ผ่าคลอดแนวตั้ง vs แนวนอน ความแตกต่าง วิธีดูแลแผล และลดรอยแผลเป็น

แม่ผ่าคลอด

บทความ

มิ.ย. 6, 2025

7นาที

การผ่าคลอดแนวตั้ง เป็นการผ่าตัดแนวกลางลำตัว (Vertical incision) และการผ่าคลอดแนวนอน เป็นการผ่าตัดแนวขวางลำตัว (Transverse incision) ซึ่งการผ่าคลอดทั้ง 2 แบบ แพทย์จะผ่าตัดเปิดผนังหน้าท้องตรงบริเวณที่อยู่เหนือขอบบนของหัวหน่าวขึ้นมา 2-3 เซนติเมตร เพื่อลดความเสี่ยงของภาวะแทรกซ้อนหลังผ่าคลอด
อ่านเพิ่มเติม

สรุป

- ผ่าคลอดแนวตั้ง เป็นการผ่าตัดแนวกลางลำตัว (Vertical incision) ผ่าคลอดแนวนอน เป็นการผ่าตัดแนวขวางลำตัว (Transverse incision) ที่อยู่เหนือขอบบนของหัวหน่าวขึ้นมาประมาณ 2-3 เซนติเมตร
- ผ่าคลอดแนวตั้ง แพทย์จะพิจารณาใช้ในกรณีฉุกเฉินหรือสถานการณ์ที่ซับซ้อน เช่น การคลอดก่อนกำหนด ทารกมีความเสี่ยงต่อการเสียชีวิตจากการขาดออกซิเจน และทารกท่าก้น หมายถึงทารกเอาก้นหรือส่วนใดส่วนหนึ่งของขาผ่านเข้าไปอยู่ในอุ้งเชิงกร้าน โดยที่ศีรษะของทารกจะขึ้นมาอยู่ตรงยอดมดลูกแทน
- ผ่าคลอดแนวตั้งจะใช้เวลาในการผ่าตัดสั้นกว่าการผ่าคลอดแนวนอน

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- ผ่าคลอดแนวตั้ง เรียกว่าอะไร?
- ผ่าคลอดแนวตั้ง vs แนวนอน ต่างกันอย่างไร?
- เคล็ดลับดูแลแผลผ่าคลอดแนวตั้งให้หายเร็ว
- วิธีลดรอยแผลเป็นจากการผ่าคลอดแนวตั้ง
- อาหารที่ช่วยเร่งการฟื้นตัวหลังผ่าคลอด

- คำถามที่พบบ่อยเกี่ยวกับการผ่าคลอดแนวตั้ง

ผ่าคลอดแนวตั้ง เรียกว่าอะไร?

การผ่าคลอดแนวตั้งเรียกว่า Classical Cesarean Section เป็นวิธีการผ่าตัดคลอดแบบดั้งเดิม ซึ่งการผ่าตัดแนวตั้งแผลจะอยู่เหนือขอบบนหัวหน่าวขึ้นมาประมาณ 2-3 ซม. สำหรับการผ่าคลอดแนวตั้งมักจะใช้ในกรณีที่คุณแม่ตั้งครรภ์จำเป็นต้องคลอดก่อนกำหนด เนื่องมาจากมีภาวะรกเกาะต่ำ หรือ ภาวะทารกเครียด (Fetal distress) คือทารกในครรภ์มีความเสี่ยงต่อการเสียชีวิตจากการขาดออกซิเจน เป็นต้น

ผ่าคลอดแนวตั้ง vs แนวนอน ต่างกันอย่างไร?

