

รวมเคล็ดลับการเลี้ยงทารกแรกเกิด - 1 ปี
บทความ

เด็กปวดท้อง ลูกปวดท้องบิดตอ กลางคืน? ทำไงดี? พร้อมวิธีดูแลลูก น้อย

พ.ย. 28, 2025

10 นาที

อาการเจ็บไข้ได้ป่วยของลูกน้อย เป็นเรื่องที่คุณพ่อคุณแม่ไม่ควรชะล่าใจ โดยเฉพาะอาการปวดท้อง เด็กปวดท้องเป็นอาการเจ็บป่วยที่พบเจอได้บ่อย ๆ มีตั้งแต่ปวดเล็กน้อยไปจนถึงขั้นปวดรุนแรง คุณพ่อคุณแม่ต้องหมั่นสังเกตอาการปวดท้องของลูกน้อย และอาการต่าง ๆ ร่วมด้วย หากมีอาการใดที่ผิดปกติควรรีบพาไปพบแพทย์ทันที โดยบทความนี้เราจะมาไขข้อสงสัยเกี่ยวกับสาเหตุที่ทำให้เด็กปวดท้อง พร้อมวิธีป้องกันดูแลไม่ให้ลูกปวดท้องกันค่ะ

คำถามที่พบบ่อย

ลูกบอกว่าปวดท้อง แต่พ่อกถามก็ชี้มั่ว ๆ ไปทั่วท้อง จะรู้ได้อย่างไรว่าปวดตรงไหน?

คลิก

เป็นเรื่องปกติของเด็กเล็กที่ไม่สามารถระบุตำแหน่งที่ปวดได้ชัดเจนค่ะ พ่อแม่ควรสังเกตจากอาการร่วมอื่น ๆ ร่วมด้วย เช่น มีไข้ อาเจียน ควรปรึกษาแพทย์หากไม่แน่ใจในอาการ

ลูกปวดท้องบ่อย ๆ อาจเป็นเพราะความเครียดจากโรงเรียนได้จริงหรือ?

คลิก

เป็นไปได้อย่างยิ่งค่ะ ความเครียดและความวิตกกังวลในเด็กโตสามารถแสดงออกเป็นอาการทางกายได้ โดยเฉพาะอาการปวดท้องและปวดศีรษะ พ่อแม่ควรลองพูดคุยกับลูกอย่างเปิดอกเกี่ยวกับเรื่องที่โรงเรียนและเพื่อน ๆ ควรปรึกษาแพทย์เพื่อประเมินทั้งสาเหตุทางกายและทางใจร่วมกัน

จะรู้ได้อย่างไรว่าลูกร้องไห้เพราะ 'โคลิค' ไม่ใช่ปวดท้องจากสาเหตุอื่น?

คลิก

โคลิคมักมีรูปแบบที่ชัดเจนคือ เด็กจะร้องในช่วงเวลาเดิม ๆ ส่วนใหญ่เป็นช่วงเย็นไปจนถึงค่ำ (6 โมงเย็น จนถึง 4 ทุ่ม) เด็กมักจะร้องไห้โยเย ร้องจนหน้าแดง ตัวเกร็ง ขางอ สาเหตุเกิดภาวะโคลิค เช่น กลืนอากาศขณะกินนมแม่หรือร้องไห้ เด็กแพ้โปรตีนในนม ป้อนอาหารทารกมากเกินไป และอาการกรดไหลย้อน เป็นต้น หากสังเกตพบความผิดปกติอื่น ๆ ควรปรึกษาแพทย์

