

ควรฝากครรภ์ตอนไหน คุณแม่เริ่ม เริ่มฝากครรภ์เมื่อไหร่ดี

คุณแม่ตั้งครรภ์

บทความ

เม.ย. 8, 2024

7 นาที

เมื่อรู้ตัวแล้วว่า กำลังจะกลายเป็นคุณแม่ สิ่งแรกที่คุณควรทำ คือ การฝากครรภ์ ยิ่งเร็วเท่าไรก็ยิ่งดี เพราะการฝากครรภ์จะช่วยให้คุณแม่ได้ตรวจร่างกาย ประเมินความเสี่ยงสุขภาพ ให้คุณหมอได้ดูแลทารกในครรภ์ เพื่อให้การตั้งครรภ์เป็นไปอย่างราบรื่น แข็งแรง ปลอดภัยทั้งคุณแม่และลูกน้อย

สรุป

- การฝากครรภ์คุณภาพ ควรฝากครรภ์ก่อน 12 สัปดาห์ เพื่อให้คุณหมอได้ตรวจดูสุขภาพร่างกายของคุณแม่ ช่วยประเมินความเสี่ยง และป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นได้
- หลังจากฝากครรภ์แล้ว คุณหมอจะนัดตรวจครรภ์อย่างต่อเนื่อง และนัดถี่มากขึ้นในช่วงก่อนคลอด ซึ่งคุณแม่ควรมาตรวจครรภ์ตามนัดเป็นประจำ

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- การฝากครรภ์ คืออะไร
- ทำไมถึงควรรีบฝากครรภ์ให้เร็วที่สุด หลังจากรู้ว่าตั้งครรภ์
- ประโยชน์ของการฝากครรภ์ ที่พ่อแม่มือใหม่ต้องรู้
- ไปฝากครรภ์ ต้องตรวจอะไรบ้าง
- เอกสารและข้อมูลที่ใช้ในการฝากครรภ์
- ฝากครรภ์แล้ว ต้องไปพบแพทย์บ่อยไหม
- ฝากครรภ์แล้ว คุณแม่ต้องทำอะไรบ้าง
- ฝากครรภ์แล้ว จะได้อัลตราซาวด์ตอนไหน
- เลือกฝากครรภ์ที่ไหน ให้ดีกับคุณแม่ที่สุด

การฝากครรภ์ คืออะไร

การฝากครรภ์ คือ การดูแลสุขภาพร่างกายของคุณแม่และลูกในท้อง ตั้งแต่เมื่อแรกเริ่มที่รู้ว่าตั้งครรภ์จวบจนถึงวันที่ลูกน้อยลืมตาออกมาดูโลก เพื่อให้คุณแม่และลูกในท้องมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง อุ่มท้องอย่างปลอดภัย ลดความเสี่ยงการเกิดภาวะแทรกซ้อน คุณแม่จึงควรฝากครรภ์ก่อนอายุครรภ์ 12 สัปดาห์

ทำไมควรฝากครรภ์ให้เร็วที่สุด

หลังจากที่รู้ว่าตั้งครรภ์ คุณแม่ควรฝากครรภ์ให้เร็วที่สุด ให้คุณหมอได้ประเมินภาวะแทรกซ้อนและคัดกรองความเสี่ยง โดยข้อดีของการฝากครรภ์เร็ว เช่น

- **การฝากครรภ์เร็ว** ทำให้คุณแม่ตั้งครรภ์อย่างมีคุณภาพ ซึ่งควรฝากครรภ์ก่อน 12 สัปดาห์
- **คุณแม่ได้รับการตรวจคัดกรอง** ประเมินความเสี่ยงและภาวะแทรกซ้อน เพื่อให้คุณหมอบอกการรักษาหรือควบคุมภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นได้ หากพบว่า คุณแม่มีความเสี่ยงจะได้รับดูแลเป็นพิเศษจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ
- **กลุ่มโรคที่คุณหมอจะตรวจ** เช่น โรคถ่ายทอดทางพันธุกรรม ได้แก่ โรคธาลัสซีเมีย ดาวน์ซินโดรม ภาวะพร่องไทรอยด์แต่กำเนิด คัดกรองเบาหวาน รวมถึงโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
- **คุณหมอจะช่วยดูแลการตั้งครรภ์** ให้การตั้งครรภ์เป็นไปอย่างราบรื่น ให้คำแนะนำและความรู้ บอกวิธีการดูแลตัวเอง เพื่อให้ทารกและคุณแม่ปลอดภัย

