

7 อาการปวดท้อง ตอนที่ 2

รศ.นพ.วิทยา ธิฐาพันธ์
ภาควิชาสูติศาสตร์ - นรีเวชวิทยา
Faculty of Medicine Siriraj Hospital
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

ริดสีดวงทวาร

1. ตอนนี้ตั้งท้องได้ 8 เดือนแล้ว รู้สึกมีก้อนตุ่งๆ ที่รูก้น ลองเอามือค้ำดูก็ไม่เจ็บอะไร จะเป็นอันตรายไหมคะ

2. คุณหมอมคะ หนูชอบรับประทานอาหารรสเผ็ดมากคะ ตอนช่วงท้องใหม่ๆ ก็ไม่เป็นอะไร แต่ตอนนี้รู้สึกว่าเวลาถ่ายอุจจาระจะแสบที่ก้นและบางครั้งมีเลือดติดมากับอุจจาระด้วย (หนูท้อง 8 เดือนแล้วคะ) หนูเป็นริดสีดวงใช่ไหมคะ และจะเป็นอันตรายไหมคะ

3. หนูถ่ายอุจจาระมีเลือดปนคะ ไปตรวจที่คลินิก คุณหมอบอกว่าเป็นริดสีดวงทวารหนัก แต่ทำไมคลำก็อันริดสีดวงไม่ได้เหมือนของเพื่อนหนูคะ

ไขข้อข้องใจ อาการที่คุณแม่ถามกันดังกล่าวข้างต้น คืออาการของความผิดปกติในคุณแม่ตั้งครรภ์ที่เรียกว่า ริดสีดวงทวาร ซึ่งเป็นปัญหาที่พบได้บ่อยมากปัญหาหนึ่งเลยทีเดียว

ทำไมถึงเป็น ความจริงริดสีดวงทวาร ก็คือหลอดเลือดดำที่อยู่บริเวณทวารหนักนั่นเอง ซึ่งหลอดเลือดดำบริเวณนี้จะมีลักษณะพิเศษก็คือ มันจะรวมกันเป็นกระจุก เวลาคุณแม่มีการตั้งท้อง มดลูกที่มีขนาดใหญ่ขึ้นจะกดหลอดเลือดดำใหญ่ในช่องท้องทำให้เลือดไหลเวียนไม่ดีและมาค้างอยู่ที่หลอดเลือดบริเวณก้น ทำให้กระจุกเลือดนี้โปดออกมาเป็นก้อน เวลาถ่ายอุจจาระไปโดนจะทำให้เจ็บได้ ยิ่งบางคนท้องผูกหรืออุจจาระแข็งต้องเบ่งถ่ายเป็นเวลานาน อุจจาระอาจไปครูดกับริดสีดวงทำให้หลอดเลือดฉีกขาดเวลาถ่ายจึงมีเลือดสดปนมากับอุจจาระ

แก้ไข

1. คุณแม่ควรรับประทานผัก ผลไม้ และน้ำให้มากๆ ครับ
2. ฝึกขับถ่ายให้เป็นเวลา อย่ากั้นอุจจาระโดยไม่จำเป็น
3. ใช้ยาระบายเป็นครั้งคราวถ้าจำเป็น

อึด แน่นท้อง

1. คุณหมอมคะ หนูไม่รู้เป็นอะไร ตั้งแต่ตั้งท้อง เวลากินอะไรเข้าไป ทำไมอึดแน่นท้องง่ายจังเลย บางทีแน่นมากๆ อาเจียนออกมาเลยก็มีคะ เป็นอันตรายไหมคะ

2. คุณหมอมักที่หนูไปฝากท้องด้วยแนะนำให้งดทานของมันๆ และงดดื่มโค้กเพราะจะทำให้ฮึดแน่นท้องได้ง่าย หนูก็ปฏิบัติตามคะ แต่บางครั้งมันอยากกินมากจะกินนิดหน่อยได้ไหมคะ

ไขข้อข้องใจ อាកการฮึด แน่นท้อง เป็นอาการที่พบบ่อยมากอีกอาการหนึ่งในคุณแม่ขณะตั้งครรภ์

ทำไมถึงเป็น เมื่อมีการตั้งครรภ์ ร่างกายของคุณแม่จะมีการสร้างฮอร์โมนจากการตั้งครรภ์ขึ้นมาหลายชนิด ซึ่งมีผลรวมๆ กัน ทำให้ระบบการย่อยอาหารทำงานช้าลง เวลาทานอาหารคุณแม่จึงรู้สึกฮึดอัดและแน่นท้องได้ง่าย

