



มูกไข่ตก มีเมือกใส ๆ ออกมาจากช่องคลอด ต่างกับตกขาวไหม

ภาษา

มูกไข่ตก มีเมือกใส ๆ ออกมาจากช่องคลอด ต่างกับตกขาวไหม

คุณแม่ตั้งครรภ์

บทความ

เม.ย. 1, 2024

7 นาที

มูกไข่ตก หรือเมือกใส ๆ ออกมาจากช่องคลอด มีสีใส ลื่น และยืดได้คล้ายไข่ขาวดิบนั้น เป็นสารคัดหลั่งที่ร่างกายของเราผลิตขึ้นมาเพื่อทำความสะอาดช่องคลอด ป้องกันเชื้อโรค ป้องกันการติดเชื้อ รวมไปถึงช่วยให้สperm สามารถเดินทางเข้าไปผสมกับไข่ได้ง่ายขึ้น ซึ่งผู้หญิงมักจะมีมูกไข่ตกในช่วงใกล้ระยะตกไข่ และในช่วงที่ตกไข่ เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนในร่างกาย ดังนั้นการมีมูกไข่ตกหรือเมือกใสออกมาจากช่องคลอดนั้นจึงเป็นเรื่องปกติที่ร่างกายผลิตขึ้นมาตามธรรมชาติ

สรุป

- มูกไข่ตกคือของเหลวที่ร่างกายของผู้หญิงผลิตขึ้นมา และไหลออกมาทางช่องคลอดในช่วงที่ไข่ตก มักมีสีใส ลื่น ยืดได้คล้ายไข่ขาวดิบ
- มูกไข่ตกช่วยให้สperm ของผู้ชายสามารถเคลื่อนเข้าไปผสมกับไข่ของผู้หญิงได้ง่ายมากขึ้น หากมีเพศสัมพันธ์ในช่วงเวลาที่มีมูกไข่ตก จะมีโอกาสตั้งครรภ์ได้มากที่สุด
- คนท้องมักจะมีตกขาวปริมาณมากกว่าปกติ เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนภายใน

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- มูกไข่ตก คืออะไร และจะออกมาช่วงไหนบ้าง
- มีเมือกใส ๆ ออกมาจากช่องคลอด แบบไหนคือมูกไข่ตก
- หน้าที่สำคัญของมูกไข่ตก คืออะไร
- ผู้หญิงเราจะมีมูกไข่ตกกี่วันต่อเดือน
- ลักษณะของมูกไข่ตก ต่างกับตกขาวมากไหม
- คนท้อง จะมีมูกไข่ตกได้ไหม
- มีเมือกใส ๆ ออกมาจากช่องคลอดแบบไหน ควรไปหาหมอ

มูกไข่ตก หรือเมือกใส ๆ ออกมาจากช่องคลอด มีสีใส ลื่น และยืดได้คล้ายไข่ขาวดิบนั้น เป็นสารคัดหลั่งที่ร่างกายของเราผลิตขึ้นมาเพื่อช่วยให้สperm สามารถเดินทางเข้าไปผสมกับไข่ได้ง่ายขึ้น โดยผู้หญิงจะมีมูกไข่ตกในช่วงใกล้ระยะตกไข่ และในช่วงที่ตกไข่ ดังนั้นช่วงนี้จึงเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมหากคุณพ่อคุณแม่ต้องการที่จะมีลูกด้วยวิธีธรรมชาติ

มูกไข่ตก คืออะไร และจะออกมาช่วงไหนบ้าง

มูกไข่ตก หรือ มูกที่ปากมดลูก (Cervical Mucus) คือของเหลวที่ร่างกายของผู้หญิงผลิตขึ้นมาและไหลออกมาทางช่องคลอด แบบตกขาว มีลักษณะของเหลว ใส ลื่น และมีปริมาณมากกว่าตกขาวปกติ เกิดจากการหลั่งฮอร์โมนเอสโตรเจนออกมาเพิ่มขึ้นในช่วงใกล้ไข่ตก โดยมูกไข่ตกจะถูกผลิตออกมาเป็นประจำทุกเดือน ในช่วงเวลาที่ไข่ตก

ซึ่งโดยปกติ ร่างกายของผู้หญิงจะมีไข่ตกออกมาทุก 28 วัน ดังนั้น ประมาณวันที่ 14 ของรอบเดือน โดยนับวันที่ประจำเดือนมาวันแรกเป็นวันที่ 1 ของรอบเดือน ร่างกายของผู้หญิงผลิตมูกไข่ตกออกมาเพื่อช่วยให้สperm ของผู้ชายสามารถเคลื่อนเข้าไปผสมกับไข่ของผู้หญิงได้ง่ายมากขึ้น หากมีเพศสัมพันธ์ในช่วงเวลาหรือก่อนวันไข่ตกประมาณ 2 วัน หรือประมาณวันที่ 12 ของรอบเดือน จะมีโอกาสตั้งครรภ์ได้มากที่สุด

