



# ลูกหัวโน หัวปูด อันตรายไหม ลูกหัวโนกี่วันหาย พร้อมวิธีดูแล

ภาษา

ลูกหัวโน หัวปูด อันตรายไหม ลูกหัวโนกี่วันหาย พร้อมวิธีดูแล

ดูแลลูกตามช่วงวัย

บทความ

ก.ย. 7, 2024

5 นาที

เด็กวัยคลาน วัยกำลังชัน หรือลูกวัยอนุบาล บางครั้งเล่นสนุกอาจมีพลาดล้มจนศีรษะไปกระทบพื้น ชนโต๊ะ หรือสิ่งของที่อยู่ข้าง ๆ จนทำให้ได้รับบาดเจ็บที่ศีรษะ ทำให้มีอาการปูด หัวโน (Minor Head Injury หรือ Bump on Head) ออกมา ซึ่งอาการหัวโนที่ศีรษะเกิดจากแรงกระแทกที่ไม่รุนแรงมาก และมีอาการบาดเจ็บเป็นระยะเวลาเพียงสั้น ๆ เท่านั้น

## สรุป

- อาการหัวโน (Minor Head Injury หรือ Bump on Head) เกิดจากการที่ศีรษะได้รับบาดเจ็บหรือเกิดอุบัติเหตุถูกกระแทกที่ไม่รุนแรงมาก
- อาการหัวโน หากเป็นการบาดเจ็บเพียงเล็กน้อยไม่ได้รุนแรง จะดีขึ้นจนหายเป็นปกติใช้เวลาประมาณ 2-3 วัน
- อาการหัวโน ให้ประคบเย็น ด้วยการใช้น้ำแข็งเย็น หรือใช้เป็นน้ำแข็งห่อใส่ผ้า แล้วนำมาประคบที่ศีรษะตรงบริเวณที่ได้รับบาดเจ็บประมาณ 15 นาที

# เลือกอ่านตามหัวข้อ

- ลูกหัวโน ควรยุบได้เองภายในกี่วัน
- เช็กลิสต์อุปกรณ์ปฐมพยาบาลที่ต้องมีติดบ้าน
- วิธีปฐมพยาบาลเมื่อลูกหกล้ม หัวฟาดพื้น หัวโน
- ลูกหัวโน ต้องให้กินยาแก้ปวดหรือไม่
- ลูกหัวโนและมีไข้ร่วมด้วย ผิดปกติไหม
- ลูกหัวโนและมีอาการร่วมแบบไหน ต้องไปพบแพทย์

อุบัติเหตุที่พบบ่อยที่สุดอย่างหนึ่งสำหรับเด็กก็คือการล้มหัวกระแทกพื้น ซึ่งอาจทำให้เกิดอาการหัวโน หรือหัวปูด ซึ่งสร้างความกังวลให้กับคุณพ่อคุณแม่เป็นอย่างมาก ส่วนใหญ่อาการหัวโนมักไม่รุนแรง แต่ยังมีบางกรณีที่อาจบ่งบอกถึงอันตรายร้ายแรง คุณพ่อคุณแม่จึงควรสังเกตอาการของลูกอย่างใกล้ชิด บทความนี้จะมาไขข้อสงสัยว่าอาการหัวโน หัวปูด ลูกมีอาการแบบไหนอันตราย และควรทำอย่างไรเมื่อลูกน้อยเกิดการกระแทกขึ้นที่ศีรษะจนหัวโน

## ลูกหัวโน ควรยุบได้เองภายในกี่วัน

ศีรษะของเด็ก ๆ ที่ถูกกระแทกจนได้รับบาดเจ็บ แล้วมีอาการหัวโน หัวปูดออกมา หากเป็นการบาดเจ็บเพียงเล็กน้อยไม่ได้รุนแรง อาการหัวโนจะดีขึ้นจนหายเป็นปกติ ใช้เวลาประมาณ 2-3 วัน แต่ทั้งนี้หากอาการบาดเจ็บที่ศีรษะจากการถูกกระแทก จนสมองกระทบกระเทือน (Concussion Syndrome) ทำให้การทำงานผิดปกติ ควรรีบพาไปพบแพทย์เพื่อรับการประเมิน โดยอาการนี้อาจจะเป็นเพียงแค่ชั่วคราวและสามารถหายเป็นปกติ ใช้เวลาประมาณ 6 สัปดาห์ ซึ่งหากคุณพ่อคุณแม่พบว่าลูกมีอาการที่นานกว่า 6 สัปดาห์ ควรพาไปพบแพทย์อีกครั้ง

