



# ลาคลอดได้กี่วัน สวัสดิการและสิทธิลา คลอดประกันสังคมหลังคลอด

ภาษา

ลาคลอดได้กี่วัน สวัสดิการและสิทธิลาคลอดประกันสังคมหลังคลอด

คุณแม่ตั้งครรภ์

บทความ

มี.ค. 31, 2024

11 นาที

ใกล้ถึงช่วงเวลาสำคัญที่คุณแม่จะได้เจอทารกน้อยกันแล้ว เชื่อว่าคุณแม่กำลังตื่นเต้นมากแน่ ๆ นอกจากจะต้องเตรียมความพร้อมเพื่อคลอดลูกน้อย คุณแม่สาย Working Women ก็ต้องไม่ลืมเคลียร์งานต่าง ๆ เพื่อส่งต่อสำหรับช่วงลาคลอด และต้องไม่ลืมที่จะเช็กสิทธิและสวัสดิการของตัวเองด้วย ทั้งสิทธิจากบริษัทและประกันสังคม

## สรุป

- คุณแม่ควรทำความเข้าใจเกี่ยวกับสิทธิและสวัสดิการจากการลาคลอด เพื่อใช้สิทธิและเบิกค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นคุณแม่ที่ทำงานบริษัท รัฐบาล หรือรัฐวิสาหกิจ
- วางแผนการลาคลอดสำหรับคุณแม่เพื่อให้ได้รับสิทธิประโยชน์ที่ควรจะได้รับ และขอความรู้สำหรับคุณแม่ในการลาคลอดจะได้รับเงินช่วยเหลือ เงินเดือนอย่างไรบ้าง เพื่อให้คุณแม่และคุณพ่อวางแผนการเงิน และเตรียมเบิกค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ได้ง่ายขึ้น

## เลือกอ่านตามหัวข้อ

- คุณแม่ ลาคลอดได้กี่วัน?
- สิทธิประกันสังคมสำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์
- สิทธิและสวัสดิการการลาคลอดสำหรับคุณแม่
- การเตรียมตัวก่อนคลอดสำหรับคุณแม่
- เตรียมเอกสารแจ้งเกิด สำหรับลูกน้อย

วันนี้เราชวนคุณแม่มาทำความเข้าใจและเตรียมความพร้อมกันว่าจริง ๆ แล้วลาคลอดได้กี่วัน สิทธิและสวัสดิการสำหรับคนที่คุณแม่ตั้งครรภ์ควรได้รับมีอะไรบ้าง เพื่อวางแผนลาคลอดได้แบบสบายใจหายห่วง และดูแลลูกน้อยได้อย่างเต็มที่

## คุณแม่ ลาคลอดได้กี่วัน?

คุณแม่หลายคนอาจจะเข้าใจผิดอยู่ว่าสามารถลาคลอดได้ 90 วัน แต่จริง ๆ แล้วตามพระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงาน พ.ศ. 2541 มาตรา 43 กำหนดให้ลูกจ้างหญิงหรือคุณแม่ที่ต้องการลาคลอดมีสิทธิลาได้ 98 วัน โดยนับรวมวันลาเพื่อไปตรวจครรภ์ก่อนคลอดเข้าไปด้วย รวมเป็น 98 วัน ได้แก่

- ลาคลอดก่อนคลอด 45 วัน
- ลาคลอดหลังคลอด 45 วัน

สำหรับการลาคลอด 98 วันนี้จะต้องลาต่อเนื่องกัน และนับรวมวันหยุดราชการและวันหยุดนักขัตฤกษ์ด้วย อย่างไรก็ตาม สิทธิลาคลอด 98 วันนี้อาจแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับข้อบังคับหรือสัญญาจ้างของแต่ละบริษัท ซึ่งหากบริษัทมีสวัสดิการหรือสิทธิลาคลอดมากกว่าที่กำหนดไว้ในกฎหมาย พนักงานหญิงก็จะได้รับสิทธิลาคลอดตามข้อบังคับหรือสัญญาจ้างของบริษัทนั้น ๆ

คุณแม่จึงต้องวางแผนการคลอดให้ดี ทั้งการผ่าคลอดแบบปกติและการวางแผนผ่าคลอด อาจจะเลือกลา 1 วันก่อนถึงวันกำหนดคลอด หรือลาจากวันที่คาดว่าจะนอนโรงพยาบาลเตรียมคลอด และการลาคลอดควรแจ้งล่วงหน้า 30 วัน

## สิทธิประกันสังคมสำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์

ตามสิทธิประกันสังคม คุณแม่จะได้รับเงินช่วยเหลือเพิ่มเติมสำหรับค่าฝากครรภ์ และตรวจครรภ์ เป็นจำนวนเงิน 1,500 บาท โดยจะรวมทั้งค่าอัลตราซาวด์ วัคซีน หรือค่ายาต่าง ๆ คุณแม่สามารถยื่นขอเบิกก่อนหรือหลังคลอดก็ได้ ซึ่งจะแบ่งการจ่ายเงิน ดังนี้

- ครั้งที่ 1 อายุครรภ์ไม่เกิน 12 สัปดาห์ จ่ายให้ไม่เกิน 500 บาท
- ครั้งที่ 2 อายุครรภ์มากกว่า 12 สัปดาห์ แต่ไม่เกิน 20 สัปดาห์ จ่ายให้ไม่เกิน 300 บาท
- ครั้งที่ 3 อายุครรภ์มากกว่า 20 สัปดาห์ แต่ไม่เกิน 28 สัปดาห์ จ่ายให้ไม่เกิน 300 บาท
- ครั้งที่ 4 อายุครรภ์มากกว่า 28 สัปดาห์ แต่ไม่เกิน 32 สัปดาห์ จ่ายให้ไม่เกิน 200 บาท
- ครั้งที่ 5 อายุครรภ์มากกว่า 32 สัปดาห์ แต่ไม่เกิน 40 สัปดาห์ จ่ายให้ไม่เกิน 200 บาท



## สิทธิและสวัสดิการการลาคลอดสำหรับคุณแม่

มาเช็กกันว่าคุณแม่แต่ละท่านจะได้รับค่าคลอดจากบริษัทและหน่วยงานที่สังกัดกันเท่าไรบ้าง

### สิทธิลาคลอดของคุณแม่ที่เป็นพนักงานบริษัท

คุณแม่ที่เป็นพนักงานบริษัทจะได้รับเงินเดือนจากบริษัท 100 เปอร์เซ็นต์ สูงสุด 45 วันแรก ส่วนเงินเดือนอีก 45 วันหลังคลอด จะได้รับเงินสงเคราะห์การหยุดงานเพื่อการคลอดบุตรจากสำนักงานประกันสังคมในอัตรา 50 เปอร์เซ็นต์ ของค่าจ้าง

## สิทธิลาคลอดของคุณแม่ที่เป็นพนักงานรัฐวิสาหกิจ

คุณแม่ที่ทำงานรัฐวิสาหกิจสามารถลาคลอดได้ 60 วัน โดยไม่ต้องมีใบรับรองแพทย์ และสามารถได้รับเงินตามปกติ คุณแม่ที่ทำงานสังกัดรัฐวิสาหกิจสามารถเบิกเงินช่วยเหลือการคลอดได้ครั้งละ 400 บาท ซึ่งส่วนนี้คุณแม่เบิกค่าใช้จ่ายได้ตามระเบียบพนักงานรัฐวิสาหกิจได้เลย ไม่รวมค่ารักษาพยาบาล

- คุณแม่จะได้รับเงินค่าช่วยเหลือเลี้ยงดูลูก 50 บาท ต่อคน ต่อเดือน
- หากคุณแม่ต้องการขอลากิจเพื่อเลี้ยงลูกเกินกว่าที่ลาคลอดได้ 60 วัน ซึ่งจะได้รับเงินเดือนตามปกติ จะสามารถลาได้ไม่เกิน 30 วันทำการ ส่วนนี้คุณแม่จะไม่ได้รับเงินเดือน

## สิทธิลาคลอดของคุณแม่ที่รับราชการ

คุณแม่ที่เป็นพนักงานราชการ มีสิทธิลาได้ 90 วัน โดยไม่ต้องใช้ใบรับรองแพทย์ (นับรวมวันหยุดราชการด้วย) ได้รับค่าตอบแทนระหว่างลาคลอดบุตรจากส่วนราชการ 45 วัน และอีก 45 วัน ได้รับจากประกันสังคม

