



เด็กทารกสะอึก เกิดจากอะไร พร้อมวิธีช่วยบรรเทาอาการลูกสะอึก

คุณแม่ลูกตามช่วงวัย

บทความ

เม.ย. 9, 2024

7นาที

การเลี้ยงทารกแรกเกิดถือว่าเป็นบทเรียนแรกสำหรับคุณพ่อคุณแม่ป้ายแดง แม้มีปัญหาเพียงนิดเดียวที่เกิดกับลูกก็สะกิดใจคุณพ่อคุณแม่ให้คิดมากไม่น้อย ภาวะทารกสะอึกหลังให้นมลูกก็เป็นปัญหาที่คุณแม่มือใหม่กังวลว่าจะเกิดอันตรายกับลูกน้อย ซึ่งโดยทั่วไปแล้วอาการเด็กทารกสะอึกนั้น เป็นภาวะปกติที่พบได้ในทารกทั่วไป และจะค่อย ๆ ลดลงจนหายไปได้เองตามวัยภาษา

เด็กทารกสะอึก เกิดจากอะไร พร้อมวิธีช่วยบรรเทาอาการลูกสะอึก

สรุป

- อาการทารกสะอึกเป็นภาวะปกติที่เกิดขึ้นได้กับทารกแรกเกิด ส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นในช่วง 3 เดือนแรก และอาการสะอึกจะค่อย ๆ ลดลงไปและหายไปได้เองเมื่อถึงวัยหรือประมาณ 4-5 เดือนขึ้นไป
- ทารกสะอึกหลังดูดนมเกิดจากการทำงานของกระเพาะปัสสาวะในร่างกายทารกยังมีส่วนที่ไม่สมบูรณ์ และอวัยวะต่าง ๆ ยังเจริญเติบโตและพัฒนาไม่เต็มที่ กลไกการทำงานของกล้ามเนื้อกระเพาะปัสสาวะที่ยังไม่สมบูรณ์กับการหายใจเข้าออก ในขณะที่ลูกกำลังดูดนมต้องกลืนหายใจ ส่งผลทำให้กล้ามเนื้อกำจัดของเหลวในกระเพาะปัสสาวะที่ไม่สามารถดูดซึมน้ำได้

สะอึกขึ้นมาได้

- เด็กทารกสะอึกหลังจากดูดน้ำนมเสร็จ ถือเป็นปฏิกิริยาที่ตอบสนองของร่างกายตามธรรมชาติ ซึ่งคุณแม่ควรให้ลูกได้เรื่อทุกครั้งหลังจากลูกลอยกินนมเสร็จ

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- ทารกสะอึก เกิดจากสาเหตุอะไร บรรเทาอาการยังไงได้บ้าง
- ทารกสะอึก เกิดได้จากหล่ายสาเหตุ
- เด็กทารกสะอึก จากการกินนม เป็นแบบไหน
- ช่วยป้องกันทารกสะอึกได้ ด้วยวิธีง่าย ๆ นี้
- แซร์ท่าจับเรอ ช่วยไล่ลม ไม่ให้ทารกสะอึก
- ทารกสะอึก จะหายเองได้ไหม
- อาการลูกสะอึก แบบไหนเป็นอันตราย

ทารกสะอึก เกิดจากสาเหตุอะไร บรรเทาอาการยังไงได้บ้าง

อาการทารกสะอึก เป็นหนึ่งในอาการที่คุณแม่มีอยู่ใหม่ต้องเจอกับภาวะที่เกิดขึ้นกับทารกแรกเกิด หลังให้นมเสร็จก็เห็นลูกสะอึกจนคุณแม่ทำอะไรไม่ถูก ต้องทำอย่างไรให้ลูกน้อยหายสะอึก ลูกสะอึกเกิดจากสาเหตุอะไร เด็กทารกสะอึกจะเป็นอันตรายไหม มาไขข้อข้องใจกับอาการทารกสะอึก เพื่อสามารถรับมือและป้องกันเมื่อลูกสะอึกได้อย่างเหมาะสมและปลอดภัย

