พัฒนาการทารกในครรภ์ 1-40 สัปดาห์ ลูกน้อยมีพัฒนาการยังไงบ้าง

คุณแม่ตั้งครรภ์

บทความ

ก.พ. 16, 2020

หนึ่งในการเปลี่ยนแปลงครั้งสำคัญสำหรับผู้หญิง คือการเริ่มก้าวสู่การเป็นคุณแม่ ดังนั้นช่วงเวลาการตั้งครรภ์ จึงเป็นช่วงเวลาแห่งความมหัศจรรย์ของคุณแม่ทุกคน การมีชีวิตเล็ก ๆ เริ่มเจริญเติบโตในร่างกาย เหมือนเป็นการเติบโตไปพร้อม ๆ กับลูกน้อยในครรภ์ ในแต่ละสัปดาห์ร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงมากมาย คุณแม่จึงจำเป็นต้องดูแลสุขภาพ และต้องทราบทุกระยะการเปลี่ยนแปลงเพื่อหากิจกรรมที่เหมาะสม และเสริมสร้างการกระตุ้นพัฒนาการของทารกในครรภ์ ให้มีความสมบูรณ์แบบในทุกด้าน

ภาษา

พัฒนาการทารกในครรภ์ 1-40 สัปดาห์ ลูกน้อยมีพัฒนาการยังไงบ้าง

สรุป

- ในระหว่างการตั้งครรภ์คุณแม่ควรสังเกตอาการตลอดตั้งแต่การตั้งครรภ์ระยะแรกจนครบ 40 สัปดาห์ เพื่อความปลอดภัยของคุณแม่และลูกน้อยในครรภ์
- คุณแม่ตั้งครรภ์จะเริ่มรู้สึกถึงการเคลื่อนไหวของทารกในครรภ์ประมาณสัปดาห์ที่ 16-20 ของการตั้งครรภ์

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- วิธีสังเกตอาการตั้งครรภ์ สำหรับคุณแม่มือใหม่
- การเคลื่อนไหวของทารกในครรภ์ คืออะไร
- วิธีสังเกตการดิ้นของลูกในครรภ์
- พัฒนาการทารกในครรภ์ 1-40 สัปดาห์

วิธีสังเกตอาการตั้งครรภ์ สำหรับคุณแม่มือใหม่

อาการเริ่มต้นที่ส่งสัญญาณว่ากำลังตั้งครรภ์ สำหรับคุณแม่มือใหม่ ทั้งการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและอารมณ์ สามารถสังเกตอาการคนท้องจากอาการต่าง ๆ เหล่านี้ได้เลยค่ะ

- **ประจำเดือนขาด** หรือคลาดเคลื่อนไปเนื่องจากร่างกายเกิดการปฏิสนธิ ซึ่งอาจเป็น สัญญาณแรกว่าคุณอาจกำลังตั้งครรภ์
- **เหนื่อยล้า อ่อนเพลีย** เกิดจากฮอร์โมนโปรเจสเตอโรนในร่างกาย เนื่องจากอวัยวะหลายส่วนของร่างกายทำงานหนักขึ้นเพื่อบำรุงทารกในครรภ์
- **คลื่นไส้ อาเจียน เวียนศีรษะ** มักเกิดขึ้นในช่วงแรกของการเริ่มตั้งครรภ์ ซึ่งเป็นหนึ่งในอาการแพ้ท้อง แต่คุณแม่บางท่านอาจไม่มีอาการดังกล่าว
- **อุณหภูมิร่างกายสูงขึ้น** จะมีอาการคล้ายจะเป็นไข้ ตัวร้อนรุม ๆ เนื่องจากร่างกายจะมีการสร้างฮอร์โมนโปรเจสเตอโรนเพิ่มขึ้น
- **ตึงคัดเต้านม** หัวนมอาจมีการเปลี่ยนแปลง อาการคล้ายช่วงก่อนมีประจำเดือน ซึ่งอาการนี้จะเกิดขึ้นได้หลังจากที่ประจำเดือนเริ่มขาดไปประมาณ 1 สัปดาห์
- **ปัสสาวะบ่อยขึ้น หรือท้องผูก** เนื่องจากมดลูกโตขึ้น และไปกดกระเพาะปัสสาวะ ทำให้ปัสสาวะบ่อยได้ แต่อาการจะดีขึ้นเมื่อมดลูกขยายเข้าในท้อง และในบางท่านเมื่อฮอร์โมนร่างกายเปลี่ยนแปลงจะส่งผลต่อระบบขับถ่ายได้ ทำให้เป็นที่มาของอาการท้องผูก
- **มีเลือดออกทางช่องคลอด** คุณแม่เริ่มตั้งครรภ์ที่มีเลือดออกทางช่องคลอด เกิดจากการฝังตัวของตัวอ่อนบนผนังมดลูก และอาจมีอาการตกขาว มากกว่าปกติ จากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนเอสโตรเจนได้
- **เบื่ออาหาร อารมณ์แปรปรวน** เกิดจากการเปลี่ยนแปลงฮอร์โมนและร่างกาย ความกังวลกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นภายในร่างกาย ส่งผลต่ออารมณ์ของว่าที่คุณแม่ได้ ดังนั้นจึงควรปรับจิตใจให้ยอมรับการเปลี่ยนแปลง อาจจะระบายออกโดยการพูดคุยกับคนใกล้ชิด หรือครอบครัว จะเป็นการช่วยให้จิตใจคลายความวิตกกังวลได้มากขึ้น

การเคลื่อนไหวของทารกในครรภ์คืออะไร?