## สิทธิลาคลอดของคุณแม่ประกอบอาชีพอิสระ

คุณแม่ที่ทำอาชีพอิสระ ทำงานฟรีแลนซ์ หรือเป็นแม่บ้าน สามารถใช้เวลาเลี้ยงลูกน้อยได้เต็มที่ สามารถรับสิทธิจากบัตรประกันสุขภาพถ้วนหน้าหรือบัตรทอง 30 บาทได้ หากคุณแม่สมัครใจจ่ายประกันสังคม คุณแม่จะได้รับค่าคลอดบุตรและเงินสงเคราะห์บุตรได้

นอกจากนี้ หากคุณพ่อเป็นพนักงานบริษัท หรือราชการและมีการจ่ายประกันสังคม สามารถเบิกได้ โดยคุณพ่อมีการนำส่งเงินสมทบมาแล้ว 5 เดือน ภายในระยะเวลา 15 เดือน ก่อนคลอดบุตร โดยจะได้รับเงินค่าคลอดบุตรเหมาจ่ายกรณีคลอดบุตรจำนวน 13,000 บาท

## สิทธิลาคลอด ที่ได้รับจากสำนักงานประกันสังคม

คุณแม่ที่ส่งเงินประกันสังคม เมื่อตั้งครรภ์คุณแม่จะสามารถใช้สิทธิเบิกค่ารักษาได้ โดยแบ่งเป็น 5 รายการ ดังนี้

- คุณแม่สามารถเบิกค่าใช้จ่ายสำหรับฝากครรภ์เป็นวงเงินรวม 1,500 บาท
- คุณแม่สามารถเบิกค่าใช้จ่ายสำหรับการคลอดเป็นวงเงิน 15,000 บาท ต่อครั้ง
- คุณแม่สามารถเบิกเงินสงเคราะห์การหยุดงานเพื่อการคลอดได้ 50 เปอร์เซ็นต์ ของเงินเดือนเฉลี่ย (สูงสุดไม่เกิน 15,000 บาทต่อเดือน)
- คุณแม่สามารถเบิกค่าชดเชยกรณีแท้งบุตรได้ ต้องอายุครรภ์ไม่น้อยกว่า 28 สัปดาห์
- คุณแม่สามารถเบิกเงินช่วยเหลือเพื่อเลี้ยงดูบุตรได้ 800 บาทต่อเดือน (ตั้งแต่เกิดจนถึง 6 ปี)

## สิทธิประกันสังคมเบิกค่าคลอดบุตร

- การเบิกประกันสังคม สำหรับพนักงานที่ตั้งครรภ์จะสามารถเบิกสิทธิประกันสังคมได้ เมื่อคุณแม่จ่ายเงินสมทบประกันสังคมมาแล้วไม่น้อยกว่า 5 เดือน และภายใน 15 เดือนก่อนการคลอด ทางประกันสังคมจะจ่ายค่าบริการทางการแพทย์อยู่ที่ 15,000 บาท
- การลาคลอด 90 วันที่คุณแม่จะได้รับเงินเดือนตามปกติ 45 วันแรกแล้ว คุณแม่ยังมีสิทธิรับเงินเดือนในระหว่างการหยุดงานเพื่อการคลอดบุตร โดยจะเบิกได้ในวงเงิน 50 เปอร์เซ็นต์ของเงินเดือน นับจาก 45 วันหลัง จะมีกรณีพิเศษหากเป็นบุตรคนที่ 3 คุณแม่จะไม่ได้สิทธินี้
- นอกจากนี้ หากทั้งคุณแม่และคุณพ่อ เป็นผู้ประกันตนประกันสังคมทั้งคู่ สามารถเลือกใช้สิทธิการเบิกคลอดบุตรของฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งก็ได้ โดยไม่จำกัดจำนวนบุตรและครั้ง

## หลังคลอดยังได้รับเงินช่วยเหลือ จากเงินอุดหนุนบุตร

หลังคลอดแล้วคุณแม่สามารถเบิกเงินเพื่อเลี้ยงดูลูกน้อยจากทางประกันสังคมได้ด้วย เป็นวงเงิน 800 บาท ต่อเดือน ตั้งแต่เกิดจนถึง 6 ปี โดยมีเงื่อนไขเพิ่มเติม คือ คุณแม่จะต้องจ่ายประกันสังคมมากกว่า 12 เดือนแล้ว ภายในเวลา 36 เดือน หากเป็นกรณีตั้งครรภ์แฝดคุณแม่สามารถเบิกได้ 1,200 บาทต่อเดือน



