

รวมบทความการตั้งครรภ์ ตั้งแต่สัญญาณการตั้งครรภ์ ไปจนก่อนคลอด
บทความ

ลูกกลืนสิ่งแปลกปลอม ทำไงดี? คู่มือปฐมพยาบาลเมื่อลูกกินพลาสติก กระดาษ ก้างปลา

เม.ย. 22, 2026

9 นาที

วัย 6 เดือน ถึง 3 ปี คือช่วงวัยที่สำรวจ เพราะเป็นวัยที่ชอบเรียนรู้โลกกว้างด้วยการหยิบจับและนำทุกอย่างเข้าปาก จึงมีโอกาสกลืนสิ่งแปลกปลอมได้บ่อยที่สุด แล้วจะรู้ได้ไงว่ามีอะไรติดคอลูก บทความนี้จะแนะนำวิธีสังเกต เมื่อลูกกลืนสิ่งแปลกปลอมประเภทต่างๆ เช่น ลูกกินพลาสติกเข้าไป ลูกกินกระดาษเข้าไป ลูกกลืนวัตถุอันตราย ก้างติดคอเด็ก จะมีวิธีดูแลที่แตกต่างกันอย่างไร สิ่งแปลกปลอมแบบไหนรอดได้ แบบไหนรอดไม่ได้ เพื่อช่วยเหลือลูกอย่างถูกต้อง มาติดตามพร้อมกันค่ะ¹

คำถามที่พบบ่อย

ควรใช้นิ้วล้วงคอเพื่อให้ลูกอาเจียนสิ่งแปลกปลอมออกมาหรือไม่?

คลิก

ห้ามทำเด็ดขาด การใช้นิ้วล้วงคอให้อาเจียนอาจทำให้บาดเจ็บเพิ่มขึ้น หรือสิ่งแปลกปลอมอาจหลุดเข้าไปอุดหลอดลม จนเป็นอันตรายถึงชีวิตได้ ควรรีบพาลูกไปพบแพทย์เพื่อตรวจดูตำแหน่งของสิ่งแปลกปลอม พร้อมนำตัวอย่างหรือรูปของสิ่งที่กลืนไปให้แพทย์ดูด้วย¹

ถ้าลูกกลืน "เม็ดกันชื้น" (Silica Gel) เข้าไป ต้องล้างท้องไหม?

คลิก

ส่วนใหญ่เม็ดกันชื้น (Silica Gel) ไม่เป็นพิษ แต่หากเผลอกินเข้าไป แนะนำให้ดื่มน้ำมากๆ ทันที เพื่อช่วยเจือจางและขับสารกันชื้นออกจากร่างกาย พร้อมทั้งเฝ้าระวังอาการผิดปกติ เช่น เจ็บคอ แน่นหน้าอก ปวดท้อง หรืออาเจียน หากมีอาการดังกล่าวให้รีบพาลูกไปพบแพทย์²

ต้องรอกี่วันถึงจะมั่นใจว่าสิ่งแปลกปลอมออกมาเรียบร้อยแล้ว?

คลิก

หากวัตถุไม่แหลมคม มักขับถ่ายออกมาเองได้ใน 1-2 สัปดาห์ ให้อายุสังเกตอุจจาระทุกครั้ง ถ้าเกิน 1 สัปดาห์ ยังไม่ขับถ่ายออกมา ควรพาไปพบแพทย์เพื่อเอกซเรย์ดูตำแหน่ง³

