

WOMAN & CHILD HEALTH

ดูแล "สุขภาพผู้หญิงและเด็ก"
ทุกช่วงวัย



“**กูรู** เรื่อง **ผู้หญิงและเด็ก**”

รู้ทุกเรื่องสุขภาพผู้หญิงและเด็ก

WOMAN & CHILD HEALTH

ดูแล "สุขภาพผู้หญิงและเด็ก" ทุกช่วงวัย



ช่วงก่อนและตั้งครรภ์

การมีสุขภาพแข็งแรง ภูมิคุ้มกันที่สมบูรณ์ พร้อมการเจริญเติบโตและพัฒนาการอันสมวัยของลูกน้อย ล้วนเป็นสิ่งที่คุณพ่อคุณแม่ทุกคนปรารถนา การเตรียมพร้อมก่อนการตั้งครรภ์และดูแลต่อเนื่องตลอดระยะเวลาตั้งครรภ์เป็นส่วนสำคัญ



01 การตรวจสุขภาพก่อนแต่งงาน

วางแผนเพื่อความสมบูรณ์ของครอบครัวด้วยการทราบภาวะสุขภาพของทั้งคุณพ่อคุณแม่ที่ครอบคลุมทั้งสุขภาพโดยทั่วไป และความเสี่ยงต่อโรค อาทิ หัดเยอรมัน ไวรัสตับอักเสบบี โรคทางพันธุกรรมอย่างธาลัสซีเมีย โดยเฉพาะคุณแม่ที่มีอายุเกิน 35 ปี อาจมีความเสี่ยงเพิ่มเติมจากภาวะโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง และไทรอยด์ พร้อมการตรวจอัลตราซาวด์เพื่อดูสุขภาพของมดลูกและรังไข่ ดูอุปสรรคที่อาจส่งผลต่อการตั้งครรภ์ เช่น เนื้องอกมดลูก ถุงน้ำรังไข่ ให้การรักษาเพื่อลดภาวะแทรกซ้อนของการตั้งครรภ์ แก้ไขภาวะมีบุตรยาก และป้องกันการแท้งบุตรหรือคลอดก่อนกำหนด



02 ดูแลต่อเนื่องตั้งแต่เดือนแรกจนกระทั่งคลอด

ตลอดช่วงเวลาตั้งครรภ์การดูแลคุณแม่และการกนน้อยอย่างถูกต้องคือสิ่งสำคัญในการช่วยส่งเสริมคุณภาพครรภ์ ให้คุณแม่มีสุขภาพแข็งแรงและการกนน้อยคลอดอย่างปลอดภัย การดูแลตั้งแต่การเตรียมตัวก่อนตั้งครรภ์ ระหว่างตั้งครรภ์ระยะต่าง ๆ โดยสูตินรีแพทย์ร่วมกับแพทย์เฉพาะทางเวชศาสตร์มารดาและการกนในครรภ์ เพื่อตรวจวินิจฉัยความผิดปกติของการกนในครรภ์ในช่วงเวลาสำคัญ จนถึงทำคลอดและหลังการคลอดบุตร โดยเฉพาะครรภ์ที่มีความเสี่ยงสูง เช่น แม่มีอายุมากกว่า 35 ปี หรือน้อยกว่า 18 ปี ตั้งครรภ์แฝด มีโรคประจำตัว ติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบี มีประวัติคลอดก่อนกำหนด หรือเคยมีครรภ์เป็นพิษในครรภ์ก่อน ๆ หรืออื่น ๆ การดูแลโดยทีมแพทย์ผู้เชี่ยวชาญจะช่วยลดภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น





ช่วงหลังคลอด มีลูกเล็ก 0-3 ปี

ความสุขสูงสุดของคุณพ่อคุณแม่คือการที่ลูกเติบโตอย่างแข็งแรงสมวัย ซึ่งสิ่งเหล่านี้ต้องมาจากพื้นฐานการดูแลสร้างการเรียนรู้ที่ถูกต้องและเหมาะสมจากคุณพ่อคุณแม่ ตั้งแต่ทารกไปจนถึงเริ่มเป็นเด็กเล็กซึ่งเป็นวัยแห่งการจดจำที่สำคัญของพวกเขา



