

# ກາວະຄຣຖົກລອດ ກ່ອນກໍາໜັດ



## ปัจจัยเสี่ยงที่เกิด จากแม่

การคลอดก่อนกำหนด คือ การคลอดที่เกิดขึ้นก่อนอายุครรภ์ 37 สัปดาห์ การคลอดที่มีอายุครรภ์น้อยกว่า 37 สัปดาห์ มีโอกาสเสียชีวิตสูง รวมถึงยังมีโอกาสพบรากะซ้อนอีกด้วย ปอตทำงานไม่ดี มีภาวะเลือดออกในสมองมีภาวะเลือดออกในลำไส้ส่งผลให้การมีความพิการในช่วงหลังคลอด

บางรายจะมีพัฒนาการล่าช้าหากการถ่ายน้ำมีความพิการ ครอบครัว และภาครัฐต้องเสียค่าใช้จ่ายเพื่อการฟื้นฟูสภาพร่างกายและดูแลรักษาต่อเนื่องไม่น้อยกว่า 4 - 5 ปี

- แม่คลอดก่อน 37 สัปดาห์ อายุครรภ์ยังน้อย ปัญหาขึ้นมาก ภาวะแทรกซ้อนยิ่งเยอะ
  - แม่อายุต่ำกว่า 16 ปี และแม่อายุมากกว่า 35 ปี
  - แม่เป็นไข้ ติดเชื้อ หรือมีน้ำเดินก่อนคลอดนานมากกว่า 18 ชั่วโมง
  - แม่ป่วยดลูกสัnnอาจคลอดก่อนกำหนด
  - แม่มีโรคประจำตัว เช่น หัวใจ เบาหวาน ฯลฯ
  - แม่เคยมีประวัติคลอดก่อนกำหนดมาแล้ว
  - แม่ตกเลือดหรือครรภ์เป็นพิษ
  - แม่มีครรภ์เฝด
  - แม่มีความผิดปกติของมดลูก มดลูกมีผนังพังฝึกกัน หรือมีเนื้องอกมดลูก ทำให้เต็กโট่าไม่เต็มที่



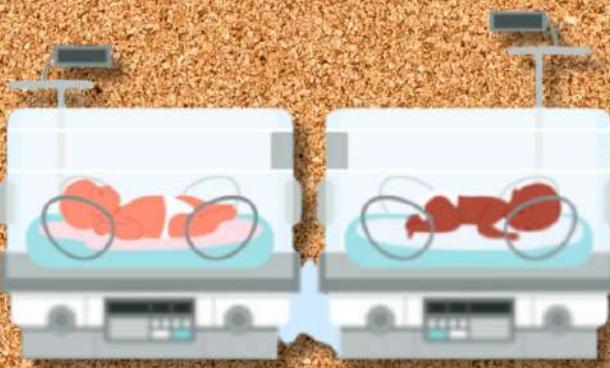
## ปัจจัยเสี่ยงที่เกิดจาก

### การก



- การกมีความพิการหรือโรคทางพันธุกรรมบางชนิด
- การกเติบโตชาในครรภ์

## ผลกระทบเมื่อเด็กคลอด ก่อนกำหนด



แตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับอายุครรภ์ โดยทั่วไปที่พบ ได้แก่

- ขาดออกซิเจน หายใจลำบาก หายใจลำบาก
- เลือดออกในโพรงสมอง
- ความเข้มข้นของเลือดต่ำ ซีด
- ภาวะโรคปอดเรื้อรัง
- ระดับน้ำตาลในเลือดต่ำ
- จบประสาทตาเจริญเติบโตไม่ดี
- โรคหัวใจพิการแต่กำเนิด มีช่องเปิดระหว่างหลอดเลือดหัวใจใหญ่ทั้งสองเส้น (Patent Ductus Arteriosus – PDA) โดยปกติจะต้องปิดภายใน 24 ชั่วโมงหากไม่ปิดหัวใจจะทำงานหนัก มีโอกาสเกิดหัวใจวาย



