

4 เรื่องฝากครรภ์ที่แม่ต้องรู้

นำเสนอเมื่อ : 21 มี.ค. 2552

เมื่อคุณแม่วางตัวตั้งครรรภ์แล้ว สิ่งแรกที่คุณแม่จะต้องทำก็คือการไปพบคุณหมอและฝากครรภ์ ซึ่งควรจะไปฝากครรภ์ตั้งแต่เนิ่นๆ เพื่อให้อยู่ในความดูแลของคุณหมออย่างใกล้ชิดค่ะ

1. ฝากครรภ์...เรื่องสำคัญของแม่ท้อง

การฝากครรภ์ไม่ควรเกิน 3 เดือนนับจากมีประจำเดือนครั้งสุดท้าย ซึ่งการฝากครรภ์จะทำให้คุณแม่ได้พบคุณหมอเพื่อรับการตรวจร่างกายสม่ำเสมอ และคุณหมอยังสามารถตรวจสุขภาพและรักษาได้ทันหากเกิดความผิดปกติในครรภ์หรือมีโรคแทรกซ้อนที่อาจเป็นอันตรายต่อการตั้งครรภ์ เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคโลหิตจาง โรคเบาหวาน เป็นต้น การทราบล่วงหน้าว่าแม่หรือทารกมีความเสี่ยงด้านสุขภาพ จะทำให้คุณหมอสามารถแก้ปัญหาและดูแลได้อย่างเหมาะสม เช่น ดูแลครรภ์อย่างใกล้ชิด กำหนดวิธีคลอด และระยะเวลาที่จะคลอด รวมถึงการดูแลหลังคลอด ซึ่งคุณหมอมักจะให้คำแนะนำที่ถูกต้องเพื่อให้คุณแม่ดูแลสุขภาพของตนเองและลูกในท้องให้แข็งแรงตลอดระยะเวลาที่ตั้งครรภ์

2. ฝากครรภ์...ตรวจจะอะไรบ้าง?

ในการตรวจครรภ์ครั้งแรก คุณหมอมักจะถามข้อมูลและประวัติเกี่ยวกับคุณแม่ ครอบครัวยุโรปประจำตัวโรคที่เคยเป็น มาก่อน การแพ้ยา ประวัติการแท้งหรือการ ตั้งครรภ์ก่อนหน้านี้ จากนั้นคุณหมอมักจะตรวจร่างกายและตรวจครรภ์เพื่อตรวจว่ามีโรคที่เป็นอันตรายต่อการตั้งครรภ์หรือไม่ การตรวจร่างกายโดยละเอียดจะทำให้คุณหมอได้ทราบถึงสุขภาพของแม่ท้อง ซึ่งข้อมูลการตรวจทั้งหมดจะถูกเก็บไว้เป็นข้อมูล พื้นฐานสำหรับการตรวจครั้งต่อไป

นอกจากนี้ ยังมีการตรวจทางห้องปฏิบัติการบางอย่างที่จำเป็นสำหรับ การตรวจครรภ์ เช่น การตรวจปัสสาวะเพื่อยืนยันการตั้งครรภ์ ตรวจน้ำตาลในปัสสาวะ และตรวจไขขาวในปัสสาวะเพื่อหาความผิดปกติของไตหรือภาวะครรภ์เป็นพิษ การตรวจความเข้มข้นของเลือด เพื่อตรวจว่ามีภาวะโลหิตจางหรือไม่ การอัลตราซาวนด์เพื่อดูอายุครรภ์ที่แน่นอน การเต้นของหัวใจ และดูความผิดปกติของทารก รวมถึงการตรวจหาโรคอื่นๆ ที่อาจถ่ายทอดจากแม่ไปสู่ลูก

หลังจากตรวจครรภ์ครั้งแรกแล้ว คุณหมอมักจะนัดตรวจครรภ์อีกเป็นระยะ เพื่อดูการเจริญเติบโตของทารกในครรภ์หรืออาการแทรกซ้อนต่างๆ ในคุณแม่ ซึ่งในช่วงการตั้งครรรภ์สัปดาห์ที่ 12 - 28 คุณหมอมักจะนัดตรวจครรภ์ทุก 4 สัปดาห์ หรือเดือนละครั้ง หลังจากนั้นในระหว่างสัปดาห์ที่ 28 - 36 ของการตั้งครรรภ์ จะนัดตรวจทุก 2 สัปดาห์ และในช่วงเดือนสุดท้ายของการตั้งครรรภ์ จะนัดตรวจสัปดาห์ละครั้ง จนถึงกำหนดคลอด ทั้งนี้ตารางการพบคุณหมอ อาจขึ้นอยู่กับพิจารณาของคุณหมอที่ดูแล ซึ่งแม่ท้องแต่ละคนอาจมีการนัดหมาย ที่แตกต่างกัน ถ้าการตั้งครรรภ์ผิดปกติ เช่น มีโรคแทรกซ้อน อาจนัดตรวจบ่อยกว่าที่กำหนด

