

รวมบทความ ทารกแรกเกิด การดูแลเด็กทารกให้ดีที่สุด
บทความ

ลูกปวดท้องตรงสะดือเป็น ๆ หาย ๆ เกิดจากอะไร พร้อมวิธีดูแล

ก.พ. 2, 2024

8 นาที

อาการปวดท้องเป็น ๆ หาย ๆ คืออาการที่พบได้บ่อยทั้งในเด็กและผู้ใหญ่ แต่อาการปวดท้องตรงสะดือเป็น ๆ หาย ๆ ในเด็กมีความน่าเป็นห่วงกว่า เนื่องจากลูกน้อย ยังไม่สามารถบอกถึงอาการปวดท้องหรือตำแหน่งของการปวดท้องได้อย่างชัดเจน พ่อแม่จึงต้องคอยสังเกตอาการลูกดูว่าเด็กมีอาการอื่นนอกจากอาการปวดท้องหรือไม่ เพราะอาการปวดท้องแต่ละแบบบ่งบอกถึงอาการของโรคที่แตกต่างกัน

ลูกบอกว่าปวดท้องตรงสะดือ แต่ยังวิ่งเล่นได้ปกติ แบบนี้ต้องกังวลไหมคะ?

คลิก

หากลูกปวดท้องบริเวณสะดือเป็น ๆ หาย ๆ แต่ยังคงร่าเริง วิ่งเล่นได้ กินอาหารได้ปกติ และไม่มีอาการอื่น ๆ ร่วมด้วย ส่วนใหญ่มักจะไม่ใช่อาการที่น่ากังวลค่ะ สาเหตุอาจมาจากภาวะท้องอืดเล็กน้อย, อาหารไม่ย่อย, หรืออาจเป็นอาการปวดท้องที่สัมพันธ์กับความเครียด (Functional Abdominal Pain) ซึ่งพบได้บ่อยในเด็กวัยเรียน อย่างไรก็ตาม คุณแม่ควรสังเกตอาการต่อไป หากลูกเริ่มปวดบ่อยขึ้น, ปวดรุนแรงขึ้น, หรือมีอาการอื่นแทรกซ้อน ควรพาไปพบแพทย์เพื่อความสบายใจค่ะ

ลูกปวดท้องตอนกลางคืนบ่อย ๆ จนต้องตื่นมาร้อง แบบนี้เกิดจากอะไรได้บ้างคะ?

คลิก

การปวดท้องจนปลุกให้ลูกตื่นกลางดึกเป็นสัญญาณที่ไม่ควรมองข้ามค่ะ สาเหตุอาจเป็นได้ตั้งแต่เรื่องที่ไม่รุนแรง เช่น อาหารไม่ย่อยจากมื้อเย็น ไปจนถึงภาวะที่ต้องได้รับการดูแลจากแพทย์ เช่น โรคกรดไหลย้อน (ซึ่งจะรุนแรงขึ้นในท่านอน), อาการท้องผูกรุนแรง, หรือในบางกรณีอาจเป็นสัญญาณเริ่มต้นของโรคทางลำไส้อื่นๆ หากลูกมีอาการเช่นนี้บ่อยครั้ง ควรจดบันทึกความถี่และลักษณะอาการแล้วพาลูกไปพบแพทย์เพื่อตรวจหาสาเหตุค่ะ

ลูกปวดท้องหลังกินนมหรืออาหารบางอย่างทุกที แบบนี้คืออาการแพ้อาหารหรือเปล่าคะ?

