



ครรภ์พิษเกิดจากการมีการคั่งค้างของสารน้ำในร่างกาย จากสารพิษซึ่งปัจจุบันยังไม่สามารถระบุได้ชัดเจน ทำให้ไม่สามารถป้องกัน&ldquo;ครรภ์พิษเกิดจากการมีการคั่งค้างของสารน้ำในร่างกาย จากสารพิษซึ่งปัจจุบันยังไม่สามารถระบุได้ชัดเจน ทำให้ไม่สามารถป้องกัน&rdquo;

ยังเป็นการกล่าวถึงการเตรียมตัวของคุณแม่ที่ตั้งครรภ์ ที่เป็นหนึ่งในสองส่วนของขบวนการดูแล การตั้งครรภ์คลอดบุตรอย่างมีส่วนร่วมของสังคม คือให้ทุกคนในสังคมสามารถที่จะช่วยเหลือซึ่งกันและกันในยามภาวะฉุกเฉิน ซึ่งที่สำคัญมีอยู่สองอย่าง

1. การกู้ชีพ หรือที่เรียกเข้าใจกันว่า CPR (Cardiopulmonary Support) หรือบ้างก็เรียกว่า BLS ( Basic Life Support) ซึ่งกำลังนิยม ไปรโมเดิตไปประชาชนทั่วไปเข้าไป โดยเฉพาะในองค์กรหรือโรงงานที่มีคนทำงานเป็นจำนวนมาก ก็จะได้รับ การสนับสนุนให้ได้จัดการอบรมการกู้ชีพ ซึ่งใช้เวลาอบรมไม่นาน และสามารถที่จะนำไปทำประโยชน์ต่อสังคมได้มาก

ยิ่งปัจจุบันประเทศไทยได้พัฒนาไปเป็นประเทศกำลังพัฒนา ทำให้ประชากรมีปัญหาทางสุขภาพในเรื่องของโรคที่ไม่ใช่โรคติดต่อ เป็นปัญหาทางสาธารณสุข มีอัตราการเสียชีวิตจากภาวะฉุกเฉิน เช่น อุบัติเหตุ โรคหัวใจ เป็นอันดับต้นๆ ซึ่งถ้าได้รับการกู้ชีพทันที โอกาสที่จะไม่เสียชีวิตจะเพิ่มสูงขึ้นมาก จะสามารถที่จะรักษาชีวิตและรักษาสมองให้สามารถที่จะกลับมาทำงานได้ แทนที่จะเสียชีวิตหรือรอดมาแต่เป็นผู้พิการ (โดยเฉพาะทางสมอง) ซึ่งจะเป็นภาระของครอบครัวและสังคมต่อไป

2. การช่วยคลอด หรือก็คือ การกู้ชีพทารกที่จะเกิดมาในโลกในภาวะฉุกเฉิน ซึ่งในประเทศไทยเราปัญหาการจوارจรโดยเฉพาะเมืองใหญ่ จะพบปัญหาการคลอดบุตรฉุกเฉินเป็นประจำ ซึ่งนับเป็นภาวะฉุกเฉิน แม้จะไม่วิกฤติ แต่ก็อาจจะมีผลต่อสุขภาพแม่และทารกโดยเฉพาะสมองของทารก ซึ่งการทำหน้าที่หมอดูหรือผู้ช่วยการคลอดไม่เป็นสิ่งที่ยุ่งยากในการปฏิบัติ เมื่อศตวรรษที่ผ่านมาการแพทย์สมัยใหม่ยังไม่เข้ามาประเทศไทย ผู้ที่ดูแลการคลอดซึ่งก็คือชาวบ้านในชุมชนนั่นเอง ที่เรียนและถ่ายทอดกันมา ไม่เว้นแม้ผู้เขียน จึงแนะนำให้มาเข้าคลอดสมอตาแยกกัน เพื่อจะได้มีโอกาสเป็นจิตอาสาช่วยเหลือแม่ลูกที่กำลังจะออกมาใช้ชีวิตพร้อมกันได้อย่างลูกเกิดรอด แม่ปลอดภัย

มาต่อเรื่องของตัวคุณแม่ตั้งครรภ์ เมื่อเข้าไตรมาสที่สามหรือเดือนที่ 7 ของการตั้งครรภ์ เป็นไตรมาสท้ายของการตั้งครรภ์ สามเดือนหลังนี้เป็นเวลาแห่งการเพิ่มขนาดของอวัยวะต่างๆ ของทารกให้มีขนาดโตสมบูรณ์ ในช่วงนี้เป็นช่วงเวลาที่การแพทย์ดีขึ้น ไม่ค่อยมีอาการคลื่นไส้อาเจียน แต่จะมีความอยากที่จะรับประทานอาหาร ซึ่งแต่ละคนไม่เหมือนกัน ของแปลกที่ว่าเป็นสิ่งที่ปกติไม่ทานกัน เช่น ดินตากแห้ง ดินสอพอง รากไม้ เปลือกไม้ เป็นต้น ที่เป็นเช่นนั้นเพราะร่างกายขาดธาตุอาหารบางอย่าง

