

Clubhouse ห้อง “นมแม่”

“แม่ท้อง แม่ให้นม นมแม่ & การเลี้ยงดูลูกเล็ก กับโควิด”

EP๓๗/๓ วิธีคลอดแบบไหนปลอดภัย ในสถานการณ์โควิด

คลอดเองปลอดภัย? หรือผ่าคลอดน่าจะดีกว่า?

๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๔

โดย

- ศ.นพ.ภิเศก ลุมพิกานนท์ ที่ปรึกษาราชวิทยาลัยสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทย
- นพ.เอกชัย เพียรศรีวัชรา ผู้อำนวยการสำนักส่งเสริมสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข
- พญ.อุภรตี อุทัยไพศาลวงศ์ สูตินรีแพทย์-มะเร็งนรีเวช นายแพทย์ชำนาญการ โรงพยาบาลระยอง

Moderator: คุณ ลอรา-ศศิธร วัฒนกุล และ ผศ.ดร. รัญญลักษณ์ บรรณลิขิตกุล

## ๑.สถานการณ์และข้อมูลการคลอดแบบธรรมชาติและการผ่าคลอดในปัจจุบัน ( พย ๒๕๖๔ )

- ในช่วง ๑ ปีที่ผ่านมาพบว่าการคลอดน้อยลง จากปกติเกิน ๖ แสนคนต่อปี ปี ๖๓ เหลือ ๕.๘ แสนคน ล่าสุดเหลือเพียง ๕.๓ แสนคน ส่วนหนึ่งน่าจะมาจากผลกระทบจากโควิด
- การผ่าคลอดค่าเฉลี่ยสูงมากถึง ๓๕% รพ.เอกชนบางแห่งสูงถึง ๖๐-๗๐% หรือ เฉียด ๑๐๐%
- จาก เดือน เมษ ๒๕๖๔ ถึงปัจจุบัน มีหญิงตั้งครรภ์ติดเชื้อโควิดทั้งหมด ๕,๓๕๖ ราย คลอดไปแล้ว ๓,๐๓๓ คน (คลอดทางช่องคลอด ๔๗% ผ่าคลอด ๕๓%) โดย ๓,๐๓๓ คนที่คลอดไปแล้วนั้น พบว่า
  - มีการคลอดก่อนกำหนดถึง ๑๗%
  - มีน้ำหนักแรกเกิดต่ำกว่าเกณฑ์คือ ๒๕๐๐ กรัม ๑๖% (ปกติประมาณ ๑๐%)
- และพบว่า ทารกที่ผ่าคลอดมีน้ำหนักแรกเกิดต่ำ ๒๐% เทียบกับคลอดทางช่องคลอด มีเพียง ๑๒%
- จะเห็นว่าการตั้งครรภ์แล้วติดโควิดมีความเสี่ยงต่อการคลอดก่อนกำหนด และคลอดน้ำหนักตัวน้อย เกือบ ๒ เท่า และ ถ้าผ่าคลอด เกิดปัญหาทารกน้ำหนักแรกเกิดต่ำกว่าเกณฑ์มากกว่าการคลอดทางช่องคลอด เกือบ ๒ เท่าเช่นกัน
- ทั้งทารกน้ำหนักตัวน้อย และทารกคลอดก่อนกำหนด มีผลกระทบต่อทั้งตัวเด็กและครอบครัว ในปัญหาการเลี้ยงดูและอนาคตของสุขภาพเด็ก

## ๒.แม่ที่ได้รับวัคซีนครบกับแม่ที่ยังไม่ได้รับวัคซีน จะมีกระบวนการก่อนคลอดต่างกันอย่างไร

ขึ้นอยู่กับนโยบายของแต่ละ รพ. เนื่องจากการฉีดวัคซีนครบ ไม่สามารถป้องกันการติดเชื้อได้ (ลดความรุนแรงการเจ็บป่วยและลดอัตราตายได้) ดังนั้นหลายโรงพยาบาลจะมีการตรวจ ATK หรือ RT-PCR เพื่อประเมินความเสี่ยงติดเชื้อมาด้วยหรือไม่ (ไม่ได้ถาม โอกาสติดเชื้อซ้ำ ไม่มีอาการในคนที่ฉีดวัคซีนครบจะมีมากขนาดไหน) ถ้าตรวจผ่าน การคลอดก็ไม่จำเป็นต้องสวมแมส การแบ่งคลอดภายใต้การสวมแมส เป็นความทรงมานของแม่ เรื่องนี้ ก็ยังขึ้นอยู่กับนโยบาย-ความพร้อมของ รพ.แต่ละแห่งอีก

