

คู่มือคุณแม่่มือใหม่ สำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์ พร้อมเคล็ดลับดูแลตัวเอง
บทความ

ตรวจภายในหลังคลอด คุณแม่่มือใหม่ ตรวจหลังคลอดเจ็บไหม

ก.ย. 15, 2025

6 นาที

คุณแม่ควรเข้ารับการตรวจภายในหลังคลอด เพื่อตรวจคัดกรองโรคและตรวจหาความผิดปกติที่อาจเกิดขึ้นกับร่างกาย การตรวจภายในหลังคลอดจะช่วยให้คุณแม่ทราบว่า ร่างกายของคุณแม่ฟื้นฟูได้ดีหรือไม่ มีความเสี่ยงในการเกิดภาวะแทรกซ้อนอื่น ๆ หรือเปล่า อีกทั้งคุณแม่สามารถขอคำแนะนำเรื่องการวางแผนการตั้งครรภ์ หรือการคุมกำเนิดจากคุณหมอได้ด้วย

คำถามที่พบบ่อย

ตรวจภายในหลังคลอดเจ็บไหมคะ? กลัวจังเลยคะ เพราะแผลยัง รู้สึกตึงๆ อยู่เลย

คลิก

ไม่ต้องกังวลไปนะคะคุณแม่ เข้าใจเลยคะว่าต้องกังวลมากแน่ๆ โดยปกติแล้วการตรวจหลังคลอดจะไม่เจ็บเลยคะ เพราะช่วงเวลาที่คุณแม่คลอด (ประมาณ 4-6 สัปดาห์หลังคลอด) แผลส่วนใหญ่จะหายดีแล้ว คุณแม่อาจจะรู้สึกตึงๆ หรือไม่สบายตัวนิดหน่อยตอนที่คุณหมอใส่อุปกรณ์ แต่จะไม่เจ็บปวดคะ พยายามทำให้สบายๆ หายใจเข้าลึกๆ นะคะ หากรู้สึกเจ็บมากผิดปกติ ต้องรีบแจ้งคุณหมอนั่นที่ และทุกข้อสงสัยควรปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเพื่อความสบายใจที่สุดคะ

ทำไมต้องไปตรวจหลังคลอดด้วยคะ? ถ้าไม่ไปจะเป็นอะไรไหม?

คลิก

สำคัญมากๆ เลยคะคุณแม่ การตรวจหลังคลอดก็เหมือนการเช็คสภาพรถหลังใช้งานหนักๆ เป็นการตรวจเพื่อให้แน่ใจว่าร่างกายของคุณแม่กำลังฟื้นตัวกลับมาแข็งแรงเป็นปกติทุกอย่าง ทั้งเรื่องมดลูกเข้าอู่ แผลหายดีไหม และยังเป็น การตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูกไปในตัวด้วยคะ ที่สำคัญคุณหมอจะได้ให้คำแนะนำเรื่องการคุมกำเนิดที่เหมาะสมด้วยคะ เรื่องนี้ไม่ควรละเลยนะคะ ควรปรึกษาแพทย์และไปตามนัดเพื่อสุขภาพที่ดีของคุณแม่เองคะ

หนูผ่าคลอดมาค่ะ จำเป็นต้องตรวจ "ภายใน" ด้วยหรือคะ?

คลิก

เป็นคำถามที่ดีมากเลยคะ และคำตอบคือ "จำเป็น" ค่ะ ถึงแม้จะไม่ได้คลอดทางช่องคลอด แต่คุณหมอยังต้องตรวจดูว่ามดลูกเข้าอู່ดีหรือยัง ปากมดลูกปิดสนิทดีไหม และตรวจรังไข่ว่าไม่มีอะไรผิดปกติค่ะ นอกจากนี้ยังเป็นการตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูกประจำปีไปพร้อมกันด้วย ถือเป็นการตรวจสุขภาพโดยรวมของคุณแม่ค่ะ หากมีข้อสงสัยใดๆ เกี่ยวกับขั้นตอนการตรวจ ควรสอบถามจากแพทย์ผู้ดูแลโดยตรงเพื่อความชัดเจนนะคะ

