

ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับการคลอดก่อนกำหนด

นิยามของคำว่า คลอดก่อนกำหนด ก่อนจะรู้จักคำว่า “คลอดก่อนกำหนด” นั้น ต้องเข้าใจก่อนครึบว่าการคลอด “ครบกำหนด” ในทางการแพทย์ คือคลอดในช่วงอายุครรภ์ ๓๗-๔๐ สัปดาห์

ด้วยกระทรวงมหาดไทยแจ้งว่าคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาลในฐานะคณะกรรมการอำนวยการโครงการเครือข่ายสุขภาพมารดาและทารกเพื่อ ครอบครัวไทย ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมารร่วมกับกระทรวงมหาดไทยได้ดำเนินโครงการสร้างเสริมสุขภาพเชิงรุกเพื่อลดภาวะคลอดก่อนกำหนดเพื่อขับเคลื่อนและบูรณาการการทำงานร่วมกันในระบบส่งเสริมสุขภาพและดูแลรักษาหญิงตั้งครรภ์เพื่อลดอัตราการคลอดก่อนกำหนดของประเทศ องค์การบริหารส่วนตำบลคลองไทรจึงขอประชาสัมพันธ์สื่อรณรงค์ป้องกัน ภาวะคลอดก่อนกำหนดใน ๕ ประเด็น ดังนี้

๑. อันตรายจากการคลอดก่อนกำหนด
๒. ปัจจัยเสี่ยง คลอดก่อนกำหนด
๓. สัญญาณเตือน อาการคลอดก่อนกำหนด
๔. การป้องกันการคลอดก่อนกำหนด
๕. การดูแลคลอดก่อนกำหนด

เพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจแก่ประชาชนในพื้นที่ให้มีความตระหนักถึงอันตรายและการป้องกันภาวะคลอดก่อนกำหนด

๑. อันตรายจากการคลอดก่อนกำหนด
- ๑.๑ อันตรายของ เด็กคลอดก่อนกำหนด

อันดับแรก คือ “เสียชีวิต” เด็กคลอดก่อนกำหนดมีโอกาสเสียชีวิตสูงมาก รวมถึงยังมีโอกาสที่จะพบภาวะแทรกซ้อนอื่นๆ ได้แก่

- ปอดทำงานไม่ดี
- มีภาวะเลือดออกในสมอง
- มีภาวะเลือดออกในลำไส้

เด็กที่คลอดก่อนกำหนดนั้น อวัยวะต่างๆ เช่น ปอด หรือเส้นเลือดที่จะไปหล่อเลี้ยงอวัยวะต่างๆ ยังไม่พร้อม ยกตัวอย่าง เด็กที่เกิดช่วงอายุครรภ์ ๓๐ สัปดาห์เราจะไม่นับอายุหนึ่งวันตอนที่เขาเกิด แต่จะไปนับอยู่หนึ่งวันตอนที่เขาครบเทอม เหมือนตอนแรกเขายังไม่ได้เกิด ดังนั้นภาวะแทรกซ้อนทางร่างกาย ๓ เรื่องนี้จึงถือเป็นเรื่องใหญ่

พอผ่าน ๓ กรณีไป ก็จะมีปัญหาเรื่องตัวเหลือง เนื่องจากตับมีขนาดเล็ก มีภาวะเลือดจาง และมีโอกาสติดเชื้อได้ง่าย ซึ่งหลังจากผ่านจุดนี้ก็ยังมีพบภาวะแทรกซ้อนอื่นๆ ที่อาจเกิดจากการรักษา กรณีที่พบได้

บ่อยคือ ตาบอด เพราะเด็กกลุ่มนี้ได้รับออกซิเจนเป็นเวลานานซึ่งมีผลกับตา ทำให้มีโอกาสตาบอดได้และในระยะยาว

อาจจะพบปัญหาคือเจริญเติบโตได้ช้า เพราะเด็กกลุ่มนี้จะตัวเล็ก ทารกคลอดก่อนกำหนดน้ำหนักตัวน้อย อวัยวะทำงานได้ไม่ดีเท่าเด็กทั่วไป เวลาโตขึ้นก็อาจจะเป็นโรคต่างๆ เช่น เบาหวาน ไขมันสูง โรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง อัมพฤกษ์ จึงมีโอกาสที่จะเสียชีวิตหรือทุพพลภาพได้มากกว่าคนปกติทั่วไป

๒. ปัจจัยเสี่ยง คลอดก่อนกำหนด

๒.๑ ปัจจัยเสี่ยง คลอดก่อนกำหนด

ในทางสถิติ ประเทศไทยมีเด็กที่คลอดก่อนกำหนดอยู่ที่ประมาณ ๑๒%ซึ่งมีปัจจัยที่สำคัญ คือ

- แม่มีปากมดลูกสั้น ถ้ามีการตรวจด้วยอัลตราซาวด์ทางช่องคลอดพบว่าปากมดลูกของแม่มีความยาวไม่ถึง ๒.๕ ซม. โอกาสคลอดก่อนกำหนดก็จะสูงขึ้น ส่วนในกรณีครรภ์แฝด จะมีรกที่ต่างออกไป คาดว่าเกิดจากการที่มดลูกมีการขยายตัวเร็วกว่าปกติ

- ถ้าแม่ตั้งครรภ์หรือคนในครอบครัว มีประวัติว่าเคยคลอดก่อนกำหนด ก็จะมีโอกาสคลอดก่อนกำหนดได้สูงขึ้น

