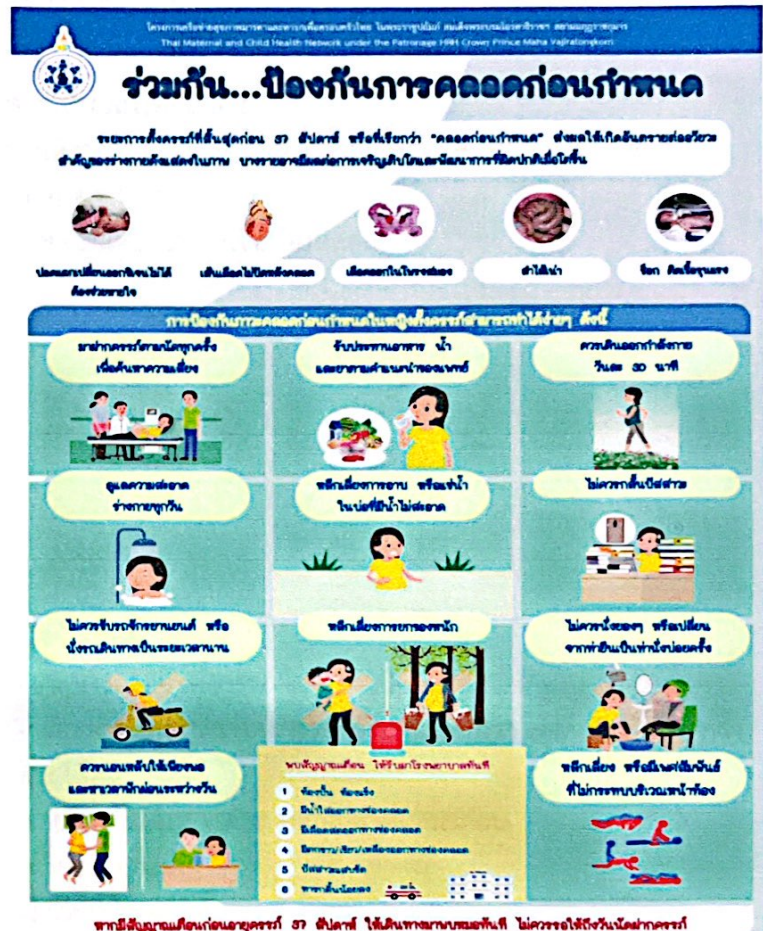




ภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด



ภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด

ภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด คือภาวะที่มดลูกมีการหดตัวสม่ำเสมอ ส่งผลให้ปากมดลูกเปิดและคลอดหลังสัปดาห์ที่ ๒๐ และก่อนสัปดาห์ที่ ๓๗ ของการตั้งครรภ์ ภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดอาจทำให้ทารกคลอดก่อนกำหนด ซึ่งจะส่งผลต่อสุขภาพของทารกเนื่องจากการพัฒนาของอวัยวะยังไม่ครบถ้วนสมบูรณ์ ทารกที่คลอดก่อนกำหนดจำเป็นต้องได้รับการดูแลเป็นพิเศษ ในหอผู้ป่วยทารกแรกเกิดสาเหตุของภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดนั้นยังไม่แน่ชัด โดยภาวะดังกล่าวสามารถเกิดขึ้นได้กับหญิงตั้งครรภ์ได้ทุกคน



อาการ

- การหดตัวของมดลูกอย่างสม่ำเสมอหรือบ่อย ๆ
- ปวดหลังล่างเป็นประจำ
- รู้สึกปวดถ่วงบริเวณเชิงกรานหรือท้องน้อย
- มีเลือดออกทางช่องคลอด
- ภาวะถุงน้ำคร่ำรั่วก่อนกำหนด
- ลักษณะของตกขาวที่เปลี่ยนไป

ควรไปพบแพทย์เมื่อไร

หากมีอาการดังกล่าวหรือเกิดความกังวลใจ ควรไปพบแพทย์ทันที
ไม่ต้องอายหากอาการดังกล่าว
กลายเป็นเพียงอาการเจ็บท้องหลอก