สรุป

- ตรวจภายในหลังคลอด เป็นสิ่งสำคัญที่คุณแม่หลังคลอดควรทำ เพราะจะทำให้คุณแม่ทราบว่าร่างกายกลับเข้าสู่ภาวะปกติแล้วหรือยัง หรือมีอาการผิดปกติอะไรเกิดขึ้นหรือเปล่า
- การตรวจภายในหลังคลอดไม่ทำให้คุณแม่รู้สึกเจ็บปวดแต่อย่างใด ในระหว่างการตรวจภายในหลังคลอด คุณแม่ควรทำให้สบาย ไม่ต้องเกร็ง เพราะใช้เวลาตรวจไม่นานเพียง 5 นาทีเท่านั้น
- การตรวจภายในหลังคลอด เป็นการตรวจหาความผิดปกติภายในร่างกาย รวมถึงการตรวจมะเร็งปากมดลูก เพื่อคัดกรองความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นกับคุณแม่หลังคลอด หากพบความผิดปกติ คุณแม่จะได้รับคำแนะนำในการดูแล และการเข้ารับการรักษาอย่างทันท่วงที

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- ตรวจหลังคลอดเจ็บไหม คุณแม่ควรไปตรวจตอนไหน
- ตรวจภายในหลังคลอดมีประโยชน์กับคุณแม่ยังไง
- ตรวจภายในหลังคลอด ต่างกับตรวจภายในทั่วไปยังไง
- ตรวจภายในหลังคลอด มีขั้นตอนยังไงบ้าง
- หลังคลอดคุณแม่ควรตรวจอะไรบ้าง
- อาการผิดปกติ หลังคลอด ที่คุณแม่ควรระวัง
- ตรวจร่างกายหลังคลอดแพงไหม มีค่าใช้จ่ายอะไรบ้าง

ตรวจหลังคลอดเจ็บไหม คุณแม่ควรไปตรวจตอนไหน

การตรวจภายในหลังคลอดไม่ทำให้คุณแม่รู้สึกเจ็บปวดแต่อย่างใด แต่อาจทำให้คุณแม่รู้สึกไม่สบายตัว หรือตึง ๆ เล็กน้อย ปกติแล้วคุณหมอมักจะนัดตรวจสุขภาพ หรือตรวจร่างกายหลังจากคุณแม่คลอดลูกน้อยได้ประมาณ 4-6 สัปดาห์ หรือ 1 เดือน ในระหว่างการตรวจภายในหลังคลอด คุณแม่ควรทำให้สบาย หายใจเข้าลึก ๆ และไม่ต้องเกร็ง เพื่อให้คุณแม่ได้เห็นตรวจหาความผิดปกติภายในร่างกาย รวมถึงการตรวจมะเร็งปากมดลูก ซึ่งการตรวจหลังคลอดนี้จะใช้เวลาประมาณ 15-30 นาที

ตรวจภายในหลังคลอดมีประโยชน์กับคุณแม่ ยังไง

การตรวจภายในหลังคลอดเป็นสิ่งสำคัญที่คุณแม่หลังคลอดควรทำ เพราะจะทำให้คุณแม่ทราบว่าร่างกายกลับฟื้นตัวดีหรือไม่ หรือมีอาการผิดปกติอะไรเกิดขึ้นหรือเปล่า เพราะถ้าตรวจเจอเร็วคุณแม่จะได้เข้ารับการรักษาตั้งแต่เนิ่น ๆ อีกทั้งคุณแม่สามารถขอคำแนะนำในการดูแลสุขภาพของตัวเองและลูกน้อยจากคุณหมอได้อีกด้วย

