



ภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด



ภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด

ภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด คือภาวะที่มดลูกมีการหดตัวสม่ำเสมอ ส่งผลให้ปากมดลูกเปิดและคลอดหลังสัปดาห์ที่ 20 และก่อนสัปดาห์ที่ 37 ของการตั้งครรภ์

ภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดอาจทำให้ทารกคลอดก่อนกำหนด ซึ่งจะส่งผลต่อสุขภาพของทารกเนื่องจากการพัฒนาของอวัยวะยังไม่ครบถ้วนสมบูรณ์ ทารกที่คลอดก่อนกำหนดจำเป็นต้องได้รับการดูแลเป็นพิเศษในหอผู้ป่วยทารกแรกเกิด

สาเหตุของภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดนั้นยังไม่แน่ชัด โดยภาวะดังกล่าวสามารถเกิดขึ้นได้กับหญิงตั้งครรภ์ได้ทุกคน

อาการ

- การหดตัวของมดลูกอย่างสม่ำเสมอหรือบ่อย ๆ
- ปวดหลังล่างเป็นประจำ
- รู้สึกปวดถ่วงบริเวณเชิงกรานหรือท้องน้อย
- มีเลือดออกทางช่องคลอด
- ภาวะฉุนน้ำคร่ำรั่วก่อนกำหนด
- ลักษณะของตกขาวที่เปลี่ยนไป

ควรไปพบแพทย์เมื่อไร

หากมีอาการดังกล่าวหรือเกิดความกังวลใจ ควรไปพบแพทย์ทันที ไม่ต้องอายหากอาการดังกล่าวกลายเป็นเพียงอาการเจ็บท้องหลอก

ปัจจัยเสี่ยง

- อายุมารดาตอนตั้งครรภ์ เช่น อายุน้อยหรือมากเกินไป
- ระยะห่างระหว่างการตั้งครรภ์ครั้งก่อนน้อยกว่า 6 เดือนหรือมากกว่า 59 เดือน
- เคยมีภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดมาก่อน
- ตั้งครรภ์ลูกแฝด
- ภาวะปากมดลูกสั้น
- ภาวะน้ำคร่ำมาก
- มีปัญหาเรื่องมดลูกเช่นมีเนื้องอก หรือรกเกาะต่ำ มีเลือดออก
- การติดเชื้อที่น้ำคร่ำหรืออวัยวะสืบพันธุ์

- มีโรคประจำตัว เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคภูมิแพ้ตัวเอง หรือภาวะซีมเศร้า
- ผ่านเหตุการณ์ที่ส่งผลต่อร่างกายหรือจิตใจ เช่น การเสียชีวิตของบุคคลอันเป็นที่รัก
- การสูบบุหรี่หรือใช้สารเสพติด

ภาวะแทรกซ้อน

ภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดอาจนำไปสู่การคลอดทารกคลอดก่อนกำหนด ซึ่งส่งผลให้ทารกมีปัญหาด้านสุขภาพเนื่องจากอวัยวะต่าง ๆ ยังไม่พัฒนาเต็มที่ ทารกมีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ อาจมีปัญหาเรื่องระบบการหายใจ ปัญหาด้านสายตาและการมองเห็น ทารกที่เกิดก่อนกำหนดยังมีความเสี่ยงต่อภาวะสมองพิการและปัญหาทางด้านการเรียนรู้และพฤติกรรม



การป้องกัน

ภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดไม่สามารถป้องกันได้ แต่การดูแลสุขภาพคุณแม่ตั้งครรภ์ก็มีส่วนช่วยส่งเสริมสุขภาพครรภ์ให้แข็งแรง