ปัจจัยเสี่ยง

- อายุมารดาตอนตั้งครรภ์ เช่น อายุน้อยหรือมากเกินไป
- ระยะห่างระหว่างการตั้งครรภ์ครั้งก่อนน้อยกว่า 6 เดือนหรือมากกว่า 59 เดือน
- เคยมีภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดมาก่อน
- ตั้งครรภ์ลูกแฝด
- ภาวะปากมดลูกสั้น
- ภาวะน้ำคร่ำมาก
- มีปัญหาเรื่องมดลูกเช่นมีเนื้องอก หรือรกเกาะต่ำ มีเลือดออก
- การติดเชื้อที่น้ำคร่ำหรืออวัยวะสืบพันธุ์
- มีโรคประจำตัว เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคภูมิแพ้ตัวเอง หรือภาวะซึมเศร้า
- ผ่านเหตุการณ์ที่ส่งผลต่อร่างกายหรือจิตใจ เช่น การเสียชีวิตของบุคคลอันเป็นที่รัก
- การสูบบุหรี่หรือใช้สารเสพติด

ภาวะแทรกซ้อน

ภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดอาจนำไปสู่การคลอดทารกคลอดก่อนกำหนด ซึ่งส่งผลด้านสุขภาพเนื่องจากอวัยวะต่าง ๆ ยังไม่พัฒนาเต็มที่ทารกมีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มีปัญหาเรื่องระบบการหายใจ ปัญหาด้านสายตาและการมองเห็น ทารกที่เกิดก่อนกำหนดยังมีความเสี่ยงต่อภาวะสมองพิการและปัญหาทางด้านการเรียนรู้ และพฤติกรรม

การป้องกัน

ครรภ์คลอดก่อนกำหนดไม่สามารถป้องกันได้ แต่การดูแลสุขภาพคุณแม่ตั้งครรภ์ก็มีส่วนช่วยส่งเสริมสุขภาพครรภ์ให้แข็งแรง

- พบสูตินรีแพทย์ตามนัดทุกครั้ง ปรีกษาแพทย์หากมีอาการที่ทำให้กังวลใจ
- รับประทานอาหารที่มีประโยชน์
- หลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติดหรือสูบบุหรี่
- หากมีโรคประจำตัว ควรแจ้งแพทย์และดูแลควบคุมอาการของโรค
- หลีกเลี่ยงการตั้งครรภ์ที่เว้นระยะห่างระหว่างตั้งครรภ์น้อยกว่า ๖ เดือนหรือมากกว่า ๕๔
- ดูแลควบคุมโรคประจำตัวหากมี

การตรวจวินิจฉัย

แพทย์จะทำการซักประวัติ รวมถึงพิจารณาปัจจัยเสี่ยงของภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด

- การตรวจภายใน แพทย์จะทำการตรวจความแข็งแรงของมดลูก รวมถึงขนาดและตำแหน่งของทารกในครรภ์ หากไม่มีอาการน้ำเดินหรือรกเกาะต่ำ แพทย์อาจทำการวัดขนาดปากมดลูกพร้อมทั้งตรวจดูว่ามีภาวะเลือดออกจากโพรงมดลูกหรือไม่
- การอัลตราซาวด์ช่องคลอด แพทย์อาจทำการอัลตราซาวด์ช่องคลอดเพื่อวัดความยาวของปากมดลูก ตรวจดูตำแหน่งและคะแนนน้ำหนักของทารก รวมถึงปริมาณน้ำคร่ำ
- การตรวจในห้องปฏิบัติการ แพทย์อาจสั่งให้เก็บตัวอย่างสารคัดหลั่งหลังจากช่องคลอดเพื่อตรวจหาการติดเชื้อและสารฟิโบลินไฟโบรเนกทิน (fetal fibronectin) ซึ่งทำหน้าที่คล้ายกาวยึดเยื่อหุ้มทารกกับผนังมดลูกซึ่งจะหลุดลอกออกมาเมื่อกำลังจะมีการคลอด

การรักษา

ไม่มียาหรือการรักษาใด ๑ ที่สามารถหยุดการคลอดได้ แต่แพทย์อาจจ่ายยาเพื่อช่วยอาการดังต่อไปนี้

