

คู่มือคุณแม่มือใหม่ สำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์ พร้อมเคล็ดลับดูแลตัวเอง
บทความ

แม่เป็นไข้ลูกจะติดไหม อันตรายกับ ลูกหรือเปล่า พร้อมวิธีป้องกัน

ก.ย. 15, 2025

5 นาที

แม่เป็นหวัดทารกจะติดไหม แม่ลูกอ่อนต้องให้นม แล้วแม่เป็นไข้ลูกจะติดไหม การเจ็บไข้ได้ป่วยมักเป็นสิ่งที่คนเป็นแม่ลูกอ่อนมักจะหลีกเลี่ยงไม่ได้ คุณแม่ควรศึกษาวิธีดูแลตัวเองเมื่อไม่สบาย และป้องกันตัวเองให้ถูกวิธี เพื่อลดการแพร่เชื้อไปสู่ลูกน้อยและคนในครอบครัว หากเกิดอาการไม่สบายไม่ควรซื้อยาทานเอง ควรปรึกษาแพทย์และเภสัชกรทุกครั้งก่อนใช้ยา

คำถามที่พบบ่อย

หนูเป็นหวัด/เป็นไข้ ให้นมลูกได้ไหมคะ กลัวลูกติดจingle

คลิก

ให้นมได้เลยคะคุณแม่ จริงๆ แล้วการให้นมตอนแม่ไม่สบายกลับเป็นสิ่งที่ดีมากเลยคะ เพราะร่างกายคุณแม่จะสร้างภูมิคุ้มกัน (Antibodies) ต่อเชื้อโรคที่คุณแม่เป็นอยู่ แล้วส่งผ่านทางน้ำนมไปให้ลูกเหมือนเป็นวัคซีนธรรมชาติเล็กๆ เลยคะ แต่สิ่งสำคัญคือต้องป้องกันการแพร่เชื้อทางอื่นนะคะ เช่น ใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือบ่อยๆ และงดหอมแก้มลูกไปก่อนคะ อย่างไรก็ตาม หากคุณแม่มีไข้สูงหรือรู้สึกไม่สบายมาก ควรปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเพื่อรับการวินิจฉัยและการรักษาที่เหมาะสมนะคะ

ถ้าแม่ไม่สบาย กินยาพาราเองได้ไหมคะ? จะมีผลกับน้ำนมไหม?

คลิก

โดยทั่วไปยาพาราเซตามอลถือว่าค่อนข้างปลอดภัยสำหรับคุณแม่ให้นมบุตรคะ และผ่านไปในน้ำนมน้อยมาก แต่มีข้อแม้อย่างนึงที่สำคัญมากๆ คือ 'ห้าม' ซื้อยาดูตัวเอง อย่านำมาใช้เองเด็ดขาด โดยเฉพาะยาลดน้ำมูกหรือยาแก้ไอ เพราะยาหลายชนิดอาจส่งผ่านน้ำนมไปถึงลูก หรือส่งผลให้น้ำนมแห้งได้คะ ทางที่ดีที่สุดคือ ควรปรึกษาคุณหมอหรือเภสัชกรก่อนทานยาทุกชนิดเสมอ เพื่อความปลอดภัยสูงสุดของคุณแม่และลูกน้อยคะ

ถ้าหนูพยายามป้องกันแล้ว แต่ลูกก็ยังเหมือนจะมีอาการติหวัดจากหนู ควรทำยังไงดีคะ?

คลิก

เข้าใจเลยคะว่าต้องกังวลใจมาก ให้คุณแม่สังเกตอาการของลูกอย่างใกล้ชิดนะคะ หากลูกมีไข้สูง (โดยเฉพาะในเด็กเล็ก), ไม่ยอมดูดนม, หายใจลำบากหรือมีเสียงครืดคราด, หรือดูซึมลงผิดปกติ ถ้ามีอาการเหล่านี้ ต้องรีบพาลูกไปพบคุณหมอนทันทีคะ สำหรับเด็กทารก แม้จะมีอาการเพียงเล็กน้อย ก็ควรได้รับการตรวจวินิจฉัยโดยกุมารแพทย์ผู้เชี่ยวชาญจะปลอดภัยที่สุดคะ