คลิก

มีความเป็นไปได้สูงค่ะ หากคุณแม่สังเกตเห็นรูปแบบที่ชัดเจนว่าลูกมีอาการปวดท้อง, ท้องอืด, หรือท้องเสีย ทุกครั้งหลังจากทานอาหารชนิดใดชนิดหนึ่ง (เช่น ผลผลิตจากนมวัว) นี่อาจเป็นสัญญาณของภาวะย่อยอาหารบางชนิดไม่สมบูรณ์ (Food Intolerance) หรืออาจเป็นการแพ้อาหาร (Food Allergy) ได้ ควรจดบันทึกอาหารที่สงสัยและอาการของลูก แล้วนำข้อมูลนี้ไปปรึกษาแพทย์ ซึ่งคุณหมออาจแนะนำให้ลองงดอาหารชนิดนั้นๆ หรือทำการทดสอบภูมิแพ้เพื่อหาคำตอบที่แน่ชัดต่อไปค่ะ

สรุป

- อาการปวดท้องตรงสะดือเป็น ๆ หาย ๆ ในเด็กเกิดขึ้นจากหลายสาเหตุ ทั้งจากความเครียด อารมณ์ ความรู้สึกของเด็ก และการรับประทานอาหารที่ไม่ตรงเวลา
- เมื่อไหร่ที่ลูกปวดท้องตรงสะดือเป็น ๆ หาย ๆ แล้วย้ายมาบริเวณด้านขาล่างและปวดท้องมากขึ้น พร้อมกับมีอาการอื่นร่วมด้วย เช่น ลูกอ้วกแต่ไม่มีไข้ เบื่ออาหารหรือไม่กินนม อาจเป็นสัญญาณของโรคไส้ติ่งอักเสบให้คุณพ่อคุณแม่รีบพาลูกน้อยไปพบคุณหมอตันทันที
- หากคุณพ่อคุณแม่ไม่แน่ใจว่าลูกน้อยปวดท้องจากอะไร ให้สังเกตสัญญาณอันตรายที่ควรรีบพาไปพบคุณหมอ เช่น ปวดท้องรุนแรง เบื่ออาหาร น้ำหนักลด มีไข้และอาเจียน ถ่ายเป็นเลือด อาเจียนเป็นสีเขียว ตัวเหลือง ตาเหลือง เป็นต้น

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- เด็กที่เป็นไส้ติ่งอักเสบ จะมีอาการอย่างไร
- ลูกปวดท้องแบบเฉียบพลัน มีอาการอย่างไร
- ปวดท้องแบบเฉียบพลัน เป็นโรคอะไรได้บ้าง
- ลูกปวดท้องแบบเรื้อรัง มีอาการอย่างไร
- ปวดท้องแบบเรื้อรัง เป็นโรคอะไรได้บ้าง
- ลูกปวดท้องแบบไหน ต้องรีบพาไปพบแพทย์
- ความเครียดของเด็ก ส่งผลให้ปวดท้องได้
- วิธีดูแลทารกปวดท้อง ที่พ่อแม่ช่วยทำได้

เมื่อลูกน้อยมีอาการปวดท้องเป็น ๆ หาย ๆ หรือปวดท้องตรงสะดือเป็น ๆ หาย ๆ อาจเกิดขึ้นจากการทานอาหารของลูกน้อย เพราะบริเวณทางเดินอาหารของคนเรามีเส้นประสาทความรู้สึกที่เชื่อมโยงกับสมองอยู่ โดยเฉพาะบริเวณกระเพาะอาหารและลำไส้เล็กที่จะมีความรู้สึกไวเป็นพิเศษ เมื่อลูกน้อยกินข้าวไม่ตรงเวลา หรือกินอาหารที่มีรสชาติจัดอาจทำให้เกิดอาการปวดท้อง รวมถึงความเครียดของเด็กที่อาจส่งผลให้ลูกน้อยรู้สึกปวดท้องบริเวณสะดือเป็น ๆ หาย ๆ นั่นเอง

ส่วนอีกสาเหตุที่ทำให้ลูกน้อยเกิดอาการปวดท้องเป็น ๆ หาย ๆ หรือมีอาการปวดท้องตรงใต้สะดือ อาจเกิดจากโรคไส้ติ่งอักเสบ เพียงแต่อาการของโรคนี้จะไม่เป็น ๆ หาย ๆ แต่จะยิ่งปวดมากขึ้นเรื่อย ๆ ในเด็กบางคนอาจรู้สึกปวดตั้งแต่รอบสะดือแล้วย้ายไปยังบริเวณท้องล่างขวา เมื่อใช้มือกดแล้วลูกน้อยจะยิ่งรู้สึกเจ็บจัดเพิ่มมากขึ้น รวมถึงยังมีอาการอื่นร่วมด้วย เช่น ทารกท้องเสีย อาเจียน เป็นต้น

