

สัญญาณเตือนคลอดก่อนกำหนด

∞ ปวดหลังช่วงล่างหรือบริเวณเอว เป็น
ต่อเนื่องหรือเป็น ๆ หาย ๆ แม้จะเปลี่ยน
ท่าทาง

∞ เจ็บท้องต่อเนื่องกัน 4 ครั้งใน 20 นาที
หรืออาจเกิดเป็นระยะ ๆ เนื่องจากการหดตัว
ของมดลูก

∞ มีมูกหรือเลือดออกทางช่องคลอด

∞ รู้สึกลูกดิ้นน้อยกว่าปกติ

∞ บวมและความดันโลหิตสูงขึ้น อาจเป็น
สัญญาณหนึ่งของครรภ์เป็นพิษ



ชีวิตลูกอยู่ในมือแม่

กลั้นปัสสาวะ



ลูกยืน-นั่งบ่อยๆ

ยืนนานๆ



ซ้อนท้ายมอเตอร์ไซด์ หรือ
เดินทางไกล



ระวังการมีเพศสัมพันธ์

ยกของหนักหรืออุ้มลูก

พักผ่อนไม่เพียงพอ



แผนปฏิบัติการสามพันธ

โครงการสร้างสุขภาพเชิงรุกเพื่อลดภาวะคลอด
ก่อนกำหนด ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2566



ด้วยความปรารถนาดีจาก

ผู้จัดทำโดย

งานสาธารณสุข เทศบาลตำบลราชครู

โทร ๐-๙๓๓/๘๓-๑๕๖๔

อันตรายเมื่อเด็กคลอดก่อนกำหนด

ทารกคลอดก่อนกำหนดจะเกิดการเปลี่ยนแปลงที่ผิดปกติและส่งผลต่อระบบร่างกาย ดังนี้

ปอด พบปัญหาเรื่องการขาดสารลดแรงตึงผิว (Surfactant) ได้ในทารกคลอดก่อนกำหนด ทำให้ถุงลมแฟบ ทารกจะมีอาการหายใจหอบและอาจต้องใช้เครื่องช่วยหายใจ หัวใจ อาจมีปัญหาจากการที่เส้นเลือดที่เชื่อมต่อระหว่างเส้นเลือดแดงใหญ่ที่ออกจากหัวใจเพื่อไปเลี้ยงร่างกายกับเส้นเลือดที่ไปสู่อุดยังเปิดอยู่ (PDA) ทำให้มีเลือดผ่านไปสู่อุดมากเป็นผลทำให้ทารกหายใจหอบและเกิดภาวะหัวใจล้มเหลวได้

สมอง ทารกน้ำหนักน้อยกว่า 1,500 กรัม มีความเสี่ยงที่จะมีเลือดออกในสมองได้ เนื่องจากเส้นเลือดเปราะแตกง่าย

ลำไส้ มีความเปราะบางมากกว่าปกติ การย่อยและการดูดซึมอาหารยังไม่มีดีนัก ทำให้ต้องให้นมทีละน้อย ๆ และอาจต้องให้สารอาหารทางหลอดเลือดดำร่วมด้วย

ดวงตา จอประสาทตายังพัฒนาไม่สมบูรณ์ หลังเกิดอาจมีการพัฒนาของเส้นเลือดจอประสาทตาผิดปกติ ซึ่งถ้าเป็นรุนแรงอาจส่งผลต่อการมองเห็นของทารกได้

หู มีโอกาสเสี่ยงที่จะมีความบกพร่องของการได้ยินโดยเฉพาะทารกที่มีปัญหาหลาย ๆ อย่าง การติดเชื้อ ทารกที่คลอดก่อนกำหนดมักติดเชื้อได้ง่าย เนื่องจากระบบภูมิคุ้มกันทำงานได้ไม่เต็มที่

ปัจจัยเสี่ยงการคลอดก่อนกำหนด

มารดา

อายุของมารดา มารดาอายุน้อยเกินไป คือน้อยกว่า 18 ปี หรือมารดาที่อายุมากเกินไป คือมากกว่า 35 ปี ถือว่ามีความเสี่ยงที่จะเกิดการคลอดก่อนกำหนด

โรคประจำตัวของมารดาขณะตั้งครรภ์ อาทิ เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ

มีประวัติเคยคลอดก่อนกำหนด ส่งผลให้ครรภ์ต่อมา มีการคลอดก่อนกำหนดมากขึ้น

มดลูกขยายตัวมากเกินไป เช่น ครรภ์แฝด ภาวะน้ำคร่ำมากกว่าปกติ เป็นต้น

มดลูกมีความผิดปกติแต่กำเนิด เช่น ปากมดลูกสั้น เป็นต้น

ติดเชื้อในร่างกาย เช่น การติดเชื้อในทางเดินปัสสาวะ เนื่องจากขณะตั้งครรภ์ท้องจะโตไปกดเบียดกระเพาะปัสสาวะได้ ส่งผลให้กระเพาะปัสสาวะอักเสบ ทำให้มีโอกาasje็บท้องคลอดก่อนกำหนด

การอักเสบในช่องคลอด

ดื่มเหล้า สูบบุหรี่ ใช้สารเสพติดขณะตั้งครรภ์

บุตรในครรภ์ หากบุตรในครรภ์มีความผิดปกติของโครโมโซมหรือมีภาวะติดเชื้อ จะทำให้มารดามีอาการเจ็บท้องคลอดก่อนกำหนดได้

ดูแลทารกคลอดก่อนกำหนด

☺ ในการดูแลทารกคลอดก่อนกำหนด สิ่งสำคัญคือ ป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่จะเกิดขึ้น โดยกุมารแพทย์สาขาทารกแรกเกิดและปริกำเนิดจะให้การดูแล ดังนี้

☺ พูดยุติยาละลายเยื่อพร้อมให้คำแนะนำพ่อแม่อย่างใกล้ชิด

☺ ดูการหายใจของทารกและติดตามอาการอย่างสม่ำเสมอ เนื่องจากทารกบางรายจำเป็นต้องใช้เครื่องช่วยหายใจ

☺ ควบคุมอุณหภูมิของร่างกายทารกให้อยู่เหมาะสม

☺ ตรวจเลือดเท่าที่จำเป็น

☺ ดูแลการทานนมของทารกให้ปริมาณเพียงพอกับความต้องการที่ควรได้รับ สนับสนุนเรื่องนมแม่

☺ ดูแลรักษาทารกจนมีน้ำหนักมากกว่า 2,000 กรัมจึงสามารถกลับบ้านได้

☺ เตรียมความพร้อมให้กับคุณแม่ก่อนกลับไปบ้าน

