



# สะดือคนท้องบอกอะไรได้บ้าง สะดือหงาย สะดือคว่ำดูยังไง

ภาษา

สะดือคนท้องบอกอะไรได้บ้าง สะดือหงายสะดือคว่ำดูยังไง

คุณแม่ตั้งครรภ์

บทความ

พ.ย. 18, 2024

6 นาที

สายสะดือของคนท้องทำหน้าที่ส่งออกซิเจนและอาหารไปให้ทารกในครรภ์ และช่วยขับของเสียออกจากทารกในครรภ์ คนท้องมีอายุครรภ์มากขึ้น หน้าท้องจะโตขึ้น สะดือก็จะมีลักษณะเปลี่ยนไป สะดือคนท้องบ่งบอกอะไร สะดือหงายสะดือคว่ำดูยังไง สะดือสามารถบอกเพศลูกได้ไหม สะดือที่ยื่นออกมาผิดปกติไหม คนท้องเจ็บสะดือควรดูแลตัวเองอย่างไร คุณแม่ควรศึกษาหาข้อมูลเพื่อเตรียมความพร้อมรับมือกับความเปลี่ยนแปลงอย่างถูกวิธี

## สรุป

- สายสะดือของคุณแม่ตั้งครรภ์จะเชื่อมต่อกับทารกในครรภ์ เมื่อคุณแม่ตั้งครรภ์มีการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เกิดขึ้นกับทางร่างกาย สะดือจึงเป็นส่วนหนึ่งที่เกิดการเปลี่ยนแปลงตาม โดยเฉพาะเมื่อเข้าสู่ไตรมาสที่ 2 จะเกิดการเปลี่ยนแปลงที่สะดืออย่างเห็นได้ชัด
- เมื่อคุณแม่ตั้งครรภ์มีขนาดท้องที่โตขึ้น มดลูกขยายตัวดันหน้าท้องไปข้างหน้า สะดือนั้นจึงยื่นออกมาจากหน้าท้อง ทำให้เห็นการเปลี่ยนแปลงที่สะดืออย่างชัดเจน

- สะดือคนท้องที่ยื่นออกมาผิดปกติในช่วงตั้งครรภ์ อาจเป็นสัญญาณของ ไข่เลื่อนที่สะดือ ซึ่งมักเกิดจากการที่มดลูกขยายตัวมากเกินไปทำให้เกิดแรงดันในช่องท้อง ส่งผลให้อวัยวะภายในหลุดผ่านช่องเปิดออกมาภายนอก อาการนี้มักพบในช่วงไตรมาสที่ 2 ถึงไตรมาสที่ 3 ของการตั้งครรภ์ โดยคุณแม่อาจสังเกตเห็นได้ชัดเจนขึ้น เมื่ออายุครรภ์และขนาดท้องเพิ่มมากขึ้น สะดือที่ยื่นออกมาผิดปกติ อาจเป็นสัญญาณบ่งบอกว่าคุณแม่กำลังมีภาวะไข่เลื่อนสะดือ
- ความเชื่อเกี่ยวกับเพศลูกในท้อง เป็นความเชื่อที่มีมาแต่โบราณในการทำนายเพศลูกในท้องว่า สะดือหงายจะได้ลูกชาย สะดือคว่ำจะได้ลูกสาว ซึ่งความเชื่อนี้ไม่สามารถพิสูจน์ และบอกเพศลูกได้ตามหลักการแพทย์

## เลือกอ่านตามหัวข้อ

- คนท้องตั้งครรภ์ สะดือคนท้องเปลี่ยนไปแค่ไหน
- การเปลี่ยนแปลงของสะดือคนท้องตามไตรมาส
- สะดือคนท้อง บ่งบอกปัญหาสุขภาพได้ไหม
- สะดือหงายสะดือคว่ำดูยังไง ต่างกันมากไหม
- สะดือหงายสะดือคว่ำ สามารถบอกเพศลูกได้จริงไหม
- ดูแลสะดือคนท้องอย่างไร เมื่อเกิดอาการปวด