ดังนั้น เมื่อคุณพ่อคุณแม่เห็นว่าลูกน้อยมีอาการปวดท้อง ควรสังเกตอาการของลูกว่ามีอาการปวดท้องเฉียบพลันบริเวณด้านล่างขวาขึ้นไปเรื่อย ๆ หรือไม่ เนื่องจากลูกน้อยไม่สามารถบอกถึงอาการเจ็บปวดได้ที่ชัดเจนได้ หากคุณพ่อคุณแม่เห็นว่าลูกน้อยมีอาการปวดท้องที่รุนแรงให้รีบมาพบแพทย์ทันที

เด็กที่เป็นไส้ติ่งอักเสบ จะมีอาการอย่างไร

อาการไส้ติ่งอักเสบสามารถเกิดขึ้นได้ทุกช่วงวัย เมื่อคุณพ่อคุณแม่พบว่าลูกน้อยมีอาการปวดท้องมากขึ้นอย่างกะทันหัน เพราะหากปล่อยให้ลูกน้อยปวดท้องตรงสะดือเป็น ๆ หาย ๆ โดยเฉพาะบริเวณท้องขวาล่างอาจทำให้เกิดไส้ติ่งแตกจนทำให้เชื้อโรคแพร่กระจายไปทั่วทั้งร่างกายได้อย่างรวดเร็ว จนนำไปสู่การเสียชีวิตในเด็กได้ พ่อแม่จึงควรสังเกตสัญญาณของโรคไส้ติ่งอักเสบในเด็กให้ดี โดยมีลักษณะอาการ ดังนี้

- ปวดท้องจับพุง ปวดท้องจนตัวงอเดินไม่ไหว
- ปวดท้องมากขึ้นเรื่อย ๆ ภายใน 6-24 ชั่วโมง
- ปวดบริเวณรอบสะดือ แล้วอาจย้ายไปปวดบริเวณด้านขวาล่างของท้อง
- มีอาการอื่นร่วมด้วย เช่น ทารกท้องอืด คลื่นไส้ อาเจียน ทารกท้องผูก ถ่ายเหลว บางรายท้องเสียติดต่อกัน 2-3 วัน
- ลูกน้อยมีไข้ตัวร้อน
- ลูกน้อยมักมีอาการเบื่ออาหาร หรือไม่กินนม
- เมื่อกดบริเวณหน้าท้องแล้วลูกเกร็งตัว และปวดทรมานแม้กดเพียงเล็กน้อย

ลูกปวดท้องแบบเฉียบพลัน มีอาการอย่างไร

หากลูกมีอาการปวดท้องเฉียบพลันร่วมกับอาการอื่น ๆ คุณพ่อคุณแม่ไม่ควรนิ่งนอนใจ ควรพาลูกไปพบแพทย์ทันที โดยอาการที่ต้องสังเกต ได้แก่

- ปวดท้องรุนแรงจนลูกไม่สามารถทำกิจกรรมตามปกติ
- มีไข้ร่วมด้วย
- อาเจียนหรือเด็กท้องเสียอย่างรุนแรง
- ท้องบวม แข็ง หรือกดแล้วเจ็บ
- อุจจาระมีเลือดปน
- ชีพผิดปกติ หรือร้องไห้เสียงไม่หยุด

ปวดท้องแบบเฉียบพลัน เป็นโรคอะไรได้บ้าง

โรคที่เกิดจากการปวดท้องเฉียบพลันในเด็กมีหลายสาเหตุ โดยมักมีอาการปวดท้องร่วมกับอาการอื่นๆ ที่แตกต่างกัน ดังนี้

