



อาการคันของคนท้อง เกิดจากอะไร พ ร้อมวิธีแก้คันท้องคนท้อง

คุณแม่ตั้งครรภ์

บทความ

ส.ค. 23, 2024

5นาที

เมื่อคุณแม่เริ่มตั้งครรภ์ ผิวนั้นอาจเกิดการเปลี่ยนแปลงได้ เนื่องมาจากฮอร์โมนที่เกี่ยวกับการตั้งครรภ์เพิ่มสูงขึ้น ซึ่งมีผลทำให้ผิวนี้แพ้ง่าย อาจจะหมอยืดคลำลาง ผิวแตกลาย ผิวแห้งขาดน้ำ มีสิวขึ้น หรือปัญหาการคันคนท้อง หรือผื่นแพ้อร์โนนขณะตั้งครรภ์ คุณแม่จึงควรเตรียมรับมือ กับอาการต่าง ๆ ไว้เป็นอย่างดี

ภาษา

อาการคันของคนท้อง เกิดจากอะไร พร้อมวิธีแก้คันท้องคนท้อง

สรุป

- ผื่นแพ้อร์โนนขณะตั้งครรภ์ ปัจจุบันยังไม่ทราบสาเหตุที่แน่ชัด แต่คาดว่าเกิดจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนที่เพิ่มสูงขึ้นระหว่างการตั้งครรภ์ หรือบางครั้งอาจเกิดจากการที่ผิวนี้แห้งหน้าท้องมีการขยายตัวอย่างรวดเร็ว
- ผื่นแพ้อร์โนนขณะตั้งครรภ์ มักเกิดขึ้นกับคุณแม่ที่ตั้งครรภ์ครั้งแรกหรือท้องแรก โดยส่วนใหญ่จะพบมากในระหว่างอายุครรภ์ประมาณ 36 สัปดาห์ หรือการตั้งครรภ์ซึ่งไตรมาสที่ 3 บางครั้งอาจพบได้ทั้งไตรมาสที่ 1 และ 2 แต่ไม่บ่อยนัก รวมถึงอาจเกิดผื่นแพ้อร์โนนในช่วง

- หลังคลอดได้เช่นกัน
- วิธีช่วยบรรเทาอาการคันคนท้อง เช่น การประคบเย็นบริเวณที่คัน ประมาณ 5-10 นาที หลีกเลี่ยงการอาบน้ำร้อนหรืออุ่นจัด สวมใส่เสื้อผ้าที่ระบายอากาศได้ดี บำรุงผิวด้วยครีมหรือโลชั่นที่เป็นสูตรอ่อนโยนและน้ำนมชาติ ดื่มน้ำและพักผ่อนให้เพียงพอ

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- อาการคันของคนท้องเป็นแบบไหน
- ผื่นแพ้อร์โมนตั้งครรภ์ เกิดจากอะไร
- ผื่นแพ้อร์โมนตั้งครรภ์ เกิดขึ้นช่วงไตรมาสไหน
- ผื่นแพ้อร์โมนตั้งครรภ์ หายเองได้ไหม
- คนท้องมีอาการคัน ซื้อยากินเองได้ไหม
- อาการคันของคนท้อง แบบไหนอันตราย
- วิธีแก้อาการคันของคนท้อง เมื่อคนท้องมีผื่นแพ้อร์โมนตั้งครรภ์

อาการคันของคนท้องเป็นแบบไหน

คุณแม่ตั้งครรภ์อาจรู้สึกคันตามร่างกาย ซึ่งอาจมีอาการบ่อยครั้ง โดยจะคันที่บริเวณหน้าท้อง หน้าอก และคันหัวนม ซึ่งจะทำให้คุณแม่รู้สึกหงุดหงิดรำคาญ และไม่สบายตัวได้ รวมถึงเพิ่มความเครียดวิตกกังวลว่าจะส่งผลอันตรายต่อลูกน้อยในครรภ์หรือไม่

ซึ่งหากมีอาการคันอยู่ในระดับที่พอรับได้ ก็จะไม่ส่งผลกระทบที่รุนแรงแต่อย่างใด แต่หากมีผื่นขึ้นที่เป็นวงกว้างมากขึ้น หรือมีลักษณะเป็นตุ่มสีกระเจาทั่วตัว จนดูผิดปกติ คุณแม่ไม่ควรปล่อยทิ้งไว้ ให้รับประคบยาคุณหมอเพื่อจะได้รักษาอย่างถูกวิธี ไม่ให้เกิดการทึบรองรอยที่ผิวนังไว้ได้

ผื่นแพ้อร์โมนตั้งครรภ์ เกิดจากอะไร

ผื่นแพ้อร์โมนขณะตั้งครรภ์ ทำให้เกิดอาการคันในระหว่างตั้งครรภ์นั้น ปัจจุบันยังไม่ทราบสาเหตุที่แน่ชัด แต่คาดว่าเกิดจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนที่เพิ่มสูงขึ้นระหว่างการตั้งครรภ์ หรือบางครั้งอาจเกิดจากการที่ผิวนังหน้าท้องมีการขยายตัวอย่างรวดเร็ว จึงเป็นการทำลายเนื้อเยื่อของผิวหนัง ทำให้ไปกระตุ้นระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย จนเกิดผื่นที่มีลักษณะนูนแดงคล้ายลมพิษ บางครั้งอาจเป็นลักษณะตุ่มใส ตรงบริเวณรอยแตกหลายที่หน้าท้อง ต้นขา หรือที่ก้น และมีอาการคันร่วมด้วย