ทารกสะอึก เกิดได้จากหล่ายสาเหตุ

โดยทั่วไปแล้วอาการทารกสะอึกเป็นภาวะปกติที่เกิดขึ้นได้กับทารกแรกเกิด ส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นในช่วง 3 เดือนแรก และอาการสะอึกจะค่อย ๆ ลดลงไปและหายไปได้เองเมื่อถึงวัยหรือประมาณ 4 เดือนขึ้นไป ภาวะเด็กทารกสะอึกอาจเกิดขึ้นได้จากปัจจัยเหล่านี้

- เกิดจากการขยายตัวของกระเพาะอาหาร ภายหลังจากที่ทารกดูดกลืนนมเข้าไป ส่งผลทำให้เกิดแรงดันไปที่กล้ามเนื้อกระเบื้องลมบริเวณรอยต่อระหว่างช่องปอด และช่องท้องให้หดเกร็ง เมื่อกล้ามเนื้อกระเบื้องลมหดเกร็งอย่างรวดเร็วในขณะที่ทารกหายใจเข้าออกจะเป็นเสียงอุกมาก
- กลไกการทำงานของกล้ามเนื้อกระเบื้องลมที่ยังไม่สุ่มพัฒนา กับการหายใจเข้าออก ในขณะที่ลูกกำลังดูดนมต้องกลืนหายใจ ส่งผลทำให้กล้ามเนื้อกระเบื้องลมหดเกร็งตัวอย่างรวดเร็ว จึงทำให้ลูกสะอึกขึ้นมาได้
- ทารกสะอึกหลังกินนมเกิดจากการทำงานของกระเบื้องลมในร่างกายทารกยังมีส่วนที่ไม่สมบูรณ์ และอวัยวะต่าง ๆ ยังเจริญเติบโตและพัฒนาไม่เต็มที่
- อาการสะอึกของทารกเกิดขึ้นได้ตั้งแต่ตอนอยู่ภายในครรภ์คุณแม่ และอาจจะเกิดขึ้นได้อีกเป็นครั้งคราวในวัยเด็กได้

การที่เด็กทางสังคมหลังจากกินนมเสร็จ ถือเป็นปฏิกริยาที่ตอบสนองของร่างกายตามธรรมชาติ ซึ่งเป็นภาวะปกติสำหรับทารกวัยแรกเกิด และไม่ส่งผลกระทบต่อพัฒนาการของทารกแต่อย่างใด โดยทั่วไปแล้วทารกจะอีกเพียงไม่กี่นาทีแล้วก็จะหายสังค์ใจไปเอง แต่หากคุณพ่อคุณแม่สังเกตว่าลูก สังค์อยู่ มีอาการสังค์เป็นเวลานานหรือนานเกินกว่า 48 ชั่วโมง ควรรีบพาลูกน้อยไปพบคุณหมอเพื่อตรวจดูอาการทันที

เด็กทางสังคม จากการกินนม เป็นแบบไหน

อาการสังค์หลังจากการดูดนม เนื่องจากการที่ลูกน้อยดูดนมเข้าไปเร็วและมีการดูดกลืนอากาศเข้าไปลงสู่กระเพาะ ส่งผลให้เกิดแรงดันไปยังบริเวณกระบังลมทำให้กล้ามเนื้อกระบังลมและกล้ามเนื้อระหง่านซึ่งโครงเกิดหดตัวขึ้นฉับพลัน เป็นผลให้กล่องเสียงปิดลงอยู่กับทันทัน จึงมีอาการสังค์เกิดขึ้น ซึ่งหลังจากลูกน้อยกินนมแล้วคุณแม่ควรให้ลูกได้เรอทุกครั้ง เพื่อขับลมออกจากกระเพาะ เพราะนอกจากจะช่วยให้ลดอาการสังค์ลงแล้ว ยังช่วยให้ลูกหายอืดอัด แน่นท้อง ลดปัญหาที่ทำให้เกิดการแหวะน้ำ หรืออาการท้องอืด ปวดท้องในทารกลงได้

