

5 สัญญาณอันตราย เสียงคลอตก่อนกำหนด



5 สัญญาณอันตราย เสียงคลอตก่อนกำหนด

การตั้งครรภ์ส่วนใหญ่ จะครบกำหนดที่ 38-41 สัปดาห์ หรือประมาณ 9 เดือน โดยเฉลี่ย หากคลอดก่อน 37 สัปดาห์ทางการแพทย์ ถือว่า คลอดก่อนกำหนด แต่ทารกที่คลอดตั้งแต่อายุครรภ์ 36 สัปดาห์ขึ้นไป ส่วนใหญ่จะไม่พบปัญหาหรือความผิดปกติใด ๆ แต่ทารกที่ประสบปัญหา คือ ทารกที่คลอดก่อนกำหนดมาก ๆ ทำให้ทารกมีน้ำหนักตัวน้อย ภาวะคลอดก่อนกำหนดถือเป็นหนึ่งในปัจจัยเสี่ยงของคุณแม่ตั้งครรภ์ ถือเป็นภาวะที่มีโอกาสเกิดขึ้นได้กับผู้หญิงทุกคน

- มีอาการปวดท้องต่อเนื่องกัน หรืออาจจะเป็นระยะๆ เนื่องจากทารกตัวขมุกขมูง
- มีอาการปวดหลังจนถึงช่วงล่าง โดยจะรู้สึกปวดร้าวไปจนถึงตามขาบริเวณแกนขา รวมถึงการปวดท้อง
- รู้สึกลูกดิ้นน้อยกว่าปกติ
- มีเลือดออกทางช่องคลอด
- มีน้ำไหลออกจากช่องคลอด หรือมีระดูขาวออกมา บางครั้งอาจจะมีมูกปนเลือดออกมาด้วย



การลดความเสี่ยงจากภาวะคลอดก่อนกำหนด

- ใช้อินสูรสาวะ เพราะอาจทำให้เกิดการติดเชื้อในกระเพาะปัสสาวะได้ และยังสร้างความระคายเคืองให้มดลูก ทำให้มดลูกบีบตัว และอาจจะทำให้กระเพาะปัสสาวะอักเสบได้
- รักษาโรคช่องคลอดอักเสบ หากคุณแม่มีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคช่องคลอดอักเสบ ควรรีบเข้ารับการรักษา เพื่อป้องกันผลวิจัยระบุว่า ผู้หญิงที่เป็นโรคช่องคลอดอักเสบ หากได้รับการรักษาที่ถูกต้อง สามารถลดความเสี่ยงในการคลอดก่อนกำหนดได้
- รักษาสุขภาพเหงือก เนื่องจากโรคเหงือกเป็นอีกหนึ่งสาเหตุที่ทำให้คุณแม่อาจเกิดภาวะคลอดก่อนกำหนด ดังนั้นควรแปรงฟัน ใช้น้ำไหมขัดฟัน ไปพบหมอฟันอย่างน้อย 1 ครั้งระหว่างตั้งครรภ์
- ดื่มน้ำเยอะ ๆ เพื่อให้ร่างกายไม่ขาดน้ำ และรักษาความชุ่มชื้นของร่างกาย เพราะหากร่างกายขาดน้ำอาจเป็นอีกหนึ่งสาเหตุที่ทำให้เกิดภาวะคลอดก่อนกำหนดได้
- รับประทานอาหารที่มีประโยชน์
- ทานวิตามินสำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์

ความเสี่ยงที่จะเกิดกับแม่และทารกในครรภ์ หากเป็นการคลอดก่อนกำหนด

- ความเสี่ยงที่เพิ่มขึ้นกับทารก ทารกที่คลอดก่อนกำหนดร่างกายมักจะยังเจริญเติบโตไม่ครบสมบูรณ์ โดยเฉพาะปอดและระบบทางเดินหายใจที่ยังไม่โตเต็มที่ หลังคลอดทารกจึงต้องอาศัยอยู่ในตู้อบปรับอุณหภูมิ ซึ่งอยู่กับระยะเวลาที่คลอดก่อนกำหนด เพื่อช่วยให้ทารกสามารถหายใจได้ และต้องอาศัยอยู่ในตู้อบปรับอุณหภูมิ จนกว่าจะสามารถปรับตัวให้อุณหภูมิห้องและหายใจในอากาศปกติได้
 - ความเสี่ยงที่เพิ่มขึ้นกับคุณแม่ โดยปกติแล้วคุณแม่ไม่มีอันตรายร้ายแรงหากไม่มีโรคแทรกซ้อน แต่คุณแม่ก็จะมีน้ำนมชา หรือน้ำนมน้อย เนื่องจากร่างกายยังไม่พร้อม หลังคลอดให้คุณแม่ดูแลตัวเองเหมือนคนคลอดตามปกติ
- อาการต่างๆ ที่กล่าวมานี้สามารถเกิดได้กับคุณแม่ตั้งครรภ์ทุกคน โดยเฉพาะคุณแม่ที่ครรภ์ใกล้ครบกำหนดคลอด ซึ่งอาการเหล่านี้อาจเป็นสัญญาณเตือนให้เราไม่ประมาทใจจนเกินไป ซึ่งอย่างไรก็ดีถ้าเราต้องการที่จะลดความเสี่ยงการคลอดก่อนกำหนด เราควรรีบไปพบแพทย์เพื่อตรวจครรภ์ เพื่อความมั่นใจ และคำแนะนำที่ถูกต้องจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ

