

ทุกการตั้งครรภ์มีความเสี่ยง



ภาวะคลอดก่อนกำหนด

การคลอดก่อนกำหนด (Preterm Labor) เป็นภาวะการคลอดก่อนอายุครรภ์ครบ 37 สัปดาห์

สัญญาณเตือน!

ต้องรีบไปพบแพทย์ทันที

ท้องแข็ง ท้องป็น ลูกดิ้นน้อยลง

ปวดบั้นเอว เจ็บหน้าท้องน้อย

มีน้ำใส หรือเลือดออก แม้มิใช่เจ็บท้อง



ผลกระทบ ต่อมารดาและเด็กในครรภ์



มารดา

โดยปกติแล้วมักจะไม่มียันตรายร้ายแรงหากไม่มีโรคแทรกซ้อน แต่คุณแม่จะมีน้ำหนักต่ำ หรือมีน้ำหนักน้อย เนื่องจากร่างกายยังไม่พร้อม หลังคลอดให้ดูแลตัวเองเหมือนคนคลอดตามปกติ

เด็กในครรภ์

ภาวะแทรกซ้อนทางสุขภาพ เช่น ปัญหาการหายใจ เลือดออกในสมอง ปัญหาทางสายตา และการติดเชื้อ ไปจนถึงปัญหาการพัฒนากายในระยะยาว เช่น ความบกพร่องทางระบบประสาท และการเจริญเติบโตช้า

สาเหตุ / ปัจจัยเสี่ยง

เกิดได้จากหลายปัจจัยร่วมกัน

เช่น

- มดลูกขยายตัวมากเกินไป เช่น ครรภ์แฝด ภาวะน้ำคร่ำมากกว่าปกติ เป็นต้น
- มดลูกมีความผิดปกติแต่กำเนิด เช่น ปากมดลูกสั้น
- ดื่มเหล้า สูบบุหรี่ ใช้สารเสพติดขณะตั้งครรภ์
- มีประวัติเคยคลอดก่อนกำหนด ส่งผลให้ ครรภ์ต่อมาเกิดการคลอดก่อนกำหนดมากขึ้น
- การอักเสบในช่องคลอด
- ติดเชื้อในร่างกาย เช่น การติดเชื้อในทางเดินปัสสาวะ
- ฟันผุและการอักเสบของเหงือก

คำแนะนำ

ควรฝากครรภ์ ตั้งแต่ระยะแรกของการของการตั้งครรภ์และพบแพทย์อย่างสม่ำเสมอ



ดื่มน้ำสะอาด วันละ 2-3 ลิตร



พักผ่อนให้มากที่สุด ควรงดทำงานหนัก



หลีกเลี่ยงสภาวะที่ทำให้เกิดความเครียด



หลีกเลี่ยง อาหารรสจัด และอาหารที่มีไขมันสูง



หลีกเลี่ยง การใช้สารเสพติดหรือสูบบุหรี่



พบสูติแพทย์ตามนัดทุกครั้ง



ไม่ควรกลั้นปัสสาวะ



ไม่ควรขับรถจักรยานยนต์ หรือ นั่งรถเดินทางเป็นระยะเวลานาน

ภาวะคลอดก่อนกำหนด (Preterm Labor) คือภาวะที่ปากมดลูกเปิด เป็นผลมาจากการหดตัวและขยายตัวของมดลูก การคลอดตั้งแต่อายุครรภ์ 20 สัปดาห์ จนถึงก่อนอายุครรภ์ 37 สัปดาห์ หรือคลอดก่อน 259 วัน การรกแรกเกิดที่มีอายุครรภ์น้อยกว่า 37 สัปดาห์ มีโอกาสเสียชีวิตสูง รวมถึงยังมีโอกาสพบภาวะแทรกซ้อนอื่นๆ เช่น ปอดทำงานไม่ดี มีภาวะเลือดออก ในสมองมีภาวะเลือดออกในลำไส้ส่งผลให้การรก มีความพิการในช่วงหลังคลอด บางรายจะมีพัฒนาการล่าช้าหากการรกนั้น มีความพิการ ครรภ์ และภาครัฐต้องเสียค่าใช้จ่ายเพื่อการฟื้นฟูสภาพร่างกายและดูแล รักษาต่อเนื่องไม่น้อยกว่า 4 - 5 ปี

1 วัน ก็มีความหมายต่อพัฒนาการของหัวใจ ปอดและสมอง

