



# อาการโนว่าท้อง กังวลไปเองว่าท้อง พร้อมวิธีเช็คอาการตัวเอง

ภาษา

อาการโนว่าท้อง กังวลไปเองว่าท้อง พร้อมวิธีเช็คอาการตัวเอง

คุณแม่ตั้งครรภ์

บทความ

ส.ค. 23, 2024

6 นาที

อาการโนว่าท้อง ท้องหลอก ท้องทิพย์ อาการนี้มีอยู่จริง ที่ในทางการแพทย์เรียกว่า Spurious Pregnancy หรือ Pseudocyesis อาการที่คุณผู้หญิงรู้สึกว่าตัวเองกำลังตั้งท้อง แต่ในความเป็นจริงไม่ได้มีการตั้งครรภ์เกิดขึ้น อาการโนว่าท้องจัดเป็นความผิดปกติทางจิตอย่างหนึ่งที่สามารถเกิดขึ้นได้

## สรุป

- อาการโนว่าท้อง ท้องหลอก ท้องทิพย์ ในทางการแพทย์เรียกว่า (Pseudocyesis) เป็นอาการผิดปกติทางจิต ที่เกิดจากความเครียดในการอยากมีลูก
- อาการโนว่าท้อง กังวลไปเองว่าท้อง จะมีอาการแสดงเหมือนกับอาการคนท้องปกติทั่วไป เช่น ประจำเดือนขาด คลื่นไส้ อาเจียน รู้สึกคัดตึงเต้านม ปัสสาวะบ่อย และรู้สึกว่ามียูกำลังดิ้นอยู่ในท้อง

# เลือกอ่านตามหัวข้อ

- อาการมโนว่าท้อง กังวลไปเองว่าท้อง คืออะไร
- อาการมโนว่าท้อง จำเป็นต้องพบแพทย์ไหม
- ประจำเดือนไม่มาหลายเดือน จะท้องไหม
- สังเกตอาการให้ชัดว่าท้องจริง หรือท้องทิพย์
- อาการแบบไหน ที่บ่งบอกว่าเริ่มตั้งครรภ์
- วิธีตรวจครรภ์ที่ถูกต้อง ป้องกันอาการมโนว่าท้อง

รู้สึกเหมือนท้อง แต่จริง ๆ แล้วไม่ได้ท้อง เคยไหม รู้สึกว่าตัวเองกำลังตั้งครรภ์ มีอาการแพ้ท้อง ท้องโต คัดตึงเต้านม ประจำเดือนขาด รู้สึกเหมือนลูกดิ้นในท้อง แต่พอไปตรวจกับคุณหมอ กลับไม่พบการตั้งครรภ์ อาการเหล่านี้คือ "ภาวะท้องหลอก" (Pseudocyesis) นั่นเอง ภาวะนี้พบได้ไม่บ่อย แต่ก็สร้างความสับสนและกังวลให้กับผู้หญิงที่ประสบอยู่ไม่น้อย วันนี้เราจะมาไขข้อสงสัย ล้วงลึกถึงสาเหตุ อาการมโนว่าท้องกัน

## อาการมโนว่าท้อง กังวลไปเองว่าท้อง คืออะไร

อาการมโนว่าท้อง หรือ ท้องหลอก ท้องทิพย์ ทางการแพทย์เรียกว่า Spurious Pregnancy หรือ Pseudocyesis ถือเป็นความผิดปกติทางจิตอย่างหนึ่ง ในผู้หญิงที่มีอาการมโนว่าท้อง กังวลไปเองว่าท้อง มักจะมีอาการทุกอย่างเหมือนคนท้อง ซึ่งสาเหตุของอาการท้องหลอก เกิดขึ้นมาจากสภาพทางจิตใจ ที่มีความเครียดเพราะอยากมีลูก แต่ไม่มีลูก ไม่ท้องสักที ความเครียดที่เกิดขึ้น ส่งผลกระทบทำให้ต่อมใต้สมองสร้างฮอร์โมนมากระตุ้นที่รังไข่ พอรังไข่ถูกกระตุ้น รังไข่ก็จะสร้างฮอร์โมนเพื่อไปกระตุ้นมดลูกทำให้ผนังมดลูกเกิดการหนาตัวขึ้นทำให้ไม่มีประจำเดือน พอไม่มีประจำเดือนก็คิดไปว่าตัวเองกำลังตั้งครรภ์

