

ปัญหาที่พบได้บ่อยในทารกแรกเกิด

โดย พญ. อัญมณี เชื้อเหล่าวานิช

กุมารแพทย์ทารกแรกเกิด



การดูแลทารกแรกเกิดสำหรับคุณพ่อ คุณแม่มือใหม่นั้นไม่ใช่เรื่องง่าย ปัญหาที่พบได้บ่อยๆ เวลาดูแลเด็ก แม้ว่าปัญหานั้นจะไม่มี ความรุนแรงมาก แต่สามารถทำให้พ่อแม่หลายท่านกังวลใจได้ ปัญหาเหล่านั้นได้แก่

1. แหวะนม

อาการแหวะนมเกิดขึ้นได้บ่อยในทารก เนื่องจากหลอดที่กั้นระหว่างหลอดอาหารและกระเพาะอาหารยังไม่แข็งแรงพอ ทำให้มีการทอนกลับของนมขึ้นมาได้ง่ายกว่าปกติ นอกจากนี้อาจมีปัจจัยเสริมร่วมด้วยจากการดูดนมเร็วเกินไป การดูดนมผิดวิธีทำให้มีลมเข้าในท้องมาก หรือการให้เด็กทารกกินนมมากเกินไป

ส่วนใหญ่ทารกจะมีอาการนี้หลังจากกินนม เมื่อลูกเรอ อาจจะมีกลิ่นเหม็นเปรี้ยวได้เป็นเรื่องปกติ

การดูแล : อุ้มลูกให้ถูกท่า หลังจากกินนมอิม แนะนำให้แม่อุ้มลูกในท่านั่งหลังตรง ป้องกันการแหวะนม และ

ช่วยเรื่องการย่อยของลูก

: ให้ลูกดูดนมก่อนที่ลูกจะรู้สึกหิวจัด ป้องกันลูกดูดนมในปริมาณที่มากและเร็วจนเกินไป

: จับลูกเรอหลังกินนม เพื่อขับลมในท้องที่เข้าไปขณะดูดนม

: หลังกินนม ควรจัดท่าของลูกให้อยู่ในท่าหัวสูง อย่างน้อย 30 นาที ก่อนให้ลูกนอน จะลดอาการแหวะนมได้

2. สะอึก

อาการสะอึกบ่อย เป็นอีกเรื่องปกติที่มักพบในทารกแรกเกิด การสะอึกไม่ได้อันตราย ไม่ได้ทำให้ทารกหายใจไม่ออก แต่กระนั้นก็ยังทำให้พ่อแม่ เป็นกังวลใจมาก ส่วนใหญ่เรามักจะพบว่าทารกสะอึกหลังจากทารกกินนมอิ่ม สาเหตุนี้เกิดจาก ภาวะพะออาหารที่ขยายขนาดหลังจากกินนม ทำให้ไปเบียดโดนกระบังลมที่อยู่ด้านบนของภาวะพะออาหาร กระตุ้นให้กระบังลมจะหดตัวลงอย่างรวดเร็ว ทำให้เกิดอาการสะอึก นั่นเอง อาการนี้จะเป็นในช่วงเวลาสั้น ๆ และหายไปได้เอง ไม่จำเป็นต้องให้ยารักษาใด