สรุป

- เด็กเล็กเมื่อปวดท้องอาจไม่สามารถบอกพ่อแม่ได้ คุณแม่จะรู้ได้จากการร้องกวน งอแง ไม่ยอมกินนมแม่ รวมถึงมีอาการอื่นร่วมด้วยอย่างอาเจียน ถ่ายเหลว หรือถ่ายแข็ง เป็นต้น ในขณะที่เด็กโตแม้ว่าจะเริ่มบอกได้แล้วว่าปวดท้องแต่อาจไม่สามารถระบุตำแหน่งที่แน่ชัดได้ คุณแม่จึงต้องสังเกตอาการอื่น ๆ ร่วมด้วย
- อาการเด็กปวดท้อง สามารถแยกออกได้เป็น 2 ชนิด คือ อาการปวดท้องเฉียบพลันและอาการปวดท้องชนิดเรื้อรัง โดยที่อาการปวดท้องเฉียบพลันส่วนใหญ่มีสาเหตุที่ไม่รุนแรงและไม่ต้องรักษาอย่างเร่งด่วนแต่อาจเป็นอันตรายได้หากมีอาการที่รุนแรง และควรพบแพทย์ทันที ส่วนอาการปวดท้องเรื้อรังไม่ได้เกิดจากโรทางกาย แต่เกิดจากทางเดินอาหารที่รับความรู้สึกได้ไวกว่าปกติ เช่น ความเครียด เป็นต้น
- สาเหตุที่ทำให้เด็กปวดท้อง ได้แก่ โคลิค ท้องอืด กรดไหลย้อน ท้องร่วงเฉียบพลัน การย่อยแลคโตสบกพร่อง ท้องผูก โรคลำไส้สั้นกัน ไส้ติ่งอักเสบ ภาวะอาหารและลำไส้อักเสบ แผลในกระเพาะอาหาร หรือแม้แต่ความเครียดค่ะ
- เมื่อเด็กปวดท้องไม่รุนแรงมาก คุณแม่สามารถใช้ยาบรรเทาอาการตามคำแนะนำของกุมารแพทย์ พร้อมทั้งควรสังเกตอาการลูกอย่างใกล้ชิด

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- ลูกปวดท้องแบบไหน? ทำความเข้าใจลักษณะอาการปวดที่แตกต่างกัน
- สาเหตุที่ทำให้เด็กปวดท้อง เกิดจากอะไรได้บ้าง?
- วิธีรับมือเบื้องต้นเมื่อลูกปวดท้อง
- อาการปวดท้องแบบไหนที่ต้องรีบไปหาหมอทันที

ลูกปวดท้องแบบไหน? ทำความเข้าใจลักษณะอาการปวดที่แตกต่างกัน

อาการเด็กปวดท้อง คือ สัญญาณเตือนปัญหาสุขภาพของลูกน้อย โดยอาการปวดท้องในเด็กเล็ก และเด็กโตอาจมีความแตกต่างกัน เนื่องจากเด็กเล็กยังไม่สามารถบอกพ่อแม่ได้ว่าปวดท้องแต่ก็

จะแสดงอาการร้องกวน งอแง หงุดหงิด ไม่ยอมกินนมแม่หรืออาหาร รวมถึงมีอาการอื่นร่วมด้วย อย่างอาเจียน ถ่ายเหลว หรือถ่ายแข็ง เป็นต้น

ในขณะที่เด็กโตสามารถบอกพ่อแม่ได้แล้วว่าปวดท้องแต่อาจไม่สามารถระบุตำแหน่งได้ที่แน่ชัดซึ่งคุณแม่จะรู้ว่าลูกปวดท้องแบบไหนต้องสังเกตอาการอื่น ๆ ร่วมด้วย เช่น อาเจียน ถ่ายเหลว กินน้อย เรอ แสบหน้าอก เพราะอาการเหล่านี้อาจบอกได้ว่าลูกน้อยปวดท้องแบบไหนค่ะ เช่น อาการท้องเสียจะทำให้เด็กมีอาการถ่ายเหลวร่วมด้วย หากมีลมในช่องท้องมาก ลูกน้อยจะมีอาการท้องอืด จุกเสียดร่วมด้วย เป็นต้น และถ้าลูกเป็นไส้ติ่งอักเสบจะมีอาการปวดท้องรุนแรงบริเวณท้องน้อยด้านขวา อาเจียน มีไข้สูงค่ะ ถ้าลูกมีอาการแบบนี้ควรพบแพทย์ทันทีนะคะ

นอกจากนี้ อาการปวดท้องของเด็ก สามารถแยกออกได้เป็น 2 ชนิด คือ อาการปวดท้องเฉียบพลัน และอาการปวดท้องชนิดเรื้อรัง โดยมีรายละเอียดดังนี้ค่ะ



