ผ่าคลอดกี่วันขับรถได้ หลังผ่าตัดขับรถได้ไหม อันตรายหรือเปล่า

คุณแม่ให้นมบุตร

บทความ

ส.ค. 22, 2024

5นาที

แม้ว่าหลังคลอด ภาระกิจของคุณแม่ที่สำคัญคือการดูแลลูกน้อย แต่การเคลื่อนไหวร่างกาย การเปลี่ยนอิริยาบถต่าง ๆ กิจกรรมที่เคยทำในชีวิตประจำวันในช่วงก่อนตั้งครรภ์ เช่น การออกกำลังกาย การขับรถที่คุณแม่หลายคนสงสัยว่าหลังผ่าคลอดขับรถได้ไหม ทางที่ดีที่สุดคือคุณแม่หลังคลอดควรต้องรอระยะเวลาในการพักผ่อน เพื่อฟื้นฟูร่างกายให้แข็งแรงดีก่อน จึงค่อยทำกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อความปลอดภัยต่อสุขภาพ และลดความเสี่ยงในการบาดเจ็บ การอักเสบของแผลผ่าคลอด

สรุป

- หลังผ่าคลอด คุณแม่ควรปฏิบัติตัวตามที่แพทย์แนะนำ เพื่อฟื้นฟูร่างกายให้แข็งแรง ระมัดระวังไม่ทำให้แผลผ่าคลอดอักเสบหรือติดเชื้อ
- คุณแม่ควรงดกิจกรรมต่าง ๆ ที่เสี่ยงจะทำให้แผลเกิดแรงดันหรือแรงกดทับ เกิดปัญหา แผลปริแตก
- หลังผ่าคลอด 6 สัปดาห์ คุณแม่สามารถกลับมาทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้ดังเดิม เช่น การออกกำลังกาย การขับรถ
- หลังผ่าคลอด คุณแม่ควรไปตรวจแผลตรงตามเวลาที่แพทย์นัด หากมีอาการผิดปกติเกิดขึ้น เช่น แผลอักเสบ บวมแดง แผลฉีกขาด มีไข้ มีหนอง ให้รีบไปพบแพทย์

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- คุณแม่หลังผ่าตัดคลอด ขับรถได้เลยไหม?
- คุณแม่ผ่าคลอด ควรรอกี่วันถึงขับรถได้
- ทำไมคุณแม่ผ่าตัดคลอดถึงไม่ควรขับรถทันที
- หลังผ่าคลอด คุณแม่ทำงานบ้านได้ไหม
- ผ่าคลอดกับคลอดธรรมชาติ ขับรถได้ทันทีเลยไหม

- วิธีดูแลแผลผ่าตัดหลังผ่าคลอดไม่ให้แผลอักเสบ

คุณแม่หลังผ่าตัดคลอด ขับรถได้เลยไหม?

คุณแม่หลายคนอาจมีคำถามว่า หลังผ่าคลอดกี่วันขับรถได้หรือหลังผ่าตัดขับรถได้ไหม หลังผ่าคลอดร่างกายของคุณแม่จะเปลี่ยนแปลง คุณแม่ควรพักผ่อน ระมัดระวังในทุกอิริยาบถต่าง ๆ ให้ดี ปฏิบัติตัวตามที่แพทย์แนะนำอย่างเคร่งครัด เพื่อฟื้นฟูร่างกายหลังคลอดให้กลับมาแข็งแรงเหมือนเดิม การขับรถอาจทำให้เกิดแรงสั่นสะเทือนที่อาจทำให้เลือดออก การขับรถมีการคาดเข็มขัดนิรภัยอาจทำให้สัมผัสโดนแผลผ่าคลอดได้

คุณแม่ผ่าคลอด ควรรอกี่วันถึงขับรถได้

คุณแม่ผ่าคลอดสามารถกลับมาทำกิจกรรมในชีวิตประจำวันได้ปกติ เช่น การขับรถ หลังจากการผ่าคลอดลูกแล้ว 6 สัปดาห์ คุณแม่ผ่าคลอดควรพักฟื้น เพื่อให้แผลผ่าคลอดสมานตัว หลีกเลี่ยงการเกิดแรงดันหรือแรงกดทับ เพื่อไม่ให้เกิดปัญหาแผลผ่าคลอดอักเสบข้างใน

