



ที่ตรวจไข่ตกแม่นยำแค่ไหน ตรวจไข่ตก ได้จริงไหม พร้อมวิธีใช้งาน

ภาษา

ที่ตรวจไข่ตกแม่นยำแค่ไหน ตรวจไข่ตกได้จริงไหม พร้อมวิธีใช้งาน

คุณแม่ตั้งครรภ์

บทความ

พ.ค. 17, 2024

7 นาที

หากคุณกำลังอยากมีลูก การใช้ที่ตรวจไข่ตก เป็นอีกหนึ่งวิธีที่จะช่วยเตรียมความพร้อมของคู่รักทั้งสามีและภรรยา เตรียมตัววางแผนหาวันที่เหมาะสมในการมีเพศสัมพันธ์ เพื่อเพิ่มโอกาสในการตั้งครรภ์ เพราะช่วงวันไข่ตกเป็นวันที่อสุจิของเพศชายมีโอกาสปฏิสนธิกับไข่ของเพศหญิง ทำให้เพิ่มโอกาสในการตั้งครรภ์ได้มากยิ่งขึ้น

สรุป

- ที่ตรวจไข่ตกโดยใช้ปัสสาวะเป็นอุปกรณ์ที่ใช้ระบุหาระดับฮอร์โมนลูทีไนซิง (LH) ซึ่งมีค่าสัมพันธ์กับโอกาสในการตั้งครรภ์ได้สำเร็จ ถ้าพบค่าฮอร์โมนนี้สูง โอกาสที่อสุจิจะได้ปฏิสนธิกับไข่ก็จะเพิ่มขึ้น
- การตรวจหาไข่ตกด้วยปัสสาวะเป็นวิธีที่แม่นยำถึง 99 เปอร์เซ็นต์ โดยคุณผู้หญิงเพียงปัสสาวะใส่ที่ตรวจไข่ตก หรือปัสสาวะใส่ถ้วยและใช้ที่ตรวจไข่ตกจุ่มลงไป รอสักครู่ก็จะทราบผล

- ถ้ามีรอบเดือนสม่ำเสมอ ไข่จะตกที่วันครบครึ่งรอบของการมาของรอบเดือน เช่น รอบเดือน 28 วัน ไข่ตกประมาณวันที่ 14 เมื่อนับ 1 ในวันที่ประจำเดือนวันแรก ดังนั้นควรทดสอบไข่ตกตั้งแต่วันที่ 10 หรือ 11
- หากรอบเดือนมาสม่ำเสมอทุกเดือน จะตรวจทดสอบไข่ตกแค่เพียงครั้งเดียวต่อเดือนก็ได้ ในกรณีที่รอบเดือนมาไม่สม่ำเสมอ มีปัญหาประจำเดือนมาไม่ปกติ การนับวันไข่ตกอาจคลาดเคลื่อน ใช้ไม่ได้ผลมากเท่าที่ควร ควรพบแพทย์เฉพาะทางเพื่อรับการปรึกษา

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- ทำไม “ที่ตรวจไข่ตก” ถึงสำคัญสำหรับคนอยากมีลูก
- ลักษณะของที่ตรวจไข่ตก เป็นแบบไหน
- ที่ตรวจไข่ตก ให้ผลแม่นยำมากแค่ไหน
- ชุดตรวจไข่ตก มีกี่แบบ วิธีใช้งานต่างกันไหม?
- วิธีอ่านผลตรวจไข่ตก เหมือนกับการตรวจครรภ์ไหม
- ในหนึ่งเดือน ควรตรวจไข่ตกบ่อยแค่ไหน
- ควรตรวจไข่ตก เวลาไหนดีที่สุด