## คนท้องตั้งครรภ์ สะดือคนท้องเปลี่ยนไปแค่ไหน

เมื่อคุณแม่ตั้งครรภ์มีการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เกิดขึ้นกับทางร่างกาย สะดือจึงเป็นส่วนหนึ่ง ที่เกิดการเปลี่ยนแปลง โดยเฉพาะ เมื่อเข้าสู่ไตรมาสที่ 2 จะเกิดการเปลี่ยนแปลงที่สะดืออย่างเห็นได้ชัด เช่น

1. **การขยายตัวของมดลูก** เนื่องจากมดลูกนั้นขยายขึ้นตามขนาดของทารกในครรภ์ มดลูกที่ขยายจะดันหน้าท้องไปข้างหน้า ทำให้สะดือนั้นยื่นออกมาจากหน้าท้องที่ใหญ่ขึ้น
2. **กล้ามเนื้อและผิวหนังหน้าท้องขยายใหญ่ขึ้น** หน้าหนักที่เพิ่มขึ้น และท้องที่ขยายใหญ่ขึ้น จะทำให้ผิวหนังและกล้ามเนื้อรอบ ๆ หน้าท้อง ถูกยืดขยายออก อาจส่งผลให้มีการปวดเฉพาะที่ หรือมีอาการคันบริเวณสะดือ หรือรอบ ๆ สะดือ

## การเปลี่ยนแปลงของสะดือคนท้องตามไตรมาส

คุณแม่ตั้งครรภ์จะเห็นการเปลี่ยนแปลงของสะดือได้ ในช่วงไตรมาสที่ 2 ของการตั้งครรภ์ เมื่อมดลูกขยายตัวขึ้นจนดันหน้าท้องไปข้างหน้า ทำให้สะดือนั้นยื่นออกมาจากหน้าท้อง จึงเห็นการเปลี่ยนแปลงอย่างชัดเจนขึ้น ซึ่งการเปลี่ยนแปลงของสะดือคุณแม่ตั้งครรภ์ในแต่ละไตรมาส มีดังนี้

## 1. ไตรมาสที่ 1

โดยปกติแล้วในไตรมาสแรกนี้ สะดือของคุณแม่ตั้งครรภ์มักจะไม่มีการเปลี่ยนแปลงอะไรมากนัก เนื่องจากมดลูกยังอยู่ในบริเวณอุ้งเชิงกราน และมีขนาดเล็ก จึงมีผลกระทบเพียงเล็กน้อยบริเวณหน้าท้อง

## 2. ไตรมาสที่ 2

ในช่วงไตรมาสที่ 2 นี้ มดลูกจะเริ่มโตและบวมขึ้นไปกดทับผนังหน้า ท้อง ผิวหนังช่วงหน้าท้องยืดยึดจนตึง จนทำให้สะดือดูแบนหรือดูยี่ดออกมามากขึ้น

## 3. ไตรมาสที่ 3

มดลูกจะโตขึ้นเรื่อย ๆ บางครั้งมดลูกจะสูงถึงระดับสะดือ หรือสูงกว่าระดับสะดือเล็กน้อย ทำให้มีการกดดันที่ผนังหน้าท้องเพิ่มขึ้น จึงส่งผลให้สะดือนูนยื่นออกมาทางหน้าท้อง และมักเกิดขึ้นกับผู้หญิงที่มีสะดือลึก



# สะดือคนท้อง บ่งบอกปัญหาสุขภาพได้ไหม

เมื่อคุณแม่ตั้งครรภ์มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นกับร่างกาย รวมทั้งสะดือด้วย การเปลี่ยนแปลงของสะดือเป็นอาการปกติที่พบได้ในคุณแม่ตั้งครรภ์ แต่ในขณะเดียวกันก็อาจทำให้เกิดสภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ ได้

## 1. ด้านสุขภาพของแม่

สะดือคนท้อง อาจเกิดสภาวะแทรกซ้อนได้ โดยเฉพาะอาการไส้เลื่อน มีสาเหตุมาจากความดันในช่องท้องของคุณแม่ที่เพิ่มขึ้น ส่งผลให้อวัยวะภายในนูนยื่นออกมาผ่านกล้ามเนื้อหน้าท้อง ตอนนอนจะสังเกตเห็นก้อนเนื้อนูนบริเวณสะดือ ทำให้คุณแม่ตั้งครรภ์มีอาการปวดตัวเมื่อยอตัว ก้มตัว ไอขณะตั้งครรภ์ หรือจาม อาจมีรอยช้ำและอาการระคายเคืองอย่างรุนแรง จากการขยายตัวของหน้าท้อง

