

10 อาการคนท้องเริ่มแรก พร้อม อาการเดือนคนเริ่มท้องระยะแรก

คุณแม่ตั้งครรภ์

บทความ

ก.ย. 16, 2021

คุณแม่บางคนทราบว่าตัวเองท้องทันทีที่ประจำเดือนขาด แต่สำหรับบางคนอาจไม่รู้เพราะไม่มีสัญญาณชัดเจน อาการคนท้องในระยะแรกมักเริ่มแสดงออกหลังการปฏิสนธิไม่นาน หากคุณแม่สังเกตอาการของตัวเองและประจำเดือนขาด อาจรู้ได้ทันทีที่กำลังท้อง สำหรับคุณแม่ที่ยังไม่รู้ว่า เป็นท้อง อาการคนท้องระยะแรกที่สามารถสังเกตได้มีหลายอย่าง เช่น คลื่นไส้, อ่อนเพลีย, ท้องอืด, ปวดท้องหรือปวดศีรษะ เป็นต้น ลองสังเกตตัวเองเพื่อเข้าใจอาการเดือนเหล่านี้ให้ดีขึ้น

สรุป

- อาการคนท้อง สัญญาณเดือนคนท้องในเดือนแรกมักเริ่มจากการขาดประจำเดือน คัดค้านม หน้ามืด อาเจียน หงุดหงิดง่าย เหนื่อยง่าย จมูกไว และอาการอื่น ๆ ซึ่งเกิดจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนในร่างกายของคนท้อง
- อาการแพ้ท้องต่าง ๆ ทั้งอาเจียน และเวียนหัวจะเริ่มดีขึ้นเมื่อคุณแม่เริ่มตั้งครรภ์เข้าสู่ ไตรมาสที่ 2 หรือเดือนที่ 4 ของการตั้งครรภ์ ซึ่งอาการแพ้ท้องของคุณแม่แต่ละคนอาจไม่เหมือนกันบางคนไม่แสดงอาการเลยก็มี
- คุณแม่บางคนอาจท้องไม่รู้ตัวได้ เพราะประจำเดือนที่มาไม่ปกติ หรือไม่มีอาการบ่งชี้ว่ากำลังตั้งครรภ์ ในบางกรณีคุณแม่ที่ตั้งครรภ์อาจมีประจำเดือนมากระปริดกระปอย ซึ่งมากจากตัวอ่อนที่เข้าไปฝังตัวในมดลูก
- หลังจากคุณแม่ทราบแน่ชัดแล้วว่าตัวเองกำลังตั้งครรภ์แนะนำให้ไปพบคุณหมอเพื่อฝากครรภ์ เพราะคุณหมอจะให้คำแนะนำในการดูแลตนเองของคุณแม่ และจะคอยเช็คพัฒนาการ การเติบโตของลูกน้อยในท้อง รวมถึงการดูแลครรภ์เพื่อลดความเสี่ยงต่ออันตรายของลูกน้อยในท้อง

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- 10 อาการคนท้องเริ่มแรก สัญญาณเริ่มต้นที่กำลังตั้งครรภ์
- อาการคนท้องเริ่มแรก มักจะเริ่มขึ้นเมื่อไหร่
- คุณแม่เพิ่งรู้ว่าท้อง วางแผนอย่างไรดี
- ลักษณะหน้าท้องของคนท้อง 1 สัปดาห์
- อาการคนท้องระยะแรก จะดีขึ้นเมื่อไหร่

- อาการท้องไม่รู้สึกตัวเป็นแบบไหน
- อาการคนท้องตั้งครรภ์ เหมือนกันทุกคนไหม
- อาการคนเริ่มท้อง จะมาหลังปฏิสนธิกี่วัน
- อาการเหมือนคนท้องแต่ไม่ท้อง เป็นเพราะอะไร
- อาการเหมือนคนท้อง แต่มีประจำเดือน
- ตรวจครรภ์หลังมีอะไรกับแฟน 1 อาทิตย์ มีโอกาสตรวจเจอไหม

