

รวมบทความ ทารกแรกเกิด การดูแลเด็กทารกให้ดีที่สุด
บทความ

คู่มือคุณแม่่มือใหม่ 15 คำถามเรื่อง ลูกน้อย ที่คุณแม่ควรรู้

ก.ค. 3, 2020

ทารกเป็นวัยที่มีความบอบบาง ต้องการการปกป้องดูแลมากเป็นพิเศษ นอกจากนี้เบบี๋ตัวน้อย ๆ ยังไม่สามารถสื่อสารความต้องการ หรือความเจ็บปวดออกมาเป็นคำพูดได้ ดังนั้น คุณแม่่มือใหม่จึงมีเรื่องมากมายที่สงสัยใคร่รู้อยู่เสมอ เราจึงรวบรวม 15 คำถามเรื่องเบบี๋ ที่คุณแม่่มือใหม่อยากรู้ มาฝากดังนี้

15 คำถามเรื่องเบบี๋ ที่แม่่มือใหม่อยากรู้

- **สะดือลูกจะหลุดเมื่อไหร่ ควรทำความสะอาดสะดือลูกอย่างไร ?**

สะดือของทารกแรกเกิด จะค่อย ๆ แห้งภายในเวลา 2 – 3 วัน และหลุดออกภายใน 1 – 3 สัปดาห์ ในระหว่างนั้น คุณแม่ควรเช็ดสายสะดือให้แห้งทุกครั้งหลังอาบน้ำ และทำความสะอาดสายสะดือด้วยสำลีชุบแอลกอฮอล์ หรือน้ำยาฆ่าเชื้อ โดยใช้ดริบเวอร์บอบสะดือจากโคนด้านในออกมาด้านนอกอย่างเบามือ ไม่ควรโรยแป้งฝุ่น เพราะจะทำให้เกิดการอักเสบและติดเชื้อได้ หากหลังจากสะดือยังไม่แห้งภายใน 2 – 3 วัน มีกลิ่นเหม็น ควรพาลูกไปพบแพทย์

- **ลูกเป็นโคลิค ดูแลอย่างไร ?**

เมื่อลูกมีอาการโคลิค ให้คุณแม่คอยสังเกตว่าลูกต้องการอะไร เช่น หิว ร้อน หนาว แล้วให้ตอบสนองตามความต้องการนั้น การอุ้มลูกในท่าที่ลูกรู้สึกสบายตัวก็ช่วยบรรเทาอาการโคลิคได้ โดยอาการโคลิคจะเกิดขึ้นเมื่อทารกอายุ 2 – 3 สัปดาห์ และจะหายไปเองเมื่ออายุ 3 เดือน หากคุณแม่รู้สึกเหนื่อยจากการดูแลลูกน้อยที่มีอาการโคลิค แนะนำให้หาคนมาช่วยดูแล

- **ลูกนอนคว่ำ อันตรายไหม ?**

ท่านอนที่เหมาะสมและปลอดภัยสำหรับเด็กวัยทารก โดยเฉพาะวัยแรกเกิด – 4 เดือน คือ ท่านอนหงาย หากต้องการให้ลูกนอนคว่ำเพื่อฝึกชันคอให้กล้ามเนื้อคอแข็งแรง ควรทำขณะที่ลูกตื่น



- **ลูกอายุ 2 เดือน ยังต้องคอยปลุกให้กินนมหรือไม่ ?**

อาจยังต้องปลุกให้ลูกดูดนมเป็นครั้งคราว ในกรณีที่ลูกหลับยาวมากกว่า 4 ชั่วโมง เนื่องจากทารกส่วนใหญ่จำเป็นต้องกินนม 8 – 12 ครั้งต่อวัน หรือทุก ๆ 2 – 3 ชั่วโมง สำหรับเด็กอายุ 2 เดือน อาจสามารถหลับยาวได้ตลอดคืน ดังนั้นให้คุณแม่สังเกตการเจริญเติบโตของลูกน้อย หากลูกหลับยาวในช่วงกลางคืน แต่มีการเจริญเติบโตดี ก็ไม่จำเป็นต้องปลุกขึ้นมากินนมกลางคืน

