

คู่มือคุณแม่มือใหม่ สำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์ พร้อมเคล็ดลับดูแลตัวเอง
บทความ

วิธีอ่านฟิล์มอัลตราซาวด์และใบ อัลตราซาวด์ สำหรับคุณแม่มือใหม่

ก.ย. 16, 2025

5 นาที

การตั้งครรภ์เป็นช่วงเวลาพิเศษที่คุณแม่ทุกคนอยากเฝ้าดูพัฒนาการของลูกน้อยในครรภ์ ใบอัลตราซาวด์จึงเป็นเหมือนหน้าต่างที่เปิดโอกาสให้คุณแม่ได้เห็นภาพและฟังเสียงหัวใจของลูกน้อยอย่างใกล้ชิด ใบอัลตราซาวด์เป็นใบแสดงผลการตรวจที่สำคัญมากในระหว่างตั้งครรภ์ ไม่เพียงแต่ช่วยให้คุณแม่ได้เห็นภาพลูกน้อยเท่านั้น แต่ยังช่วยให้แพทย์ตรวจสอบการเจริญเติบโตของทารก ตรวจหาความผิดปกติ และวางแผนการคลอดได้อย่างเหมาะสม

คำถามที่พบบ่อย

ใบอัลตราซาวด์มีตัวย่อภาษาอังกฤษเต็มไปหมดเลยคะ มันคืออะไรบ้างคะ?

คลิก

ไม่ต้องกังวลนะคะคุณแม่ ตัวย่อพวกนี้เป็นเหมือนรายงานสุขภาพฉบับย่อของเจ้าตัวเล็กคะ หลักๆ ที่คุณแม่ควรรู้จักก็คือ BPD (ความกว้างศีรษะ), HC (เส้นรอบศีรษะ), AC (เส้นรอบท้อง), และ FL (ความยาวกระดูกต้นขา) คะ ซึ่งคุณหมอจะใช้ค่าเหล่านี้มาคำนวณเป็น EFW หรือนำหนักคร่าวๆ ของลูกน้อยคะ อย่างไรก็ตามการแปลผลที่ถูกต้องและละเอียดที่สุด ควรสอบถามจากคุณหมอผู้เชี่ยวชาญที่ทำการตรวจโดยตรงนะคะ

จะรู้เพศลูกจากการอัลตราซาวด์ได้ตอนอายุครรภ์เท่าไรคะ?

คลิก

เป็นช่วงเวลาที่น่าตื่นเต้นที่สุดเลยคะ! โดยทั่วไปแล้วคุณหมอก็จะสามารถมองเห็นเพศของลูกได้ค่อนข้างชัดเจนในการตรวจอัลตราซาวด์ช่วงอายุครรภ์ 18-22 สัปดาห์เป็นต้นไปคะ แต่บางครั้งเจ้าตัวเล็กก็อาจจะขี้อายหนีบขาไว้ทำให้มองไม่เห็นก็ได้คะ ไม่ว่าจะเห็นเพศชัดเจนหรือไม่ สิ่งสำคัญที่สุดคือการที่คุณหมอได้ตรวจดูความสมบูรณ์ของอวัยวะต่างๆ ของลูกน้อยคะ หากมีข้อสงสัยใดๆ ควรปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญนะคะ

ถ้าค่าต่างๆ ในใบอัลตราซาวด์ของลูกไม่ตรงกับค่าเฉลี่ยเป๊ะๆ ควรต้องกังวลไหมคะ?

คลิก

คุณแม่ไม่ต้องกังวลจนเกินไปนะคะ ค่าเฉลี่ยเป็นเพียงเกณฑ์กลางๆ เท่านั้นค่ะ เด็กแต่ละคนก็มีการเจริญเติบโตในอัตราที่ไม่เท่ากัน เหมือนกับเด็กที่เกิดมาแล้วก็ยังมีตัวสูงตัวเตี้ยไม่เท่ากันเลยคะ สิ่งสำคัญคือพัฒนาการโดยรวมของเขาค่อยๆ เติบโตขึ้นอย่างสม่ำเสมอในแต่ละครั้งที่ไปตรวจค่ะ หากคุณแม่หมอไม่ได้แจ้งว่ามีอะไรน่าเป็นห่วงก็สบายใจได้เลยค่ะ แต่ถ้าคุณแม่ยังไม่สบายใจ การสอบถามคุณหมอมือคุณแลครรภ์โดยตรงเป็นสิ่งที่ดีที่สุดในขณะนี้

