



ท้อง 7 เดือนเจ็บท้องจืด ๆ ตรงกลาง เจ็บท้องเดือนแบบไหนอันตราย

ภาษา

ท้อง 7 เดือนเจ็บท้องจืด ๆ ตรงกลาง เจ็บท้องเดือนแบบไหนอันตราย

บทความ

ม.ค. 30, 2025

8 นาที

คุณแม่ท้อง 7 เดือนเจ็บท้องจืด ๆ ตรงกลาง เป็นอาการที่พบได้ และอาจทำให้คุณแม่รู้สึกกังวลใจว่าอาการแบบนี้ เกิดจากอะไร ปกติไหม เป็นสัญญาณใกล้คลอดหรือเปล่า เรามาทำความเข้าใจอาการคุณแม่ท้องเจ็บท้องจืด ๆ ตรงกลาง เพื่อเตรียมรับมืออย่างทันที่ทันที่ ในบทความนี้กัน

สรุป

- คุณแม่ท้อง 7 เดือนเจ็บท้องจืด ๆ ตรงกลาง เนื่องจากมดลูกขยายตัวไปกดทับอวัยวะภายในต่าง ๆ เป็นอาการปกติที่พบได้บ่อย
- คุณแม่ท้อง 7 เดือนเจ็บท้องจืด ๆ ปวดหน่วง ๆ ดิ่ง ๆ มีอาการท้องแข็งเป็นช่วง ๆ ไม่ถี่และไม่รุนแรงขึ้น อาจเป็นสัญญาณของอาการเจ็บครรภ์เดือน ซึ่งมักจะหายไปเองหลังจากได้นอนนิ่ง ๆ สักพัก
- คุณแม่ที่มีอาการท้องแข็งสามารถบรรเทาได้ด้วยการปรับเปลี่ยนท่าทางและกิจกรรมประจำวัน เช่น นอนพัก อาบน้ำอุ่น ประคบร้อน และยืดเหยียดร่างกาย หากอาการไม่ดีขึ้น ควรรีบไปพบแพทย์
- หากคุณแม่ท้อง 7 เดือนเจ็บท้องจืด ๆ ร่วมกับอาการอื่น ๆ อาจเป็นสัญญาณคลอดก่อนกำหนด ควรสังเกตอาการอย่างใกล้ชิดและรีบไปพบแพทย์

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- คุณแม่ท้อง 7 เดือนเจ็บท้องจืด ๆ ตรงกลาง เกิดจากอะไร
- คุณแม่ท้อง 7 เดือนเจ็บท้องจืด ๆ ปกติไหม
- ท้อง 7 เดือนเจ็บท้องจืด ๆ ตรงกลาง คุณแม่รู้สึกแบบไหน
- วิธีบรรเทาอาการท้อง 7 เดือนปวดท้องจืด ๆ
- คุณแม่ท้อง 7 เดือนปวดท้องจืด ๆ ที่ต้องรีบไปพบแพทย์

คุณแม่ท้อง 7 เดือนเจ็บท้องจืด ๆ ตรงกลาง เกิดจากอะไร

คุณแม่ท้อง 7 เดือนเจ็บท้องจืด ๆ ตรงกลาง อาจเกิดเนื่องจากลูกน้อยในครรภ์เติบโตขึ้นอย่างรวดเร็ว ทำให้มดลูกขยายตัว และดึงเอ็นบริเวณรอบ ๆ มดลูกให้ตึงขึ้น จึงทำให้เกิดอาการเจ็บท้องจืด ๆ หรือปวดแปลบได้ ซึ่งอาการมักจะหายไปเองหลังจากคุณแม่ได้พักผ่อนสักครู่

คุณแม่ท้อง 7 เดือนเจ็บท้องจืด ๆ ปกติไหม

คุณแม่อาจมีอาการปวดท้องในช่วงต่าง ๆ ของการตั้งครรภ์ได้บ้างเป็นเรื่องปกติ สำหรับคุณแม่ท้อง 7 เดือน หากรู้สึกเจ็บท้องแบบจืด ๆ หรือปวดหน่วง ๆ อาจเป็นสัญญาณของอาการเจ็บครรภ์เดือน ซึ่งเป็นอาการเตรียมความพร้อมของร่างกายสำหรับการคลอด

