคารสมอง” เกิดขึ้น วันนี้ รายการ
ธนาคารสมองของคนไทยขอแนะนำท่านผู้ฟังไปพบกับวุฒิสภาอีก
ท่านหนึ่ง ท่านเป็นรองเลขาธิการสภาสตรีแห่งชาติ นายกสมาคม
พิทักษ์ประโยชน์ผู้บริโภค และสมาชิกสภาที่ปรึกษาเศรษฐกิจ
และสังคมแห่งชาติ รองศาสตราจารย์เทวี โพธิมลละ ครับ



อุทัยอาสา : เห็นว่ายังมีแรงที่จะช่วยทำงานเพื่อสังคมได้ และในระหว่างที่ทำงานรับราชการอยู่ ในเรื่องต่างๆ ก็ได้สัมผัสกับชุมชน และเห็นว่า ชุมชนในชนบทโดยเฉพาะชุมชนในชนบทที่ห่างไกล ก็ยังต้องการที่จะได้รับสิ่งต่างๆ จากคนที่มีความรู้ ความสามารถ ยังขาดความเข้าใจในเรื่องต่างๆ รวมทั้งการเลือกซื้อเครื่องใช้สิ่งของในชีวิตประจำวันที่เป็นพื้นฐานสำคัญในการครองชีพ และเรื่องของสุขภาพอนามัยในชีวิตประจำวันด้วย ก็เลยคิดว่าเรามีความรู้ ความสามารถเรื่องนี้ มีประสบการณ์เรื่องนี้ ก็อยากมาเผยแพร่ให้ความรู้กับชุมชนชนบทที่เขาต้องการ

พิธีง : เมื่อเข้ามาร่วมในโครงการธนาคารสมอง มีการทำกิจกรรมอะไรไปบ้างแล้วหรือเปล่าคะ

อุทัยอาสา : สำหรับทางธนาคารสมองยังไม่ได้เริ่มกิจกรรมอะไร เพียงแต่เสนอความเห็นมาทางธนาคารสมองว่ามีความพร้อมที่จะเผยแพร่ความรู้กับผู้บริโภค ก็เสนอโครงการมาเป็นโครงการฝึกอบรมชุมชน ซึ่งธนาคารสมองก็มีเรื่องนี้อยู่แล้ว ถ้าเป็นทางด้านการให้ความรู้ทางวิทยุกระจายเสียงก็จะเป็นแนวทางหนึ่งเหมือนกันที่จะทำได้ ก็เลยยินดีที่จะมาร่วมในโครงการนี้

พิธีง : ในฐานะที่ท่านอาจารย์เคยเป็นรองศาสตราจารย์สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ขอเรียนถามท่านอาจารย์ถึงคำแนะนำในเรื่องการกินนมแม่เพื่อสุขภาพดีทั้งแม่และลูกค่ะ

อุทัยอาสา : คือ ตั้งแต่อยู่ที่นั่นมา เราก็เคยเป็นตัวแทนจัดประชุมนานาชาติที่มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช เรื่องนมแม่ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ความจริงกระทรวงสาธารณสุขมีหน้าที่



รับผิดชอบเรื่องนี้และส่งเสริมเรื่องนี้มาตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๓๕ แล้ว และส่งเสริมให้มีโรงพยาบาลสายสัมพันธ์แม่ลูก คือพยายามที่จะส่งเสริมให้ทารกที่เกิดใหม่ได้กินนมแม่มากที่สุด เพราะนมแม่มีความสำคัญมีประโยชน์กับลูกมาก เด็กทารกก็คือทรัพยากรมนุษย์ที่จะเติบโตไปข้างหน้า และเป็นพลังสำคัญของประเทศชาติ



นมแม่เริ่มต้นก็จะมีที่บางคนเรียกว่า นมน้ำเหลือง ภาษาอังกฤษเรียกว่า Colostrum ที่แท้จริงก็คือหัวน้ำนมที่จะสร้างภูมิคุ้มกันต้านทานโรคให้เด็กทารกวัยแรกเกิด ถ้าขาดนมประเภทนี้ก็จะทำให้เด็กรับโรค