การผ่าคลอดมี 2 รูปแบบ คือ ผ่าคลอดแนวตั้ง และผ่าคลอดแนวนอน ซึ่งแต่ละแบบมีข้อดีและข้อเสียแตกต่างกัน ดังนี้

- **ผ่าคลอดแนวตั้ง:** แผลผ่าตัดจะอยู่ในลักษณะแนวตั้งเหนือหัวหน่าวขึ้นมา และมีขนาดของแผลประมาณ 15 เซนติเมตร สำหรับการผ่าคลอดแนวตั้งแพทย์จะพิจารณาใช้ในกรณีฉุกเฉินหรือสถานการณ์ที่ซับซ้อน เช่น การคลอดก่อนกำหนด มีภาวะรกเกาะต่ำ ทารกมีความเสี่ยงต่อการเสียชีวิตจากการขาดออกซิเจน หรือในกรณีที่มีปัญหาทางการแพทย์ที่ทำให้การผ่าตัดแบบแนวนอนไม่สามารถทำได้
- **ผ่าคลอดแนวนอน:** แผลผ่าตัดจะอยู่ในลักษณะแนวขวางเหนือหัวหน่าวขึ้นมา และมีขนาดของแผลประมาณ 15 เซนติเมตร ซึ่งการผ่าตัดแนวนอนเป็นวิธีผ่าคลอดที่นิยมใช้มากที่สุด

การผ่าคลอดแนวตั้ง VS การผ่าคลอดแนวนอน

ข้อดีและข้อเสีย	ผ่าคลอดแนวตั้ง (Vertical midline incision)	ผ่าคลอดแนวนอน (Transverse incision)
ความแข็งแรงของแผล	น้อยกว่า	มากกว่า
ความสวยงามของแผล	น้อยกว่า	มากกว่า
เวลาที่ใช้ในการผ่าตัด	น้อยกว่า	มากกว่า
ความเสี่ยงในการเกิด ก้อนเลือดคั่งบริเวณปากช่องคลอด (hematoma) ในบางกรณี	น้อยกว่า	มากกว่า
อาการปวดแผลหลังผ่าตัด	มากกว่า	น้อยกว่า

ทั้งการผ่าคลอดแนวตั้งและแนวนอนจำเป็นต้องได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิดจากแพทย์ เนื่องจากคุณแม่หลังผ่าคลอดอาจเกิดภาวะแผลผ่าคลอดอักเสบข้างในได้ ซึ่งมักมีสาเหตุมาจากการติดเชื้อแบคทีเรียบริเวณบาดแผลผ่าคลอด ทำให้เกิดการอักเสบภายในขึ้นมา

เคล็ดลับดูแลแผลผ่าคลอดแนวตั้งให้หายเร็ว

การดูแลแผลผ่าคลอดเป็นสิ่งสำคัญที่คุณแม่หลังคลอดควรใส่ใจเป็นพิเศษ เพื่อป้องกันการติดเชื้อและภาวะแทรกซ้อนอื่น ๆ ต่อไปนี้เป็นเคล็ดลับที่จะช่วยให้แผลผ่าคลอดทั้งแนวตั้งและแนวนอนหายเร็วขึ้น

1. **ทำความสะอาดแผลอย่างถูกวิธี:** ในช่วงระหว่าง 7 วันแรกหลังการผ่าคลอด คุณแม่ต้องระวังอย่าให้แผลผ่าคลอดโดนน้ำ เพราะจะทำให้แผลเกิดการติดเชื้อ อักเสบทำให้แผลหายช้าได้ และหลังจากตัดไหมแล้ว ให้ทำความสะอาดแผลตามคำแนะนำจากแพทย์ โดยการใช้น้ำเกลือเช็ดและซับแผลเบา ๆ จนแห้ง ข้อควรระวังคือ ไม่แกะหรือเกาแผล เพราะจะทำให้รอยแผลมีสีเข้มขึ้นมา แผลหายช้า และเกิดการติดเชื้อขึ้นได้
2. **สวมใส่เสื้อผ้าที่หลวม:** เพื่อไม่เกิดการกดทับหรือเสียดสีขึ้นของผิวหนังตรงบริเวณแผลผ่าตัดที่กำลังรักษาตัว แนะนำให้คุณแม่สวมใส่เสื้อผ้าที่หลวม ๆ หรือนุ่ม
3. **หลีกเลี่ยงการยกของหนัก:** คุณแม่ผ่าคลอดในช่วง 3 เดือนแรกไม่ควรออกแรงมาก ๆ หรือยกของหนัก เนื่องจากอาจทำให้ตรงบริเวณแผลผ่าคลอดตึงและฉีกขาด เกิดแผลเป็นคีลอยด์นูนขึ้นมาได้
4. **พักผ่อนให้เพียงพอ:** แผลผ่าคลอดจะหายได้เร็ว และร่างกายคุณแม่ฟื้นตัวได้ดี สิ่งสำคัญคือต้องนอนหลับพักผ่อนอย่างเพียงพอ
5. **พบแพทย์ตามนัด:** โดยทั่วไปภายหลังจากการคลอดลูกได้ 4-6 สัปดาห์ แพทย์จะนัดคุณแม่มาตรวจสุขภาพหลังคลอด เพื่อตรวจภายในดูอวัยวะว่ากลับคืนสู่ปกติแล้วหรือยัง รวมถึงมีภาวะแทรกซ้อนทางสุขภาพเกิดขึ้นกับคุณแม่หรือไม่