จากปัญหา ความกังวลใจต้องตรวจหาเชื้อทุกรายแม่ฉีดวัคซีนครบแล้วและภาระค่าใช้จ่าย กรมอนามัย อนามัยจัดทำ โปรแกรม **Thai Save Thai** ประเมินความเสี่ยง กรณีที่ไม่ได้อยู่ในเขตสีแดงจัดหรือในกลุ่ม คลัสเตอร์โรค สามารถใช้แบบประเมิน ถ้าเสี่ยงจึงตรวจหาเชื้อดังกล่าว จะช่วยลดกิจกรรมการตรวจและลดค่าใช้จ่าย (<https://savethai.anamai.moph.go.th/main.php>)

### ๓. ข้อบ่งชี้ในสถานการณ์ปัจจุบันของการผ่าคลอด

เป็นข้อบ่งชี้ตามปกติ อาทิ เคยผ่าคลอดมาก่อน ทารกไม่กลับหัว แม่ติดเชื้อในปอด ครรภ์มีปัญหา น้ำคร่ำลด การติดเชื้อส่วนองอุ้งเชิงกราน มีอายุครรภ์มากกว่า ๔๑ สัปดาห์ ปากมดลูกไม่เปิด ฯลฯ แต่ในรายที่แม่ติดโควิดมีอาการรุนแรง มีปัญหาเกี่ยวกับการหายใจ ก็อาจจะต้องผ่าคลอด WHO แนะนำว่า การติดโควิดไม่ใช่ข้อบ่งชี้ของการผ่าตัดคลอด ยกเว้นแม่มีอาการรุนแรง ที่อาจส่งผลถึงลูกได้ เช่นปอดไม่ดี ออกซิเจนแม่ลด ขอให้ทุกท่านช่วยกันทำความเข้าใจ ช่วยให้แม่รู้และตัดสินใจ ไม่รับการผ่าท้องคลอดโดยไม่จำเป็น อย่างไรก็ตามในทางปฏิบัติ บริบทและความพร้อมของแต่ละ รพ. เป็นปัจจัยที่มีผลกับการตัดสินใจ ที่จะไม่เป็นไปตามคำแนะนำ

### ๔. แม่ท้องติดเชื้อ / แม่ที่มีความเสี่ยงสูง ไม่ควรใช้วิธีการกระตุ้นการคลอดเองจริงหรือไม่

สามารถใช้ได้ แต่ต้องให้ตามเกณฑ์แนะนำ เช่นมีการประเมิน อายุครรภ์ และความพร้อม ด้านต่างๆ แม่ท้องติดเชื้อ ถ้าเร่งคลอดแล้วไม่นานเกิน ๓-๔ ชม. ก็สามารถใช้คลอดเองได้

### ๕. ปัญหาสำคัญในตอนนี้คือ คนท้องฉีดวัคซีนน้อยมาก

ข้อมูลกรมอนามัย แม่ท้องฉีดวัคซีน มีเพียง ๘๐,๐๐๐ กว่าราย ฉีดครบ ๒ เข็ม มีเพียง ๖๐,๐๐๐ ราย จากแม่ท้องประมาณ ๕๓๐,๐๐๐ คน คิดเป็นเพียงประมาณ ๑๕ % และ ๑๒% ตามลำดับ ที่ไม่ฉีดสู่ม สอบถามพบว่า เพราะกังวลเรื่องผลข้างเคียง ไม่มั่นใจในตัววัคซีน

