



ประชาสัมพันธ์สร้างความรู้และตระหนักถึงอันตราย  
ของการคลอดก่อนกำหนด



งานสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม  
องค์การบริหารส่วนตำบลดงหม้อทองใต้  
อำเภอบ้านม่วง จังหวัดสกลนคร

## ฝากครรภ์เร็ว ฝากครรภ์คุณภาพ ฝากก่อน ๑๒ สัปดาห์ สำคัญอย่างไร

๑. เพื่อคัดกรองความเสี่ยงหญิงตั้งครรภ์
๒. เพื่อแยกหญิงตั้งครรภ์ที่ไม่มีภาวะเสี่ยงหรือมีภาวะเสี่ยง ถ้ามีความเสี่ยงให้ส่งต่อแพทย์เพื่อดูแลเฉพาะราย
๓. ตรวจคัดกรองและตรวจยืนยัน โรคถ่ายทอดพันธุกรรม ได้แก่ โรคธาลัสซีเมีย ดาวน์ซินโดรม ภาวะพร่องไทโรอิดแต่กำเนิด คัดกรองเบาหวาน
๔. ตรวจอนามัยในช่องปาก ตรวจร่างกายทั่วไป ตรวจอัลตราซาวด์ และตรวจครรภ์
๕. ประเมินพฤติกรรมการบริโภคอาหารหญิงตั้งครรภ์
๖. ให้ความรู้ตามมาตรฐานโรงเรียนพ่อแม่

### ฝากครรภ์เร็ว

#### ก่อน ๑๒ สัปดาห์ ๘ ครั้งคุณภาพ

ความพิการแต่กำเนิด

**ลด** ภาวะแทรกซ้อน

การตายของมารดาและทารก

#### ทารกสมบูรณ์

ได้รับยาบำรุงครรภ์/บำรุงสมอง/Triferdine/

วิตามินโฟลิก/ไอโอดีน/ธาตุเหล็ก

จำเป็นต่อการสร้างสารต้นกำเนิด



#### ฝากครรภ์ ๘ ครั้ง คุณภาพ

|            |            |
|------------|------------|
| ครั้งที่ ๑ | ๑๒ สัปดาห์ |
| ครั้งที่ ๒ | ๑๘ สัปดาห์ |
| ครั้งที่ ๓ | ๒๖ สัปดาห์ |
| ครั้งที่ ๔ | ๓๒ สัปดาห์ |
| ครั้งที่ ๕ | ๓๔ สัปดาห์ |
| ครั้งที่ ๖ | ๓๖ สัปดาห์ |
| ครั้งที่ ๗ | ๓๘ สัปดาห์ |
| ครั้งที่ ๘ | ๔๐ สัปดาห์ |

## การคลอดก่อนกำหนดคืออะไร

**การคลอดก่อนกำหนด (Preterm Labor)** เป็นภาวะคลอดก่อนอายุครบ ๓๗ สัปดาห์ หรือประมาณ ๙ เดือน โดยเฉลี่ยหากคลอดก่อน ๓๗ สัปดาห์ทางการแพทย์ถือว่าคลอดก่อนกำหนด แต่ทารกที่คลอดตั้งแต่อายุครรภ์ ๓๖ สัปดาห์ขึ้นไป ส่วนใหญ่จะไม่พบปัญหาหรือความผิดปกติใดๆ

## ปัจจัยที่ทำให้คลอดก่อนกำหนด เกิดจากสาเหตุอะไร

- คุณแม่ที่มีอายุต่ำกว่า ๑๗ ปี หรือมากกว่า ๓๕ ปี มีโอกาสคลอดก่อนกำหนดได้มากกว่าคุณแม่ที่มีอายุระหว่าง ๑๘-๓๔ ปี
- คุณแม่ที่เคยมีประวัติคลอดก่อนกำหนดในครรภ์ก่อน โอกาสคลอดก่อนกำหนดก็จะมากขึ้น ร้อยละ ๕๐
- คุณแม่ที่แท้งบ่อย หรือเคยผ่านการแท้งมาก่อน ก็มีโอกาที่จะคลอดก่อนกำหนดสำหรับท้องถัดมามากขึ้น
- คุณแม่ที่มีมดลูกผิดปกติ มดลูกพิการแต่กำเนิด เช่น มีผนังกันภายในโพรงมดลูกหรือมดลูกมีเนื้องอกร่วมด้วย
- คุณแม่ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคตับ โรคไต อาจทำให้ทารกในท้องเจริญเติบโตได้ไม่ดี และมีโอกาสคลอดก่อนกำหนดได้
- ต่อมะเร็ง สูดบุหรี่ ใช้สารเสพติดขณะตั้งครรภ์
- พันธุและการอักเสบของเหงือก



## สัญญาณเตือนคลอดก่อนกำหนด

• อาการปวดท้องเป็นพักๆ พร้อมกับเวลาที่มดลูกหดตัว อาการปวดท้องลักษณะนี้จะคล้ายกับเวลาที่คุณแม่ปวดท้องประจำเดือน

• มีอาการมดลูกบีบตัวถี่ เช่น ทุกครึ่งชั่วโมงจะรู้สึกถึงมดลูกบีบตัว

• มีอาการปวดหลัง โดยจะรู้สึกปวดร้าวไปถึงด้านล่างบริเวณก้นกบ ร่วมกับการปวด

ท้อง

• ปวดถ่วงในอุ้งเชิงกราน อาจร้าวไปที่ต้นขา

• มีเลือดออกทางช่องคลอด

• มีน้ำไหลออกจากช่องคลอด หรือมีระดูขาวออกมา บางครั้งอาจจะมีมูกปนเลือด

ออกมาด้วย



- งดหรือเลิกใช้สารเสพติดทุกชนิด
- ไม่ควรกลั้นปัสสาวะ เพราะอาจทำให้เกิดการติดเชื้อในระบบทางเดินปัสสาวะ
- หลีกเลี่ยงการกระตุ้นหัวนม
- หากมีความเสี่ยงคลอดก่อนกำหนด หรือใกล้ถึงช่วงใกล้คลอดควรงดการมีเพศสัมพันธ์
- หลีกเลี่ยงสภาวะที่ทำให้เกิดความเครียด
- หากมีการต้องทำฟันหรือดูแลสุขภาพช่องปากควรทำให้เรียบร้อยก่อนอายุครรภ์ ๒๘ สัปดาห์

- หากมีตกขาวผิดปกติให้แจ้งแพทย์เจ้าของไข้

เนื่องจากการคลอดก่อนกำหนด อาจส่งผลให้ทารกที่เกิดมามีความพิการหรือเสียชีวิต ดังนั้นการดูแลสุขภาพของคุณแม่ให้ดีก่อนตั้งครรภ์ หรือเมื่อทราบว่าตั้งครรภ์ ควรรีบทำการฝากครรภ์ โดยเร็วที่สุด และปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด หากพบปัญหาหรือความผิดปกติจะได้รับการแก้ไขอย่างเหมาะสมและทัน่วงที