สำหรับคุณแม่ผ่าคลอดในท้องแรกที่สงสัยว่าแผลผ่าคลอดกี่วันหาย ซึ่งปกติทั่วไปแผลผ่าตัดคลอดจะหายใน 7 วัน ในระหว่างนี้หากคุณแม่คันแผลผ่าคลอด หรือมีอาการผิดปกติ เช่น แผลบวมแดงร้อน มีเลือดซึม และมีอาการไข้ร่วมด้วย ควรรีบไปโรงพยาบาลพบแพทย์ทันที หลังจากนั้นจะใช้เวลาอีก 2-4 สัปดาห์เพื่อให้ผิวหนังชั้นในเริ่มสมานกันมากขึ้น เมื่อแผลผ่าคลอด ปิดสนิท จะเปลี่ยนสีคล้ำขึ้น ออกสีแดงอมม่วง ราว 6 เดือน จากนั้นแผลจะจางจากสีแดงอมม่วงมาเป็นสีขาวจนหายดีเป็นปกติ

วิธีลดรอยแผลเป็นจากการผ่าคลอดแนวตั้ง

การลดรอยแผลเป็นจากการผ่าคลอดแนวตั้งและแนวนอนนั้นต้องอาศัยการดูแลที่เหมาะสมและต่อเนื่อง ต่อไปนี้เป็นวิธีที่อาจช่วยได้

1. **ใช้ครีมหรือเจลลดรอยแผลเป็น:** หลังจากที่คุณแม่ตัดไหมแล้ว สามารถทาครีมสำหรับการดูแลรอยแผลเป็นตามที่แพทย์แนะนำ เช่น ออยล์บำรุงผิว มูอยส์เจอร์ไรเซอร์ หรือยาทาสำหรับลดรอยแผลเป็น ที่ทำให้ผิวมีความชุ่มชื้น ยืดหยุ่นดีขึ้น ช่วยให้รอยแผลเป็นจางและอ่อนนุ่มลง
2. **นวดบริเวณแผลเบา ๆ:** การนวดสามารถลดการเกิดเนื้อเยื่อแผลเป็นจากการผ่าตัด ช่วยให้แผลเรียบเนียน และอ่อนนุ่ม แต่ทั้งนี้การนวดแผลเบา ๆ ควรเริ่มหลังจากการผ่าตัด 4-6 สัปดาห์ คุณแม่ควรปรึกษาเพื่อขอคำแนะนำจากแพทย์ก่อน
3. **ปรึกษาแพทย์เกี่ยวกับการรักษาเพิ่มเติม:** หากแผลผ่าคลอดมีลักษณะนูนขึ้นและหนาขึ้นที่เรียกว่าคีลอยด์ คุณแม่อาจปรึกษาแพทย์เพื่อการรักษาแผลเพิ่มเติม เช่น การทำเลเซอร์

อาหารที่ช่วยเร่งการฟื้นตัวหลังผ่าคลอด

หลังผ่าคลอด ร่างกายของคุณแม่ต้องการสารอาหารที่ช่วยฟื้นฟูบาดแผล ซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ และสร้างน้ำนมสำหรับลูกน้อย อาหารที่เหมาะสมจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งในการช่วยให้คุณแม่ฟื้นตัวหลังผ่าคลอดได้อย่างรวดเร็ว