วิธีป้องกันทางสังคม ที่คุณแม่ควรรู้

แม้ว่าทางสังคมจากการหายใจเข้าออกเร็วหลังจากการดูดนม แต่อาการนี้จะไม่ส่งผลกระทบต่อระบบหายใจหรือพัฒนาการของทารกแต่อย่างใด สำหรับคุณพ่อคุณแม่มือใหม่ที่กังวลใจเมื่อลูกน้อยสังค์ หรือมองครั้ง nàoอาจเกิดอาการสังค์ห่วงกินนมที่ส่งผลให้เกิดการไอหรือสำลัก สามารถลองใช้วิธีเหล่านี้เพื่อป้องกันหรือหยุดการสังค์ของลูกน้อย ได้แก่

1. กระตุนให้ลูกเรอ

หลังจากให้ทารกกินนมเสร็จแล้ว คุณแม่ควรทำให้ลูกน้อยได้เรอออกมากทุกครั้ง ด้วยท่าอุ้มเรอ เพื่อไล่ลมและช่วยบรรเทาอาการทางสังคมหลังจากการดูดนม หรือกรณีที่สังเกตว่าลูกน้อยมีอาการสังค์ห่วงกินนม คุณแม่ควรหยุดให้นมก่อนแล้วอุ้มลูกน้อยขึ้นมาพอดีในลักษณะลำตัวตรง จากนั้นใช้มือตอบหลังทางการเบา ๆ หรือใช้มือวนเป็นวงกลมบริเวณท้องเพื่อกระตุนให้ลูกได้เรอออกมาก รวมถึงการอุ้มลูกน้อยเดินไปมา ก็จะช่วยให้นอนมีลูกกินให้ลากจากกระเพาะลงไปสู่ลำไส้ได้เร็วขึ้น ช่วยให้ลูกน้อยไม่เกิดการสังค์ได้ง่ายขึ้น

2. ดูดนมแม่แก้สังค์

สำหรับทารกในช่วง 6 เดือนแรก หากมีอาการสังค์ การนำลูกเข้าเต้าดูดนมแม่สามารถช่วยหยุดอาการสังค์ของลูกน้อยได้เร็วขึ้น โดยไม่จำเป็นให้ลูกน้อยในวัยนี้ดื่มน้ำ

3. จัดท่าอุ้มให้นมทารก

ในขณะที่ลูกน้อยกำลังกินนม ไม่ควรให้การกออยู่ในท่านอนหรับมากเกินไป เพราะอาจทำให้มีอาการเข้าไปในท้องจนทำให้เด็กทารกสะอึกได้ โดยท่าอุ้มให้นมที่เหมาะสมจะช่วยให้ลูกเข้าเต้าและดูดกลืนน้ำนมได้ดี เช่น ท่าลูกนอนขวางบันตัก ด้วยการใช้มือและแขนประคองตัวทารก ให้ท้ายทอยของลูกอยู่บนแนวขอกของแม่ และอุ้มลูกไว้บนตัก ให้ศีรษะลูกอยู่สูงกว่าลำตัวแล้วตะแคงตัวลูกให้เข้าหาตัวแม่เพื่อเข้าเต้า



4. หลีกเลี่ยงการเล่นหรือทำกิจกรรมที่ทำให้การกอออกแรง เยอะหลังกินนม

เช่น การปล่อยให้ลูกคลาน การจัดจี๊ดลูกน้อย หรือการเขย่าตัว ควรอุ้มลูกน้อยให้อยู่ในท่านั่งตรงประมาณ 20-30 นาที

อย่างไรก็ตาม การสะอึกเป็นกลไกที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติของร่างกาย แต่หากคุณแม่ต้องเจอกับภาวะทารกสะอึกหลังจากการกินนมบ่อยครั้ง วิธีช่วยให้ลูกน้อยลดความถี่จากการสะอึกน้อยลง เช่น