อาการปวดท้องเฉียบพลันในเด็ก

อาการปวดท้องเฉียบพลันในเด็กเป็นปัญหาที่พบได้บ่อย ส่วนใหญ่มีสาเหตุที่ไม่รุนแรงและไม่ต้องรักษาอย่างเร่งด่วน เช่น การติดเชื้อในระบบทางเดินอาหาร ท้องผูก และการติดเชื้อต่าง ๆ แต่ในบางสาเหตุจำเป็นต้องพบแพทย์โดยด่วนเมื่อเด็กปวดท้องเฉียบพลัน ได้แก่ ไส้ติ่งอักเสบพบมากในเด็กโต ลำไส้กลืนกันส่วนใหญ่พบในเด็กเล็ก และตับอ่อนอักเสบค่ะ รวมถึงโรคที่ทำให้ลูกปวดบิดมาก ๆ คือ เส้นเลือดในลำไส้อักเสบ หรือที่เรียกว่า “Henoch” ค่ะ

อาการปวดท้องเรื้อรังในเด็ก

สาเหตุของอาการปวดท้องเรื้อรังในเด็กไม่ได้เกิดจากโรทางกาย แต่เกิดจากทางเดินอาหารที่รับความรู้สึกได้ไวกว่าปกติทั้งความเครียด อารมณ์ผิดปกติ หรือจุลินทรีย์ในลำไส้ไม่สมดุลกัน เช่น โรคลำไส้แปรปรวน โรคปวดท้องไมเกรน เป็นต้น แม้ว่าอาการเหล่านี้จะไม่ใช่อันตรายต่อลูกน้อย แต่อาจส่งผลต่อชีวิตประจำวันได้ ทั้งอาจเป็นสัญญาณเตือนของโรคระบบทางเดินอาหารที่รุนแรง เช่น โรคลำไส้อักเสบ แผลในกระเพาะอาหาร เป็นต้นค่ะ

เด็กปวดท้องแบบเรื้อรังคุณแม่สามารถสังเกตได้จากอาการของลูกที่มักปวดท้องติดต่อกันเป็นระยะเวลาประมาณ 7-14 วัน ปวดแบบเป็น ๆ หาย ๆ และอาจมีอาการอื่นร่วมด้วย เช่น ปวดท้อง แน่น ลิ้นปี่ ทานอาหารได้น้อย หากพ่อแม่พบปัญหาเหล่านี้ควรพาลูกไปพบแพทย์นะคะ

สาเหตุที่ทำให้เด็กปวดท้อง เกิดจากอะไรได้บ้าง?

สาเหตุที่ทำให้เด็กปวดท้องเกิดขึ้นได้หลายสาเหตุ และอาการปวดท้องในเด็กอาจมีระดับความรุนแรงที่แตกต่างกัน ซึ่งสาเหตุที่ทำให้เด็กปวดท้อง ลูกปวดท้องบิดที่พบได้บ่อย ๆ ในเด็กเล็กและเด็กโต ได้แก่

1. ภาวะโคลิค

อาการที่พบบ่อยในทารก คุณแม่สามารถสังเกตอาการโคลิคของลูกน้อยได้ง่าย ๆ ได้จากอาการเหล่านี้ ได้แก่ ลูกปวดท้องแบบเจ็บแปลบ ท้องอืดเหมือนมีลม ร้องไห้ไม่หยุดชั่วโมงละเต็มทุกวันโดยเฉพาะเวลา 6 โมง ถึง 4 ทุ่ม ลูกร้องหน้าจันหน้าแดง ขางอขึ้นและหดเกร็งค่ะ

2. ท้องอืด

เป็นอีกหนึ่งอาการที่พบบ่อยในเด็กเล็ก เกิดจากการที่เด็กกินนมมากเกินไปหรืออาจเรอได้ไม่เต็มที่ค่ะ ลักษณะอาการของเด็กท้องอืด คือ ท้องจะป่อง ลูกน้อยไม่สบายตัว ร้องไห้โยเย มีการผายลม แหวะนมหรืออาเจียน ถ่ายเหลว บางครั้งมีน้ำมูกร่วมด้วย เมื่อลูกท้องอืดคุณแม่อาจลดปริมาณนมเล็กน้อยพออาการลูกท้องอืดดีขึ้นแล้วค่อยกลับมาให้นมในปริมาณเท่าเดิมนะคะ

3. โรคกรดไหลย้อนในเด็ก

เป็นการที่กรดจากกระเพาะอาหารไหลย้อนเข้าสู่หลอดอาหาร สังเกตได้จากลูกน้อยมีอาการแหวะนม อาเจียน น้ำหนักตัวขึ้นดี แต่ถ้าลูกน้อยมีอาการอื่นแทรกซ้อนอาจทำให้น้ำหนักขึ้นช้า อาเจียนเป็นเลือด ถ่ายอุจจาระดำ ผิวซี้ด กลืนลำบาก หอบหืด ส่วนในเด็กโตจะมีอาการแสบร้อนกลางอก

