



# พาหะธาลัสซีเมีย โรคทางพันธุกรรมที่คนอยากมีลูกต้องรู้

ภาษา

พาหะธาลัสซีเมีย โรคทางพันธุกรรมที่คนอยากมีลูกต้องรู้

คุณแม่ตั้งครรภ์

บทความ

ม.ย. 28, 2024

7 นาที

รู้หรือเปล่า! พาหะธาลัสซีเมีย อาจแฝงอยู่ในร่างกายโดยที่เราไม่รู้ตัว เพราะคนที่เป็นพาหะไม่ได้มีอาการแสดงออกของโรค ไม่กระทบต่อสุขภาพ และสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติ แต่คุณพ่อคุณแม่ที่วางแผนที่จะมีลูกน้อย ควรทำความรู้จักและเข้าใจพาหะธาลัสซีเมียหรือโรคธาลัสซีเมียว่าส่งผลกระทบต่อลูกน้อยเพียงใด เพื่อเตรียมพร้อมก่อนตั้งครรภ์

## สรุป

- พาหะธาลัสซีเมีย เป็นการได้รับยีนที่ผิดปกติมาจากคุณพ่อหรือคุณแม่คนใดคนหนึ่ง คนที่เป็นแล้วแม้จะไม่มีอาการผิดปกติแสดงออก แต่คนที่เป็นพาหะธาลัสซีเมียจะสามารถถ่ายทอดยีนที่ผิดปกติสู่ลูกได้
- คุณแม่ที่เป็นพาหะธาลัสซีเมียตั้งครรภ์ก็สามารถถ่ายทอดยีนผิดปกติถึงทารกในครรภ์ได้ เพราะโรคธาลัสซีเมียนี้เกิดจากการถ่ายทอดทางพันธุกรรม
- อาการของโรคธาลัสซีเมียจะแสดงออกโดยแบ่งระดับตั้งแต่อาการน้อยหรือไม่มีอาการไป

จนถึงอาการรุนแรงมากที่สุด ซึ่งเป็นสาเหตุความเสียหายที่ทำให้ทารกเสียชีวิตได้ตั้งแต่ในครรภ์หรือภายหลังคลอดไม่นาน

- การได้ตรวจคัดกรองก่อนแต่งงานหรือวางแผนจะมีลูกนั้น จะทำให้คุณพ่อคุณแม่ได้ทราบว่าลูกมีโอกาสเสี่ยงที่จะเป็นโรคธาลัสซีเมียหรือไม่

## เลือกอ่านตามหัวข้อ

- พาหะธาลัสซีเมีย คืออะไร
- พาหะธาลัสซีเมีย มีกี่ชนิด
- พาหะธาลัสซีเมีย จะแสดงอาการอะไรออกมาให้เห็น
- ทำไมต้องตรวจหาธาลัสซีเมียก่อนแต่งงาน
- ตรวจหาธาลัสซีเมีย มีวิธีอะไรบ้าง
- พาหะธาลัสซีเมีย อันตรายไหม ส่งผลอะไรกับพ่อแม่บ้าง
- โรคธาลัสซีเมีย อันตรายไหม ส่งผลอะไรกับลูกบ้าง
- มีพาหะธาลัสซีเมีย สามารถมีลูกได้ไหม
- วิธีดูแลตัวเอง หากมีพาหะธาลัสซีเมีย

พาหะธาลัสซีเมีย หากไม่ได้รับการตรวจเราอาจจะไม่รู้เลยว่า “ธาลัสซีเมีย” แฝงอยู่ในร่างกาย เพราะคนที่เป็นพาหะธาลัสซีเมียจะมีสุขภาพปกติและสามารถใช้ชีวิตประจำวันได้เหมือนกันทั่วไป แต่เพราะโรคธาลัสซีเมียนั้นเกิดจากการถ่ายทอดทางพันธุกรรม ดังนั้นหากคุณพ่อคุณแม่เริ่มวางแผนมีลูก เพื่อไม่ให้ส่งความเสี่ยงไปถึงลูกน้อย การตรวจหาพาหะธาลัสซีเมีย จึงเป็นเรื่องสำคัญก่อนตั้งครรภ์ไม่น้อย!