ทำไมคุณแม่ผ่าตัดคลอดถึงไม่ควรขับรถทันที

เพราะร่างกายหลังผ่าตัดคลอดของคุณแม่มีการเปลี่ยนแปลง อีกทั้งยังอ่อนเพลียจากการคลอด มีบาดแผลจากการผ่าคลอด จึงต้องการการพักผ่อน เพื่อร่างกายจะได้ฟื้นตัวจากการคลอดลูกได้เร็วขึ้น ฉะนั้นเพื่อลดความเสี่ยงที่จะทำให้เกิดปัญหาแผลปริ เพื่อให้แผลผ่าคลอดสมานตัวได้ดี คุณแม่ควรที่จะงดการออกแรง หรือขยับตัวที่จะทำให้เกิดแรงกดทับแผลผ่าคลอด การขับรถอาจทำให้เกิดแรงสั่นสะเทือนที่ทำให้แผลมีเลือดออกได้

หลังผ่าคลอด คุณแม่ทำงานบ้านได้ไหม

หลังผ่าคลอด 6 สัปดาห์ คุณแม่ผ่าคลอดที่พักฟื้น ร่างกายเริ่มแข็งแรงกลับมาเป็นปกติแล้ว สามารถทำงานบ้าน ทำอาหาร ทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ไม่ต้องออกแรงมากในชีวิตประจำวันได้ แต่ไม่ควรทำงานที่ต้องออกแรงใช้กำลังกล้ามเนื้อหน้าท้องมาก ๆ หรือยกของหนัก ๆ เพราะอาจทำให้มดลูกเคลื่อนต่ำลง และจะทำให้เจ็บแผลผ่าคลอดได้ อีกทั้งควรระวังเรื่องการขยับตัวไปมา อาจเกิดการหน้ามืด ทำให้เกิดอุบัติเหตุได้

ผ่าคลอดกับคลอดธรรมชาติ ขับรถได้ทันทีเลยไหม

คุณแม่คลอดธรรมชาติ จะมีแผลฝีเย็บซึ่งแพทย์จะเย็บแผลด้วยไหมละลาย แผลจะหายภายในประมาณ 1 สัปดาห์ คุณแม่อาจรู้สึกเจ็บแผลไปจนกระทั่ง 2 สัปดาห์ ดังนั้นการเคลื่อนไหวร่างกายต่าง ๆ ต้องระมัดระวังในการกระทบกระเทือน กิจกรรมที่ไม่ควรทำในช่วง 6 สัปดาห์แรกหลังคลอดคือ การขับรถ การออกกำลังกายหนัก ๆ ยกของที่มีน้ำหนักมากกว่าทารก และไม่ควรเดินขึ้นลงบันได

บ่อย ๆ

สำหรับคุณแม่ผ่าคลอดควรกลับมาขับรถหลังผ่าคลอด 6 สัปดาห์เช่นกัน เพื่อลดการโดนสัมผัสแผลจากการคาดเข็มขัดนิรภัย และแรงสั่นสะเทือนในตอนขับรถที่อาจทำให้เลือดออกได้ หลังผ่าคลอดคุณแม่ควรพักผ่อน ระมัดระวังในทุกการขยับเปลี่ยนท่าทาง ปฏิบัติตัวตามที่แพทย์แนะนำ เพื่อฟื้นฟูร่างกายหลังคลอดให้กลับมาฟื้นตัวโดยเร็ว

วิธีดูแลแผลผ่าตัดหลังผ่าคลอดไม่ให้แผลอักเสบ

1. ปฏิบัติตัวตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด
2. ลุก นั่ง เดิน ยืน เปลี่ยนท่าทางต่าง ๆ อย่างระมัดระวัง ไม่เร่งรีบ เพื่อไม่ให้แผลผ่าตัดตึงเกินไป
3. ห้ามไม่ให้แผลโดนน้ำ ไม่แกะ ไม่เกาแผล
4. ใส่ผ้ารัดหน้าท้อง เพื่อช่วยบรรเทาอาการเจ็บให้ลดลง ไม่ให้แผลถูกดึงรั้ง
5. พักผ่อนให้เพียงพอ ไม่ยกของหนัก งดการออกกำลังกายหนัก ๆ งดเว้นกิจกรรมที่ทำให้เกิดการเจ็บแผล เกร็งกล้ามเนื้อหน้าท้อง
6. คุณแม่ควรรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และครบ 5 หมู่ งดอาหารที่มีรสจัดและไม่ดื่มแอลกอฮอล์
7. ตรวจแผลตามที่แพทย์นัด หากมีอาการผิดปกติเกิดขึ้น เช่น มีหนอง มีกลิ่นเหม็น บวมแดง แผลฉีกขาด อักเสบ
8. หากคุณแม่ได้รับยาจากแพทย์ ควรทานให้จนครบตามที่แพทย์สั่ง ห้ามหยุดยาเองโดยเด็ดขาด
9. ล้างแผล ทำความสะอาดแผลอย่างสม่ำเสมอ
10. ไม่ทาครีมที่แผลผ่าคลอด
11. หลีกเลี่ยงการใส่เสื้อผ้าที่รัดแน่นจนเกินไป

