

รวมบทความ ทารกแรกเกิด การดูแลเด็กทารกให้ดีที่สุด
บทความ

ขี้เทาทารก คืออะไร ภาวะอุจจาระแรก ของทารก ที่พ่อแม่ควรรู้

พ.ย. 20, 2024

4 นาที

เคยสงสัยไหมว่าทำไมอุจจาระครั้งแรกของลูกน้อยถึงมีสีดำ สิ่งที่คุณแม่เห็นคือ "ขี้เทาทารก" ซึ่งเป็นเรื่องปกติในเด็กแรกเกิด แต่คุณพ่อคุณแม่มือใหม่หลายคนอาจยังไม่เข้าใจว่าขี้เทา คืออะไร ขี้เทาทารกเกิดขึ้นได้อย่างไร และจะหายไปเมื่อไหร่ บทความนี้จะมาไขข้อข้องใจ พร้อมแนะนำวิธีสังเกตสีอุจจาระของลูกน้อย เพื่อให้คุณพ่อคุณแม่มั่นใจได้ว่าลูกน้อยแข็งแรงและสมบูรณ์

คำถามที่พบบ่อย

ลูกคลอดมา 2 วันแล้วยังไม่ถ่ายขี้เทาเลยคะ แบบนี้ผิดปกติไหมคะ ต้องกังวลหรือเปล่า?

คลิก

เข้าใจความกังวลของคุณแม่เลยคะ โดยทั่วไปแล้วทารกแรกเกิดควรจะถ่ายขี้เทาออกมาภายใน 24-48 ชั่วโมงหลังคลอดคะ การที่น้องยังไม่ถ่ายอาจเป็นแค่การเปลี่ยนแปลงที่ช้ากว่าเพื่อนเล็กน้อย แต่ก็อาจเป็นสัญญาณของภาวะบางอย่าง เช่น ลำไส้อุดตันได้เช่นกันคะ สิ่งสำคัญที่สุดคือการแจ้งให้คุณหมอหรือพยาบาลที่ดูแลทารกทันที ท่านจะสามารถตรวจประเมินร่างกายของน้องและให้การดูแลที่เหมาะสมได้คะ

ขี้เทาของลูกเหนียวมากเลยคะ เช็ดทำความสะอาดยากมาก มีเทคนิคอะไรแนะนำไหมคะ?

คลิก

เป็นปัญหาที่คุณพ่อคุณแม่มือใหม่เจอทุกคนเลยคะ! ความเหนียวคล้ายยางมะตอยของขี้เทาเป็นเรื่องปกติคะ เทคนิคเล็กๆ น้อยๆ ที่ช่วยได้คือการทาวาสลีนสำหรับเด็กบางๆ ที่ก้นของน้องตั้งแต่ครั้งแรกที่เปลี่ยนผ้าอ้อม จะช่วยสร้างชั้นป้องกันทำให้เช็ดทำความสะอาดได้ง่ายขึ้นคะ หรืออาจจะใช้สำลีชุบน้ำอุ่นค่อยๆ เช็ดออกทีละน้อยก็ได้คะ อย่างไรก็ตาม หากผิวบริเวณก้นของน้องดูแดงหรือระคายเคืองมาก การปรึกษาแพทย์หรือพยาบาลก็เป็นสิ่งที่ดีที่สุดคะ

ลูกถ่ายขี้เทาไปแล้ว 1-2 ครั้ง แต่ตอนนี้เปลี่ยนเป็นสีเขียวๆ แล้ว คะ แบบนี้ปกติไหมคะ?

