

ลูกอุจจาระสีเขียวขี้ม้าเหม็นปกติไหม บอกอะไรบ้าง

รวมบทความเกี่ยวกับการย่อยอาหารและการขับถ่ายของลูกน้อย

บทความ

ม.ค. 20, 2024

5นาที

โดยปกติเด็กแรกเกิดจะมีการขับถ่ายภายใน 24 ชั่วโมงหลังจากคลอด และอุจจาระครั้งแรกลักษณะจะเป็นสีเหลือง แต่เมื่อวันถัดมาจะเปลี่ยนเป็นสีเขียวเข้ม เนื่องจากมีการขับถ่ายของลูกน้อยสีเหลือง แสดงถึงว่าลูกน้อยเริ่มมีการดูดนมและดูดนมอย่างต่อเนื่องแล้ว ซึ่งเป็นสีที่เรียกว่า "เขียวขี้ม้า" (Meconium) ซึ่งจะหายไปในวันถัดมา แต่ถ้าหากลูกน้อยยังคงมีการขับถ่ายสีเขียวขี้ม้าอยู่ต่อเนื่องเป็นเวลานาน ก็อาจมีสาเหตุทางการแพทย์ เช่น ภาวะลำไส้ตัน หรือการติดเชื้อในระบบ��化道 ควรพบแพทย์ทันที

ถ้าลูกกินนมแม่แล้วอุจจาระเป็นสีเขียว คุณแม่จำเป็นต้องหยุดกินผักใบเขียวใหม่คะ?

คลิก

ไม่จำเป็นเลยค่ะ! คุณแม่ควรทานอาหารที่มีประโยชน์ให้ครบ 5 หมู่ต่อไปตามปกติ การที่อุจจาระของลูกเป็นสีเขียวหลังจากที่คุณแม่ทานผักใบเขียวเป็นเพียงการสะท้อนสีของคลอโรฟิลล์ที่ส่งผ่านทางนมเท่านั้น ซึ่งไม่ได้เป็นอันตรายต่อลูกน้อยแต่อย่างใด ตราบใดที่ลูกยังดูดนมอยู่ดี ไม่ต้องห่วง แต่ถ้าหากลูกยังมีอาการอื่นร่วมด้วย ก็ไม่ต้องกังวลและไม่จำเป็นต้องดูดนมผักที่มีประโยชน์เหล่านั้นค่ะ หากยังมีอาการต่อเนื่อง ควรปรึกษาภูมิแพ้แพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญด้านโภชนาการเด็ก

ลูกกินนมผงค่ะ ทำไมอุจจาระถึงเป็นสีเขียวเข้มได้คะ?

คลิก

สำหรับเด็กที่กินนมผง สาเหตุที่พบบ่อยที่สุดที่ทำให้อุจจาระเป็นสีเขียวเข้มหรือสีเขียวขี้ม้าคือ "ราดใหญ่" ที่เสริมเข้ามาในนมผงสูตรต่างๆ ค่ะ ซึ่งนี่เป็นสัญญาณปกติที่บ่งบอกว่าลูกน้อยได้รับสารอาหารอย่างเพียงพอ และไม่ได้เป็นอันตรายแต่อย่างใดค่ะ นอกจากนี้ การเปลี่ยนยิห้องน้ำของลูกน้อยอาจทำให้สีของอุจจาระเปลี่ยนแปลงไปได้ในช่วงแรกเช่นกัน

ได้ยินเรื่อง "นมส่วนหน้า/ส่วนหลัง" จะรู้ได้อย่างไรค่ะว่าลูกอุจจาระสีเขียว เพราะสาเหตุนี้?