ติดเชื้ออะไรได้ง่ายๆ เราถึงพยายามรณรงค์ส่งเสริมเรื่องนี้กันมาก ซึ่งมาในระยะหลังก็เกิดกระแสบริโภคนิยม หรือว่าความสะดวกลบง่ายต่างๆ ที่มาเป็นอุปสรรคขัดขวางในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากขึ้น โดยน่านมผงมาอำนวยความสะดวกในการเลี้ยงลูกก็อำนวยความสะดวกได้ในขั้นหนึ่ง แต่อาจจะเกิดการแทรกซ้อน เพราะว่ามี การปนเปื้อนจุลินทรีย์ได้ ถ้าคนไม่เข้าใจในการชงนมก็อาจทำให้จุลินทรีย์ปนเปื้อนได้ง่ายๆ เป็นโรคแทรกซ้อนได้ง่าย

พริ้ง : เมื่อสักครู่นี้ท่านอาจารย์บอกว่า นานนมแม่ หัวน้ำนม จะเป็นภูมิคุ้มกันให้ลูกได้นานแค่ไหนคะ

อุบลอาส : ก็เป็นภูมิคุ้มกันได้ตลอดเลยคะ ถ้าเริ่มต้นให้หัวน้ำนมก็จะสร้างภูมิคุ้มกันไปตลอดชีวิต จะสังเกตได้ว่าในระยะหลังเด็กที่ไม่ได้



กินนมแม่ก็จะมีภูมิต้านทาน ขาดภูมิต้านทาน ที่เรามักจะพบเสมอในระยะหลังจะเป็นโรคภูมิแพ้มาก ซึ่งแตกต่างกับสมัยก่อนที่เราเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก็ไม่มีเรื่องของโรคภูมิแพ้

พิธีณ : ความสำคัญของนมแม่จะมีผลต่อเศรษฐกิจและสังคมด้วย ใช่ไหมคะ

อุบลอาสา : แน่นนอนเลยคะ เพราะว่านมแม่เราไม่ได้ไปซื้อไปหาจากไหน เปิดเต้าก็ให้นมลูกดื่มได้และสะอาด ปลอดภัย ถ้าแม่มีเหงื่อไคล ก็อาจเช็ด อาบน้ำ หรือล้างเหงื่อไคลของตัวเอง แต่ก็ปฏิบัติตามธรรมชาติ ก็เหมือนสัตว์ที่เลี้ยงลูกด้วยน้ำนมทั่วไป เขาก็กินนมแม่ของเขา ก็เป็นไปตามธรรมชาติ เขาก็ไม่ได้ล้างอะไร เราเป็นสัตว์ที่เจริญแล้ว เรารู้จักรักษาความสะอาดเพิ่มมากขึ้น จะช่วยให้เราดูแลความสะอาดได้ง่ายกว่าที่เราจะไปซังนมผงมาให้ลูกดื่ม ไนน์จะต้องทำความสะอาดขวดนม ไนน์จะต้องสัดส่วนที่ใช้ หลายเรื่องที่มีมันเกิดความแทรกซ้อนเรื่องความสะอาด เรื่องจุลินทรีย์เข้ามาปนเปื้อนได้ง่าย

พิธีณ : นี่เป็นผลทางเศรษฐกิจที่เห็นได้ชัดในเรื่องของการประหยัด

อุบลอาสา : ใช่คะ ประหยัด

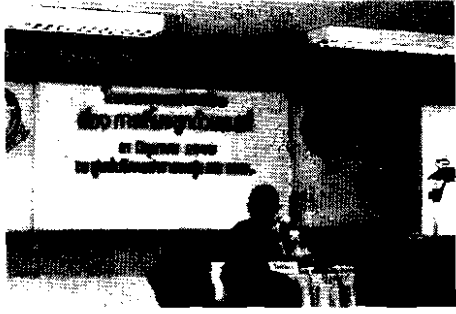
พิธีณ : สามารถให้ลูกดื่มได้ตลอดเวลาถ้าลูกอยู่กับตัว