01 Breast feeding

สอนคุณแม่ให้นมบุตรอย่างถูกวิธี

นมแม่มีคุณประโยชน์มากมายทั้งต่อคุณแม่และลูกน้อย การให้นมลูกน้อยเป็นขั้นตอนสำคัญในการส่งผ่านความรักจากคุณแม่สู่ลูก ส่งผลต่อการเจริญเติบโตและช่วยสร้างภูมิคุ้มกันของลูกน้อย การเตรียมตัวที่ดีทั้งตอนตั้งครรภ์และหลังคลอด จะทำให้คุณแม่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ ทั้งนี้หลังคลอดคุณแม่บางคนอาจมีปัญหาทั้งเรื่องลูกไม่ยอมดูดนมแม่น้ำนมน้อย ท่อน้ำนมตัน นมอึกเสบ การมีทีมแพทย์และพยาบาลดูแลต่อเนื่องในขณะที่ให้นมแม่ จะทำให้คุณแม่มีความมั่นใจที่จะให้นมแม่ได้สำเร็จ

02 ดูแลทารกคลอดก่อนกำหนดให้ปลอดภัย Neonatal Intensive Care Unit (NICU)

เมื่อทารกคลอดก่อนกำหนด การดูแลอย่างใกล้ชิดและสม่ำเสมอคือหัวใจสำคัญ ที่ช่วยส่งเสริมให้ทารกมีพัฒนาการที่ต่อเนื่องเทียบเท่ากับทารกที่คลอดปกติ โดยปัจจัยเสี่ยงของสาเหตุการคลอดก่อนกำหนดมีทั้งจากที่เกิดจากคุณแม่ เช่น มีโรคประจำตัว มีอายุน้อยกว่า 16 ปี หรือมากกว่า 35 ปี ภาวะครรภ์เป็นพิษ และอื่น ๆ รวมทั้งสาเหตุจากการเองซึ่งมักพบเป็นส่วนน้อย เมื่อทารกคลอดก่อนกำหนดอาจทำให้เกิดปัจจัยเสี่ยงต่อการหยุดหายใจ เลือดออกในโพรงสมอง ชัด มีปัญหาเกี่ยวกับหัวใจ ซึ่งล้วนแล้วแต่ต้องได้รับการรักษาและดูแลอย่างทันก่วงที่และเหมาะสมพร้อมการติดตามพัฒนาการตามวัยอย่างใกล้ชิด

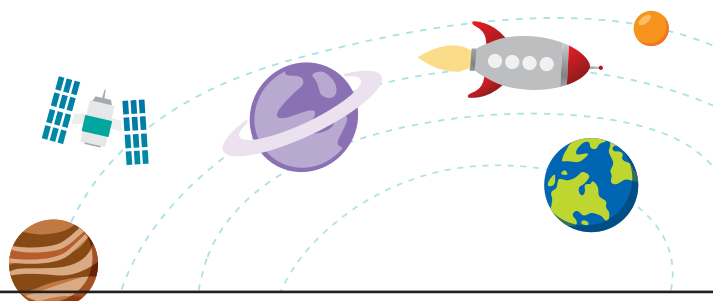
03 เตรียมพร้อมร่างกายลูกน้อย

ด้วยชุดตรวจสุขภาพตามวัย และวัคซีนที่จำเป็น

วัคซีนมีส่วนสำคัญต่อพัฒนาการและความแข็งแรงของลูกน้อยในอนาคต ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันและป้องกันโรคร้ายแรงเมื่อเติบโตขึ้น โดยในแต่ละช่วงวัยนั้นมีความเหมาะสมในการฉีดวัคซีนที่ต่างกันตั้งแต่แรกเกิด อายุ 2 - 8 เดือน ซึ่งครอบคลุมการป้องกันการเกิดของวัณโรค ดับอักเสบบี คอตีบ ไอกรน บาดทะยัก โปลิโอ โรคเยื่อหุ้มสมองอักเสบจากเชื้อแบคทีเรีย โรตาไวรัส และไขหวัดใหญ่ คุณพ่อคุณแม่ควรใส่ใจการเข้ารับวัคซีนตามกำหนดเวลาเป็นพิเศษ เพราะสุขภาพที่ดีและความแข็งแรงของลูกน้อยในระยะยาวสร้างได้จากวัคซีน

04 พัฒนาการเด็กตามวัย (เด็กเล็ก)