- ปัจจัยเสี่ยงอื่นๆ เช่น ครรภ์แฝด แม่มีภาวะแทรกซ้อน เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ ก็อาจจะมีผลให้ทารกจำเป็นต้องคลอดก่อนกำหนด

๓. สัญญาณเตือน อาการคลอดก่อนกำหนด

๓.๑ มีภาวะความดันโลหิตสูง

๓.๒ มีมูกเลือดออกทางช่องคลอด

๓.๓ มีอาการน้ำเดิน

๓.๔ รู้สึกว่าลูกดิ้นน้อยผิดปกติ

๓.๕ มีอาการท้องแข็งบ่อย

๔. การป้องกันการคลอดก่อนกำหนด

ในทางสถิติ ประเทศไทยมีเด็กที่คลอดก่อนกำหนดอยู่ที่ประมาณ ๑๒% ซึ่งมีปัจจัยที่สำคัญ คือ

๔.๑ คุณแม่ควรมาตรวจสุขภาพก่อนที่จะตั้งครรภ์

เพื่อให้ปลอดภัยจากโรค เบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไขมันในเลือดสูง ถ้าพบความผิดปกติเหล่านี้ ควรทำการรักษาโรคให้ดีขึ้นก่อนที่จะตั้งครรภ์

๔.๒ ถ้ารู้ตัวว่าตั้งครรภ์ ควรรีบมาฝากครรภ์

เพราะการตรวจอัลตราซาวด์ ภายใน ๓ เดือนแรก จะเป็นการยืนยันอายุครรภ์ได้ดีที่สุด และถ้ารู้ตัวว่ามีความเสี่ยง เช่น ท้องที่แล้วเคยคลอดก่อนกำหนด หรือคนในครอบครัวมีประวัติคลอดก่อนกำหนด ควรแจ้งให้แพทย์ทราบ

๔.๓ คุณแม่ตั้งครรภ์ที่มีอายุครรภ์ประมาณ ๑๘-๒๒ สัปดาห์ ควรทำอัลตราซาวด์ทางช่องคลอด

ถ้าพบว่ามีปากมดลูกสั้น แพทย์จะทำการป้องกันด้วยการให้ฮอร์โมนโปรเจสเตอโรน ซึ่งเป็นฮอร์โมนธรรมชาติที่ใช้สอดในช่องคลอดเพื่อป้องกันไม่ให้ปากมดลูกสั้นลง ซึ่งข้อมูลในปัจจุบันพบว่าสามารถป้องกันการคลอดก่อนกำหนดได้ถึง ๔๕% แต่ถ้ายังไม่ได้ผลก็อาจจะเย็บปากมดลูกหรือใช้ห่วงซิลิโคน (Pessary) เข้าไปรัดปากมดลูก แล้วแต่กรณี

๔.๔ การผสมเทียมในกรณีที่มีบุตรยาก

บางครั้งแพทย์อาจจะใส่ตัวอ่อนมากกว่า ๑ ตัว จึงเป็นต้นกำเนิดของครรภ์แฝด โดย ๕๐ % ของครรภ์แฝดมีโอกาสคลอดก่อนกำหนด ในปัจจุบันมีการให้ตรวจยีนและโครโมโซมของตัวอ่อน เพื่อให้ได้ตัวอ่อนที่แข็งแรง เพื่อที่จะใส่เข้าไปเพียงตัวเดียว

๕. การดูแลคลอดก่อนกำหนด

เนื่องจากเด็กคลอดก่อนกำหนดจะเจ็บป่วยได้ง่ายกว่าเด็กทั่วไป จึงต้องการความใส่ใจมากเป็นพิเศษ พ่อแม่ควรให้ความดูแลอย่างใกล้ชิด

อันดับแรก คือ เรื่องอาหาร

การให้นมแม่ถือว่าดีที่สุด แต่ปัญหาคือเด็กคลอดก่อนกำหนดอาจจะดูดนมไม่ได้ เพราะยังไม่แข็งแรงกว่าเด็กจะแข็งแรงพอที่จะดูดได้ นมแม่ก็อาจแห้งหมดแล้ว จึงต้องเสริมด้วยนมเฉพาะที่มีสารอาหารพิเศษสำหรับทารกคลอดก่อนกำหนด ถ้ากินนมผิดประเภทอาจจะทำให้ตัวใหญ่ บวม น้ำหนักมากเกินมาตรฐาน และจะนำมาซึ่งโรคเบาหวาน ไขมันในเลือดสูง ความดันโลหิตสูง

อันดับที่สอง พ่อแม่ต้องมาพบแพทย์ตามนัดเพื่อตรวจสอบสุขภาพเป็นระยะ เนื่องจากเด็กคลอดก่อนกำหนดมีโอกาสที่จะเจ็บป่วยได้ง่ายกว่าเด็กทั่วไป

ยกตัวอย่างเช่น ปอดจะมีขนาดเล็กและพัฒนาน้อยกว่าเด็กอื่น ดังนั้น เด็กกลุ่มนี้จะมีโอกาสเป็นปอดบวมและปอดติดเชื้อได้ง่าย รวมถึงพ่อแม่ต้องมีการดูแลเรื่องการออกกำลังกายและพัฒนาการของลูก ซึ่งพ่อแม่ต้องคอยๆ กระตุ้นพัฒนาการเป็นระยะ ซึ่งพบว่าถ้ามีการดูแลอย่างใกล้ชิดจากพ่อแม่ เด็กกลุ่มนี้ก็มีโอกาสที่จะแข็งแรงและพัฒนาได้เหมือนเด็กทั่วไป