เรอเปรี้ยว ปวดท้องบริเวณลิ้นปี่ คลื่นไส้ และอาจมีการอาเจียนขึ้นได้

4. โรคท้องร่วงเฉียบพลันในเด็ก

สังเกตได้จากการที่ลูกน้อยถ่ายเหลวกว่าปกติ 3 ครั้งต่อวันขึ้นไป ในระยะเวลาไม่เกิน 7 วัน และอาจมีมูกเลือดปนร่วมกับอาการอื่น เช่น มีไข้ อาเจียน เบื่ออาหาร ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ หากลูกน้อยท้องร่วงจนขาดน้ำจะมีอาการปากแห้ง หิวหน้าบ่อย ปัสสาวะน้อยลง กระสับกระส่าย ร้องไห้ไม่มีน้ำตา และซึมลงได้ค่ะ

5. การย่อยแลคโตสบกพร่อง

แลคโตส คือ น้ำตาลที่มีมากในน้ำนมของสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม ซึ่งเด็กที่มีภาวะย่อยแลคโตสบกพร่องเกิดจากเซลล์เยื่อบุในลำไส้เล็กสร้างเอนไซม์แลคเตสน้อยลงหรือไม่สร้างเลย เมื่อเด็กกินนมเข้าไปทำให้เกิดอาการแน่นท้องจากแก๊ส ลูกน้อยจึงผายลมบ่อย มีอาการปวดท้องบริเวณสะดือ หรือท้องน้อย คลื่นไส้ อาเจียน ถ่ายเหลวเป็นน้ำและมีฟองค่ะ อาการนี้ไม่ใช่การแพ้โปรตีนในนมวัวนะค่ะ แต่เป็นการแพ้น้ำตาลในนมสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมค่ะ เช่น นานนมแม่ นานนมวัว นานนมแพะ เป็นต้น หากพ่อแม่สงสัยว่าลูกน้อยมีอาการเหล่านี้ควรดื่มนมให้ลูกน้อยดื่มนมและรีบพบแพทย์นะคะ

6. โรคท้องผูกในเด็ก

เป็นอาการที่ลูกถ่ายอุจจาระน้อยกว่าสัปดาห์ละ 3 ครั้ง และมีอุจจาระแข็งต้องใช้แรงเบ่งมาก สาเหตุมักมาจากพฤติกรรมการกินของลูกน้อยค่ะ เด็กอาจกินนมมากเกินไป ไม่กินอาหารที่มีกากใย และกลืนอุจจาระจนเคยชิน อาการของเด็กท้องผูก คือ ปวดท้อง แน่นท้อง เด็กปวดท้องเกร็ง หันบขาหนีบกัน ถ่ายก้อนใหญ่ หรือถ่ายเป็นเม็ดกระสุน รวมถึงเบื่อบริเวณทวารเพราะมีอุจจาระมากในลำไส้ใหญ่จนอุจจาระล้นติดทางแกง

7. โรคลำไส้กลืนกัน

เป็นอาการที่พบได้ในเด็กเล็กช่วงอายุระหว่าง 4-12 เดือน ที่มีร่างกายแข็งแรงแต่มีลำไส้เล็กเคลื่อนตัวเข้าไปสู่ลำไส้ใหญ่หรือที่เรียกว่า “ลำไส้กลืนกัน” อาการของเด็กที่เป็นโรคนี้ คือ เด็กปวดท้องรุนแรง ร้องไห้นานผิดปกติถึง 20-30 นาที แล้วหยุด จากนั้นกลับมาร้องไห้ใหม่เป็นพัก ๆ อาเจียนเป็นสีเขียว มีไข้ต่ำ มีอาการซึม ทารกถ่ายเป็นมูกเลือดคล้ายเยลลี่ และอาจมีไข้และนำมูกมาก่อนค่ะ

8. โรคไส้ติ่งอักเสบ

เป็นโรคที่อันตรายสำหรับเด็กเป็นอย่างมากเพราะถ้าปล่อยไว้ให้เด็กไส้ติ่งแตกจะส่งผลให้หนองแพร่