คลิก

ยินดีด้วยค่ะ! นี่คือสัญญาณที่ดีมากเลยนะคะ อีสีเขียวที่เห็นเรียกว่า "อุจจาระเปลี่ยนผ่าน" (Transitional Stool) ค่ะ ซึ่งเป็นสัญญาณว่าน้องเริ่มได้รับน้ำนมและระบบย่อยอาหารเริ่มทำงานแล้ว หลังจากนี้ของน้องก็จะค่อยๆ เปลี่ยนเป็นสีเหลืองทอง (สำหรับเด็กนมแม่) ซึ่งเป็นสีอุจจาระปกติค่ะ แต่หากอีของน้องยังคงเป็นสีดำนานเกิน 4-5 วัน หรือมีสีที่น้ำก้างวลอื่นๆ ปรากฏขึ้นมา การปรึกษาคุณหมอบุญเด็กคือคำตอบที่ดีที่สุดค่ะ

สรุป

- ขี้เทา (meconium) คือ อุจจาระแรกของทารกที่จะถูกขับถ่ายออกภายใน 24-48 ชั่วโมงหลังคลอด
- ขี้เทา จะมีลักษณะคล้ายดินน้ำมัน มีความเหนียวและหนืด สีของขี้เทาทารกจะมีสีเทาปนดำ หรือไม่ก็สีเขียวออกเข้มปนดำ ขี้เทาทารกโดยปกติแล้วจะไม่มีกลิ่นเหม็น
- ขี้เทาทารกจะมีอยู่ประมาณ 3-5 วันหลังคลอด หลังจากทารกเริ่มกินนมแม่หลังคลอด ขี้เทาจากที่มีสีเทาเข้ม ก็จะเริ่มเปลี่ยนเป็นสีเขียว เขียวเหลืองและกลายเป็นสีเหลืองเพียงสีเดียว

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- ขี้เทา คืออะไร เกิดขึ้นได้อย่างไร
- ลักษณะและสีของขี้เทาทารก
- ลูกมีขี้เทามากกว่า 3 วัน ผิดปกติไหม
- ทารกสุขภาพดี อุจจาระต้องเป็นแบบไหน
- ทารกควรอึ ก็ครั้งต่อวัน
- สังเกตสีอุจจาระของลูกน้อย แต่ละสีบอกอะไรบ้าง
- ทารกไม่ถ่ายอุจจาระทุกวัน ผิดปกติไหม

ขี้เทา คืออะไร เกิดขึ้นได้อย่างไร

ขี้เทาทารก (meconium) คือของเสียที่เกิดขึ้นในลำไส้ใหญ่ของทารกตั้งแต่ช่วงที่อยู่ในครรภ์ของ คุณแม่ ขี้เทาถูกสร้างขึ้นมาจากทารกกลืนน้ำคร่ำเข้าไปในร่างกาย ในขี้เทาเป็นส่วนหนึ่งของ น้ำคร่ำที่มีทั้งโปรตีน เซลล์ ไขมัน ขนอ่อน และไขของทารก รวมถึงน้ำเมือกที่มาจากเยื่อระบบทางเดินอาหาร สำหรับขี้เทาจะถูกขับออกมาเป็นอุจจาระแรกของทารกหลังคลอดได้ภายใน 24-48 ชั่วโมง การที่ทารกขับถ่ายขี้เทาออกมา เป็นการบอกถึงการทำงานของระบบย่อยอาหารเป็นปกติ

ลักษณะและสีของขี้เทาทารก

ขี้เทาทารก จะมีลักษณะคล้ายดินน้ำมัน มีความเหนียวและหนืด สีของขี้เทาทารกจะมีสีเทาปนดำ หรือไม่ก็สีเขียวออกเข้มปนดำ ขี้เทาทารกโดยปกติแล้วจะไม่มีกลิ่นเหม็น

ลูกมีขี้เทามากกว่า 3 วัน ผิดปกติไหม

โดยปกติแล้วหลังจากทารกเริ่มกินนมแม่หลังคลอด ขี้เทาจากที่มีสีเทาเข้ม ก็จะเริ่มเปลี่ยนเป็นสีเขียว เขียวเหลืองและกลายเป็นสีเหลืองเพียงสีเดียว เรียกว่าลักษณะอุจจาระทารกปกติ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงของขี้เทาจนกลายเป็นลักษณะของอุจจาระตามปกติจะใช้เวลาในการเปลี่ยนแปลงอยู่ที่ 4-5 วัน หากเกินไปกว่านี้คุณพ่อคุณแม่สังเกตแล้วพบว่าอุจจาระของลูกผิดปกตียังเป็นลักษณะของขี้เทาอยู่ แนะนำให้พาลูกน้อยไปพบแพทย์ทันที