มีเมือกใส ๆ ออกมาจากช่องคลอด แบบไหนคือมูกไข่ตก

ผู้หญิงมักจะมีตกขาวออกมาทางช่องคลอดเป็นประจำอยู่แล้ว การสังเกตความแตกต่างของตกขาวกับมูกไข่ตก ดูได้จากลักษณะและปริมาณ โดยผู้หญิงแต่ละคนมีลักษณะและปริมาณของมูกไข่ตกที่แตกต่างกันออกไป โดยทั่วไปแล้ว หากลองใช้นิ้วสอดเข้าไปในช่องคลอดแล้วปาดมูกออกมา จะพบว่า

มูกมีสีใส เมื่อลองนำนิ้วมือมาสัมผัสกันแล้วยึดออกดู จะพบว่ามูกนั้นลื่น และยึดได้คล้ายไขขาวดิบ นอกจากนี้ยังไหลออกมาจากช่องคลอดปริมาณมากกว่าตกขาวทั่วไปอีกด้วย

หน้าที่สำคัญของมูกไข่ตก คืออะไร

มูกไข่ตกที่ถูกผลิตออกมาในช่วงเวลาที่ไข่ตกเป็นประจำทุกเดือนนี้จะทำหน้าที่ในการช่วยให้อสุจิของผู้ชายสามารถเคลื่อนเข้าไปผสมกับไข่ของผู้หญิงได้ง่ายมากขึ้น หากมีเพศสัมพันธ์ในช่วงเวลาที่มีมูกไข่ตก หรือก่อนวันไข่ตกประมาณ 2 วัน หรือประมาณวันที่ 12 ของรอบเดือน จะมีโอกาสตั้งครรภ์ได้มากที่สุด

ผู้หญิงเราจะมีมูกไข่ตกกี่วันต่อเดือน

ในแต่ละเดือน ผู้หญิงจะมีการตกไข่ 1 ครั้ง โดยวันไข่ตกของแต่ละคนจะแตกต่างกันออกไปตามรอบเดือนของแต่ละคน ซึ่งไข่ที่ตกออกมานั้นจะเคลื่อนไปที่ส่วนปลายของท่อนำไข่ พร้อมทั้งจะมีการปฏิสนธิ ในระยะประมาณ 12-24 ชั่วโมง หากไม่ได้รับการปฏิสนธิ ไข่ก็จะฝ่อสลายไป ในช่วงเวลาก่อนที่ไข่จะตกไปจนถึงระหว่างที่ไข่ตก ระดับฮอร์โมนเอสโตรเจนในร่างกายจะเปลี่ยนแปลงจนทำให้เกิดมูกไข่ตกปริมาณมากกว่าปกติ กินเวลาดังแต่ก่อนไข่ตกไปจนถึงช่วงเวลาที่ไข่กำลังตก

นอกเหนือจากการสังเกตมูกไข่ตกแล้ว ยังอาจมีอาการอื่น ๆ ร่วมด้วย เช่น รู้สึกเจ็บ ตึง หรือคัดเต้านม ตูมึมนำมีนวลขึ้นเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน อุณหภูมิของร่างกายสูงขึ้น ปวดท้องน้อยข้างเดียว เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงเตรียมให้ระบบสืบพันธุ์ภายในพร้อมแก่การฝังตัวของตัวอ่อน นอกจากนี้บางคนยังอาจมีอาการทางเพศสูงขึ้น เนื่องจากร่างกายที่มีการสลับเปลี่ยนไปขึ้นอีกด้วย แต่ปริมาณและลักษณะจะเปลี่ยนแปลงไปอยู่ตลอด การสังเกตวันตกไข่จากมูกไข่ตกจึงเป็นวิธีการสังเกตอย่างหนึ่งที่ไม่แม่นยำมากนัก ควรสังเกตอาการอย่างอื่นควบคู่ไปด้วย

ลักษณะของมูกไข่ตก ต่างกับตกขาวมากไหม

ตกขาวคือสารคัดหลั่งที่ร่างกายผลิตขึ้นมาและขับออกมาทางช่องคลอดเป็นปกติอยู่แล้ว โดยตกขาวมีหน้าที่ในการทำความสะอาดช่องคลอด และป้องกันเชื้อโรค โดยปริมาณ ลักษณะ และความเข้มข้นของตกขาวจะเปลี่ยนแปลงไปเรื่อย ๆ ตามการเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมน ในช่วงระยะเวลาใกล้ไข่ตกไปจนถึงระหว่างที่ไข่กำลังตก ระดับฮอร์โมนเอสโตรเจนในร่างกายจะเพิ่มสูงจนทำให้ร่างกายผลิตมูกไข่ตก ซึ่งมีลักษณะใส ลื่น ยึดได้คล้ายไขขาวดิบ และมีปริมาณมากกว่าตกขาวในเวลาปกติ โดยควรหมั่นสังเกตสีและลักษณะของตกขาวอยู่เสมอ หากพบความผิดปกติ เช่น มีตกขาวมากผิดปกติ รู้สึกแสบ คัน ระคายเคืองบริเวณช่องคลอด อาจบ่งบอกถึงอาการติดเชื้อในช่องคลอด หรืออาการอักเสบได้ ควรรีบพบแพทย์ทันทีเพื่อรับการรักษาอย่างทันที่



