

การดูแลเด็กทารกแรกคลอด

ทารกแรกเกิดหมายถึงทารกตั้งแต่เกิดจนถึงอายุ 1 เดือนแรก ช่วงนี้เป็นช่วงสำคัญของชีวิตเพราะมีการเปลี่ยนแปลงหลายอย่างในการปรับตัวของทารกจากในครรภ์มารดาสู่สภาวะแวดล้อมภายนอก จะเห็นว่าอัตราเจ็บป่วยของเด็กในช่วงนี้จะสูงกว่าระยะอื่นๆ ของชีวิต ในช่วงแรกคลอดถ้าทารกคลอดปกติ มีระบบการทำงานอวัยวะที่สำคัญของร่างกายที่สมบูรณ์ทั้งระบบการหายใจ การทำงานของหัวใจ สมอง หรืออวัยวะอื่นๆ และทารกนั้นคลอดครบกำหนด มีน้ำหนักอยู่ในเกณฑ์ปกติไม่พบความพิการแต่กำเนิดใดๆ ก็นับว่าเป็นทารกที่สมบูรณ์ ขั้นตอนต่อไปก็คือการเลี้ยงดูทารกอย่างมีประสิทธิภาพจากมารดา นมแม่ยังเป็นอาหารชนิดเดียวในโลกที่ให้ทุกอย่างทุกอย่างที่ทารกต้องการ เพื่อให้การเจริญเติบโตของร่างกายประสมประสานกลมกลืนไปกับการพัฒนาทางจิตใจและสมองอย่างเหมาะสม แต่ถ้ามีสาเหตุอื่นใดที่ไม่สามารถเลี้ยงด้วยนมแม่ได้ ก็ควรได้รับการแนะนำจากแพทย์เพื่อให้ได้อาหารอื่นที่ทดแทนนมแม่ที่เหมาะสมต่อไป **ปัญหาการเลี้ยงเด็ก** ในช่วงแรกเกิดส่วนใหญ่จะเป็นปัญหาเรื่องการทำงานของระบบหายใจการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม ปัญหาเรื่องการให้นม การขับถ่าย การให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย ซึ่งปัญหาเหล่านี้ควรได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิดหรือได้รับการแนะนำจากกุมารแพทย์ เพื่อให้บุตรของท่านเจริญเติบโตแข็งแรง สมบูรณ์ พัฒนาการดีและเป็นบุคลากรที่มีประสิทธิภาพ การเตรียมตัวเพื่อเป็นคุณแม่ตั้งแต่ในระลอก่อนตั้งครรภ์ และขณะตั้งครรภ์จะช่วยให้การเลี้ยงดูบุตรของท่านได้สมบูรณ์แบบและมั่นใจ

การร้อง 3 เดือน

การร้อง 3 เดือน หรือร้องรื้อยวัน เป็นปัญหาที่พบได้ในช่วงทารกแรกเกิดจนถึง 6 สัปดาห์แรก ลักษณะการร้องแบบนี้ มักมีลักษณะเฉพาะคือ เด็กมีอาการปกติทุกอย่าง แต่แล้วอยู่ดีๆ เด็กก็ร้องกรีดขึ้นโดยไม่มีสาเหตุ โดยร้องอยู่นานประมาณ 15-20 นาที มักร้องเป็นเวลา โดยมากเป็นตอนเย็นหรือค่ำ เด็กจะร้องโดยที่พ่อแม่ทำอะไรไม่ถูก เพราะไม่หยุดโดยการให้นมกิน ไม่หยุดโดยการห่อถ่อม และไม่หยุดโดยการกินยาใด ๆ แต่เด็กจะหยุดของตัวเองแล้วหลับไป พ่อแม่ที่มีลูกคนแรก จะตกใจกับภาวะนี้มาก และมักจะพาเด็กไปพบแพทย์ บางครั้งเมื่อไปถึงแพทย์เด็กจะเลิกร้องและหลับไปแล้ว สาเหตุการร้อง 3 เดือน ยังไม่ทราบแน่นอน อาจเป็นสาเหตุมาจากลำไส้ของเด็กในระยะ 3 เดือนแรก ยังมีการบีบตัวไม่สมดุลกัน บางทฤษฎีคิดว่าเกิดจากมารดาที่มีความเครียดกังวลตั้งแต่ตั้งครรภ์ส่งผลไปที่การบีบตัวของลำไส้เด็ก บางทฤษฎีคิดว่าเกิดจากการแพ้นมวัว แต่อย่างไรก็ตามหลัง 3 เดือน อาการร้องให้ก็จะทุเลาลง แล้วหายไปเองคำแนะนำต่อพ่อแม่ คือพยายามมองหาสาเหตุทั่ว ๆ ไปก่อน เช่น ถ้ากินและควรเปลี่ยนผ้าอ้อม ถ้ามีอาการท้องอืด ควรอุ้มพาดบ่า แล้วเดินไปมาเพื่อทำให้เด็กผ่อนคลายเสียงเพลงเบาๆ ถ้าเมื่อยก็วางเด็กลงบ้าง พ่อแม่ไม่ควรเครียด กังวลมากโดยเฉพาะขณะอุ้มเด็กที่กำลังร้อง เพราะจะทำให้จับเด็กรุนแรงกว่าปกติ อาจส่งเด็กให้ผู้อื่นช่วยอุ้มบ้าง อย่างไรก็ตามถ้าอาการร้องรุนแรง ผิดสังเกต ควรนำเด็กไปหาแพทย์ **ปัญหาที่พบบ่อยในการดูแลเด็กแรกเกิด คือ การดูแลสะดือ** ที่ไม่ถูกต้อง เนื่องจากคุณแม่หลายท่านไม่กล้าเช็ดสะดือเด็ก ไม่กล้าให้สะดือถูกน้ำ หรือซื้อยาผงต่าง ๆ โรยสะดือเด็ก วิธีการปฏิบัติที่ถูกต้องคือ ขณะอาบน้ำสามารถอาบน้ำได้ทั่วร่างกาย เมื่ออาบน้ำเสร็จแล้วทำความสะอาดสะดือด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อได้แก่ 70% แอลกอฮอล์ เบตาดีน ตามที่โรงพยาบาลจัดให้ หลีกเลี่ยงการใช้ยาโรยสะดือทุกชนิด เพราะจะทำให้ลักษณะภายนอกดูเหมือนสะดือแห้งดี แต่ส่วนรอยต่อระหว่างสะดือกับผิวหนังหน้าท้องยังและอยู่ ซึ่งเป็นแหล่งสะสมของเชื้อโรคเป็นอย่างดี โดยปกติสะดือจะหลุดประมาณ 7-10 วันหลังคลอด ถ้าสังเกตพบว่าสะดือมีกลิ่นเหม็น และผิวหนังรอบสะดือบวมแดง หรือสะดือยังและอยู่หลายวัน หลังจากสะดือหลุดแล้วควรพาทารกมาพบแพทย์

ที่มา *คลินิกกุมารเวช รพ.กรุงเทพ*