

ภาวะคลอดก่อนกำหนด...เป็นอย่างไร

เป็นภาวะที่ทารกคลอดเมื่ออายุครรภ์น้อยกว่า 37 สัปดาห์ หรือ 259 วัน โดยเริ่มนับจากวันแรกของวันที่ประจำเดือนมาครั้งสุดท้าย

ภาวะเสี่ยงที่อาจทำให้คลอดก่อนกำหนด

- คุณแม่เคยมีประวัติการคลอดก่อนกำหนดมาก่อนในท้องแรก
- คุณแม่มีอายุมากกว่า 35 ปี แล้วมีการตั้งครรภ์
- มีภาวะแทรกซ้อนในขณะตั้งครรภ์ เช่น ความดันโลหิตสูง, ครรภ์เป็นพิษ, ภาวะรกเกาะต่ำ และ เบาหวาน ฯลฯ
- ปากมดลูกบาง ไม่แข็งแรง
- มีอาการมดลูกแข็งตัว
- มีอาการรูกน้ำคร่ำแตกก่อนเจ็บครรภ์จริง
- ขณะตั้งครรภ์ คุณแม่ดื่มแอลกอฮอล์ และสูบบุหรี่จัด
- คุณแม่ตั้งครรภ์แฝด แล้วมดลูกขยายตัวมาก
- คุณแม่มีความเครียดมากในขณะตั้งครรภ์
- โพรมมดลูกของคุณแม่มีเนื้อเยื่อผิดปกติ

สัญญาณเตือนคลอดก่อนกำหนด

- อาการบวมและความดันโลหิตสูง
- มีมูกเลือดออกทางช่องคลอด
- มีอาการน้ำเดิน ก่อนครบกำหนดคลอด
- รู้สึกว่าลูกดิ้นน้อยกว่าปกติ
- มีอาการท้องแข็งบ่อย

ปัญหาสุขภาพที่อาจพบในเด็กที่คลอดก่อนกำหนด

- ระบบทางเดินหายใจ
 - 1 ภาวะปอดไม่สมบูรณ์ เป็นภาวะที่เกิดขึ้นทันทีหลังคลอด ยิ่งอายุครรภ์น้อยยิ่งเกิดได้มาก ทารกคลอดที่ก่อนกำหนดปอดจะมีสารลดแรงตึงผิวน้อย จึงเกิดภาวะหายใจลำบาก
 - 2 ภาวะหยุดหายใจ ทารกขณะอยู่ในครรภ์ไม่จำเป็นต้องหายใจเองหรือหายใจเองบ้าง แต่เมื่อคลอดออกมาใหม่ ๆ บางครั้งทารกอาจจะนอนนิ่ง ๆ หรือเงียบไปเลย เพราะตอนหลังทารกจะหยุดหายใจ ภาวะนี้เกิดจากศูนย์ควบคุมการหายใจยังไม่สมบูรณ์เต็มที่
 - ระบบหัวใจและหลอดเลือด
 - ภาวะเส้นเลือดหัวใจเกิน โดยปกติขณะที่ทารกอยู่ในครรภ์ หลอดเลือดนี้จะเส้นทางลัดผ่านของเลือดจากหัวใจห้องขวาไปเลี้ยงหลอดเลือดแดงใหญ่ของร่างกาย ซึ่งไปเลี้ยงร่างกายส่วนล่างของลำตัว เมื่อทารกคลอดออกมาหลอดเลือดนี้จะหดตัวเล็กน้อยจนปิดไป แต่ในทารกคลอดก่อนกำหนด เส้นเลือดนี้ยังคงเปิดอยู่ จึงมีลักษณะคล้ายการเกิดรูรั่วในหัวใจ และเกิดภาวะหัวใจวายได้
 - ภาวะเลือดออกในโพรงสมอง เป็นอีกหนึ่งภาวะที่เกิดขึ้นทันทีหลังคลอด โดยเฉพาะในทารกที่น้ำหนักน้อยกว่า 1,500 กรัม เนื่องจากเส้นเลือดในสมองของทารกคลอดก่อนกำหนดจะค่อนข้างเปราะบางมาก
 - การติดเชื้อ ทารกที่คลอดก่อนกำหนดยังเสี่ยงต่อการติดเชื้อได้ง่ายในช่วงขวบปีแรกด้วย
- เพราะกลไกการป้องกันการติดเชื้อยังไม่สามารถทำหน้าที่ได้อย่างสมบูรณ์ รวมทั้งภูมิคุ้มกันในการต่อต้านเชื้อจากแม่ยังอยู่ในระดับต่ำกว่าทารกที่คลอดตามกำหนด คุณแม่จึงต้องระมัดระวังในเรื่องความสะอาดให้มากเป็นพิเศษ

