



คนที่ท้องกินเบียร์ได้ไหม ไม่รู้ว่าท้องแล้วกินเหล้า อันตรายไหม

ภาษา

คนที่ท้องกินเบียร์ได้ไหม ไม่รู้ว่าท้องแล้วกินเหล้า อันตรายไหม

รวมบทความอาหารสำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์ไตรมาสที่ 1-3

บทความ

ม.ค. 30, 2025

5 นาที

คุณแม่ตั้งครรภ์มีข้อสงสัยว่า “คนที่ท้องกินเบียร์ได้ไหม” การดื่มเบียร์แล้วจะส่งผลกระทบต่อทารกในครรภ์ ที่เมื่อคลอดออกมาแล้วจะมีใบหน้าผิดปกติ และปัญหาอ่อนได้จริงหรือเปล่า บทความนี้จะมาไขคำตอบในเรื่องนี้ให้ได้ทราบกัน

สรุป

- คนที่ท้องกินเบียร์ได้ไหม ในช่วงตั้งครรภ์ไม่ควรดื่มเบียร์ เพราะแอลกอฮอล์จะถูกส่งผ่านทางรกและสายสะดือไปยังทารกในครรภ์ โดยเฉพาะการดื่มเบียร์ในช่วงอายุครรภ์ 3 เดือนแรก จะเป็นช่วงที่อันตรายที่สุด เนื่องจากเป็นช่วงของการสร้างเซลล์ประสาทและสมอง รวมถึงอวัยวะของทารก เช่น หัวใจ ตา แขน ขา และอวัยวะเพศของทารก
- คนที่ท้องกินเบียร์ได้ไหม ในเด็กทารกที่เกิดจากแม่ที่ดื่มแอลกอฮอล์ เมื่อเติบโตขึ้นมักจะมีปัญหาทางพฤติกรรม เช่น สมาธิสั้น และมีความบกพร่องทางสติปัญญา เช่น ปัญญาอ่อน

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- คนท้องกินเบียร์ได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า
- คนท้องกินเบียร์ได้ไหม ช่วยล้างไขทวารกได้จริงหรือไม่
- คนท้องกินเบียร์ที่ไม่มีแอลกอฮอล์ได้ไหม
- ไม่รู้ว่าท้องแล้วกินเบียร์ มีผลต่อลูกในท้องไหม
- คนท้องดื่มเครื่องดื่มชูกำลังได้ไหม เครื่องดื่มชูกำลังไม่มีแอลกอฮอล์อันตรายด้วยไหม
- คนท้องกินเบียร์ ส่งผลต่อร่างกายคุณแม่และทารกอย่างไร

คนท้องกินเบียร์ได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า

ในคุณแม่ที่เตรียมตั้งครรภ์ และคุณแม่ที่กำลังตั้งครรภ์ รวมถึงคุณแม่ที่อยู่ในช่วงให้นมลูก ควรหยุดดื่มเบียร์หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ทุกชนิด สำหรับคุณแม่ที่ตั้งครรภ์การดื่มเบียร์หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เมื่อเข้าสู่ร่างกายแอลกอฮอล์จะถูกส่งผ่านทางรกและสายสะดือไปยังทารกในครรภ์ ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อสมอง หัวใจ ไต และอวัยวะต่าง ๆ โดยเฉพาะการดื่มเบียร์ในช่วงอายุครรภ์ 3 เดือนแรก จะเป็นช่วงที่อันตรายที่สุด เนื่องจากเป็นช่วงของการสร้างเซลล์ประสาทและสมอง รวมถึงการสร้างอวัยวะ เช่น หัวใจ ตา แขน ขา และอวัยวะเพศของทารก

คนท้องกินเบียร์ได้ไหม ช่วยล้างไขทวารกได้จริงหรือไม่

คุณแม่ตั้งครรภ์ไม่ควรดื่มเบียร์หรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อช่วยในการล้างไขทวารกให้หลุดออก เนื่องจากเป็นความเชื่อที่ไม่ถูกต้องและไม่ควรทำ เพราะการดื่มเบียร์จะมีผลกระทบต่อพัฒนาการของทารกในครรภ์ และเสี่ยงต่อการแท้งลูกได้ สำหรับไขสีขาวที่ห่อหุ้มตัวทารกขณะที่อยู่ในครรภ์คุณแม่ นั้น จะมีหน้าที่ในการปกป้องทารกระหว่างคลอดช่วยให้ความอบอุ่น และช่วยควบคุมอุณหภูมิในร่างกายของทารกขณะที่อยู่ในน้ำคร่ำ ซึ่งหลังจากคุณแม่คลอดลูกออกมาไขสีขาวนี้จะทำหน้าที่เป็นเสมือนเกราะช่วยในการป้องกันเชื้อโรคและแบคทีเรียต่าง ๆ ให้กับทารก ทั้งนี้ไขสีขาวที่อยู่บนตัวทารกจะค่อย ๆ หลุดออก 3 วันหลังคลอดหรือเมื่อร่างกายมีการสร้างภูมิคุ้มกันตัวเอง