แก้ไข

1. คุณแม่ควรทานอาหารที่ย่อยง่ายๆ งดเว้นอาหารที่ย่อยยาก เช่นอาหารมันๆ หรืออาหารที่จะทำให้เกิดแก๊สได้ง่ายๆ เช่น น้ำอัดลม เป็นต้น
2. ควรรับประทานอาหารครั้งละน้อยๆ แต่บ่อยมื้อ อย่าทานทีละเยอะๆ
3. เหตุผลก็เพราะถ้าอาหารที่ทานเข้าไปย่อยยากหรือไม่ทัน เดียวจุกอกตายได้นะครับ

อยากรับประทานอาหารของแปลกๆ

1. หนูเพิ่งจะท้องแรกคะ ตอนนี้ท้องได้ 2 เดือนอยากกินของเปรี้ยวๆจ้จเลย ไม่รู้ว่าทำไมถึงเป็นอย่างนี้ เพราะก่อนหน้านี้ไม่เคยชอบของเปรี้ยวเลยคะ

2. ตอนนี้อยากท้อง 2 เดือนแล้วคะ หนูอยากกินลาบเลือดสดๆ จ้จเลยคะ เพื่อนๆ เขาหาว่าสงสัยหนูจะมีผีสิง ไม่รู้ว่าทำไมถึงเป็นอย่างนี้คะ หนูอยากกินจริงๆ ค่ะ แต่กลัวเป็นอันตรายคะ

ไขข้อข้องใจ เมื่อมีการตั้งท้อง คุณแม่บางคนอาจรู้สึกอยากกินของแปลกๆ ของแปลกๆที่ว่าเป็นบางอย่างก็เป็นอาหารเพียงแต่เป็นอาหารที่แต่เดิมตัวคุณแม่เองไม่ได้ชอบทานซักเท่าไรหรอก เช่นอาหารเผ็ดจัด หวานจัด หรือมีกลิ่นคาวมาก ของแปลกบางอย่างไม่ใช่อาหารแต่คุณแม่อยากกินก็มี เช่น ดินสอพอง เป็นต้น แต่คนที่อยากกินหีน กินปูน กินถนน ไม่ถือว่าอยากกินของแปลกครับ

ทำไมถึงเป็นอย่างนั้น ยังตอบไม่ได้ครับ เชื่อว่าน่าจะเป็นผลมาจากอิทธิพลของฮอร์โมนที่สร้างมาจากการตั้งท้อง

ทำอย่างไรดี ถ้าอยากทานอาหารที่ไม่เป็นอันตรายอะไร ก็เชิญตามสบายครับ แต่อาหารบางอย่างหรือของแปลกๆ ที่ไม่ใช่อาหารถ้าอยากทาน ก็ขอให้อดใจไว้ดีกว่าครับหาอะไรอย่างอื่นมาทานแทนจะดีกว่า เดียวเป็นอันตรายต่อลูกภายหลังจะเสียใจนะครับ

ตกขาว

1. คุณหมอมคะ หนูตั้งครรภ์ 3 เดือนแล้วคะ รู้สึกว่ามีตกขาวมากจ้จเลยคะ เพราะติดกางเกงในตลอดเวลา แต่ก็ไม่นั่นคะ ทำไมถึงเป็นคะและเป็นอันตรายไหมคะ

2. หนูท้อง 7 เดือนแล้วคะ รู้สึกมีตกขาวสีออกเขียวๆ และก็คันด้วย หนูเป็นเชื้อราหรือเปล่า

คะ และจะเป็นอันตรายต่อลูกไหมคะ

ไขข้อข้อใจ อาการตกขาวกับคุณแม่ที่ตั้งท้อง แทบจะเรียกว่าของคู่กันเลยทีเดียวได้ ตกขาวในคุณแม่ที่ตั้งท้องมีได้ทั้งตกขาวที่ปกติและผิดปกติ

ทำไมคนท้องจึงมีตกขาวมาก ในขณะที่ไม่ตั้งครรภ์ผู้หญิงทุกคนก็จะมีตกขาวเพื่อหล่อลื่นช่องคลอดอยู่แล้ว แต่เมื่อมีการตั้งครรภ์ก็จะมีตกขาวมากขึ้น การที่เป็นเช่นนี้ก็เนื่องจากอิทธิพลของฮอร์โมนจากการตั้งครรภ์ การมีตกขาวมากในคุณแม่ที่ตั้งครรภ์เป็นกลไกการปรับตัวตามปกติสำหรับคุณแม่ที่ตั้งครรภ์ครับ และภายหลังคลอดก็จะหายไปตัวเอง

ตกขาวอย่างไรที่ปกติและผิดปกติ ตกขาวที่ปกติมักมีลักษณะเป็นมูกสีขาวๆ แต่ถ้าคุณแม่คนใดที่มีตกขาวเปลี่ยนสีไป อาจจะเป็นสีเหลืองหรือเขียว หรือมีอาการบางอย่างร่วมด้วย เช่น คันช่องคลอด หรือปวดในช่อง