## 2. ด้านสุขภาพของลูก

เด็กทารกคลอดก่อนกำหนด และเด็กทารกที่มีน้ำหนักตัวต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ อาจเสี่ยงกับอาการไส้เลื่อนที่สะดือได้ สาเหตุเกิดจากกล้ามเนื้อบริเวณสะดือไม่สมานตัวเชื่อมติดกันดี หลังจากแพทย์ตัดสายสะดือในขณะที่ทำคลอด ถ้าไส้บางส่วนจึงเคลื่อนตัวเข้ามาผ่านช่องเปิดบริเวณดังกล่าว ดังนั้นเพื่อลดภาวะไส้เลื่อนสะดือในเด็ก

คุณแม่ที่ตั้งครรภ์ควรฝากครรภ์ตั้งแต่เนิ่น ๆ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ โดยเฉพาะอาหารที่มีกรดโฟลิกและธาตุเหล็ก ควรปรึกษาแพทย์เกี่ยวกับการดูแลปฏิบัติตัวในช่วงตั้งครรภ์ เพื่อช่วยลดภาวะคลอดก่อนกำหนด และช่วยลดความเสี่ยงทารกมีน้ำหนักตัวต่ำกว่าเกณฑ์ หลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์และสูบบุหรี่

## สะดือหงายสะดือคว่ำดูยังไง ต่างกันมากไหม

การดูลักษณะสะดือของคุณแม่ตั้งครรภ์ ว่าสะดือแบบไหนจะได้ลูกเพศอะไร เป็นความเชื่อที่มีมาตั้งแต่โบราณว่าเกี่ยวกับสะดือคนท้องและลักษณะท้องของคนท้อง ถ้าสะดือของคุณแม่ตั้งครรภ์มีท้องเป็นลักษณะทรงกลม มีเนื้อด้านบนยื่นออกมา เรียกว่าสะดือคว่ำน่าจะจะได้ลูกสาว หากคุณแม่ตั้งครรภ์มีลักษณะท้องที่แหลม มีสะดือด้านล่างที่ยื่นออกมา เรียกว่าสะดือหงายจะได้ลูกชาย

## สะดือหงายสะดือคว่ำ สามารถบอกเพศลูกได้

# ข่าวใหม่

ความเชื่อเกี่ยวกับเพศลูกในท้อง เป็นความเชื่อที่มีมานานในการทำนายเพศลูกในท้อง ว่าสะดือ หายจะได้ลูกชาย สะดือคว่ำจะได้ลูกสาว ซึ่งความเชื่อนี้ไม่สามารถพิสูจน์ และบอกเพศลูกได้ตาม หลักการแพทย์ คุณแม่สามารถรู้เพศทารกในครรภ์ได้แน่นอนเมื่อเข้ารับการตรวจอัลตราซาวด์อย่าง ละเอียด สามารถตรวจได้เมื่อมีอายุครรภ์ 18-21 สัปดาห์ ใช้เวลาประมาณ 45 นาที หรือการตรวจ เพศและตรวจหาความผิดปกติทางพันธุกรรมด้วยวิธีอื่น เช่น

- วิธีการตรวจตัดชิ้นเนื้อรก
- วิธีการตรวจเอ็นไอพีที (การตรวจนิฟตี)
- วิธีการเจาะน้ำคร่ำในครรภ์

การอัลตราซาวด์นอกจากจะทำให้รู้เพศทารกในครรภ์แล้ว ยังเป็นการตรวจการเจริญเติบโตของ ทารกในครรภ์ให้ทราบถึงขนาดตัวทารก ความสมบูรณ์ของรก ตำแหน่ง ปริมาณน้ำคร่ำ รวมถึง ตรวจหาความพิการ หรือความผิดปกติต่าง ๆ ของทารก