คนท้องกินเบียร์ที่ไม่มีแอลกอฮอล์ได้ไหม

ในเบียร์ที่ไม่มีแอลกอฮอล์สามารถมีแอลกอฮอล์ได้เนื่องจากตามกฎหมายแล้ว เบียร์ไม่มีแอลกอฮอล์อาจมีแอลกอฮอล์ได้มากถึง 0.5% ดังนั้นเพื่อความปลอดภัยต่อสุขภาพของทารกในครรภ์ แนะนำว่าคุณแม่ควรงดการดื่มเบียร์ที่ไม่มีแอลกอฮอล์ในระหว่างตั้งครรภ์ด้วยเช่นกัน

ไม่รู้วาท้องแล้วกินเบียร์ มีผลต่อลูกในท้องไหม

คุณแม่ดื่มเบียร์หรือแอลกอฮอล์ในขณะที่ไม่ทราบว่ากำลังตั้งครรภ์นั้น แอลกอฮอล์ที่เข้าสู่ร่างกายอาจส่งผลกระทบต่อทารกในครรภ์ได้ โดยเฉพาะหากมีการดื่มเบียร์ในช่วงอายุครรภ์ไตรมาสแรก เนื่องจากเป็นช่วงที่ทารกกำลังมีการสร้างอวัยวะต่าง ๆ เช่น เซลล์ประสาทและสมอง หัวใจ ตา แขน ขา และอวัยวะเพศ ดังนั้นแนะนำให้คุณแม่หยุดดื่มเบียร์หรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทันทีที่ทราบว่าตั้งครรภ์ และควรรีบไปฝากครรภ์เพื่อให้แพทย์ตรวจดูความสมบูรณ์ของครรภ์ และพัฒนาการของทารกในครรภ์อย่างต่อเนื่องตามที่แพทย์นัด

คนท้องดื่มเครื่องดื่มชูกำลังที่ไม่มีแอลกอฮอล์ได้ไหม

ในช่วงตั้งครรภ์ควรหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง เนื่องจากเป็นเครื่องดื่มที่มีคาเฟอีน ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อทารกในครรภ์ เนื่องจากทารกยังไม่มีความสามารถในการขับสารคาเฟอีนออกมาได้ด้วยตัวเอง และหากร่างกายทารกได้รับคาเฟอีนในปริมาณมากเสี่ยงต่อการเจริญเติบโตช้า หรือมีน้ำหนักตัวต่ำกว่าเกณฑ์ นอกจากนี้ในทารกบางรายอาจคลอดมาพิการแต่กำเนิดอีกด้วย

คนท้องกินเบียร์ ส่งผลต่อร่างกายคุณแม่และทารกอย่างไร

ในคนท้องไม่ควรกินเบียร์ถึงแม้จะดื่มในปริมาณน้อยก็ตาม เพราะแอลกอฮอล์จะส่งผลกระทบต่อแรงต่อทารกในครรภ์ มาดูกันว่ากรดื่มเบียร์ขณะตั้งครรภ์จะมีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนอะไรได้บ้าง

1. เสี่ยงแท้ง

การดื่มเบียร์ขณะตั้งครรภ์ จะทำให้แอลกอฮอล์ที่เข้าสู่ร่างกายคุณแม่ไปรบกวนการเจริญเติบโตของทารกในครรภ์ ซึ่งเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแท้งบุตรได้

2. เกิดภาวะทารกตายคลอด

คุณแม่ที่มีการดื่มแอลกอฮอล์ รวมถึงการใช้สารเสพติด และการสูบบุหรี่ เสี่ยงทำให้ทารกตายคลอด (Stillbirth) คือ หลังจากทารกคลอดออกมาแล้วจะไม่มีอาการหายใจ หัวใจไม่เต้น และไม่มีเคลื่อนไหวของร่างกาย

3. ทารกอ้วนวะผิดปกติ หรือพิการ

ทารกที่ได้รับแอลกอฮอล์จากการดื่มเบียร์ของแม่ขณะตั้งครรภ์ จะส่งผลให้ทารกอาจมีใบหน้าผิดปกติ หัวใจพิการ และมีปัญหาในการมองเห็นได้

4. ทารกมีปัญหาทางพฤติกรรม

ในเด็กทารกที่เกิดจากแม่ที่ดื่มแอลกอฮอล์ เมื่อเติบโตขึ้นมักจะมีปัญหาทางพฤติกรรม เช่น สมาธิสั้น และมีความบกพร่องทางสติปัญญา เช่น ปัญญาอ่อน

