

สาเหตุการคลอดก่อนกำหนด

1. ฤกษ์น้ำคั่วแตกก่อนกำหนด
2. รถเกะต่า
3. ครรภ์แฝด
4. การกระเจียวเติบโตผิดปกติ
5. การสูบบุหรี่
6. มารดาอายุมาก หรือน้อยเกินไป
7. มดลูกรูปร่างผิดปกติ / เนื้องอก
8. มีการอักเสบ เช่น ไล่ตั้ง



สัญญาณเตือน



1. ท้องป็น ท้องแข็ง
2. มีน้ำใสออกทางช่องคลอด
3. มีเลือดออกทางช่องคลอด
4. มีตกขาว/เขียว/เหลืองออกทางช่องคลอด
5. ปัสสาวะแสบ
6. การกระตุ้นน้อย



ป้องกันภาวะคลอดก่อนกำหนด

พักผ่อนมากๆ



วิธีการนอน คือ นอนตะแคง

รับประทานอาหารที่มีประโยชน์



ดื่มน้ำวันละ 2-3 ลิตร

ขยับถ่ายให้เป็นปกติ และอย่ากลั้นปัสสาวะ



งดการสูบบุหรี่ หรืออยู่ใกล้คนสูบบุหรี่

งดการกระทำที่ทำให้มดลูกหดตัว เช่น การมีเพศสัมพันธ์



สังเกตอาการผิดปกติของตัวเอง เช่น การเจ็บครรภ์ เด็กดิ้นน้อยลง มีน้ำเดิน มีเลือดออก



โครงการสร้างเสริม
สุขภาพเชิงรุก เพื่อลดภาวะ
คลอดก่อนกำหนด



องค์กรบริหารส่วนตำบลโพรงฉิ่ง
อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ

การคลอดก่อนกำหนด

การคลอดก่อนกำหนด Preterm Labor เป็นภาวะการคลอดก่อนอายุครรภ์ครบ 37 สัปดาห์ ซึ่งการเหล่านี้อาจถึงแม้ว่าอวัยวะต่างๆ ครบสมบูรณ์ แต่การทำงานของอวัยวะบางส่วนยังไม่ดีเท่าที่ควรครบกำหนด ซึ่งช่วงหลังคลอดมักต้องการการดูแลเป็นพิเศษและต้องอยู่รักษาในโรงพยาบาลนานกว่าปกติ



ซีซาร์ คัดเชื้อรุนแรง



ลำไส้เน่า



เลือดออกในโพรงสมอง



เส้นเลือดไม่ปิดหลังคลอด



ปอดแลกเปลี่ยนออกซิเจนไม่ได้ ต้องช่วยใจ



ความสำคัญ



การคลอดก่อนกำหนดเป็นปัญหาทางสาธารณสุข เพราะเป็นเหตุของการเสียชีวิตและความพิการระยะยาวของการที่พบบ่อย การมีน้ำหนักน้อย อวัยวะต่างๆ ยังไม่สามารถทำงานได้เอง โดยเฉพาะระบบหายใจ

ปกติสตรีตั้งครรภ์ จะมีอายุครรภ์ประมาณ 38-40 สัปดาห์ การคลอดก่อนกำหนด คือ มีการคลอดการออกก่อนอายุครรภ์ 37 สัปดาห์เต็ม



ทารกที่คลอดก่อนกำหนดจะมีน้ำหนักน้อย ปกติ น้ำหนักทารกปกติ ที่คลอดอายุครรภ์ 38 - 40 สัปดาห์ จะอยู่ที่ประมาณ 2,500 - 3,000 กรัม ถ้าคลอดก่อนกำหนดมักจะมีน้ำหนักน้อยกว่า 2,500 กรัม

เตรียมความพร้อม กอองแต่งงาน



ตรวจสุขภาพก่อนสมรส เพื่อค้นหาโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เช่น เอชไอวี ซิฟิลิส หรือ โรคทางพันธุกรรมที่ถ่ายทอดจากพ่อ-แม่สู่ลูก เช่น โรคซิดราลิสซีเมีย ฯลฯ เป็นต้น



อันตรายจากการคลอดก่อนกำหนด

ผลกระทบต่อแม่



เครียด



ซึมเศร้า

ผลกระทบต่อลูก



หายใจลำบาก

ขาดออกซิเจน

หยุดหายใจ

เลือดออกในโพรงสมอง