



การเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด



การเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดคืออะไร



การเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด หมายถึง การเจ็บครรภ์ก่อนที่อายุครรภ์จะครบ 37 สัปดาห์ โดยปกติ คุณแม่ตั้งครรภ์จะต้องมีอายุครรภ์ 37-41 สัปดาห์จึงจะเรียกว่า การคลอดแบบครบกำหนด แต่หากมีการคลอดก่อนอายุครรภ์ครบ 37 สัปดาห์จะเรียกว่า คลอดก่อนกำหนด ซึ่งการคลอดก่อนกำหนดนั้น มักเป็นสาเหตุที่ทำให้ทารกเสียชีวิต พิการ หรือมีโรคประจำตัวได้ และยังมีผลต่อฐานะเศรษฐกิจครอบครัว เพราะต้องมียาใช้จ่ายในการดูแลสุขภาพของเด็กในระยะยาว



การคลอดก่อนกำหนดเกิดขึ้นได้อย่างไร

ปัจจัยที่ทำให้คลอดก่อนกำหนดนั้นมีหลายอย่าง เช่น เคยมีประวัติคลอดก่อนกำหนดมาก่อน คุณแม่มีโรคประจำตัวหรือได้รับการผ่าตัดขณะตั้งครรภ์ มีการติดเชื้อของทารกในครรภ์ คุณแม่มีการติดเชื้อในระบบทางเดินปัสสาวะ การตั้งครรภ์แฝด คุณแม่มีภาวะเครียด หรือมีความผิดปกติของมดลูกและปากมดลูก รกเกาะต่ำ รกลอกตัวก่อนกำหนด คุณแม่สูบบุหรี่หรือใกล้ชิดคนที่สูบบุหรี่ คุณแม่ดื่มสุราหรือใช้สารเสพติดอื่นๆ เป็นต้น

สัญญาณอันตราย

เมื่อจะมีการคลอดเกิดขึ้น ต้องมีการเจ็บครรภ์มาก่อน อาการเจ็บครรภ์ เกิดจาก การหดตัวของมดลูกเป็นระยะๆ และสม่ำเสมอ (1-2 ครั้ง ใน 10 นาที เกิดนานครั้งละมากกว่า 30 วินาที) คุณแม่จะมีอาการท้องป่องแข็งเป็นพักๆ อาจรู้สึกปวดท้อง คล้ายปวดประจำเดือน ปวดหลังส่วนต่างๆ หรือปวดหน่วงในช่องคลอด ยิ่งใกล้คลอด การหดตัวของมดลูกจะถี่ขึ้น ทำให้คุณแม่เกิดอาการเจ็บครรภ์ มากขึ้นเรื่อยๆ คุณแม่อาจสังเกตตนเอง ว่ามีน้ำเดินหรือมูกปนเลือดออกทางช่องคลอด หากมีอาการเหล่านี้ต้องรีบไปโรงพยาบาลทันที



การป้องกัน

- ◆ พักผ่อนให้เพียงพอ ลดการทำงานหนัก
- ◆ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์
- ◆ งดสูบบุหรี่ งดดื่มสุราและการใช้สารเสพติดอื่นๆ
- ◆ หลีกเลี่ยงการกลั้นปัสสาวะเพื่อป้องกันการติดเชื้อในระบบทางเดินปัสสาวะ
- ◆ ในคุณแม่ที่มีประวัติการคลอดก่อนกำหนดควรตรวจครรภ์เป็นประจำในช่วงอายุครรภ์ 20-36 สัปดาห์
- ◆ มาฝากครรภ์ตามนัด
- ◆ สังเกตอาการที่สงสัยว่าจะคลอดก่อนกำหนด หากมีอาการให้รีบมาพบแพทย์ก่อนนัดทันที

เรียบเรียงโดย นพ.ญา งามพสุธาคล
ห้องฝากครรภ์
โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่