## พาหะธาลัสซีเมีย คืออะไร

พาหะธาลัสซีเมีย เป็นการได้รับยีนที่ผิดปกติมาจากคุณพ่อหรือคุณแม่คนใดคนหนึ่ง คนที่เป็นแล้ว แม้จะไม่มีอาการผิดปกติแสดงออก แต่คนที่เป็นพาหะธาลัสซีเมียจะสามารถถ่ายทอดยีนที่ผิดปกติสู่ลูกได้ และเมื่อลูกได้รับยีนผิดปกติทั้งจากพ่อและแม่ก็มีโอกาสที่จะเป็นโรคธาลัสซีเมีย ซึ่งจะมีปัญหาด้านสุขภาพตามมา และเมื่อเป็นแล้วก็ไม่อาจรักษาให้หายขาด

โรคธาลัสซีเมีย เป็นโรคที่สามารถถ่ายทอดทางพันธุกรรมมาจากยีนที่ผิดปกติของคุณพ่อคุณแม่ คือโรคเลือดจางชนิดหนึ่งที่เกิดจากความผิดปกติในกระบวนการสร้างฮีโมโกลบินที่เป็นโปรตีนสำคัญในเม็ดเลือดแดง ทำให้เกิดเม็ดเลือดแดงไม่สมบูรณ์ ส่งผลให้เกิดภาวะโลหิตจางได้ตั้งแต่เกิดและเป็นโรคที่ติดตัวไปตลอดชีวิต ทำให้เกิดปัญหาสุขภาพตามมาและบางรายอาจรุนแรงขึ้นอยู่กับพาหะธาลัสซีเมียแต่ละชนิด โดยจะมีอาการตั้งแต่โลหิตจางน้อย ไปจนถึงโลหิตจางมาก ตัวเหลืองซีด มีอาการอ่อนเพลีย เหนื่อยง่าย ตับและม้ามโต และบัสสาวะสีเข้ม เป็นต้น ทั้งนี้หากมีอาการรุนแรงมากทารกอาจมีโอกาเสียชีวิตได้ตั้งแต่ในครรภ์หรือภายหลังคลอดได้

# พาหะธาลัสซีเมียในทารก มีกี่ชนิด

พาหะธาลัสซีเมียในทารก ที่ทำให้เกิดโรคธาลัสซีเมีย แบ่งเป็น 2 ชนิด ได้แก่

- **เบต้า-ธาลัสซีเมีย (Beta-Thalassemia)** ซึ่งเป็นพาหะที่ไม่ค่อยรุนแรงถึงขั้นทำให้ทารกมีโอกาสเสียชีวิตตั้งแต่ในครรภ์ แต่จะส่งผลกระทบต่อทารกตั้งแต่แรกเกิด โดยอาจมีอาการทารกตัวเหลืองซีดเพราะความไม่สมบูรณ์ของฮีโมโกลบินในเม็ดเลือดแดง จึงทำให้ต้องรับเลือดตั้งแต่เล็ก
- **แอลฟา-ธาลัสซีเมีย (Alpha-Thalassemia)** พาหะชนิดนี้ค่อนข้างรุนแรง หากได้รับยีนชนิดนี้ อาจมีผลทำให้ทารกเสียชีวิตได้ตั้งแต่ในครรภ์หรือภายหลังคลอดได้

## พาหะธาลัสซีเมีย จะแสดงอาการอะไรออกมาให้เห็น

คุณพ่อคุณแม่ที่เป็นพาหะธาลัสซีเมียโดยทั่วไปจะไม่แสดงอาการให้เห็น แต่หากลูกน้อยเป็นโรคธาลัสซีเมียอาการของโรคจะแสดงออกโดยแบ่งระดับตั้งแต่อาการน้อยหรือไม่มีอาการไปจนถึงอาการรุนแรงมากที่สุด ได้แก่

