

ภาวะครรภ์คลอด ก่อนกำหนด



การคลอดก่อนกำหนด คือ การคลอดที่เกิดขึ้นก่อนอายุครรภ์ ๓๗ สัปดาห์ ทารกแรกเกิด ที่มีอายุครรภ์น้อยกว่า ๓๗ สัปดาห์ มีโอกาสเสียชีวิตสูง รวมถึงยังมีโอกาสพบ ภาวะแทรกซ้อนอื่นๆ เช่น ปอดทำงานไม่ดี มีภาวะเลือดออกในสมอง มีภาวะเลือดออกในลำไส้ส่งผลให้ทารกมีความพิการ ในช่วงหลังคลอด บางรายจะมีพัฒนาการล่าช้าหากทารกวัยนั้นมีความพิการ ครอบครัวย และภาครัฐต้องเสียค่าใช้จ่ายเพื่อการฟื้นฟูสภาพร่างกาย และการดูแลรักษาต่อเนื่องไม่น้อยกว่า ๔-๕ ปี



ปัจจัยเสี่ยงที่เกิด

- แม่คลอดก่อน ๓๗ สัปดาห์ อายุครรภ์ยังน้อย ปัญหายังมาก ภาวะแทรกซ้อนยิ่งเยอะ
- แม่อายุน้อยกว่า ๑๖ ปี และแม่อายุมากกว่า ๓๕ ปี
- แม่เป็นไข้ ติดเชื้อ หรือมีน้ำเดินก่อนคลอดก่อนกำหนดนานมากกว่า ๑๘ ชั่วโมง
- แม่ปากมดลูกสั้นอาจคลอดก่อนกำหนด
- แม่มีโรคประจำตัว เช่น หัวใจ เบาหวาน ฯลฯ
- แม่เคยมีประวัติคลอดก่อนกำหนดมาแล้ว
- แม่ตกเลือดหรือครรภ์เป็นพิษ
- แม่มีครรภ์แฝด
- แม่มีความผิดปกติของมดลูก มดลูกมีผนังพังผืดกัน หรือมีเนื้องอกมดลูก ทำให้เด็กไม่โตเต็มที่



ปัจจัยเสี่ยงที่เกิดจากทารก



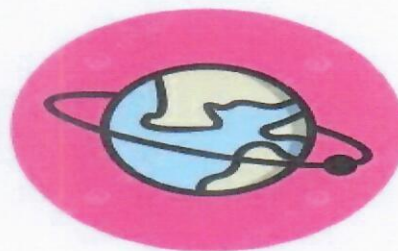
- ทารกมีความพิการหรือโรคทางพันธุกรรมบางชนิด
- ทารกเติบโตช้าในครรภ์

ผลกระทบเมื่อเด็กคลอดก่อน



แตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับอายุครรภ์ โดยทั่วไปที่พบ ได้แก่

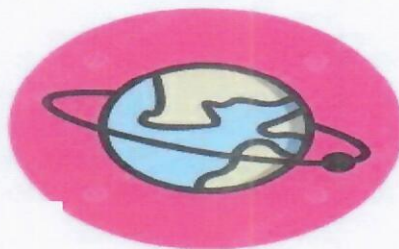
- ขาดออกซิเจน หายใจลำบาก หดหายใจ
- เลือดออกในโพรงจมูก
- ความเข้มข้นของเลือดต่ำ ชีต
- ภาวะโรคปอดเรื้อรัง
- ระดับน้ำตาลในเลือดต่ำ
- จอประสาทตาเจริญเติบโตไม่ดี
- โรคหัวใจพิการแต่กำเนิด มีช่องเปิดระหว่างหลอดเลือดหัวใจทั้งสองเส้น (Patent Ductus Arteriosus - PAD) โดยปกติจะต้องปิดภายใน ๒๔ ชั่วโมง หากไม่ปิดหัวใจจะทำงานหนัก มีโอกาสเกิดหัวใจวาย