คลิก

คุณแม่สามารถสังเกตได้จากลักษณะของอุจจาระและการขับถ่ายของลูกร่วมกันค่ะ หากเป็นพระเครื่องที่ได้รับนมส่วน

หน้า (ที่มีน้ำตาลแลดูสูง) มากเกินไป อุจจาระมักจะมีลักษณะ:

เป็นสีเขียวสด หรือเขียวสว่าง

มีฟองฟอดปนอยู่

อาจจะดูเหลวและถ่ายออกมาแบบพุ่งๆ

ลูกอาจมีอาการอ่อน ห้องอีด หรือพยายามบ่อยกว่าปกติ

วิธีแก้ไขเบื้องต้นคือ พยายามให้ลูกดูดน้ำจากเต้าข้างเดิมให้นานขึ้นจนรู้สึกว่าเต้านั้มลง ก่อนที่จะสลับไปอีกข้าง เพื่อให้ลูกได้วันน้ำส่วนหลังที่มีไขมันสูงและช่วยให้สบายห้องมากขึ้นค่ะ

สรุป

- ลูกน้อยขับถ่ายครั้งแรกหลังจากคลอด มีลักษณะเหมือนไขว้ขัน สีเขียวปนเทาหรือดำ ถือเป็นเรื่องปกติ เพราะเป็นกระบวนการขับถ่ายของเสียจากลำไส้ใหญ่ของเด็กตามธรรมชาติ หรือที่เรียกว่า ขี้เทา (Meconium)
- โดยปกติ หากพบกว่าลูกอุจจาระสีเขียว ถือเป็นปกติ แต่หากมีอาการร่วมด้วย อาทิ มีกลิ่นเหม็น มีเมือกหรือเลือดเจือปน ร่วมกับมีอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก หรือมีผื่นขึ้นบริเวณผิวน้ำ และลูกน้อยมีอาการซึม รับประทานอาหารได้น้อยลง ควรรีบไปพบแพทย์โดยทันที

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- อุจจาระของเด็กแรกเกิด เริ่มเปลี่ยนสีตอนไหน
- ลูกน้อยอุจจาระเป็นสีเขียว เกิดจากอะไรได้บ้าง
- หากกินนมแม่ แต่อุจจาระสีเขียวอยู่ เพราอะไร
- อาการที่บ่งบอกว่าลูกน้อยที่ติดเชื้อไวรัส ลำไส้อักเสบ
- อาการร่วมแบบไหน ที่ควรรีบพาลูกไปพบแพทย์

อุจจาระแรกของเด็กแรกเกิดเรียกว่า ขี้เทา (Meconium) เป็นของเสียที่สะสมในลำไส้ใหญ่ตั้งแต่ช่วง 2-3 เดือนแรกในครรภ์ มีลักษณะเหมือนไขว้ขัน สีเขียวปนเทาหรือดำ โดยปกติเด็กจะไม่ขับถ่ายขี้เทาในครรภ์ แต่หากเกิดการขับถ่ายผิดปกติและปนในน้ำครา อาจเสี่ยงต่อสุขภาพของลูกในครรภ์ได้

อุจจาระของเด็กแรกเกิด เริ่มเปลี่ยนสีตอนไหน

สีอุจจาระทารกหรืออุจจาระของเด็กแรกเกิดจะมีสีเขียวปนเทา หรือเทาปนดำในช่วงแรก และจะเริ่มเป็นเขียวปนเหลืองมากขึ้น จนเป็นสีเหลืองในท้ายที่สุด และมีลักษณะเหลวขึ้น มีนำเจือปนมากขึ้น ซึ่งหากได้วันปีมานานเม้มที่เพียงพอ อาจใช้เวลาประมาณ 4-5 วัน โดยเด็กอาจจะขับถ่ายประมาณ 3-6 ครั้งต่อวัน และปริมาณต่อครั้งเพิ่มขึ้นตามด้วย

ลูกน้อยอุจจาระเป็นสีเขียว เกิดจากอะไรได้บ้าง

1. อาหารการกินของคุณแม่ที่ให้นมลูก

อาทิ ผักใบเขียว ผลไม้บางชนิด น้ำผลไม้ หรือวิตามินต่าง ๆ เป็นต้น เมื่อลูกกินนมแม่เข้าไปปึงอาจมีสีเขียวเลือปนได้