## อาการมโนว่าท้อง จำเป็นต้องพบแพทย์ไหม

สำหรับผู้หญิงที่มีอาการมโนว่าท้อง จะมีอาการคนท้องเริ่มแรก เหมือนกับคนท้องปกติ ได้แก่ อาการคลื่นไส้ อาเจียน คัดตึงเต้านมทั้งสองข้าง ประจำเดือนไม่มา รู้สึกว่าตัวเองมีขนาดท้องโตขึ้น หรือในบางคนก็คิดว่าลูกกำลังดิ้นอยู่ในท้อง ในผู้หญิงที่มีอาการท้องหลอกเกิดขึ้น แนะนำให้ไปโรงพยาบาลพบแพทย์ เพื่อจะได้รับการตรวจวินิจฉัยอย่างละเอียดว่ามีการตั้งครรภ์เกิดขึ้นจริงหรือไม่ เนื่องจากอาจเป็นการเจ็บป่วยที่มีอาการแสดงเหมือนกับการตั้งครรภ์ อาทิเช่น โรคของต่อมใต้สมองที่อาจมีการสร้างฮอร์โมนบางชนิดมากเกินไป หรือในคนที่กินยารักษาโรค เช่น ยาแก้อักเสบ และ ยารักษาอาการนอนไม่หลับ เป็นต้น ซึ่งควรพบแพทย์เพื่อตรวจหาสาเหตุที่แน่ชัด

# ประจำเดือนไม่มาหลายเดือน จะท้องไหม

ผู้หญิงที่สังเกตตัวเองว่าประจำเดือนไม่มา 1-2 เดือน เพื่อเป็นการยืนยันว่ามีการตั้งครรภ์เกิดขึ้นหรือไม่ แพทย์อาจใช้การตรวจภายใน ซึ่งหากตรวจภายในแล้วพบว่าช่องคลอดและปากมดลูกมีสีม่วงคล้ำจากการที่มีเลือดมาหล่อเลี้ยงเป็นจำนวนมาก และมดลูกโตจนคล้ำได้ชัดเจน แสดงว่าอาจมีการตั้งครรภ์ หรือถ้าหากตรวจภายในแล้วได้ผลที่ไม่ชัดเจนว่ามีการตั้งครรภ์หรือไม่ แพทย์จะใช้วิธีการตรวจด้วยผลเลือดอีกครั้ง



## สังเกตอาการให้ชัด ท้องจริง หรือท้องทิพย์

1. อาการท้องจริง หรือ (Symptoms of pregnancy) เป็นอาการเริ่มแรกที่เกิดขึ้น 1-2 สัปดาห์หลังจากประจำเดือนไม่มาในรอบการมีประจำเดือนปกติ ได้แก่

- รู้สึกอ่อนเพลีย เหนื่อยง่าย
- อาการแพ้ท้อง คลื่นไส้ อาเจียน
- คัดตึงเต้านม
- ปัสสาวะบ่อย
- เลือดออกกะปริดกะปรอย

2. **อาการท้องทึบ (Pseudocyesis)** เป็นอาการผิดปกติทางจิต ที่มาจากความเครียดมากในการอยากมีลูก ซึ่งจะทำให้รู้สึกมีอาการเหมือนกับคนท้องปกติ ได้แก่

- ปัสสาวะบ่อย
- คลื่นไส้ อาเจียน
- ประจำเดือนขาด
- รู้สึกคัดตึงเต้านม
- รู้สึกว่ามีลูกกำลังดิ้นในท้อง
- รู้สึกว่ามีขนาดท้องที่ใหญ่ขึ้น

ในผู้หญิงที่แต่งงานแล้ว และรู้สึกเหมือนมีอาการตั้งครรภ์ขึ้น เพื่อให้แน่ใจได้ว่าการตั้งครรภ์เกิดขึ้นจริงหรือไม่ แนะนำให้ไปโรงพยาบาลเพื่อรับการตรวจวินิจฉัยจากแพทย์ ก็จะทราบผลที่ถูกต้อง และชัวร์กว่าค่ะ

## อาการแบบไหน ที่บ่งบอกว่าเริ่มตั้งครรภ์

อาการคนท้องเริ่มแรกที่บ่งชี้ว่ามีการตั้งครรภ์ เป็นอาการแสดงที่เกิดขึ้น 1-2 สัปดาห์ หลังจากทีประจำเดือนขาดไป คุณแม่สามารถสังเกตตัวเองได้ดังนี้

- รู้สึกคัดตึงที่เต้านม
- เลือดออกกะปริดกะปรอย
- รู้สึกอ่อนเพลีย คลื่นไส้ อาเจียน แพ้ท้อง
- ตกขาวมากกว่าปกติ
- รู้สึกปวดหน่วงที่ตรงบริเวณท้องน้อย
- อารมณ์แปรปรวน หงุดหงิดง่าย
- ปัสสาวะบ่อยกว่าปกติ

## วิธีตรวจครรภ์ที่ถูกต้อง ป้องกันอาการมโนว่าท้อง

เช็กให้แน่ใจว่ามีการตั้งครรภ์เกิดขึ้นจริงหรือไม่ สามารถทดสอบหาฮอร์โมน hCG (Human Chorionic Gonadotropin) ได้ 2 รูปแบบ ได้แก่ การตรวจครรภ์ด้วยตัวเองโดยใช้อุปกรณ์ทดสอบการตั้งครรภ์ และการตรวจครรภ์โดยแพทย์