- **ลูกปวดท้องเฉียบพลันจากการติดเชื้อในทางเดินอาหาร:** มีลักษณะอาการปวดท้อง ถ่ายเหลวพร้อมอาเจียน และมีไข้
- **ลูกปวดท้องเฉียบพลันจากโรคไส้ติ่งอักเสบ:** มีลักษณะอาการปวดท้องบริเวณ ด้านล่างขวาขึ้นเรื่อย ๆ หรือปวด บริเวณรอบสะดือแล้วค่อยย้ายมาที่ด้านล่างขวา ของท้อง มีไข้ และอาเจียน
- **ลูกปวดท้องเฉียบพลันจากโรคลำไส้กลืนกัน:** มีลักษณะอาการ ร้องไห้พร้อมปวดท้อง อาเจียนเป็นสีเขียวมีน้ำดีปน และ ถ่ายเป็นมูกเลือด
- **ลูกปวดท้องเฉียบพลันจากโรคลำไส้อักเสบและอาหารเป็นพิษ:** มีลักษณะอาการ ปวดท้องพร้อมถ่ายเหลว จะ มีไข้หรือไม่มีไข้ก็ได้
- **ลูกปวดท้องเฉียบพลันจากโรคเส้นเลือดในลำไส้อักเสบ:** มีลักษณะอาการ ปวดท้องรุนแรงจนตัวอ้อ ไม่มีไข้ แต่ มีผื่นขึ้นเป็นจ้ำ ๆ ตามร่างกาย

ลูกปวดท้องแบบเรื้อรัง มีอาการอย่างไร

อาการปวดท้องเรื้อรังในเด็กที่คุณพ่อคุณแม่ควรระวัง หากพบว่าลูกมีอาการเหล่านี้ให้รีบพาไปหาหมอ คือ

- ลูกปวดท้องมากติดต่อกัน 7-14 วัน หรือนานนับเดือนจนรบกวนการเรียนหรือทำกิจกรรม
- ปวดท้องจนนอนไม่หลับทำให้ตื่นขึ้นมากกลางดึกบ่อย ๆ
- ท้องอืดบวม
- มีอาการเบื่ออาหาร ทานอาหารน้อย
- น้ำหนักตัวลด
- คลื่นไส้ อาเจียน เรอเปรี้ยว
- ท้องผูก ท้องเสียเป็น ๆ หาย ๆ
- ตัวเหลือง ตาเหลือง หรือซีด
- มีไข้ และอ่อนเพลีย

ปวดท้องแบบเรื้อรัง เป็นโรคอะไรได้บ้าง

อาการปวดท้องแบบเรื้อรังในเด็กมักเกิดจากการปวดท้องติดต่อกันนาน ๆ ร่วมกับอาการอื่น ๆ คือ

- **ลูกปวดท้องแบบเรื้อรังจากโรคกรดไหลย้อน** มีลักษณะอาการ คือ ลูกน้อยมักมีอาการปวดท้อง พร้อมกับอาการเรอเปรี้ยว อาเจียน และแสบร้อนกลางอก
- **ลูกปวดท้องแบบเรื้อรังจากโรคกระเพาะอาหารอักเสบ** มีลักษณะอาการ คือ เด็กมักปวด

- ท้องพร้อมกับอาการแน่นหน้าอกบริเวณลิ้นปี่ และทานข้าวได้น้อยลงเป็นประจำ
- ลูกปวดท้องแบบเรื้อรังจากโรคลำไส้อักเสบ มีลักษณะอาการ คือ เด็กมักมีอาการท้องเสีย เป็น ๆ หาย ๆ อยู่บ่อย ๆ
 - ลูกปวดท้องแบบเรื้อรังจากโรคเกี่ยวกับน้ำดีหรือตับ มีลักษณะอาการ คือ ลูกปวดท้องนาน ๆ พร้อมกับอาการตัวเหลือง ตาเหลืองอย่างชัดเจน
 - ลูกปวดท้องแบบเรื้อรังจากโรคไม่มีมประสาทลำไส้ใหญ่ส่วนล่าง มีลักษณะอาการเด่น ๆ คือ ลูกน้อยมีอาการท้องผูกเรื้อรังนาน ๆ

