

รวมบทความ ทารกแรกเกิด การดูแลเด็กทารกให้ดีที่สุด
บทความ

ทารกอุจจาระมีมูกบ่อยๆ อันตรายไหม สีมูกในอุจจาระของทารกบอกอะไรพ่อแม่บ้าง

ธ.ค. 24, 2025

5 นาที

พ่อแม่มือใหม่มักมีความกังวลเรื่องการขับถ่ายของลูกน้อยโดยเฉพาะเวลาทารกอุจจาระมีมูกยิ่งทำให้ไม่สบายใจเพิ่มขึ้น เพราะไม่รู้ว่าลูกถ่ายอุจจาระมีมูกแบบนี้ปกติไหม จะเป็นอันตรายต่อลูกน้อยหรือเปล่า และเมื่อไหร่ที่ควรพาลูกน้อยไปหาหมอดี เรามาทำความเข้าใจเกี่ยวกับการขับถ่ายของเด็ก และวิธีสังเกตความผิดปกติเมื่อลูกถ่ายอุจจาระมีมูกในบทความนี้กันค่ะ

ลูกที่กินนมแม่มีอุจจาระเป็นมูกสีเขียว เป็นสัญญาณอันตรายไหมคะ?

คลิก

ไม่เป็นอันตรายค่ะ เพราะเด็กที่กินนมแม่แต่มีการถ่ายอุจจาระเป็นสีเขียว อาจเกิดจากได้รับธาตุเหล็กเป็นจำนวนมาก ทำให้ทารกถ่ายอุจจาระออกมาเป็นสีเขียวค่ะ ส่วนใหญ่พบได้ในเด็กที่มีอายุระหว่าง 4-6 เดือน หรือในเด็กที่เริ่มอาหารตามวัยจากการกินอาหารที่มีสีเขียวเข้าไป เช่น ถั่วลันเตาบด ผักโขม และถั่วชนิดอื่นๆ

นอกจากมูกแล้ว มีกลิ่นอุจจาระที่ผิดปกติที่ควรระวังไหมคะ?

คลิก

มีค่ะ ทารกที่ถ่ายอุจจาระแล้วมีกลิ่นเหม็นร่วมกับมีมูกปนอาจเป็นสัญญาณที่ผิดปกติค่ะ เพราะโดยปกติแล้วทารกที่กินนมแม่จะถ่ายอุจจาระไม่มีกลิ่นเหม็น ส่วนทารกที่กินนมผสมอาจมีขนาดที่ใหญ่กว่าและเหม็นกว่าทารกที่กินนมแม่ นอกจากนี้ พ่อแม่ลองสังเกตอื่นๆ เช่น มีไข้ ร้องไห้ไม่หยุด ดูไม่สบายตัว หรือผื่นขึ้นตามตัว ถ่ายเหลว อาเจียน หายใจถี่ ให้รีบพาลูกน้อยไปพบแพทย์ทันทีเพื่อเข้ารับการตรวจและการรักษาอย่างทันที่ที่ค่ะ

ถ้าสงสัยว่าลูกแพ้อาหารผ่านทางนมแม่ ควรทำอย่างไรเป็นอันดับแรกคะ?

คลิก

สิ่งแรกที่คุณแม่ควรทำและปลอดภัยที่สุดคือ "เริ่มทำบันทึกอาหาร (Food Diary)" ของตัวคุณแม่เองค่ะ อย่าเพิ่งงดอาหารกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งด้วยตัวเองทันทีนะคะ ให้จดทุกอย่างที่คุณแม่ทานในแต่ละวัน ควบคู่ไปกับการสังเกตลักษณะอุจจาระและอาการของลูก (เช่น ผื่น, อาการร้องแคง) การทำเช่นนี้ 1-2 สัปดาห์จะช่วยให้เห็นแนวโน้มที่ชัดเจนขึ้น จากนั้นให้นำข้อมูลในบันทึกนี้ไปปรึกษาคุณหมอเพื่อวางแผนการวินิจฉัยหรือการงดอาหารที่ต้องสงสัยต่อไปค่ะ