- การกระตุ้นให้ลูกน้อยเรอหลังกินนม เพื่อช่วยไอล์มในกระเพาะอาหาร
- สร้างบรรยากาศให้มีลูก เพื่อให้ทารกได้รู้สึกกินนมอย่างผ่อนคลายและสนับายนิ่ง หากทารกถูกกระตุ้นจากสิ่งเร้าต่าง ๆ ก็จะทำให้ลูกน้อยขยับตัวบ่อยในขณะที่กินนม อาจทำให้ลูกสำลักและนมที่ดูดกลืนลงไปร้ายๆ เคืองที่หลอดอาหาร เป็นผลไปกระตุ้นให้ทารกสะอื้นได้
- ให้นมในขณะที่ทารกยังไม่หิวมาก เพื่อลูกน้อยจะค่อย ๆ กินนมช้าลง เพราะการที่ทารกดูดน้ำนมเร็วเกินไปทำให้หายใจไม่ทัน อาจเกิดอาการสะอื้นตามมาได้
- นวดคลึงบริเวณกระบังลมหรือช่วงบนของส่วนห้องลูกน้อยเบา ๆ อาจช่วยลดอาการทางร่างกายได้
- หากลูกน้อยสะอื้นนาน มีอาการร้องไห้ หงุดหงิด งอแง ควรอุ้มลูกน้อยขึ้นมาลูบหลังเบา ๆ และปลอบโยนให้ทารกรู้สึกผ่อนคลายลงและรู้สึกอบอุ่นจากอ้อมกอดคุณแม่
- เมื่อทารกสะอื้นขณะกินนม ควรหยุดป้อนนมให้ลูกก่อนแล้วปล่อยให้ลูกได้เรอหรือกระตุ้นให้เรืออกมา หลังจากเรอแล้วควรสลับให้ลูกเข้าเต้าดูดนมอีกข้าง
- ลูบวนเป็นวงกลมบริเวณแผ่นหลังลูกน้อยเบา ๆ พร้อมกับโยกตัวไปมาเล็กน้อย จะช่วยระบายอากาศส่วนเกิน และช่วยทำให้ทารกรู้สึกผ่อนคลาย สนับายนิ่ง แล้ออาจทำให้อาการทางร่างกายหายลงได้

ทั้งนี้ถึงแม้จะมีวิธีแก้สะอื้กที่อาจใช้กับคุณพ่อคุณแม่หรือผู้ใหญ่ได้ผล แต่สำหรับทารกและเด็กเล็กแล้วไม่ควรนำวิธีเหล่านี้มาใช้ เพราะอาจทำให้เกิดอันตรายได้ เช่น

- การทำให้ตกใจ การส่งเสียงดังที่ถึงแม้อาจทำให้เกิดความตกใจ แต่เสียงที่ดังมากเกินไปอาจส่งผลให้แกว่งหูที่บอบบางของทารกเกิดความเสียหาย และอาจทำให้ลูกน้อยร้องไห้ไม่หยุด เพราะความตกใจได้
- ตอบหลังทารก การตอบหลังโดยใช้มือกระแทกไปบนหลังทารกแรง ๆ อาจก่อให้เกิดอันตรายต่อเส้นเอ็นในกระดูกซี่โครงของทารก ซึ่งมีความบอบบางอยู่มาก เมื่อลูกสะอื้นควรใช้วิธีลูบหรือตอบหลังเบา ๆ อย่างนุ่มนวลก็เพียงพอแล้ว

โดยปกติอาการทารกสะอื้นจะหยุดได้เอง หรือบางครั้งก็สามารถถอนหลับและสะอื้นไปพร้อมกันได้ไม่ใช้ปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของลูกน้อยแต่อย่างใด แต่หากคุณพ่อคุณแม่ได้ลองใช้วิธีลดการสะอื้นของทารกอย่างถูกต้องแล้ว กรณีอาการสะอื้นยังไม่หยุด หรือสะอื้นนานจนผิดสังเกต อาจเป็นสัญญาณของปัญหาสุขภาพที่รุนแรง ควรนำทารกไปพบคุณหมอเพื่อตรวจดูอาการ

ท่าจับเรอ ช่วยไอล์ม ไม่ให้ทารกสะอื้ก

หลังจากที่ให้นมลูกเสร็จแล้ว คุณแม่ควรกระตุ้นให้ลูกน้อยได้เรอทันที เพื่อช่วยไอล์ม หรือเรอครั้งหนึ่งก่อนที่จะลับบ้มให้ลูกดูดเต้าอีกข้าง เพื่อช่วยป้องกันให้ทารกไม่สะอื้น และยังป้องกันลูกสำรองสำรอง ลดปัญหาการแหะะนมตามมาด้วย โดยท่าจับเรอง่าย ๆ ที่คุณแม่มือใหม่ก็ทำได้ ดังนี้