ทารกสุขภาพดี อุจจาระต้องเป็นแบบไหน

ลักษณะของอุจจาระที่บ่งถึงสุขภาพที่ดีของทารก หากทารกกินนมแม่ตั้งแต่แรกเกิด ลักษณะของ

อุจจาระจะมีความเหลวเล็กน้อย เนื้ออุจจาระจะนุ่มเนียน และสีอุจจาระจะเป็นสีเหลืองคล้ายสีของผักทอง

ทารกควรรึ กี่ครั้งต่อวัน

การขับถ่ายอุจจาระของทารก โดยปกติแล้วจะเกิดขึ้นเกือบทุกครั้งหลังจากทารกกินนมอิ่ม ซึ่งทารกจะถ่ายอุจจาระวันละประมาณ 3-6 ครั้ง หรืออาจถ่ายอุจจาระได้มากถึงกว่า 10 ครั้งต่อวัน และอุจจาระปกติของทารกจะเป็นเหมือนแป้งเปียกไม่มีมูกเลือด ไม่มีฟอง เนื้ออุจจาระเป็นสีเหลืองทอง

สังเกตสีอุจจาระของลูกน้อย แต่ละสีบอกอะไรบ้าง

สีอุจจาระทารก บอกอะไรคุณได้บ้าง นอกจากจะเป็นเรื่องที่คุณพ่อคุณแม่ต้องคอยสังเกตแล้ว ยังเป็นตัวบ่งบอกสุขภาพของลูกน้อยได้อีกด้วย อย่าคิดว่าอุจจาระสีต่าง ๆ ของลูกน้อยมีความหมายอย่างไรตามมาไขข้อสงสัยไปพร้อมกัน

1. สีน้ำตาลดำ

ทารกขับถ่ายอุจจาระออกมาเป็นสีดำ อาจเกิดมาได้จากอาหารที่คุณแม่รับประทานช่วงให้นมลูกมีธาตุเหล็กสูง

2. สีเขียว

ทารกขับถ่ายอุจจาระออกมาเป็นสีเขียว ทารกอุจจาระสีเขียวหรืออุจจาระสีเขียวขี้ม้าเหม็น อาจเกิดได้จากการที่คุณแม่รับประทานอาหารที่มีผักใบเขียวมาก หรืออีกกรณีมาจากการให้ลูกดื่มนมผสมสำหรับเด็ก ซึ่งสีของอุจจาระอาจจะมีสีที่ต่างกันไปขึ้นอยู่กับชนิดของนมผสมที่ให้ลูกกิน

3. สีขาว

ทารกขับถ่ายอุจจาระออกมาเป็นสีขาว อาจมีสาเหตุมาจากท่อน้ำดีในร่างกายเกิดความผิดปกติขึ้น แนะนำให้คุณพ่อคุณแม่พาลูกไปโรงพยาบาล เพื่อให้แพทย์ตรวจร่างกายอย่างละเอียดอีกครั้ง

4. สีแดง

ทารกขับถ่ายอุจจาระออกมาเป็นสีแดง สาเหตุอาจมาจากมีแผลในลำไส้ หรือรูทวารหนักขาดขณะที่ลูกเบ่งอุจจาระออกมา เนื่องจากอุจจาระแข็ง ลูกท้องผูก แนะนำให้พาลูกไปพบแพทย์เพื่อตรวจร่างกายทันที