**แม่ตั้งท้องต้องฉีดวัคซีน เป็นเรื่องสำคัญมาก** เพราะถ้าเป็นโควิดจะอันตรายมากกว่าคนทั่วไป ๒.๕ เท่า ประโยชน์วัคซีนมีมาก อันตรายโดยตรงจากวัคซีนก็น้อยมาก ข้อมูลแม่ท้อง ๓,๘๕๐ คน ที่ติดเชื้อ ในนี้มีแม่ท้องไม่ได้รับวัคซีนถึง ๙๔% และรับวัคซีนไปเพียง ๖% ยืนยัน วัคซีนแล้วก็ยังติดเชื้อได้ แต่จะไม่มีอาการรุนแรง ไม่มีอาการปอดอักเสบ และใส่เครื่องช่วยหายใจ

แม่ติดเชื้อทั้งหมด ๕,๓๐๐ กว่าราย มีแม่เสียชีวิต ๑๐๒ คนจากโควิด เกือบทั้งหมดไม่ได้ฉีดวัคซีน และมีโรคประจำตัวร่วมด้วยเช่น อ้วน เบาหวาน ระบบทางเดินหายใจ อย่างไรก็ตามถึงแม้จะไม่ได้มีโรคประจำตัวก็ไม่ได้ทำความความเสี่ยงลดลง ถ้าติดเชื้อแม่ท้องมีโอกาสอาการรุนแรงได้เสมอ ตอนนี้เราเปิดประเทศ มีนักท่องเที่ยวเข้ามา แม่ท้องในพื้นที่สีแดงและสีฟ้าต้องรีบมารับวัคซีน และป้องกันตัวเองสูงสุดอย่าประมาท

### ๖. ประเด็นย้ำ ต้องฉีดวัคซีน และไม่เลือกคลอดผ่าตัดโดยไม่จำเป็น

- แม่ท้องจำนวนมากมักคิดว่าตนเองนั้นไม่เสี่ยงเพราะไม่ได้ออกไปไหน ข้อมูลการสอบสวนโรค พบว่าส่วนใหญ่ที่ติดก็พบว่าติดตามจากคนในครอบครัวนำเชื้อเข้าในบ้าน โดยแม่ท้อง ๕ พันกว่ารายที่ติดเชื้อกว่า ๕๐% ติดจากคนในครอบครัวที่ออกไปทำงานนอกบ้านและนำเชื้อมาแพร่ จะอยู่ในบ้านก็ติดเชื้อได้ ถ้าไม่ป้องกันตัวเอง ดังนั้นควรฉีดวัคซีนจะช่วยผ่อนหนักให้เป็นเบาได้ **ไม่เสี่ยงก็ยิ่งต้องรวมถึงคนในครอบครัวด้วย**
- ตอนนี้ทุก รพ. มีนโยบาย walk in ให้คนท้องเข้ามาฉีดที่คลินิกที่ฝากครรภ์ได้เลย คลินิกเอกชนหลายแห่งตอนนี้ก็ไม่รับฝากครรภ์แล้วถ้าแม่ได้ยอมฉีดวัคซีน ครอบครัวของคนท้องก็ต้องฉีดเพื่อลดความเสี่ยงและเป็นเกราะให้กับคนท้อง

- การผ่าคลอด จะส่งผลกระทบต่อระยะยาวกับแม่ การผ่าคลอดจะทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ และทำให้โอกาสการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่น้อยลง

### ๗. ถ้าแม่ติดเชื้อรักษาหายแล้วจะคลอดธรรมชาติได้ไหม แล้วยังต้องแยกแม่และลูกหลังคลอดหรือไม่ กินนมแม่ปลอดภัยไหม

ถ้าแม่ติดเชื้อรักษาหายแล้ว (หมายถึงไม่มีอาการของโรค ตรวจไม่พบเชื้อ) สามารถคลอดธรรมชาติได้ จำเป็นต้องใส่ mask ใหม ตามคำแนะนำ ถ้าก่อนคลอด ยืนยันจากการตรวจ ATK หรือ RT-PCR ไม่มีผลติดเชื้อ ก็ไม่ต้องใส่ mask