- **โรคธาลัสซีเมียชนิดที่แสดงอาการน้อยถึงไม่มีอาการ** อาจไม่แสดงอาการ แต่เมื่อทารกมีไข้สูง อาจมีภาวะซีดลงและมีดีซ่านร่วมด้วย
- **โรคธาลัสซีเมียชนิดที่แสดงอาการปานกลางถึงรุนแรงมาก** ทารกมักแสดงอาการภายใน 2 ปีแรกหลังเกิด พบว่ามีอาการซีด ตัวเหลือง คล้ายเป็นดีซ่าน ตาเหลือง ท้องโตจากการที่ตับและม้ามโต หายใจลำบาก มีกระดูกที่ใบหน้าผิดปกติ เช่น โหนกแก้มสูง จมูกแบน คางและกระดูกขากรรไกรผิดปกติ ทำให้มีลักษณะรูปหน้าที่ไม่คล้ายพ่อแม่ และร่างกายแคระแกร็น มีพัฒนาการเจริญเติบโตที่ไม่สมวัย
- **โรคธาลัสซีเมียชนิดที่แสดงอาการรุนแรงมากที่สุด** ทารกจะมีอาการบวมหน้า ผิวน้ำซีดมาก ท้องโตจากการที่ตับและม้ามโต และหัวใจวาย ซึ่งอาจเป็นสาเหตุที่ทำให้ทารกเสียชีวิตได้ตั้งแต่ในครรภ์หรือภายหลังคลอดไม่นาน โดยระหว่างตั้งครรภ์คุณแม่อาจมีอาการความดันโลหิตสูง ตัวบวม หรือครรภ์เป็นพิษ



## ทำไมต้องตรวจหาธาลัสซีเมียก่อนแต่งงาน

ธาลัสซีเมีย เป็นโรคทางพันธุกรรมจากคุณพ่อคุณแม่ที่เป็นพาหะธาลัสซีเมียสามารถถ่ายทอดไปยังลูกน้อยได้ ซึ่งการได้ตรวจคัดกรองก่อนแต่งงานหรือวางแผนจะมีลูกนั้น จะทำให้คุณพ่อคุณแม่ได้ทราบว่าลูกมีโอกาสเสี่ยงที่จะเป็นโรคธาลัสซีเมียหรือไม่ หากพบว่ามีคนใดคนหนึ่งหรือทั้งคู่เป็นพาหะธาลัสซีเมีย คุณหมอก็จะสามารถวางแผนการวินิจฉัยและแนะนำการป้องกันได้อย่างเหมาะสม เช่น ในบางกรณีคุณหมอก็จะแนะนำให้คุณพ่อคุณแม่มีการตรวจเลือดเพิ่มอย่างละเอียดเป็นพิเศษ หรือการตรวจ DNA ที่ถึงแม้จะมีขั้นตอนที่ซับซ้อนและอาจใช้เวลานาน แต่ก็จะทำให้ตรวจพบได้ชัดเจนว่าคุณพ่อคุณแม่เป็นพาหะธาลัสซีเมียชนิดไหน เพื่อวินิจฉัยว่าลูกมีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคธาลัสซีเมียมากหรือน้อยแค่ไหน และตรวจวินิจฉัยอาการของโรคธาลัสซีเมียที่อาจเกิดขึ้นกับทารก ว่ารุนแรงหรือไม่รุนแรง

การตรวจเลือดเพื่อคัดกรองโรคธาลัสซีเมียจะทำให้คุณพ่อคุณแม่ได้ทราบว่า

- ตัวเราเป็นพาหะธาลัสซีเมียหรือไม่ เพื่อเป็นการวางแผนก่อนแต่งงานหรือวางแผนก่อนตั้งครรภ์ ป้องกันลูกน้อยที่จะเกิดมาเป็นโรคธาลัสซีเมีย
- หากพบว่าตัวเราเป็นพาหะธาลัสซีเมีย ควรแนะนำให้คนในครอบครัวได้ไปตรวจเลือดด้วยเช่นกัน เพราะมีโอกาสที่จะมียืนและเป็นพาหะธาลัสซีเมียได้มากกว่าคนทั่วไป
- ในกรณีที่คุณพ่อหรือคุณแม่คนใดคนหนึ่งเป็นพาหะธาลัสซีเมีย ส่วนอีกคนปกติ ทารกที่เกิดมาก็จะไม่มีความเสี่ยงเป็นโรคธาลัสซีเมียที่รุนแรง แต่ถ้าเป็นพาหะธาลัสซีเมียทั้งคู่ ทารกอาจมีโอกาสเสี่ยงที่จะเป็นโรคธาลัสซีเมียที่รุนแรงได้