ตรวจภายในหลังคลอด ต่างกับตรวจภายใน ทั่วไปยังไง

การตรวจภายในหลังคลอดกับการตรวจภายในทั่วไป มีลักษณะการตรวจที่คล้าย ๆ กัน คือ แพทย์จะใช้คีมปากเปิดสอดเข้าไปในช่องคลอด จากนั้นจะใช้นิ้วสอดเข้าไปภายใน มืออีกข้างกดท้องน้อยเบา ๆ เพื่อตรวจดูความผิดปกติที่อาจเกิดขึ้นในร่างกาย เช่น ขนาดมดลูก และรูปร่างของมดลูก เป็นต้น และการตรวจภายในหลังคลอดจะมีการตรวจอย่างอื่นเพิ่มเติมด้วย เพื่อตรวจเช็คสุขภาพของคุณแม่หลังคลอด เช่น คุณหมอจะตรวจดูว่าแผลฝีเย็บหายสนิทดีแล้วหรือไม่ มดลูกเข้าอู่แล้วหรือยัง

ตรวจภายในหลังคลอด มีขั้นตอนยังไงบ้าง

การตรวจภายในหลังคลอด มีขั้นตอนไม่ยุ่งยาก และใช้เวลาไม่นานเพียง 5 นาทีเท่านั้น โดยคุณแม่จะไม่รู้สึกเจ็บแต่อย่างใด อาจรู้สึกตึงบ้างเล็กน้อย หากคุณแม่รู้สึกเจ็บให้รีบแจ้งคุณหมอตันทันที สำหรับขั้นตอนการตรวจภายในหลังคลอด มีดังนี้

- ก่อนเข้าตรวจภายในหลังคลอด พยาบาลจะให้คุณแม่เปลี่ยนเสื้อผ้าของทางโรงพยาบาล เพื่อให้ง่ายต่อการตรวจ ก่อนที่คุณแม่จะขึ้นไปนอนหงาย แล้ววางขาพาดบนขาหยั่งที่ทางโรงพยาบาลได้จัดเตรียมไว้ ในระหว่างนี้ให้คุณแม่นอนสบาย ๆ ผ่อนคลายให้มากที่สุด
- จากนั้นคุณหมอจะใช้คีมปากเปิด ซึ่งเป็นอุปกรณ์ตรวจช่องคลอดสอดเข้าไปเพื่อตรวจภายในช่องคลอด และปากมดลูก หากคุณแม่มีการตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูกด้วย คุณหมอจะใช้ไม้สวอปป้ายเก็บเซลล์ตัวอย่างที่รอบ ๆ ปากมดลูกแล้วส่งตรวจ
- หลังจากนั้น คุณหมอจะสอดนิ้วเข้าไปในช่องคลอด เพื่อคลำตรวจภายในช่องคลอด พร้อมกับใช้มืออีกข้างกดเบา ๆ บริเวณท้องน้อย เพื่อตรวจหาความผิดปกติของมดลูก ตรวจดูขนาด และรูปร่างของมดลูก รวมถึงรังไข่ทั้งสองข้างด้วย



หลังคลอดคุณแม่ควรตรวจอะไรบ้าง

การตรวจหลังคลอดไม่ได้มีแค่การตรวจภายในหลังคลอดเพียงอย่างเดียว แต่ยังมี การตรวจอื่น ๆ ที่ช่วยประเมินสุขภาพหลังคลอดของคุณแม่ได้ ได้แก่

1. ตรวจร่างกายทั่วไป

การตรวจสุขภาพหลังคลอดคล้ายกับการตรวจร่างกายปกติ โดยเริ่มจากการชั่งน้ำหนัก วัดความดันโลหิต ตรวจหน้าท้อง ตรวจแผลผ่าตัดในกรณีที่คุณแม่ผ่าคลอด ตรวจเต้านม การไหลของน้ำนม เพื่อดูว่าคุณแม่มีน้ำนมให้ลูกเพียงพอหรือไม่

2. ตรวจแผลผ่าตัด

คุณแม่ที่คลอดธรรมชาติ คุณหมอจะตรวจแผลฝีเย็บว่าแผลแห้งติดสนิทกันแล้วหรือไม่ ส่วนคุณแม่ผ่าคลอดคุณหมอจะตรวจดูการสมานของแผลผ่าตัดบริเวณหน้าท้องเช่นเดียวกัน