# การเตรียมตัวก่อนคลอดสำหรับคุณแม่

การเตรียมสัมภาระล่วงหน้า คุณแม่สามารถเริ่มจัดได้ตั้งแต่ช่วงเช้าเดือนที่ 8 หรือเข้าสู่ไตรมาสสุดท้ายของการตั้งครรภ์ เพื่อช่วยให้คุณแม่พร้อมที่จะไปโรงพยาบาลได้ทันที ของใช้ต่าง ๆ เอกสารที่คุณแม่และคุณพ่อต้องเตรียมพร้อมมีดังนี้

## 1. ของใช้เตรียมคลอด

ใกล้เข้ามาแล้ว คุณแม่และคุณพ่อเตรียมของพร้อมสำหรับเจ้าตัวเล็กแล้วหรือยัง มาเช็คลิสต์กันว่าของใช้เตรียมคลอด สำหรับคุณพ่อ คุณแม่ และลูกน้อยต้องมีอะไรบ้าง

- ควรแยกกระเป๋าสำหรับของลูกน้อย คุณแม่ และคุณพ่อให้พร้อมสำหรับช่วงที่อยู่โรงพยาบาล
- การ์ดชี้ที่นึ่งแสนสบายและอบอุ่นเพื่อรับลูกน้อยกลับบ้านให้ปลอดภัยหายห่วง
- เตรียมเอกสารใบนัดต่าง ๆ ให้ครบถ้วน

## 2. ของใช้เมื่อคุณแม่ต้องนอนโรงพยาบาล

คุณแม่ควรเตรียมของใช้ต่าง ๆ ให้พร้อมก่อนคลอดอย่างน้อย 1-2 สัปดาห์ เพื่อจะได้ไม่ต้องกังวลเรื่องการเตรียมของเมื่อถึงวันคลอด ของใช้หลัก ๆ ที่คุณแม่ควรเตรียมไว้ ได้แก่

- **เสื้อผ้า:** ควรเลือกเสื้อผ้าที่ใส่สบายและสวมง่าย ช่วยให้คุณแม่คล่องตัวเวลาเดินและสามารถให้นมลูกได้ง่าย ๆ ด้วย
- **บราให้นม:** เพื่อความสะดวกในการให้นมลูกน้อยได้ตลอดเวลา คุณแม่ควรเลือกซื้อช่วงไตรมาสที่สาม หรือใกล้ ๆ วันคลอด เพื่อให้ขนาดบราพอดี ใส่สบาย ไม่หลวม หรือแน่นเกินไป เพราะอาจทำให้คุณแม่เจ็บหน้าอกได้
- **แผ่นซับน้ำนม:** ป้องกันคราบน้ำนมที่อาจไหลซึมเปื้อนเสื้อผ้า และช่วยให้คุณแม่รู้สึกสบายตัวได้ด้วย
- **กางเกงชั้นใน:** คุณแม่ไม่ควรเลือกใช้แบบที่รัดแน่นจนเกินไป ควรเลือกแบบที่ใส่แล้วรู้สึกสบายที่สุด
- **ผ้ารัดหน้าท้อง:** ช่วงคลอดลูกแรก ๆ คุณแม่จะเจอกับการปวดแผลคลอดกรมีแผ่นรัดหน้าท้องก็จะช่วยกระชับเอวและพยุงศีรษะให้คุณแม่เคลื่อนไหวได้สะดวกสบายขึ้น
- **แผ่นนอนนวม:** หลังจากคลอดลูกน้อยแล้ว คุณแม่จะมีน้ำคาวปลาขับออกมาคล้าย ๆ ประจำเดือน ทางโรงพยาบาลอาจจัดเตรียมไว้ให้ แต่คุณแม่ก็ควรเตรียมแบบที่ตัวเองใช้เป็นประจำไปด้วย ใส่แล้วรู้สึกสบายใจและมั่นใจ
- **เครื่องสำอาง:** พกเครื่องสำอางเล็ก ๆ น้อย ๆ ติดกระเป๋าไว้เติมให้หน้าดูสดใส ถ่ายรูปกับเจ้าตัวเล็กและครอบครัวแบบสวย ๆ
- **ของใช้ส่วนตัวอื่น ๆ:** เช่น สบู่ ยาสระผม ยาสีฟัน แปรงสีฟัน โฟมล้างหน้า หรือ ครีมบำรุงผิว เพื่อความสะดวกสบายทั้งคุณแม่และคุณพ่อ บางครั้งของใช้ที่ทางโรงพยาบาลเตรียมไว้ให้ อาจจะไม่ครบ หรือใครที่แพ้ง่ายก็จะได้สบายใจเลือกใช้ของที่เราเลือกเอง
- **ชุดสวมกลับบ้าน:** อาจเป็นชุดที่เคยใส่ขณะตั้งครรภ์ เพื่อให้คุณแม่สวมใส่แล้วรู้สึกสบายคล่องตัว
- **รองเท้า:** เลือกแบบส้นเตี้ยหรือรองเท้าแตะที่ช่วยให้คุณแม่เดินได้สะดวกที่สุด

