

# พุงผืดใต้ลิ้นทาร์ก ปัญหาพุงผืดของลูก ที่พ่อแม่ควรระวัง

เคล็ดลับการดูแลลูก

บทความ

พ.ย. 27, 2024

6 นาที

นมแม่อุดมไปด้วยสารอาหารสำคัญ และภูมิคุ้มกันที่จำเป็นสำหรับทารก ทารกควรได้รับนมแม่อย่างเพียงพอในแต่ละวัน เพื่อช่วยเสริมสร้างความเจริญเติบโตทางสมองและร่างกาย แต่หากทารกมีปัญหาในการดูดนม ทำให้ได้รับน้ำนมน้อย เนื่องจากมีพุงผืดใต้ลิ้น ทำให้มีปัญหาในการขยับลิ้น ดูดนมได้ไม่ดีพอ คุณแม่ควรพาลูกเข้ารับการปรึกษาจากแพทย์ เพื่อได้รับการแก้ไขอย่างเหมาะสมถูกวิธี เพื่อให้ลูกน้อยได้รับนมเพียงพอและมีสุขภาพที่แข็งแรง

## สรุป

- พุงผืดใต้ลิ้น คือเยื่อบาง ๆ ตรงโคนลิ้น เป็นเรื่องปกติที่สามารถเกิดได้ในทารก ในทารกบางรายอาจมีพุงผืดมาก จากโคนลิ้นจนถึงบริเวณปลายลิ้น ทำให้เกิดปัญหาการขยับเคลื่อนไหวของลิ้น ทำให้ทารกมีปัญหาในการดูดนม และได้รับน้ำนมไม่เพียงพอ
- พุงผืดใต้ลิ้น ทำให้ทารกไม่สามารถดูดนมแม่ได้ถึงลานนม จับหัวนมไม่ติด แรงดูดนมเบาว่าปกติ ดูดบ่อย ทำให้มีปัญหาในการดูดนม แทนที่ทารกจะใช้ลิ้นช่วยในการดูดนม กลับต้องใช้เหงือกช่วยดูดนมแทน ส่งผลให้แม่เจ็บเต้านม หัวนมแตก หัวนมเป็นแผลได้
- พุงผืดใต้ลิ้นทารกเป็นมาแต่กำเนิด เกิดจากกรรมพันธุ์ ไม่สามารถป้องกันได้ แต่สามารถดูแลแก้ไขได้ หากลูกมีพุงผืดใต้ลิ้น มีปัญหาในการดูดนม ได้รับน้ำนมไม่เพียงพอ นำหนักตัวน้อย นำหนักไม่ขึ้นตามเกณฑ์ ควรพาลูกไปพบแพทย์เพื่อตรวจให้ละเอียด

## เลือกอ่านตามหัวข้อ

- พุงผืดใต้ลิ้น คืออะไร
- พุงผืดใต้ลิ้นทารก เกิดจากกรรมพันธุ์จริงไหม
- อาการของพุงผืดใต้ลิ้นทารก
- พุงผืดใต้ลิ้นทารก ส่งผลร้ายกับทารกยังไง
- ลูกมีพุงผืดใต้ลิ้น ควรไปพบแพทย์ไหม

# พังผืดใต้ลิ้น คืออะไร

พังผืดใต้ลิ้น สามารถเกิดขึ้นได้ปกติกับทารกทุกคน ซึ่งพังผืดใต้ลิ้น คือ เยื่อบาง ๆ ตรงบริเวณโคนลิ้นของทารก พังผืดใต้ลิ้นไม่ส่งผลอันตรายต่อทารก แต่ในทารกบางคนที่มีพังผืดใต้ลิ้นมากกว่าปกติ มีพังผืดใต้ลิ้นยาวจากโคนลิ้นยาวมาถึงบริเวณปลายลิ้น จะทำให้การเคลื่อนไหวของลิ้นทารกไม่ดีเท่าที่ควร หรือทำให้ทารกเกิดปัญหาในการขยับปลายลิ้น ปลายลิ้นของทารกจะขยับออกมาเลียลานห้วนนมแม่ไม่ได้ ส่งผลให้เกิดปัญหาต่อการดูดนมแม่ จับห้วนนมไม่ติด ดูดนมได้เบาว่าปกติ ดูดนมบ่อยแต่ได้รับน้ำนมน้อย ทำให้น้ำหนักตัวทารก ไม่เพิ่มขึ้นตามเกณฑ์

