

# Clubhouse

นมแม่ มูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย



## EP.4

### ถ้าเลือกได้

คลอดปกติ

ผ่าท้องคลอด

### แบบไหนดี?

วันอังคารที่ 9 มี.ค. 2564 (14.00-15.00 น.)

**Speaker** : ศ.นพ.ภิเศก ลุมพิกานนท์

ที่ปรึกษาฯ วิทยาลัยสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทย  
เมธีวิจัยอาวุโส  
ที่ปรึกษาองค์การอนามัยโลก

**Moderator** : คุณศศิธร วัฒนกุล (คุณลอรา)

: ศ.คลินิก พญ.ศิราภรณ์ สวัสดิ์วิตร (หมอเอ๋)



## นมแม่ EP4 : ถ้าเลือกได้ คลอดปกติ ผ่าท้องคลอด แบบไหนดี?

วิทยากร : ศ.นพ.ภิเศก ลุมพิกานนท์

บันทึก สู่ Web : คุณ เหมวดี พลรัฐ /ศ คลินิก พญ.ศิริภรณ์ สวัสดิ์วาร

### คลอดปกติกับผ่าคลอดมีผลในการให้นมแม่อย่างไร?

-การผ่าคลอดแม่จะเจ็บแผล มีโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ ระหว่างคลอดจะมีการให้ยาสลบหรือการฉีดยาเข้าไขสันหลัง ภายหลังจากจะรู้สึกตัวไม่ดี ไม่สามารถโอบกอดให้นมลูกได้ในทันทีซึ่งเป็นหน้าที่ของของชีวิต และถึงแม้ว่าตอนคลอดจะไม่รู้สึกเจ็บ แต่ก็จะต้องมาเจ็บหลังคลอดอีกหลายวันเพราะเป็นการผ่าตัดใหญ่

-การคลอดแบบปกติหลังคลอดจะสามารถอุ้มโอบกอดลูกได้ทันที ให้ลูกได้กินนมแม่ได้ นับเป็นวิธีการทางธรรมชาติ ในการเตรียมตัวลูกให้หายใจด้วยตนเอง และได้มีชีวิตอยู่ได้ด้วยตัวเอง เพราะการคลอดทางช่องคลอดตามปกติจะผ่านการบีบรัดทางช่องคลอด ทำให้น้ำที่มีคั่งในช่องปอดซึ่งเป็นเรื่องปกติถูกรีดออก ลดปัญหาลูกหอบหลังเกิดจากการมีน้ำคั่งในปอด นอกจากนั้นลูกจะได้สัมผัสเชื้อแบคทีเรียในช่องคลอดแม่ กลุ่มแบคทีเรียชนิดดี ที่จะช่วยกระตุ้นภูมิคุ้มกันของเด็ก แม่ไม่เจ็บไม่ปวดมาก ลูกได้รับการโอบกอดได้ดุนมแม่ภายใน 1 ชม.แรก เป็นกลไกสำคัญในการกระตุ้นให้นมแม่ให้มาเร็วและแม่ให้นมแม่ได้ในที่สุด

### คลอดปกติก็เจ็บ แต่ต่างจากผ่าคลอดยังไง?

-การคลอดปกติแม่จะเจ็บในระหว่างคลอด แต่ก็มีวิธีการบรรเทาความเจ็บปวดได้หลายแบบ เช่น การฝึกการสูดลมหายใจเข้าออก การให้นอนตะแคงซ้าย การมีสามีหรือผู้ที่รู้ใจไปอยู่เป็นเพื่อนในห้องคลอด วิธีง่ายๆ แบบนี้ก็สามารถช่วยลดการเจ็บและลดการใช้ยาได้ และถ้าแม่ยังทนไม่ได้ ก็สามารถมีการใช้ยา เช่นการ block เหนือไขสันหลัง ซึ่งเป็นวิธีการที่ดีในการลดความเจ็บปวดที่มีผลกระทบน้อยสุดกับทารก แต่จำเป็นต้องอาศัยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ ( วิสัญญีแพทย์ ) ซึ่งไม่สามารถทำให้ให้บริการได้ทั่วไประยะยาว pethidine ซึ่งปัจจุบันไม่แนะนำให้ใช้ เนื่องจากมีผลลดการทำงานของสมองทารกได้ องค์การอนามัยโลกแนะนำให้ใช้ ยา Fentanyl ซึ่งเป็นยาที่มีการใช้อยู่แล้วราคาไม่แพง

-การคลอดปกตินั้นมีการศึกษาวิจัยร่วมกับ องค์การอนามัยโลกพบว่าแม่ที่คลอดปกติมีภาวะแทรกซ้อนน้อยกว่าแม่ที่ผ่าตัดคลอด ลูกที่คลอดโดยธรรมชาตินั้นจะมีการเจริญเติบโตที่สมบูรณ์แข็งแรงกว่า

### สถานการณ์การคลอดในประเทศไทย?

-ปัจจุบันการผ่าคลอดในประเทศไทยเพิ่มสูงขึ้นประมาณถึง ร้อยละ 40 เป็นอันดับ 2 ของเอเชีย ( สำหรับประเทศไทย คือประมาณทารกที่เกิดโดยการผ่าตัดหน้าท้องราว 2.4 แสนคนต่อปี ) แม้ทาง WHO จะแนะนำว่าการผ่าตัดนั้นเป็นวิธีการที่จำเป็นที่สามารถช่วยเหลือแม่และลูกที่มีความจำเป็น แต่ WHO ประเมินว่าเป็นสิ่งที่ไม่ควรเกิดขึ้นเกินร้อยละ 15 ซึ่งที่ประเทศญี่ปุ่น ผ่าคลอดเพียงร้อยละ 15 อังกฤษร้อยละ 20 และฝรั่งเศสร้อยละ 21 ซึ่งประเทศเหล่านี้เป็นประเทศที่มีสุขอนามัยแม่และลูกดีที่สุดในโลก ซึ่งการผ่าตัดคลอดนั้นจะทำให้เรื่องสุขอนามัยของแม่แย่งลงทั้งในระยะสั้นและระยะยาว