- ภาวะลำไส้เน่า เป็นภาวะที่เกิดขึ้นได้ประมาณ 10% ของทารกทั้งหมดที่เกิดมาตัวเล็ก ยิ่งตัวเล็กมากเท่าไรก็ยิ่งมีโอกาสเกิดเยอะมากขึ้น เกิดจากภาวะลำไส้ขาดเลือด บางรายมีลำไส้เน่า ต้องได้รับการรักษาด้วยการผ่าตัด
- น้ำหนักตัวน้อย เด็กคลอดก่อนกำหนดมีน้ำหนักตัวน้อยกว่าเกณฑ์ และการดูดกลืนไม่ดี จึงต้องดูแลเป็นพิเศษและให้อาหารทางสายยาง รวมถึงการเลี้ยงด้วยนมแม่ เพราะมีสารอาหารที่ช่วยเสริมพัฒนาการของทารกได้
- การมองเห็น เนื่องจากความไม่สมบูรณ์ของเส้นเลือดจอประสาทตา ทำให้มีความประปรายและแตกง่าย ทำให้มีเลือดออกและเกิดแผลเป็นในจอประสาทตา เกิดการติ่งรังหรือจอประสาทตาหลุด ส่งผลให้เกิดความบกพร่องในการมองเห็น
- การได้ยิน ทารกคลอดก่อนกำหนดจะมีความเสี่ยงต่อการสูญเสียการได้ยินสูงกว่าปกติ ทารกจึงต้องได้รับการตรวจสอบการได้ยินจากแพทย์ก่อนออกจากโรงพยาบาลและควรได้รับการตรวจซ้ำเมื่อมีอายุ 3-6 เดือน
- ภาวะโลหิตจาง เพราะมีธาตุเหล็กสะสมไว้น้อย ทำให้เกิดภาวะโลหิตจางโดยธรรมชาติที่รุนแรงและยาวนานกว่าทารกที่คลอดตามกำหนด
- มีพัฒนาการช้า จะเป็นในช่วง 2 ขวบปีแรกเท่านั้น หลังจากนั้นพัฒนาการจะกลับเข้าสู่ภาวะปกติทั่วไป
- เสี่ยงต่อการเสียชีวิต เนื่องจากความไม่สมบูรณ์ของอวัยวะต่าง ๆ และเกิดอาการแทรกซ้อนตามมา

การดูแลลูกคลอดก่อนกำหนดเมื่อได้กลับบ้าน

- รักษาความสะอาด เนื่องจากการสร้างภูมิคุ้มกันของเด็กคลอดก่อนกำหนดยังทำงานได้ไม่เต็มที่ โอกาสติดเชื้อจึงง่ายกว่าปกติ จึงควรต้มหรือนึ่งของใช้เพื่อฆ่าเชื้อโรค จัดสภาพแวดล้อมให้ปลอดโปร่ง หมั่นล้างมือก่อนการสัมผัสเด็กทารก
- ระวังลูกเสียความร้อนในร่างกาย อาบน้ำวันละ 1 ครั้ง เพื่อรักษาพลังงานในตัวลูก เช็ดตัวให้แห้ง และห่มผ้า เพื่อไม่ให้ลูกลม ระวังอย่าให้ลูกตัวเย็น ควรหาเสื้อผ้าที่ทำให้ลูกอบอุ่น และสบายตัว
- ระวังเรื่องการหายใจของลูก หากมีเสมหะ มีน้ำมูก ทำให้หายใจไม่สะดวก มีเสียงดังครืดคราด หรือหายใจอึกๆ ควรพาลูกไปพบแพทย์ เพราะการหายใจของลูกน้อยอาจมีปัญหา
- ส่งเสริมพัฒนาการลูกน้อย เด็กคลอดก่อนกำหนด จะมีพัฒนาการล่าช้าไปบ้าง แต่คุณแม่สามารถส่งเสริมพัฒนาการลูกน้อยได้ด้วยการสัมผัส โอบกอด พูดคุย ร้องเพลง และนวดเบา ๆ ตามแขน ขา เพื่อช่วยกระตุ้นพัฒนาการของลูกน้อย

ที่มา: โรงพยาบาลกรุงเทพ