

สารพันปัญหา “ภาวะครรภ์เป็นพิษ”



ศูนย์ : ศูนย์สุขภาพสตรี

สำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์ นอกจากการดูแลลูกน้อยในครรภ์ให้แข็งแรงสมบูรณ์แล้ว การดูแลสุขภาพของคุณแม่ตั้งครรภ์เองก็เป็
ซึ่งหลาย ๆ ท่านคงหาข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลตนเองระหว่างตั้งครรภ์มาพอสมควรและคงได้ยินคำว่า “ครรภ์เป็นพิษ” มาครา
แล้วแต่อาจยังไม่เข้าใจมากนัก ครรภ์เป็นพิษคืออะไร อันตรายหรือไม่ รักษาได้อย่างไร? ศูนย์สุขภาพสตรี โรงพยาบาลนคร

ภาวะครรภ์เป็นพิษ คืออะไร?

ภาวะครรภ์เป็นพิษ หรือ ภาวะพิษแห่งครรภ์ (Preeclampsia)

หมายถึง ภาวะความดันโลหิตสูงมากกว่าหรือเท่ากับ 140/90 มิลลิเมตร (มม.)ปรอท ร่วมกับมีภาวะโปรตีนหรือไข่ขาวในปัสสาวะของสตรีที่อายุครรภ์มากกว่า 20 สัปดาห์ ไปจนกระทั่งหลังคลอด 1 สัปดาห์ โดยภายหลังคลอดภาวะครรภ์เป็นพิษจะค่อย ๆ หายไปเอง

ภาวะครรภ์เป็นพิษ เกิดจากอะไร?

สาเหตุของการเกิดครรภ์เป็นพิษยังไม่เป็นที่ทราบแน่ชัด

อาจเกิดจากความผิดปกติของระบบภูมิคุ้มกันหรือฮอร์โมนต่อมไร้ท่อบางตัวหรือจากกรรมพันธุ์

สันนิษฐานว่าเกิดจากความไม่สมดุลกันระหว่างโปรตีนบางตัวที่สร้างขึ้นระหว่างการตั้งครรภ์

ทำให้เกิดความผิดปกติของหลอดเลือดในสตรีมีครรภ์ ส่งผลให้ร่างกายไม่สามารถสร้างหลอดเลือดไปเลี้ยงรกได้เพียงพอ

ทำให้บางส่วนของรกขาดเลือด เกิดการตายของเนื้อรกบางส่วนและมีการปล่อยสารที่ส่งผลให้หลอดเลือดทั่วร่างกายของสตรี

คุณแม่ตั้งครรภ์ท่านใดบ้างที่เสี่ยงต่อการเกิดภาวะครรภ์เป็นพิษ

- สตรีตั้งครรภ์ที่มีประวัติครรภ์เป็นพิษในครรภ์ครั้งก่อน
- สตรีตั้งครรภ์ที่อ้วนเกินไป หรือมีดัชนีมวลกายตั้งแต่ 35 ขึ้นไป
- สตรีมีครรภ์ที่มีโรคประจำตัวก่อนตั้งครรภ์ เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคไตเรื้อรัง โรคเอสแอลอี
- สตรีตั้งครรภ์แฝด
- สตรีตั้งครรภ์ที่มีอายุน้อยกว่า 18 ปี หรือมากกว่า 35 ปี
- ตั้งครรภ์ครั้งแรก

ภาวะครรภ์เป็นพิษ มีอาการอย่างไร?

ภาวะครรภ์เป็นพิษในระยะเริ่มแรกนั้นจะไม่มีอาการภายนอกให้สังเกตเห็นได้อย่างชัดเจน

แต่คุณแม่ตั้งครรภ์สามารถทราบได้จากการรับการตรวจครรภ์อย่างสม่ำเสมอ และสามารถตรวจพบได้ก่อนที่อาการจะรุนแรง

โดยสูติแพทย์จะคอยสังเกตภาวะความดันโลหิตสูง ระดับโปรตีน (ไข่ขาว) ในปัสสาวะ และปัญหาการไหลเวียนเลือด เช่น ก

อย่างไรก็ตามความดันโลหิตสูงและอาการบวมที่ไม่มากนักสามารถเกิดขึ้นได้ทั่วไปในระหว่างตั้งครรภ์และไม่ได้บ่งชี้ถึงปัญ

นอกจากนี้ระดับโปรตีนในปัสสาวะก็บ่งบอกถึงอาการติดเชื้อ ดังนั้นจึง ยากที่จะชี้ชัดถึงภาวะครรภ์เป็นพิษในช่วงเริ่มต้น

อาการเหล่านี้อาจเกิดขึ้นในระยะต่อมาของการตั้งครรภ์

หากมีการตรวจพบภาวะเสี่ยงหรือคุณแม่ตั้งครรภ์มีอาการเหล่านี้ควรมาพบแพทย์ทันที

- น้ำหนักเพิ่มมากกว่าหรือเท่ากับ 1 กิโลกรัมต่อสัปดาห์
- มีอาการคลื่นไส้อาเจียนมาก

- มีอาการบวมตามใบหน้า มือ ข้อมือและเท้า
- ปวดศีรษะโดยเฉพาะบริเวณท้ายทอย หน้าผาก โดยรับประทานยาแก้ปวดแล้วไม่ดีขึ้น
- มีตาพร่ามัว อาจตาบอดชั่วคราวได้
- จุกแน่นหน้าอก หรือบริเวณลิ้นปี่
- หากอาการรุนแรงอาจมีอาการชักกระตุกทั้งตัว เกิดเลือดออกในสมองได้

ภาวะแทรกซ้อนของครรภ์เป็นพิษมีอะไรบ้าง?