10 อาการคนท้องเริ่มแรก สัญญาณเริ่มต้นว่ากำลังตั้งครรภ์

อาการคนท้องระยะแรกเป็นยังไง อาการแบบไหนที่บอกว่าคุณแม่กำลังตั้งครรภ์อยู่

1. ประจำเดือนขาด

เป็นสัญญาณอาการเดือนคนเริ่มท้องที่บอกว่าคุณแม่กำลังตั้งครรภ์ หากคุณแม่เป็นคนที่ประจำเดือนมาตรงเวลาแต่ประจำเดือนคลาดเคลื่อน หรือขาดไปหลายวันแสดงว่ากำลังจะได้เป็นที่คุณแม่แล้ว

2. เต้านมขยาย หรือมีอาการคัดเต้านม

อาการคนท้องระยะแรก 1-2 สัปดาห์ของการตั้งครรภ์ ว่าที่คุณแม่จะรู้สึกถึงการเปลี่ยนแปลงของเต้านมได้หลังจากประจำเดือนขาด ทั้งเต้านมขยาย คัดตึงเต้านม หรือรู้สึกเสียว

3. ตกขาวมากกว่าปกติ

เมื่อคุณแม่เริ่มตั้งครรภ์หรือเริ่มมีอาการคนท้องเริ่มแรก ฮอร์โมนในร่างกายจะค่อย ๆ เปลี่ยนแปลง ทำให้มีน้ำขาว ๆ ไหลออกมาทางช่องคลอดจึงเป็นสาเหตุให้มีตกขาวมากขึ้นกว่าปกติ

4. ปัสสาวะบ่อย

อาการปัสสาวะบ่อยของคนท้องเกิดจากการที่มดลูกเกิดการขยายตัวทำให้ไปกดกระเพาะปัสสาวะ จึงทำให้คุณแม่อยากเข้าห้องน้ำบ่อย ๆ หนึ่งในอาการคนท้องระยะแรกสำหรับว่าที่คุณแม่

5. อุณหภูมิร่างกายเปลี่ยนแปลง

ในช่วงแรกของการตั้งครรภ์คุณแม่อาจไม่ทันได้สังเกต คิดว่าตัวเองอาจป่วย ซึ่งจากการเปลี่ยนแปลงฮอร์โมนในร่างกายนี้ ทำให้คุณแม่บางคนอาจมีการตัวร้อนเหมือนเป็นไข้ได้

6. รู้สึกเหนื่อยง่ายขึ้น

อาการเหนื่อยง่าย อ่อนเพลีย บางครั้งก็รู้สึกง่วงอยู่บ่อย ๆ อาการเดือนคนเริ่มท้องที่มักเกิดขึ้นกับคุณแม่ที่กำลังตั้งครรภ์ในช่วงแรก เนื่องจากฮอร์โมนของร่างกายที่ค่อย ๆ เปลี่ยนไป

7. จมูกได้กลิ่นไว

อาการคนท้องเริ่มแรก คนท้องมักมีจมูกที่รับรู้ได้ไวกว่าคนปกติอันเป็นผลมาจากฮอร์โมนเอ็นโดรเจนที่เพิ่มมากขึ้น จนบางครั้งคุณแม่รู้สึกอยากอาเจียนเลยก็มี

8. เลือดออกทางช่องคลอด

คุณแม่หลายคนอาจคิดว่าเลือดที่ออกมาเป็นประจำเดือน ความจริงแล้วเลือดที่ออกมาจะปริดกะปรอย อาจมาจากตัวอ่อนที่เข้าไปฝังตัวอยู่ในผนังมดลูกของคุณแม่นั่นเอง

9. โมโห หงุดหงิดได้ง่าย

อาการคนท้องเริ่มแรก คุณแม่ตั้งครรภ์จะอารมณ์แปรปรวนไม่ทราบสาเหตุ เดี่ยวดีเดี๋ยวร้าย ซึ่งเป็นผลมาจากฮอร์โมนโปรเจสเตอโรนที่เพิ่มขึ้น ทำให้คุณแม่อารมณ์เสียได้ง่าย

10. หน้ามืดบ่อย

อาการคนท้องระยะแรก คุณแม่จะมีอาการหน้ามืดจะเป็นลม เป็นอาการที่พบได้บ่อยของคนท้อง เนื่องจากฮอร์โมนในร่างกายกำลังปรับตัวและความดันในร่างกายของคุณแม่เปลี่ยนแปลงไป คุณแม่จึงรู้สึกหน้ามืดหรือเวียนหัวอยู่บ่อยครั้ง