สรุป

- วิธีสังเกตอาการเมื่อลูกกลืนสิ่งแปลกปลอม หากลูกสำลัก ไอแรงไม่หยุด หายใจมีเสียงหวีด พูดไม่มีเสียง หรือหน้าเขียว เป็นสัญญาณฉุกเฉินทางเดินหายใจ ต้องรีบช่วยเหลือทันที⁴
- กรณีที่ลูกกินพลาสติกเข้าไป หรือลูกกินกระดาษเข้าไป หากของชิ้นเล็ก ไม่อันตราย ให้ดื่มน้ำตาม แล้วรอให้ขับถ่ายออกมาเองได้ ห้ามล้วงคอให้อาเจียนเด็ดขาด หากของชิ้นใหญ่ มีคม หรือลูกมีอาการสำลัก ให้รีบไปโรงพยาบาลทันที เพราะเสี่ยงบาดเจ็บหรืออุดกั้นทางเดินหายใจ^{5,6}
- กรณีก้างติดคอเต็กุ ทำให้ลูกเจ็บเวลากลืน ห้ามกลืนข้าวปั้น ห้ามล้วงคอ เพราะจะยิ่งดันก้างปักลึก ให้ดื่มน้ำกลั้วคอ ถ้าไม่หลุดต้องรีบพบแพทย์ทันที อย่าปล่อยทิ้งไว้ เพราะเสี่ยงติดเชื้อเป็นหนองและลุกลามได้^{7,8}
- หากลูกกลืนสิ่งแปลกปลอมที่เป็นวัตถุอันตราย เช่น แบตเตอรี่กระดุม ของมีคม แม่เหล็ก เหมรัย และวัตถุที่ยาว เกิน 6 ซม. ห้ามรอดูอาการเด็ดขาด! เพราะมีความเสี่ยงสูงที่จะทำลายอวัยวะภายใน ต้องรีบพาไปพบแพทย์เพื่อนำออกให้เร็วที่สุด³

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- เช็กด่วน! จะรู้ได้ไงว่ามีอะไรติดคอลูก (สัญญาณฉุกเฉินทางเดินหายใจ)
- แยกประเภทวัสดุ: ลูกกินพลาสติก กระดาษ ก้างปลา อันตรายไหม?
- "วัตถุอันตราย" ที่ห้ามรอดูอาการ ต้องไปโรงพยาบาลทันที!
- วิธีดูแลเบื้องต้นเมื่อลูกกลืนสิ่งแปลกปลอม (ที่ไม่อุดกั้นทางเดินหายใจ)
- สรุป สิ่งแปลกปลอมแบบไหนรอได้ แบบไหนรอไม่ได้

เช็กด่วน! จะรู้ได้ไงว่ามีอะไรติดคอลูก (สัญญาณฉุกเฉินทางเดินหายใจ)

จุดสังเกตอาการ เมื่อสิ่งแปลกปลอมหลุดเข้าหลอดลม หากลูกน้อยมีอาการเหล่านี้ แสดงว่าสิ่งแปลกปลอมกำลังอุดกั้นทางเดินหายใจ⁴

- สำลัก หรือไออย่างรุนแรงต่อเนื่อง

- หายใจติดขัด มีเสียงดังหวีดๆ
- พยายามพูดแต่ไม่มีเสียงออกมา
- หน้าเขียว ปากเขียว
- หายใจหอบเร็วผิดปกติ

ถ้าลูกมีอาการเหล่านี้ ให้โทรสายด่วน 1669 และปฐมพยาบาลเบื้องต้นทันที

วิธีปฐมพยาบาล เมื่อมีสิ่งแปลกปลอมติดคอลูก

เมื่อลูกกลืนสิ่งแปลกปลอม แล้วสิ่งแปลกปลอมนั้นติดคอลูก ให้คุณแม่ปฐมพยาบาล ดังนี้ ⁴

1. **จับลูกนอนคว่ำ ตบแรงๆ** ระหว่างสะบักจนสิ่งแปลกปลอมหลุดออกมา ห้ามล้วงคอหรือจับห้อยหัวเด็ดขาด เพราะอาจทำให้สิ่งแปลกปลอมยิ่งอุดกั้นทางเดินหายใจลึกกว่าเดิม
2. **กรณีฉุกเฉิน เช่น ปากเขียว หายใจไม่ออก** ให้ทำ Heimlich Maneuverทันที โดยยืนซ้อนหลังลูกที่โน้มตัวไปข้างหน้า กำมือวางใต้ลิ้นปี่ แล้วออกแรงกระทันหันเร็วๆ เพื่อดันสิ่งแปลกปลอมออก
3. **สิ่งสำคัญที่สุด** คุณแม่ต้องตั้งสติและรีบช่วยเหลือให้เร็วที่สุด หากสมองขาดออกซิเจนเกิน 4 นาที อาจทำให้สมองพิการ กลายเป็นเจ้าหญิงหรือเจ้าชายนิทราได้

แยกประเภทวัสดุ: ลูกกินพลาสติก กระดาษ ก้างปลา อันตรายไหม?