# ตรวจหาธาลัสซีเมีย มีวิธีอะไรบ้าง

การตรวจเลือดเพื่อหาพาหะธาลัสซีเมียมีขั้นตอนที่ไม่ยุ่งยาก สามารถตรวจได้ด้วยการซักประวัติ การตรวจร่างกาย และการตรวจเลือด คุณพ่อคุณแม่ไม่จำเป็นต้องงดน้ำหรืออาหาร สามารถเจาะเลือดตรวจได้ทันที หลังจากรอผลตรวจก็จะทราบได้ว่าคุณพ่อคุณแม่เป็นพาหะธาลัสซีเมียหรือไม่ โดยแบ่งวิธีการตรวจเลือดได้เป็น 3 วิธีได้แก่

- **การตรวจคัดกรอง** เป็นการตรวจเลือดเบื้องต้นเพื่อดูความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด ใช้กว่าค่าความเข้มข้นของเลือด และขนาดของเม็ดเลือดแดงผิดปกติหรือไม่ เป็นการตรวจที่มีค่าใช้จ่ายน้อยและใช้ตรวจได้ในโรงพยาบาลทั่วไป มีขั้นตอนการตรวจที่ไม่ยุ่งยาก สามารถทราบผลได้ว่าเป็นพาหะธาลัสซีเมียหรือไม่ แต่ไม่สามารถแยกได้ว่าเป็นพาหะของโรคธาลัสซีเมียชนิดใด หากคุณพ่อคุณแม่ได้รับผลตรวจเป็นบวก ก็อาจต้องเข้าสู่กระบวนการตรวจชนิดของฮีโมโกลบิน เพื่อหาว่าเป็นพาหะธาลัสซีเมียชนิดใด
- **การตรวจชนิดของฮีโมโกลบิน** เป็นการตรวจหาฮีโมโกลบินชนิดต่าง ๆ ว่ามีชนิดใดที่ขาดไป และเพื่อแยกได้ว่าเป็นพาหะธาลัสซีเมียชนิดใด แต่การตรวจด้วยวิธีนี้มีค่าใช้จ่ายสูงกว่าการตรวจคัดกรอง และสามารถตรวจได้ในโรงพยาบาลขนาดใหญ่หรือโรงเรียนแพทย์
- **การตรวจ DNA** เป็นการตรวจเลือดที่มีความเฉพาะเจาะจงและใช้ขั้นตอนในการตรวจทางห้องปฏิบัติการที่มีเครื่องมือทางวิทยาศาสตร์และแพทย์ผู้ชำนาญในการตรวจ DNA ซึ่งเป็นวิธีการตรวจที่ได้ผลชัดเจน แม่นยำ และดีที่สุด สามารถทราบได้ถึงชนิดของพาหะธาลัสซีเมีย ความเสี่ยงของโรค และอาจคาดคะเนความรุนแรงของโรคธาลัสซีเมียที่อาจเกิดขึ้นกับทารกได้ แต่ก็มีค่าใช้จ่ายที่ค่อนข้างสูงเช่นกัน

ในกรณีที่ตรวจพบว่าคนที่เป็นพาหะธาลัสซีเมีย สามารถใช้ชีวิตและดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงได้ปกติเหมือนคนทั่วไป แต่หากผลตรวจเลือดพบว่าเป็นโรคธาลัสซีเมีย ควรปรึกษาแพทย์เพื่อขอคำแนะนำและวินิจฉัยว่าเป็นโรคธาลัสซีเมียชนิดใดและอาการรุนแรงของโรคมียากน้อยแค่ไหน