สรุป

- แม่เป็นหวัดอาจเสี่ยงทำให้ทารกติดเชื้อโรคหวัดจากแม่ได้ โรคหวัด เป็นโรคที่ติดต่อทางระบบทางเดินหายใจ โดยเชื้อไวรัสที่มีอยู่ในน้ำมูก น้ำลาย เสมหะ สารคัดหลั่งต่าง ๆ ของคุณแม่อาจติดต่อไปยังลูกได้
- แม่ไม่สบายสามารถให้นมลูกได้ โดยเฉพาะคุณแม่ที่เป็นโรคหวัดเพราะโรคหวัดจะไม่แพร่เชื้อผ่านทางน้ำนม แต่จะแพร่เชื้อได้ง่ายทางน้ำลายน้ำมูก ขณะที่ให้นมลูก คุณแม่ควรป้องกันการแพร่เชื้อโรคให้ลูกด้วยการใส่หน้ากากอนามัยปิดปาก และจมูก เมื่ออุ้มลูกน้อยกินนม
- ยาที่คุณแม่กินเมื่อเกิดอาการไม่สบาย ยาบางชนิดอาจถูกส่งออกทางน้ำนมได้ ทั้งนี้เพื่อความปลอดภัยและไม่ประมาท คุณแม่ควรแจ้งแพทย์ที่ตรวจรักษา และเภสัชกร ว่าอยู่ในช่วงให้นมลูก เพื่อหลีกเลี่ยงยาที่อาจส่งผลกระทบต่อลูกหรือการสร้างน้ำนม

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- แม่เป็นหวัดทารกจะติดไหม ลูกจะติดแม่ทางไหนได้บ้าง
- แม่เป็นไข้ลูกจะติดไหม ให้นมได้เหมือนเดิมหรือเปล่า
- ยาที่แม่กินจะส่งผ่านน้ำนมได้ไหม
- แม่ไม่สบาย ให้นมลูกอยู่ ควรปรึกษาแพทย์ก่อนใช้ยาเหล่านี้
- แม่ไม่สบาย ให้นมลูกอยู่ ต้องหลีกเลี่ยงยาแบบไหน
- กลัวลูกติดหวัดแม่ ป้องกันได้ด้วยวิธีนี้

แม่เป็นหวัดทารกจะติดไหม ลูกจะติดแม่ทางไหนได้บ้าง

แม่เป็นหวัดอาจเสี่ยงทำให้ทารกติดเชื้อโรคหวัดจากแม่ได้ โรคหวัด เป็นโรคที่ติดต่อทางระบบทางเดินหายใจ โดยเชื้อไวรัสที่มีอยู่ในน้ำมูก น้ำลาย เสมหะ สารคัดหลั่งต่าง ๆ ของคุณแม่อาจติดต่อไปยังลูกได้ ลูกจะติดเชื้อโรคหวัดจากคุณแม่ได้ทางการสัมผัส ได้แก่

1. สัมผัสโดยตรง

เป็นวิธีติดเชื้อหลักของไข้หวัด ผู้ป่วยไข้หวัดจะมีเชื้อไวรัสบนเปื้อนอยู่ที่มือ ซึ่งหากลูกมาสัมผัสโดนมือของคุณแม่ที่ป่วย แล้วเอามือที่สัมผัสเชื้อโรคนั้นมาโดนหน้าของตนเอง ก็จะทำให้ติดเชื้อหวัดได้

2. สัมผัสกับพื้นผิวที่ปนเปื้อนเชื้อโรค

ไวรัสไข้หวัดมีชีวิตรอดอยู่บนพื้นผิวได้หลายชั่วโมง เช่น โต๊ะ เก้าอี้ ของเล่น หากลูกสัมผัสพื้นผิวที่มีเชื้อมีเชื้อดังกล่าว แล้วนำมาสัมผัสปาก ตา จมูก อาจทำให้ติดเชื้อได้

3. การสูดละอองฝอยที่ปนเปื้อนเชื้อไวรัสหวัด

เมื่อคุณแม่ไอ หรือจาม ละอองฝอยที่มีเชื้อไวรัสออกมาทางอากาศ หากลูกอยู่ใกล้อาจสัมผัสละอองฝอยที่มีเชื้อไวรัส ทำให้เชื้อไวรัสนั้นเข้าสู่ร่างกายทาง ปาก จมูก ตา ได้