ทำไม “ที่ตรวจไข่ตก” ถึงสำคัญสำหรับคนอยากมีลูก

ชุดตรวจไข่ตก ถือเป็นอุปกรณ์ตัวช่วยสำหรับผู้ที่ต้องการมีลูก

- ช่วยให้ระบุช่วงเวลาไข่ตกที่แม่นยำมากขึ้นในระหว่างรอบเดือนของผู้หญิง ซึ่งช่วงเวลาที่ว่าจะเพิ่มโอกาสให้ตั้งครรภ์และไข่ปฏิสนธิสำเร็จ
- ตรวจจับการเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วของฮอร์โมนลูทีไนซิง (LH) ในปัสสาวะ และบอกให้รู้ว่าช่วงตกไข่กำลังใกล้เข้ามา สามารถกะราว ๆ สมมติว่ารอบเดือนสม่ำเสมอ อาจจะเป็น 28 วัน เป็นไปได้ที่ไข่จะตกวันที่ 14 เมื่อนับ 1 วันแรกที่มีประจำเดือน ก็ควรทดสอบประมาณวันที่ 10 หรือ 11 ช่วงนี้เป็นช่วงที่จะถือว่าเป็นโอกาสที่ผู้หญิงจะตั้งครรภ์ได้มากที่สุด
- การตรวจไข่ตก ด้วยที่ตรวจไข่ตกเช่นนี้จะช่วยลดความคลาดเคลื่อนจากการคาดคะเน และผลลัพธ์ที่ไม่แน่นอน เมื่อคู่รักสามารถหาเวลาที่มีเพศสัมพันธ์ที่เหมาะสมและเป็นช่วงเวลาตกไข่ได้อย่างแม่นยำมากขึ้น ก็จะช่วยเพิ่มโอกาสในการปฏิสนธิและตั้งครรภ์ได้มากขึ้น

ลักษณะของที่ตรวจไข่ตก เป็นแบบไหน

- เหมือนกับนักสืบที่ตรวจจับหาฮอร์โมนลูทีไนซิง (LH): ทำงานโดยการตรวจสอบระดับฮอร์โมนลูทีไนซิง (LH) ในปัสสาวะของคุณผู้หญิง
- ช่วยกำหนดเวลาเพื่อทำกิจกรรมทางเพศได้เหมาะสม: ชุดตรวจตกไข่ เพื่อให้ทราบว่าฮอร์โมนลูทีไนซิง (LH) เพิ่มขึ้นหรือไม่ การตกไข่ปกติจะเกิดขึ้นภายในประมาณ 36 ชั่วโมง หลังจากตรวจพบว่าฮอร์โมนลูทีไนซิง (LH) เพิ่มขึ้นสูง ดังนั้นนี่เป็นเวลาที่เหมาะสมสำหรับคู่รักที่อยากตั้งครรภ์

- **การใช้งานง่ายต่อผู้ใช้:** จะปัสสาวะใส่เลย หรือว่าปัสสาวะไว้ในถ้วยแล้วค่อยเอาไปจุ่มก็ได้ และใช้เวลารอผลไม่นาน

ที่ตรวจไข่ตก ให้ผลแม่นยำมากแค่ไหน

- การทดสอบการตกไข่เมื่อใช้อย่างถูกต้องจะมีอัตราความแม่นยำโดยประมาณที่ 99 เปอร์เซ็นต์ ซึ่งบ่งชี้ถึงการตกไข่ที่กำลังจะเกิดขึ้นภายใน 36 ชั่วโมงข้างหน้าโดยประมาณ
- อย่างไรก็ตาม สิ่งสำคัญที่ต้องทราบก็คือ แม้ว่าจะสามารถตรวจจับฮอร์โมนลูทีไนซิง (LH) เพิ่มขึ้น ได้อย่างแม่นยำ แต่อย่างไรก็ตาม ผลที่เกิดขึ้นอาจเป็นผลบวกวงได้ (False positive) และไม่มีอะไร 100 เปอร์เซ็นต์ในทางการแพทย์

ชุดตรวจไข่ตก มีกี่แบบ วิธีใช้งานต่างกันไหม?