- **โปรตีน**: เช่น ปลา ไข่ ถั่ว มีส่วนสำคัญช่วยในการสร้างเซลล์ และช่วยให้ผิวหนังที่สร้างขึ้นใหม่มีความแข็งแรง ที่สำคัญโปรตีนยังเป็นแหล่งของพลังงาน ช่วยในการซ่อมแซมฟื้นฟูร่างกาย ทำให้แผลผ่าคลอดหายเร็วขึ้น
- **วิตามินซี**: เช่น ส้ม ฝรั่ง พริกหวาน และบรอกโคลี ช่วยกระตุ้นการสร้างเส้นใยคอลลาเจนใต้ผิวหนัง เสริมระบบภูมิคุ้มกันให้ทำงานได้ดีมากขึ้น ทำให้แผลหายได้เร็ว
- **ธาตุเหล็ก**: เช่น ปลา ไข่ เนื้อสัตว์ ผักโขม ช่วยในการลำเลียงออกซิเจนไปให้ทุกส่วนของร่างกาย รวมถึงบาดแผล
- **น้ำเปล่า**: คุณแม่ควรดื่มน้ำให้เพียงพอ เนื่องจากร่างกายต้องใช้ของเหลวปริมาณมากในการกระตุ้นน้ำนม รวมถึงช่วยป้องกันอาการท้องผูกให้กับคุณแม่ด้วย

คุณแม่ที่ผ่าคลอดแนะนำให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพราะจะช่วยให้ลูกน้อยได้รับสารอาหารสำคัญในนมแม่ที่มีมากกว่า 200 ชนิด เช่น ดีเอชเอ แคลเซียม แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน รวมทั้งยังมีสารภูมิคุ้มกันและจุลินทรีย์ที่มีประโยชน์หลายชนิด อย่าง บีแล็กทิส (B. *lactis*) ที่เป็นจุลินทรีย์สุขภาพในกลุ่มบิฟิโดแบคทีเรียม (Bifidobacterium) และยังเป็นโพรไบโอติกส์ ที่ช่วยสร้างระบบภูมิคุ้มกันแข็งแรงให้กับลูกน้อยตั้งแต่แรกคลอด

คำถามที่พบบ่อยเกี่ยวกับการผ่าคลอดแนวตั้ง

Q: ผ่าคลอดแนวตั้งเจ็บกว่าแนวนอนไหม?

A: คุณแม่ที่ผ่าคลอดแนวตั้ง จะมีอาการปวดเจ็บแผลมากกว่าการผ่าคลอดแนวนอน

Q: หลังผ่าคลอดแนวตั้งสามารถตั้งครรภ์อีกครั้งได้ไหม?

A: ปกติแล้วไม่ได้มีตัวเลขตายตัว ในการกำหนดถึงความเหมาะสมของจำนวนการผ่าตัดคลอดซ้ำ อย่างไรก็ตามหากคุณแม่ผ่าคลอด ต้องการที่จะมีบุตรคนต่อไป แนะนำให้ปรึกษาแพทย์เพื่อวางแผนการตั้งครรภ์ครั้งใหม่

Q: ผ่าคลอดแนวตั้งสามารถออกกำลังกายได้เมื่อไหร่?

A: คุณแม่ผ่าคลอด สามารถเริ่มออกกำลังกายเบา ๆ ได้ใน 3 สัปดาห์หลังคลอด เช่น การเล่นโยคะ และหลัง 6 สัปดาห์คุณแม่จะออกกำลังกายได้มากขึ้น แนะนำให้เดินออกกำลังช้า ๆ ในระยะทางใกล้ ๆ และหลังจากออกกำลังกายแล้วไม่พบความผิดปกติใด ๆ คุณแม่ก็อาจเพิ่มการออกกำลังกายด้วยการเล่นกีฬาได้หลากหลายมากขึ้น