คนท้อง จะมีมูกไข่ตกได้ไหม

เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนในช่วงที่ตั้งครรภ์ จึงทำให้ร่างกายของคุณแม่ท้องมักจะสร้างมูกที่ปากมดลูกมากขึ้น ขับออกมาเป็นตกขาวทางช่องคลอด จึงทำให้คนท้องมักจะมีตกขาวปริมาณมากกว่าปกติ โดยตกขาวที่ปกติคือ ตกขาวที่มีลักษณะเป็นมูกใส หรือสีขาวขุ่น ไม่มีอาการแสบ คัน ระคายเคืองช่องคลอด ไม่มีอาการปัสสาวะแสบขัด ซึ่งอาจเกิดจากการติดเชื้อบริเวณช่องคลอดหรือปากมดลูก

มีเมือกใส ๆ ออกมาจากช่องคลอดแบบไหน ควรไปหาหมอ

ตกขาวผิดปกติ ไม่ว่าจะสังเกตจากปริมาณ สี หรืออาการที่เกิดขึ้นร่วมกับการตกขาว ล้วนแล้วแต่บ่งบอกถึงปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพของคุณแม่ เพราะตกขาวที่ผิดปกติเกิดได้หลายสาเหตุ เช่น การเสียดูดภายในช่องคลอด การเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนในร่างกาย การติดเชื้อในช่องคลอด อู้งเชิงกรานอักเสบ มะเร็งปากมดลูก เป็นต้น

สำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์ที่มีตกขาวผิดปกติ อาจเสี่ยงที่จะติดเชื้อในน้ำคร่ำ นอกจากนี้ คุณแม่ตั้งครรภ์อาจสัมผัสระหว่างตกขาวกับน้ำคร่ำหรือไข่แดง ซึ่งเสี่ยงที่จะเกิดการติดเชื้อในน้ำคร่ำหรือเจ็บท้องคลอดก่อนกำหนด เป็นอันตรายต่อทั้งคุณแม่และลูกในครรภ์ ดังนั้นจึงควรสังเกตตกขาวของตนเองเป็นประจำ โดยสังเกตได้จากลักษณะและอาการดังต่อไปนี้

มีกลิ่นแรงผิดปกติ

หากตกขาวมีกลิ่นรุนแรงผิดปกติ เช่น กลิ่นคาว หรือกลิ่นคล้ายปลาเน่า ควรรีบปรึกษาแพทย์ทันที

มีอาการแสบร้อน คัน

ตกขาวที่มีปริมาณมากผิดปกติ ควบคู่ไปกับการรู้สึกแสบ คัน ระคายเคืองบริเวณช่องคลอด เป็นอาการผิดปกติ ควรพบแพทย์เพื่อรับการตรวจวินิจฉัยทันที

อวัยวะเพศมีอาการบวมแดง

หากมีอาการตกขาว ร่วมกับอาการบวมแดงบริเวณอวัยวะเพศ ควรรีบพบแพทย์เพื่อรับการรักษา โดยบางครั้งอาจเกิดอาการนี้ร่วมกับการเกิดตุ่มพอง หรือมีอาการปวดท้องน้อยด้วย

มีเลือดปนออกมาด้วย

ตกขาวที่มีเลือดปนออกมาด้วย อาจบ่งชี้ถึงภาวะแทรกซ้อนระหว่างการตั้งครรภ์ อย่างอาการแท้งคลอดก่อนกำหนด หรืออาจมีหูด ดึงเนื้อ หรือมะเร็งปากมดลูก ควรรีบปรึกษาแพทย์ เพื่อรับการรักษาทันที

มีสีผิดปกติ เช่น สีเหลือง สีเขียว

ตกขาวที่เป็นปกติ ควรมีลักษณะเป็นมูกใส หรือสีขาวขุ่น ดังนั้น ถ้าตกขาวมีสีผิดปกติ เช่น มีสีเหลือง เขียว น้ำตาล เทา หรือเป็นฟอง ควรรีบปรึกษาแพทย์ เพื่อรับการรักษาที่ถูกต้อง