- **ลูกน้ำตาไหลข้างเดียว ผิดปกติหรือไม่ ?**

ลูกน้ำตาไหลข้างเดียว เกิดจาก ท่อน้ำตาอุดตัน แนะนำให้คุณแม่ใช้นิ้วที่สะอาด นวดบริเวณหัวตาของลูกน้อยเบา ๆ แล้วลากนิ้วลงมาตามแนวจมูก ทำบ่อย ๆ ทุกวัน หากอาการยังไม่ดีขึ้น รอบหัวตาเริ่มบวมแดง หรือตาแดง ควรปรึกษาแพทย์

- **ลูกหายใจครืดคราด เกิดจากอะไร ?**

ลูกหายใจมีเสียงครืดคราด เกิดจากการที่ลูกมีน้ำมูก และไม่สามารถสั่งน้ำมูกออกมาเองได้ คุณแม่สามารถช่วยให้ลูกหายใจสะดวกขึ้นได้ โดยใช้नाเกลือหยอดมูก 1 – 2 หยด แล้วใช้ลูกยางแดงดูดน้ำมูกลูกออกมา แต่ถ้าลูกยังไม่หาย หรือแม่ไม่แน่ใจ แนะนำให้พาไปพบแพทย์เพื่อตรวจประเมินหาสาเหตุ

- **ลูกสะอึก ทำอย่างไร ?**

สาเหตุที่ลูกสะอึก เกิดจากการกระตุ้นเป็นจังหวะของกล้ามเนื้อกระบังลม ที่ทำงานไม่ประสานกันกับการหายใจ ซึ่งอาการสะอึกนี้สามารถหายเองได้

- **ลูกแหะนมบ่อย ผิดปกติหรือไม่ ?**

การแหวะนมหลังดูดนมพบบ่อยในทารกแรกเกิด เนื่องจากทิวระหว่างหลอดอาหารและกระเพาะอาหารของทารกยังไม่สนิท แต่อาการจะค่อย ๆ ดีขึ้นเมื่อลูกโตขึ้น ระหว่างนี้คุณแม่สามารถช่วยบรรเทาอาการได้ด้วยการอุ้มเรอทุกครั้งหลังอึนม ด้วยการอุ้มพาดบ่า ประมาณ 15 – 20 นาที ก้อนวางลูกลงในท่อนอนราบ อย่างไรก็ตาม หากลูกมีอาการบอຍ ๆ ไม่ดีขึ้นเมื่อเวลาผ่านไป หรือน้ำหนักลูกไม่เพิ่มขึ้นตามเกณฑ์ ควรปรึกษาแพทย์

- **ลูกมีตุ่มพองที่ริมฝีปากบน ริมฝีปากลอก แต่ยังกินนมได้ ต้องดูแลอย่างไร ?**

การมีตุ่มพอง หรือริมฝีปากลอก เป็นภาวะที่พบได้ปกติในเด็กแรกเกิด เกิดจากการที่เด็กวัยนี้ดูดนมบ่อย ทำให้จุกนมเสียดสีกับริมฝีปาก จนเกิดเป็นตุ่มพองแห้ง ๆ และริมฝีปากลอก โดยที่ลูกไม่รู้สึเจ็บ และสามารถกินนมได้ตามปกติ เจ้าตุ่มพองนี้จะค่อย ๆ แห้งและหลุดลอกเป็นแผ่น และหายไปเองในที่สุด