ดูแลรักษาเด็กคลอดก่อนกำหนด



- ด้านการหายใจ ทีมกุมารแพทย์สาขาทารกแรกเกิดจะทำการให้สารเคลือบปอดเพื่อให้หายใจได้เองเร็วขึ้นและลดระยะเวลาการใส่ท่อช่วยหายใจ
- ด้านโภชนาการ มีการให้สารอาหารพิเศษทางเส้นเลือด ทั้งโปรตีน ไขมัน วิตามิน เกลือแร่ต่างๆ เพื่อป้องกันภาวะขาดสารอาหารตั้งแต่สัปดาห์แรกจนถึงเวลาเด็กเริ่มกินได้เอง ซึ่งการเริ่มให้สารอาหารอย่างรวดเร็วจะทำให้ทารกมีน้ำหนักที่ดี ช่วยส่งเสริมการเจริญเติบโตและพัฒนาการให้เด็กมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้นมแม่สำคัญมาก ช่วยลดอัตราการเกิดลำไส้อักเสบในทารกแรกเกิดได้ด้วย
- ด้านหัวใจ มีการตรวจเช็คและรักษาอย่างเหมาะสม โดยสามารถรักษาได้ด้วยยาหรือการผ่าตัดผูกเส้นเลือด ซึ่งเป็นการผ่าตัดผูกเส้นเลือด ซึ่งเป็นการผ่าตัดที่มีความเสี่ยงต่ำ
- ด้านสมอง แพทย์จะทำการอัลตราซาวด์ในสัปดาห์แรกหลังคลอด ๑ ครั้ง และก่อนกลับบ้าน ๑ ครั้ง เพื่อตรวจเช็คความเสี่ยงภาวะเลือดออกในสมอง
- ด้านดวงตา แพทย์จะทำการตรวจคัดดวงตา จอประสาทตาว่ามีความผิดปกติของเส้นเลือด จอประสาทตาหรือไม่ หากพบความผิดปกติจะต้องทำการรักษาอย่างเหมาะสม
- ด้านกระดูก ทารกก่อนกำหนดมากๆ อาจมีความเสี่ยงต่อภาวะกระดูกบาง หากพบว่ามีภาวะกระดูกบาง แพทย์จะพิจารณาเสริมแคลเซียมวิตามินดีให้กับทารก





การป้องกัน



- ภาวะเจ็บคลอดก่อนกำหนดไม่สามารถป้องกันได้ แต่การดูแลสุขภาพคุณแม่ตั้งครรภ์มีส่วนช่วยส่งเสริมสุขภาพครรภ์ให้แข็งแรง
- พบสูตินรีแพทย์ตามนัดทุกครั้ง ปฏิบัติตามแพทย์หากมีอาการที่ทำให้กังวลใจ
- รับประทานอาหารที่มีประโยชน์
- หลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติดหรือสูบบุหรี่
- หากมีโรคประจำตัว ควรแจ้งแพทย์และดูแลควบคุมอาการของโรค
- หลีกเลี่ยงการตั้งครรภ์ที่เว้นระยะห่างตั้งครรภ์น้อยกว่า ๖ เดือน หรือมากกว่า ๕๙ เดือน ดูแลควบคุมโรคประจำตัวหากมี



การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและดูแลรักษาตัวเองที่บ้าน

อาการท้องแข็งเนื่องจากมดลูกหดตัวหรือการเจ็บครรภ์หลอกเป็นอาการปกติที่เกิดขึ้นได้ หากเริ่มมีอาการที่น่าสงสัย คุณแม่ตั้งครรภ์อาจลองเดิน นอนพัก หรือเปลี่ยนท่าทาง เพื่อดูว่าอาการหายไปหรือไม่ หากอาการหดตัวของมดลูกไม่บรรเทาลง นั้นอาจเป็นสัญญาณของภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด

การพักรักษาตัวบนเตียง (Bed rest) ในครรภ์ที่ไม่มีปัจจัยเสี่ยงอื่นๆ ไม่ช่วยลดความเสี่ยงของภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด และอาจทำให้กล้ามเนื้อไม่แข็งแรง เกิดภาวะลิ่มเลือดอุดตัน และรู้สึกทรมาน





การรักษา

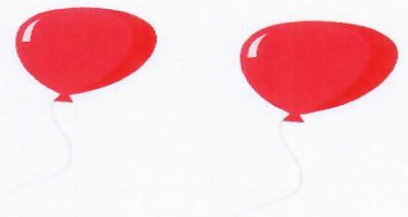


ไม่มียาหรือการรักษาใดๆที่สามารถหยุดการคลอดได้ แต่แพทย์อาจจ่ายยาเพื่อช่วยอาการดังต่อไปนี้

