

เต้านมในระหว่างตั้งครรภ์ (ตอนที่ 2)

รศ.นพ.ศุภกร โรจนินทร์

ภาควิชาศัลยศาสตร์

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

เต้านมอักเสบหรือติดเชื้อเกิดได้อย่างไร

สำหรับเต้านมของคุณแม่ที่กำลังสร้างน้ำนมอยู่นั้นจะมีโอกาสติดเชื้อแบคทีเรียจากผิวหนังได้สูง และทำให้เต้านมเป็นหนองได้ง่าย เพราะน้ำนมเป็นสารอาหารที่ดีมากของเชื้อโรคในการขยายพันธุ์ ถ้าลองเอานมตั้งทิ้งไว้ในห้องเพียงไม่กี่ชั่วโมงเท่านั้น นมแก้วนั้นก็จะบูด น้ำนมในเต้านมก็เหมือนกัน จะติดเชื้อได้ง่าย ถ้ามีเหลือค้างอยู่ในเต้านมมากเกินไป เชื้อแบคทีเรียจะเข้าไปตามท่อน้ำนมจากส่วนหัวนมและเจริญในน้ำนมที่ตกค้างในเต้านม ร่างกายจะไม่สามารถกำจัดเชื้อแบคทีเรียได้ เพราะอยู่ในส่วนน้ำนมตกค้าง ก่อให้เกิดการอักเสบในต่อมน้ำนม มีอาการบวมแดง ร้อน และปวด เริ่มมีไข้ ปวดเมื่อยตามตัว ถ้าไม่ได้รับการรักษาตั้งแต่นั้น ๆ การอักเสบก็จะกลายเป็นหนอง มีอาการเจ็บปวดมากขึ้น จนบวมเป่งและแตกออกที่ผิวหนังในที่สุด เชื้อที่เป็นต้นเหตุของการอักเสบ มีชื่อทางการแพทย์แบบสั้น ๆ ว่าสแตฟ ออเรียส (staphylococcus aureus) เชื้อนี้ ปกติก็อาศัยอยู่ตามผิวหนังของคนเราโดยไม่ก่อให้เกิดปัญหาใด ๆ ยกเว้นถ้ามีบาดแผล หรือมีการอุดตันของท่อเปิดที่ผิวหนังจนมีสารของเสียคั่งค้าง ก็จะทำให้เชื้อนี้เข้าไปหมกตัวขยายพันธุ์จนเกิดอาการอักเสบได้

การอักเสบในเต้านมนั้นไม่เกิดกับคุณแม่ทุกคน แต่มักเกิดในคุณแม่ที่มีลักษณะและสถานการณ์ดังต่อไปนี้

1. คุณแม่มือใหม่ ที่ไม่มีความรู้ในการให้นมลูกและการดูแลเต้านมอย่างถูกต้อง
คุณลักษณะ การอักเสบมักเกิดในเดือนแรกของการให้นมลูก
2. คุณแม่ที่มีลูกอายุเกิน 6 เดือนและเริ่มมีพิน้ำนมขึ้นมาใหม่ ๆ เด็กจะรำคาญกับพินใหม่ที่เกิด หรือเกิดอาการมันเขี้ยวก็จะดูดนมไปและกัดหัวนมไป จนเกิดบาดแผลและเชื้อโรคก็เข้าทางบาดแผลนั้นไปสู่เต้านมข้างใน
3. คุณแม่ที่มีหัวนมบอด หรือบุ๋ม ทำให้ลูกดูดน้ำนมข้างนั้นได้ไม่สะดวก จึงมีน้ำนมคั่งค้าง หัวนมที่บอดจะทำความสะอาดหัวนมได้ยาก ทำให้มีสารคั่งค้างเป็นที่อาศัยของเชื้อแบคทีเรียได้ง่ายและเชื้อก็จะเข้าไปตามท่อน้ำนมเกิดอาการติดเชื้อในที่สุด
4. คุณแม่ที่มีนมคัด การมีน้ำนมคัด คือการที่ต่อมน้ำนมสร้างน้ำนมจนเต็มที่แล้วนมถูก

ดูดออกไปไม่หมด เกิดการคั่งค้างในท่อและต่อมน้ำนมทั้งเต้า หรือบางส่วนของเต้านมที่ท่อน้ำนมส่วนนั้นมีการอุดตัน น้ำนมที่คั่งค้างอาจฟอร์มตัวกลายเป็นถุงซีสต์น้ำนม (galactocoele) ได้ในที่สุด (โดยปกติท่อน้ำนมที่รับน้ำนมจากต่อมน้ำนมจะรวมตัวกันมาเปิดที่หัวนมประมาณ 15-20 ท่อ) เมื่อมีน้ำนมคั่งจะมีการตั้งตัวของเต้านมและอาจมีน้ำนมไหลที่หัวนม โอกาสติดเชื้อจึงมีได้สูง แต่ถ้ามีการสร้างน้ำนม โดยไม่มีการสะสมของน้ำนม โอกาสจะติดเชื้อแบคทีเรียจะมีน้อยมาก แม้ว่าจะมีบาดแผลเล็ก ๆ น้อย ๆ ร่วมด้วยก็ตาม

การป้องกันการติดเชื้อหรือเต้านมอักเสบ

- 1 ทำความสะอาดบริเวณหัวนมและโดยรอบหัวนมทุกครั้งก่อนและหลังการให้นม
- 2 ป้องกันไม่ให้เกิดบาดแผลจากการกัดหัวนม หรือ บาดแผลจากการอับชื้น จนเกิดอาการคัน ออกผื่น
- 3 ทำความสะอาดหัวนมที่บอดให้ดี โดยการใช้สำลีชุบน้ำสะอาดหมาด ๆ เช็ดที่หัวนมทุกครั้งเวลาอาบน้ำเพื่อไม่ให้มีสิ่งคั่งค้าง
- 4 เมื่อมีน้ำนมคั่ง ควรบีบนิ้ว ให้มีการระบายน้ำนมที่คั่งค้างให้หมด หรือการประคบด้วยน้ำอุ่น ๆ เพื่อให้มีการไหลเวียนเลือดดีขึ้น
- 5 ถ้าเริ่มมีการอักเสบ รู้สึกตึง ปวด บวม แดง ร้อนที่เต้านม ควรรีบปรึกษาแพทย์ ซึ่งจะให้ยาปฏิชีวนะ ที่มีความไวต่อการทำลายเชื้อ ซึ่งปกตินิยมใช้คือ ยาคล็อกซาซิลลิน (cloxacillin) ยา นี้ไม่มีผลต่อลูกแม้ว่าจะผ่านมาทางน้ำนม ไม่ควรปล่อยการอักเสบให้เนิ่นนานไปโดยไม่รักษา เพราะการอักเสบจะกลายเป็นหนอง และแตกออกในที่สุด ทำให้การรักษาต้องยุ่งยาก และใช้เวลานานกว่าเต้านมจะหายเป็นปกติ