นอกจากนั้นแล้วพังผืดใต้ลิ้นทารกที่มากกว่าปกติ ยังส่งผลให้ทารกไม่สามารถแลบลิ้นออกมาดูดรีดน้ำนมเข้าปากได้ จึงใช้เครื่องมือช่วยในการดูดรีดน้ำนมแทน เมื่อทารกใช้เครื่องมือในการดูดนมแม่บ่อย ๆ จะทำให้ห้วนนมของแม่แตกเป็นแผล เกิดการเจ็บห้วนนม หรือทำให้เต้านมอักเสบได้ หากลูกมีพังผืดใต้ลิ้นมากกว่าปกติ หรือมีปัญหาในการดูดนมแม่ ควรพาลูกไปพบแพทย์ เพื่อรับการดูแลแก้ไข อย่างถูกต้องเหมาะสม เพื่อที่ลูกจะได้รับน้ำนมอย่างเพียงพอกับร่างกาย

## พังผืดใต้ลิ้นทารก เกิดจากกรรมพันธุ์จริงไหม

พังผืดใต้ลิ้นทารก สามารถเกิดขึ้นได้กับทารกทุกคน หากทารกมีพังผืดใต้ลิ้นมากเกินไป จะส่งผลให้มีปัญหาในการดูดนมแม่ พังผืดใต้ลิ้นทารก ไม่สามารถป้องกันได้ เพราะเกิดจากกรรมพันธุ์ เป็นมาแต่กำเนิด แต่สามารถดูแลแก้ไขได้ หากคุณแม่สังเกตว่าลูกมีพังผืดใต้ลิ้น มีปัญหาในการดูดนม ได้รับน้ำนมไม่เพียงพอ น้ำหนักทารกน้อยไม่เป็นไปตามเกณฑ์ ควรพาลูกไปพบแพทย์เพื่อตรวจให้ละเอียด และรับการดูแลอย่างถูกต้องเหมาะสม เพื่อป้องกันปัญหาทางสุขภาพแทรกซ้อนในอนาคต

## อาการของพังผืดใต้ลิ้นทารก

โดยปกติแล้วลิ้นมีหน้าที่สำคัญหลายอย่าง แต่สำหรับทารกนั้น ลิ้นมีหน้าที่ในการช่วยดูดนมจากเต้าของแม่ เมื่อเกิดพังผืดใต้ลิ้นทารกมากเกินไป จะส่งผลกระทบต่อปลายลิ้นของทารกขยับออกมาเลียลานห้วนนมของแม่ไม่ได้ ทำให้มีปัญหาในการดูดนมแม่ ทำให้จับห้วนนมไม่ติด มีแรงในการดูดนมได้เบาว่าปกติ นอกจากนี้แล้วยังทำให้ลิ้นติด เคลื่อนไหวลิ้นลำบาก แลบลิ้นไม่พ่นริมฝีปาก พังผืดใต้ลิ้นทารกยังมีอาการที่คุณแม่สามารถสังเกตได้ คือ

- ดูดห้วนนมแล้วหลุดบ่อย จับห้วนนมแม่ไม่ติดเมื่อดูดนม
- ทารกแลบลิ้นออกมาไม่พ่นเหงือกบน ทารกแลบลิ้นได้ไม่พ่นริมฝีปาก ทารกกระดกปลายลิ้นขึ้นไปแตะที่เพดานปากไม่ได้
- ดูดนมเบาว่าปกติ ดูดนมบ่อย มีอาการหงุดหงิด
- หลังลิ้นหยักเข้ามาเป็นรูปหัวใจ เวลาทารกแลบลิ้นหรือร้องไห้