แม่เป็นไข้ ลูกจะติดไหม ให้นมได้เหมือนเดิม หรือเปล่า

แม่เป็นไข้ ไม่สบาย สามารถให้นมลูก ได้เหมือนเดิม โดยเฉพาะคุณแม่ที่เป็นโรคหวัด เพราะโรคหวัดจะไม่แพร่เชื้อผ่านทางน้ำนม แต่จะแพร่เชื้อได้ง่ายทางน้ำลาย น้ำมูก ขณะที่ให้นมลูก คุณแม่ควรป้องกันการแพร่เชื้อโรคให้ลูกด้วย การใส่หน้ากากอนามัยปิดปาก และจมูก เมื่ออุ้มลูกน้อยกินนม คุณแม่ที่ไม่สบายและคนในครอบครัว ต้องร่วมมือกันล้างมือให้บ่อย ๆ เพราะลูกอาจจับมือของคุณแม่ และคนในบ้าน หรือจับสิ่งของที่มีเชื้อโรคติดอยู่ ควรใช้ช้อนกลางทุกครั้งเมื่อทานอาหารร่วมกัน เพื่อป้องกันไม่ให้เชื้อติดที่ช้อนลงไปในงานอาหารส่วนกลาง

ยาที่แม่กินจะส่งผ่านน้ำนมได้ไหม

ยาที่คุณแม่กินเมื่อเกิดอาการไม่สบาย ยาบางชนิดอาจถูกส่งออกทางน้ำนมได้ ทั้งนี้ควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรทุกครั้งก่อนกินยา เพราะยังมียาบางชนิดที่คุณแม่ให้นมควรหลีกเลี่ยง

แม่ไม่สบาย ให้นมลูกอยู่ ควรปรึกษาแพทย์

ก่อนใช้ยาเหล่านี้

คุณแม่ให้นมลูก เมื่อเกิดอาการเจ็บป่วยไม่สบาย ควรใช้ยาที่อยู่ภายใต้คำสั่งจากแพทย์และเภสัชกรเท่านั้น โดยยาที่ใช้บ่อยในคุณแม่ที่ให้นมลูก ควรปรึกษาแพทย์และเภสัชกรก่อนใช้ เช่น

- ยาแก้ปวด ลดไข้ เป็นยาที่ใช้บ่อย เช่น พาราเซตามอล และ Ibuprofen
- ยาแก้แพ้ชนิดไม่แรง
- ยาฆ่าเชื้อ เช่น Co-amoxiclav, Amoxicillin, ยากลุ่ม Cephalosporin เป็นยาฆ่าเชื้อที่ใช้รักษาการติดเชื้อทางเดินหายใจบางแบคทีเรีย
- ยาตามทีแพทย์สั่ง เมื่อไม่สบายคุณแม่ควรแจ้งแพทย์ที่ตรวจรักษาให้ทราบว่าอยู่ในช่วงให้นมลูก เพื่อการหลีกเลี่ยงยาที่อาจส่งผลกระทบต่อลูกและการสร้างน้ำนม



แม่ไม่สบาย ให้นมลูกอยู่ ต้องหลีกเลี่ยงยาแบบไหน

เมื่อคุณแม่เกิดอาการไม่สบาย ยาบางชนิดเมื่อคุณแม่ทานเข้าไป อาจส่งผลข้างเคียงกับทารกได้ จึงต้องควรหลีกเลี่ยงและปรึกษาแพทย์และเภสัชกรก่อนทานนั้น เช่น

- ยาปฏิชีวนะบางกลุ่ม ต้องปรึกษาแพทย์ก่อนใช้ เช่น Tetracycline , doxycycline

- ยาแก้ปวดกลุ่มโอปิออยด์ ยากลุ่มนี้อาจเกิดการหายใจของเด็ก ทำให้เด็กง่วงซึมได้

กลัวลูกติดหวัดแม่ ป้องกันได้ด้วยวิธีนี้

เป็นเรื่องปกติหากคุณแม่จะเกิดอาการเจ็บป่วย ไม่สบายในระหว่างที่ให้นมลูก หากคุณแม่เป็นหวัด ไม่สบาย สามารถดูแลป้องกันตัวเอง เพื่อไม่ให้แพร่เชื้อโรคไปสู่ลูกน้อยได้ โดยมีวิธีป้องกันดังนี้