ภาวะครรภ์เป็นพิษ อาจส่งผลให้เกิดภาวะแทรกซ้อนได้ทั้งในคุณแม่ตั้งครรภ์และทารกในครรภ์ ดังนี้

ภาวะแทรกซ้อนต่อคุณแม่ตั้งครรภ์

- เสียชีวิต มักเกิดจากมีเลือดออกในสมองจากหลอดเลือดในสมองแตก
- เกิดอาการชัก
- ตาบอด อาจเป็นชั่วคราว หรือถาวร
- มีภาวะน้ำท่วมปอด
- มีเลือดออกในอวัยวะต่าง ๆ จากภาวะเกล็ดเลือดต่ำ

ภาวะแทรกซ้อนต่อทารกในครรภ์

- มีภาวะทารกเจริญเติบโตช้าในครรภ์
- มีการคลอดก่อนกำหนด
- มีภาวะรกลอกตัวก่อนกำหนด
- ทารกเสียชีวิตในครรภ์
- หัวใจทารกเต้นช้า จากการขาดออกซิเจน

ภาวะครรภ์เป็นพิษ รักษาได้อย่างไร?

ในภาวะครรภ์เป็นพิษชนิดไม่รุนแรง อาจไม่มีความจำเป็นในการเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล

แต่ต้องมาติดตามการรักษาอย่างสม่ำเสมอตามแพทย์นัด นอนพักมาก ๆ ลดอาหารรสจัด และสังเกตนับเวลาที่ลูกตื่นทุกวัน วัดความดันโลหิตอย่างสม่ำเสมอ นอกจากนี้ให้เฝ้าระวังอาการของโรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น เช่น ปวดศีรษะ ตาพรามัว จุกแน่นใต้ท้อง รับมาพบแพทย์

หากพบว่าเป็นภาวะครรภ์เป็นพิษชนิดรุนแรง ต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล เพื่อสังเกตอาการอย่างใกล้ชิด หากความดันโลหิตสูงมากกว่าหรือเท่ากับ 160/110 มม.ปรอท จำเป็นต้องได้รับยาลดความดันโลหิต เพื่อป้องกันหลอดเลือด และมีการติดตามการเจริญเติบโตของทารกในครรภ์โดยเครื่องอัลตราซาวด์เป็นระยะ ๆ จำเป็นต้องได้รับยาป้องกันการชักระหว่างรอคลอดจนถึงหลังคลอด 24 ชั่วโมง ในรายที่มีอาการรุนแรง อาจมีความจำเป็นต้องยุติการตั้งครรภ์ซึ่งอาจให้ยากระตุ้นชักนำการคลอด

ทั้งนี้ สามารถคลอดทางช่องคลอดโดยใช้เครื่องสุญญากาศหรือคีมช่วยคลอดตอนจะผ่าตัดคลอด เมื่อมีข้อบ่งชี้ทางการแพทย์ มารดามีภาวะปากมดลูกไม่เปิด เป็นต้น

วิธีป้องกันภาวะครรภ์เป็นพิษ

ยังไม่มีวิธีใดที่สามารถป้องกันภาวะครรภ์เป็นพิษได้ 100% แต่เมื่อเริ่มตั้งครรภ์ หรือเมื่อเตรียมตัวตั้งครรภ์ สามารถลดความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะครรภ์เป็นพิษได้โดยมีวิธีการดังนี้

- ลดอาหารรสเค็ม
- ดื่มน้ำให้มากกว่า หรือเท่ากับ 8 แก้วต่อวัน เมื่อไม่มีโรคต้องจำกัดน้ำดื่ม
- เพิ่มโปรตีน เช่น เนื้อสัตว์ ไข่ นม ตับ ในอาหาร หลีกเลี่ยงอาหารไขมัน อาหารผัดน้ำมัน และอาหารทอด
- พักผ่อนให้เพียงพอ
- ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
- พยายามยกขาสูงเมื่อมีโอกาส เช่น ขณะนั่ง นอน
- หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเครื่องดื่มที่มีคาเฟอีน เช่น ชา กาแฟ โคล่า และเครื่องดื่มชูกำลัง
- ฝากครรภ์ตั้งแต่รู้ว่าตั้งครรภ์ หลังจากนั้นให้ปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์ เพื่อลดโอกาสเกิดภาวะครรภ์เป็นพิษ

ถึงแม้ว่าภาวะครรภ์เป็นพิษอาจเป็นเรื้อรังนำวิตกกังวล แต่ในกรณีที่อาการไม่รุนแรงนัก ก็สามารถดูแลให้ปลอดภัยด้วยการตรวจครรภ์เป็นระยะ ๆ อย่างสม่ำเสมอ หากคุณได้รับการตรวจวินิจฉัยว่ามีอาการของครรภ์เป็นพิษ แพทย์จะให้การดูแลคุณและทารกในครรภ์เป็นพิเศษ เพื่อป้องกันอันตรายที่จะเกิดขึ้นอย่างเต็มที่และเพื่อความปลอดภัยทั้งมารดาและทารกในครรภ์