สิ่งแปลกปลอมที่เด็กมักเผลอกินเข้าไปมีหลากหลายประเภท ซึ่งระดับความอันตรายและการรับมือก็จะแตกต่างกันไป เรามาแยกให้ชัดว่า ลูกกินพลาสติก กระดาษ ก้างปลา อันตรายไหม? มาดูรายละเอียดของแต่ละประเภทวัสดุกันค่ะ

กรณี "ลูกกินพลาสติกเข้าไป" (เช่น ชิ้นส่วนของเล่น, สติ๊กเกอร์, เศษถุง)

หากลูกกินพลาสติกเข้าไป เช่น เศษของเล่นหรือสติ๊กเกอร์ สิ่งแรกที่คุณแม่ควรทำคือ ประเมินลักษณะของพลาสติกชิ้นนั้น เพราะพลาสติกแต่ละแบบมีการรับมือที่ต่างกัน ดังนี้ ⁵

- **กรณีชิ้นเล็ก ไม่อันตราย** ในกรณีของพลาสติกของเล่นเด็กที่ไม่เป็นพิษ ร่างกายจะขับถ่ายออกมาพร้อมอุจจาระได้เองใน 2-3 วัน
- **กรณีชิ้นใหญ่ หรือมีคม อันตราย** อาจบาดเจ็บทางเดินอาหารให้เลือดออก หรือไปอุดกั้นทำให้หายใจลำบาก ปวดท้อง และอาเจียน ซึ่งต้องรีบพาไปโรงพยาบาลค่ะ

กรณี "ลูกกินกระดาศเข้าไป" (เช่น ทิชชู, กระดาษสมุด)

ลูกกินกระดาศเข้าไป โดยปกติแล้วไม่เป็นอันตรายค่ะ เพราะกระดาศส่วนใหญ่ประกอบด้วย เซลลูโลสซึ่งไม่เป็นอันตราย และหมึกพิมพ์ในปริมาณเล็กน้อยไม่เป็นพิษต่อร่างกาย แต่สิ่งที่น่าห่วงกว่าคือ การสำลัก⁶

- หากลูกกินกระดาศชิ้นเล็ก ให้เช็ดทำความสะอาดปากและให้ดื่มน้ำตาม เพื่อเช็กการกลืนว่าปกติดีหรือไม่ และห้ามล้วงคอให้อาเจียนเด็ดขาด
- หากลูกกินกระดาศชิ้นใหญ่และมีอาการสำลักหรือหายใจไม่ออก ให้รีบโทร 1669 เพื่อขอความช่วยเหลือทันที

กรณี "ก้างปลาติดคอเด็ก"

กรณีก้างปลาติดคอเด็ก หากปฐมพยาบาลผิดวิธีอาจเปลี่ยนเรื่องเล็กให้กลายเป็นเรื่องใหญ่ได้ คุณพ่อคุณแม่จำเป็นต้องทราบ อาการที่ควรสังเกต สิ่งที่ทำห้ามทำ และวิธีช่วยเหลือเบื้องต้น ดังนี้



อาการ เมื่อก้างติดคอเด็ก⁷

- เจ็บเวลากลืน ร้องไห้หรือไม่ยอมกลืนน้ำลาย หรืออาหาร
- กลืนลำบาก มีน้ำลายไหลยืด หรือขย้อนออกมา
- ปฏิเสธอาหาร ไม่ยอมกินข้าวต่อ