- **ลิ้นติด หรือเคลื่อนไหวลิ้นลำบาก** ขยับ เคลื่อนไหวปลายลิ้นได้ไม่ดี มีปัญหาในการขยับปลายลิ้น

## ฟังผิดไ้ลิ้นทารก ส่งผลร้ายกับทารกยังไง

เมื่อลิ้นของทารกมีพังผืดมากเกินไป จะส่งผลให้ทารกมีปัญหาในการดูดนม เกิดปัญหาการขยับปลายลิ้น หรือการเคลื่อนไหวของลิ้นไม่ดี และทำให้แม่เจ็บหัวนม หัวนมแตก อักเสบ ส่งผลให้เจริญเติบโตช้า สุขภาพช่องปากและฟันไม่ดี ฟังผิดไ้ลิ้นทารก ยังส่งผลกระทบต่อต่าง ๆ ต่อสุขภาพของทารก ดังนี้

1. **พัฒนาการด้านการพูดช้า** เช่น พูดไม่ได้ พูดไม่ชัด หรือออกเสียงควบกล้ำไม่ได้ ทำให้ส่งผลกระทบต่อกรพูด เนื่องจากฟังผิดยี่ดบริเวณปลายลิ้น อาจทำให้ลูกมีปมด้อยได้ในอนาคต
2. **สุขภาพช่องปากและฟันไม่ดี** ส่งผลถึงสุขภาพทางช่องปากและฟัน
3. **เจริญเติบโตช้า** ตัวเหลือง เพราะดูดนมได้ไม่มากพอ นานักน้อย นานักไม่ขึ้นตามเกณฑ์
4. **แม่จะมีอาการเจ็บเมื่อให้นมลูก** หัวนมแตก หัวนมอักเสบ หรือมีผลแทรกซ้อนทำให้เต้านมแม่อักเสบได้

หากลูกน้อยมีปัญหาพัฒนาการด้านการพูดช้า หรือ หากคุณแม่ต้องการข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับพัฒนาการลูกน้อย สามารถศึกษาเพิ่มเติมได้ที่นี้ โปรแกรม Baby Development เช็คพัฒนาการลูกน้อยแต่ละช่วงวัย



## ลูกมีพังผืดใต้ลิ้น ควรไปพบแพทย์ไหม

พังผืดใต้ลิ้น เป็นเยื่อบาง ๆ เกิดเป็นพังผืดที่บริเวณโคนลิ้น ซึ่งในทารกบางรายจะมีพังผืดมากจาก โคนลิ้นยาวไปจนถึงปลายลิ้น ทำให้เมื่อทารกดูดนมแม่ จะเกิดปัญหาในการเคลื่อนไหวยับตัวของ ลิ้น ทำให้ปลายลิ้นขยับออกมาที่ลานห้วนนมไม่ได้ แทนที่จะใช้ลิ้นช่วยในการรีดดูดน้ำนมทารกกลับ ต้องใช้เหงือกช่วยรีดดูดน้ำนมแทน ทำให้เกิดปัญหาในการรับห้วนนม ทารกดูดรับห้วนนมไม่ค่อยติด ดูดนมเบา ดูดนมบ่อย ๆ แต่น้ำหนักตัวไม่ได้ตามเกณฑ์ น้ำหนักตัวไม่เพิ่ม มีอาการตัวเหลือง เพราะได้รับน้ำนมไม่เพียงพอ นอกจากนั้นแล้ว ยังส่งผลให้คุณแม่เกิดความเจ็บปวดเต้านม ห้วนนม แดง และอาจลุกลามเป็นเต้านมอักเสบ ทำให้เกิดอุปสรรคต่อการให้นม