## พาหะธาลัสซีเมีย อันตรายไหม ส่งผลอะไรกับคุณพ่อคุณแม่บ้าง

โดยปกติแล้วผู้ที่เป็นพาหะธาลัสซีเมียจะไม่แสดงออกถึงอาการผิดปกติใด ๆ ไม่กระทบต่อสุขภาพร่างกาย และสามารถใช้ชีวิตประจำวันได้ปกติเหมือนคนทั่วไป แต่หากสังเกตว่ามีอาการเหนื่อยง่ายหรือผิวซีดเหลืองขึ้น ถึงแม้ว่าอาจจะไม่กระทบต่อสุขภาพมาก แต่ก็อย่าเพิ่งนิ่งนอนใจ คุณพ่อคุณแม่ควรไปหาคุณหมอเพื่อวินิจฉัยอาการและขอคำแนะนำในการดูแลสุขภาพจากคุณหมอ

# โรคธาลัสซีเมีย อันตรายใหม่ ส่งผลอะไรกับลูกบ้าง

สำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์ที่มาเจาะตรวจเลือดตอนฝากครรภ์แล้วพบว่า เป็นพาหะธาลัสซีเมีย อันตรายที่จะเกิดขึ้นได้กับลูกน้อยในระหว่างตั้งครรภ์คือส่งผลให้ทารกเป็นโรคธาลัสซีเมียตั้งแต่กำเนิด หากยิ่งพบว่าคุณแม่เป็นพาหะธาลัสซีเมียชนิดรุนแรงแบบเดียวกันทั้งคู่ ก็จะส่งผลให้ทารกเสี่ยงเป็นโรคธาลัสซีเมียชนิดรุนแรง และมีโอกาสเสียชีวิตได้ตั้งแต่ในครรภ์ และเนื่องจากโรคธาลัสซีเมียเป็นโรคที่ถ่ายทอดทางพันธุกรรมจึงมีผลกระทบต่อทารกในครรภ์โดยตรง หากคุณแม่เป็นพาหะหรือเป็นโรคธาลัสซีเมีย โอกาสของลูกที่จะเป็นโรคธาลัสซีเมียชนิดรุนแรงมากหรือน้อย หรือไม่เสี่ยงต่อการเป็นโรคธาลัสซีเมีย ขึ้นอยู่กับ

- กรณีที่คุณพ่อและคุณแม่ป่วยเป็นโรคธาลัสซีเมียทั้งคู่ โอกาสที่ลูกจะเป็นโรคธาลัสซีเมีย 100 เปอร์เซ็นต์
- กรณีที่คุณพ่อและคุณแม่เป็นพาหะธาลัสซีเมียด้วยกันทั้งคู่ โอกาสที่ลูกจะเป็นปกติ 25 เปอร์เซ็นต์ โอกาสที่ลูกจะเป็นพาหะธาลัสซีเมีย 50 เปอร์เซ็นต์ และโอกาสที่ลูกจะป่วยเป็นโรคธาลัสซีเมีย 25 เปอร์เซ็นต์
- กรณีที่คุณพ่อหรือคุณแม่คนใดคนหนึ่งเป็นพาหะธาลัสซีเมีย ส่วนอีกคนปกติ โอกาสที่ลูกจะเป็นปกติ 50 เปอร์เซ็นต์ และเป็นพาหะธาลัสซีเมีย 50 เปอร์เซ็นต์
- กรณีที่คุณพ่อหรือคุณแม่คนใดคนหนึ่งเป็นโรคธาลัสซีเมีย ส่วนอีกคนปกติ โอกาสที่ลูกจะเป็นพาหะธาลัสซีเมีย 100 เปอร์เซ็นต์
- กรณีที่คุณพ่อหรือคุณแม่คนใดคนหนึ่งเป็นโรคธาลัสซีเมียส่วนอีกคนเป็นพาหะธาลัสซีเมีย โอกาสที่ลูกจะป่วยเป็นโรคธาลัสซีเมีย 50 เปอร์เซ็นต์ และเป็นพาหะธาลัสซีเมีย 50 เปอร์เซ็นต์