อาการคนท้องเริ่มแรก มักจะเริ่มขึ้นเมื่อไหร่

อาการเตือนคนเริ่มท้อง คือ การที่ประจำเดือนขาดหรือประจำเดือนไม่มา สำหรับคนที่รอบเดือนมาไม่สม่ำเสมออาจจะสังเกตได้ยาก และบ่อยครั้งหลังจากตั้งครรภ์อาจมีเลือดออกกะปริดกะปรอย รวมถึงมีอาการอื่นร่วมด้วย เช่น คลื่นไส้ อาเจียน เหนื่อยง่าย และหงุดหงิดอยู่บ่อย ๆ เป็นต้น เพื่อให้แน่ใจว่าคุณกำลังตั้งครรภ์สามารถซื้อชุดทดสอบการตั้งครรภ์หรือที่ตรวจครรภ์คนท้อง มาตรวจเบื้องต้นก่อน

คุณแม่เพิ่งรู้ว่าท้อง วางแผนอย่างไรดี

ไปตรวจครรภ์

หลังจากที่คุณแม่ลองตรวจครรภ์ด้วยตัวเองและทราบแน่ชัดแล้วว่ากำลังตั้งครรภ์ คุณแม่ควรไปตรวจครรภ์กับแพทย์อีกครั้ง เพราะการตรวจครรภ์ในห้องปฏิบัติการนั้นจะมีความแม่นยำที่มากกว่า ทั้งยังช่วยให้คุณแม่สามารถวางแผนการบำรุงดูแลครรภ์เพื่อป้องกันการแท้งบุตรด้วย

ไปฝากครรภ์

การฝากครรภ์มีความสำคัญสำหรับคุณแม่และลูกน้อยในท้องมาก เพราะการฝากครรภ์กับคุณหมอ ตลอดระยะเวลา 9 เดือนนั้น แพทย์จะคอยให้คำแนะนำในการดูแลตัวเองและลูกน้อยในท้อง รวมถึงพยายวมลดความเสี่ยงที่อาจส่งผลเสียต่อคุณแม่และทารกในครรภ์ด้วย โดยในช่วงไตรมาสแรกของการตั้งครรภ์หากคุณแม่ตั้งครรภ์ปกติ คุณหมอมจะนัดตรวจเดือนละครั้ง แต่ถ้ามีอาการผิดปกติ คุณหมอมจะนัดตรวจถี่ขึ้น ซึ่งในระหว่างที่คุณแม่ฝากครรภ์คุณหมอมจะตรวจอัลตราซาวนด์พัฒนาการของลูกในท้อง คำนวณอายุครรภ์ และสามารถกำหนดวันคลอดได้

ลักษณะหน้าท้องของคนท้อง 1 สัปดาห์

ในสัปดาห์แรกของการตั้งครรภ์ คุณแม่ท้อง 1 สัปดาห์ อาจจะยังไม่รู้สึกถึงขนาดหน้าท้องเท่าไหร่นัก คุณแม่บางคนอาจเห็นหน้าท้องขยายขึ้นเล็กน้อย มีพุงยื่นออกมาด้านหน้า ส่วนสะดือจะนูนออกมา ในทางตรงกันข้ามบางคนอาจไม่มีการเปลี่ยนแปลงเลย เนื่องจากว่าทารกในท้องแม่มยังมีขนาดเล็กจิ๋ว แต่คุณแม่จะรู้สึกได้ถึงอาการอื่น ๆ หรือมีอาการแพ้ท้อง เช่น คลื่นไส้ หน้ามืด อ่อนเพลีย เป็นต้น