อาการเจ็บครรภ์เดือน สังเกตได้จาก คุณแม่จะปวดบริเวณท้องน้อย ซึ่งมักจะเกิดขึ้นเป็นช่วง ๆ สั้น ๆ ไม่เกิน 2 นาที อาจปวดทุก 15-20 นาที ความรุนแรงและความถี่ไม่เพิ่มขึ้น และอาการอาจหายไปเองหลังจากได้นอนนิ่ง ๆ สักพัก ทั้งนี้คุณแม่ไม่ต้องกังวลใจจนเกินไป อาการเจ็บครรภ์เดือนยัง จะไม่ทำให้ปากมดลูกเปิดขยาย



ท้อง 7 เดือนเจ็บท้องจืด ๆ ตรงกลาง คุณแม่ รู้สึกแบบไหน

ในช่วง 7 เดือน ซึ่งเป็นช่วงที่ลูกน้อยเติบโตอย่างรวดเร็ว ทำให้คุณแม่รู้สึกไม่สบายตัว มาดูกันว่าท้อง 7 เดือนเจ็บท้องจืด ๆ ตรงกลาง คุณแม่รู้สึกแบบไหนบ้าง

1. ปวดจืด ๆ หรือเสียดแน่นท้อง

อาการนี้เกิดจากมดลูกที่ขยายตัวไปกดทับอวัยวะภายใน ทำให้การย่อยอาหารช้าลง เกิดแก๊สสะสม และรู้สึกปวดจืด ๆ บริเวณท้องได้

2. ปวดหน่วง ๆ หรือปวดตึง ๆ

เมื่อมดลูกขยายตัวขึ้น เส้นเอ็นและกล้ามเนื้อบริเวณรอบมดลูกจะตึงตัวตามไปด้วย ทำให้คุณแม่รู้สึกปวดหน่วง ๆ บริเวณท้องน้อยได้

3. ปวดแน่นเหมือนมีแรงกดทับกลางท้อง

หากคุณแม่รู้สึกว่ท้องแข็งเป็นช่วง ๆ รู้สึกแน่น และหายใจไม่สะดวก อาจเป็นสัญญาณ การบีบตัวของมดลูก ซึ่งหากเกิดขึ้นและรุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ ควรรีบปรึกษาแพทย์

วิธีบรรเทาอาการท้อง 7 เดือนปวดท้องจืด ๆ

เมื่อคุณแม่ท้อง 7 เดือน มีอาการปวดท้องจืด ๆ ลองปรับเปลี่ยนท่าทางและกิจกรรมประจำวัน การดูแลตัวเองดังต่อไปนี้จะช่วยบรรเทาอาการได้

หยุดกิจกรรมที่ทำ เปลี่ยนท่าทาง และพักผ่อน

เมื่อมีอาการปวดท้อง ควรหยุดพักทันที จนกว่าอาการจะดีขึ้น หากนั่งหรือนอนเป็นเวลานาน ควรลุกขึ้นเดิน เปลี่ยนอิริยาบถซ้ำ ๆ

อาบน้ำอุ่นเพื่อกระตุ้นการไหลเวียนของเลือด

ควรใช้อุณหภูมิที่พอเหมาะ ไม่ร้อนเกินไป เพราะความร้อนสูงอาจส่งผลกระทบต่อทารกในครรภ์ได้ และควรปรึกษาแพทย์ก่อนเสมอเพื่อความปลอดภัย

ใช้ถุงน้ำร้อน หรือแผ่นประคบร้อนบรรเทา

สามารถช่วยบรรเทาอาการปวดหลัง สะโพก และขาหนีบได้ แต่ควรระวังอย่าให้ร้อนเกินไป ควรห่อถุงน้ำร้อนหรือแผ่นประคบด้วยผ้าขนหนูก่อน และหลีกเลี่ยงการประคบบริเวณหน้าท้อง