ดังนั้น หากคุณแม่วางแผนจะมีลูก การตรวจคัดกรองพาหะธาลัสซีเมียก่อนการตั้งครรภ์จึงเป็นเรื่องสำคัญ และควรปรึกษาแพทย์เพื่อหาแนวทางหรือป้องกันเพื่อไม่ให้ลูกน้อยต้องเสี่ยงเกิดมาเป็นโรคธาลัสซีเมีย

## มีพาหะธาลัสซีเมีย สามารถมีลูกได้ไหม

ในกรณีที่คุณพ่อหรือคุณแม่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งหรือทั้งคู่เป็นพาหะธาลัสซีเมียสามารถมีลูกได้ แต่ทารกก็จะมีความเสี่ยงที่จะเป็นพาหะธาลัสซีเมียซึ่งเกิดจากการถ่ายทอดทางพันธุกรรมจากคุณพ่อคุณแม่ได้เช่นกัน ดังนั้นหากคุณแม่วางแผนจะมีเจ้าตัวน้อยควรเข้ารับคำปรึกษาจากคุณหมอเพื่อวินิจฉัยการตรวจว่าคุณพ่อคุณแม่เป็นพาหะธาลัสซีเมียชนิดใด รุนแรงมากหรือน้อย และส่งผลกระทบต่อความเสี่ยงถึงตัวลูกมากน้อยแค่ไหน เพื่อป้องกันไม่ให้ลูกน้อยเกิดมามีโรคธาลัสซีเมียติดตัวหรือส่งผลกระทบต่อตัวทารกให้น้อยที่สุด และด้วยเทคโนโลยีทางการแพทย์ที่ก้าวหน้าในปัจจุบัน มีวิธีการผสมเทียมเพื่อทำเด็กหลอดแก้วช่วยในการตั้งครรภ์ เพื่อช่วยลดอัตราเสี่ยงและป้องกันไม่ให้เกิดมา เป็นโรคที่มีอาการรุนแรงได้

# วิธีดูแลตัวเอง หากมีพาหะธาลัสซีเมีย

สำหรับคุณพ่อคุณแม่ที่พบว่า เป็นพาหะธาลัสซีเมียนั้นสามารถดูแลรักษาสุขภาพตัวเองได้อย่างปกติ เช่นการออกกำลังกาย กินอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย และใช้ชีวิตประจำวันเหมือนคนทั่วไปตามปกติ แต่หากตรวจพบว่าเป็นโรคธาลัสซีเมียพาหะชนิดใดและส่งผลกระทบต่อร่างกายอย่างไร คุณพ่อคุณแม่ควรปรึกษาแพทย์เพื่อขอคำแนะนำและเข้ารับการรักษาอย่างถูกต้อง โดยทั่วไปโรคธาลัสซีเมียสามารถดูแลรักษาสุขภาพและปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์ เช่น

- ควรรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ให้ครบ 5 หมู่ และรับประทานอาหารที่มีกรดโฟลิก ซึ่งกรดโฟลิกจะมีในผักใบเขียว เช่น คะน้า บรอกโคลี กะหล่ำปลี หรือในผลไม้ เช่น ส้ม อะโวคาโด และมะนาว เป็นต้น ซึ่งจะมีส่วนช่วยในการสร้างเม็ดเลือดแดง
- งดหรือหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารที่มีธาตุเหล็กสูง เช่น พวกเครื่องในสัตว์ ตับ เลือด หรือผักโขม เป็นต้น
- ควรดื่มน้ำและวิตามินที่มีธาตุเหล็กเป็นส่วนประกอบ
- หลีกเลี่ยงการออกกำลังกายที่ใช้แรงหนักหรือประเภทที่มีความรุนแรง เพราะอาจทำให้กระดูกแตกหักได้ง่าย ควรออกกำลังกายแต่พอดี และหยุดพักทันทีเมื่อรู้สึกเหนื่อย
- งดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิดและควรงดสูบบุหรี่
- ควรเข้ารับการตรวจฟันทุก ๆ 6 เดือน เนื่องจากโรคนี้อาจส่งผลให้ฟันผุง่าย