- การเคลื่อนไหวของทารก ไม่ได้เป็นเพียงสัญญาณให้คุณแม่รู้สึกตื่นเต้นและดีใจเท่านั้น แต่เป็นสิ่งสำคัญที่บ่งบอกถึงสุขภาพของทารกด้วย การจดบันทึกความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ รวมถึงการเคลื่อนไหวของทารกในครรภ์เป็นประจำ ถือเป็นเรื่องสำคัญ เพื่อป้องกันปัญหาที่อาจส่งผลกระทบต่อทารกได้ด้วย
- คุณแม่ตั้งครรภ์จะเริ่มรู้สึกถึงการเคลื่อนไหวของทารกในครรภ์ประมาณสัปดาห์ที่ 16-20 ของการตั้งครรภ์ บางรายจะรู้สึกคล้ายเส้นประสาทกระตุกเบา ๆ และการดิ้นของเด็กจะเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ จนถึงสัปดาห์ที่ 32 จากนั้นการดิ้นจะเริ่มคงที่ เนื่องจากทารกเริ่มมีขนาดตัวที่ใหญ่ขึ้น
- ลูกไม่ดิ้นหรือดิ้นน้อยลง ซึ่งอาจเกิดจากน้ำคร่ำน้อย หรือ สายสะดือผูกเป็นปมได้ จึงอาจเป็น

สัญญาณว่าลูกน้อยกำลังตกอยู่ในอันตราย โดยเฉพาะใกล้ครบกำหนดคลอด แต่ลูกยังดิ้นน้อยอยู่หรือดิ้นห่างลงไปเรื่อย ๆ หรือหยุดดิ้น ควรรีบพบแพทย์ทันที เพราะอาจมีสิ่งผิดปกติเกิดขึ้นกับลูก

วิธีสังเกตการดิ้นของลูกในครรภ์

ลูกดิ้น เป็นสัญญาณที่บ่งบอกถึงสุขภาพของลูกน้อยในครรภ์ โดยในช่วงตั้งครรภ์ไตรมาส 1 และ 2 (ประมาณสัปดาห์ที่ 1-27) ลูกจะยังดิ้นไม่เป็นเวลา เช่น ลูกดิ้นเป็นพัก ๆ และหายไป โดยไม่สัมพันธ์กัน แต่เมื่อเริ่มเข้าไตรมาส 3 คืออายุครรภ์ 28 สัปดาห์ เป็นต้นไป ลูกจะเริ่มดิ้นเป็นเวลามากขึ้น แพทย์ส่วนใหญ่จึงแนะนำให้นับลูกดิ้นตั้งแต่อายุครรภ์ 28 สัปดาห์ เป็นต้นไป (ศึกษาวิธีนับอายุครรภ์ที่นี่) โดยมีวิธีการที่คุณแม่สามารถทำตามได้ง่าย ๆ ดังนี้ค่ะ

- **ตั้งครรภ์ไตรมาส 1 และ 2** คุณแม่สามารถนับลูกดิ้นได้แบบง่าย ๆ คือ ให้นับลูกดิ้นวันละ 1-2 ครั้ง เช่น 2 ครั้ง คือ นับตอนเช้า 1 ครั้ง และตอนเย็น 1 ครั้ง
- **ตั้งครรภ์ไตรมาสที่** 3 ให้เริ่มนับเมื่อลูกกระแทกที่ครรภ์ 1 ครั้ง นับเป็นลูกดิ้น 1 ครั้ง ลูกกระแทกอีก 1 ครั้ง นับเป็น 2 ครั้ง โดยใน 1 ชั่วโมงลูกควรดิ้นมากกว่า 4 ครั้งขึ้นไป ถ้าในชั่วโมงแรกลูกดิ้นไม่ถึง 4 ครั้ง ให้เริ่มนับในชั่วโมงที่ 2 ต่อไป และถ้าชั่วโมงที่ 2 ลูกดิ้นไม่ถึง 4 ครั้ง นั่นอาจหมายถึงทารกกำลังมีปัญหา ให้คุณแม่รีบไปโรงพยาบาล
- **กรณีลูกดิ้นน้อย** ให้ลองนับจำนวนการดิ้นของลูกที่รู้สึกได้ ซึ่งไม่ควรต่ำกว่า 10 ครั้ง ต่อเวลา 2 ชั่วโมง หากน้อยกว่านี้ควรลองนับใหม่อีกครั้งหนึ่งในวันเดียวกัน และถ้ายังไม่ถึง 10 ครั้งอีกควรรีบปรึกษาแพทย์
- **แนะนำให้นับลูกดิ้นเป็นเวลาเดิมในทุก ๆ วัน** หรือถ้าไม่แน่ใจและรู้สึกว่าทารกดิ้นน้อยลงให้รีบไปโรงพยาบาลเพื่อพบแพทย์ทันที