- พบสูตินรีแพทย์ตามนัดทุกครั้ง ปรีกษาแพทย์หากมีอาการที่ทำให้กังวลใจ
- รับประทานอาหารที่มีประโยชน์
- หลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติดหรือสูบบุหรี่
- หากมีโรคประจำตัว ควรแจ้งแพทย์และดูแลควบคุมอาการของโรค
- หลีกเลี่ยงการตั้งครรภ์ที่เว้นระยะห่างระหว่างตั้งครรภ์น้อยกว่า 6 เดือนหรือมากกว่า 59 เดือน
- ดูแลควบคุมโรคประจำตัวหากมี

การตรวจวินิจฉัย

แพทย์จะทำการซักประวัติ รวมถึงพิจารณาปัจจัยเสี่ยงของภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด

- การตรวจภายใน แพทย์จะทำการตรวจความแข็งแรงของมดลูก รวมถึงขนาดและตำแหน่งของทารกในครรภ์ หากไม่มีอาการน้ำเดินหรือรกเกาะต่ำ แพทย์อาจทำการวัดขนาดปากมดลูก พร้อมทั้งตรวจดูว่ามีภาวะเลือดออกจากโพรงมดลูกหรือไม่
- การอัลตราซาวด์ช่องคลอด แพทย์อาจทำการอัลตราซาวด์ช่องคลอดเพื่อวัดความยาวของปากมดลูก ตรวจดูตำแหน่งและคะแนนน้ำหนักของทารก รวมถึงปริมาณน้ำคร่ำ

การตรวจในห้องปฏิบัติการ แพทย์อาจสั่งให้เก็บตัวอย่างสารคัดหลั่งจากช่องคลอดเพื่อตรวจหาการติดเชื้อและสารไฟโบรเนกทิน (fetal fibronectin) ซึ่งทำหน้าที่คล้ายกาวยึดเยื่อหุ้มทารกกับผนังมดลูกซึ่งจะหลุดลอกออกมาเมื่อกำลังจะมีการคลอด

การรักษา

ไม่มียาหรือการรักษาใด ๆ ที่สามารถหยุดการคลอดได้ แต่แพทย์อาจจ่ายยาเพื่อช่วยอาการดังต่อไปนี้

- ยาคอร์ติโคสเตียรอยด์ช่วยเร่งการเจริญของปอดของทารก แพทย์อาจให้ยาคอร์ติโคสเตียรอยด์ในคุณแม่ที่มีอายุครรภ์ 23-34 สัปดาห์ที่มีความเสี่ยงที่จะคลอดบุตรภายใน 1-7 วันข้างหน้า หรือมีความเสี่ยงที่จะคลอดบุตรระหว่างที่มีอายุครรภ์ 34-37 สัปดาห์

- แมกนีเซียมซัลเฟตอาจช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดความพิการทางสมองของทารกได้ โดยเฉพาะในทารกที่เกิดก่อนอายุครรภ์จะครบ 32 สัปดาห์
- ยาโทโคไลติกส์หรือยาที่ยับยั้งไม่ให้มดลูกหดตัว ช่วยชะลอการหดตัวของมดลูกออกไปอย่างน้อย 48 ชั่วโมง เพื่อให้ปอดของทารกในครรภ์ได้รับการกระตุ้นจากยาคอร์ติโคสเตียรอยด์ผ่านทางมารดา อย่างไรก็ตามไม่แนะนำให้ใช้ยาโทโคไลติกส์หากมีอาการภาวะความดันโลหิตสูงเนื่องจากการตั้งครรภ์

การผ่าตัด

หากคุณแม่ตั้งครรภ์มีความเสี่ยงที่จะคลอดก่อนกำหนดเนื่องจากคอมดลูกสั้น โดยเฉพาะในรายที่อายุครรภ์น้อยกว่า 24 สัปดาห์ มีประวัติคลอดก่อนกำหนด หรือปากมดลูกเปิด หรือคอมดลูกสั้นกว่า 25 มิลลิเมตร แพทย์อาจทำการเย็บผูกปากมดลูก โดยแพทย์จะตัดไหมออกเมื่ออายุครรภ์ครบ 36 สัปดาห์หรือเร็วกว่านั้นหากจำเป็น