ลูกปวดท้องแบบไหน ต้องรีบพาไปพบแพทย์

เมื่อเด็กมีอาการปวดท้อง อาจเป็นเพียงอาการทั่วไปหรือสัญญาณของโรคร้ายแรง คุณพ่อคุณแม่ควรสังเกตอาการอย่างใกล้ชิด โดยอาการที่ควรระวังและพาลูกไปพบแพทย์ทันที ได้แก่

1. ปวดท้องรุนแรงหรือปวดบ่อยครั้ง

หากลูกปวดท้องจนไม่สามารถทำกิจกรรมปกติได้ หรืออาการปวดเกิดขึ้นซ้ำ ๆ ควรรีบปรึกษาแพทย์

2. ปวดท้องจนตื่นกลางดึก

อาการปวดที่รบกวนการนอนหลับอาจเป็นสัญญาณของปัญหาสุขภาพร้ายแรง เช่น ลำไส้อุดตันหรือโรคไส้ติ่งอักเสบ

3. เบื่ออาหาร ทานอาหารได้น้อยลง

การเบื่ออาหารร่วมกับอาการปวดท้อง อาจเกี่ยวข้องกับการติดเชื้อหรือภาวะลำไส้อักเสบ

4. น้ำหนักลดหรือไม่เพิ่มตามเกณฑ์

หากลูกน้ำหนักลดลงอย่างผิดปกติหรือไม่เพิ่มตามช่วงวัย ควรตรวจหาสาเหตุเพิ่มเติม

5. ท้องแข็งผิดปกติ

ท้องที่บวม แข็ง หรือกดแล้วเจ็บ เป็นสัญญาณเตือนของปัญหาในระบบทางเดินอาหาร

6. มีไข้ร่วมกับอาเจียน

โดยเฉพาะเมื่ออาเจียนเป็นสีเขียวหรือมีน้ำดีปน ซึ่งอาจบ่งบอกถึงลำไส้อุดตัน

7. ขับถ่ายผิดปกติ

เช่น ท้องผูกอย่างรุนแรง ถ่ายเหลวหลายครั้ง หรือถ่ายมีเลือดปน อาจแสดงถึงโรคลำไส้อักเสบหรือ

8. ตาเหลือง ตัวเหลือง หรือมีอาการซีด

อาจเกี่ยวข้องกับภาวะโลหิตจางหรือตับทำงานผิดปกติ

ความเครียดของเด็ก ส่งผลให้ปวดท้องได้

คุณพ่อคุณแม่รู้หรือไม่ บางครั้งความเครียดอาจส่งผลให้ลูกน้อยปวดท้องได้ เนื่องจากทางเดินอาหารมีเส้นประสาทที่เชื่อมโยงไปยังสมองอยู่ เมื่อลูกน้อยมีความเครียด ความวิตกกังวล หรือมีเรื่องให้ไม่พอใจ เช่น การบังคับให้กินข้าว หรือการทำกิจกรรมบางอย่างก็อาจเป็นตัวกระตุ้นให้ลูกน้อยปวดท้องขึ้นมา ซึ่งอาการปวดท้องลักษณะนี้จะมีความแตกต่างกับการปวดท้องที่เกิดจากโรคอื่น เพราะไม่มีเวลาปวดที่แน่นอน และอาจมีการย้ายไปปวดตำแหน่งอื่น ๆ เรื่อย ๆ เมื่อเด็กเป็นแล้วยังสามารถเล่นได้ นานักไม่ลด ไม่มีอาการอื่น ๆ ร่วม เช่น ท้องเสีย หรืออาเจียน เหมือนกับโรคที่เกิดทางร่างกาย

วิธีดูแลทารกปวดท้องเบื้องต้นที่พ่อแม่ช่วยทำได้

1. สังเกตอาการปวดท้องของลูกน้อย

หากลูกมีอาการปวดท้อง ควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรก่อนใช้ยาทุกครั้ง