สรุป

- ใบอัลตราซาวด์ มีตัวย่อภาษาอังกฤษที่บอกข้อมูลเกี่ยวกับ อายุครรภ์ ปริมาณน้ำคร่ำ น้ำหนักทารก เส้นรอบท้อง เส้นรอบศีรษะ และความยาวของทารกในครรภ์ การอัลตราซาวด์สามารถตรวจผ่านทางหน้าท้องด้วยคลื่นเสียงความถี่สูง
- ใบอัลตราซาวด์ บอกได้ถึงอายุครรภ์ โดยให้ดูที่ CRL ซึ่งเป็นค่าที่ได้จากการคำนวณความยาวของตัวอ่อนหรือทารก โดยวัดจากความยาวตั้งแต่ศีรษะไปจนถึงสะโพกตรงกระดูกก้นกบ

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- ใบอัลตราซาวด์บอกอะไรเกี่ยวกับลูกบ้าง
- ใบอัลตราซาวด์บอกเพศลูกได้ไหม
- ใบอัลตราซาวด์บอกอายุครรภ์ได้ไหม
- คุณพ่อคุณแม่จะได้ใบอัลตราซาวด์มาตอนไหนบ้าง
- วิธีอ่านฟิล์มอัลตราซาวด์ให้เข้าใจง่าย
- เก็บใบอัลตราซาวด์เป็นความทรงจำ ทำยังไงให้สีไม่ซีด
- การตรวจอัลตราซาวด์ MFM คืออะไร

การอัลตราซาวด์ขณะตั้งครรภ์สามารถทำได้บ่อยครั้งตามที่แพทย์แนะนำ การอัลตราซาวด์มีทั้งรูปแบบ 2 มิติ 3 มิติ และ 4 มิติ หลังจากอัลตราซาวด์คุณแม่จะได้เป็น ใบอัลตราซาวด์ มีข้อมูลอายุครรภ์ น้ำหนักทารก และพัฒนาการต่าง ๆ ของทารก ระบุเป็นอักษรย่อไว้บนใบอัลตราซาวด์

ใบอัลตราซาวด์บอกอะไรเกี่ยวกับลูกบ้าง

อัลตราซาวด์เป็นการตรวจครรภ์ผ่านทางหน้าท้องคุณแม่ด้วยคลื่นเสียงความถี่สูง ซึ่งในใบอัลตราซาวด์จะบอกได้ถึง อายุครรภ์ ปริมาณน้ำคร่ำ น้ำหนักทารก เส้นรอบท้อง เส้นรอบวงศีรษะ และความยาวของทารกในครรภ์

ใบอัลตราซาวด์บอกเพศลูกได้ไหม

ใบอัลตราซาวด์สามารถบอกข้อมูลหลายอย่างของลูก แต่คุณแม่สามารถทราบเพศของลูกได้จากการตรวจอัลตราซาวด์ในอายุครรภ์ 12 สัปดาห์ ถึง อายุครรภ์ 16 สัปดาห์ เป็นต้นไป โดยการอัลตราซาวด์แพทย์จะตรวจสอบความสมบูรณ์ของร่างกายทารกทั้งภายในและภายนอก และส่วนใหญ่มักจะให้เห็นเพศลูกจากการตรวจอัลตราซาวด์

ใบอัลตราซาวด์บอกอายุครรภ์ได้ไหม

สามารถทราบอายุครรภ์ได้จากใบอัลตราซาวด์ โดยค่า CRL เป็นค่าที่ได้จากการคำนวณความยาวของตัวอ่อนหรือทารก โดยวัดจากความยาวตั้งแต่ศีรษะไปจนถึงสะโพกตรงกระดูกก้นกบ แพทย์จะสามารถทราบอายุครรภ์ได้



คุณพ่อคุณแม่จะได้ใบอัลตราซาวด์มาตอน

ไหนดบ้าง

การตรวจอัลตราซาวด์ปกติแพทย์จะทำให้ทุกไตรมาสของการตั้งครรภ์ และจะได้รับผลเป็นใบอัลตราซาวด์ตามจำนวนครั้งที่แพทย์นัดตรวจอัลตราซาวด์

- **ไตรมาสที่ 1** ตรวจอัลตราซาวด์ในช่วงอายุครรภ์ 11-13 + 6 สัปดาห์ เป็นการตรวจเพื่อยืนยันอายุครรภ์ เพื่อให้ทราบกำหนดวันคลอดที่แน่นอนได้
- **ไตรมาสที่ 2** ตรวจอัลตราซาวด์ในช่วงอายุครรภ์ 18-22 สัปดาห์ เป็นการตรวจดูพัฒนาการของอวัยวะ เช่น สมออง กระดูกสันหลัง หัวใจ ตับ ไต ตรวจดูตำแหน่งรกและปริมาณน้ำคร่ำเป็นต้น
- **ไตรมาสที่ 3** ตรวจอัลตราซาวด์ในช่วงอายุครรภ์ 28-32 สัปดาห์ เป็นการตรวจเพื่อดูพัฒนาการและการเจริญเติบโตของทารกในครรภ์

วิธีอ่านฟิล์มอัลตราซาวด์ให้เข้าใจง่าย

หลังตรวจอัลตราซาวด์คุณแม่จะได้ผลเป็นใบอัลตราซาวด์กลับมาด้วย ซึ่งในใบอัลตราซาวด์จะแสดงตัวย่อภาษาอังกฤษต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับ การตั้งครรภ์ และพัฒนาการทารกในครรภ์ ทั้งนี้แนะนำให้คุณแม่สอบถามแพทย์ที่ดูแลครรภ์เพิ่มเติมในผลตรวจใบอัลตราซาวด์ของคุณแม่แต่ละท่านอย่างละเอียดอีกครั้ง มาดูกันว่าตัวย่อภาษาอังกฤษบนใบอัลตราซาวด์บอกอะไรไว้บ้าง

- **CRL** คือ วัดความยาวของทารก (Crown-Rump Length)
- **BPD** คือ วัดความกว้างของศีรษะทารก (Biparietal Diameter)
- **HC** คือ วัดเส้นรอบวงศีรษะ (Head Circumference)
- **AC** คือ วัดเส้นรอบท้อง (Abdominal Circumference)
- **FL** คือ วัดความยาวกระดูกต้นขา (Femur Length)
- **AFI** คือ วัดปริมาณน้ำคร่ำ (Amniotic Fluid Index)
- **EFW** คือ การคะเนน้ำหนักทารกในครรภ์ (Estimated Fetal Weight)

เก็บใบอัลตราซาวด์เป็นความทรงจำ ทำยังไงให้สีไม่ซีด

คุณแม่สามารถเก็บใบอัลตราซาวด์ไว้เป็นความทรงจำดี ๆ ในชีวิตที่ครั้งหนึ่งได้อุ้มท้อง และเพื่อเก็บไว้ให้ลูกน้อยได้ดูเมื่อเติบโตขึ้นในอนาคต ซึ่งคุณแม่สามารถเก็บใบอัลตราซาวด์ไว้เพื่อไม่ให้เสียหายได้ด้วยวิธีเหล่านี้

1. สแกนเป็นภาพเก็บไว้ในคอม
2. นำไปใส่อัลบั้ม
3. เคลือบพลาสติก

การตรวจอัลตราซาวด์ MFM คืออะไร?