บริหารร่างกายด้วยการยืดเหยียดที่เหมาะสมกับคนท้อง

การยืดเหยียดร่างกายเป็นประจำ โดยเฉพาะท่าที่เหมาะสมสำหรับคนท้อง เช่น โยคะสำหรับคนท้อง จะช่วยให้กล้ามเนื้อแข็งแรงและผ่อนคลาย ทั้งนี้ควรปรึกษาถึงท่าทางที่เหมาะสมกับแพทย์ก่อน

หากอาการไม่ดีขึ้นให้รีบไปพบแพทย์

หากอาการไม่ดีขึ้น หรือมีอาการผิดปกติอื่น ๆ เพิ่มเติม ควรรีบปรึกษาแพทย์ เพื่อตรวจหาสาเหตุ และรับคำแนะนำที่ถูกต้อง

คุณแม่ท้อง 7 เดือนปวดท้องจืด ๆ ที่ต้องรีบไปพบแพทย์

คุณแม่ท้อง 7 เดือนปวดท้องจืด ๆ แบบไหนมีโอกาสที่จะคลอดก่อนกำหนด หรืออาจเป็นอันตรายต่อคุณแม่และลูกน้อย ควรรีบไปพบแพทย์ทันที หากคุณแม่รู้สึกเจ็บท้อง ร่วมกับมีอาการต่อไปนี้

1. ปวดหน่วง ๆ บริเวณหลัง หรือหลังล่าง

หากคุณแม่ท้องรู้สึกปวดท้องเป็นพัก ๆ ร่วมกับปวดหน่วง ๆ บริเวณหลัง หรือปวดหลังร้าวลงไปถึงก้นกบ ควรสังเกตอาการให้ดี เพราะอาจเป็นสัญญาณเตือนว่ากำลังจะคลอดก่อนกำหนด

2. ปวดแบบบิด รุนแรงกว่าปกติ

หากมีอาการปวดท้องผิดปกติ ปวดบิดอย่างรุนแรง ควรรีบไปพบแพทย์

3. มีเลือดหรือของเหลวออกจากช่องคลอด

หากสังเกตเห็นเลือดสด ๆ หรือมีมูกเลือดออกจากช่องคลอดในช่วงท้ายของการตั้งครรภ์ ร่วมกับอาการปวดท้อง อาจเป็นสัญญาณเตือนของการคลอดก่อนกำหนด

4. น้ำเดิน

หรือ ถุงน้ำคร่ำแตก ทำให้น้ำใส ๆ คล้ายปัสสาวะไหลออกมาจากช่องคลอด แสดงว่าคุณแม่กำลังจะคลอดแล้ว

5. ปวดบริเวณอุ้งเชิงกราน หรืออวัยวะเพศ

โดยคุณแม่จะมีอาการปวดท้องในอุ้งเชิงกราน อาจร้าวลงไปที่ต้นขาด้วย

6. ทารกไม่ดิ้น หรือดิ้นน้อยกว่า 10 ครั้งใน 2 ชั่วโมง

หากการดิ้นและการเคลื่อนไหวของลูกน้อยผิดปกติไปจากเดิม อาจมีความเสี่ยงสายสะดือพันคอ หรือ

ทารกเสียชีวิตในครรภ์ได้

7. หายใจลำบาก ติดขัด

หายใจไม่สะดวก หรือหายใจแยลงเรื่อย ๆ ควรรีบไปพบแพทย์

8. มีภาวะท้องแข็ง

อาการท้องแข็ง หรือเจ็บครรภ์ ทุก 5 – 10 นาที หรือถี่ขึ้นเรื่อย ๆ แสดงว่าคุณแม่อาจคลอดก่อนกำหนด