ผื่นแพ้อร์โมนตั้งครรภ์ เกิดขึ้นช่วงไตรมาส ไหน

คุณแม่ตั้งครรภ์ที่พบผื่นแพ้อร์โมนตั้งครรภ์ส่วนใหญ่แล้ว มักเกิดขึ้นกับคุณแม่ที่ตั้งครรภ์ครั้งแรก หรือตั้งครรภ์ท้องแรก โดยส่วนใหญ่ จะพบมากในระหว่างอายุครรภ์ประมาณ 36 สัปดาห์ หรือการตั้งครรภ์ไตรมาสที่ 3 เนื่องจากขนาดของท้องที่เริ่มโตมากขึ้น และส่งผลให้ผิวนั้นมีการขยายมากขึ้น บางครั้งอาจพบได้ทั้งการตั้งครรภ์ไตรมาสที่ 1 และ 2 แต่ไม่บ่อยนัก รวมถึงอาจเกิดผื่นแพ้อร์โมนในช่วงหลังคลอดได้เช่นกัน โดยมีสาเหตุยังไม่แน่ชัด

ผื่นแพ้อร์โมนตั้งครรภ์ หายเองได้ไหม

เนื่องจากส่วนใหญ่แล้วอาการคันที่เกิดจากผื่นแพ้อร์โมนตั้งครรภ์ จะค่อย ๆ หายเป็นปกติหลังคลอดลูกภายใน 2-6 สัปดาห์ แต่อาการคันในระหว่างตั้งครรภ์ก็สร้างความหงุดหงิดรำคาญใจให้แก่คุณแม่หลายท่านอยู่ไม่น้อย คุณแม่จึงควรศึกษาวิธีดูแลตนเองให้ลดอาการคันลง ช่วยให้มีความสบายตัวมากขึ้น และหลีกเลี่ยงการเก็บร้อนที่คันเพราะอาจทำให้เกิดแผลหรือติดเชื้อได้ หากมีอาการคันรุนแรงควรรับปรึกษาคุณหมอเพื่อรับการรักษาอย่างถูกวิธีต่อไป



คนท้องมีอาการคัน ซื้อยา กินเองได้ไหม

คุณแม่ตั้งครรภ์ไม่ควรซื้อยา自己รับประทานเองเด็ดขาด หากมีอาการคันระหว่างตั้งครรภ์ หรือมีผื่นแพ้อาร์โนนตั้งครรภ์ ควรหาวิธีช่วยบรรเทาอาการคันดังกล่าว เช่น การประคบเย็นบริเวณที่คันประมาณ 5-10 นาที หลีกเลี่ยงการอ่านหนังสืออุ่นจัด สูมใส่เสื้อผ้าที่ระบายอากาศได้ดี ถ้าอย่างบำรุงผิวด้วยครีมหรือโลชั่นที่เป็นสูตรอ่อนโยนควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรก่อน ควรดื่มน้ำและพักผ่อนให้เพียงพอ ทั้งนี้หากอาการคันมีความรุนแรง จนส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวันมาก ควรไปพบแพทย์เพื่อรับการวินิจฉัยหาสาเหตุและรักษาอย่างถูกวิธี

อาการคันของคนท้อง แบบไหนอันตราย

อาการคันของคนท้องที่มีสาเหตุมาจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน หรือการขยายตัวของผิวหนังอย่างรวดเร็ว โดยทั่วไปแล้วจะไม่ส่งผลอันตรายต่อทั้งลูกในครรภ์และตัวคุณแม่เอง แต่หากคุณแม่สังเกตพบอาการที่ผิดปกติเหล่านี้ ควรรีบไปพบแพทย์โดยทันที

- มีอาการคันรุนแรงมาก โดยเฉพาะบริเวณมือและเท้า
- มีรอยสะเก็ด และอาการคันตามแขน ขา และบริเวณหน้าท้อง
- มีอาการคันที่ซ่องคลอด
- ผิวหนังและดวงตาเมื่อสีเหลือง
- ปัสสาวะคนท้องมีสีเข้มหรืออุจจาระมีสีอ่อน
- เบื้องอาหาร และมีอาการคลื่นไส้

วิธีบรรเทาอาการคันของคนท้อง เมื่อคนท้องมีผื่นแพ้อาร์โนนตั้งครรภ์

ปัญหาผิวหนังกับคุณแม่ตั้งครรภ์ ถือเป็นสิ่งที่มักเกิดพร้อม ๆ กันกับการตั้งครรภ์เสมอ โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากมีอาการคันระหว่างท้องร่วมด้วย จะสร้างความทรมาน หงุดหงิด รวมถึงก่อให้เกิดความกังวลต่าง ๆ ตามมา คุณแม่สามารถลดอาการคันลงได้ ด้วยวิธีดังนี้