พัฒนาการที่เหมาะสมตามวัยคือสิ่งที่บ่งบอกถึงการเจริญเติบโตอย่างสมบูรณ์ ในปัจจุบันพบว่าเด็กแรกเกิดจนถึงวัย 5 ขวบประมาณ 1 ล้านคนทั่วประเทศ มีพัฒนาการช้ากว่าวัยซึ่งอาจเกิดจากการเลี้ยงดู สารอาหาร หรือขาดการกระตุ้น นอกจากพัฒนาการจะเป็นสิ่งจำเป็นแล้ว การค้นหาคัญภาพและความถนัดแต่ละด้านทั้งทางเชาวน์ปัญญา การใช้กล้ามเนื้อ ภาษา การวางแผน ความยืดหยุ่น การจดจำ และอื่น ๆ ก็มีประโยชน์ในการส่งเสริมให้เด็กเก่งได้อย่างมีความสุข ช่วยเสริมจุดเด่นและลดจุดด้อย เติบโตและเข้ากับสังคมได้อย่างดี โดยการตรวจประเมินที่แม่นยำนั้นควรปรึกษากุมารแพทย์เฉพาะทางร่วมกับการพูดคุยกับคุณพ่อคุณแม่





ช่วงแม่มีลูกอายุ 3-6 ปีขึ้นไป

จินตนาการและความสร้างสรรค์ของเด็กต่อยอดมาจากการส่งเสริมให้เด็กนั้นกล้าคิดกล้าทำในสิ่งที่ถูกต้อง กล้าแสดงความคิดเห็นได้อย่างเป็นตัวของตัวเองตามวัย ด้วยทักษะและความมั่นใจในตัวเองเช่นนี้เองที่จะพัฒนาให้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพได้

01 ปรับสมดุลฮอร์โมนของคุณแม่

ฮอร์โมนมีหน้าที่สำคัญในร่างกาย ส่งผลต่อการเจริญเติบโต และควบคุมการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ให้เป็นปกติ อาทิ ฮอร์โมนเพศหญิง ไทรอยด์ หรือต่อมหมวกไต ซึ่งร่างกายของเราในบางครั้งสามารถเกิดภาวะการขาดหรือไม่สมดุลของฮอร์โมนในร่างกาย โดยจะแสดงออกให้เห็นเป็นอาการที่ผิดปกติ เช่น เหนื่อยง่าย อ่อนเพลีย นอนไม่หลับ อารมณ์แปรปรวน น้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น มีอาการร้อนๆ หนาวๆ ง่ายขึ้น โดยความไม่สมดุลของฮอร์โมนนั้นมีผลทั้งทางร่างกายและจิตใจ การตรวจเพื่อค้นหาสาเหตุที่แท้จริงและรักษาเพื่อปรับสมดุลฮอร์โมนจึงช่วยส่งเสริมคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นได้

02 ส่งเสริมพัฒนาการเด็กโต

ทักษะในการคิด ลงมือทำ เรียนรู้ แก้ปัญหา ปรับตัว และที่สำคัญคือสภาพอารมณ์ของเด็ก มาจากการฝึกทักษะสมอง EF - Executive Functions ช่วยในการบริหารจัดการตนเองขึ้นสูงด้วยสมองส่วนหน้า ซึ่งเกี่ยวข้องกับความคิด ความรู้สึก และการกระทำ ที่หากได้รับการฝึกฝนอย่างถูกต้องแล้ว จะทำให้เด็กเติบโตอย่างมีคุณภาพและมีโอกาสประสบความสำเร็จในชีวิต เด็กบางคนมีโอกาสมีความบกพร่องของ EF โดยมีพฤติกรรมทั้งด้านการปรับตัวเข้ากับสิ่งใหม่ โกรธรุนแรง วอกแวกง่าย ทำเรื่องเดิมผิดซ้ำ ๆ คุณพ่อคุณแม่จึงควรสังเกต และให้ความสำคัญกับพฤติกรรมดังกล่าวเพื่อให้เด็กได้เติบโตอย่างมีคุณภาพ



03 ลูกเป็นหนุ่มเป็นสาวก่อนวัย

การเติบโตที่เปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กไปเป็นหนุ่มสาวนั้นหากเกิดขึ้นเร็วกว่าปกติอาจส่งผลต่อความสูงเมื่อเป็นผู้ใหญ่ คุณพ่อคุณแม่ควรสังเกตการเจริญเติบโตของร่างกายลูก เช่น สูงเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว มีสิว มีกลิ่นตัว หากเป็นเด็กหญิงอาจมีประจำเดือนก่อนอายุ 9 ปี เริ่มมีเต้านม หากเป็นเด็กชายอาจมีเสียงแตกและอวัยวะเพศขยายตัวเกินวัย ซึ่งการเป็นหนุ่มเป็นสาวก่อนวัยจะส่งผลกระทบต่อร่างกายแล้วยังส่งผลต่อจิตใจของเด็ก หากสังเกตพบความผิดปกติเหล่านี้ควรพาไปพบแพทย์เพื่อตรวจวินิจฉัยและทำการรักษาอย่างถูกวิธี เริ่มต้นตรวจจากการตรวจอายุกระดูกและตรวจวัดระดับฮอร์โมนเพศ