การดูแล : พยายามจับลูกอุ้มเรือ เพื่อไล่ลมในภาวะพะออาหาร

: หลีกเลียงการใช้ขวดนม เพราะจะทำให้ลูกดูดลมเข้าไปในภาวะพะอมากขึ้น

: หากทารกมีอาการสะอึก การกินนมจากเต้ามารดา จะช่วยลดอาการได้

3. ถ่ายอุจจาระบ่อย

การถ่ายอุจจาระของทารกแรกเกิดปกติจะมีการเปลี่ยนแปลงตามลำดับ ดังนี้ ในช่วง 1-2 วันแรกหลังคลอดจะถ่ายอุจจาระไม่บ่อย อุจจาระจะมีสีเขียวเข้ม และค่อนข้างเหนียว เรียกว่า “ซีเทา” ในวันที่ 3-4 หลังคลอด อุจจาระจะเริ่มเปลี่ยนเป็นสีเขียวที่จางลง จนกลายเป็นสีเขียวปนเหลือง ลักษณะอุจจาระเริ่มเป็นน้ำเพิ่มขึ้น ถ่ายบ่อยขึ้น โดยเฉลี่ยประมาณ 3-5 ครั้งต่อวัน หลังจากนั้น ทารกที่กินนมแม่อย่างเดียว จะมีอุจจาระเป็นสีเหลืองทอง มีน้ำปนค่อนข้างมาก ออกเหลว อาจมีลักษณะเหมือนมีเม็ดมะเขือปนเล็กน้อย หากใส่ผ้าอ้อม จะสังเกตว่ามีเนื้ออุจจาระอยู่ตรงกลางและมีน้ำแผ่ออกโดยรอบ ในช่วงนี้จะถ่ายบ่อย เฉลี่ย 3-6 ครั้งต่อวัน ในเด็กทารกบางคนอาจจะถ่ายกระปริดกระปรอย จำนวนน้อย ๆ หลังจากดูดนมแม่ทุกครั้งก็ได้ แต่ไม่ใช่ท้องเสียแต่อย่างใด การถ่ายอุจจาระบ่อยในเด็กทารกจะช่วยลดความเสี่ยงที่จะเกิดตัวเหลืองได้

การดูแล : สังเกตลักษณะอุจจาระของทารก หากทารกมีถ่ายลักษณะผิดปกติ เช่น เป็นมูกเขียวที่มี

กลิ่นเหม็นเน่า หรือ

همین‌بریاوو دوچاره‌میبوک‌پن‌لیدو کوروا‌ما‌پوب‌په‌په‌تی

4. دای‌پو‌ی‌چن‌گن‌دنگ

وبان‌کری‌ج‌پوب‌وا‌تارک‌تی‌گین‌نم‌مئ‌وی‌ای‌دی‌وی‌
دای‌پو‌ی دای‌کری‌پری‌دکری‌پری‌وی و‌ا‌ج‌و‌د‌ای‌گین‌و‌ن‌ل‌و‌
10 ک‌ری‌ج‌ت‌و‌وی‌ن دای‌پین‌پو‌ی مئ‌کری‌ت‌ن‌ج‌و‌د‌ل‌م‌گ‌و‌ج‌م‌ی
دوچاره‌پن‌کری‌پری‌دکری‌پری‌وی‌ما‌د‌وی‌ چن‌گن‌تارک‌دنگ
پین‌فل‌ج‌ب پ‌بی‌وی‌ن‌ی‌م‌گ‌گ‌ید‌ین‌م‌ئ‌تی‌ای‌تارک‌گین‌نم‌
چ‌و‌پ‌ان‌م‌س‌و‌ن‌ه‌ن‌ا (م‌گ‌پوب‌ین‌م‌ئ‌تی‌ای‌ل‌وک‌گین‌نم‌ت‌ا‌ر‌ک‌
د‌ای‌م‌ن‌ان م‌گ‌لی‌ی‌ی‌ت‌ا د‌ای‌پ‌لی‌ی‌ن‌پ‌و‌گین‌نم‌و‌یک‌خ‌ان‌ه‌ن‌ی
ت‌ا‌ی‌ای‌تارک‌د‌ای‌ت‌ان‌م‌س‌و‌ن‌ه‌ن‌ا‌و‌ج‌ت‌ان‌س‌و‌ج‌ت‌ا و‌ر‌و‌پوب‌ین
م‌ئ‌تی‌م‌ی‌ن‌ان‌م‌م‌ا‌ک تارک‌گین‌د‌ای‌چ‌و‌پ‌ان‌م‌س‌و‌ن‌ه‌ن‌ا‌گ‌و‌م‌د‌ای‌)