กระจายในช่องท้องจนเกิดการติดเชื้อลุกลามเข้าสู่กระแสเลือดได้ค่ะ อาการของโรค คือ เด็กจะรู้สึกปวดท้องมากบริเวณตรงกลางรอบ ๆ สะดือ จากนั้นจะปวดบริเวณช่องท้องด้านขวาส่วนล่างเมื่อมีการเคลื่อนไหว ไม่อยากอาหาร คลื่นไส้ อาเจียน มีไข้ต่ำและสูงขึ้นเรื่อย ๆ ค่ะ

9. โรคกระเพาะอาหารลำไส้อักเสบในเด็ก

เกิดจากภาวะที่ร่างกายได้รับเชื้อโรคเข้าสู่ระบบทางเดินอาหารไม่ว่าจะเป็นเชื้อไวรัส เช่น โนโรไวรัส (Norovirus) โรต้าไวรัส (Rotavirus) อะดีโนไวรัส (Adenovirus) หรือเชื้อแบคทีเรีย เช่น อีโคไล (E. Coli) ซาลโมเนลลา (Salmonella) เป็นต้น เด็กที่เป็นโรคนี้อาจป่วยตั้งแต่ 1 วัน ไปจนถึง สัปดาห์เลยก็ได้ ลักษณะอาการคือ เด็กปวดท้อง คลื่นไส้ อาเจียน ถ่ายเหลว มีไข้ เด็กบางคนอาจมี ภาวะขาดน้ำ เกือบแรมและค่ากรดต่างในเลือดผิดปกติร่วมด้วย และในเด็กที่มีอาการรุนแรงอาจเกิด ภาวะช็อกได้หากได้รับการรักษาไม่ทันท่วงที

10. แผลในกระเพาะอาหาร

โรคนี้จะมีอาการคล้ายกับกระเพาะอาหารอักเสบเลยนะคะ แต่ต่างกันตรงที่ติดเชื้อคนละชนิด ซึ่งก็คือ เชื้อ H.pylori เชื้อแบคทีเรียที่ทำให้เด็กปวดท้องรุนแรงจนรบกวนชีวิตประจำวัน ทำให้ลูกปวดท้อง ตอนกลางคืนจนนอนไม่ได้ ร่วมกับอาการคลื่นไส้ อาเจียน แสบร้อนกลางอก เบื่ออาหาร และ นำหนักตัวลดเลยนะคะ

11. ความเครียด

ภาวะเครียดพบได้ในเด็กโต สาเหตุอาจมาจากครอบครัว เพราะลูกเห็นพ่อแม่ทะเลาะกัน หรือถูก ตำหนิบ่อย ๆ หรือมาจากการเลี้ยงดูและความคาดหวังที่มากเกินไป หรือมาจากโรงเรียน เช่น ถูก คุณครูดุ ลงโทษรุนแรง การบ้านเยอะ ถูกเพื่อนแกล้ง ล้อเลียน เป็นต้น เมื่อเด็กมีความเครียดอาจ ส่งผลให้เกิดความเจ็บป่วยทางกายที่ไม่ทราบสาเหตุ เช่น ปวดท้อง ปวดหัว นอนไม่หลับ คลื่นไส้ อาเจียน ขาดสมาธิ กินอาหารได้น้อยลง เป็นต้น หากพ่อแม่พบว่าลูกน้อยมีปัญหาเครียดควรพาเด็ก ไปพบแพทย์ เพราะหากปล่อยทิ้งไว้นาน ๆ อาจส่งผลกระทบต่อคนรอบข้างและลูกน้อยในอนาคต นะคะ

จากประสบการณ์ของคุณหมอคณิศรเวชศาสตร์ครอบครัวในโรงพยาบาลแห่งหนึ่งของสหรัฐอเมริกา กล่าวว่า เป็นเรื่องปกติที่เด็กจะปวดท้องเมื่อรู้สึกกังวล ซึมเศร้า ถูกกลั่นแกล้ง หรือเข้ากับครูไม่ได้ และมักจะบอกพ่อแม่ว่า “หนูปวดท้อง” ไม่เพียงแค่นั้นเด็กบางคนอาจมีปัญหาการกลืนปัสสาวะ ปัสสาวะรดกางเกงหรืออุจจาระรดกางเกง และมีอาการท้องผูกเมื่อรู้สึกไม่สบายใจหรือรู้สึกอาย เช่น เด็กรู้สึกไม่สบายใจที่จะใช้ห้องน้ำที่โรงเรียน เพราะห้องน้ำอาจไม่สะอาด หรือถูกเพื่อนล้อเลียนเมื่อ ถ่ายอุจจาระที่โรงเรียน ถูกเพื่อนรบกวนขณะใช้ห้องน้ำ เช่น การแอบดู เป็นต้น