## เช็กลิสต์อุปกรณ์ปฐมพยาบาลที่ต้องมีติดบ้าน

อุบัติเหตุเกิดขึ้นกับลูกได้ตลอดเวลา ดังนั้นเพื่อการดูแลรักษาอาการบาดเจ็บให้กับลูก ๆ ได้อย่างทันด่วนที่ และปลอดภัย คุณพ่อคุณแม่จำเป็นต้องมีอุปกรณ์ปฐมพยาบาลพื้นฐานเบื้องต้นเหล่านี้ไว้ใช้ที่บ้าน

### 1. อุปกรณ์ปฐมพยาบาลพื้นฐาน

1. แผ่นปิดตา
2. สำลี นำเกลือล้างแผล และ เบตาดีน
3. ผ้าปิดแผล ผ้าพันแผล ผ้าก๊อซ เช็มก๊อต และ พลาสเตอร์

## 2. อุปกรณ์ปฐมพยาบาลเพิ่มเติม

- กรรไกร ปากคีบ
- หน้ากากอนามัย ฟ้าฉาย และนกหวีด
- ถุงมือแบบใช้ครั้งเดียว และ ถุงทิ้งขยะ
- แผ่นทำความสะอาดแผล และ ขวดน้ำ



## วิธีปฐมพยาบาลเมื่อลูกหกล้ม หัวฟาดพื้น หัว โน

เมื่อลูกหกล้ม หัวฟาดพื้น มีอาการหัวโนเล็กน้อย และไม่ได้มีอาการผิดปกติอื่นใด คุณพ่อคุณแม่สามารถดูแลปฐมพยาบาลเบื้องต้นให้ลูกได้ ดังนี้

1. ตั้งสติเป็นอันดับแรก หากลูกเกิดอุบัติเหตุหกล้ม คุณพ่อคุณแม่ต้องตั้งสติให้ดี อย่าตกใจ
2. ค่อย ๆ พยุงตัวลูกให้ลูกนั่งช้า ๆ อย่างเบามือ
3. สังเกตบาดแผลให้ทั่ว เพื่อดูว่าผิวหนังมีบาดแผลฉีกขาด และมีเลือดออกด้วยหรือไม่
4. ประคบเย็น ใช้ถุงเย็น หรือใช้ป็นน้ำแข็งห่อใส่ผ้า แล้วนำมาประคบที่ศีรษะของลูกประมาณ 15 นาที
5. สังเกตอาการ 24 ชั่วโมง คุณพ่อคุณแม่สังเกตอาการลูกหลังจากล้มหัวกระแทกพื้น

นอกจากหิวโน หัวปูดออกมาแล้วนั้น หากพบอาการผิดปกติ เช่น ปวดศีรษะ คลื่นไส้ กระจก หรือมีการเกร็ง เป็นต้น ให้รีบพาส่งโรงพยาบาลเพื่อพบแพทย์ทันที

## ลูกหิวโน ต้องให้กินยาแก้ปวดหรือไม่

หลังจากปฐมพยาบาลเบื้องต้นให้ลูกแล้ว หากภายใน 24 ชั่วโมง ลูกยังมีอาการเจ็บที่ศีรษะมาก แนะนำให้คุณพ่อคุณแม่พาลูกไปโรงพยาบาลเพื่อให้คุณหมอมประเมินอาการ และขอคำแนะนำในการรับประทานยาเพื่อบรรเทาอาการปวดที่ถูกต้อง และในปริมาณเหมาะสมกับช่วงอายุของลูก **ไม่ควร** ปล่อยให้ลูกทานเอง

## ลูกหิวโนและมีไข้ร่วมด้วย ผิดปกติไหม

ในกรณีที่ศีรษะกระแทกและเกิดการบาดเจ็บ หิวโน หัวปูดเพียงเล็กน้อย คุณพ่อคุณแม่สามารถพาลูกไปโรงพยาบาล เพื่อให้แพทย์ได้ตรวจดูอาการ และให้การรักษาเบื้องต้น เมื่อแพทย์อนุญาตให้กลับบ้านได้ ยังต้องสังเกตอาการที่บ้านต่อเนื่องอีกอย่างน้อย 72 ชั่วโมง เนื่องจากอาการบาดเจ็บที่มีผลต่อสมองอาจไม่ได้เกิดขึ้นทันที ซึ่งหากพบว่าภายใน 72 ชั่วโมง หรือหลังจากนี้ ลูกมีไข้สูง และปวดในลูกตา หรืออาเจียนมาก เป็นต้น เป็นอาการผิดปกติควรรีบพาลูกกลับไปพบแพทย์ทันที