3. ตรวจภายในหลังคลอด

นอกจากดูแผลฝีเย็บแล้ว คุณหมอจะตรวจดูว่ามดลูกของคุณแม่เข้าอู่เรียบร้อยแล้วหรือยัง มีการติดเชือกสะดือหรือความผิดปกติที่โพรงมดลูกหรือไม่

4. ตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูก

คุณหมอมจะใช้วิธีการตรวจที่เรียกว่า “แปปเสมียร์ (Pap smear)” โดยใช้ไม้สวอปเก็บตัวอย่างเซลล์รอบ ๆ ปากมดลูก แล้วส่งตรวจไปยังห้องปฏิบัติการ

5. ตรวจสภาพจิตใจ

คนท้องหลังคลอดมักเผชิญปัญหากังวลใจมากมาย ทั้งการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย อ่อนเพลียจากการคลอด กังวลถึงการเลี้ยงลูก เจ็บแผลฝีเย็บหรือแผลผ่าคลอด ทำให้คุณแม่เกิดความเครียดขึ้นไม่รู้ตัวและอาจนำไปสู่ภาวะซึมเศร้าหลังคลอดได้ ในการตรวจหลังคลอดนี้คุณหมอมจึงต้องตรวจสภาพจิตใจของคุณแม่ด้วย

อาการผิดปกติ หลังคลอด ที่คุณแม่ควรระวัง

ช่วงหลังคลอดเป็นช่วงที่ร่างกายเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว พร้อมกับร่างกายของคุณแม่อ่อนแอ ง่ายที่จะฟื้น เพื่อกลับเข้าสู่ภาวะปกติ ในระหว่างนี้หากคุณแม่พบว่ามีอาการผิดปกติให้รีบไปพบแพทย์ทันที โดยไม่ต้องรอให้ถึงวันนัดตรวจหลังคลอด ได้แก่

- มีไข้สูง หนาวสั่น โดยไม่ทราบสาเหตุ
- มีอาการปวดหัวรุนแรง
- รู้สึกปวดหน่วงท้องน้อยมาก ๆ หรือรู้สึกแสบขัดเวลาปัสสาวะ
- มีเลือดออกผิดปกติ หรือหนองไหลออกมาจากแผลฝีเย็บหรือแผลผ่าคลอด
- น้ำคาวปลา มีสีแดงสด ไม่จางลงภายใน 2-3 สัปดาห์ หรือแดงสดตลอด 15 วันหลังคลอด และมีกลิ่นเหม็นกว่าปกติ
- เต้านมของคุณแม่มีอาการบวม แดง หรือมีก้อน รู้สึกเจ็บปวด อักเสบ หรือหัวนมแตกจนเป็นแผล
- แผลฝีเย็บอักเสบ บวม แดง และปวด หรือแผลผ่าคลอดอักเสบ บวม แดง และมีหนอง

ตรวจร่างกายหลังคลอดแพงใหม่ มีค่าใช้จ่ายอะไรบ้าง

การตรวจร่างกายหลังคลอด มีค่าใช้จ่ายที่แตกต่างกันตามการเลือกใช้บริการสถานพยาบาล และสิทธิต่าง ๆ เช่น ประกันสังคม ประกันสุขภาพ หรือหลักสุขภาพถ้วนหน้า เป็นต้น

1. สิทธิกองทุนหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ

คุณแม่หลังคลอดสามารถใช้บริการตรวจหลังคลอดได้ฟรี! และยังได้ยาบำรุงเสริมธาตุเหล็ก โฟลิค และไอโอดีนทานฟรีอีกด้วย ตามหน่วยบริการสิทธิบัตรทอง สิทธิข้าราชการที่ใช้สิทธิประจำ และประกันสังคม

2. หน่วยบริการรัฐตามที่กรมอนามัยกำหนด

ตรวจหลังคลอดแบบเหมาจ่ายครั้งละ 150 บาท และได้รับยาเสริมธาตุเหล็ก กรดโฟลิก ไอโอดีน ในราคาเหมาจ่ายครั้งละ 135 บาท ไม่เกิน 2 ครั้ง