- **ซีที่คอ** บอกว่ามีอะไรบาด หรือเจ็บในคอ เจ็บหน้าอก

สิ่งที่ห้ามทำ เมื่อก้างติดคอเด็ก ⁸

- **ห้ามกลืนก้อนข้าวเหนียว ขนมปัง หรือกล้วย** เพราะจะยิ่งดันก้างให้ปักลึกลงไป และทำให้เกิดแผลใหญ่ขึ้น
- **ห้ามใช้นิ้วล้วง** การล้วงคออาจทำให้นิ้วไปดันก้างให้หลุดเข้าไปลึกกว่าเดิม
- **ห้ามดื่มนมมะนาว** เป็นความเชื่อที่ผิด นมมะนาวไม่สามารถละลายก้างได้ และหากดื่มมากเกินไปอาจระคายเคืองกระเพาะอาหารอีกด้วยค่ะ

วิธีปฐมพยาบาล เมื่อก้างติดคอเด็ก ⁸

- **ลองกลืนคอ** หากเป็นก้างขนาดเล็ก ให้ดื่มน้ำแล้วกลืนคอแรงๆ เพื่อช่วยให้ก้างหลุดออกมา
- **ถ้าก้างไม่หลุด ต้องรีบพบแพทย์ทันที** ห้ามปล่อยทิ้งไว้ ก้างอาจตำจนเกิดแผลและติดเชื้อลุกลามเป็นอันตรายได้

"วัตถุอันตราย" ที่ห้ามรอดูอาการ ต้องไปโรงพยาบาลทันที!

แม้สิ่งแปลกปลอมบางอย่างจะรอให้ขับถ่ายออกมาเองได้ แต่สำหรับ "วัตถุอันตราย" เหล่านี้ ห้ามรอดูอาการเด็ดขาด! เพราะมีความเสี่ยงสูงที่จะทำให้ลายอวัยวะภายใน ต้องรีบไปพบแพทย์เพื่อนำออกให้เร็วที่สุดนะคะ ^{3,9}

1. **แบตเตอรี่กระดุม หรือ ของมีคม**
 - **ความเสี่ยง** แบตเตอรี่อาจปล่อยสารเคมีกัดกร่อน หรือของมีคมอาจบาดทะลุอวัยวะ
 - **สิ่งที่ต้องทำ** ไปโรงพยาบาลทันที โดยไม่ต้องรอให้มีอาการ เพื่อส่งกล้องนำออกโดยเร็วที่สุด
2. **แม่เหล็ก**
 - **ความเสี่ยง** หากกินเข้าไปมากกว่า 1 ชิ้น แม่เหล็กอาจดูดติดกันโดยหนีบเนื้อเยื่อลำไส้ไว้ตรงกลาง ทำให้ลำไส้เน่าและทะลุได้
 - **สิ่งที่ต้องทำ** ต้องส่งกล้องนำออกภายใน 12-24 ชั่วโมง
3. **เหรียญ**
 - **ความเสี่ยง** อาจอุดตันทางเดินอาหาร ทำให้กลืนลำบาก
 - **สิ่งที่ต้องทำ** กรณีมีอาการ เจ็บคอ กลืนไม่ได้ ให้รีบนำออกทันที กรณีไม่มีอาการ ควรรีบนำออกภายใน 24 ชั่วโมง
4. **วัตถุที่ยาวเกิน 6 ซม.**
 - **ความเสี่ยง** อาจอุดตันลำไส้ ไม่สามารถขับถ่ายออกมาได้เอง เนื่องจากวัตถุที่ยาวเกินไปจะไม่สามารถผ่านส่วนโค้งของกระเพาะอาหารและลำไส้ได้
 - **สิ่งที่ต้องทำ** ต้องให้แพทย์นำออกภายใน 24 ชั่วโมง แม้เด็กจะยังไม่มีอาการผิดปกติ

วิธีดูแลเบื้องต้นเมื่อลูกกลืนสิ่งแปลกปลอม (ที่ไม่อุดกันทางเดินหายใจ)

เมื่อทราบว่า ลูกกลืนสิ่งแปลกปลอมเข้าไป สิ่งสำคัญที่สุดคือ การตั้งสติ ไม่ควรพยายามเอาออกเอง แต่ควรปฏิบัติตามขั้นตอนความปลอดภัยเบื้องต้น ดังนี้ค่ะ ³