อาการคนท้องระยะแรก จะดีขึ้นเมื่อไหร่

อาการคนท้องระยะแรก 1-2 สัปดาห์ ส่วนใหญ่แล้วคุณแม่จะมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน หรือที่เราเรียกว่า “อาการแพ้ท้อง” อาการนี้มักเกิดขึ้นหลังจากที่ตัวอ่อนปฏิสนธิได้ประมาณ 1 เดือน ทำให้คุณแม่รู้สึกคลื่นไส้อยู่บ่อย ๆ แล้วจะค่อย ๆ ดีขึ้นเมื่อคุณแม่ตั้งครรภ์เข้าสู่ไตรมาสที่ 2 หรือเดือนที่ 4 ของการตั้งครรภ์ ซึ่งสาเหตุของการแพ้ก็มาจากฮอร์โมนที่เปลี่ยนแปลงไป อย่างไรก็ตามอาการแพ้ท้องบางคนอาจเป็นมาก บางคนเป็นน้อย หรือบางคนอาจมาเป็นเอชช่วงเดือนสุดท้ายก่อนคลอดก็ได้

อาการท้องไม่รู้ตัวเป็นแบบไหน

อาการท้องไม่รู้ของคุณแม่สามารถเกิดขึ้นได้ในผู้หญิงที่มีปัญหาประจำเดือนมาไม่ปกติ หรือมาไม่สม่ำเสมอ เมื่อประจำเดือนขาดทำให้คุณแม่ไม่รู้ว่าตัวเองกำลังตั้งครรภ์ รวมถึงคุณแม่ที่ไม่มีอาการของคนท้อง เช่น อาการแพ้ท้อง เหนื่อยล้า คัดเต้านม หงุดหงิดง่าย เป็นต้น หรือในผู้หญิงที่มีน้ำหนักตัวเกินทำให้ไม่ได้สังเกตถึงความเปลี่ยนแปลงในร่างกาย พอมารู้ตัวอีกทีก็ตั้งครรภ์ได้หลายสัปดาห์แล้ว

อาการคนท้องตั้งครรภ์ เหมือนกันทุกคนไหม

อาการคนท้องของคุณแม่แต่ละคนไม่เหมือนกันแต่ส่วนใหญ่มีอาการที่คล้ายคลึงกันค่ะ คุณแม่บางคนอาจมีอาการคนท้องหลายอาการ ในขณะที่คุณแม่บางคนแทบไม่มีอาการของคนท้องเลย หากคุณแม่มั่นใจว่าตั้งครรภ์แนะนำให้คุณแม่ฝากครรภ์เพื่อรับคำแนะนำในการดูแลตัวเองและทารกน้อยในท้องตลอดระยะเวลาตั้งครรภ์ค่ะ

อาการคนเริ่มท้อง จะมาหลังปฏิสนธิกี่วัน

โดยปกติแล้วอาการคนท้องที่สามารถสังเกตได้ จะเกิดขึ้นภายใน 10 วัน หลังจากการปฏิสนธิเริ่มขึ้น เนื่องจากจะเกิดการแบ่งเป็นเซลล์เล็กเซลล์น้อยอย่างรวดเร็ว ก่อนที่เซลล์เหล่านี้จะเคลื่อนตัวเข้าไปฝังตัวในผนังมดลูก ทำให้คุณแม่มีเลือดออกซีมมาเล็กน้อยคล้ายเลือดประจำเดือน

อาการเหมือนคนท้องแต่ไม่ท้อง เป็นเพราะอะไร

อาการนี้อาจเกิดกับผู้หญิงที่มีประจำเดือนขาด คลื่นไส้ อาเจียน บางคนรู้สึกเหมือนมีลูกดิ้นในท้องด้วย แต่พอไปตรวจกับคุณหมอ กลับคลำมดลูกไม่ได้ อัลตราซาวด์ก็ไม่พบการตั้งครรภ์ อาการท้องแต่ไม่ท้องนี้เรียกว่า “ท้องหลอก” สาเหตุมาจากสภาพจิตใจของผู้หญิงที่อาจมีความเครียดที่ต้องการมีลูกนั่นเอง

อาการเหมือนคนท้อง แต่มีประจำเดือน

อาการที่ผู้หญิงมีอาการคล้ายคนท้อง แต่มีประจำเดือนด้วย อาจเกิดขึ้นกับหญิงที่กำลังตั้งครรภ์ได้ เพราะในช่วงที่มีการฝังตัวในมดลูกจะทำให้มีเลือดออกเล็กน้อยคล้ายประจำเดือนหรือที่คนสมัยก่อนเรียกว่า “เลือดล้างหน้าเด็ก” ในคนท้องบางรายเลือดที่ไหลออกมาอาจเป็นประจำเดือนจริง ๆ ได้ แต่มีจำนวนแค่กะปริดกะปรอยเพราะความเครียดของคุณแม่