สรุป

- การถ่ายอุจจาระแล้วมีมูกออกมาในเด็ก เกิดจากการที่เยื่อผิวในลำไส้ใหญ่ผลิตมูกออกมา เพื่อให้การขับถ่ายง่ายขึ้น ซึ่งมูกที่ถูกขับออกมาจะมีลักษณะใสไม่เป็นอันตราย
- หากลูกน้อยถ่ายอุจจาระมีมูกเยอะผิดปกติ มีเลือดปน และมีอาการอื่นร่วมด้วย เช่น มีไข้ ร้องไห้ไม่หยุด ดูไม่สบายตัว ให้พาไปพบแพทย์ทันที
- ในเด็กที่มีอาการแพ้นมวัว อาจมีการถ่ายอุจจาระมีมูกเลือดปนร่วมกับอาการอื่นเช่น ผื่นขึ้นตามตัว ถ่ายเหลว อาเจียน หายใจถี่ หากพ่อแม่พบว่าลูกน้อยมีอาการดังกล่าวให้รีบไปพบแพทย์ทันที

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- เช็กด่วน! ทารกอุจจาระมีมูก ระยะเวลาปกติ ระยะเวลาอันตราย
- ทำไมทารกอุจจาระมีมูก
- สัญญาณอันตราย เมื่อทารกอุจจาระมีมูก
- ทารกอุจจาระมีมูก อาจเป็นอะไรได้บ้าง และมีอาการอย่างไร

เช็กด่วน! ทารกอุจจาระมีมูก ระยะเวลาปกติ ระยะเวลาอันตราย

การถ่ายอุจจาระแล้วมีมูกออกมาในเด็ก เกิดจากการที่เยื่อผิวในลำไส้ใหญ่ผลิตมูกออกมาเพื่อให้การขับถ่ายง่ายขึ้น โดยมูกจะมีหน้าที่เคลือบอุจจาระให้สามารถเคลื่อนตัวออกจากลำไส้ได้สะดวก และช่วยลดไม่ให้อุจจาระไปขัดกับเนื้อเยื่อลำไส้จนเกิดบาดแผลขึ้นค่ะ

ทารกอุจจาระมีมูกแบบนี้ เป็นปกติ

ลักษณะของมูกที่พบเจอในทารกได้ปกติ คือ ทารกถ่ายอุจจาระมีมูกใส ในปริมาณที่ไม่เยอะมาก คุณแม่จะสังเกตได้จากมูกบางๆ ที่เคลือบหุ้มอุจจาระอยู่ โดยมักจะพบในเด็กทารกที่ดื่มนมแม่เพื่อ

ช่วยให้อุจจาระเคลื่อนตัวสะดวกและขับถ่ายได้คล่องขึ้นค่ะ

ทำไมทารกอุจจาระมีมูก

สาเหตุที่ทำให้ทารกอุจจาระมีมูกมีหลายสาเหตุด้วยกัน โดยมีรายละเอียดดังนี้

- **ติดเชื้อแบคทีเรีย ไวรัส** หรือปรสิตต่างๆ ทำให้เด็กเป็นโรคบิด อาหารเป็นพิษ จึงมีอาการถ่ายเหลวมีมูกปน เป็นไข้ คลื่นไส้ บางครั้งอาจมีอาการอาเจียนร่วมด้วย
- **เกิดบาดแผล** หรือมีอาการที่เกี่ยวข้องกับรอยแผลไม่ว่าจะเป็นรอยแผลบริเวณทวารหนัก ลำไส้ใหญ่อักเสบเฉียบพลัน ลำไส้อักเสบเรื้อรัง ลำไส้แปรปรวน เนื้องอกในลำไส้ใหญ่ และมะเร็งลำไส้ใหญ่หรือมะเร็งทวารหนัก เป็นต้น

ทารกอุจจาระมีมูกมากขึ้นได้เพราะเริ่มกินอาหาร

ในเด็กที่กินนมแม่เป็นหลักมักจะถ่ายอุจจาระนิ่มๆ คล้ายยาสีฟัน บางคนอาจจะเหลวว่านั้นเล็กน้อย หรือมีกากอาหารคล้ายเม็ดมะเขือปะปนอยู่ และยังมีมูกอยู่ด้วยเล็กน้อย ช่วงแรกของการเริ่มกินอาหารอาจพบทารกอุจจาระมีมูกได้ อุจจาระจะเริ่มเป็นก้อนมากขึ้น แต่จะเป็นก้อนนิ่มๆ ไม่แข็งค่ะ หากพ่อแม่พบว่าลูกถ่ายอุจจาระมีมูกมาก และส่วนใหญ่มีเลือดปน หรืออุจจาระก้อนใหญ่หรือก้อนเล็กๆ คล้ายแพะ อาจทำให้เกิดการบาดเจ็บที่กันรวมไปถึงมีมูกเลือดออกมาปะปน แสดงว่าลูกน้อยอาจเข้าข่ายท้องผูก พ่อแม่อย่าลังเลที่จะพาเจ้าตัวเล็กไปพบคุณหมอเพื่อรับคำปรึกษาเพิ่มเติมนะคะ เพื่อจะมั่นใจได้ว่าลูกน้อยจะได้รับการดูแลอย่างดีที่สุดค่ะ