ชุดตรวจไข่ตกแบ่งได้ 2 แบบ แบ่งตามสิ่งที่นำไปตรวจสอบ

1. ชุดอุปกรณ์ที่ใช้ปัสสาวะ

- การตรวจหาช่วงไข่ตกโดยใช้ปัสสาวะ ชุดตรวจนี้ระบุหาฮอร์โมนลูทีไนซิง (LH) ซึ่งมีแนวโน้มที่จะเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ก่อนช่วงที่ไข่จะตก
- ถ้าคุณผู้หญิงฉี่ใส่บนแท่งทดสอบ (หรือจุ่มแถบทดสอบลงในถ้วยปัสสาวะ) และพบว่ามียาฮอร์โมนลูทีไนซิง (LH) เป็นบวก ก็มีแนวโน้มว่าจะตกไข่ใน 24 ถึง 36 ชั่วโมงต่อมา
- ชุดอุปกรณ์บางตัวยังมีขั้นตอนเพิ่มเติมเพื่อวัดฮอร์โมนเอสโตรเจน 3-กลูคูโรไนด์ (E3G) ซึ่งอาจปรากฏในปัสสาวะช่วงเวลาที่มีการตกไข่อีกด้วย ฮอร์โมนตัวหลังนี้เกี่ยวกับการตกไข่ซึ่งร่างกายผลิตขึ้นเพื่อให้สนับสนุนการทำงานของอสุจิ ทำให้อสุจิแหวกว่ายเข้าไปหาและผสมกับไข่ได้ง่าย

2. ชุดอุปกรณ์ที่ใช้น้ำลาย

- ชุดทดสอบรูปแบบนี้จะใช้ร่วมกับกล้องจุลทรรศน์ขนาดเล็ก และกระจกสไลด์ ให้คุณผู้หญิงใส่น้ำลายลงบนสไลด์ จากนั้นปล่อยให้แห้ง แล้วก็ใช้กล้องจุลทรรศน์ส่องดูเพื่อวิเคราะห์รูปแบบของผลึกในน้ำลาย
- อาจเห็นจุด ๆ เป็นรูปร่างกลม รูปแบบคล้ายเฟิร์น หรือเห็นสามจุดรวมกัน ขึ้นอยู่กับว่าอยู่ในช่วงใดของรอบเดือน ลายเฟิร์นบ่งบอกถึงการเพิ่มขึ้นของระดับฮอร์โมนเอสโตรเจนที่มาพร้อมกับการตกไข่
- แต่การทดสอบด้วยน้ำลายมีผลลัพธ์ที่น่าเชื่อถือน้อยกว่าการตรวจสอบด้วยปัสสาวะ กิจกรรมหลายอย่างในชีวิตประจำวัน เช่น การดื่ม กิน หรือสูบบุหรี่ รวมถึงความชำนาญในการตรวจของผู้ตรวจ อาจทำให้ผลเพี้ยนได้

วิธีอ่านผลตรวจไข่ตก เหมือนกับการตรวจครรภ์ใหม่

การอ่านผลการทดสอบการตกไข่จะค่อนข้างคล้ายกับการอ่านผลการทดสอบการตั้งครรภ์ แต่ก็มีข้อแตกต่างกัน เมื่อเริ่มต้นการตรวจหาไข่ตก ทำตามขั้นตอนต่อไปนี้

1. จุ่มแท่งทดสอบด้านที่มีลูกศรลงในปัสสาวะตามคำแนะนำบนบรรจุภัณฑ์ ประมาณ 5 วินาที
2. นำแท่งทดสอบวางไว้แนวราบ
3. รอประมาณ 5 นาที จึงค่อยอ่านผลทดสอบ

