

สัญญาณเตือน !! การคลอดก่อนกำหนด

ช่วงเวลาที่เหมาะสำหรับการคลอด คือ
อายุครรภ์ 37 - 40 สัปดาห์ การคลอดก่อน 37 สัปดาห์
ถือเป็นการคลอดก่อนกำหนด

อาการเตือน การเจ็บครรภ์และ คลอดก่อนกำหนด

- 1 บวม และความดันโลหิตสูง
- 2 เลือดออกจากช่องคลอด
- 3 น้ำเดิน
- 4 รู้สึกว่าลูกดิ้นน้อยกว่าปกติ
- 5 เจ็บครรภ์เป็นพักๆ

พฤติกรรมลดความเสี่ยง การคลอดก่อนกำหนด



พบแพทย์เพื่อตรวจครรภ์
อย่างสม่ำเสมอ

รับประทานอาหารให้ถูก
สุขลักษณะ

พักผ่อนให้เพียงพอ

ปฏิบัติตามคำแนะนำของ
แพทย์ผู้เชี่ยวชาญ



โครงการสร้างเสริมสุขภาพ
เชิงรุกเพื่อป้องกัน
ภาวะคลอดก่อนกำหนด
ประจำปี พ.ศ. 2568

สามารถเลือกชมวิดีโอที่น่าสนใจได้ที่



หากอายุครรภ์น้อยกว่า **34** สัปดาห์
และการมีน้ำหนักน้อยกว่า **2,100** กรัม

อวัยวะต่างๆ มักจะทำงานไม่สมบูรณ์ เช่น

• การย่อยและ
ดูดซึมอาหาร
ไม่สมบูรณ์



• ติดเชื้อใน
กระแสเลือด

• ปอดไม่เติบโต
พอที่จะหายใจ
ได้ตามปกติ
หายใจลำบาก

• ตัวเหลือง

• ต้องได้รับการดูแลในห้องอภิบาลทารกแรกเกิดวิกฤติ

อาการเจ็บครรภ์ก่อนกำหนด มีดังนี้

• ปวดเกร็งท้องคล้ายปวดประจำเดือน

• ปวดหน่วงในอุ้งเชิงกราน
หรือรู้สึกคล้ายกับการกด้นลงมา

• มดลูกหดตัวแรงและถี่มากขึ้น
มากกว่า 4 ครั้งใน 1 ชั่วโมงหรือทุก 10 นาที

• มีสารคัดหลั่งออกจากช่องคลอด
อาจเป็นมูก มูกปนเลือด เลือด หรือน้ำคร่ำ

• ปวดบริเวณต้นขา
หรือหลังช่วงล่างอย่างสม่ำเสมอ

การป้องกันการคลอดก่อนกำหนด

ในทางสถิติ ประเทศไทยมีเด็กที่คลอดก่อนกำหนดอยู่ที่ประมาณ 12% ซึ่งมีปัจจัยที่สำคัญ คือ

1. คุณแม่ควรมาตรวจสุขภาพก่อนที่จะตั้งครรภ์

เพื่อให้ปลอดภัยจากโรค เบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไขมันในเลือดสูง

2. ถ้ารู้ตัวว่าตั้งครรภ์ ควรรีบมาฝากครรภ์

เพราะการตรวจอัลตราซาวด์ ภายใน 3 เดือนแรก จะเป็นการยืนยันอายุครรภ์ได้ดีที่สุด

3. คุณแม่ตั้งครรภ์ที่มีอายุครรภ์ประมาณ 18-22 สัปดาห์ ควรทำอัลตราซาวด์ทางช่องคลอด

ถ้าพบว่ามีปากมดลูกสั้น แพทย์จะทำการป้องกันการให้ฮอร์โมนโปรเจสเตอโรน ซึ่งเป็นฮอร์โมนธรรมชาติที่ใช้สอดในช่องคลอดเพื่อป้องกันไม่ให้ปากมดลูกสั้นลง

4. การผสมเทียมในกรณีที่มีบุตรยาก

บางครั้งแพทย์อาจจะใส่ตัวอ่อนมากกว่า 1 ตัว จึงเป็นต้นกำเนิดของครรภ์แฝด โดย 50 % ของครรภ์แฝดมีโอกาสดูดก่อนกำหนด

ดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