2. การได้น้ำนมจากแม่ที่ไม่สมดุลกัน

โดยปกติน้ำนมแม่จะแบ่งการผลิตน้ำนมในแต่ละช่วงออกเป็น 2 ส่วน คือ น้ำนมส่วนหน้าและน้ำนมส่วนหลัง นำนมส่วนหน้าที่มีส่วนประกอบของนำตาลสูง แต่มีไขมันต่ำ และนำนมส่วนหลังซึ่งมีไขมันสูงขึ้น ในบางครั้งลูกอาจดูดนมไม่นานพอจึงทำให้ได้รับแค่น้ำนมส่วนหน้าที่มีนำตาลสูงเท่านั้น ส่งผลต่ออุจจาระมีสีเขียว เหлоว และอาจมีฟองໄได

3. ท้องเสียหรือติดเชื้อไวรัส

อุจจาระของลูกน้อยมีกลิ่นเหม็น และมีเมือกร่วมด้วย

4. แพ้สารอาหารบางชนิด

อาจมีอาการหายใจลำบาก อุจจาระมีสีเขียวและมีเมือก หรือมีผื่นผิวหนัง

5. ได้รับนมไม่เพียงพอ

ลูกน้อยที่ได้รับน้ำนมไม่เพียงพอ อาจทำให้อุจจาระลดลงและน้ำหนักตัวลดลงตาม

การกินนมแม่ แต่อุจจาระสีเขียวอยู่ เพราะอะไร

โดยปกติเมื่อเด็กอายุ 6 สัปดาห์ขึ้นไป อาจมีการเปลี่ยนแปลงเรื่องการขับถ่าย จากช่วงแรกมีการขับถ่ายวันละ 3-6 ครั้ง หรืออุจจาระทันทีหลังได้รับน้ำนมแม่ และอุจจาระมีสีเหลืองทองมากขึ้น ซึ่งถือว่าเด็กได้รับน้ำนมปริมาณเพียงพอ ซึ่งพอเด็กโตขึ้นมากกว่า 6 สัปดาห์ ในบางครั้งคุณแม่อาจพบว่าลูกมีอุจจาระปนสีเขียวได้อีก และมีลักษณะข้นเหนียวขึ้นจากเดิม รวมถึงลดจำนวนอุจจาระลงเป็น 1-2 ครั้งต่อวันเท่านั้น ถือเป็นเรื่องปกติ ซึ่งบางครั้งอุจจาระสีเขียวอาจเกิดจากอาหาร ผัก ผลไม้บางชนิดที่คุณแม่ได้รับเข้าไป

อาการที่บอกว่าลูกน้อยที่ติดเชื้อไวรัส ลำไส้อักเสบ

- ถ่ายบ่อยกว่าปกติ ซึ่งหากลูกขับถ่ายมากกว่าวันละ 1-2 ครั้ง และมีลักษณะเหลวมาก อาจทำให้ลูกซึมผิดปกติ เพราะร่างกายขาดน้ำ
- อุจาระมีกลิ่นเหม็นผิดปกติ สีปนเขียว และมีอาการไข้ มีน้ำมูก และไอร่วมด้วย
- มีเมือกติดอุကมาด้วย บางครั้งอาจมีเลือดปนอุคมาด้วย

อาการร่วมแบบไหน ที่ควรรีบพาลูกไปพบแพทย์

คุณพ่อคุณแม่ควรหมั่นสังเกตลูกน้อย ทั้งในส่วนของร่างกาย มีผื่นผิวหนัง ทารกตัวเหลือง การขับถ่ายที่ลดน้อยลง ลักษณะของอุจาระมีสีเขียว ลูกอุจาระสีเขียวปนเหลืองหรือลูกอุจาระสีเขียวขี้ม้าเหม็น เหลวมากกว่าปกติ มีมูกเลือดเจือปน มีไข้ น้ำมูก และไอ รวมถึงพฤติกรรมที่ดูซึม ง่วงนอนบ่อยขึ้น รับประทานนมแม่ได้น้อยลง อาการเหล่านี้คุณแม่ไม่ควรนิ่งนอนใจ แต่รีบพาลูกไปพบแพทย์เพื่อตรวจหาสาเหตุและรับการรักษาที่ถูกวิธีโดยทันทีค่ะ

