

1. การเหน็บฮอร์โมนโปรเจสเตอโรนทางช่องคลอด
โดยให้เหน็บก่อนนอนวันละ 1 ครั้ง ตั้งแต่อายุ
ครรภ์ 16 สัปดาห์ จนถึง 36 สัปดาห์

วิธีการเหน็บยา

1. ควรเหน็บยาก่อนนอน เพื่อป้องกันยาหลุด
2. เตรียมตัวก่อนเหน็บยาโดยปัสสาวะอุจจาระให้
เรียบร้อย และทำความสะอาดอวัยวะเพศภายนอก
ทวารหนักแล้วล้างมือให้สะอาด
3. นอนหงาย ชันเข้าทั้งสองข้าง สอดยาเข้าทางช่อง
คลอดช้าๆ ให้ลึกๆ
4. ควรนอนในท่าเดิมต่อประมาณ 15 นาที อย่ารีบลุก
เดินทันที เพื่อให้ยาละลายเคลือบช่องคลอดก่อน

คำถาม : ถ้าหากลืมเหน็บยาจะต้องทำอย่างไร

คำตอบ : เหน็บยาตามขนาดเดิมในครั้งต่อไป ไม่ควร
เพิ่มยาเป็น 2 เท่า

2. การฉีดฮอร์โมนโปรเจสเตอโรนเข้ากล้ามเนื้อ
บริเวณสะโพก หรือต้นแขนทุกสัปดาห์ ตั้งแต่อายุ
ครรภ์ 16 สัปดาห์ จนถึง 36 สัปดาห์

คำถาม : ถ้าหากลืมฉีดยาจะต้องทำอย่างไร

คำตอบ : ประสิทธิภาพในการรักษาอาจลดลงหาก

ท่านลืมไปรับการฉีดยาตามแพทย์สั่ง ให้ไป
ฉีดยาทันทีที่นึกได้ และฉีดยาในรอบต่อไป
ตามกำหนดเดิม

ห้าม เพิ่มขนาดยาที่ฉีดเป็น 2 เท่าเพื่อทดแทนยาที่ลืม
อาการข้างเคียงที่อาจเกิดขึ้น

อาจเกิดปฏิกิริยาบริเวณที่ฉีดยา เช่น มีอาการ
ปวด บวม แดงบริเวณที่ฉีดยาได้

จัดทำโดย

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

องค์การบริหารส่วนตำบลวังตะเคียน

79 ม.8 ต.วังตะเคียน อ.เมืองฉะเชิงเทรา

จ.ฉะเชิงเทรา

โทร 038088035



คำแนะนำสำหรับผู้ป่วย

ที่มีภาวะเสี่ยงต่อการ

เจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด



กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
องค์การบริหารส่วนตำบลวังตะเคียน

การคลอดก่อนกำหนดนับเป็นปัญหาสำคัญทางด้านสาธารณสุข เนื่องจากการคลอดก่อนกำหนดทำให้ทารกมีโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อนได้มากขึ้น เช่น การหายใจล้มเหลว มีเลือดออกในสมอง การติดเชื้อในทางเดินอาหาร การติดเชื้อในกระแสเลือด ซัก และอาจเสียชีวิตได้ในที่สุด ซึ่งพบว่าถ้ามีการคลอดเมื่ออายุครรภ์ที่น้อย จะมีโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อนได้มากขึ้น

การเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด หมายถึงการที่มดลูกมีการบีบรัดตัวอย่างสม่ำเสมอ ทำให้ปากมดลูกมีการบางตัวและเปิดขยาย ก่อนอายุครรภ์ 37 สัปดาห์

การคลอดก่อนกำหนด หมายถึง การคลอดตั้งแต่อายุครรภ์ 24 สัปดาห์จนถึงทารกคลอดออกมาก่อนอายุครรภ์ 37 สัปดาห์เต็ม

สาเหตุและปัจจัยเสี่ยง

สาเหตุของการคลอดก่อนกำหนดส่วนใหญ่เกิดขึ้นโดยไม่ทราบสาเหตุที่แน่ชัด แต่มักพบร่วมกับปัจจัยชักนำ หลายอย่าง เช่น

- มีประวัติการคลอดก่อนกำหนดในครรภ์ก่อน
- การตั้งครรภ์แฝด
- มีภาวะแทรกซ้อนทางอายุรศาสตร์
- มีการใช้สารเสพติดในระยะตั้งครรภ์
- มีการติดเชื้อในร่างกาย

- ทารกมีความผิดปกติหรือพิการแต่กำเนิด

อาการและอาการแสดง

- มีอาการเจ็บครรภ์หรือปวดท้อง
- มีอาการปวดหลัง
- ปวดหน่วงคล้ายปวดระดู รู้สึกไม่สบายที่บริเวณท้องน้อยและขาหนีบ
- มีอาการปัสสาวะบ่อย
- มีน้ำใสหรือมูกเลือดออกทางช่องคลอด



อาการผิดปกติที่ควรมาพบแพทย์ก่อนวันนัด

1. มีอาการเจ็บครรภ์ หรือมีมดลูกหดตัว อย่างสม่ำเสมอ
2. มีน้ำเดิน
3. มีมูกเลือด
4. เด็กคืบน้อยลง

การดูแลตนเองเพื่อป้องกันและลดความเสี่ยงต่อการเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด

1. ควรมาฝากครรภ์ทุกครั้งตามแพทย์นัด
2. พักผ่อนอย่างเพียงพออย่างน้อย 6-8 ชม/วัน ไม่ทำงานหนักหรือเดินทางไกล
3. ควรดื่มน้ำวันละ 8-10 แก้ว เพื่อป้องกันการขาดน้ำ รับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ เน้นย้ำการรับประทานยาบำรุงเลือดอย่างสม่ำเสมอ
4. ควรตรวจหรือเลิกสารเสพติดทุกชนิด
5. ไม่ควรกลั้นปัสสาวะ ควรปัสสาวะทุก 4 ชั่วโมง เพราะอาจทำให้เกิดการติดเชื้อในระบบทางเดินปัสสาวะได้
6. งดการมีเพศสัมพันธ์ในรายที่เสี่ยงต่อการเจ็บครรภ์คลอดก่อนกำหนด
7. สังเกตอาการผิดปกติของตนเอง เช่น มีท้องแข็งหรือมดลูกหดตัว 3-4 ครั้ง/ชั่วโมง ให้นอนพักบนเตียงทันที แต่ถ้ามีอาการท้องแข็งบ่อยมากขึ้น ควรรีบมาโรงพยาบาลทันที
8. สังเกตสิ่งคัดหลั่งทางช่องคลอด ถ้ามีน้ำใสๆ หรือมีมูกปนเลือดออกทางช่องคลอด ให้รีบมาโรงพยาบาลทันที
9. ทำจิตใจให้สบาย ผ่อนคลายจิตใจ ลดความวิตกกังวล

การให้ฮอร์โมนโปรเจสเตอโรน ในรายที่มีความเสี่ยงเพื่อป้องกันการคลอดก่อนกำหนด

ข้อมูลจาก : คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล