

ลูกท้องเสียดูแลอย่างไร ยาแก้ท้องเสีย เด็กอันตรายกับลูกหรือเปล่า

เคล็ดลับการดูแลลูก

บทความ

มี.ค. 24, 2025

6 นาที

ลูกท้องเสียดูแลอย่างไร เมื่อท้องเสียร่างกายจะเกิดภาวะขาดน้ำ ซึ่งในเด็กเล็กหากท้องเสียจะรุนแรงกว่าผู้ใหญ่ บทความนี้จะมาไขข้อสงสัยถึงสาเหตุอาการท้องเสียในเด็ก พร้อมทั้งแนะนำวิธีป้องกันไม่ให้ลูกท้องเสีย และย้ำถึงความสำคัญของการปรึกษาแพทย์ หากลูกมีอาการท้องเสีย

สรุป

- ลูกท้องเสีย เกิดจากการติดเชื้อในทางเดินอาหาร ที่พบได้ทั้งจากการติดเชื้อไวรัสและเชื้อแบคทีเรีย เช่น โรต้าไวรัส โนโรไวรัส อะดีโนไวรัส ชิเกลลา ซาลโมเนลลา และอีโคไล
- ท้องเสียดูแลอย่างไร หากลูกท้องเสีย ควรพาไปโรงพยาบาลเพื่อให้แพทย์ตรวจวินิจฉัยหาสาเหตุของอาการท้องเสียอย่างละเอียด ซึ่งควรปรึกษาแพทย์ก่อนใช้ยาทุกครั้ง
- ลูกท้องเสียอาจทำให้มีภาวะขาดน้ำ ซึ่งสามารถสังเกตความผิดปกติที่เกิดขึ้นได้ เช่น กระหม่อมบุ๋ม เบื่อตาลึก และซึมลง แนะนำให้พาลูกไปโรงพยาบาลเพื่อพบแพทย์ทันที

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- ลูกท้องเสีย เกิดจากอะไร
- อาการลูกท้องเสีย เป็นยังไง
- ยาแก้ท้องเสีย เด็กกินได้ไหม
- ลูกท้องเสียแบบไหน ต้องไปพบแพทย์
- วิธีดูแลเมื่อลูกท้องเสีย
- วิธีป้องกันไม่ให้ลูกท้องเสีย

ลูกท้องเสีย เกิดจากอะไร

ทารกท้องเสีย เกิดจากการติดเชื้อในทางเดินอาหาร ที่พบได้ทั้งจากการติดเชื้อไวรัส เช่น โรต้าไวรัส โนโรไวรัส และอะดีโนไวรัส รวมถึงการติดเชื้อแบคทีเรีย เช่น ชิเกลลา ซาลโมเนลลา และอีโคไล สำหรับอาการท้องเสียในเด็กมักเป็นอาการท้องเสียแบบเฉียบพลัน ที่จะมีอาการท้องเสียไม่เกิน 14 วัน

อาการลูกท้องเสีย เป็นยังไง

ลูกท้องเสีย อาการท้องเสียในเด็ก ส่วนใหญ่มาจากการได้รับเชื้อโรคผ่านการเล่นของเล่นที่เปื้อน หยิบเอาเข้าปาก การกินอาหาร หรือดื่มน้ำ ที่ไม่สะอาดมีการปนเปื้อนของเชื้อโรคเข้าไป ซึ่งอาการท้องเสียมักจะได้รับเชื้อเข้าสู่ร่างกายก่อนแสดงอาการ 1-2 วัน และเชื้อโรคที่ทำให้ลูกท้องเสียมักจะพบว่าเป็นเชื้อไวรัสมากกว่าเชื้อแบคทีเรีย ทั้งนี้คุณพ่อคุณแม่สามารถสังเกตอาการลูกท้องเสีย ได้ดังนี้