คุณแม่หularyคุณอาจสงสัยว่า ลูกอุจาระสีเขียวปนเหลือง ลูกมีอุจาระสีเขียวอันตรายไหม อุจาระเป็นสิ่งหนึ่งที่เกิดขึ้นตามกระบวนการตามธรรมชาติของเด็กตั้งแต่อยู่ในครรภ์คุณแม่ ซึ่งเป็นการขับของเสียออกจากการร่างกายและเก็บไว้ที่ลำไส้ใหญ่ เมื่อเด็กคลอดออกมานะ จะเกิดการขับถ่ายของเสียออกจากร่างกาย โดยในช่วงแรกจะมีเขียวเข้ม หรือเขียวปนเทาดำ ซึ่งถือเป็นเรื่องปกติที่คุณพ่อคุณแม่ต้องหันศึกษา และคอยสังเกตุลักษณะของอุจาระของลูกน้อยในแต่ละช่วงวัย เพื่อเป็นการบากลักษณะสุขภาพของลูกได้นะเอง

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- Health check แบบประเมินสุขภาพของคุณแม่และพัฒนาการของลูกน้อย
- จุกหลอก ดีกับลูกน้อยจริงไหม จุกนมหลอก ข้อดีข้อเสียมีอะไรบ้าง
- ทารกตัวเหลือง เกิดจากอะไร พร้อมวิธีดูแลทารกตัวเหลือง
- สายสะต้อทารก สะต้อไกล์หลุดเป็นแบบไหน พร้อมวิธีทำความสะอาด
- วิธีห่อตัวทารกที่ถูกต้อง ให้ลูกน้อยสบายตัว เมื่อนอนอยู่ในห้องแม่
- เด็กทารกสะอึก เกิดจากอะไร วิธีไหนที่ช่วยบรรเทาอาการลูกสะอึก
- ทารกไม่ยอมนอน ลูกร้องให้หงอย นอนหลับยาก พร้อมวิธีรับมือ
- ตารางการนอนของทารก 0-1 ปี ทารกควรนอนวันละกี่ชั่วโมง
- ทารกนอนสะดึง เกิดจากอะไร พร้อมวิธีแก้ลักษณะดึงและวิธีรับมือ
- ลูกหัวแบบ ทารกหัวแบบ คุณแม่ทำอย่างไรได้บ้าง พร้อมวิธีแก้ไขเบื้องต้น
- วิธีลดไข้ทารกแรกเกิด อาการทารกเป็นไข้ ทารกตัวร้อน พร้อมวิธีวัดไข้

อ้างอิง:

- “ลักษณะทั่วไปของثارกแรกเกิด” สิ่งที่พ่อแม่ควรรู้..เพื่อความผิดปกติ, โรงพยาบาลพญาไท
- ภาวะสูดสำลักขี้เทาในเด็กแรกเกิด ตอนที่ 1, คณะแพทย์ศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล
- อุจจาระของทารกที่กินนมแม่, มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย
- อุจจาระของทารกที่กินนมแม่, พับแพทช์ (PobPad)
- ที่ลูกน้อยร้องไห้...อาจเป็นพระ ๕ โรคลำไส้ในเด็กเล็กนี้, โรงพยาบาลพญาไท

อ้างอิง ณ วันที่ 24 ธันวาคม 2566



คุณแม่ตั้งครรภ์



แม่ผ่าคลอด

ดูแลลูกตามช่วงวัย

ภูมิแพ้ในเด็ก



เอโลฟ้าแอล์ค สพิงโกไม้อีลิน

พัฒนาการสมองลูกน้อย

การขับถ่ายลูกน้อย

คุณแม่ให้นมบุตร

เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่ท้อง พร้อมปฏิทินการตั้งครรภ์

อาหารเด็ก

S-Mom Club

ข้อมูลผลิตภัณฑ์

ໂປຣໂມໝ່ານ