5. ทารกมีปัญหาพัฒนาการการเรียนรู้

ในเด็กทารกที่เกิดจากแม่ที่ดื่มแอลกอฮอล์ขณะตั้งครรภ์ เมื่อเกิดมาแล้วจะมีปัญหาทางสมอง มีพัฒนาการการเรียนรู้ที่ต่ำกว่าปกติ คิดช้า สมาธิไม่ดี

การดื่มเบียร์มีแต่ผลเสียต่อทารกในครรภ์ ดังนั้นหากคุณแม่งดการดื่มเบียร์และเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ได้ในช่วงที่กำลังตั้งครรภ์ไปจนถึงช่วงให้นมลูก ก็จะส่งผลดีกับลูกน้อย สำหรับเครื่องดื่มที่ดีกับคุณแม่ตั้งครรภ์แนะนำเป็นการดื่มน้ำเปล่า เพราะน้ำเปล่าจะช่วยให้ระบบไหลเวียนเลือดในร่างกายทำงานได้ดี การส่งผ่านสารอาหารต่าง ๆ ในร่างกายก็ดีขึ้นไปด้วย ที่สำคัญการดื่มน้ำเปล่าสามารถช่วยป้องกันการเกิดอาการท้องผูกให้กับคุณแม่ท้องได้ด้วย สำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์ที่ต้องการติดตามทุกช่วงพัฒนาการสำคัญของลูกน้อยในครรภ์ตลอดทั้ง 9 เดือน สามารถอ่านเพิ่มเติมได้ที่ <https://www.s-momclub.com/member-privilege>

นอกจากนี้เพื่อให้ลูกน้อยหลังคลอดมีสุขภาพแข็งแรงและพัฒนาการที่สมบูรณ์ แนะนำให้คุณแม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่แรกคลอด เนื่องจากในนมแม่มีสารอาหารมากกว่า 200 ชนิด เช่น ดีเอชเอ วิตามิน แคลเซียม แอลฟา-แล็คตัลบูมิน และสฟิงโกไมอีลิน รวมทั้งยังมีสารภูมิคุ้มกันและจุลินทรีย์ที่มีประโยชน์หลายชนิด เช่น จุลินทรีย์สุขภาพ บีแล็กทิส (*B. lactis*) ซึ่งเป็นหนึ่งในจุลินทรีย์สุขภาพในกลุ่มบิฟิโดแบคทีเรีย (Bifidobacterium) และยังเป็นโพรไบโอติกส์ที่สามารถส่งต่อเพื่อสร้างระบบภูมิคุ้มกันให้กับลูกน้อยได้อีกด้วย

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- Health check แบบประเมินสุขภาพของคุณแม่และพัฒนาการของลูกน้อย
- 12 เมนูอาหารคนท้อง คนท้องกินอะไรได้บ้าง ดีต่อสุขภาพครรภ์
- ผ่าคลอดกินข้าวเหนียวได้ไหม ผลจะหายช้าหรือเปล่า
- คนท้องกินกาแฟได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า
- คนท้องกินแตงโมได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า

- คนท้องกินเผ็ดได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า
- คนท้องกินชาเย็นได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า
- คนท้องกินโซดาได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า
- คนท้องกินทุเรียนได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า
- คนท้องกินวิตามินซีได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า
- คนท้องย้อมผมได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า
- คนท้องกินยาพาราได้ไหม ทำไมก่อนกินยาคนท้องต้องปรึกษาหมอ

อ้างอิง:

1. ดั้มเบียร์ขณะตั้งครรภ์เสี่ยงกระทบพัฒนาการลูก, แพทย์หญิงพรรณพิมล วิบุลากร สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ
2. Can You Drink Non-Alcoholic Beer While Pregnant?, Parents
3. ไม่รู้ว่ากำลังตั้งครรภ์ แล้วมีการดื่มแอลกอฮอล์ไปเยอะในช่วงตั้งครรภ์ 2 เดือนแรก มีวิธีรักษาอย่างไร, แพทย์หญิงนรมน POBPAD
4. คุณแม่ตั้งครรภ์กับเครื่องดื่มคาเฟอีน ที่ต้องระวัง, โรงพยาบาลเปาโล
5. ดั้มเบียร์ ขณะตั้งครรภ์ อันตรายต่อลูกในครรภ์, กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
6. ทารกตายคลอด (stillbirth), โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่12 ยะลา
7. เด็กมีปัญญาจากแม่ดื่มสุรา, สถาบันราชานุกูล
8. คุณแม่ตั้งครรภ์ รับประทานอะไรดี, โรงพยาบาลพริ้นซ์ สุวรรณภูมิ

อ้างอิง ณ วันที่ 15 ตุลาคม 2567



คุณแม่ตั้งครรภ์



แม่ผ่าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก



สปิงโกไม้อิลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การซั้บถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์