- **งดน้ำและอาหารทันที** เพื่อเตรียมพร้อมในกรณีที่แพทย์จำเป็นต้องส่องกล้องหรือดมยาสลบ เพื่อนำสิ่งแปลกปลอมออก
- **ห้ามล้วงคอ หรือทำให้อาเจียน** เพราะอาจทำให้สิ่งของขย้อนกลับขึ้นมาและพลัดตกลงไป อุดกันหลอดลมจนเป็นอันตรายถึงชีวิตได้
- **เตรียมตัวอย่างสิ่งที่ลูกกลืน** ให้นำตัวอย่างวัตถุชนิดเดียวกัน (ถ้ามี) หรือถ่ายรูปพร้อมเทียบขนาดของสิ่งของที่ลูกกลืน นำไปให้แพทย์ดูเพื่อประเมินการรักษา
- **รีบพบแพทย์เพื่อเอกซเรย์** พาลูกไปโรงพยาบาลเพื่อเอกซเรย์ระบุตำแหน่งที่แน่ชัดของสิ่งแปลกปลอม

สรุป สิ่งแปลกปลอมแบบไหนรอดได้ แบบไหนรอดไม่ได้

| สิ่งแปลกปลอม | ลักษณะ / อาการ | สิ่งที่ต้องทำ (ระดับความด่วน) |
|-----------------------|-----------------------------|---|
| พลาสติก / กระดาษ | ชิ้นเล็ก, ไม่มีอาการสำคัญ | รอดอาการที่บ้านได้ ขับถ่ายออกเองใน 2-3 วัน |
| พลาสติก / กระดาษ | ชิ้นใหญ่, มีคม, ไอ, สำลัก | ไป รพ. ทันที เสี่ยงบาดเจ็บหรืออุดกันทางเดินหายใจ |
| ก้างปลา | ชิ้นเล็ก | ลองกลั้วคอดูก่อน ถ้าก้างยังไม่หลุด ไป รพ. |
| แบตเตอรี่กระดุม | ทุกกรณี (มีสารเคมีกัดกร่อน) | ไป รพ. ทันที (ห้ามรอ! อันตรายมาก) |
| แม่เหล็ก | ทุกกรณี (เสี่ยงลำไส้ทะลุ) | ไป รพ. ทันที ต้องเอาออกภายใน 12-24 ชม. |
| ของมีคม / เข็ม | ทุกกรณี | ไป รพ. ทันที |
| เหรียญ | มีอาการเจ็บคอ / กลืนไม่ได้ | ไป รพ. ทันที |
| วัตถุยาวมากกว่า 6 ซม. | ไม่มีอาการผิดปกติ | ไป รพ. ภายใน 24 ชม. เสี่ยงอุดตันหรือผ่านลำไส้ไม่ได้ |

หลังจากนำสิ่งแปลกปลอมออก ลูกอาจทานน้อยเพราะยังระคายเคืองคอ คุณแม่ไม่ต้องกังวลนะคะ

สามารถปรึกษาแพทย์เพื่อเสริมด้วยอาหารเสริมที่เหมาะสมกับวัย ผลิตภัณฑ์ควรมี้อย. รับประทาน และมีสารอาหารจำเป็นครบถ้วน เช่น โปรตีน ไขมัน วิตามิน แคลเซียม รวมถึง ดีเอชเอ (DHA) และโอเมก้า 3, 6, 9 (Omega 3, 6, 9) สิ่งสำคัญคือ พยายามทำให้มีอาหารเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสม จะช่วยให้ลูกคลายกังวลและเจริญอาหารขึ้นได้ค่ะ (3,4,5,6,8)