นอกจากทานของแปลกแล้ว ส่วนใหญ่มักจะรับประทานเก่ง ซึ่งถ้าไม่ระมัดระวังจะทำให้น้ำหนักเพิ่มขึ้นมาก ซึ่งไม่เป็นผลดีทั้งต่อแม่และทารก น้ำหนักที่เพิ่มขึ้นในไตรมาสใหญ่จะไปเพิ่มนมแม่ซะมากกว่า ดังนั้นจะทำให้หลังคลอดน้ำหนักคุณแม่จะค้างอยู่มากและนาน จนอาจจะกลายเป็นอ้วนค้างคา และอ้วนจนเป็นโรคอ้วน ซึ่งจะพบว่าคุณแม่มีโอกาสที่จะเป็นเบาหวานได้สูงในอนาคต

ไม่เท่านั้น ในคุณแม่ที่น้ำหนักเพิ่มมากขึ้นเสี่ยงต่อการเกิดโรคครรภ์เป็นพิษหรือพิษแห่งครรภ์ คือโรคความดันสูงในคนตั้งครรภ์ แต่แตกต่างจากความดันโลหิตสูงในคนทั่วไป เพราะกลไกต่างกัน ครรภ์พิษเกิดจากการมีการคั่งค้างของสารน้ำในร่างกาย จากสารพิษซึ่งปัจจุบันยังไม่สามารถระบุได้ชัดเจน ทำให้ไม่สามารถป้องกันได้ แต่รู้กลไกทำให้สามารถที่จะบรรเทาความรุนแรงของโรค ซึ่งจะทำให้ตับไตบวม สมองบวม จึงต้องพยายามลดโอกาสหรือปัจจัย เกือบหนึ่งให้เกิดโรคครรภ์พิษ คือน้ำหนักตัวที่เพิ่มมาก ลดการบริโภคเค็ม พักผ่อนให้เพียงพอ และอาจจะต้องให้ยารักษาตามอาการ เพื่อป้องกันไม่ให้โรคเพิ่มความรุนแรง จะทำให้เกิดการชัก ตับฉีกขาด ไตเสื่อม และจะมีผลกระทบต่อทารก ได้

โรคนี้ถ้าเกิดความควบคุมจะต้องหยุดการตั้งครรภ์ทันที เพื่อลดผลกระทบต่อแม่และลูกในครรภ์ โรคนี้เมื่อเราทราบตัวโรคก็จะดีขึ้นตามลำดับ (เพราะสารกระตุ้นให้เกิดครรภ์พิษสร้างจากรก) ดังนั้นการวินิจฉัยโรคหรือภาวะที่จะเกิดโรคครรภ์พิษแต่เนิ่นๆ จึงมีความสำคัญ ด้วยเหตุดังกล่าว การนัดฝากครรภ์ในไตรมาสที่สามนี้จึงถี่ขึ้นเป็นทุกสองหรือหนึ่งสัปดาห์

ด้วยเหตุที่อุบัติการณ์เบาหวานทั้งแฝงและไม่แฝงในประชากรไทยสูงขึ้นอย่างมาก สาเหตุจากการที่มีโภชนาการที่ผิดๆคือการบริโภคที่เปลี่ยนไป ทำให้น้ำหนักตัวเกินจนนำไปสู่โรคอ้วนแล้วก็ตามมาด้วยเบาหวาน ซึ่งในคนผู้หญิงที่ตั้งครรภ์โดยมีสภาวะเบาหวาน ไม่ว่าจะแฝงหรือเป็นเบาหวานเลยนั้น จะมีผลต่อทารกค่อนข้างมาก จะทำให้ทารกมีขนาดใหญ่ ซึ่งพูดภาษาชาวบ้านก็ว่าใหญ่แต่เปราะ (บาง) จะอ่อนแอ รกในแม่ที่เป็นเบาหวานนั้นจะไม่แข็งแรง จะเสื่อมง่าย

อาจจะหยุดทำงานไปได้ ซึ่งรภนั้นก็คือปอดและหัวใจของทารก ไม่นานนั้นยังทำหน้าที่แทนดับ