การใช้ยา

ในรายที่มีประวัติการคลอดบุตรก่อนกำหนด แพทย์อาจให้การรักษาโดยการให้ยาฮอร์โมนโปรเจสเตอโรน ในรูปแบบยาฉีดที่เรียกกันว่า ไฮดรอกซีโปรเจสเตอโรน คาโปรเอต ในช่วงไตรมาสที่ 2 จนถึงสัปดาห์ที่ 37 แพทย์อาจให้ยาฮอร์โมนโปรเจสเตอโรนแบบสอดทางช่องคลอดในรายที่พบว่าคอมดลูกสั้นตั้งแต่อายุครรภ์ที่ 24 โดยการให้ยาฮอร์โมนโปรเจสเตอโรนทางช่องคลอดได้ผลดีเทียบเท่ากับการ เย็บผูกปากมดลูก

การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและดูแลรักษาตัวเองที่บ้าน

อาการท้องแข็งเนื่องจากมดลูกหดตัวหรือการเจ็บครรภ์หลอกเป็นอาการปกติที่เกิดขึ้นได้ หากเริ่มมีอาการที่น่าสงสัย คุณแม่ตั้งครรภ์อาจลองเดิน นอนพัก หรือเปลี่ยนท่าทาง เพื่อดูว่าอาการหายไปหรือไม่ หากอาการหดตัวของมดลูกไม่บรรเทาลง นั่นอาจเป็นสัญญาณของภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด

การพักรักษาอยู่บนเตียง (Bed rest) ในครรภ์ที่ไม่มีปัจจัยเสี่ยงอื่นๆ ไม่ช่วยลดความเสี่ยงของภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด และอาจทำให้เกิดกล้ามเนื้อไม่แข็งแรง เกิดภาวะลิ่มเลือดอุดตัน และรู้สึกหงุดหงิด

การเตรียมตัวก่อนพบแพทย์

- พาสามี คนในครอบครัว หรือเพื่อนไปด้วยเพื่อช่วยจดจำคำแนะนำของแพทย์
- จดคำถามที่ต้องการถามแพทย์

ตัวอย่างคำถามที่ผู้ป่วยอาจจะอยากถามแพทย์

- อาการที่เป็นคืออาการเจ็บท้องคลอดใช่หรือไม่
- มีความเสี่ยงที่จะคลอดบุตรก่อนกำหนดหรือไม่
- มีกิจกรรมอะไรที่ควรทำหรือควรงดเพื่อให้การตั้งครรภ์ดำเนินต่อไปได้จนครบกำหนด
- อาการเช่นไรที่ควรมาพบแพทย์โดยทันที
- คำถามที่แพทย์อาจถาม
- เริ่มมีอาการเหล่านี้เมื่อไร
- มดลูกบีบตัวกี่ครั้งในระยะเวลา 1 ชั่วโมง
- มีเลือดออกทางช่องคลอดหรือไม่
- มีไข้ หรือสัมผัสผู้ป่วยติดเชื้อบ้างหรือไม่
- มีประวัติตั้งครรภ์ล่าสุดเมื่อไร เคยแท้งบุตรหรือได้รับการผ่าตัดมดลูกบ้างหรือไม่
- สูบบุหรี่หรือไม่
- บ้านอยู่ไกลจากโรงพยาบาลหรือไม่ ใช้เวลาเดินทางนานเท่าไร

ภาวะเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนดนั้นเป็นอันตรายต่อทารกในครรภ์ ควรพูดคุยปรึกษากับแพทย์จนเข้าใจผลการตรวจวินิจฉัยและวิธีดูแลตนเองเพื่อรักษาสุขภาพของบุตรในครรภ์

ขอบคุณบทความของ

นพ.วรชัย ชื่นชมพูนุท

สูตินรีแพทย์ผู้ชำนาญการด้านสูติศาสตร์และนรีเวชวิทยา