กิจกรรมต่าง ๆ ที่เคยทำในชีวิตประจำวันก่อนคลอด เช่น การออกกำลังกายหลังคลอด การทำงานบ้าน การขับรถ ถึงแม้มีความจำเป็น แต่ในช่วงหลังคลอดนั้น ร่างกายของคุณแม่จะมีการเปลี่ยนแปลง ควรพักผ่อน และประเมินร่างกายของตนเองให้ดี เชื่อฟังตามที่แพทย์แนะนำ เพื่อให้ร่างกายกลับมาฟื้นฟูแข็งแรงได้โดยเร็ว ไม่ควรทำกิจกรรมที่เสี่ยงต่อการทำให้บาดแผลผ่าคลอดเจ็บ ปริแตก หรือสมานตัวช้า เพราะอาจทำให้แผลผ่าคลอดนั้นอักเสบ หรือติดเชื้อได้

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่ผ่าคลอด

- สมองและภูมิคุ้มกันของเด็กผ่าคลอด
- ฤกษ์คลอด ฤกษ์ผ่าคลอด วันมงคล เวลาดี สำหรับลูกรัก
- เพิ่มน้ำนมคุณแม่ ด้วยการกระตุ้นน้ำนม จากธรรมชาติ ดีกับคุณแม่และลูก
- เทคนิคการปั๊มนมให้เกลี้ยงเต้า พร้อมตารางปั๊มนมและวิธีปั๊มนม

- ท่าให้นมลูก ท่านอนให้นม พร้อมท่าจับเรอ ป้องกันลูกน้อยท้องอืด
- เด็กแรกเกิดกินนมกี่ออนซ์ถึงดีที่สุด ปริมาณนมทารกเท่าไหร่เรียกว่าพอดี
- ตารางกินนมทารก ลูกควรกินนมแม่วันละกี่ครั้ง ปริมาณเท่าไหร่
- วิธีปลุกลูกกินนม คุณแม่ควรปลุกลูกกินนมแม่เวลาไหนบ้าง
- ลูกไม่กินนม กินนมน้อย ปัญหาลูกไม่ยอมกินนมที่คุณแม่แก้ไขได้
- ลูกไม่ยอมเข้าเต้า ทำยังไงดี พร้อมวิธีช่วยให้ลูกดูดเต้าได้สำเร็จ
- วิธีให้ลูกดูดขวด เมื่อลูกติดเต้าไม่ดูดขวดนม พร้อมวิธีรับมือลูกน้อย

อ้างอิง:

1. สิ่งที่คุณแม่ตั้งครรภ์ควรรู้ เกี่ยวกับการผ่าคลอด, โรงพยาบาลสมิติเวช
2. แผลผ่าคลอดปริ เกิดจากอะไร คุณแม่ควรดูแลแผลอย่างไร, HelloKhunmor
3. 6 คำแนะนำหลังคลอดบุตร, โรงพยาบาลพญาไท
4. การดูแลตัวเองหลังคลอดที่คุณแม่ต้องรู้, โรงพยาบาลเปาโล
5. แผลผ่าคลอด ควรดูแลอย่างไร, pobpad
6. คำถามยอดฮิตที่คุณแม่ผ่าคลอดอยากรู้, โรงพยาบาลศิครินทร์
7. การดูแลตนเองหลังคลอด (Postpartum Self-Care), โรงพยาบาลMedPark

อ้างอิง ณ วันที่ 3 กรกฎาคม 2567

แม่ผ่าคลอด

ดูแลลูกตามช่วงวัย

ภูมิแพ้ในเด็ก

แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน

พัฒนาการสมองลูกน้อย

การขับถ่ายลูกน้อย

คุณแม่ให้นมบุตร

เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่

อาหารเด็ก

S-Mom Club

ข้อมูลผลิตภัณฑ์

โปรโมชั่น