คือสร้างอาหารและเป็นโรงกำจัดสารพิษของเสีย เมื่อรกเสื่อมหน้าที่ก็จะมีผลกระทบต่อทารกทันที ดังนั้นในแม่ที่เป็นเบาหวาน อุบัติการณ์การเสียชีวิตในครรภ์ของทารกจึงสูงมาก และเนื่องจากร่างกายของทารกจะใหญ่ (อ้วน) ทำให้ขาดเจ็บในขบวนการคลอด (ทางช่องคลอด) มากกว่า ดังนั้นในปัจจุบันจึงเน้นการตรวจร่างกายเตรียมก่อนการตั้งครรภ์ (เนน) เพื่อสกัดเบาหวาน เพราะเป็นสิ่งที่ป้องกันได้ หรือถ้าเป็นน้อย ก็จะต้องควบคุมให้ดีมากขึ้น

ในช่วงปลายของไตรมาสที่สามนี้ เรียกตามภาษาชาวบ้านว่า ท้องแก่ คุณแม่ซึ่งส่วนใหญ่แล้วในปัจจุบันแทบไม่มีคุณแม่ที่ไม่ได้ฝากครรภ์แล้ว คุณแม่ทุกคนก็จะทราบวันกำหนดคลอดของตัวเอง ซึ่งหมอจะคำนวณให้ ส่วนใหญ่แล้วมักจะคลอดก่อนหรือหลังสองสัปดาห์ของวันกำหนดคลอด ถ้าคลอดก่อนกำหนดเกินสามสัปดาห์ อาจจะต้องคลอดก่อนกำหนด และถ้าเลยกำหนดคลอดไปเกิน 2 สัปดาห์ ก็จะต้องเกินกำหนด ที่จะต้องระมัดระวัง เพราะรกจะทำหน้าที่ลดลงมาก อาจจะมีผลต่อทารกในครรภ์ ถ้าปล่อยให้ตั้งครรภ์ต่อไป หมอก็มักจะเร่งการคลอดให้เกิดขึ้น ซึ่งสภาวะเช่นนี้ไม่ค่อยพบ ที่พบบ่อยก็คือ คลอดก่อนกำหนด

โดยธรรมชาติแล้ว ในคนที่ท้องนั้น มดลูกจะมีการบีบตัวเป็นระยะ ตั้งแต่ไตรมาสแรกแล้ว แต่คุณแม่จะไม่รู้สึก แต่ถ้าตรวจด้วยการตั้งใจคลำ (แบบหมอ) ก็จะรู้สึกได้ว่า มดลูกมีการบีบตัว (Backton Hitch contraction) และจะเพิ่มความแรงในไตรมาสต่อๆ มา พอไตรมาส 3 ตอนท้ายๆ คุณแม่จะรู้สึกได้ถึง การบีบตัวของมดลูก (ซึ่งคุณแม่หรือคุณพ่อสามารถที่จะตรวจการบีบตัวของมดลูกได้ด้วยตัวเอง โดยเอามือวางบนหน้าท้องตรงตัวมดลูก ทางมือวางบนตัวมดลูก จะได้ความรู้สึกถึงการบีบตัวของมดลูก เริ่มจับเวลาที่มดลูกบีบตัว จนเริ่มคลายตัว ก็เป็นเวลาที่ยบีบตัว จับเวลาต่อไปที่มดลูกคลายตัว จนมดลูกเริ่มบีบตัวใหม่ ก็จะเป็นรอบของการบีบตัว แต่ไม่ก่อความเจ็บปวด และการบีบตัวจะเป็นจังหวะห่างๆ น้อยกว่า 3 ครั้ง ใน 1 ชั่วโมง แต่ถ้าการบีบตัวของมดลูกถี่ขึ้นๆ และแรงขึ้นจนเกิดขึ้นทุก 20 นาที และบีบตัวนาน 45 วินาทีถึง 1 นาที ก็แสดงว่าเข้าสู่ขั้นตอนการคลอดจริงแล้ว ให้เดินทางมาโรงพยาบาลได้

จากเริ่มต้นเข้าสู่การคลอดจนคลอดนั้น ในคุณแม่ท้องแรกใช้เวลาเฉลี่ย 8 ชั่วโมง แต่ถ้าเป็นท้องหลังๆ แล้ว เวลามักจะสั้นกว่า ส่วนหนึ่งนั้นเข้าสู่การคลอดโดยคุณแม่ไม่รู้ตัว คือไม่เจ็บท้องมาก แต่ปากมดลูกเปิดไปมาก ซึ่งเกิดจากคุณแม่ที่มีความรู้สึกเจ็บปวดสูงกว่าปกติ หรือที่เรียกภาษาอังกฤษ pain threshold สูง และในท้องหลังๆ ปากมดลูกที่เคยผ่านการขยายคลอดมาแล้ว จะทำให้ปากมดลูกนุ่มขยายได้ง่าย (แรงต้านน้อย) รายเช่นนี้ที่เป็นปัญหาคลอดในระหว่างเดินทาง ที่ต้องการหมอตำแยจำเป็นมาช่วยการคลอดต่อไป

นพ.วีระ สุวเศรษฐีวงศ์