เส้นควบคุม: เส้นนี้จะปรากฏขึ้นเสมอ เป็นการยืนยันว่าการทดสอบทำงานอย่างถูกต้อง

เส้นทดสอบ: ความเข้มของเส้นนี้จะแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับระดับของฮอร์โมนลูทีไนซิง (LH) ที่ตรวจพบในปัสสาวะ

- ถ้าเส้นทดสอบมีสีเข้มกว่าหรือมองเห็นได้ชัดมากเมื่อเทียบกับเส้นควบคุม แสดงว่าใกล้ถึงช่วงไข่ตกฮอร์โมนลูทีไนซิง (LH) ของคุณผู้หญิงกำลังเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว มีแนวโน้มที่จะตกไข่ภายใน 12-48 ชั่วโมงข้างหน้า
- เส้นที่จะขึ้นมาและตรวจสอบดู คล้ายกับที่ทดสอบการตั้งครรภ์ แต่การทดสอบ 2 แบบนั้นมีวัตถุประสงค์เพื่อตรวจสอบฮอร์โมนที่แตกต่างกัน การทดสอบการตกไข่จะตรวจหาฮอร์โมนลูทีไนซิง (LH) ในขณะที่การทดสอบการตั้งครรภ์จะตรวจหา chorionic gonadotropin (hCG) ตัวหลังเป็นฮอร์โมนที่ร่างกายคุณผู้หญิงผลิตขึ้นในระหว่างตั้งครรภ์เท่านั้น

ในหนึ่งเดือน ควรตรวจไข่ตกบ่อยแค่ไหน

ความถี่ของการทดสอบการตกไข่ในหนึ่งเดือนจะแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับความสม่ำเสมอของรอบประจำเดือนของผู้หญิง

- สำหรับผู้หญิงที่มีรอบเดือนสม่ำเสมอ การตรวจเดือนละครั้งก็เพียงพอแล้ว
- สำหรับผู้หญิงที่มีรอบเดือนสั้น การทดสอบควรเริ่ม 4 ถึง 6 วันก่อนถึงจุดกึ่งกลางของรอบเดือน ซึ่งเป็นช่วงที่มีแนวโน้มที่จะเกิดการตกไข่
- สำหรับผู้หญิงที่มีรอบเดือนไม่ปกติ จำเป็นต้องมีการตรวจบ่อยกว่าปกติ ควรเริ่มการทดสอบหลังจากมีประจำเดือนไม่กี่วัน และทำการทดสอบสัปดาห์ละครั้งหลังจากนั้นด้วย



ควรตรวจไข่ตก เวลาไหนดีที่สุด

- เวลาที่ดีที่สุดในการตรวจหาช่วงไข่ตกจะแตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับรอบประจำเดือนของแต่ละบุคคล
- สำหรับผู้หญิงที่มีรอบเดือนปกติ ไข่ตกมักเกิดขึ้นในช่วงกลางของรอบเดือน ดังนั้นจึงแนะนำให้เริ่มการทดสอบ 4-5 วันก่อนวันที่เชื่อว่าไข่ตก
- อย่างไรก็ตาม เพื่อให้มั่นใจขึ้น ควรตรวจปัสสาวะในตอนเช้าต่อไปด้วย เนื่องจากฮอร์โมนลูทีไนซิง (LH) ที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว มีแนวโน้มที่จะเกิดขึ้นระหว่างเที่ยงคืนถึง 8.00 น. ซึ่งคือตรวจพบได้ในปัสสาวะที่ออกมาใน 3-6 ชั่วโมงต่อมา

แม้ว่าการตรวจนับวันไข่ตกจะเป็นตัวช่วยในการวางแผน ทำให้เพิ่มโอกาสในการตั้งครรภ์ได้มากขึ้น แต่ก็ไม่ได้ทำให้ทุกท่านตั้งครรภ์ได้เสมอไป หากมีการเตรียมความพร้อมและวางแผนมีเพศสัมพันธ์ด้วยการตรวจสอบวันไข่ตกแล้ว ยังไม่ตั้งครรภ์ ควรไปพบแพทย์เฉพาะทางเพื่อตรวจอย่างละเอียดเพื่อหาสาเหตุที่แท้จริงต่อไป ขอให้ทุกท่านโชคดี ประสบความสำเร็จในการตั้งครรภ์ค่ะ