หากคุณแม่มีข้อสงสัยเกี่ยวกับการตั้งครรภ์หรือมีอาการผิดปกติ ควรปรึกษาคุณหมอมือเพื่อขอคำแนะนำหรือรับการรักษา

3. ฝากครรภ์...เลือกหมออย่างไรดี?

การเลือกสถานที่ฝากครรภ์ไม่ใช่เรื่องยาก คุณแม่ควรเลือกฝากครรภ์ที่ โรงพยาบาลหรือสถานอนามัย เมื่อคุณแม่ไปฝากครรภ์ครั้งแรกแล้ว ควรพิจารณาและสอบถามคุณหมอ ดังนี้

- + ความสะดวกในการเดินทางของสถานพยาบาลที่คุณแม่ไปพบคุณหมอ
- + ตารางวันและเวลาของโรงพยาบาลหรือคลินิกที่คุณหม่ออกตรวจในแต่ละวัน
- + ในการตรวจจำเป็นต้องนัดล่วงหน้าทุกครั้งหรือไม่
- + หากคุณหมอมือไม่ออกตรวจ หรือเกิดกรณีฉุกเฉิน สามารถพบคุณหมอได้ที่ไหน หรือจะฝากให้คุณหมอมือท่านไหนดูแลแทน
- + เมื่อคุณแม่มีข้อสงสัย ทุกคำถามจะได้รับคำตอบจากคุณหมอหรือไม่
- + การไปตรวจครั้งนี้เป็นไปอย่างละเอียดและได้รับการเอาใจใส่หรือไม่
- + ควรถามคุณหมอมือว่ามีความชำนาญด้านใดเป็นพิเศษ เช่น สูติ-นรีเวช หรือ การตั้งครรภ์
- + อธิยาศัยของคุณหมอมือหรือไม่

คุณแม่ควรเปิดใจรับหลักการและวิธีการตรวจและรักษาของคุณหมอมือที่ไปหา แต่หากไม่ถูกใจที่ไปฝากครรภ์ครั้งแรกก็อย่าลังเลใจที่จะเปลี่ยนคุณหมอมือคนใหม่ เพราะคุณหมอมือจะต้องดูแลคุณแม่ไปจนถึงการคลอดและช่วงหลังคลอด

4. ฝากครรภ์...แม่กับหมอมือต้องเข้าใจกัน

ในการฝากครรภ์ คุณหมอมือแต่ละท่านมีความชำนาญ ประสบการณ์ วิธีการที่ ต่างกัน และคุณแม่แต่ละคนก็มีความต้องการที่ต่างกัน ดังนั้น คุณแม่ควรพยายามสื่อสารให้ดีที่สุดและพูดคุยกับคุณหมอมือบ่อยๆ เพื่อที่คุณแม่และลูกจะได้รับการดูแลอย่างดีที่สุดตลอดการตั้งครรภ์

การปรับความคิดเห็นของคุณแม่กับคุณหมอมือเป็นสิ่งสำคัญ ควรมีการพูดคุย ขอความคิดเห็นและซักถามข้อสงสัยทุกครั้งที่คุณพบคุณหมอ จะช่วยให้คุณแม่และ คุณหมอมือเข้าใจซึ่งกันและกันมากขึ้น

จดบันทึกข้อสงสัยหรืออาการผิดปกติทุกครั้งเพื่อปรึกษาคุณหมอ และจดบันทึกคำแนะนำในการพบกันแต่ละครั้ง

อย่าลังเลที่จะถามข้อสงสัย แม้จะเป็นเรื่องเล็กน้อย หากปล่อยให้เกิดข้อสงสัยในใจโดยไม่ซักถามหรือหาข้อมูลที่ถูกต้องอาจก่อให้เกิดช่องว่างระหว่างคุณแม่และ

คุณหมอมือที่ดูแล

หากสงสัยว่าคุณหมอมือทำอะไรผิดพลาด ต้องอย่านิ่งเฉย ควรซักถามเพื่อจะได้ตรวจสอบอีกครั้ง การโต้แย้งควรทำในลักษณะนุ่มนวลและจริงใจ ซึ่งเป็นการแสดงความสนใจและมีส่วนร่วมในการรักษาด้วย