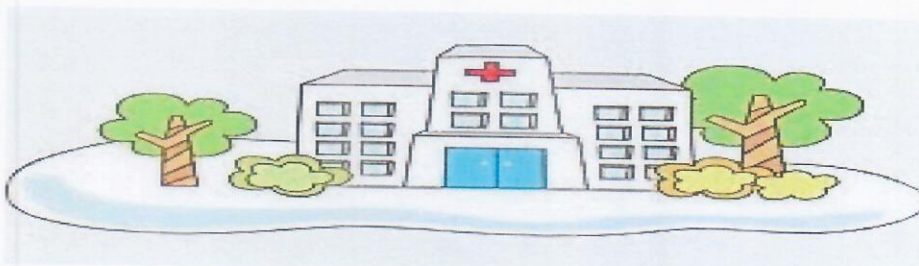
- ยาคอร์ติโคสเตียรอยด์ช่วยเร่งการเจริญของปอดของทารก แพทย์อาจให้ยาคอร์ติโคสเตียรอยด์ในคุณแม่ที่มีอายุครรภ์ ๒๓ - ๒๔ สัปดาห์ ที่มีความเสี่ยงที่จะคลอดบุตรภายใน ๑ - ๗ วันข้างหน้า หรือมีความเสี่ยงที่จะคลอดบุตรระหว่างที่มีอายุครรภ์ ๓๔ - ๓๗ สัปดาห์
- แมกนีเซียมซัลเฟตอาจช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดความพิการทางสมองของทารกได้ โดยเฉพาะในทารกที่เกิดก่อนอายุครรภ์จะครบ ๓๒ สัปดาห์
- ยาโทโคไลติกส์หรือยายับยั้งไม่ให้มดลูกหดตัว ช่วยชะลอการหดตัวของมดลูกออกไปอย่างน้อย ๔๘ ชั่วโมง เพื่อให้ปอดของทารกในครรภ์ได้รับการกระตุ้นจากยาคอร์ติโคสเตียรอยด์ผ่านมารดา อย่างไรก็ตามไม่แนะนำให้ใช้ยาโทโคไลติกส์หากมีอาการภาวะความดันโลหิตสูงเนื่องจากการตั้งครรภ์



การผ่าตัด



หากคุณแม่ตั้งครรภ์มีความเสี่ยงที่จะคลอดก่อนกำหนดเนื่องจากคอมดลูกสั้น โดยเฉพาะในรายที่มีอายุครรภ์น้อยกว่า ๒๔ สัปดาห์ มีประวัติคลอดก่อนกำหนด หรือปากมดลูกเปิดหรือคอมดลูกสั้นกว่า ๒๕ มิลลิเมตร แพทย์อาจทำการเย็บผูกปากมดลูก โดยแพทย์จะตัดไหมออกเมื่ออายุครรภ์ครบ ๓๖ สัปดาห์หรือเร็วกว่านั้นหากจำเป็น



การใช้ยา

ในรายที่มีประสิทธิภาพคลอดบุตรก่อนกำหนด แพทย์อาจให้การรักษาโดยการให้ยาฮอร์โมนโปรเจสเตอโรน ในรูปแบบยาฉีดที่เรียกกันว่า ไฮดรอกซีโปรเจสเตอโรน คาโปรเอต ในช่วงไตรมาสที่ ๒ จนถึงสัปดาห์ที่ ๓๗ แพทย์อาจให้ยาฮอร์โมนโปรเจสเตอโรนแบบสอดทางช่องคลอดในรายที่พบว่าคอมดลูกสั้นตั้งแต่อ่อนสัปดาห์ที่ ๒๔ โดยการใช้ยาฮอร์โมนโปรเจสเตอโรนทางช่องคลอดได้ผลดีเทียบเท่ากับการเย็บผูกปากมดลูก

พ่อแม่ช่วยเสริมสร้างพัฒนาการลูก

พ่อแม่สามารถช่วยส่งเสริมพัฒนาการเจ้าตัวเล็กคลอดก่อนกำหนดได้ระหว่างที่อยู่ในโรงพยาบาลด้วยการอุ้มและสัมผัสด้วยดการกอดแบบจิงโจ้ Kangaroo Care เนื้อแบบนี้อ่ตามคำแนะนำของแพทย์ การกระทำ Kangaroo Mother Care ช่วยเพิ่มอัตราการเต้นของหัวใจทารกให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ ทำให้อัตราการหายใจคงที่ ควบคุมอุณหภูมิให้เหมาะสม เพิ่มน้ำหนักตัวและการเจริญเติบโตของทารก ลดความเจ็บปวดและความเครียดของทารก ทำให้หลับได้นานขึ้น ที่สำคัญช่วยลดระยะเวลาในการอยู่โรงพยาบาล และสิ่งสำคัญที่ควรทำควบคู่กันไป คือการให้นมแม่โดยการดูดจากเต้าเมื่อทารกรมีความพร้อม เพื่อเพิ่มความผูกพันระหว่างทารกกับมารดา



การกอดแบบจิงโจ้