ทารกที่กินแต่นมแม่ อุจจาระควรเป็นแบบไหน

อุจจาระของเด็กที่กินนมแม่มักจะถ่ายเป็นมูกใสค่ะ ทั้งยังไม่มูกกลิ่นเหม็น หรือมีกลิ่นออกหวานมากกว่า ลักษณะของอุจจาระทารกนอกจากจะมีมูกใสแล้วส่วนใหญ่จะมีลักษณะเหลวแต่มีเนื้อสัมผัสที่แตกต่างกัน เช่น เนื้อขุ่นหนืดๆ คล้ายยาสีฟัน หรือเนื้อเหนียวๆ มีตะกอนค่ะ หากพ่อแม่พบว่าลูกถ่ายเหลวมาก ถ่ายบ่อย อาจถ่ายเป็นก้อนใหญ่ ทั้งยังมีกลิ่นเหม็นแสดงว่าลูกน้อยอาจมีอาการท้องเสียได้ค่ะ



สัญญาณอันตราย เมื่อทารกอุจจาระมีมูก

สัญญาณอันตรายเมื่อทารกถ่ายเป็นมูก คือ ลูกน้อยถ่ายอุจจาระมีมูกเยอะผิดปกติ หรือมีเลือดปน หรือมีอาการอื่นร่วมด้วย เช่น มีไข้ ร้องไห้ไม่หยุด ดูไม่สบายตัว เป็นต้น พ่อแม่ควรพาลูกไปพบแพทย์ทันทีนะคะ (1) เพื่อที่หมอจะลูกน้อยได้รับเข้ารับการรักษาอย่างทันที่ค่ะ

ทารกอุจจาระมีมูก อาจเป็นอะไรได้บ้าง และมีอาการอย่างไร

ในบางกรณี ลูกอุจจาระมีมูก ก็เป็นสัญญาณที่บอกความผิดปกติได้ เช่น ท้องเสีย แพ้อาหาร ลูกท้องผูก หรือเกิดการติดเชื้อ เป็นต้น

- **การติดเชื้อแบคทีเรียหรือเชื้อปรสิต:** หากแพทย์ดูแลแล้ววินิจฉัยแล้วว่าเกิดจากการติดเชื้อสังเกตได้จากการที่ทารกมักถ่ายเป็นมูกสีเหลือง พร้อมกับมีอาการอื่นร่วมด้วย เช่น อาการถ่ายเหลว อุจจาระมันและมีกลิ่นเหม็น จากการดูดซึมสารอาหารของลำไส้ผิดปกติ เป็นต้นค่ะ
- **ทานยาปฏิชีวนะบางตัว:** ในเด็กที่จำเป็นต้องทานยาปฏิชีวนะตามที่กุมารแพทย์สั่งอาจทำให้ถ่ายเป็นมูกสีเขียวได้ค่ะ

- **แพ้นมวัว:** เด็กที่มีอาการแพ้นมวัวมักจะถ่ายอุจจาระและมีมูกเลือดปนร่วมกับอาการอื่นๆ เช่น ผื่นขึ้นตามตัว ถ่ายเหลว อาเจียน หายใจถี่ รวมถึงมีอาการปวดท้อง หากพ่อแม่พบว่าลูกน้อยมีอาการดังกล่าวให้รีบไปพบแพทย์ทันทีเพื่อตรวจสอบว่าเด็กมีอาการแพ้นมวัวหรือไม่ หรือจากสาเหตุอื่นค่ะ
- **ท้องร่วง ท้องเสีย:** เด็กที่มีอาการท้องร่วง หรือโรคลำไส้อักเสบ หรือโรคลำไส้แปรปรวน มักพบอาการถ่ายเหลวมีมูกสีเขียวปน เหลือง หรือน้ำตาลร่วมกับการถ่ายเหลว ซึ่งเป็นสัญญาณของการติดเชื้อหรืออาการแพ้ หากพบว่าลูกน้อยมีอาการเหล่านี้ให้พาไปพบแพทย์นะคะ เพราะการปล่อยให้ลูกถ่ายเหลวเป็นเวลานานเกินไปอาจทำให้ร่างกายทารกขาดน้ำได้ค่ะ



