

ข่าวประชาสัมพันธ์เทศบาลตำบลห้วยน้ำใหญ่
 ร่วมกันป้องกันทารกคลอดก่อนกำหนด



ภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด คือ ภาวะที่มดลูกมีการหดตัวสม่ำเสมอ ส่งผลให้ปากมดลูกเปิด และคลอดหลังสัปดาห์ที่ 20 และก่อนสัปดาห์ที่ 37 ของการตั้งครรภ์ ภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดอาจทำให้ทารกคลอดก่อนกำหนด ซึ่งจะส่งผลต่อสุขภาพของทารกเนื่องจากการพัฒนาของอวัยวะยังไม่ครบถ้วนสมบูรณ์ ทารกที่คลอดก่อนกำหนดจำเป็นต้องได้รับการดูแลเป็นพิเศษในหอผู้ป่วยทารกแรกเกิด

สาเหตุของภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดนั้นยังไม่แน่ชัด โดยภาวะดังกล่าวสามารถเกิดขึ้นได้กับหญิงตั้งครรภ์ได้ทุกคน อาการการหดตัวของมดลูกอย่างสม่ำเสมอหรือบ่อยๆ ปวดหลังล่างเป็นประจำ รู้สึกปวดถ่วงบริเวณเชิงกรานหรือท้องน้อย มีเลือดออกทางช่องคลอด ภาวะถุงน้ำคร่ำรั่วก่อนกำหนด ลักษณะของตกขาวที่เปลี่ยนไป

ควรไปพบแพทย์เมื่อไร หากมีอาการดังกล่าวหรือเกิดความกังวลใจ ควรไปพบแพทย์ทันที ไม่ต้องอาย หากอาการดังกล่าวกลายเป็นเพียงอาการเจ็บท้องหลอก

ปัจจัยเสี่ยง

1. อายุมารดาตอนตั้งครรภ์ เช่น อายุน้อยหรือมากเกินไป
2. ระยะห่างระหว่างการตั้งครรภ์ครั้งก่อนน้อยกว่า 6 เดือนหรือมากกว่า 59 เดือน
3. เคยมีภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดมาก่อน
4. ตั้งครรภ์ลูกแฝด
5. ภาวะปากมดลูกสั้น
6. ภาวะน้ำคร่ำมาก
7. มีปัญหาเรื่องมดลูก เช่น มีเนื้องอก หรือรกเกาะต่ำ มีเลือดออก
8. การติดเชื้อที่น้ำคร่ำหรืออวัยวะสืบพันธุ์
9. มีโรคประจำตัว เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคภูมิแพ้ตัวเอง หรือภาวะซีมเศร้า ผ่านเหตุการณ์ที่ส่งผลต่อร่างกายหรือจิตใจ เช่น การเสียชีวิตของบุคคลอันเป็นที่รัก
10. การสูบบุหรี่หรือใช้สารเสพติด

ภาวะแทรกซ้อน ภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดอาจนำไปสู่การคลอดทารกคลอดก่อนกำหนด ซึ่งส่งผลให้ทารกมีปัญหาด้านสุขภาพเนื่องจากอวัยวะต่าง ๆ ยังไม่พัฒนาเต็มที่ ทารกมีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ อาจมีปัญหาเรื่องระบบการหายใจ ปัญหาด้านสายตาและการมองเห็น ทารกที่เกิดก่อนกำหนดยังมีความเสี่ยงต่อภาวะสมองพิการและปัญหาทางด้านการเรียนรู้และพฤติกรรม

การป้องกัน ภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดไม่สามารถป้องกันได้ แต่การดูแลสุขภาพคุณแม่ตั้งครรภ์ก็มีส่วนช่วยส่งเสริมสุขภาพครรภ์ให้แข็งแรง

1. พบสูตินรีแพทย์ตามนัดทุกครั้ง ปรีกษาแพทย์หากมีอาการที่ทำให้กังวลใจ
2. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์
3. หลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติดหรือสูบบุหรี่
4. หากมีโรคประจำตัว ควรแจ้งแพทย์และดูแลควบคุมอาการของโรค
5. หลีกเลี่ยงการตั้งครรภ์ที่เว้นระยะห่างระหว่างตั้งครรภ์น้อยกว่า 6 เดือนหรือมากกว่า 59 เดือน