3. คลินิกและโรงพยาบาลเอกชน

ค่าใช้จ่ายหลังคลอดจะอยู่ที่ประมาณหลักพัน โดยคุณแม่สามารถสอบถามค่าใช้จ่ายการตรวจร่างกายหลังคลอด จากสถานพยาบาลหรือโรงพยาบาลที่คุณแม่เข้ารับการคลอด เพื่อที่จะได้รับคำแนะนำที่เหมาะสมกับคุณแม่มากที่สุด

นอกจากการดูแลลูกน้อยแล้ว คุณแม่อย่าลืมดูแลตัวเองหลังคลอด โดยเข้ารับการตรวจหลังคลอดตามที่คุณหมอนัด หากในระหว่างที่รอพบคุณหมอ คุณแม่มีอาการผิดปกติต่าง ๆ เกิดขึ้นกับร่างกาย ให้รีบไปโรงพยาบาลทันทีเพื่อให้คุณหมอดูตรวจ โดยไม่ต้องรอให้ถึงกำหนดวันนัดตรวจ เพื่อความปลอดภัยของคุณแม่หลังคลอด

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์

- คนท้องนอนหงายได้ไหม ท่านอนคนท้อง 1-3 เดือน ทั่วไหนปลอดภัย
- ท่าที่คนท้องไม่ควรทำ ท่านอนคนท้อง-ท่านั่งแบบไหนที่ควรเลี่ยง
- คนท้องนอนไม่หลับ ส่งผลต่อทารกอย่างไร พร้อมวิธีทำให้หลับง่ายขึ้น
- ภาวะซึมเศร้าหลังคลอดเกิดจากอะไร พร้อมวิธีรับมือซึมเศร้าหลังคลอด
- วิธีลดน้ำหนักหลังคลอด ให้คุณแม่พิตหุ่นสวยหลังคลอดได้ด้วยตัวเอง
- คุณแม่หลังคลอด ควรเตรียมตัวอย่างไรก่อนกลับไปทำงาน
- หลังคลอดก็เดือนถึงท้องได้ อย่างมีลูกหัวปีท้ายปี แบบไหนปลอดภัย
- คุณแม่ปวดท้องน้อยหลังคลอด อันตรายไหม แม่มีมือใหม่รับมืออย่างไรดี
- ตกขาวแบบไหนท้อง ตกขาวคนท้องแบบไหนมันใจว่าตั้งครรภ์
- อาการหั่นหลังเป็นอย่างไร ทำหั่นแล้วแต่ยังท้อง เป็นไปได้แค่ไหน

อ้างอิง:

1. วิธีดูแลสุขภาพหลังคลอด, โรงพยาบาลวัฒนแพทย์ อ่าวนาง
2. การตรวจร่างกายหลังคลอด...สำคัญอย่างไร, คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล
3. การตรวจภายใน (Pelvic Exam), โรงพยาบาลเมดพาร์ค
4. การดูแลตัวเองหลังคลอดที่คุณแม่ต้องรู้, โรงพยาบาลเปาโล
5. ผู้หญิงตรวจภายในครั้งแรก เตรียมตัวอย่างไรดี?, โรงพยาบาลวิมุต
6. ตรวจภายใน ไม่น่ากลัวอย่างที่คิด! ตรวจภายในสำคัญอย่างไร? ต้องตรวจอะไรบ้าง?, โรงพยาบาลศิริรินทร์
7. การจ่ายค่าใช้จ่ายเพื่อบริการสาธารณสุข กรณีบริการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคสำหรับ

- บริการพื้นฐาน จ่ายตามรายการบริการ พ.ศ. 2566, สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ
8. ตรวจหลังคลอด ตรวจอะไรบ้าง? ตรวจที่คลินิกตรวจหลังคลอดใกล้ฉัน, Intouch Medicare
 9. สิทธิประโยชน์หญิงตั้งครรภ์และหลังคลอด, สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ

อ้างอิง ณ วันที่ 18 สิงหาคม 2567

แชร์ตอนนี้