- **ลูกเป็นผื่นผ้าขาว ควรดูแลอย่างไร ?**

ผื่นเป็นผื่นผ้าขาว เกิดจากคราบน้ำนม แม่สามารถใช้ผ้าสะอาดชุบน้ำต้มสุกที่เย็นแล้ว เช็ดทำความสะอาดหลังลูกกินนมทุกมื้อ แต่ถ้าอาการไม่ดีขึ้น ควรพาลูกไปพบแพทย์เพื่อหาสาเหตุว่าเกิดจากเชื้อราหรือไม่

- **อุจจาระสีไหน ไม่ผิดปกติ ?**

ช่วง 3 วันแรกหลังคลอด อุจจาระของทารกจะเป็นสีเขียว มีลักษณะมัน ๆ เรียกว่า ชีเทา หลังจากนั้นจะเปลี่ยนเป็น สีเหลือง ไม่มีมูกเลือดปน มีลักษณะเป็นก้อน เป็นเนื้อปนน้ำ หรือก้อนเล็ก ๆ คล้ายเม็ดมะเขือ หากมีลักษณะดังนี้ถือว่าไม่ผิดปกติ

- **ลูกมีไข้ ทำอย่างไรดี ?**

เมื่อทารกมีไข้ ควรพาไปพบแพทย์ทันที เพราะยังลูกอายุน้อยเท่าไร ก็ยังเสี่ยงต่อการติดเชื้อรุนแรงได้

- **ทารกเพศหญิง มีตกขาว มีเลือดออกจากรั้วระเพศ ผิดปกติหรือไม่ ?**

ทารกเพศหญิง มีตกขาว หรือมีเลือดออกคล้ายประจำเดือน เป็นภาวะที่พบได้ในเด็กแรกเกิด เนื่องจากลูกน้อยได้รับฮอร์โมนจากแม่ ส่วนใหญ่จากหายไปเองภายใน 1 สัปดาห์ คุณแม่สามารถทำความสะอาดอวัยวะของลูกด้วยน้ำเปล่าตามปกติ แต่ถ้าตกขาวมีกลิ่นเหม็น หรือเลือดไหลจากอวัยวะเพศไม่หยุดภายใน 1 สัปดาห์ ควรพาไปพบแพทย์

- **ลูกชายมีถุงอัณฑะไม่เท่ากัน อันตรายหรือไม่ ?**

ขนาดอัณฑะของทารกทั้งสองข้าง อาจแตกต่างกันได้เล็กน้อย แต่ในกรณีที่มึ่ถุงอัณฑะข้างใดข้างหนึ่งใหญ่ใหญ่กว่าปกติ อาจเกิดจาก มีน้ำในถุงอัณฑะ หรือมีภาวะไส้เลื่อน ส่วนข้างที่เล็กปกติ อาจเกิดจาก อัณฑะไม่ลงถุง ดังนั้น แนะนำให้ปรึกษาแพทย์

- **ลูกชอบเล่นอวัยวะเพศ ควรปรับพฤติกรรมอย่างไร ?**

คุณแม่ควรหาของเล่นอย่างอื่นมาให้ลูกเล่นแทน เช่น ของเล่นที่บีบหรือเขย่าแล้วเกิดเสียง ขวนลูกพูดคุยหรือร้องเพลง จับลูกนอนคว่ำแล้ววางของเล่นไว้ไกลจากตัวเพื่อให้ลูกหัดคืบ เป็นต้น

ทั้งนี้ หากคุณแม่สังเกตว่าลูกมีอาการผิดปกติ หรือรู้สึกไม่แน่ใจว่าใช่อาการผิดปกติหรือไม่

แนะนำให้ปรึกษาแพทย์เพื่อทำการวินิจฉัยอาการต่าง ๆ เพื่อความปลอดภัยของลูกรัก

บทความอื่นๆ ที่น่าสนใจ

15 เรื่องชวนสงสัย ที่แม่ให้นมอยากรู้

อ้างอิง

โดย แพทย์หญิงพัฏฐา โรจน์มามงคล
กุมารแพทย์ด้านพัฒนาการและพฤติกรรม

แชร์ตอนนี้