แม่ติดเชื้อรักษาหายแล้ว ต้องแยกแม่ แยกลูกหลังคลอดหรือไม่ คำตอบคือไม่ต้องแยก ในบางรายพบว่า อาการหายแล้วเกิน ๒๘ วัน แต่ยังคงตรวจพบเชื้อ ซึ่งมักจะเป็นซากเชื้อ ก็สามารถเอาลูกคืนเต้าได้ตามปกติ

ขอให้ร่วมกัน รณรงค์เรื่องนมแม่ในสถานการณ์โควิด และการสร้างภูมิคุ้มกันให้แม่โดยฉีดวัคซีน เมื่อติดเชื้อจะช่วยผ่อนหนักให้เป็นเบา และหลังคลอดจะเพิ่มโอกาสการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ นมแม่เป็นภูมิคุ้มกันธรรมชาติจากแม่สู่ลูก ภูมิคุ้มกันนมแม่จะผ่านน้ำนมไปยังลูก แม่ที่ฉีดวัคซีนก็จะมีภูมิคุ้มกันส่งไปให้ลูกได้

ที่ รพ.ระยอง มีการทดสอบเอาน้ำนมแม่ ๑๐ รายที่ติดเชื้อไปตรวจ แล้วไม่พบเชื้อ ดังนั้นโอกาสที่เชื้อจะผ่านน้ำนมไปถึงลูกได้นั้นน้อยมากนอกจากนี้มีการตรวจรกในแม่ที่ติดเชื้อและแม่ที่ฉีดวัคซีน พบว่าในรกมีภูมิคุ้มกัน โดยตรวจพบ IgG antibody ที่ส่งผ่านไปถึงลูกได้

### ๘. แม่ท้องที่เสียชีวิตจำนวนกว่า ๑๐๒ รายนั้นเกิดจากสาเหตุอะไร

ระบบภูมิคุ้มกันของคนท้องเปลี่ยนไปจากคนปกติ ทำให้มีความเสี่ยงสูงกว่าคนปกติ ในแม่ท้องเสียชีวิต ๑๐๒ ราย เป็นการตายทั้งแม่และลูก ๓๐ ราย และลูกตาย ๔๘ ราย ๕๐%

แม่ที่เสียชีวิตส่วนหนึ่ง มีอาการเริ่มต้นคล้ายไข้หวัดจึงไม่ได้ไปหาหมอ มาตรวจซ้ำ ดังนั้นถ้ามีอาการคล้ายเป็นหวัดในหญิงตั้งครรภ์ ให้สงสัยว่าเป็นโควิดไว้ก่อน หรือจะใช้ ATK ตรวจและเฝ้าระวังตัวเองด้วย

ขณะนี้เรามีวัคซีนเพียงพอ แม่ท้องสามารถไปขอรับวัคซีนในสถานบริการใกล้บ้านได้ แม่ท้องฉีดวัคซีนได้ทุกตัว ขึ้นอยู่กับสถานบริการนั้นมี ตอนนี้แนะนำให้ฉีดไขว้เพื่อต้านสายพันธุ์เดลต้าที่พบมากเกินกว่า ๙๘%

### ๙. ข้อสรุปของวิธีการคลอดในสถานการณ์โควิด-๑๙

การติดเชื้อโควิดไม่ได้เป็นข้อบ่งชี้ของการผ่าตัดคลอด การติดเชื้อไม่ได้เป็นข้อห้ามในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แม่ติดเชื้อสามารถให้นมลูกได้โดยไม่ติดเชื้อสู่ลูก แต่แม่ต้องล้างมือและใส่หน้ากากระหว่างให้นมเสมอ

ต้องช่วยกันสนับสนุนให้แม่เลือกคลอดทางช่องคลอด ซึ่งจะเพิ่มโอกาสการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ส่งผลดีมหาศาลให้กับลูก จากสารอาหารและภูมิคุ้มกันผ่านจากแม่ทางน้ำนม

-----