ตกขาวเป็นสารคัดหลั่งที่ร่างกายของเราสร้างขึ้นมาเองตามธรรมชาติ เราสามารถตรวจสอบสุขภาพของตนเองเบื้องต้นได้ด้วยการสังเกตดูสี ลักษณะ และการเปลี่ยนแปลงของตกขาว หากพบว่า มีลักษณะที่ผิดปกติ ไม่ควรนิ่งนอนใจ ควรรีบปรึกษาแพทย์เพื่อรับการวินิจฉัยให้ถูกต้องแม่นยำ และรับการรักษาอย่างทันที่ เพราะอาการผิดปกติเหล่านั้นอาจเป็นสัญญาณที่บ่งบอกถึงปัญหาทาง

สุขภาพได้ เพียงเท่านี้เราก็สามารถมีสุขภาพที่แข็งแรงตั้งแต่ภายในจนถึงภายนอกได้

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์

- พัฒนาการทารกในครรภ์ 1-40 สัปดาห์ ที่แม่มือใหม่ห้ามพลาด
- อาการแพ้ท้องของคุณแม่ แพ้ท้องพะอืดพะอม แก่ยิ่งไง พร้อมวิธีรับมือ
- นำคร่า คืออะไร นำคร่ารั้ว อาการแบบไหน สัญญาณใกล้คลอดที่ต้องรับมือ
- อาการท้องแข็งบ่อย ลูกโก่งตัวบ่อย อันตรายหรือไม่ ทำไมคุณแม่ต้องรู้
- เลือดล้างหน้าเด็กคืออะไร เลือดล้างหน้าเด็กสัญญาณแรกของการตั้งครรภ์
- ตั้งครรภ์ มีเลือดออก ไม่ปวดท้อง คืออะไร อันตรายไหม สำหรับแม่ตั้งครรภ์
- อาการคนท้องระยะแรก สัญญาณการตั้งครรภ์เป็นแบบนี้
- เมนูคนท้อง อาหารคนท้องบำรุงคุณแม่ท้อง ดีต่อลูกในครรภ์
- คนท้องห้ามกินอะไร อาหารที่ส่งผลเสียต่อคุณแม่ตั้งครรภ์
- อาหารคนท้องไตรมาสแรก โภชนาการที่สำคัญสำหรับคุณแม่และทารกในครรภ์
- วิธีนับอายุครรภ์ คำนวณอายุครรภ์ด้วยตัวเอง ก่อนคลอด
- สัญญาณอาการใกล้คลอด เจ็บท้องคลอด อาการก่อนคลอดของคุณแม่
- ของใช้เตรียมคลอด ที่คุณแม่มือใหม่ควรเตรียมของไปคลอด
- การผ่าคลอดและคลอดธรรมชาติ ต่างกันยังไง พร้อมขั้นตอนเตรียมผ่าคลอด
- ผ่าคลอดใช้เวลากี่นาที พร้อมข้อดี-ข้อเสีย คลอดเองกับผ่าคลอด
- แผลผ่าคลอดกี่วันหาย พร้อมวิธีดูแลรอยแผลผ่าคลอดให้ฟื้นตัวไว
- แผลฝีเย็บหลังคลอด แผลคลอดธรรมชาติ ดูแลยังไงให้ปลอดภัย
- หลังผ่าคลอดกินอะไรได้บ้าง คนผ่าคลอดห้ามกินอะไรบ้างช่วยให้แผลหายเร็ว
- ภาวะซึมเศร้าหลังคลอดเกิดจากอะไร พร้อมวิธีรับมืออาการซึมเศร้าหลังคลอด
- ฤกษ์คลอด ฤกษ์ผ่าคลอด วันมงคล เวลาดี สำหรับลูกรัก

อ้างอิง:

1. มีเมือกใสๆออกมาจากช่องคลอด คืออะไร เกิดจากสาเหตุใด, HelloKhunMor
2. อยากมีลูก...นับวันไข่ตกอย่างไรดี?, โรงพยาบาลพญาไท
3. วิธีการนับวันตกไข่ สิ่งสำคัญของคุณแม่มือใหม่, โรงพยาบาลบางปะกอก
4. ไข่ตก สารสุขภาพที่ผู้หญิงควรรู้, Pobpad
5. การสังเกตจากมูกที่ช่องคลอด, มหาวิทยาลัยมหิดล
6. ตกขาวควรวัดครรภ์, คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล
7. อาการตกขาวในคนท้อง, โรงพยาบาลจอมเทียน

อ้างอิง ณ วันที่ 3 กุมภาพันธ์ 2567





คุณแม่ตั้งครรภ์

แม่ผ่าคลอด

ดูแลลูกตามช่วงวัย

ภูมิแพ้ในเด็ก

สปิงโก
โมอิลิน

สฟิงโกไมอีลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขับถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์