## ទូលេរកប្រាប់គោលចំណាំ

ກຳນົດ



- ด้านการหมายใจ กีฬากุญแจแพทย์สาขาวิชาการกแรกเกิดจะทำการให้สารเคลือบปอดเพื่อให้น้ำยาใจได้เองเร็วขึ้นและลดระยะเวลาการใส่ท่อช่วยหายใจโดยจะต้องรักษาอุณหภูมิในระดับปกติ ไม่สูงหรือน้อยเกินไป
  - ด้านโภชนาการ มีการให้สารอาหารพิเศษทางเส้นเลือด ทั้งโปรตีน ไขมัน วิตามิน เกลลีอแร่ต่าง ๆ เพื่อป้องกันภาวะขาดสารอาหารตั้งแต่สัปดาห์แรกจนถึงเวลาที่เด็กเริ่มกินได้เอง ซึ่งการเริ่มให้สารอาหารอย่างรวดเร็วจะทำให้การกมีโภชนาการที่ดี ช่วยส่งเสริมการเจริญเติบโตและพัฒนาการให้เด็กมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้นมแม่สำคัญมาก ช่วยลดอัตราการเกิดลำไส้อักเสบในการกแรกเกิดได้ด้วย
  - ด้านหัวใจ มีการตรวจเช็คและดูแลรักษาอย่างเหมาะสม โดยสามารถรักษาได้ด้วยยา หรือการผ่าตัดผูกเส้นเลือด ซึ่งเป็นการผ่าตัดที่มีความเสี่ยงต่ำ
  - ด้านสมอง แพทย์จะทำการอัลตราซาวน์ด้วยในสัปดาห์แรกหลังคลอด 1 ครั้ง และก่อนกลับบ้าน 1 ครั้ง เพื่อตรวจเช็คความเสี่ยงภาวะเลือดออกในสมอง
  - ด้านดวงตา แพทย์จะทำการตรวจคัดกรองดวงตา จดประสาทตาว่ามีความผิดปกติของเส้นเลือดจอประสาทตาหรือไม่ หากพบความผิดปกติจะต้องทำการรักษาอย่างเหมาะสม
  - ด้านกระดูก การยกก้อนกำหนดมาก ๆ อาจมีความเสี่ยงต่อภาวะกระดูกบาง หากพบว่ามีภาวะกระดูกบาง แพทย์จะพิจารณาเสริมแคลเซียมและวิตามินดีให้กับการก



## การป้องกัน



ภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดไม่สามารถป้องกันได้ แต่การดูแลสุขภาพคุณแม่ตั้งครรภ์มีส่วนช่วยส่งเสริมสุขภาพครรภ์ให้แข็งแรง

- พบรูตินเริ่มแพกาย์ตามนัดทุกรรังสี ปรึกษาแพกาย์หากมีอาการที่กำให้กังวลใจ
- รับประทานอาหารที่มีประโยชน์
- หลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติดหรือสูบบุหรี่
- หากมีโรคประจำตัว ควรแจ้งแพกาย์และดูแลควบคุมอาการของโรค
- หลีกเลี่ยงการตั้งครรภ์ที่เว้นระยะห่างระหว่างตั้งครรภ์น้อยกว่า 6 เดือน หรือมากกว่า 59 เดือน
- ดูแลควบคุมโรคประจำตัวหากมี

## การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและดูแลรักษาตัวเองที่บ้าน

อาการท้องแข็งเนื่องจากความลูกน้ำรั่ดตัวหรือการเจ็บครรภ์หลอกเป็นอาการปกติที่เกิดขึ้นได้ หากเริ่มมีอาการที่น่าสงสัย คุณแม่ตั้งครรภ์อาจลองเดิน นอนพัก หรือเปลี่ยนท่าทาง เพื่อดูว่าอาการหายไปหรือไม่ หากอาการหลั่งตัวของมูลูกไม่บรรเทาลง นั่นอาจเป็นสัญญาณของภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด

การพักรักษาอยู่บ้านเตียง (Bed rest) ในครรภ์ที่ไม่มีปัจจัยเสี่ยงอื่นๆ ไม่ช่วยลดความเสี่ยงของภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด และอาจทำให้กล้ามเนื้อไม่แข็งแรง เกิดภาวะลิ่มเลือดอุดตัน และรู้สึกหนาหู



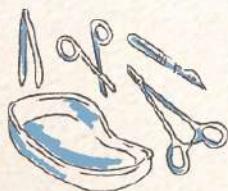


## การรักษา

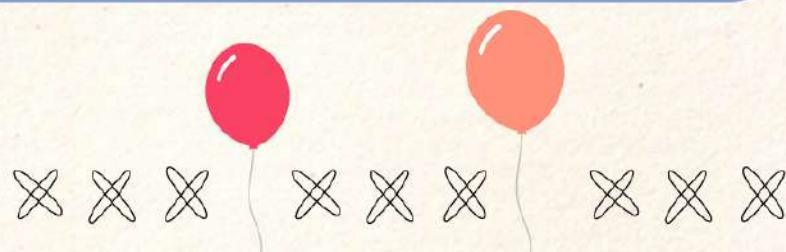


ไม่มียาหรือการรักษาใด ๆ ที่สามารถช่วยการคลอดได้ แต่แพทย์อาจจ่ายยาเพื่อช่วยอาการดังต่อไปนี้