ผู้หญิงที่อยากตั้งครรภ์ แต่มีภาวะมีบุตรยาก

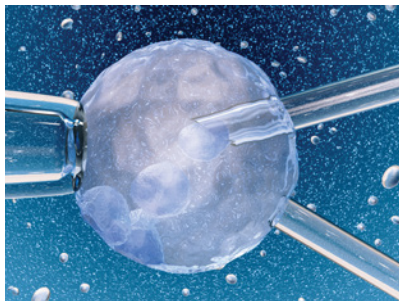
ลูก คือสิ่งที่ช่วยเติมเต็มความรักและความสัมพันธ์ของครอบครัว ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น ในสังคมปัจจุบันที่มีการแต่งงานช้าลง คู่แต่งงานอายุมากขึ้นจึงก่อให้เกิดภาวะการมีบุตรยาก ทั้งยังเพิ่มความเสี่ยงภาวะแทรกซ้อนของการตั้งครรภ์

01 ความเสี่ยงของคุณแม่วัย 35+

ด้วยวัยที่มากขึ้นของคุณแม่ส่งผลทำให้มีโอกาสมีบุตรยาก ซึ่งความเสี่ยงจะเกิดขึ้นเมื่อคุณแม่ตั้งครรภ์ในวัย 35 ปีขึ้นไป และยังมีโรคประจำตัวร่วมด้วย เช่น เบาหวาน ความดัน จะยิ่งส่งผลต่อสุขภาพในการตั้งครรภ์ด้วย นอกจากนี้อาจเสี่ยงให้เกิดภาวะครรภ์เป็นพิษ ซึ่งเป็นภาวะที่คุณแม่หลาย ๆ คนกังวลใจ เพราะสามารถเป็นอันตรายได้ทั้งคุณแม่และลูก โดยครรภ์เป็นพิษนั้นเกิดจากความผิดปกติของการฝังตัวของรก ทำให้รกบางส่วนขาดเลือด ขาดออกซิเจน จึงกลายเป็นสารพิษที่เข้าสู่กระแสเลือดของคุณแม่ที่ละเล็กละน้อย ซึ่งมีโอกาสเกิดขึ้นได้ 4 ใน 100 ราย และทำให้มีอันตรายต่อลูกด้วย

02 รักษาโรคผู้หญิงด้วย Minimal Invasive Surgery (MIS)

ปัญหาเฉพาะผู้หญิงที่ส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวันทั้งจากการปวดท้อง ปวดประจำเดือน หรือมีเลือดออกมากกว่าปกติ การตรวจวินิจฉัยด้วยวิธีที่แม่นยำโดยการตรวจในห้องปฏิบัติการ ทำอัลตราซาวด์ เอกซเรย์ คลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า MRI และตรวจละเอียดโดยสูติ-นรีแพทย์ พร้อมขั้นตอนการรักษาในกรณีที่ต้องผ่าตัด เช่น เนื้องอกมดลูก พังผืดที่เกิดขึ้นบริเวณอุ้งเชิงกราน ถุงน้ำรังไข่ ทำให้การรักษามีความซับซ้อน ซึ่งต้องใช้เทคโนโลยีการผ่าตัดผ่านกล้องขั้นสูง (Advanced Minimally Invasive Surgery) เป็นการผ่าตัดผ่านกล้องแผลเล็ก 3 มิติ ทำให้เห็นภาพชัดเจนระดับ Full HD อีกทั้งยังมีเทคโนโลยี 4K Ultra High Definition ที่แสดงผลด้วยความคมชัดสูงเหนือ Full HD ช่วยให้เห็นภาพชัดเจนขณะผ่าตัด จะช่วยเพิ่มความแม่นยำในการรักษา ลดภาวะแทรกซ้อนที่จะเกิดขึ้น จึงช่วยให้ฟื้นตัวได้ไวลดภาวะแทรกซ้อนกลับไปใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างรวดเร็ว