เนื่องจากโรคธาลัสซีเมียนั้นเป็นโรคทางพันธุกรรมที่เกิดจากความผิดปกติของยีน ส่งผลให้กระบวนการสร้างฮีโมโกลบินในเม็ดเลือดแดงผิดปกติ เป็นสาเหตุให้เกิดภาวะโลหิตจางที่ส่งผ่านไปสู่อวัยวะอื่นได้ ซึ่งอาการของโรคมักตั้งแต่มิแสดงอาการไปจนถึงอาการที่รุนแรงมากส่งผลให้เสียชีวิตได้ ดังนั้นเมื่อเป็นแล้วนอกจากเข้ารับการรักษา ดูแลสุขภาพ และไปตามนัดที่คุณหมอสั่งหากพบว่ามีอาการผิดปกติควรรีบไปพบแพทย์ทันทีนะคะ

## บทความแนะนำสำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์

- พัฒนาการทารกในครรภ์ 1-40 สัปดาห์ ที่แม่มีมือใหม่ห้ามพลาด
- อาการแพ้ท้องของคุณแม่ แพ้ท้องพะอืดพะอม แก้อังไง พร้อมวิธีรับมือ
- น้าคำ คืออะไร น้าคำร้าย อาการแบบไหน สัญญาณใกล้คลอดที่ต้องรับมือ
- อาการท้องแข็งบ่อย ลูกโก่งตัวบ่อย อันตรายหรือไม่ ทำไมคุณแม่ต้องรู้
- เลือดล้างหน้าเด็กคืออะไร เลือดล้างหน้าเด็กสัญญาณแรกของการตั้งครรภ์
- ตั้งครรภ์ มีเลือดออก ไม่ปวดท้อง คืออะไร อันตรายไหม สำหรับแม่ตั้งครรภ์
- อาการคนท้องระยะแรก สัญญาณการตั้งครรภ์เป็นแบบนี้
- เมนูคนท้อง อาหารคนท้องบำรุงคุณแม่ท้อง ดิต่อลูกในครรภ์
- คนท้องห้ามกินอะไร อาหารที่ส่งผลเสียต่อคุณแม่ตั้งครรภ์
- อาหารคนท้องไตรมาสแรก โภชนาการที่สำคัญสำหรับคุณแม่และทารกในครรภ์
- วิธีนับอายุครรภ์ คำนวณอายุครรภ์ด้วยตัวเอง ก่อนคลอด
- สัญญาณอาการใกล้คลอด เจ็บท้องคลอด อาการก่อนคลอดของคุณแม่
- ของใช้เตรียมคลอด ที่คุณแม่มือใหม่ควรเตรียมของไปคลอด
- ภาวะซีมเศร้าหลังคลอดเกิดจากอะไร พร้อมวิธีรับมืออาการซึมเศร้าหลังคลอด
- ฤกษ์คลอด ฤกษ์ผ่าคลอด วันมงคล เวลาดี สำหรับลูกรัก

## อ้างอิง:

1. คุณเป็นพาหะชาลัสซีเมีย โดยไม่รู้ตัวอยู่หรือเปล่า, โรงพยาบาลพญาไท
2. โลหิตจางชาลัสซีเมีย โรคพันธุกรรมที่ไม่ควรมองข้าม, โรงพยาบาลพญาไท
3. ทำไมคู่สมรสต้องตรวจชาลัสซีเมียก่อนตั้งครรภ์, โรงพยาบาลนครธน
4. ชาลัสซีเมีย ความผิดปกติของยีนส์ถ่ายทอดทางพันธุกรรม, โรงพยาบาลเพชรเวช
5. ชาลัสซีเมียโรคโลหิตจางแฝงทางพันธุกรรม, โรงพยาบาลศิริราช ปิยมหาราชการุณย์

อ้างอิง ณ วันที่ 26 มกราคม 2567



คุณแม่ตั้งครรภ์

แม่ผ่าคลอด





ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก



สปิงโกไม้อิลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขับถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์