ท่าที่ 1 จับเรอในท่าอัมพาดบ่า

คุณแม่อัมพาดบ่าทันทีที่ลูกน้อยหายใจแล้ว ให้ช่วงตัวทารกแนบกับหน้าอก ประคองศีรษะ ลูกโดยให้คางของลูกน้อยเกยอยู่ที่บ่าของคุณแม่ ใช้ฝ่ามือลูบหลังขึ้นเบา ๆ เพื่อไอล์มจนได้ยินเสียงลูกเรอออกมานะ ทั้งนี้การอัมพาดบ่าคุณแม่ควรระวังลูกน้อยไม่ให้หมุนกดทับบนบ่าจนหายใจไม่

สະດວກ และอาจทำให้เกิดการແຫວະນາໄດ້

ທ່າທີ 2 ຈັບເຮອໃນທ່ານັ້ນຕັກ

ຄຸນແມ່ເຊັ່ນທາງຈົ້ນມານັ້ນຕັກ ໂດຍໃຊ້ນິ້ວໜຶ່ງກັບນິ້ວໂປ່ງຈາກມື້ອັງຂ້າງທີ່ປະກາດ ມື້ຈະອູ່
ຕຽນທຳອາກູແລະລິນປີຂອງລູກພວດີ ໂນໍມຕົວລູກເອົນໄປໝໍ້າງທຳເລັກນໍ້ອຍ ຈາກນັ້ນໃຊ້ມື້ອັງຂ້າງລູບທຳລູກ
ນໍ້ອຍໜ້າ ຖ້າ ຕັ້ງແຕ່ບໍລິເວລາເວົ້າຂົ້ນມາຈົນຄົງຕົ້ນຄອງ ໂປ່ນກາຣີດລມອອກມາ ອົງໝື່ອລົງມື້ອັກລ້າຍຮູປ໌ຕໍ່າຍແລ້ວ
ໃຊ້ສັນຕັບເບາ ທ່ານ ບໍລິເວລາເວົ້າເວົ້າ ເພື່ອໄລ່ລົມໃຫ້ຂົ້ນມາ ຈົນໄດ້ຢືນເສີຍງຸກເຮວ

ຄຸນແມ່ສາມາຮູາເລືອກທ່າເຮອທີ່ຄັດໃນກາຣທຳໃຫ້ລູກເຮວແຕ່ລະຄຣັງ ທີ່ຈະໃຊ້ເວລາສັ້ນຍາວ ປະມານ
30-60 ນາທີ ຂຶ້ນອູ່ກັບທາງແຕ່ລະຄນ ພັດລູກເຮວແລ້ວ ຄຸນແມ່ຄວາຈັດໃຫ້ກາຣກອນໃນທ່າຕະແຄງຂວາ
ເອີ້ງຕີຮະສູປປະມານ 30-45 ອົກາ ທີ່ຈົ່ງເປັນທ່າທີ່ໜ່ວຍໃຫ້ນຳນມໄຫລລົງສູ່ກະເພາະແລະລຳໄສ້ເລີກໄດ້ດີ
ຂົ້ນ ທຳໃຫ້ຮັບບໍ່ຍ່ອຍແລະກາຣດູດຕື່ມເຮົ້າຂົ້ນ ແລະຍັ້ງໜ່ວຍໃຫ້ວັກສະຖິກລູກກັນເຂົ້າໄປຕອນດູດນມໄດ້ລົຍ
ຂົ້ນມາຍູ່ສ່ວນບັນຂອງກະເພາະ ກາຣັ້ນມເຮວທຳລັງກິນນມທຸກຄຣັງຫຼືເຮວໃນເວລາທີ່ເໜັກສົມ ນອກຈາກຈະ
ໜ່ວຍປ້ອງກັນອາກາຣະສະອັກແລ້ວ ຍັງມີສ່ວນໜ່ວຍປ້ອງກັນກວາງກຣດໄຫລຍ້ອນ ແລະໜ່ວຍປ້ອງກັນອາກາຣທົ່ວ
ອົດໃນທາງກັດໜ່ວຍ