## ดูแลสะดือคนท้องอย่างไร เมื่อเกิดอาการปวด

หากคุณแม่เกิดอาการเจ็บปวดสะดือ อาจใช้การประคบอุ่นหรือเย็นบริเวณที่รู้สึกปวดหรือคันเพื่อ บรรเทาความปวด หลีกเลี่ยงการประคบร้อนจัด หรือประคบด้วยน้ำแข็งที่ไม่ได้ห่อด้วยผ้าขนหนู เพราะอาจทำให้เกิดการไวต่อความรู้สึกมากเกินไปของสะดือและอาจเกิดแผลไหม้จากความร้อนจัด หรือเย็นจัด คุณแม่สามารถทาโลชั่นที่แพทย์แนะนำเพื่อเพิ่มความชุ่มชื้นให้ผิวที่บอบบางรอบสะดือ ได้ หากอาการปวดไม่ดีขึ้น ปวดรุนแรง และมีอาการผิวหนังอักเสบ แดง หรือผิวหนังแตก ควรรีบ ไปพบแพทย์เพื่อตรวจวินิจฉัย และรับการรักษาอย่างถูกวิธี

สำหรับความเชื่อและการคาดเดาเพศลูกจากวิธีการสังเกตสะดือ ไม่สามารถบ่งบอกผลที่แม่นยำได้ การตรวจโดยแพทย์จะให้ผลที่แม่นยำชัดเจน หากคุณแม่ตั้งครรภ์มีการเปลี่ยนแปลงของสะดือ เนื่องจากมดลูกที่ขยายขึ้นตามขนาดของทารกในครรภ์ขยายมากที่ผนังช่องท้อง ส่งผลให้สะดือ นูนยื่นออกมาทางหน้าท้อง คุณแม่อาจรู้สึกปวด หรือคันบริเวณสะดือ หากอาการเหล่านี้มีอาการรุนแรง บรรเทาแล้วไม่ดีขึ้น ควรรีบไปพบแพทย์เพื่อรับการรักษาอย่างเหมาะสม

### บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- Health check แบบประเมินสุขภาพของคุณแม่และพัฒนาการของลูกน้อย
- อาการโนว่าท้อง กังวลไปเองว่าท้อง พร้อมวิธีเช็คอาการตัวเอง
- ขนาดหน้าท้องแต่ละเดือน พุงคนท้องแต่ละเดือน บอกอะไรได้บ้าง
- ที่ตรวจครรภ์แบบไหนดี ชุดตรวจครรภ์ ใช้งานง่าย รู้ผลเร็ว
- ภาวะครรภ์เป็นพิษ อาการครรภ์เป็นพิษเริ่มแรก อันตรายไหม
- อาการตกเลือดหลังคลอดเป็นยังไง ตกเลือดหลังคลอดอันตรายไหม

- มดลูกหย่อน อันตรายใหม่ พร้อมวิธีดูแลตัวเองเมื่อมดลูกต่ำ
- คนท้องทำบวม เพราะอะไร ปกติไหม พร้อมวิธีลดบวม
- คนท้องทำบวมหลังคลอด คุณแม่มือทำบวม รับมือยังไงดี
- อาการเจ็บท้องคลอด สัญญาณอาการใกล้คลอดที่สังเกตได้
- คุณแม่ปวดท้องข้างขวาจัด ๆ หน่วง ๆ บอกอะไรได้บ้าง

## อ้างอิง:

1. How Does Pregnancy Affect Your Belly Button?, Healthline
2. What causes bellybutton pain during pregnancy?, MedicalNewsToday
3. Your belly button changes during pregnancy! Here's how, Healthshots
4. สะดือคนท้อง ระหว่างตั้งครรภ์ เปลี่ยนแปลงอย่างไรบ้าง, HelloKunmor
5. ไส้เลื่อนที่สะดือ (Umbilical Hernia), Pobpad
6. สะดือแบบไหนได้ลูกสาว อยากรู้ว่าได้ลูกเพศไหน สะดือบอกได้จริงหรือ?, Babyandmom
7. สารพัดความเชื่อของแม่ท้อง ตอนที่ 1, คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล
8. รู้เพศตอนกี่เดือน อัลตราซาวด์ตอนไหนแม่นยำที่สุด, HelloKunmor
9. ไส้เลื่อนที่สะดือ ภาวะในหญิงตั้งครรภ์ที่ไม่ควรมองข้าม, โรงพยาบาลเพชร

อ้างอิง ณ วันที่ 19 สิงหาคม 2567



คุณแม่ตั้งครรภ์



แม่ผ้าคลอດ



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก



สปิงโกไม้อลิ้น



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การซั้บถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club





ข้อมูลผลิตภัณฑ์