1. **ล้างมือทุกครั้งก่อนจับลูก** คุณแม่และคนในครอบครัวควรล้างมือให้บ่อย ๆ เพราะลูกอาจจับมือคุณแม่ หรือจับสิ่งของที่มีเชื้อหวัดอยู่
2. **ใส่แมสทุกครั้งที่อยู่กับลูก** ปิดปาก ปิดจมูกเมื่อไอ จาม
3. **งดหอมแก้ม หรือเอาน้ำเข้าใกล้ลูก** เมื่อคุณแม่ไอ หรือจาม ละอองฝอยที่มีเชื้อไวรัสออกมาทางอากาศ หากลูกอยู่ใกล้อาจสัมผัสละอองฝอยที่มีเชื้อไวรัส ทำให้ลูกติดเชื้อไวรัสได้

คุณแม่ที่เป็นไข้ ไม่สบาย ควรดูแลตัวเองให้ดี เพื่อสุขภาพที่ดี และป้องกันตัวเองไม่ให้แพร่เชื้อไปสู่ลูกน้อย และคนในบ้านได้ ควรใส่หน้ากากอนามัย ทานอาหารสด ใหม่ สะอาด ใช้ช้อนกลาง ล้างมือบ่อย ๆ งดหอมแก้ม เอาน้ำเข้าใกล้ ๆ ลูก หากอาการไม่สบายไม่ดีขึ้น ควรรีบไปพบแพทย์เพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ และเพื่อรับการตรวจรักษาอย่างถูกวิธี

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- โปรแกรม Womb development ตามติด 9 เดือนในครรภ์ของลูกน้อย พร้อมบทความพัฒนาการต่างๆ
- ดูขาวแบบไหนท้อง ดูขาวคนท้องแบบไหนมั่นใจว่าตั้งครรภ์
- น้ำคร่ำ คืออะไร น้ำคร่ำรั่ว อาการแบบไหน สัญญาณใกล้คลอดที่ต้องรู้
- น้ำคาวปลา คืออะไร พร้อมวิธีดูแลตัวเอง ชับน้ำคาวปลาหลังคลอด
- การปฏิสนธิ คืออะไร พร้อมวิธีเตรียมความพร้อมสำหรับคนอยากมีลูก
- มูกเลือดออกทางช่องคลอด คืออะไร มีมูกออกทางช่องคลอดปกติไหม
- อาการเจ็บท้องคลอด เจ็บท้องคลอดแบบไหนควรไปหาหมอ
- อาการคนท้องฉี่สีอะไร สีปัสสาวะคนท้อง บ่งบอกสุขภาพคนท้องยังไบบ้าง
- อาการหมั่นหลดเป็นอย่างไร ทำหมั่นแล้วแต่ยังท้อง เป็นไปได้แค่ไหน
- คุณแม่ปวดท้องข้างขวา บอกระบบใดบ้าง ปวดท้องแบบไหนต้องไปหาหมอ
- คุณแม่ปวดท้องข้างซ้าย บอกระบบใดบ้าง ปวดท้องแบบไหนต้องไปหาหมอ

อ้างอิง:

1. โรคไข้หวัด(Cold), โรงพยาบาลพญาไท
2. ไข้หวัด ตามฤดูกาล (Common Cold), โรงพยาบาลเมตพาร์ค
3. แม่เป็นหวัด ให้นมลูกอยู่ ลูกจะติดหรือไม่, มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย

4. แม่ไม่สบายกินยาอะไรได้บ้าง และให้นมลูกได้ไหม, มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย
5. แม่ไม่สบาย ต้องกินยา ให้นมลูกต่อไปได้หรือไม่, มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย
6. คุณแม่ไม่สบาย ... ให้นมลูกได้ไหม?, โรงพยาบาลศิริรินทร์
7. ให้นมลูกอยู่ ใช้ยานี้ได้ไหม, มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย

อ้างอิง ณ วันที่ 22 สิงหาคม 2567

แชร์ตอนนี้