คุณแม่ที่ตั้งครรภ์อายุมาก คุณแม่ตั้งครรภ์แฝด หรือคุณแม่ที่มีโรคประจำตัวแล้วตั้งครรภ์ เป็นต้น จำเป็นต้องได้รับการตรวจอัลตราซาวด์ที่เรียกว่า MFM (Maternal Fetal Medicine) คือการตรวจอัลตราซาวด์เพื่อดูโครงสร้างอวัยวะของทารกที่มีความสมบูรณ์ ความผิดปกติหรือความพิการแต่กำเนิดหรือไม่ สำหรับการตรวจอัลตราซาวด์ MFM จะตรวจโดยสูติแพทย์เฉพาะทางด้านเวชศาสตร์มารดาและทารกในครรภ์

ใบอัลตราซาวด์เป็นมากกว่าเพียงแค่ภาพถ่ายของลูกน้อยในครรภ์ แต่เป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วยให้คุณแม่และแพทย์ได้ติดตามการเจริญเติบโตและพัฒนาการของทารกได้อย่างใกล้ชิด และช่วยให้ตรวจพบถึงความผิดปกติที่อาจเกิดขึ้นได้ตั้งแต่เนิ่น ๆ ทำให้สามารถวางแผนการดูแลและรักษาได้อย่างทันที่

ดังนั้นการตรวจอัลตราซาวด์จึงเป็นส่วนหนึ่งของการดูแลสุขภาพที่สำคัญสำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์ทุกคน และเพื่อให้ลูกน้อยหลังคลอดมีร่างกายและพัฒนาการแข็งแรงสมบูรณ์ แนะนำให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่แรกเกิด เพราะนมแม่มีสารอาหารมากกว่า 200 ชนิด เช่น ดีเอชเอ วิตามิน แคลเซียม และแอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน รวมทั้งยังมีสารภูมิคุ้มกันและจุลินทรีย์ที่มีประโยชน์หลายชนิด ซึ่งช่วยในการพัฒนาสมอง สติปัญญา และการเจริญเติบโตของลูก

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- โปรแกรม Womb development ตามติด 9 เดือนในครรภ์ของลูกน้อยพร้อมบทความพัฒนาการต่าง ๆ
- Health check แบบประเมินสุขภาพของคุณแม่และพัฒนาการของลูกน้อย
- ไอเดียตั้งชื่อมงคล ตั้งชื่อลูกตามวันเกิด เสริมความเป็นสิริมงคล
- ไอเดียชื่อจริง ชื่อเล่นภาษาอังกฤษลูกสาว อัปเดตล่าสุด
- โปรแกรมคำนวณวันไข่ตก เช็กวันไข่ตกคุณแม่มือใหม่
- โปรแกรมคำนวณอายุครรภ์คุณแม่ คำนวณวันครบกำหนดคลอด
- โปรแกรมคำนวณน้ำหนักคนท้อง แต่ละไตรมาสหนักควรเพิ่มเท่าไร
- คุณแม่ตั้งครรภ์เบิกค่าฝากครรภ์ได้กี่บาท มีขั้นตอนอย่างไรบ้าง
- วิธีเช็คผลอนุมัติเงินค่าคลอดบุตร สมทบบุตร สิทธิประกันสังคมมาตรา 33
- เบิกค่าคลอดประกันสังคมได้เท่าไร คุณแม่ท้องมีสิทธิเบิกอะไรได้บ้าง
- แจ็งเกิดภายในกี่วัน เอกสารแจ็งเกิดมีอะไรบ้าง รวมทุกคำตอบที่ควรรู้
- ฝากคลอดโรงพยาบาลรัฐดีไหม แพงหรือเปล่า คุณแม่ใช้สิทธิอะไรได้บ้าง

อ้างอิง:

1. อัลตราซาวด์ และการตรวจความผิดปกติของทารกในครรภ์, โรงพยาบาลสมิติเวช
2. OB Ultrasound for Extern, คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

3. ข้อควรรู้ การทำอัลตราซาวนด์ขณะตั้งครรภ์, โรงพยาบาลจุฬารัตน์ 3 อินเตอร์
4. ตอบข้อสงสัยคุณแม่...เรื่องอัลตราซาวด์, โรงพยาบาลพญาไท
5. อัลตราซาวนด์ทารกในครรภ์บอกอะไรได้บ้าง?, โรงพยาบาลกรุงเทพ

อ้างอิง ณ วันที่ 18 สิงหาคม 2567

แชร์ตอนนี้