1. **อุจจาระเหลวใส:** ลูกถ่ายอุจจาระออกมามีลักษณะเหลวใสวันละมากกว่า 3 ครั้งขึ้นไป
2. **ปวดท้อง:** ลูกมีอาการปวดท้อง ชี้นิ้วไม่ร่าเริง และกินอาหารได้น้อยลง
3. **ถ่ายเป็นมูกเลือด:** ลูกถ่ายอุจจาระออกมาเป็นน้ำมากกว่ากากอุจจาระ และถ่ายออกมาเป็นมูกเลือด ตั้งแต่ 1 ครั้งขึ้นไป
4. **มีไข้และอาเจียน:** ท้องเสียในเด็กที่เกิดจากเชื้อไวรัสโรต้า ส่วนใหญ่จะมีอาการไข้และอาเจียนอย่างหนัก

ยาแก้ท้องเสีย เด็กกินได้ไหม

อาการท้องเสียในเด็กจะทำให้ร่างกายเกิดภาวะขาดน้ำ ซึ่งภาวะขาดน้ำในเด็กที่เกิดจากท้องเสียจะรุนแรงมากกว่าในผู้ใหญ่ จึงไม่ควรปล่อยให้ลูกมีอาการท้องเสียเรื้อรัง เนื่องจากจะทำให้ร่างกายขาดสารอาหาร และมีภูมิคุ้มกันโรคน้อยลงเสี่ยงต่อการติดเชื้อได้ง่าย ดังนั้นเมื่อพบว่าลูกท้องเสีย ควรรีบพาไปโรงพยาบาลเพื่อให้แพทย์ตรวจวินิจฉัยสาเหตุของอาการท้องเสียอย่างละเอียด และโดยมากแพทย์มักไม่แนะนำให้กินยาหยุดถ่าย เพราะการถ่ายอุจจาระเป็นวิธีการกำจัดเชื้อโรคออกจากร่างกาย สำหรับการกินยาแก้ท้องเสียจำเป็นต้องอยู่ในดุลพินิจจากแพทย์เท่านั้น ไม่แนะนำให้คุณพ่อคุณแม่ซื้อยาแก้ท้องเสียมาให้ลูกกินเองโดยเด็ดขาด

ลูกท้องเสียแบบไหน ต้องไปพบแพทย์

ลูกท้องเสีย คุณพ่อคุณแม่ไม่ควรนิ่งนอนใจ ควรสังเกตอาการท้องเสียของลูกอย่างใกล้ชิด และหากลูกท้องเสียพร้อมกับมีอาการร่วมเหล่านี้ ควรรีบพาลูกไปโรงพยาบาลเพื่อพบแพทย์ทันที

1. ลูกท้องเสียแล้วมีภาวะขาดน้ำ เช่น กระหม่อมบุ๋ม เบ้าตาลึก และซึมลง

2. ลูกถ่ายอุจจาระต่อวันมากกว่า 10 ครั้ง หรือถ่ายออกมาเป็นมูกเลือด
3. อาเจียนบ่อย ริมฝีปากแห้ง หัวใจเต้นเร็ว หายใจเหนื่อยหอบ และอ่อนเพลีย
4. มีไข้สูง ชัก ท้องอืด
5. ปัสสาวะน้อยลงและมีสีเข้ม
6. ไม่กินนมและอาหาร

วิธีดูแลเมื่อลูกท้องเสีย

หากลูกมีอาการท้องเสีย ไม่แนะนำให้กินยาหยุดถ่าย เนื่องจากจะทำให้เชื้อโรคที่อยู่ในลำไส้ไม่สามารถถูกกำจัดออกมาได้หมด ซึ่งอาจทำให้เชื้อโรคระจายเข้าสู่กระแสเลือด การให้ยาแก้ท้องเสียควรได้รับคำแนะนำในการใช้ยารักษาอาการท้องเสียจากแพทย์ก่อนเท่านั้น ทั้งนี้คุณพ่อคุณแม่สามารถดูแลเบื้องต้นหากลูกท้องเสียได้ ดังนี้

1. ดื่มนมแม่

หากลูกยังกินนมแม่อยู่ สามารถให้กินนมแม่ได้ตามปกติ เนื่องจากน้ำนมแม่จะช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันให้ร่างกายแข็งแรงสามารถสู้กับเชื้อโรคได้