- ควรหมั่นทาครีมบำรุงให้ผิวชุ่มชื้นอยู่เสมอ โดยควรเลือกผลิตภัณฑ์ที่มีความอ่อนโยนและเป็นธรรมชาติ ไม่มีน้ำหอมหรือสารเคมี และควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรก่อนเพื่อความปลอดภัยของคุณแม่และลูกน้อย
- สูมใส่เสื้อผ้าที่เบาสบาย ไม่รัดแน่น ระบายอากาศได้เป็นอย่างดี จะช่วยให้ร่างกายไม่รู้สึกอับชื้น
- หลีกเลี่ยงการอยู่ในที่ที่มีอากาศร้อน เนื่องจากทำให้กระตุ้นความคันได้
- หลีกเลี่ยงการอาบน้ำอุ่น หรือร้อนจัด เพราะจะทำให้ผิวแห้ง ขาดความชุ่มชื้น
- ทายาแก้คัน ตามแพทย์สั่งเพื่อให้มั่นใจว่าปลอดภัยต่อลูกน้อยและคุณแม่เอง

การตั้งครรภ์ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและฮอร์โมนของคุณแม่เป็นอย่างมาก รวมไปถึงปัญหาผิวหนังซึ่งเป็นสิ่งที่คู่กันกับการตั้งครรภ์เสมอ แต่ทั้งนี้คุณแม่ไม่ต้องกังวลใจมากเกินไป เพราะผื่นแพ้อร์โนนตั้งครรภ์ หรืออาการคันคนท้อง ส่วนใหญ่แล้วไม่ส่งผลกระทบรายต่อการตั้งครรภ์ แต่อาจทำให้เกิดความไม่สบายตัวในการใช้ชีวิตประจำวัน และอาการจะดีขึ้นได้เองภายในหลังคลอดลูก ดังนั้น หากคุณแม่รู้วิธีการรับมือเมื่อเกิดอาการดังกล่าวขึ้นจะเป็นการดีที่สุด และที่สำคัญหากสังเกตพบความผิดปกติมากขึ้น ควรรีบพบแพทย์เพื่อรับการวินิจฉัยสาเหตุและรักษาอย่างถูกวิธี

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์

- พัฒนาการทารกในครรภ์ 1-4Q สัปดาห์ ลูกน้อยมีพัฒนาการยังไงบ้าง
- ลูกดินตอนกีเดือน การนับลูกดิน ลูกดินแบบไหนอันตราย
- เบาหวานขณะตั้งครรภ์ อันตรายกับคุณแม่ท้องและลูกในครรภ์อย่างไร
- 12 เมนูคนท้อง คนท้องกินอะไรได้บ้าง กินอะไรให้ดีกับลูกน้อย
- ไฟเลต คืออะไร อาหารที่มีไฟเลตสูงสำคัญกับคุณแม่ตั้งครรภ์แค่ไหน
- อาหารบำรุงครรภ์ต่ำราษฎร์ อาหารคนท้องอ่อน สำหรับคุณแม่และลูกน้อย
- คลอดก่อนกำหนด เกิดจากอะไร พัฒนาการคลอดก่อนกำหนด
- คลอดธรรมชาติ น่ากลัวไหม คลอดลูกแบบธรรมชาติ มีขั้นตอนอย่างไร
- ของใช้เตรียมคลอดก่อนไปคลอด เตรียมของไปคลอดยังไงให้ครบ
- อยู่ไฟหลังคลอด ยังจำเป็นอยู่ไหมสำหรับคุณแม่หลังคลอด
- คนท้องนอนหงายได้ไหม ท่านอนคนท้อง 1-3 เดือน ท่าไหนปลอดภัย
- โปรแกรมตามติด 9 เดือนในครรภ์ของลูกน้อยพร้อมบทความพัฒนาการต่าง ๆ

อ้างอิง:

1. 6 ปัญหาผิวช่วงตั้งครรภ์ ที่คุณแม่ต้องรับมือ, โรงพยาบาลบางปะกอก
2. อาการคันของคนท้อง ปัญหาในไข่ของคุณแม่ที่แก้ไขได้, PobPad
3. โรคผิวหนังในสตรีตั้งครรภ์ (Skin diseases in pregnancy), ภาควิชาสูติศาสตร์และนรีเวชวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
4. Dermatoses of Pregnancy, ภาควิชาสูติศาสตร์และนรีเวชวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

อ้างอิง ณ วันที่ 13 กรกฎาคม 2567



- 
- 
- 

คุณแม่ตั้งครรภ์

แม่ผ่าคลอด

ดูแลลูกตามช่วงวัย

ภูมิแพ้ในเด็ก

สพงโภ
ไม้อลิบ

สพงโภเมอีลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขับถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก

S-Mom Club

ข้อมูลผลิตภัณฑ์

โปรโมชัน