ทารกไม่ถ่ายอุจจาระทุกวัน ผิดปกติไหม

เด็กทารกหากไม่ถ่ายอุจจาระทุกวัน แต่ถ่ายอุจจาระวันเว้นวัน ไม่ถือว่าผิดปกติ แต่ทั้งนี้ต้องไม่มีอาการร่วมอย่างอื่นที่ทำให้ไม่ถ่ายอุจจาระออกมา เช่น มีอาการอาเจียน อาการท้องอืด หรือวันที่ถ่ายอุจจาระออกมาแล้วอุจจาระแข็งเหมือนลูกกระสุน แนะนำให้พาลูกไปพบแพทย์เพื่อตรวจหาสาเหตุในเด็กทารกที่ไม่ได้กินนมแม่ แต่กินนมผสมเป็นส่วนใหญ่ อาจจะถ่ายอุจจาระวันเว้นวัน หรืออาจถ่ายอุจจาระสัปดาห์ละครั้งก็ได้เช่นกัน ซึ่งหากคุณพ่อคุณแม่พบว่าลูกมีอาการผิดปกติอื่นร่วมด้วย ควรพาไปพบแพทย์ทันที

ชี้เท้าเป็นอุจจาระครั้งแรกของทารกแรกเกิด การสังเกตสีอุจจาระของลูกน้อยเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้คุณพ่อคุณแม่สามารถติดตามพัฒนาการและสุขภาพของลูกน้อยได้ หากสังเกตเห็นว่าอุจจาระของลูกน้อยมีการเปลี่ยนแปลงผิดปกติ เช่น ทารกอุจจาระมีมูกเลือดปน มีกลิ่นเหม็นมาก หรือลูกน้อยถ่ายอุจจาระน้อยลง หรือถ่ายบ่อยขึ้นผิดปกติ ควรปรึกษาแพทย์เพื่อตรวจสอบสาเหตุและรับคำแนะนำที่ถูกต้อง

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- Health check แบบประเมินสุขภาพของคุณแม่และพัฒนาการของลูกน้อย
- สายสะดือทารก สะดือใกล้หลุดเป็นแบบไหน พร้อมวิธีทำความสะอาด
- กลากน่านม เกิดจากอะไร โรคผิวหนังในเด็ก พร้อมวิธีดูแลเกลือนน่านม
- ลูกเลือดกำเดาไหลตอนกลางคืน อันตรายไหม พ่อแม่รับมืออย่างไรดี
- วิธีห่อตัวทารกที่ถูกต้อง ให้ลูกน้อยสบายตัว เหมือนอยู่ในท้องแม่
- โรคซางในเด็กเล็กมีจริงไหม เกิดจากอะไร ดูแลและป้องกันได้หรือเปล่า
- ลูกหัวแบน ทารกหัวแบน คุณแม่ทำอย่างไรได้บ้าง พร้อมวิธีแก้ไขเบื้องต้น
- วิธีบรรเทาอาการไอของลูกน้อย เมื่อลูกไอไม่หยุด พร้อมวิธีดูแลและป้องกัน
- จุกหลอก ดีกับลูกน้อยจริงไหม จุกนมหลอก ข้อดีข้อเสียมีอะไรบ้าง
- วิธีลดไข้ทารกแรกเกิด อาการทารกเป็นไข้ ทารกตัวร้อน พร้อมวิธีวัดไข้
- นิทานเด็กทารกสำคัญกับลูกไหม คุณแม่ควรอ่านเรื่องอะไรให้ลูกน้อยฟังดี

อ้างอิง:

1. “ลักษณะทั่วไปของทารกแรกเกิด” สิ่งที่พ่อแม่ควรรู้..เพื่อดูความผิดปกติ, โรงพยาบาลพญาไท
2. ชีทา อูจาเราะแรกของทารกที่พ่อแม่ควรรู้, Pobpad
3. ภาวะสุดสาหัสชีทาในเด็กแรกเกิด ตอนที่ 1, คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล
4. สีของอุจจาระลูกบอกอะไรได้บ้าง, โรงพยาบาลเอกชัย
5. ปัญหาที่พบบ่อยในทารกแรกเกิด, โรงพยาบาลสินแพทย์ เสรีรักษ์

อ้างอิง ณ วันที่ 5 กันยายน 2567

แชร์ตอนนี้