สำหรับคุณแม่ที่ยังให้นมลูก นมแม่คือยาวิเศษที่สุดในช่วงพักฟื้นนี้ค่ะ เพราะการดูดนมแม่ไม่เพียงแต่ช่วยให้ลูกได้รับสารอาหารกว่า 200 ชนิด โดยไม่ระคายเคืองคอ แต่การได้อุ้มกอดแม่ยังช่วยเยียวยาจิตใจ ให้ลูกหายตื่นกลัวและกลับมาร่าเริงได้เร็วขึ้นอีกด้วย

สร้างสมองไวกว่าเดิม
เชื่อมต่อเซลล์สมอง 100,000 ล้าน เซลล์
เพื่อช่วงเวลาทองของการกินขวบปีแรก

ทักษะด้านภาษา
การเรียนรู้
การจดจำ
สมองไว
สมองมีสมาธิ
สมองคิดพลิกแพลง

แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน

*นมแม่มีสารอาหารกว่า 200 ชนิด รวมถึงสมองไวอีเอ็มและแอลฟา-แล็คติบูติน **ที่บ่งชี้ว่าเซลล์สมองที่ไปออกในอีเอ็มกับไม่มี ***สฟิงโกไมอีลินช่วยในการสร้างสมองไวอีเอ็ม และแอลฟา-แล็คติบูติน ช่วยในการสร้างสารสื่อประสาท

นอกจากนี้ นมแม่ยังเป็นแหล่งรวมสารอาหารสมองตามธรรมชาติ ทั้งวิตามินบี 12 (Vitamin B12) ดีเอชเอ (DHA) เออาร์เอ (ARA) โคลีน (Choline) และแอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน (Alpha-lact Sphingomyelin) ที่ช่วยให้การส่งสัญญาณประสาทรวดเร็วและมีประสิทธิภาพ สารอาหารเหล่านี้จะช่วยเสริมสร้างทักษะการเรียนรู้ของเด็กเจนใหม่ได้แบบก้าวกระโดด การได้รับโภชนาการที่ดีจึงช่วยให้ลูกน้อยทั้งหายป่วยไว เติบโตสมวัย และพร้อมเรียนรู้ในทุกช่วงพัฒนาการ

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่่มือใหม่

- ลูกบิดตัวบ่อยหลับไม่สนิท เป็นเพราะอะไร คุณพ่อคุณแม่ต้องดูแลแบบไหน
- ก้างปลาติดคอลูกทำไงดี พร้อมวิธีเอาก้างปลาออกจากคอลูกให้ปลอดภัย
- ลูกเป็นหวัดน้ำมูกไหลไม่หายสักที ลูกมีน้ำมูกไหลเป็นน้ำใส ๆ ไม่หยุด
- ลูกตัวร้อนอย่างเดียวทำไงดี พร้อมวิธีสังเกตเมื่อลูกตัวร้อนไม่ทราบสาเหตุ
- ของใช้เด็กแรกเกิดก่อนคลอดเจ้าตัวเล็ก คุณแม่ต้องเตรียมอะไรบ้าง

อ้างอิง:

1. ทำอย่างไรเมื่อลูกกลืนสิ่งแปลกปลอม ?!, โรงพยาบาลศิริรินทร์
2. หากมีผู้สูงอายุประสานสารกันชื้นในช่องยาเป็นอันตรายไหม และควรทำอย่างไร, หน่วยคลังข้อมูลยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
3. เมื่อลูกกลืนสิ่งแปลกปลอม, โรงพยาบาลสมิติเวช
4. เตรียมพร้อมรับมือ 24 ชม. เมื่อลูก “อาหารติดคอ”, โรงพยาบาลเปาโล โชคชัย 4
5. Are plastics toxic?, National Capital Poison Center
6. Paper, Missouri Poison Center
7. ก้างปลาติดคอ, ศูนย์ศรัพัฒนา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
8. หยุดความเชื่อผิดๆ เมื่อก้างปลาติดคอ, โรงพยาบาลบางปะกอก สமுทรรปราการ
9. การกลืนวัตถุแปลกปลอมในเด็ก, สมาคมกุมารเวชศาสตร์ทางเดินอาหารและตับแห่งประเทศไทย

อ้างอิง ณ วันที่ 29 มกราคม 2569

แชร์ตอนนี้