

ปัจจัยเสี่ยงการคลอดก่อนกำหนด

มารดา

มารดาอายุน้อยกว่า 18 ปี หรือมารดาที่มีอายุมากกว่า 35 ปี ถือว่ามีความเสี่ยงที่จะเกิดการคลอดก่อนกำหนด

- โรคประจำตัวของมารดาขณะตั้งครรภ์ เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ
- มีประวัติเคยคลอดก่อนกำหนด ทำให้ครรภ์ต่อมา มีความเสี่ยงในการคลอดการกำหนด
- มดลูกขยายตัวมากเกินไป เช่น ครรภ์แฝด ภาวะน้ำคร่ำมากกว่าปกติ
- มดลูกมีความผิดปกติแต่กำเนิด เช่น ปากมดลูกสั้น
- ติดเชื้อในร่างกาย เช่น การติดเชื้อในทางเดินปัสสาวะ เนื่องจากขณะตั้งครรภ์ท้องจะโตปกตเบียดกระเพาะปัสสาวะได้ ส่งผลให้กระเพาะปัสสาวะอักเสบ ทำให้มีโอกาสเจ็บท้องคลอดก่อนกำหนด
- การอักเสบในช่องคลอด
- ดื่มเหล้า สูบบุหรี่ หรือใช้สารเสพติดขณะตั้งครรภ์
- ฝันผุและการอักเสบของเหงือก

บุตรในครรภ์

หากบุตรในครรภ์มีความผิดปกติของโครโมโซมหรือมีภาวะติดเชื้อ จะทำให้มารดามีอาการเจ็บท้องคลอดก่อนกำหนด

คุณแม่ตั้งครรภ์ มีโอกาสเสี่ยงคลอดก่อนกำหนด



เป็นหนึ่งในสาเหตุอันดับต้นๆ ที่ทำให้เจ้าตัวน้อยต้องเข้ารับการรักษานในหน่วยดูแลทารกแรกเกิดวิกฤติ (Neonatal Intensive Care Unit: NICU) การคลอดก่อนกำหนด คือ การคลอดก่อนครบสัปดาห์ที่ 37 ของการตั้งครรภ์ เนื่องมาจากอายุและโรคประจำตัวของมารดา ความผิดปกติของโครโมโซมของลูก รวมถึงกรรมพันธุ์และอื่นๆ ดังนั้นการฝากครรภ์ในโรงพยาบาลที่มีแพทย์เฉพาะทาง เครื่องมือเทคโนโลยีครบครัน ที่สำคัญคือมีหน่วยดูแลทารกแรกเกิดวิกฤติคอยดูแล



โครงการสร้างเสริมสุขภาพเชิงรุก เพื่อลดภาวะคลอดก่อนกำหนด



องค์การบริหารส่วนตำบลเตาปูน
อำเภอแก่งคอย จังหวัดสระบุรี

การป้องกันการคลอดก่อนกำหนด

มาฝากครรภ์ตามนัดทุกครั้ง
เพื่อค้นหาความเสี่ยง



ดูแลความสะอาด
ร่างกายทุกวัน



ไม่ควรขับรถจักรยานยนต์ หรือ
นั่งรถเดินทางเป็นระยะเวลานาน



ควรนอนหลับให้เพียงพอ
และหาเวลาพักระหว่างวัน



รับประทานอาหาร หน้า
และยาตามคำสั่งของแพทย์



หลีกเลี่ยงการอาบน้ำ หรือแช่น้ำ
ในบ่อที่มีน้ำไม่สะอาด



หลีกเลี่ยงการยกของหนัก



พบสัญญาณเตือน
ให้รีบมาโรงพยาบาลทันที

1. ท้องป้น ท้องแข็ง
2. มีน้ำใสออกทางช่องคลอด
3. มีเลือดสดออกทางช่องคลอด
4. มีตกขาว/เปียก/เหม็นออกทางช่องคลอด
5. ปัสสาวะแสบขัด
6. ทารกดิ้นน้อยลง



ควรเดินออกกำลังกาย
วันละ 30 นาที



ไม่ควรกลั้นปัสสาวะ



ไม่ควรนั่งยองๆ หรือเปลี่ยน
จากทำยืงเป็นทำนั่งบ่อยครั้ง



หลีกเลี่ยง หรือมีเพศสัมพันธ์
ที่ไม่กระทบบริเวณท้อง