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์

- พัฒนาการทารกในครรภ์ 1-40 สัปดาห์ ที่แม่มือใหม่ห้ามพลาด
- อาการแพ้ท้องของคุณแม่ แพ้ท้องพะอืดพะอม แก้อย่างไร พร้อมวิธีรับมือ

- น้ำคร่ำ คืออะไร น้ำคร่ำรั่ว อาการแบบไหน สัญญาณใกล้คลอดที่ต้องรับมือ
- อาการท้องแข็งบ่อย ลูกโก่งตัวบ่อย อันตรายหรือไม่ ทำไมคุณแม่ต้องรู้
- เลือดล้างหน้าเด็กคืออะไร เลือดล้างหน้าเด็กสัญญาณแรกของการตั้งครรภ์
- ตั้งครรภ์ มีเลือดออกไม่ปวดท้อง คืออะไร อันตรายไหม สำหรับแม่ตั้งครรภ์
- อาการคนท้องระยะแรก สัญญาณการตั้งครรภ์เป็นแบบนี้
- เมนูคนท้อง อาหารคนท้องบำรุงคุณแม่ท้อง ดีต่อลูกในครรภ์
- คนท้องห้ามกินอะไร อาหารที่ส่งผลเสียต่อคุณแม่ตั้งครรภ์
- อาหารคนท้องไตรมาสแรก โภชนาการที่สำคัญสำหรับคุณแม่และทารกในครรภ์
- วิธีนับอายุครรภ์ คำนวณอายุครรภ์ด้วยตัวเอง ก่อนคลอด
- สัญญาณอาการใกล้คลอด เจ็บท้องคลอด อาการก่อนคลอดของคุณแม่
- ของใช้เตรียมคลอด ที่คุณแม่มีมือใหม่ควรเตรียมของไปคลอด
- การผ่าคลอดและคลอดธรรมชาติ ต่างกันยังไง พร้อมขั้นตอนเตรียมผ่าคลอด
- ผ่าคลอดใช้เวลากี่นาที พร้อมข้อดี-ข้อเสีย คลอดเองกับผ่าคลอด
- แผลผ่าคลอดกี่วันหาย พร้อมวิธีดูแลรอยแผลผ่าคลอดให้ฟื้นตัวไว
- แผลฝีเย็บหลังคลอด แผลคลอดธรรมชาติ ดูแลยังไงให้ปลอดภัย
- หลังผ่าคลอดกินอะไรได้บ้าง คนผ่าคลอดห้ามกินอะไรบ้างช่วยให้แผลหายเร็ว
- ภาวะซึมเศร้าหลังคลอดเกิดจากอะไร พร้อมวิธีรับมืออาการซึมเศร้าหลังคลอด
- ฤกษ์คลอด ฤกษ์ผ่าคลอด วันมงคล เวลาดี สำหรับลูกรัก

อ้างอิง:

1. Trying to Conceive? Here's When to Take an Ovulation Test, Healthline
2. Ovulation tests: How they work and when to take them, Flo Health
3. Best ovulation tests, BabyCenter
4. How to Read Ovulation Test Results, WebMD
5. Can an Ovulation Test Detect Pregnancy?, What to Expect
6. When is the Best Time to Take an Ovulation Test?, Proov Test
7. มาฝึกดูวันไข่ตกกันเถอะ, โรงพยาบาลวิภาวดี

อ้างอิง ณ วันที่ 27 มีนาคม 2567





คุณแม่ตั้งครรภ์



แม่ผ่าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก

สปิงโก
โมอีลิน

สปิงโกโมอีลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขับถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์