### 3. ของเด็กอ่อน

กระเป๋าน้อยใบแรกของลูกน้อยที่อัดแน่นความห่วงใยจากคุณแม่ สิ่งของต่าง ๆ ที่คุณแม่ควรเตรียมไปเพื่อต้อนรับลูกน้อย มีดังนี้

- **เสื้อผ้าเด็กอ่อน:** ควรเลือกเสื้อผ้าที่ไม่ระคายผิว ใช้เชือกผูกหรือกระดุมที่ง่ายต่อการสวมใส่ ปราศจากเหลี่ยมคมที่จะบาดผิว คุณแม่ควรเตรียมหมวก ถุงมือ ถุงเท้าเพื่อให้ความอบอุ่น และป้องกันเล็บข่วนหน้าของลูกน้อย เตรียมให้พร้อมเพียงพอสำหรับใช้ในโรงพยาบาล ชักให้เรียบร้อยพร้อมใช้งานด้วยน้ำยาซักผ้าเฉพาะของเด็กอ่อน
- **ผ้าอ้อม:** คุณแม่ควรเตรียมไว้หลาย ๆ ผืนเลยเพื่อใช้ทำความสะอาดลูกน้อย หรือใช้รองก้น เพื่อป้องกันผิวทารกน้อยสัมผัสกับตัวผู้ใหญ่โดยตรง ที่สำคัญควรเลือกผ้าที่มีความอ่อนนุ่ม ไม่บาดผิวลูกน้อย และมีสีอ่อน ๆ ให้มองเห็นสิ่งแปลกปลอมที่อาจติดมากับผ้าได้ง่าย
- **ผ้าอ้อมสำเร็จรูป:** คุณแม่ควรเลือกเป็นสำหรับทารกแรกเกิด หรือแบบเทป เพื่อความกระชับ และสะดวกในการสวมใส่ สามารถขยับให้พอดีกับทารกได้ง่าย
- **ผ้าห่มหรือผ้าห่อตัว:** คุณแม่ควรเลือกผ้าเนื้อนุ่มที่ค่อนข้างหนาจากผ้าอ้อม เพื่อช่วยให้ลูกน้อยรู้สึกอุ่นสบาย และรู้สึกมั่นคงเมื่อถูกอุ้ม
- **ผ้าเช็ดตัว:** สำหรับเช็ดตัวทารกหลังอาบน้ำ คุณแม่ควรเลือกผ้าแบบเนื้อนิ่มที่ซับน้ำได้ดีและเลือกเนื้อผ้าที่ไม่บาดผิวของลูกน้อย
- **ทิชชูเปียกและสำลี:** ของใช้สำหรับทำความสะอาดลูกน้อย ความสะอาดสำหรับลูกน้อย สำคัญที่สุด นอกจากจะใช้เช็ดทำความสะอาดกันทารกน้อยแล้ว คุณแม่ยังสามารถใช้ทำความสะอาดเต้านมได้ด้วย คุณแม่ควรเลือกซื้อแบบชนิดที่ปราศจากน้ำหอมหรือสารที่เป็นอันตรายต่อผิวที่บอบบางของลูก
- **วาสลีน หรือครีมทาบำรุงสำหรับทารก:** คุณแม่ควรเลือกที่เป็นเฉพาะของเด็กเท่านั้น เพราะผิวของทารกน้อยยังบอบบางมาก ๆ ใช้สำหรับทาบาง ๆ บริเวณก้นก่อนใส่ผ้าอ้อมเพื่อป้องกันผดผื่น หรือกันแดง
- **แชมพูอาบน้ำ-สระผม และฟองน้ำธรรมชาติ:** คุณแม่ควรเตรียมของใช้ยาสระผม-อาบน้ำที่ปราศจากน้ำหอม ไม่มีสารอันตราย สำหรับอาบน้ำให้ลูกน้อยแรกเกิด