วิธีรับมือเบื้องต้นเมื่อลูกปวดท้อง

เมื่อเด็กปวดท้องพ่อแม่คงกังวลใจไม่รู้ว่าลูกป่วยเป็นโรคอะไรกันแน่โดยเฉพาะเด็กเล็ก และถ้าลูกน้อยปวดท้องตอนกลางคืนยิ่งทำให้พ่อแม่อดเป็นห่วงไม่ได้ซึ่งสิ่งที่พ่อแม่ควรทำคือการสังเกตอาการของลูกน้อยค่ะ

ลูกปวดท้อง พ่อแม่ดูแลยังไงดี

เมื่อเด็กปวดท้องไม่รุนแรงมาก คุณแม่สามารถใช้ยาบรรเทาอาการเบื้องต้นตามคำแนะนำของกุมารแพทย์ ควบคู่การปรับพฤติกรรมกรกินเพื่อไม่ให้ลูกน้อยมีอาการปวดท้องกำเริบและอาการรุนแรงขึ้น พร้อมทั้งควรสังเกตอาการลูกอย่างใกล้ชิดและให้ลูกกินนมแม่ต่อได้ตามปกติ หากพบว่าลูกยังรู้สึกปวดท้องรุนแรงกดเจ็บบริเวณท้องน้อยด้านขวาและมีไข้สูงร่วมด้วย ควรรีบพาลูกน้อยไปพบแพทย์ทันที

วิธีป้องกันไม่ให้ลูกปวดท้อง

เมื่อลูกปวดท้องบิด ปวดท้องมาก ๆ มีอาการอาการปวดท้องเฉียบพลันคุณแม่ควรสังเกตอาการของ

ลูกน้อยก่อนไปพบแพทย์ หลังจากนั้นให้ดูแลลูกน้อยตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัดเพื่อให้ลูกหายจากอาการปวดท้อง พร้อมหาวิธีป้องกันไม่让孩子กลับไปป่วยซ้ำอีก คือ

- หากเด็กปวดท้องที่มีสาเหตุจากท้องผูก คุณแม่สามารถป้องกันได้ด้วยการให้ลูกกินผักผลไม้มากขึ้น ดื่มนมให้น้อยลง ฝึกขับถ่ายให้เป็นเวลา และขับถ่ายเมื่อปวดอุจจาระไม่ควรอั้นการขับถ่าย
- ในเด็กที่มีการปวดท้องเรื้อรังมาก่อน คุณแม่ต้องพยายามปรับพฤติกรรมของลูกน้อยไม่ให้เกิดความเครียดหรือเจอสิ่งกระตุ้น และส่งเสริมให้ทำกิจกรรมอื่นตามปกติ ทานอาหารให้เหมาะสม และควรพบแพทย์เมื่อลูกเด็กปวดท้องนะคะ

อาการปวดท้องแบบไหนที่ต้องรีบไปหาหมอทันที

เมื่อเด็กปวดท้อง ลูกปวดท้องบิด คุณแม่ต้องคอยสังเกตว่าอาการปวดท้องของลูกน้อยมีอาการอื่นร่วมด้วยหรือไม่ เช่น อาการอาเจียน ถ่ายเหลว มีไข้หรือไม่ เป็นต้น เด็กปวดท้องแบบไหน ลูกปวดบิดรุนแรง ปวดเป็นพัก ๆ เป็น ๆ หาย ๆ หรือว่าปวดไม่รุนแรง ปวดนานแค่ไหน ลูกน้อยปวดท้องตอนกลางคืนหรือเปล่า และปวดท้องจากการประทุอุบัติเหตุหรือไม่ เช่น การกระทบกระแทก เป็นต้น หากพ่อแม่พบว่าลูกมีอาการปวดท้องดังต่อไปนี้ให้พบแพทย์ด่วน