ประโยชน์ของการฝากครรภ์ ที่ต้องรู้

- **กำหนดวันคลอดและประเมินช่วงเวลาที่จะคลอดได้:** ในการฝากครรภ์ คุณหมอจะช่วยวางแผนการคลอด รวมถึงทราบอายุครรภ์ ทำให้สามารถกำหนดช่วงเวลาที่คุณแม่จะคลอดเจ้าตัวน้อยได้
- **ส่งเสริมสุขภาพกาย ดูแลจิตใจคุณแม่:** ในการตั้งครรภ์ คุณแม่มักจะเผชิญกับความวิตกกังวลและความเครียด การฝากครรภ์ให้เร็วที่สุดตั้งแต่รู้ว่าตั้งครรภ์ คุณแม่สามารถปรึกษาขอคำแนะนำจากคุณหมอได้ ทำให้รู้สึกสบายใจ ลดความกังวลลง รวมถึงได้รับการดูแลสุขภาพร่างกาย ให้การตั้งครรภ์เป็นไปอย่างราบรื่น
- **ดูแลสุขภาพเจ้าตัวน้อยและคอยประเมินพัฒนาการ:** คุณหมอจะตรวจหาความผิดปกติและความพิการแต่กำเนิดของทารกในครรภ์ รวมถึงดูแลสุขภาพของเจ้าตัวน้อยให้มีพัฒนาการทารกในครรภ์ที่ดีในทุก ๆ เดือน
- **ประเมินและป้องกันภาวะแทรกซ้อนระหว่างตั้งครรภ์:** คุณหมอจะช่วยดูแล ประเมินความเสี่ยง และป้องกันภาวะแทรกซ้อนให้กับคุณแม่ เช่น ภาวะแท้งคุกคาม โรคความดันโลหิตสูงขณะตั้งครรภ์ โรคเบาหวาน และภาวะคลอดก่อนกำหนด
- **ป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้น:** เมื่อคุณแม่ฝากครรภ์เร็ว จะได้รับการตรวจโรคต่าง ๆ ประเมินความเสี่ยงทางสุขภาพ และได้รับคำแนะนำเพื่อป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้นได้ระหว่างตั้งครรภ์
- **ช่วยให้การตั้งครรภ์เป็นไปอย่างราบรื่น:** คุณหมอจะดูแลสุขภาพของคุณแม่และลูกในท้อง ช่วยให้การตั้งครรภ์ของคุณแม่ราบรื่น ปลอดภัย รวมทั้งดูแลทารกในครรภ์ให้แข็งแรง



ฝากครรภ์ ต้องตรวจอะไรบ้าง

การฝากครรภ์ในครั้งแรก แพทย์จะทำการตรวจหลายอย่าง เช่น

- **ตรวจเลือด:** ตรวจหาความเข้มข้นของเลือด ซึ่งคนท้องควรมีมากกว่า 33 เปอร์เซ็นต์ ตรวจหาหมู่เลือด โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ได้แก่ ไวรัสเชชไอวี ไวรัสตับอักเสบบี และเชื้อซิฟิลิส รวมถึงโรคที่ถ่ายทอดทางพันธุกรรม เช่น โรคธาลัสซีเมีย หรือโรคเบาหวาน
- **ตรวจปัสสาวะ:** ดูปริมาณน้ำตาลในปัสสาวะ รวมถึงดูโปรตีนหรือไข่ขาว ที่อาจรั่วออกมาอยู่ในปัสสาวะ
- **ชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง:** น้ำหนักและส่วนสูงของคุณแม่มีความสำคัญสำหรับการตั้งครรภ์ เช่น คุณแม่ที่ส่วนสูงน้อยกว่า 145 เซนติเมตร อาจมีอุ้งเชิงกรานแคบส่งผลต่อการคลอดได้

เอกสารที่ใช้ในการฝากครรภ์

เอกสารการฝากครรภ์จะใช้สำเนาบัตรประชาชนของคุณพ่อและคุณแม่ที่เซ็นสำเนาถูกต้อง และใบตั้งชื่อเพื่อทำสูติบัตร โดยกรอกรายละเอียดให้เรียบร้อย นอกจากนี้ ยังควรเตรียมข้อมูลการมีประจำเดือนครั้งสุดท้าย ประวัติการเจ็บป่วย โรคประจำตัว และการแพ้ยา มาแจ้งให้คุณหมอทราบ