อุบลอาสา : ใช่คะ ไม่ต้องไปซื้อหาที่ไหน

พิธีณ : ในส่วนของทางสังคมละคะ

อุบลอาสา : ทางสังคมสำคัญอย่างยิ่งเลยนะคะ แม่กับลูกได้สัมผัสกัน ในระหว่างที่แม่ให้นมลูก แม่ก็จะสังเกตลูก ลูกก็จะสังเกตแม่ ได้





รับความอบอุ่นที่เรียกว่าสื่อ
สายสัมพันธ์ทางด้านสัมผัสกัน
ทำให้แม่ได้สังเกตลูกว่ามีอะไร
ผิดปกติที่ไหนอย่างไร ก็จะเป็น
ไปตามธรรมชาติ แก้ไขได้ทัน
ท่วงทีเมื่อมีอะไรเกิดขึ้นผิดปกติ
ไป ถ้าไปให้นมขวดตีมและทิ้ง

ให้ลูกตีเอง สำลักเมื่อไรก็ไม่รู้ ระหว่างที่ให้นมแม่ แม่ก็
จะสะกิดสะเกากลูบไล้ตามตัวลูกก็เกิดความอบอุ่น ลูกก็จะคล้า
ตัวแม่ ก็เป็นการเพิ่มสายสัมพันธ์ การสัมผัสสร้างสายใยความ
อบอุ่น ความรักระหว่างแม่กับลูกได้เป็นอย่างดี โดยเฉพาะ
ถ้าพ่อได้มาดูแลลูกใกล้ชิด ก็จะเป็นสายสัมพันธ์ในระหว่าง
ครอบครัวได้

พริท : อย่างนี้พ่อจะสรุปได้ไหมคะว่านมแม่ช่วยในการพัฒนาทรัพยากร
มนุษย์ด้วย

อุษาส : แน่นอ้นคะ ไม่มีใครที่จะปฏิเสธได้ว่าสิ่งนี้เป็นทรัพยากร
ที่ดี เป็นการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่ดีของประเทศชาติเพราะ
สร้างการเจริญเติบโตทางสมอง ทารกเป็นมนุษย์ที่มีคุณค่า ทาง
ด้านสายสัมพันธ์ ก็จะทำให้แก้ปัญหาในที่เรามีปัญหา เวลานี้
ก็ทราบกันอยู่ว่าเด็กไม่มีสายสัมพันธ์กับพ่อแม่ ในครอบครัว
เด็กก็จะห่างไกลไป และก็จะไปเอาอย่างคนอื่นในสังคม ทำ
ให้เกิดความห่างเหินกัน ไม่มีความเข้าใจกันลึกซึ้งเพียงพอ เกิด
การแตกแยก เกิดปัญหาสังคม เกิดปัญหายาเสพติด เกิด
ปัญหาความก้าวร้าวมากมาย

พริท : ในเรื่องภาวะการพัฒนาของเด็ก ดีกว่านมผงหรือเปล่านั้น



วุฒิวาส : แน่นอนค่ะ จะช่วยพัฒนาการของเด็กตามธรรมชาติได้ดี อย่างที่เล่าให้ฟังเมื่อสักครู่ที่แม่จะสังเกตลูกได้ตลอดเวลา เมื่อใกล้ชิดกันก็จะรู้ว่าภาวะการพัฒนากิจจะเป็นไปตามขั้นตอนหรือเปล่า แม่จะได้เฝ้าดูดูแลและศึกษาหาความรู้ คุยกันเพิ่มเติมไปเรื่อยๆ ว่าอะไรผิดปกติขึ้นมาเราก็ปรึกษาหารือกันได้

ผู้ประกาศ : นี่คือความรู้อีกด้านหนึ่งจากกลุ่มวุฒิวาสโครงการธนาคารสมองธนาคารแห่งความรู้และประสบการณ์ ที่รวบรวมมันสมองอันมีคุณค่าของผู้สูงอายุไว้อย่างไม่จำกัดนั่นเอง