- ยาคอร์ติโคสเตียรอยด์ช่วยเร่งการเจริญของปอดของทารก แพทย์อาจให้ยาคอร์ติโคสเตียรอยด์ในคุณแม่ที่มีอายุครรภ์ ๒๓-๓๔ สัปดาห์ที่มีความเสี่ยงที่จะคลอดบุตรภายใน ๑-๗ วันข้างหน้า หรือมีความเสี่ยงที่จะคลอดบุตรระหว่างที่มีอายุครรภ์ ๓๔-๓๗ สัปดาห์
- แมกนีเซียมซัลเฟตอาจช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะพิการทางสมองของทารกได้ โดยเฉพาะในทารกที่เกิดก่อนอายุครรภ์จะครบ ๓๒ สัปดาห์
- ยาโทโคไลติกส์หรือยาที่ยังไม่ให้มดลูกหดตัว ช่วยชะลอการหดตัวของมดลูกออกไปอย่างน้อย ๔๘ ชั่วโมง เพื่อให้ปอดของทารกในครรภ์ได้รับการกระตุ้นจากยาคอร์ติโคสเตียรอยด์ผ่านทางมารดา อย่างไรก็ตามไม่แนะนำให้ใช้ยาโทโคไลติกส์หากมีอาการภาวะความดันโลหิตสูงเนื่องจากการตั้งครรภ์

การผ่าตัด

หากคุณแม่ตั้งครรภ์มีความเสี่ยงที่จะคลอดก่อนกำหนดเนื่องจากคอมดลูกสั้น โดยเฉพาะในรายที่อายุครรภ์น้อยกว่า ๒๔ สัปดาห์ มีประวัติคลอดก่อนกำหนด หรือปากมดลูกเปิด หรือคอมดลูกสั้นกว่า ๒๕ มิลลิเมตร แพทย์อาจทำการเย็บผูกปากมดลูก โดยแพทย์จะตัดไหมออกเมื่ออายุครรภ์ครบ ๓๖ สัปดาห์หรือเร็วกว่านั้นหากจำเป็น

การใช้ยา

ในรายที่มีประวัติการคลอดบุตรก่อนกำหนด แพทย์อาจให้การรักษาโดยการให้ยาฮอร์โมนโปรเจสเตอโรน ในรูปแบบยาฉีดที่เรียกกันว่า ไฮดรอกซีโปรเจสเตอโรน คาโปรเอต ในช่วงไตรมาสที่ ๒ จนถึงสัปดาห์ที่ ๓๗ แพทย์อาจให้ยาฮอร์โมนโปรเจสเตอโรนแบบสอดทางช่องคลอดในรายที่พบว่าคอมดลูกสั้นตั้งแต่อ่อนสัปดาห์ที่ ๒๔ โดยการใช้ยาฮอร์โมนโปรเจสเตอโรนทางช่องคลอดได้ผลดีเทียบเท่ากับการ เย็บผูกปากมดลูก

การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและดูแลรักษาตัวเองที่บ้าน

อาการท้องแข็งเนื่องจากมดลูกหดตัวหรือการเจ็บครรภ์หลอกเป็นอาการปกติที่เกิดขึ้นได้ หากเริ่มมีอาการที่น่าสงสัย คุณแม่ตั้งครรภ์อาจลองเดิน นอนพัก หรือเปลี่ยนท่าทาง เพื่อดูว่าอาการหายไปหรือไม่ หากอาการหดตัวของมดลูกไม่บรรเทาลง นั่นอาจเป็นสัญญาณของภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด

การพักรักษาอยู่บนเตียง (Bed rest ในครรภ์ที่ไม่มีปัจจัยเสี่ยงอื่นๆ ไม่ช่วยลดความเสี่ยงของภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด และอาจทำให้กล้ามเนื้อไม่แข็งแรง เกิดภาวะลิ่มเลือดอุดตัน และรู้สึกท้อ

การเตรียมตัวก่อนพบแพทย์

- พาสามี คนในครอบครัว หรือเพื่อนไปด้วยเพื่อช่วยจดจำคำแนะนำของแพทย์
- จดคำถามที่ต้องการถามแพทย์