ตรวจครรภ์หลังมีอะไรกับแฟน 1 อาทิตย์ มีโอกาสตรวจเจอไหม

การตรวจครรภ์เป็นการตรวจหาฮอร์โมน HCG ในปัสสาวะ ซึ่งฮอร์โมนนี้จะเกิดขึ้นหลังจากมีการปฏิสนธิไปแล้ว 6 วัน หากคุณต้องการตรวจครรภ์สามารถทำได้แต่โอกาสที่ตรวจแล้วเจอผลเป็นลบ

หรือไม่พบการตั้งครรภ์มีสูง ดังนั้นเพื่อความแม่นยำแนะนำให้คุณตรวจครรภ์ในช่วงที่ประจำเดือนขาดไปแล้วระยะเวลา 10-14 วันจะดีที่สุด

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- Health check แบบประเมินสุขภาพของคุณแม่และพัฒนาการของลูกน้อย
- ที่ตรวจครรภ์ขึ้น 2 ขีดจาง แบบนี้ท้องไหม ตรวจแบบไหนถึงจะรู้ผลแม่นยำ
- ที่ตรวจครรภ์แบบไหนดีกับการตรวจครรภ์ ใช้งานง่าย แม่นยำ รู้ผลเร็ว
- ตรวจครรภ์ตอนไหนดีที่สุด ช่วงเช้าหรือช่วงเย็น ให้ผลแม่นยำกว่ากัน
- ตั้งครรภ์มีเลือดออกไม่ปวดท้อง อันตรายไหม สำหรับแม่ตั้งครรภ์
- ประจำเดือนไม่มา 1 เดือน ประจำเดือนมาช้า เมินไม่มากี่วันถึงท้อง
- มีประจำเดือนแต่ท้อง เป็นไปได้ไหม ไข่เลือดล้างหน้าเด็กหรือเปล่า
- มูกไข่ตก มีเมือกใส ฐ ออกมาจากช่องคลอด สัญญาณดีสำหรับว่าที่คุณแม่
- อาการปวดท้องขณะตั้งครรภ์อ่อน ๆ ปวดหน่วงท้องน้อยตั้งครรภ์ อันตรายไหม
- แผลฝีเย็บหลังคลอดของคุณแม่ ดูแลแผลฝีเย็บอย่างไรให้ปลอดภัย
- คนท้องห้ามกินอะไรบ้าง อาหารคนท้องอ่อนห้ามกินที่แม่ตั้งครรภ์ควรรู้

อ้างอิง:

- อาการคนท้องเดือนแรก สัญญาณเริ่มต้นที่กำลังตั้งครรภ์, โรงพยาบาลศิริรินทร์
- Your first trimester guide, unicef
- ฟุงคนท้องระยะแรก มีลักษณะอย่างไร, Hellokhunmor
- 4 วิธีตรวจการตั้งครรภ์ ที่ผู้หญิงควรรู้, โรงพยาบาลจุฬารัตน์ 9 แอร์พอร์ต
- อาการคนท้องไม่รู้ตัว เกิดจากอะไร และวิธีดูแลตัวเองเมื่อรู้ว่าท้อง, Hellokhunmor
- สุขใจได้เป็นแม่, กรมอนามัย
- แบบนี้สีท้องแล้ว, โรงพยาบาลสมิติเวช
- ท้องลม ท้องหลอก, คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
- ตั้งครรภ์แน่ๆ หรือแค่จะมีประจำเดือน, โรงพยาบาลสมิติเวช
- ผลจากที่ตรวจครรภ์...แม่นยำแค่ไหนกันนะ? โรงพยาบาลเปาโล

อ้างอิง ณ วันที่ 22 ตุลาคม 2566





คุณแม่ตั้งครรภ์

แม่ผ่าคลอด

ดูแลลูกตามช่วงวัย

ภูมิแพ้ในเด็ก



แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขับถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์



โปรโมชั่น