ທ່າທີ 3 ຈັບເຮອດ້ວຍວິທີອື່ນ ຖ້າ

- ພັດລູກກິນນມອື່ນ ໃຫ້ເຊັ່ນລູກນໍ້ອຍຂົ້ນພາດບໍາພາເດີນເລີນ ໂດຍພຍາຍາມປະກອງທາງກິໄຫ້ຕົວຕັ້ງ
ເພື່ອຈະໄດ້ເຮວອອກມາ
- ໃນຂະແໜເຊັ່ນທາງກັບລັບ ໃຫ້ປະກອງລູກໃນທ່າຕົວຕັ້ງກີຈະທຳໃຫ້ລູກນໍ້ອຍເຮືອອກມາໄດ້ເອງ
- ໃຊ້ຜ້າອຸ່ນ ຖ້າ ວາງທານທີ່ທ່ອງຈະໜ່ວຍທຳໃຫ້ລູກນໍ້ອຍເຮືອອກມາຫຼືອບາງຄຣັງກີພາຍລມອອກ ທີ່
ເປັນກາຣໜ່ວຍຮະບາຍລມໃນທ່ອງອອກມາໄດ້ເຊັ່ນກັນ

ທາງກສະອັກ ຈະຫາຍເອງໄດ້ໄໝ

ອາກາຣທາງກສະອັກ ເປັນກວາງປັກຕິທີ່ເກີດຂຶ້ນໄດ້ໃນທາງ ຄ້າລູກສະອັກແລ້ວໄມ່ມີອາກາຣອື່ນ ຖ້າແທກຫ້ອນ
ຄົນເພື່ອຄຸນແມ່ມື້ອັກແມ່ໄໝມ່ໄມ່ຕ້ອງກັງລາຈີແຕ່ອ່າງໃດ ໄນຈໍາເປັນຕ້ອງໄປໜາຄຸນໜ່ວຍເພື່ອຕວະຈົບກາຣຮັກໜາ
ທີ່ຈະວັນນີ້ຈະຄ່ອຍ ທ່າຍໄປເມື່ອທາງເຮີມໂດຂົ້ນຫຼືເຂົ້າສູ່ວ່າຍ 4-5 ເດືອນ

ອາກາຣລູກສະອັກ ແບບໄຫນເປັນອັນຕຣາຍ

ແນວ່າອາກາຣລູກສະອັກຈະເປັນກວາງປັກຕິທີ່ເກີດຂຶ້ນໄດ້ກັບທາງທ່ວ່າໄປ ທີ່ຄຸນແມ່ຈະສັງເກດວ່າທາງ
ສາມາຮັກສະອັກໄດ້ປ່ອຍຄຣັງ ເຊັ່ນ ພັດຄຸນແມ່ໃຫ້ນມ ລູກສະອັກຮ່ວາງນອນຫັບ ຕອນລູກນໍ້ອຍຕົກໃຈຫຼື
ຕອນເກີດກວາງເຄຣີຍ ແລະໄມ່ພບວ່າກວາງເຕັກທາງກສະອັກຈະປັ້ງບອກຄື່ງສັ້ນຜູ້ອັນຕຣາຍໄດ້ ຖ້າ

อย่างไรก็ตาม หากคุณพ่อคุณแม่สังเกตว่าลูกสะอึกต่อเนื่องนานกว่า 2 ชั่วโมง อาการยังไม่หายหลังสะอึกมาสักพักแล้ว และสะอึกนานเกิน 48 ชั่วโมง รวมถึงมีอาการอื่น ๆ ร่วมด้วย เช่น อาเจียน มีไข้ งอแง แห้งน้ำนม และอาการสะอึกไปกระทบต่อการดูดนม การนอน การหายใจของลูกน้อย เมื่อมีอาการเหล่านี้ควรพาทารกไปพบคุณหมอเพื่อตรวจวินิจฉัยหาสาเหตุและทำการรักษาอย่างเหมาะสม