ด้วย

ฝากครรภ์แล้ว ต้องไปพบแพทย์บ่อยไหม

หลังจากฝากครรภ์ คุณหมอมจะนัดพบบ่อยในช่วงท้าย ๆ ของการตั้งครรภ์ โดยช่วงแรกที่ยังครรภ์ น้อยกว่า 28 สัปดาห์ ควรมาตรวจครรภ์ทุก 4 สัปดาห์ จากนั้นจะนัดตรวจครรภ์ทุก 2 สัปดาห์ และเมื่อตั้งครรภ์มากกว่า 36 สัปดาห์ คุณหมอมจะนัดตรวจทุก 1 สัปดาห์ ไปจนกว่าคุณแม่จะคลอด

ฝากครรภ์แล้ว คุณแม่ต้องทำอะไรบ้าง

การฝากครรภ์และตรวจครรภ์ในแต่ละไตรมาส จะมีรายละเอียดการตรวจร่างกายที่แตกต่างกัน

- **ไตรมาสที่ 1:** ดูแลสุขภาพร่างกายทั่วไปของคุณแม่ ตรวจดูโรคประจำตัวและประเมินความเสี่ยง รวมถึงประเมินอายุครรภ์และกำหนดคลอด ส่วนทารกจะตรวจภาวะดาวน์ซินโดรม
- **ไตรมาสที่ 2:** คุณหมอมจะเช็กการเจริญเติบโต ดูอัตราการเต้นหัวใจของลูก ด้วยการตรวจขนาดยูดมดลูก รวมถึงอัลตราซาวด์เช็กความสมบูรณ์ของเจ้าตัวน้อย ดูตำแหน่งของรก ปริมาณน้ำคร่ำ และวัดความยาวของปากมดลูก
- **ไตรมาสที่ 3:** ไตรมาสสุดท้าย คุณหมอมจะอัลตราซาวด์ดูความเสี่ยงของภาวะรกเกาะต่ำ และตรวจดูความผิดปกติของทารก ในช่วงนี้จะพูดคุยเพื่อให้คุณแม่ได้เตรียมตัววางแผนการคลอด และให้สังเกตอาการที่ต้องรีบมาโรงพยาบาล เช่น ท้องแข็ง เลือดออกจากช่องคลอด และลูกดิ้นน้อยลง

ฝากครรภ์แล้ว ได้อัลตราซาวด์ครั้งแรกเมื่อไหร่

การอัลตราซาวด์ คุณหมอมจะตรวจอัลตราซาวด์ครั้งแรกในช่วง 6-8 สัปดาห์ เพื่อดูว่า ตั้งครรภ์อยู่ในมดลูกหรือไม่ ตรวจขนาดและการเต้นของหัวใจเจ้าตัวน้อย ซึ่งคุณหมอมจะอัลตราซาวด์ ประเมินการตั้งครรภ์ตั้งแต่แรก ๆ การฝากครรภ์เร็วจะช่วยให้คุณหมอมได้รู้ว่าครรภ์เดี่ยวหรือครรภ์แฝด และประเมินความเสี่ยงต่าง ๆ ได้

เลือกฝากครรภ์ที่ไหนดี

การฝากครรภ์ ควรเลือกโรงพยาบาลที่คุณแม่ตรวจรักษาอยู่เป็นประจำ จะมีประวัติการเจ็บป่วย การแพ้ยา และโรคต่าง ๆ ที่คุณแม่เป็นอยู่ หรือเลือกสถานพยาบาลที่น่าเชื่อถือ อยู่ไม่ไกลจากที่ทำงานหรือบ้าน เมื่อเกิดการเจ็บป่วยไม่สบาย หรือเจ็บท้องคลอด จะได้มาถึงอย่างรวดเร็ว

การฝากครรภ์คุณภาพก่อน 12 สัปดาห์ หรือฝากครรภ์ให้เร็วที่สุด เป็นสิ่งที่คุณแม่ควรใส่ใจ เมื่อฝากครรภ์แล้ว คุณหมอมะจะให้สมุดฝากครรภ์ ซึ่งจะมีรายละเอียดการตั้งครรภ์ สมุดเล่มนี้คุณแม่ควรพกติดตัวไว้เสมอ หากเกิดเหตุฉุกเฉินหรือต้องพบแพทย์ในโรงพยาบาลอื่น และอย่าลืมทำตามคำแนะนำของคุณหมอเป็นประจำ เพื่อให้การตั้งครรภ์นี้ปลอดภัย เจ้าตัวน้อยคลอดออกมาสุขภาพแข็งแรง