1. **การตรวจการตั้งครรภ์ด้วยตัวเอง** ใช้ชุดทดสอบการตั้งครรภ์ หรือที่ตรวจครรภ์ จะทดสอบด้วยการใช้ปัสสาวะของคุณแม่ ซึ่งที่ตรวจครรภ์จะมีอยู่ 3 แบบ ได้แก่ แบบปัสสาวะแบบปล่อยผ่าน แบบหยด หรือแบบตลับ และ แบบแถบจุ่ม สำหรับการแสดงผลของชุดตรวจครรภ์หากขึ้น 2 ขีด (ขีด C และ T) คือ ผลบวก แสดงว่า มีโอกาสตั้งครรภ์ และ ขึ้นขีดเดียวที่ขีด C คือ ผลลบ แสดงว่า ไม่มีการตั้งครรภ์
2. **การตรวจการตั้งครรภ์ด้วยแพทย์** เป็นการตรวจหาค่าฮอร์โมน hCG ด้วยการตรวจเลือด

ซึ่งจะใช้เวลาในการรอผลตรวจประมาณ 1-2 ชั่วโมง การตรวจการตั้งครรภ์ด้วยแพทย์เป็นวิธีที่บอกผลการตั้งครรภ์ได้แม่นยำ 100 เปอร์เซ็นต์

ในครรภ์ หรือคู่แต่งงาน หากฝ่ายหญิงมีอาการท้องหลอก ท้องทิพย์ กังวลไปเองว่าท้อง แนะนำให้ปรึกษาแพทย์ เนื่องจากอาการโนว่าท้องเป็นอาการผิดปกติทางจิต ทั้งนี้ก็เพื่อจะได้รับการตรวจวินิจฉัยและการดูแลรักษาภาวะทางจิตใจได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม เพื่อที่จะได้ใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างเป็นปกติและมีความสุข จะได้พร้อมสำหรับการตั้งครรภ์จริงตามที่ตั้งใจไว้ให้ประสบผลสำเร็จ

### บทความแนะนำสำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์

- หลังปฏิสนธิกี่วันถึงจะรู้ว่าท้อง วิธีตรวจตั้งครรภ์เร็วสุดกี่วัน
- ประจำเดือนไม่มา 1 เดือน ประจำเดือนมาช้า เมินสีไม่มาก็วันถึงท้อง
- ตกขาวแบบไหนท้อง ตกขาวคนท้องแบบไหนมั่นใจว่าตั้งครรภ์
- ท้องลม คืออะไร อันตรายไหม สัญญาณเตือนท้องลมที่คุณแม่ต้องรู้
- ท้องนอกลมดลูกอันตรายไหม พร้อมวิธีสังเกตอาการท้องนอกลมดลูก
- กระตุ้นปากมดลูก ปากมดลูกเปิดมีอาการยังไง นานแค่ไหนกว่าจะคลอด
- อาการครรภ์เป็นพิษเริ่มแรกเป็นอย่างไร ภาวะอันตรายที่คุณแม่ต้องระวัง
- อาการเจ็บท้องคลอด เจ็บท้องคลอดแบบไหนควรไปหาหมอ
- สัญญาณอาการใกล้คลอด เมื่อคุณแม่เริ่มเจ็บท้องคลอด
- ภาวะซีมเศร้าหลังคลอดเกิดจากอะไร พร้อมวิธีรับมือซีมเศร้าหลังคลอด
- โปรแกรมตามติด 9 เดือนในครรภ์ของลูกน้อยพร้อมบทความพัฒนาการต่างๆ

### อ้างอิง:

1. ท้องลม...ท้องหลอก, คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล
2. ท้องลม (Blighted Ovum) คืออะไร?, โรงพยาบาลพระราม 9
3. อาการคนท้อง ระยะเวลาแรก ยืนยันว่าคุณตั้งครรภ์แล้ววุ่นๆ, สมาคมแพทย์สตรี
4. 18 อาการคนท้องเริ่มแรก ข้อสังเกต วิธียืนยันการตั้งครรภ์, โรงพยาบาล MedPark
5. ท้องไม่ท้อง รู้ให้แน่ ด้วยการตรวจครรภ์หาค่าเอชซีจี (hCG), โรงพยาบาลนครชน

อ้างอิง ณ วันที่ 12 กรกฎาคม 2567





คุณแม่ตั้งครรภ์

แม่ผ่าคลอด

ดูแลลูกตามช่วงวัย

ภูมิแพ้ในเด็ก

สปิงโก  
โมอิลิน

สฟิงโกไมอีลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขับถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์