อาการคนท้อง 7 เดือนเจ็บท้องจืด ๆ ตรงกลาง สามารถเป็นได้ทั้งอาการปกติ และสัญญาณที่ต้องระวัง คุณแม่จึงควรสังเกตอาการตนเองอย่างใกล้ชิด หากรู้สึกถึงความผิดปกติ หรือไม่แน่ใจในอาการ ควรรีบไปพบแพทย์ทันที

นอกจากนี้ หากคุณแม่มีความกังวลเกี่ยวกับสุขภาพคุณแม่และพัฒนาการของลูกน้อยในครรภ์ สามารถคุยกับแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ และติดตามพัฒนาการของลูกน้อยได้ง่าย ๆ ผ่านโปรแกรม Womb development ตามติด 9 เดือนในครรภ์ของลูกน้อย พร้อมบทความพัฒนาการต่าง ๆ ที่น่าสนใจ คลิกเลย

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- Health check แบบประเมินสุขภาพของคุณแม่และพัฒนาการของลูกน้อย
- ตูขาวแบบไหนท้อง ตูขาวคนท้องแบบไหนมั่นใจว่าตั้งครรภ์
- น้ำคร่ำ คืออะไร น้ำคร่ำรั่ว อาการแบบไหน สัญญาณใกล้คลอดที่ต้องรู้
- น้ำคาวปลา คืออะไร พร้อมวิธีดูแลตัวเอง ชีบน้ำคาวปลาหลังคลอด
- การปฏิสนธิ คืออะไร พร้อมวิธีเตรียมความพร้อมสำหรับคนอยากมีลูก
- มูกเลือดออกทางช่องคลอด คืออะไร มีมูกออกทางช่องคลอดปกติไหม
- อาการเจ็บท้องคลอด เจ็บท้องคลอดแบบไหนควรไปหาหมอ
- อาการคนท้องฉี่สีอะไร สีปัสสาวะคนท้อง บ่งบอกสุขภาพคนท้องยังไงบ้าง
- อาการห่มนหลุดเป็นอย่างไร ทำห่มนแล้วแต่ยังท้อง เป็นไปได้แค่ไหน
- คุณแม่ปวดท้องข้างขวา บอกอะไรบ้าง ปวดท้องแบบไหนต้องไปหาหมอ
- คุณแม่ปวดท้องข้างซ้าย บอกอะไรบ้าง ปวดท้องแบบไหนต้องไปหาหมอ

อ้างอิง:

1. ท้อง 7 เดือน กักับการเตรียมตัวให้พร้อมรับการเปลี่ยนแปลง, pobpad
2. คำแนะนำสำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์ไตรมาส 3 (อายุครรภ์ 7-9 เดือน), โรงพยาบาลพญาไท
3. 5 สัญญาณผิดปกติที่คุณแม่ตั้งครรภ์ควรรมาพบแพทย์, โรงพยาบาลเปาโล
4. สัญญาณอันตรายที่แม่ตั้งครรภ์ต้องรีบไปพบแพทย์ : พบหมอรามาช, Rama Channel
5. 28 Weeks Pregnant, what to expect
6. 8 สัญญาณอันตรายในคุณแม่ตั้งครรภ์ที่ควรรู้, โรงพยาบาลพญาไท
7. Are Sharp Pains in Your Stomach Normal During Pregnancy?, MedicineNet
8. Abdominal Pain During Pregnancy: Is It Gas Pain or Something Else?, Healthline
9. ท้องแข็งระหว่างตั้งครรภ์เกิดจากอะไร และวิธีรับมือสำหรับคุณแม่, pobpad
10. ปวดหน่วงท้องน้อยระหว่างตั้งครรภ์ สาเหตุ อาการ และการรักษา, Hello Khunmor
11. ท้องแข็งขณะตั้งครรภ์ เสี่ยงอันตรายแค่ไหน, โรงพยาบาลพญาไท
12. ตั้งครรภ์ ท้องแข็ง คืออะไร ต้องทำเช่นไร, Rama Channel

อ้างอิง ณ วันที่ 23 ตุลาคม 2567



คุณแม่ตั้งครรภ์

แม่ผ่าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก



สปิงโกไม้อิลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขับถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์