

บทความเรื่อง ทารกแรกเกิดน้ำหนักตัวน้อย

อัฐิภิญญา พุทธรังษี

พยาบาลวิชาชีพ ปฏิบัติการ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5

น้ำหนักทารกแรกเกิด เป็นข้อบ่งชี้ที่สำคัญของการเจริญเติบโต และการมีชีวิตรอดของทารก ทารกแรกเกิดที่มีน้ำหนักตัวน้อย จะมีความเสี่ยงต่อการตายในระยะปริกำเนิดหรือแรกคลอด รวมถึงช่วงปีแรกของชีวิต และมีความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วย ภาวะทุพโภชนาการ อาจมีพัฒนาการล่าช้าในทุกด้านมากกว่าเด็กทารกที่มีน้ำหนักแรกคลอดปกติ และมีรายงานการศึกษาที่พบว่าเพิ่มความเสี่ยงต่อโรคเรื้อรังในวัยผู้ใหญ่ด้วย ทารกน้ำหนักตัวน้อย หมายถึง ทารกแรกเกิดที่มีน้ำหนักน้อยกว่า 2500 กรัม ซึ่งรวมทั้งทารกที่คลอดก่อนกำหนด คืออายุครรภ์น้อยกว่า 37 สัปดาห์ และทารกครบกำหนดคือ มีอายุครรภ์ระหว่าง 37-42 สัปดาห์

สาเหตุหลักของทารกแรกเกิดน้ำหนักตัวน้อย คือ การคลอดก่อนกำหนด และการเจริญเติบโตช้าในครรภ์มารดา ซึ่งมักจะเกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพตนเองของหญิงตั้งครรภ์ อย่างไรก็ตามสามารถจัดกลุ่มสาเหตุของทารกแรกเกิดน้ำหนักตัวน้อย เป็น 2 กลุ่ม คือสาเหตุจากมารดา และสาเหตุจากเด็กทารก ได้ดังนี้

1.สาเหตุจากมารดา ได้แก่

- ขณะตั้งครรภ์ มารดาอายุน้อยกว่า 18 ปี หรืออายุมากกว่า 35 ปี
- มารดามีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจ โรคเบาหวาน
- ภาวะทุพโภชนาการของมารดา
- มารดามีพฤติกรรมเสี่ยง เช่น สูบบุหรี่หรือใกล้ชิดคนสูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์
- การติดเชื้อระหว่างตั้งครรภ์ เช่น โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ (ซิฟิลิส, เริม) ทางเดินปัสสาวะ

อักเสบ ไข้ตั้งอักเสบ เป็นต้น

- มีภาวะแทรกซ้อนระหว่างการตั้งครรภ์ เช่น ภาวะครรภ์เป็นพิษ ภาวะความดันโลหิตสูง

ระหว่างตั้งครรภ์

- การตั้งครรภ์เสี่ยง เช่น ครรภ์แฝด
- ประวัติมีบุตรน้ำหนักตัวน้อยมาก่อน
- ความผิดปกติของมดลูกหรือปากมดลูก
- น้ำเดินก่อนคลอด
- มีภาวะเลือดข้นขณะตั้งครรภ์

2. สาเหตุจากเด็กทารก ได้แก่

- การติดเชื้อในครรภ์ เช่น หัดเยอรมัน ซิฟิลิส
- ความผิดปกติของโครโมโซมร่างกาย
- ความพิการแต่กำเนิด

ทารกแรกเกิดที่น้ำหนักตัวน้อยจะต้องได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิด เนื่องจากต้องระวังปัญหาของระบบร่างกายที่พบได้บ่อย คือ

- ระบบทางเดินหายใจ โดยเฉพาะทารกคลอดก่อนกำหนด ที่ปอดอาจจะยังเจริญเติบโตได้ไม่เต็มที่ ทำให้มีภาวะหายใจลำบากตั้งแต่แรกเกิดได้
- การควบคุมอุณหภูมิของร่างกาย ทารกมีผิวหนังค่อนข้างบาง สำหรับทารกที่มีน้ำหนักตัวน้อย ไขมันใต้ผิวหนังก็จะมีน้อยตาม ทำให้สูญเสียความร้อนได้มาก เกิดภาวะตัวเย็นได้ง่าย อาจต้องเข้าอยู่ในตู้อบเพื่อปรับให้อุณหภูมิร่างกายคงที่ และควรตรวจเช็คอุณหภูมิอยู่เป็นระยะ
- ภาวะน้ำตาลในเลือดต่ำ เพราะอาหารสะสมของทารกแรกเกิดที่ตัวเล็กมีน้อย
- ระบบทางเดินอาหารยังพัฒนาไม่เต็มที่ การย่อยและการดูดซึมสารอาหารต่างๆ ได้ไม่ดี ทำให้ได้รับสารอาหารไม่เพียงพอต่อการเจริญเติบโต
- ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายทารกที่น้ำหนักน้อยยังพัฒนาไม่เต็มที่ ทำให้เกิดการติดเชื้อได้ง่าย ต้องดูแลป้องกันการติดเชื้อ เช่น ล้างมือให้สะอาดก่อนสัมผัสทารก การดูแลความสะอาดเสื้อผ้า ของใช้ทารก
- ภาวะความเข้มข้นของเลือดสูง เนื่องจากทารกบางรายขาดออกซิเจนระหว่างอยู่ในครรภ์ ทำให้ร่างกายผลิตเม็ดเลือดมากขึ้น เพื่อนำพาออกซิเจนไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ให้เพียงพอ แต่เมื่อคลอดแล้วการที่มีความเข้มข้นของเลือดสูงเกินไปอาจส่งผลให้มีภาวะน้ำตาลในเลือดต่ำ และทำให้การไหลเวียนของเลือดไม่ดี
- ระบบหัวใจและหลอดเลือด ความดันเลือดต่ำ จึงเสี่ยงต่อหัวใจล้มเหลวได้ง่าย

ดังนั้นคุณแม่ที่กำลังตั้งครรภ์จะต้องใส่ใจดูแลตนเอง เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดทารกที่เกิดมามีน้ำหนักตัวน้อย โดยการไปฝากครรภ์ตั้งแต่อายุครรภ์น้อยๆ กับสูตินรีแพทย์ เพื่อรับคำแนะนำในการปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์ และตรวจดูความเสี่ยงต่างๆ ในการตั้งครรภ์ เพื่อการดูแลที่ดีและถูกต้อง คุณแม่ต้องใส่ใจรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ในปริมาณที่เพียงพอ เพื่อเสริมสุขภาพให้ทารกในครรภ์แข็งแรง หลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงที่เป็นเหตุให้ทารกในครรภ์เจริญเติบโตช้า ปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดการคลอดก่อนกำหนด หลีกเลี่ยงการทำงานหนัก และต้องพักผ่อนอย่างเพียงพอ ที่สำคัญคือการมาฝากครรภ์สม่ำเสมอ มาตามนัดทุกครั้ง เพื่อติดตามพัฒนาการของทารกในครรภ์