نم‌س‌و‌ن‌ه‌ن‌ا‌ج‌م‌ی‌ن‌ا و‌ت‌ا‌ل‌د‌ل‌و‌ت‌و‌س پین‌س‌و‌ن‌پ‌ر‌ک‌وب‌ک‌ون‌خ‌ان‌م‌ا م‌ی‌و‌پ‌ان‌ل‌و‌ن‌ا‌ی‌
ر‌وی و‌پ‌ر‌ی‌ا‌م‌م‌ا‌ک ل‌ا‌ی‌ی‌و‌ی و‌د‌و‌ش‌یم‌م‌ی‌ت‌ن ت‌ا‌ی‌ن‌ا‌ت‌ال‌د‌ل‌و‌ت‌و‌س‌ت‌ی‌و‌ی‌و‌د‌و‌ش‌یم‌م‌ی‌ت‌ن
ک‌و‌ای‌گ‌ید‌ا‌ک‌ار‌ین‌تارک ت‌ا‌ی‌ای‌ف‌ی‌و‌ج‌و‌ج‌و‌ت‌ارک‌ک‌ر‌ک‌ای‌ک‌ی‌و‌ج گ‌ید‌گن‌دنگ پین‌فل‌ج‌ب‌ن

کار‌دو‌ل : م‌ی‌ا‌م‌پ‌ین‌ت‌و‌ج‌پ‌لی‌ی‌ن‌پین‌نم‌م‌و‌ج ین‌کری‌تی‌م‌ئ‌م‌ی‌ن‌ان‌م‌م‌ا‌ک ن‌ن‌ا‌ی‌م‌پ‌پ‌ن‌ان‌م‌س‌و‌ن
ه‌ن‌ا‌گ‌ب‌چ‌ان‌ج‌ای‌گ‌و‌ک‌ون پ‌ر‌م‌ا‌م‌کری‌ج‌ت‌ا ا‌ک‌ان‌ن‌ک‌و‌ی‌ن‌ا‌تارک‌چ‌ا‌ت‌ا و‌ر‌ی‌ن‌ی‌ت‌ا‌ی‌تارک‌د‌ای‌ر‌ب‌نم
س‌و‌ن‌ه‌ن‌ا‌ج

: م‌ئ‌ک‌و‌ر‌ای‌تارک‌دو‌ن‌م‌ای‌گ‌لی‌ی‌ی‌ت‌ا‌ر‌ک‌و‌ک‌ون د‌ای‌ک‌و‌ی‌پ‌لی‌ی‌ن‌خ‌ان

5. ผดร้อน

ผดร้อนเกิดจากต่อมเหงื่อของทารกยังทำงานได้ไม่สมบูรณ์ การขับเหงื่อออกมาจึงยังทำได้ไม่เต็มที่ ทำให้ท่อเหงื่อเกิดการอุดตัน ผิวหนังในส่วนนั้นเกิดการอักเสบเป็นผื่นผดขึ้น ผื่นจะมีลักษณะเป็นตุ่มแดงๆ ขนาดเล็ก และมีน้ำใส ๆ (เหงื่อ) อยู่ตรงกลาง ส่วนใหญ่มักพบผดร้อนที่บริเวณศีรษะ คอ หน้าอก ข้อพับหรือขาหนีบ พบได้บ่อย โดยเฉพาะในช่วงสัปดาห์แรก ผื่นเหล่านี้หายเองได้ ในบางครั้งผดร้อนเหล่านี้อาจมีการติดเชื้อซ้ำซ้อน เกิดเป็นตุ่มหนองเล็ก ๆ หรือลูกกลมเป็นฝีได้



การดูแล : อย่าใช้ผ้าห่อหุ้มตัวทารกมากเกินไป ให้ใส่เสื้อผ้าที่เหมาะสมกับสภาพอากาศ เช่น ในประเทศไทย เป็น เมืองร้อน ดังนั้นควรให้เด็กทารกใส่เสื้อผ้าเนื้อบาง ๆ หรือ อาบน้ำให้บ่อย ๆ หากอากาศร้อนมาก

: ให้ทารกอยู่ในที่มิลมโกรก อากาศถ่ายเทสะดวก ไม้ร้อน

อบข้าว

: หากผื่นลูกกลมมาก มีตุ่มหนอง หรือฝี ให้พามาพบ

แพทย์

Reference

1. www.uptodate.com
2. มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย
3. หนังสือคู่มือเลี้ยงลูก โดย ศ.เกียรติคุณ พญ. ชนิกา ตู้จินดา