## เตรียมเอกสารแจ้งเกิด สำหรับลูกน้อย

เอกสารสำคัญ เช่น บัตรประชาชน สำเนาทะเบียนบ้าน เอกสารหรือสมุดฝากครรภ์ ใบนัดแพทย์ บันทึกการตั้งครรภ์ เอกสารประกันสุขภาพ รวมถึงชื่อลูกน้อย เพื่อใช้สำหรับแจ้งเกิด

เอกสารแจ้งเกิด สามารถยื่นได้ต่อนายทะเบียน ณ สำนักงานเขตหรือที่ว่าการอำเภอที่เด็กเกิด หรือที่สำนักงานทะเบียนราษฎรที่บิดามารดามีชื่ออยู่ในทะเบียนบ้าน โดยสามารถแจ้งเกิดได้ภายใน 30 วัน นับตั้งแต่วันที่เด็กเกิด เอกสารใช้สำหรับแจ้งเกิดมีดังนี้

- หนังสือรับรองการเกิด (ท.ร.1/1) ออกโดยสถานพยาบาลที่ลูกเกิด
- บัตรประจำตัวประชาชนของผู้แจ้งเกิด หรือหนังสือรับรองการมอบอำนาจ กรณีที่ผู้แจ้งเกิดไม่ใช่บิดามารดาของเด็ก

# เอกสารการแจ้งเกิด ที่ต้องใช้เพิ่มเติม มีดังนี้

- สำเนาทะเบียนบ้านของบิดามารดา กรณีเกิดในท้องที่
- สำเนาทะเบียนบ้านของผู้แจ้งเกิด กรณีแจ้งเกิดนอกท้องที่
- รูปถ่ายของเด็ก กรณีเด็กอายุเกิน 7 ปีบริบูรณ์
- เอกสารแสดงตนของพยานบุคคล กรณีแจ้งเกิดนอกท้องที่

## ขั้นตอนการแจ้งเกิด

1. เตรียมเอกสารแจ้งเกิดให้ครบถ้วน
2. ติดต่อขอรับแบบคำร้องแจ้งการเกิดที่สำนักงานเขตหรือที่ว่าการอำเภอที่เด็กเกิด หรือที่สำนักงานทะเบียนราษฎรที่บิดามารดามีชื่ออยู่ในทะเบียนบ้าน
3. กรอกแบบคำร้องแจ้งการเกิดให้ครบถ้วน
4. นำเอกสารแจ้งเกิดและแบบคำร้องแจ้งการเกิดไปยื่นต่อนายทะเบียน
5. นายทะเบียนจะตรวจสอบเอกสารและลงนามในแบบคำร้องแจ้งการเกิด
6. นายทะเบียนจะออกสูติบัตรให้แก่เด็ก

## เงินก้อนฉุกเฉิน

สำหรับการลาคลอด คุณแม่ควรวางแผนการเงินล่วงหน้า เพื่อเตรียมความพร้อมให้มากที่สุด โดยอาจคำนวณค่าใช้จ่ายที่จำเป็น เช่น ค่ารักษาพยาบาล ค่าอาหาร ค่าเสื้อผ้า รวมถึงค่าใช้จ่ายอื่น ๆ ที่อาจเกิดขึ้น เช่น ค่าจ้างพี่เลี้ยง หรือค่าเดินทาง คุณแม่ควรวางแผนค่าใช้จ่ายล่วงหน้าและเตรียมเงินก้อนฉุกเฉินไว้อย่างน้อย 3-6 เดือน เพื่อให้มีค่าใช้จ่ายเพียงพอสำหรับช่วงลาคลอด โดยอาจเก็บเงินออมไว้เอง หรือแยกเงินก้อนนี้สำหรับลูกน้อยเท่านั้น