ทารกควรได้รับนมแม่อย่างน้อย 6 เดือนไปจนถึง 2 ปี หรือนานกว่านั้น เพราะในนมแม่อุดมไปด้วยสารอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อทารกไม่ว่าจะเป็นโปรตีน คาร์โบไฮเดรต ไขมัน DHA รวมถึงแอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน (Alphalac Sphingomyelin) ที่ช่วยให้เด็กเจนใหม่ สร้างสมองไว กว่าที่แม่คิด ทั้งยังช่วยเสริมสร้างร่างกายให้แข็งแรงสมวัยอีกด้วย หากคุณแม่อยากรู้ว่าให้นมลูกน้อยเพียงพอในแต่ละวันหรือไม่ให้สังเกตจากการขับถ่ายได้เลยคะ ถ้าลูกน้อยบึ๊สสาวะบ่อยมาก ต้องเปลี่ยนผ้าอ้อมบ่อยๆ แสดงว่าคุณแม่อาจให้ลูกน้อยกินนมมากเกินไป และที่สำคัญควรคอยสังเกตอาการของลูกน้อยนะคะ หากทารกถ่ายอุจจาระมีมูกมาก พร้อมทั้งมีอาการอื่นร่วมด้วย เช่น มีเลือดปน มีไข้ ร้องไห้ไม่หยุด ควรรีบไปพบแพทย์ทันทีคะ

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่

- สฟิงโกไมอีลิน และ แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน คืออะไร สำคัญต่ออย่างไรต่อสมองของลูกน้อย
- DHA สารอาหารสำคัญ ช่วยพัฒนาสมองของลูกน้อย
- 2'-FL คืออะไร? รู้จัก 2'-FL โอลิโกแซคคาไรด์ในนมแม่ (HMOs)
- นานนมเหลือง ที่มี แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน สารอาหารสำคัญ ช่วยพัฒนาสมองจากแม่สู่ลูก
- ลูกอ้วก ไม่มีไข้ ท้องเสีย เกิดจากอะไร คุณพ่อคุณแม่รับมืออย่างไรดี
- อาการทารกท้องอืด พร้อมวิธีป้องกันและวิธีดูแลทารกท้องอืด
- สีอุจจาระทารก สีแบบไหนปกติ สีแบบไหนที่คุณแม่ต้องระวัง
- ลูกอุจจาระสีเขียวอันตรายไหม อีทารกสีเขียวบ่งบอกอะไรได้บ้าง
- ลูกท้องเสียให้กินอะไรดี ลูกท้องเสียก็วันหาย อาการแบบไหนเรียกรุนแรง
- ทารกไม่ถ่ายก็วันผัดปกติ ทารกตดบ่อย ลูกน้อยควรกินอะไรให้ขับถ่ายง่าย
- ทารกอุจจาระเป็นเม็ดมะเขือ อุจจาระเป็นเม็ด พร้อมวิธีป้องกันเบื้องต้น
- วิธีนวดท้องให้ทารกถ่าย สำหรับลูกน้อยที่ท้องผูก ไม่ยอมถ่ายหลายวัน
- ลูกปวดท้องตรงสะดือเป็น ๆ หาย ๆ เกิดจากอะไร พร้อมวิธีดูแลทารกปวดท้อง

อ้างอิง:

1. ถ่ายเป็นมูกเกิดจากอะไร เป็นสัญญาณบอกโรคใดบ้าง, โรงพยาบาลสมิติเวช ไซนาทาวน์
2. Baby Poo - What's Normal?, Australian Breastfeeding Association
3. Is Green Baby Poo Normal?, Australian Breastfeeding Association
4. อุจจาระของเด็ก, เลี้ยงลูกตามใจหมอ

อ้างอิง ณ วันที่ 10 พฤศจิกายน 2568

แชร์ตอนนี้