## ลูกหิวโนและมีอาการรวมแบบไหน ต้องไปพบแพทย์

การได้รับบาดเจ็บที่ศีรษะจากการถูกกระแทก ให้คุณพ่อคุณแม่สังเกตอาการเหล่านี้ที่อาจเกิดขึ้นได้ใน 72 ชั่วโมง ซึ่งหากพบว่าลูกมีอาการผิดปกติเกิดขึ้น ควรรีบพาลูกไปโรงพยาบาลเพื่อพบแพทย์ทันที

1. ชักเกร็ง
2. หมดสติ
3. ซึมผิดปกติ
4. ปวดหัวรุนแรง
5. ลูกอาเจียน
6. พูดไม่รู้เรื่อง และไม่เข้าใจว่าคนรอบข้างสื่อสารว่าอะไร
7. หายใจลำบาก ซึพจรเต้นช้า
8. มีเลือดออกทางจมูก หรือหู

การที่ลูกหิวโน หัวปูด มักเกิดจากการกระแทกหรือได้รับการกระทบกระเทือนที่ศีรษะ อาการนี้อาจไม่ร้ายแรง แต่ก็ควรสังเกตอาการอย่างใกล้ชิดภายใน 72 ชั่วโมง อย่างไรก็ตามหากพบอาการผิด

ปกติ เช่น อาเจียน ซึม ปวดศีรษะรุนแรงหรือ ตัวร้อนมีไข้ ควรรีบพาถูกไปพบแพทย์ทันที เพื่อเป็นการป้องกันลูก ๆ จากการได้รับบาดเจ็บ คุณพ่อคุณแม่ และผู้ปกครองควรดูแลเด็กเล็กอย่างใกล้ชิด เก็บสิ่งของที่อาจเป็นอันตรายให้พ้นมือเด็ก และจัดบ้านให้ปลอดภัยเพื่อลดความเสี่ยงในการเกิดอุบัติเหตุ

## บทความแนะนำสำหรับคุณแม่่มือใหม่

- วัดขึ้นเด็กแรกเกิด สำคัญแค่ไหน ลูกน้อยต้องฉีดอะไรบ้าง
- ล้างจมูกทารก แบบไหนปลอดภัย ล้างยังไงไม่ให้ลูกกลัว
- ทารกคอแข็งก็เดือน เด็กคอแข็งช้า คุณแม่ช่วยลูกน้อยได้อย่างไรบ้าง
- ทารกนอนสะดุ้ง เกิดจากอะไร พร้อมวิธีแก้ลูกนอนสะดุ้งและวิธีรับมือ
- ลูกบิดตัวบ่อยหลับไม่สนิท เป็นเพราะอะไร คุณพ่อคุณแม่ต้องดูแลแบบไหน
- วิธีชงนมผงที่ถูกต้อง พร้อมขั้นตอนการเตรียมน้ำชงนม สำหรับแม่่มือใหม่
- ลูกเป็นหวัดน้ำมูกไหลไม่หายสักที ลูกมีน้ำมูกไหลเป็นน้ำใส ๆ ไม่หยุด
- ลูกตัวร้อนอย่างเดี๋ยวทำไงดี พร้อมวิธีสังเกตเมื่อลูกตัวร้อนไม่ทราบสาเหตุ
- ของใช้เด็กแรกเกิดก่อนคลอดดูเจ้าตัวเล็ก คุณแม่ต้องเตรียมอะไรบ้าง
- วิธีชงนมผงที่ถูกต้อง พร้อมขั้นตอนการเตรียมน้ำชงนม สำหรับแม่่มือใหม่

## อ้างอิง:

1. ความหมายหัวโน, POB PAD
2. ลูกหัวโน เด็กศีรษะกระแทก อย่าชะล่าใจ วิธีสังเกตอาการอย่างใกล้ชิด, โรงพยาบาลสมิติเวช
3. First Aid Kit อุปกรณ์ปฐมพยาบาลที่พ่อแม่ต้องมีไว้, โรงพยาบาลสมิติเวช
4. First Aid Kit ชุดปฐมพยาบาลเบื้องต้นที่ควรมี, โรงพยาบาลบางปะกอก 9
5. ลูกล้มหัวกระแทกพื้นบ่อยๆ อันตรายแค่ไหน ควรหาหมอหรือไม่, โรงพยาบาลสินแพทย์
6. เฝ้าระวังหลังศีรษะกระแทก 72 ชั่วโมง, โรงพยาบาลศิริราชปิยมหาราชการุณย์

อ้างอิง ณ วันที่ 22 กรกฎาคม 2567





คุณแม่ตั้งครรภ์



แม่ผ่าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก

สปิงโก  
โมอีลิน

สปิงโกโมอีลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขับถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์