การเตรียมตัวก่อนคลอดจะช่วยให้คุณแม่มั่นใจได้ว่าจะสามารถดูแลตัวเองและลูกน้อยได้อย่างสบายใจในช่วงลาคลอด เพื่อให้คุณแม่ได้มีความสุขกับการเป็นคุณแม่แบบเต็มที่ ใช้เวลากับลูกน้อยอย่างคุ้มค่า แนะนำให้คุณแม่วางแผนการเงิน การเลี้ยงดู และวางแผนการลาคลอดไว้ตั้งแต่เนิ่น ๆ

## บทความแนะนำสำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์

- พัฒนาการทารกในครรภ์ 1-40 สัปดาห์ ที่แม่มือใหม่ห้ามพลาด
- อาการแพ้ท้องของคุณแม่ แพ้ท้องพะอืดพะอม แก้ยังไง พร้อมวิธีรับมือ
- อาการคนท้องระยะแรก สัญญาณการตั้งครรภ์เป็นแบบนี้
- เมนูคนท้อง อาหารคนท้องบำรุงคุณแม่ท้อง ดีต่อลูกในครรภ์
- คนท้องห้ามกินอะไร อาหารที่ส่งผลเสียต่อคุณแม่ตั้งครรภ์
- วิธีนับอายุครรภ์ คำนวณอายุครรภ์ด้วยตัวเอง ก่อนคลอด
- สัญญาณอาการใกล้คลอด เจ็บท้องคลอด อาการก่อนคลอดของคุณแม่
- บล็อกหลังผ่าคลอด คืออะไร เรื่องที่คุณแม่ต้องรู้ เกี่ยวกับการบล็อกหลัง



- ผ่าคลอด ก็สัปดาห์ ท้องก็สัปดาห์คลอด ถึงปลอดภัยสำหรับลูกน้อย
- ของใช้เตรียมคลอด ที่คุณแม่มือใหม่ควรเตรียมของไปคลอด
- คุณแม่ผ่าคลอดได้กี่ครั้ง ผ่าคลอดมีลูกได้กี่คน ผ่าคลอดบ่อยอันตรายไหม
- ออกกำลังกายหลังคลอด สำหรับคุณแม่หลังผ่าคลอด
- ฤกษ์คลอด ฤกษ์ผ่าคลอด วันมงคล เวลาดี สำหรับลูกรัก

## อ้างอิง:

1. ลาดคลอด ได้กี่วัน สิทธิและสวัสดิการ ที่แม่ตั้งครรภ์ควรรู้, JobsDB
2. ค่าคลอดบุตรประกันสังคม สิทธิประโยชน์ที่คุณแม่มือใหม่ต้องรู้, KTC
3. เอกสารเตรียมคลอด พ่อแม่มือใหม่ควรรู้ ก่อนเก็บกระเป๋าไปโรงพยาบาล, KTC
4. สิทธิยามท้องของแม่ทำงาน, Prosoft HCM
5. ข้อควรรู้เกี่ยวกับ สิทธิการลาของข้าราชการ, ระเบียบสำนักนายกรัฐมนตรีว่าด้วยการลาของข้าราชการ พ.ศ. ๒๕๕๕
6. 5 คำถามเคลียร์ชัด สิทธิกรณีคลอดบุตรที่สามีได้รับ, TIGERSOFT
7. คุณแม่ตั้งครรภ์ มีสิทธิเบิกประกันสังคม อะไรได้บ้าง?, โรงพยาบาลบางปะกอก
8. เก็บกระเป๋าเตรียมตัวไปคลอด, โรงพยาบาลสมิติเวช
9. ว่าที่คุณแม่มือใหม่ เตรียมตัวก่อนคลอดอย่างไร ให้พร้อม!, โรงพยาบาลเปาโล
10. การเกิด, สำนักบริหารทะเบียน กรมการปกครอง

อ้างอิง ณ วันที่ 27 มกราคม 2567





แม่ผ้าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก



สปิงโกไม้อลิ้น



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การซั้บถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์