2. ดื่มนมผสม

ควรปรึกษาแพทย์เกี่ยวกับโภชนาการที่เหมาะสมกับช่วงท้องเสีย เช่น นมที่ปราศจากน้ำตาลแล็กโทส

3. กินอาหารเสริมในบางมื้อ

หากลูกเริ่มกินอาหารเสริมในบางมื้อ แนะนำให้เตรียมเป็นอาหารอ่อนที่ย่อยง่ายให้ลูกกิน โดยให้ป้อนอาหารเสริมทีละน้อยในแต่ละมื้อ เพื่อให้ลำไส้ค่อย ๆ ย่อยและดูดซึมสารอาหาร และในช่วงที่ลูกท้องเสีย ควรงดนำผลไม้และเครื่องดื่มที่มีน้ำตาล

4. จิบน้ำเกลือแร่

ในกรณีที่แพทย์สั่งให้ใช้เกลือแร่ เช่น เกลือแร่โออาร์เอ เพื่อช่วยทดแทนน้ำที่ร่างกายสูญเสียไป คุณแม่สามารถให้ลูกจิบน้ำเกลือแร่ในปริมาณตามที่แพทย์แนะนำให้ใช้ได้

วิธีป้องกันไม่ให้ลูกท้องเสีย

ทารกท้องเสีย คือ อุจจาระถ่ายเหลวออกมาเป็นน้ำอย่างน้อย 3 ครั้งต่อวัน หรือถ่ายออกมาเป็นมูกเลือดอย่างน้อย 1 ครั้งต่อวัน ดังนั้นเพื่อป้องกันไม่ให้ลูกท้องเสีย จึงมีวิธีป้องกันอาการท้องเสียในเด็กเบื้องต้น ดังนี้

1. เลี้ยงลูกด้วยนมแม่

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นการส่งเสริมให้ร่างกายลูกมีภูมิคุ้มกันที่แข็งแรง เพราะนมแม่มีสารอาหารมากกว่า 200 ชนิด เช่น ดีเอชเอ วิตามิน แคลเซียม แอลฟา-แล็คตัลบูมิน และสฟิงโกไมอีลิน รวมทั้งยังมีสารภูมิคุ้มกันและจุลินทรีย์ที่มีประโยชน์หลายชนิด เช่น จุลินทรีย์สุขภาพ บีแล็กทิส (*B. lactis*) หนึ่งในจุลินทรีย์สุขภาพในกลุ่มบิฟิโดแบคทีเรีย (Bifidobacterium) และยังเป็นโพรไบโอติกส์ ที่สามารถส่งต่อเพื่อสร้างระบบภูมิคุ้มกันให้ลูกน้อยได้อีกด้วย

2. อาหารปรงสุก

อาหารที่เตรียมให้ลูกต้องปรงสุก สะอาดไม่มีแมลงวันตอม และหากเก็บอาหารในตู้เย็น ต้องนำออกมาอุ่นร้อนก่อนให้ลูกกิน

3. ผักสดและผลไม้ต้องสะอาด

ผักและผลไม้สดที่เตรียมให้ลูก ก่อนนำมารับประทานต้องล้างให้สะอาด

4. ล้างมือให้สะอาด

คุณพ่อคุณแม่ หรือผู้ดูแลเด็ก จำเป็นต้องล้างมือให้สะอาดทุกครั้ง เช่น ก่อนปรงอาหาร ก่อนรับประทานอาหาร และหลังจากการใช้ห้องน้ำ หรือเปลี่ยนผ้าอ้อมให้ลูก รวมถึงสอนให้ลูกรู้วิธีการล้างมือที่ถูกต้อง ผูกให้ลูกล้างมือทุกครั้งก่อนรับประทานอาหาร และหลังจากการเข้าใช้ห้องน้ำ