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์

- พัฒนาการทารกในครรภ์ 1-40 สัปดาห์ ที่แม่มีมือใหม่ห้ามพลาด
- คุณแม่ท้อง 2 เดือน อาการตั้งครรภ์ 1 เดือน เป็นแบบไหน พร้อมวิธีรับมือ
- คุณแม่ท้อง 2 เดือน อาการตั้งครรภ์ 2 เดือน เป็นแบบไหน พร้อมวิธีรับมือ
- คุณแม่ท้อง 3 เดือน อาการตั้งครรภ์ 3 เดือน เป็นแบบไหน พร้อมวิธีรับมือ
- คุณแม่ท้อง 4 เดือน อาการตั้งครรภ์ 4 เดือน เป็นแบบไหน พร้อมวิธีรับมือ
- คุณแม่ท้อง 5 เดือน อาการตั้งครรภ์ 5 เดือน เป็นแบบไหน พร้อมวิธีรับมือ
- คุณแม่ท้อง 6 เดือน อาการตั้งครรภ์ 6 เดือน เป็นแบบไหน พร้อมวิธีรับมือ
- คุณแม่ท้อง 7 เดือน อาการตั้งครรภ์ 7 เดือน เป็นแบบไหน พร้อมวิธีรับมือ
- คุณแม่ท้อง 8 เดือน อาการตั้งครรภ์ 8 เดือน เป็นแบบไหน พร้อมวิธีรับมือ
- คุณแม่ท้อง 9 เดือน อาการตั้งครรภ์ 9 เดือน เป็นแบบไหน พร้อมวิธีรับมือ
- อาการแพ้ท้องของคุณแม่ แพ้ท้องพะอืดพะอม แก้อย่างไร พร้อมวิธีรับมือ
- น้าคำ คืออะไร น้าคำรั้ว อาการแบบไหน สัญญาณใกล้คลอดที่ต้องรับมือ
- อาการท้องแข็งบ่อย ลูกโก่งตัวบ่อย อันตรายหรือไม่ ทำไมคุณแม่ต้องรู้
- เลือดล้างหน้าเด็กคืออะไร เลือดล้างหน้าเด็กสัญญาณแรกของการตั้งครรภ์
- ตั้งครรภ์ มีเลือดออก ไม่ปวดท้อง คืออะไร อันตรายไหม สำหรับแม่ตั้งครรภ์
- อาการคนท้องระยะแรก สัญญาณการตั้งครรภ์เป็นแบบนี้
- เมนูคนท้อง อาหารคนท้องบำรุงคุณแม่ท้อง ดีต่อลูกในครรภ์
- คนท้องห้ามกินอะไร อาหารที่ส่งผลเสียต่อคุณแม่ตั้งครรภ์
- อาหารคนท้องไตรมาสแรก โภชนาการที่สำคัญสำหรับคุณแม่และทารกในครรภ์
- วิธีนับอายุครรภ์ คำนวณอายุครรภ์ด้วยตัวเอง ก่อนคลอด
- สัญญาณอาการใกล้คลอด เจ็บท้องคลอด อาการก่อนคลอดของคุณแม่
- ของใช้เตรียมคลอด ที่คุณแม่มีมือใหม่ควรเตรียมของไปคลอด
- ภาวะซึมเศร้าหลังคลอดเกิดจากอะไร พร้อมวิธีรับมืออาการซึมเศร้าหลังคลอด
- ฤกษ์คลอด ฤกษ์ผ่าคลอด วันมงคล เวลาดี สำหรับลูกรัก

อ้างอิง:

1. การดูแลสตรีในระยะตั้งครรภ์, คณะพยาบาลศาสตร์อัครราชกุมารี ราชวิทยาลัยจุฬารักษ์
2. 4 เหตุผลดี ๆ ว่าทำไม ควรฝากท้องเร็ว, กรมอนามัย
3. ฝากครรภ์เร็ว ฝากครรภ์คุณภาพ ฝากก่อน 12 สัปดาห์, กรมอนามัย
4. การฝากครรภ์สำคัญอย่างไร?, โรงพยาบาลบางปะกอก
5. คำแนะนำการฝากครรภ์ครั้งแรก, คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล
6. ฝากครรภ์ให้เร็วที่สุด เพื่อสุขภาพของคุณแม่และลูกน้อยในครรภ์, โรงพยาบาลพญาไท

7. ผ่ากรรภ: เตรียมูควมพร้อมเพื่อสุขภาพที่ดีของทารก, โรงพยาบาลศิริรินทร์
8. ผ่ากรรภแต่ละครั้ง ตรวจอะไรบ้าง?, โรงพยาบาลเปาโล

อ้างอิง ณ วันที่ 3 กุมภาพันธ์ 2567



คุณแม่ตั้งกรรภ

แม่ผ่าคลอด

ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก



แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขับถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์



โปรโมชั่น