2. ปรับพฤติกรรมการกินของลูก

เพื่อป้องกันอาการปวดท้องไม่ให้เกิดซ้ำหรือรุนแรงขึ้น

3. สังเกตลักษณะของอาการปวดท้อง

เช่น ปวดรุนแรงต่อเนื่องหรือเป็น ๆ หาย ๆ มีอาการอื่นร่วมด้วยหรือไม่ เช่น ไข้, ถ่ายเหลว, ซีด หรือเกิดจากการ ประสบอุบัติเหตุ

4. รีบไปพบแพทย์ทันที

หากลูกปวดมาก โดยเฉพาะบริเวณ ท้องด้านขวาล่าง และหลีกเลี่ยงการให้ลูกทานยาแก้ปวดใด ๆ ก่อนพบแพทย์

คุณแม่อาจต้องใช้วิธีสังเกตพฤติกรรมในลูกน้อย เพื่อดูว่าเจ้าตัวเล็กมีอาการเจ็บปวดอย่างไรบ้าง เช่น ร้องไห้งอแงไหม ปวดมากจนตัวงอหรือเป่ล่า ไม่อยากรู้อเล่น ไม่อยากอาหารหรือกินนมบ้างไหม การขับถ่ายเป็นอย่างไร เพราะหากลูกน้อยมีอาการเหล่านี้พร้อมกับอาการอาเจียนเป็นสีเขียว สีอุจจาระทาร์ก เป็นสีดำหรือมีเลือดปน คุณแม่ควรพาลูกน้อยไปพบแพทย์โดยเร็วที่สุดเพราะอาจเป็นสัญญาณของการปวดท้องที่ร้ายแรงขึ้นได้ค่ะ

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- Heath check แบบประเมินสุขภาพของคุณแม่และพัฒนาการของลูกน้อย
- จุกหลอก ดีกับลูกน้อยจริงไหม จุกนมหลอก ข้อดีข้อเสียมีอะไรบ้าง
- ทารกตัวเหลือง เกิดจากอะไร พร้อมวิธีดูแลทารกตัวเหลือง
- สายสะดือทารก สะดือใกล้หลุดเป็นแบบไหน พร้อมวิธีทำความสะอาด
- วิธีห่อตัวทารกที่ถูกต้อง ให้ลูกน้อยสบายตัว เหมือนอยู่ในท้องแม่
- เด็กทารกสะอึก เกิดจากอะไร วิธีไหนที่ช่วยบรรเทาอาการลูกสะอึก
- ทารกไม่ยอมนอน ลูกร้องไห้งอแง นอนหลับยาก พร้อมวิธีรับมือ
- ตารางการนอนของทารก 0-1 ปี ทารกควรนอนวันละกี่ชั่วโมง
- ทารกนอนสะดุ้ง เกิดจากอะไร พร้อมวิธีแก้ลูกนอนสะดุ้งและวิธีรับมือ
- ลูกหัวแบน ทารกหัวแบน คุณแม่ทำอย่างไรได้บ้าง พร้อมวิธีแก้ไขเบื้องต้น
- วิธีลดไข้ทารกแรกเกิด อาการทารกเป็นไข้ ทารกตัวร้อน พร้อมวิธีวัดไข้

อ้างอิง:

1. สิ่งที่คุณแม่ควรรู้ เมื่อลูกน้อยหรือเด็กปวดท้องบ่อย, โรงพยาบาลวิมุต
2. ปวดท้องแบบนี้ สัญญาณของไส้ติ่งอักเสบซัวร์, โรงพยาบาลเปาโล
3. เมื่อลูกไส้ติ่งอักเสบ, โรงพยาบาลเปาโล
4. เมื่อลูกปวดท้อง คุณแม่อย่าชะล่าใจ! เพราะอาจร้ายแรงกว่าที่คิด, โรงพยาบาลพญาไท
5. ภาวะปวดท้องเรื้อรัง, โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์
6. อาการปวดท้องในเด็กที่ควรพามาพบแพทย์ทันที, โรงพยาบาลเด็กสินแพทย์
7. อาการปวดท้องในเด็ก ปวดแบบไหนบอกโรคอะไร, คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

อ้างอิง ณ วันที่ 22 ธันวาคม 2566

แชร่ตอนนี่