5. วัคซีน

การให้ลูกได้รับวัคซีนสำหรับเด็กแรกเกิด อาจช่วยลดความรุนแรงจากอาการท้องเสีย ซึ่งในปัจจุบันมีวัคซีนที่ใช้ในการป้องกันลูกท้องเสียอยู่ 2 ชนิด คือ วัคซีนที่มีส่วนประกอบของเชื้อโรต้า 1 สายพันธุ์ และ 5 สายพันธุ์ ซึ่งเป็นวัคซีนชนิดรับประทาน (หยอด) สามารถเริ่มให้กับเด็กทารกอายุตั้งแต่ประมาณ 6-12 สัปดาห์

ท้องเสียดูแลอย่างไร ลูกท้องเสีย อาจทำให้ร่างกายเกิดภาวะขาดน้ำ ซึ่งอาการท้องเสียในเด็กเล็ก เป็นเรื่องที่คุณพ่อคุณแม่ต้องให้ความสำคัญอย่างมาก หากสังเกตเห็นความผิดปกติในเรื่องการขับถ่ายของลูก เช่น ถ่ายเหลว 3 ครั้งต่อวัน หรือถ่ายเป็นมูกเลือด 1 ครั้งต่อวัน ควรพาลูกไปโรงพยาบาลทันทีเพื่อรับการรักษอย่างถูกต้อง รวมถึงการช้ยาแก้ท้องเสียอย่างเหมาะสมที่จำเป็นต้องอยู่ในดุลพินิจและได้รับการดูแลจากแพทย์เท่านั้น

นอกจากนี้เพื่อให้คุณพ่อคุณแม่ทราบถึงสุขภาพการขับถ่ายของลูกน้อย รวมถึงปัญหาสุขภาพด้านอื่น ๆ เช่น ภูมิแพ้ในเด็ก การเจ็บป่วยต่าง ๆ เพื่อจะได้รู้เท่าทันและสามารถให้การดูแลลูกน้อยได้อย่างถูกต้องเหมาะสม สามารถติดตามอ่านบทความเพิ่มเติมได้ที่ <https://www.s-momclub.com/member-privilege>

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- Health check แบบประเมินสุขภาพของคุณแม่และพัฒนาการของลูกน้อย
- ภูมิแพ้ในเด็กเล็ก พร้อมวิธีดูแลลูก เมื่อเด็กเป็นภูมิแพ้
- ผื่นลมพิษในเด็ก เกิดจากอะไร พร้อมวิธีป้องกันลมพิษในเด็ก
- ลูกแพ้แลคโตส คืออะไร อาการแพ้แลคโตสทารกที่คุณแม่ต้องรู้
- ลูกมีผื่นคันขึ้นตามตัวแต่ไม่มีไข้ เกิดจากอะไร พร้อมวิธีดูแล
- ลูกเป็นผื่นผิวหนัง ๑ เกิดจากอะไร พร้อมวิธีดูแลทารกผื่นสาก
- ผื่นขึ้นหน้าทารก ทำไงดี พร้อมวิธีแก้ผื่นบนใบหน้าทารก
- ผดผื่นลักษณะผื่นแพ้อาหารทารก พร้อมวิธีสังเกตทารกแพ้อาหาร
- เด็กแพ้นมวัว มีอาการอย่างไร พร้อมวิธีสังเกตลูกน้อย
- ผดร้อนทารก ลูกเป็นผื่นเม็ดเล็ก ๆ คัน ดูแลลูกแบบไหนให้ถูกวิธี
- เด็กแพ้อากาศ อาการภูมิแพ้อากาศในเด็ก พร้อมวิธีดูแล

อ้างอิง:

1. ท้องเสียดูแลอย่างไร, โรงพยาบาลเด็กสินแพทย์
2. ลูกน้อยท้องเสียบ่อย ส่งผลต่อพัฒนาการของเด็ก, โรงพยาบาลบางปะกอก 3
3. 4 อาการสำคัญของโรคท้องเสียในเด็กที่ต้องรีบมาพบแพทย์, โรงพยาบาลนครชน

อ้างอิง ณ วันที่ 3 พฤศจิกายน 2567





แม่ผ่าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก



แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขับถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์



โปรโมชั่น