การดูแลแผลผ่าคลอดอย่างเหมาะสมเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งต่อการฟื้นตัวของคุณแม่หลังคลอด ไม่ว่าจะเป็นแผลผ่าคลอดแนวตั้งหรือแนวนอน การดูแลที่ถูกต้องจะช่วยลดความเสี่ยงของการติดเชื้อและช่วยให้แผลหายเร็ว ทั้งนี้หากคุณแม่พบความผิดปกติของแผลผ่าคลอดหลังจากกลับมา พักฟื้นที่บ้าน ควรรีบไปโรงพยาบาลทันที

ทำแบบประเมิน หรือ ใช้โปรแกรมติดตามพัฒนาการลูกในครรภ์ ได้ที่นี่
https://www.s-momclub.com/member-privilege

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่ผ่าคลอด

- การผ่าคลอดกับคลอดเองต่างกันยังไง พร้อมข้อดีข้อเสีย
- แผลผ่าคลอดกี่วันหาย พร้อม 5 วิธีดูแลรอยแผลผ่าคลอดให้เนียนสวย
- ผ่าคลอดใช้เวลากี่นาที ผ่าคลอดใช้เวลาฟักฟื้นนานไหม
- วิธีดูแลรอยแผลผ่าคลอดสวย ให้แผลผ่าคลอดสวยเรียบเนียน
- คันแผลผ่าคลอด ทำยังไงดี พร้อมวิธีแก้อาการคันแผลผ่าตัด
- ผ่าคลอดนอนตะแคงได้ไหม ท่านอนหลังผ่าคลอดที่คุณแม่ควรรู้
- สักทับรอยผ่าคลอด อันตรายไหม พร้อมวิธีดูแล

อ้างอิง:

1. วิธีการผ่าท้องทำคลอดแบบอิงหลักฐานเชิงประจักษ์, คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. การผ่าตัดคลอดลูกแบบอิงหลักฐานประจักษ์ทางการแพทย์, คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
3. Classical Cesarean Section, National Library of Medicine
4. ภาวะฉุกเฉินของทารกในครรภ์, คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
5. ก้อนเลือดคั่งบริเวณปากช่องคลอด และ ช่องคลอดที่ไม่ได้มีสาเหตุจากการคลอด, คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
6. แผลผ่าคลอดอักเสบข้างใน สาเหตุและการดูแล, แพทย์หญิงรัชตภา นาเวศภูติกร สูตินรีเวชวิทยา โรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ helloคุณหมอ
7. 8 เคล็ดลับดูแลแผลผ่าคลอดให้แผลสวย หายไว ฟื้นตัวเร็ว, โรงพยาบาลวิมุต
8. รวมข้อสงสัยหลังคลอด, โรงพยาบาลพญาไท
9. 6 คำแนะนำหลังคลอดบุตร, โรงพยาบาลพญาไท
10. C-Section Scar Care: Your Guide to Helping It Heal, Parents
11. การดูแลหลังคลอด แบบผ่าตัดทางหน้าท้อง, โรงพยาบาลสมิติเวช
12. อาหารช่วยเร่งการฟื้นฟูร่างกายหลังผ่าตัด, โรงพยาบาลพญาไท
13. แม่หลังคลอด ดูแลสุขภาพและแผลผ่าคลอดอย่างไร ช่วยให้หายไว, โรงพยาบาล MedPark
14. คลายข้อกังวลคุณแม่ ผ่าคลอดได้กี่ครั้ง มีลูกได้อีกกี่คน ?, โรงพยาบาลวิมุต
15. 13 คำถามยอดฮิตของคุณแม่หลังคลอด, โรงพยาบาลบางปะกอก
16. การพยาบาลหญิงตั้งครรภ์ที่คลอดท่าก้น ทางช่องทางคลอด, โรงพยาบาลลาดหลุมแก้ว

อ้างอิง ณ วันที่ 18 มีนาคม 2568

คุณแม่ตั้งครรภ์

แม่ผ่าคลอด

ดูแลลูกตามช่วงวัย

ภูมิแพ้ในเด็ก

แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน

พัฒนาการสมองลูกน้อย

การขับถ่ายลูกน้อย

คุณแม่ให้นมบุตร

เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่

อาหารเด็ก

S-Mom Club

ข้อมูลผลิตภัณฑ์

โปรโมชั่น