จะเห็นได้ว่า แม่กระหังอาการสะอึกเพียงนิดของลูก ก็สามารถสะกิดให้คุณพ่อคุณแม่คิดมากได้ ทั้งนี้อาการลูกสะอึกถือว่าเป็นเรื่องธรรมชาติของทารก และไม่ส่งผลกระทบใด ๆ ต่อลูกน้อย สะอึกแล้ว สิงสำคัญคือหากลูกมีอาการสะอึกยังไม่มีความจำเป็นให้ทารกดื่มน้ำเพื่อกำกับอาการสะอึก หากคุณแม่กังวลก็สามารถให้ลูกกินนมแม่ได้ เพราะทารกถูงแต่แรกเกิดจนถึงช่วงวัย 6 เดือนแรกนั้น ควรได้รับน้ำนมแม่เพียงอย่างเดียว โดยยังไม่ต้องกินน้ำหรืออาหารตามวัยใด ๆ เนื่องจากระบบย่อยอาหารของทารกในช่วงวัยนี้ยังมีการพัฒนาได้ไม่เต็มที่ นำนมแม่ซึ่งประกอบไปด้วยโปรตีน และสารอาหารมากกว่า 200 ชนิด เช่น ดีอีชเอ วิตามิน แคลเซียม และสูฟิงโกรaine อีลิน ที่ย่อยง่าย ตามธรรมชาติ จึงเหมาะสมกับระบบทางเดินอาหารของลูกน้อยวัยแรกเกิด ทั้งยังให้ทารกได้รับสารอาหารในนมแม่ที่มีประโยชน์อย่างเต็มที่ ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันให้ลูกน้อยมีสุขภาพที่แข็งแรง แणมยังช่วยพัฒนาสมองให้ลูกได้เรียนรู้เร็ว หลังให้ลูกกินนมแม่แล้ว คุณแม่ก็สามารถอุ้มลูกน้อยเรอเพื่อไล่ลมช่วยป้องกันหรือบรรเทาอาการสะอึก เพียงเท่านี้คุณพ่อคุณแม่ก็สามารถเลี้ยงดูลูกน้อยได้อย่างสนับายนิ่งและปลอดภัย

อ้างอิง:

1. ทารกสะอึก สิ่งที่พ่อแม่ควรรู้ และ 4 วิธีแก้สะอึกอย่างปลอดภัย, พบแพทย์
2. เมื่อลูก “สะอึก” นឹងវិធីແກ່បັນດາແມ່ມືອໂປຣ, โรงพยาบาลพญาไท
3. ต้องจบลูกเรอหลังกินนมทุกครั้งหรือไม่ ถ้าสะอึกจะทำอย่างไรดี, ມຸນນິຫຼຸນຍົ່ນແມ່ຫ່າງປະເທດໄທໃນພະບານຈຸບັນ
4. ກារວປກຕີ ທີ່ພົບນ້ອຍໃນທາຮກແຮກເກີດ, ໂຮງພຢາບາລສີຄຣິນທີຣ
5. ທາຮກสะອึก ສາເຫດແລະວິທີຮັບມືອີ່ຄວຽ້ງ, hellokhunmor
6. ຄຸນແມ່ຍ່າເພລອ...ອໍາຍໍາມື່ມີ້ກ່າວເຮົວໜັງກິນນັມ, ໂຮງພຢາບາລເຕີກສິນພາກ
7. ທ່າໃໝ່ນແມ່ທີ່ຖືກຕໍ່ອັນແລະການອຸ້ມເຮອ, ໂຮງພຢາບາລແມຄອວົມືກ
8. ທາຮກสะອึก ຄຸນແມ່ມື່ອໃໝ່ມີ້ກ່າວຮັບມືອຍ່າງໄຮດີ, hellokhunmor
9. ໃຫ້ລູກກິນນັມແມ່ຄົງກີເດືອນດີ, ໂຮງພຢາບາລວິຊ້ຍເວັບ ອິນເຕົວໜ່ານແນລ ອ້ອມນ້ອຍ

อ้างอิง ณ วันที่ 8 กุมภาพันธ์ 2567





คุณแม่ตั้งครรภ์

แม่ผ่าคลอด

ดูแลลูกตามช่วงวัย

ภูมิแพ้ในเด็ก

สพิงโภ
ไม้อลีบ

สพิงโภไม้อลีน

พัฒนาการสมองลูกน้อย

การขับถ่ายลูกน้อย

คุณแม่ให้นมบุตร

เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่

อาหารเด็ก

S-Mom Club

ข้อมูลผลิตภัณฑ์

โปรโมชัน