## ผลกระทบและความเสี่ยงของการผ่าตัดคลอดในระยะสั้นและระยะยาว?

-ระยะสั้นก็มีเจ็บแผล เสียเลือด ต้องใช้ยา หมดโอกาสชั่วคราวของชีวิตในการให้ลูกได้โอบกอดสัมผัสดูดนมแม่ มีโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อน ดัดเชื่อง่ายกว่า มีปัญหาหน้าค้ำปอดนำสู่การเกิดภาวะหอบหลังเกิด ลูกหรือแม่มีโอกาสดูต้องเข้ารับการรักษานในห้อง ICU มากกว่าการคลอดปกติ ส่วนผลกระทบในระยะยาว มีผลการศึกษาวิจัยพบว่าแม่ที่ผ่าตัดคลอด มีโอกาสที่รกจะฝังตัวเข้าไปกินลึกในมดลูก หรือเกิดการติ่งรังของรกกับมดลูกได้ รวมไปถึงปัญหาหมดลูกแตก ที่ทำให้แม่และลูกเสียชีวิตได้ โดยเฉพาะการตั้งครรภ์คนที่ 2 ในระยะ 20 ปีที่ผ่านมาประเทศสหรัฐอเมริกาพบปัญหานี้มาขึ้นถึง 8 เท่าตัว ซึ่งจะทำให้เกิดการตกเลือดหลังคลอด และต้องตัดมดลูกทิ้ง และยังเป็นสาเหตุสำคัญในการเสียชีวิตของแม่ในประเทศสหรัฐอเมริกา นอกจากนี้เมื่อแม่ที่เคยผ่าคลอดมีความจำเป็นในการต้องตัดมดลูก หรืออวัยวะในช่องท้อง อาจเจอปัญหาที่ฝังตัวต่าง ๆ ทำให้การผ่าตัดยากขึ้น

## คำถามจากผู้ฟัง

### 1.แม่อายุมาก 35-37 ปีคนแรกคลอดปกติ พออายุมากจำเป็นต้องผ่าหรือไม่?

-ไม่จำเป็นปกติแล้วจะคลอดง่ายกว่าท้องแรกเสียด้วยซ้ำ การผ่าตัดนั้นจะยกเว้นในกรณีภาวะแทรกซ้อน หรือเด็กตัวโตใหญ่กว่าปกติ เรื่องอายุไม่มีผล การที่แม่อายุมากเพิ่มความเสี่ยงการกำเนิด ลูกดาวน์ซินโดรม แต่ในปัจจุบันก็มีระบบการคัดกรองภาวะนี้ในแม่แล้ว

### 2.ถ้าท้องแรกผ่าท้องคลอด ท้องที่2จะคลอดปกติได้ไหม?

-มีโอกาสเป็นไปได้ในการคลอดปกติ ขึ้นอยู่กับข้อบ่งชี้ในการคลอดครั้งแรก เช่นเด็กตัวโตกว่าเชิงกราน ซึ่งจะต้องประเมินโดยแพทย์อีกครั้ง

### 3.ครรภ์ 38-39 สัปดาห์ไม่รู้สักเจ็บท้องตั้งใจคลอดธรรมชาติ มีวิธีการกระตุ้นให้คลอดได้อย่างไร?

-ปกติเราสามารถรอได้จนถึง 41 สัปดาห์ การเจ็บท้องนั้นเป็นกระบวนการทางธรรมชาติ แต่ถ้าครบแล้วยังไม่เจ็บท้อง ก็จะมีการชักนำให้เจ็บท้องคลอดได้โดยการช้ยากระตุ้นให้มีการบีบตัวของมดลูกเพื่อให้เกิดการเปิดขึ้นเรื่อยๆ

### 4.กรณีตั้งครรภ์ 37-38 สัปดาห์ ไป รพ.ในช่วงโควิดแล้วให้การกระตุ้นเลยได้ไหม?

-ไม่ควรกระตุ้น ยกเว้นจะมีข้อบ่งชี้ การเจ็บท้องตามธรรมชาติดีที่สุด ควรรอให้ครบ 41 สัปดาห์รอได้รวดดีกว่า แต่ถ้ามีความจำเป็นต้องผ่าตัดคลอด เช่นเด็กอยู่ในภาวะท่าผิดปกติ หรือแม่มีภาวะแทรกซ้อนเช่นเบาหวาน ก็ควรต้องรอให้ถึง 39 สัปดาห์ก่อน เพื่อไม่ให้เด็กมีความสมบูรณ์มากที่สุดลดปัญหาเรื่องการหายใจ

## ข้อสรุป

ถ้าเลือกได้การคลอดธรรมชาติจะดีที่สุด เพราะเด็กจะได้รับโอกาสจากชั่วคราวของชีวิตในการโอบกอดสัมผัสและดูดนมแม่ และเป็นการช่วยกระตุ้นการสร้างน้ำนมแม่ได้ดีที่สุด ลดความเสี่ยงต่างๆ ที่เกิดขึ้นจากการผ่าตัดกับแม่ทั้งในระยะสั้นและระยะยาว รวมไปถึงตัวลูกเองก็จะมีเจริญเติบโตที่สมบูรณ์กว่า แต่ถ้ามีข้อบ่งชี้ที่สำคัญหรือความจำเป็นต่างๆ การผ่าตัดคลอดก็เป็นทางเลือกจะช่วยให้ทั้งแม่และลูกนั้นปลอดภัย