- ยาคอร์ติโคสเตียรอยด์ช่วยเร่งการเจริญของปอดของทารก แพทย์อาจใช้ยาคอร์ติโคสเตียรอยด์ในคุณแม่ที่มีอายุครรภ์ 23-34 สัปดาห์ที่มีความเสี่ยงที่จะคลอดบุตรภายใน 1-7 วันข้างหน้า หรือมีความเสี่ยงที่จะคลอดบุตรระหว่างที่มีอายุครรภ์ 34-37 สัปดาห์
- แมgnีเซียมซัลเฟตอาจช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดความพิการทางสมองของทารกได้ โดยเฉพาะในการทารกที่เกิดก่อนอายุครรภ์จะครบ 32 สัปดาห์
- ยาโกลิโคไซติกส์หรือยาหยับยั้งไม่ให้มดลูกขนาดตัว ช่วยชะลอการหัดตัวของมดลูกออกไประย่างน้อย 48 ชั่วโมง เพื่อให้ปอดของทารกในครรภ์ได้รับการกระตุ้นจากยาคอร์ติโคสเตียรอยด์ผ่านทางมารดาอย่างไรก็ตาม ไม่แนะนำให้ใช้ยาโกลิโคไซติกส์หากมีอาการภาวะความดันโลหิตสูงเนื่องจากการตั้งครรภ์



## การผ่าตัด



หากคุณแม่ตั้งครรภ์มีความเสี่ยงที่จะคลอดก่อนกำหนดเนื่องจากความลูกสั้น โดยเฉพาะในรายที่อายุครรภ์น้อยกว่า 24 สัปดาห์ มีประวัติคลอดก่อนกำหนด หรือปากมูลูกเปิด หรือคอมมูลูกสั้นกว่า 25 มิลลิเมตร แพทย์อาจทำการเย็บผูกปากมูลูก โดยแพทย์จะตัดไขมอกรากเมื่ออายุครรภ์ครบ 36 สัปดาห์หรือเร็วกว่านั้นหากจำเป็น





## การใช้ยา



ในรายที่มีประวัติการคลอดบุตรก่อนกำหนด แพทย์อาจให้การรักษาโดยการให้ยาออร์โมนโปรเจสเตอโรน ในรูปแบบยาฉีดก็เรียกวันว่า ไฮดรอกซีโปรเจสเตอโรน ค่าโปรเจต ในการช่วงไตรมาสที่ 2 จนไปถึงสัปดาห์ที่ 37 แพทย์อาจใช้ยาออร์โมนโปรเจสเตอโรนแบบสอดทางช่องคลอดในรายที่พบว่าคอมลูกสั่น ตั้งแต่ก่อนสัปดาห์ที่ 24 โดยการใช้ยาออร์โมนโปรเจสเตอโรนทางช่องคลอดได้ผลดีเทียบเท่ากับการเข็บผูกปักษ์คอมลูก



## พ่อแม่ช่วยเสริมพัฒนาการลูก

พ่อแม่สามารถช่วยส่งเสริมพัฒนาการเจ้าตัวเล็กคลอดก่อนกำหนดได้ระหว่างที่อยู่โรงพยาบาลด้วยการอุ้มและสัมผัสด้วยการกอดแบบบิงโโล้ Kangaroo Care เนื้อแนบเนื้อตามคำแนะนำของแพทย์ การทำ Kangaroo Mother Care ช่วยเพิ่มอัตราการเต้นของหัวใจการกิน oxy ในเกณฑ์ปกติ ทำให้อัตราการหายใจคงที่ ควบคุมอุณหภูมิให้เหมาะสม เพิ่มน้ำหนักตัวและการเจริญเติบโตของการก ลดความเจ็บปวดและความเครียดของการก ทำให้หลับได้นานขึ้น ที่สำคัญช่วยลดระยะเวลาในการอยู่โรงพยาบาล และสิ่งสำคัญที่ควรทำความคุ้นเคยไป คือการให้นมแม่โดยการถูดจากเต้าเมื่อการนมีความพร้อม เพื่อเพิ่มความผูกพันระหว่างการกับมารดา



การกอดแบบบิงโโล้  
Kangaroo Care