03 ตรวจรักษาภาวะมีบุตรยาก Fertility

การมีบุตรยากมีสาเหตุได้หลายปัจจัยทั้งจากฝ่ายหญิง เช่น มดลูกไม่สมบูรณ์ เยื่อบุมดลูกเจริญผิดที่ การทำงานของรังไข่ที่ลดลง หรือความผิดปกติอื่น ๆ ส่วนฝ่ายชายอาจมีสาเหตุจากอสุจิน้อยกว่าปกติ อสุจิไม่แข็งแรง ความผิดปกติเกี่ยวกับภูมิคุ้มกัน ซึ่งสาเหตุที่พบบ่อยของการมีบุตรยาก คือ ภาวะมีบุตรยากที่อธิบายสาเหตุไม่ได้ โดยภาวะมีบุตรยากสามารถวัดได้จากการที่คู่รักมีเพศสัมพันธ์อย่างสม่ำเสมอ 2-3 ครั้งต่อสัปดาห์ เป็นระยะเวลา 1 ปี แต่ไม่เกิดการตั้งครรภ์ การรักษาสามารถทำได้หลายวิธี เช่น ให้อาหารกระตุ้นการตกไข่ การฉีดเชื้อเพื่อฉีดเข้าโพรงมดลูก (IUI) เมื่อรักษาเต็มที่แล้วยังไม่ตั้งครรภ์แพทย์จะพิจารณาการรักษาด้วยเทคโนโลยีอื่น ๆ เช่น การทำเด็กหลอดแก้ว (IVF) เป็นต้น





ผู้หญิงวัยหมดระดู และวัยที่จะก้าวเข้าสู่ วัยหมดระดู

เมื่ออายุเลย 40 ปีไปแล้ว ผู้หญิงบางคนจะมีปัญหาเรื่องประจำเดือนไม่สม่ำเสมอ ร้อนวูบวาบ หงุดหงิดง่าย ช่องคลอดแห้ง อารมณ์แปรปรวน การเตรียมตัวที่จะเข้าสู่วัยหมดระดู จะทำให้เข้าสู่วัยหมดระดูได้โดยไม่มีปัญหา สำหรับรายที่มีปัญหาหลังวัยหมดระดู การดูแลส่งเสริมสุขภาพ รักษาด้านวัยทอง และป้องกันกระดูกพรุน จะทำให้ผู้หญิงมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น



01 เลเซอร์ฟื้นฟูจุดซ่อนเร้น

ผู้หญิงเมื่ออายุเพิ่มขึ้นจะมีการเปลี่ยนแปลงของร่างกายที่เป็นความเสื่อมตามวัย ส่งผลกระทบทั้งด้านการใช้ชีวิตและความมั่นใจ เช่น อาการปัสสาวะเล็ดจากการไอและจาม ช่องคลอดแห้ง ช่องคลอดหลวม รวมไปถึงความหย่อนคล้อยและมีกลิ่นของอวัยวะเพศ ซึ่งเลเซอร์ฟื้นฟูจุดซ่อนเร้นสามารถช่วยเพิ่มความกระชับ เติมความชุ่มชื้น พร้อมทั้งให้ความมั่นใจด้วยบริเวณจุดซ่อนเร้นที่จะขาวขึ้น ซึ่งการรักษานี้มีข้อดีคือไม่สร้างความเจ็บปวดขณะรักษา ไร้รอยแผล และใช้เวลาไม่นาน โดยผู้ที่สนใจควรเข้ารับคำปรึกษาจากแพทย์ผู้ชำนาญการโดยเฉพาะ



ความพร้อม ในการดูแลรักษา

ศูนย์สุขภาพสตรีและศูนย์กุมารเวช

ศูนย์สุขภาพสตรีและศูนย์กุมารเวช โรงพยาบาลกรุงเทพ

ให้บริการดูแลสุขภาพสตรีทุกช่วงวัย ด้วยทีมแพทย์สหสาขา ตั้งแต่การวินิจฉัยโรค ป้องกัน และรักษาโรคของสตรีโดยสูตินรีแพทย์ผู้มีประสบการณ์เฉพาะทางและรักษาโรคของเด็กโดยกุมารแพทย์ และมีพยาบาลวิชาชีพที่ให้คำปรึกษาตลอด 24 ชั่วโมง พร้อมด้วยเทคโนโลยีทันสมัยมาตรฐานระดับสากล



ทีมแพทย์แบบสหสาขา



ความเชี่ยวชาญและประสบการณ์เฉพาะทาง



เทคโนโลยีและเครื่องมือแพทย์ทันสมัยระดับสากล



ทีมพยาบาลและเจ้าหน้าที่มากประสบการณ์



มีเครือข่ายโรงพยาบาลทั่วประเทศ