อาการเด็กปวดท้องเฉียบพลันที่ควรไปพบแพทย์ ได้แก่

- เด็กปวดท้องรุนแรง โดยเฉพาะบริเวณท้องด้านซ้าย
- ใช้ส้อมร่วมกับอาเจียนหลายครั้งจนร่างกายอ่อนเพลีย
- อาเจียนเป็นเลือดหรือมีสีเขียว
- ขับถ่ายเป็นเลือด
- ไม่ยอมกินอาหารหรือกินน้ำ
- บัสสาวะน้อยผิดปกติ
- เด็กซึมหรือการรับรู้ลดน้อยลง

ส่วนอาการเด็กปวดท้องชนิดเรื้อรังที่ควรพาลูกไปหาหมอ คือ

- เด็กปวดท้องด้านขวา
- กลืนลำบาก
- คลื่นไส้อาเจียนต่อเนื่อง
- ถ่ายอุจจาระเหลวตอนกลางคืนทำให้ลูกน้อยปวดท้องตอนกลางคืน
- ถ่ายมีมูกเลือดปน มีแผลที่ทวารหนัก
- นำหนักตัวลด
- มีไข้เรื้อรังไม่ทราบสาเหตุ
- ลูกน้อยเติบโตได้ช้า

แม้อาการเด็กปวดท้อง ลูกปวดท้องบิดอาจเกิดได้จากหลายสาเหตุ แต่การดูแลลูกไว้ด้วย

โภชนาการที่เหมาะสมก็มีบทบาทสำคัญเช่นกัน ดังนั้น ในช่วงลูกป่วยคุณแม่ควรให้ลูกกินนมแม่อย่างต่อเนื่องเพราะในนมแม่ที่อุดมไปด้วยคุณค่ามากกว่า 200 ชนิด เช่น โพรตีน คาร์โบไฮเดรต เกลือแร่ ไขมัน และโอเมก้า 3,6,9 (Omega 3,6,9) และ แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอี ลิน (Alphalac Sphingomyelin) ที่ช่วยให้การส่งสัญญาณประสาทรวดเร็วยิ่งขึ้น ลูกจึงเรียนรู้ไว และจดจำได้ดี เพราะเด็กเจนใหม่ สร้างสมองไว ได้มากกว่าที่แม่คิด

บทความที่เกี่ยวข้อง

- เทคนิคการปั๊มนมให้เกลี้ยงเต้า พร้อมตารางปั๊มนมและวิธีปั๊มนมให้ลูก
- ทู่าให้นมลูก ทานอนให้นม พร้อมทำจับเรือ ป้องกันลูกน้อยท้องอืด
- นานมส่วนหน้าและนานมส่วนหลังต่างกันยังไง เรื่องนานมที่แม่ต้องรู้
- อาหารบำรุงนานม กระตุ้นนานม แม่ลูกอ่อนกินอะไรได้บ้าง
- นานมใส คืออะไร สีนานมแม่และประโยชน์ของนานมส่วนหน้า

อ้างอิง:

1. อาการปวดท้องในเด็ก ปวดแบบไหนบอกโรคอะไร ?, คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี
2. ปวดท้องในเด็กเกิดจากสาเหตุอะไรบ้างนะ?, โรงพยาบาลพญาไท
3. อาการปวดท้องในเด็กที่ควรพามาพบแพทย์ทันที, โรงพยาบาลสินแพทย์
4. โรคทางเดินอาหารและปัญหาโภชนาการ, ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย และ สมาคมกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย
5. ลูกปวดท้อง เรื่องธรรมดา.. ที่บางครั้งก็ร้ายแรงถึงชีวิต, โรงพยาบาลเปาโล
6. โรคระบบทางเดินอาหารและโภชนาการในเด็ก, โรงพยาบาลยันฮี
7. มารู้จักกับโรคกระเพาะอาหารและลำไส้เล็กเสบกินเถอะ, โรงพยาบาลปิยะเวท
8. ใครว่าเด็กเครียดไม่เป็น ทำอย่างไรเมื่อลูกเครียด, โรงพยาบาลมนารมย์
9. ภาวะโคลิก (Colic), โรงพยาบาลเมตพาร์ค
10. Stress and Stomachaches: A Doctor's Insight Into Your Child's Tummy Troubles, valleyhealth

อ้างอิง ณ วันที่ 2 ตุลาคม 2568

แชร์ตอนนี้