ดังนั้น หากทารกมีพังผืดใต้ลิ้น มีอาการและปัญหาในการดูดนมดังที่กล่าวมา คุณแม่ไม่ควรรอช้า ควรพาลูกไปพบแพทย์ เพื่อได้รับการดูแลแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างทันที่

ตามคำแนะนำขององค์การอนามัยโลก (WHO) ว่า “เด็กตั้งแต่แรกเกิดถึง 6 เดือน ควรได้ทานนม แม่อย่างเดียว และทานนมแม่ควบคู่อาหารตามวัยจนถึงอายุ 2 ปี หรือนานกว่านั้น เพราะในนมแม่ มีสารอาหารมากกว่า 200 ชนิด เช่น ดีเอชเอ วิตามิน แคลเซียม และแอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน ที่ ช่วยสร้างความเจริญเติบโต เพิ่มความแข็งแรงให้กับร่างกายและสมองของทารก หากทารกมีปัญหา ในการดูดนมแม่ มีพังผืดใต้ลิ้น ทำให้ได้รับน้ำนมน้อย จนทำให้มีการเจริญเติบโตช้า คุณแม่ควรพา ลูกไปพบแพทย์เพื่อรับการดูแลอย่างถูกต้องเหมาะสม เพื่อให้ลูกน้อยได้รับน้ำนมเพียงพอต่อร่างกาย

\*นมแม่มีสารอาหารกว่า 200 ชนิด รวมทั้ง แอลฟาแล็ค [แอลฟาแล็คตัลบูมิน] และ สฟิงโกไมอีลิน

## บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- จุกหลอก ดีกับลูกน้อยจริงไหม จุกนมหลอก ข้อดีข้อเสียมีอะไรบ้าง
- สายสะดือทารก สะดือใกล้หลุดเป็นแบบไหน พร้อมวิธีทำความสะอาด
- กลากน่านม เกิดจากอะไร โรคผิวหนังในเด็ก พร้อมวิธีดูแลกลากน่านม
- ลูกเลือดกำเดาไหลตอนกลางคืน อันตรายไหม พ่อแม่รับมืออย่างไรดี
- วิธีห่อตัวทารกที่ถูกต้อง ให้ลูกน้อยสบายตัว เหมือนอยู่ในท้องแม่
- โรคซางในเด็กเล็กมีจริงไหม เกิดจากอะไร ดูแลและป้องกันได้หรือเปล่า
- ลูกหัวแบน ทารกหัวแบน คุณแม่ทำอย่างไรได้บ้าง พร้อมวิธีแก้ไขเบื้องต้น
- วิธีบรรเทาอาการไอของลูกน้อย เมื่อลูกไอไม่หยุด พร้อมวิธีดูแลและป้องกัน
- วิธีลดไข้ทารกแรกเกิด อาการทารกเป็นไข้ ทารกตัวร้อน พร้อมวิธีวัดไข้
- นิทานเด็กทารกสำคัญกับลูกไหม คุณแม่ควรอ่านเรื่องอะไรให้ลูกน้อยฟังดี

## อ้างอิง:

1. พังผืดใต้ลิ้นไม่ใช่เรื่องเล็ก, คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล
2. พังผืดใต้ลิ้น ทำให้ลูกดูดนมไม่ได้ พุดไม่ชัด ตัดหรือไม่ตัดดี ?, โรงพยาบาลจุฬารัตน์ 3 อินเตอร์
3. พังผืดใต้ลิ้น ปัญหาที่ถูกซ่อนเร้นของลูกน้อย, โรงพยาบาลพญาไท
4. “พังผืดใต้ลิ้น” ปัญหาของเจ้าตัวเล็ก, คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

อ้างอิง ณ วันที่ 23 กันยายน 2567





คุณแม่ตั้งครรภ์



แม่ผ่าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก



แอลฟาแล็ค สฟิงโกไม้อิลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การถ่ายภาพลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์



โปรโมชั่น