พัฒนาการทารกในครรภ์ 1-40 สัปดาห์

พัฒนาการทารกในครรภ์ สัปดาห์ที่ 1 – 4 ระยะเวลาแห่งการปฏิสนธิ ขนาดเท่าเม็ดงา

เป็นช่วงแรกสุดของการตั้งครรภ์ คือ สัปดาห์ที่ 2-4 นับจากวันแรกของรอบเดือนรอบสุดท้าย ไข่ที่ได้รับการผสมแล้วจะค่อย ๆ เคลื่อนมาตามท่อนำไข่ และฝังตัวที่มดลูก ขณะที่ไข่เคลื่อนตัวมานั้นเซลล์จะเริ่มแบ่งตัวเพิ่มจำนวนมากขึ้น เมื่อถึงตอนที่ตัวอ่อนมาถึงมดลูกจะมีเซลล์ประมาณ 100 เซลล์ หลังจากหนึ่งสัปดาห์ ไข่ที่ได้รับการผสมแล้วจะฝังตัวที่ผนังมดลูก ซึ่งถือว่ากระบวนการปฏิสนธิสมบูรณ์แล้ว

พัฒนาการทารกในครรภ์ สัปดาห์ที่ 5 – 8 พัฒนาการเบื้องต้น ขนาดเท่าเมล็ดถั่วแดง

ภายหลังตัวอ่อนทำการฝังตัวที่ผนังมดลูกแล้ว จะเริ่มเห็นพัฒนาการได้ชัดเจนขึ้น เมื่อทำการอัลตร้า

ซาวด์ จะเริ่มเห็นศีรษะทารกซึ่งจะใหญ่กว่าอวัยวะอื่น ๆ ไม่ว่าจะเป็นหน้า มือ หรือเท้า คุณแม่จะเห็นว่าตัวทารกขยับไปมา ได้เห็นหัวใจเล็ก ๆ เต้นเป็นจังหวะ สายสะดือซึ่งทำหน้าที่เป็นปอดนำออกซิเจนจากแม่มาสู่ลูก และนำอาหารมาเลี้ยงลูก ในช่วงนี้ทารกจะมีรูปร่างกลม ๆ ยาวประมาณ 2-3 เซนติเมตร

พัฒนาการทารกในครรภ์ สัปดาห์ที่ 9 – 12 พัฒนาการสมองและกล้ามเนื้อ และขนาดเท่ามะนาว

ในระยะนี้ อวัยวะบนหน้าของทารกเกือบจะสมบูรณ์แล้ว เพียงแต่ตายังปิดอยู่เท่านั้น สมองและกล้ามเนื้อเริ่มทำงานประสานกัน กล้ามเนื้อกำลังพัฒนา จะเห็นได้ว่าแขนขาของทารกจะขยับ ไปมา ข้อต่าง ๆ เริ่มประสานกัน นิ้วมือและนิ้วเท้าพัฒนาจนสมบูรณ์แล้วและงอได้ด้วย เล็บงอกยาว ทารกจะเริ่มดูดนิ้วและอาจกลืนน้ำคร่ำ หรือลอยตัวในน้ำคร่ำซึ่งทำหน้าที่ห่อหุ้มและปกป้องร่างกายเล็ก ๆ ไว้อย่างดี หลังจาก 3 เดือนแรกไปแล้ว อวัยวะของทารกจะเริ่มเป็นรูปร่างมีพัฒนาการ คุณแม่จะต้องระวังในช่วงนี้ อย่ารับประทานยาหรืออาหารที่อาจเป็นอันตราย ตอนนี้ทารกมีขนาดประมาณ 10-12 เซนติเมตร

พัฒนาการทารกในครรภ์ สัปดาห์ที่ 13 – 16 ลุ้นเพศตัวน้อย และขนาดเท่าแอปเปิ้ล

ทารกจะมีแขนและข้อต่อที่สมบูรณ์ กล้ามเนื้อแข็งแรง ทารกสามารถเคลื่อนไหวได้มากขึ้น คุณแม่มือใหม่อาจจะยังไม่รู้สึกว่าลูกดิ้น นอกจากนี้ขนและผมจะเริ่มงอกทั่วร่างกาย คุณหมอสามารถทำอัลตราซาวด์ที่ท้องเพื่อฟังเสียงหัวใจทารกได้ ไตเริ่มจะทำงานเช่นเดียวกับผู้ใหญ่ ถ้าเทียบกับเดือนก่อนหน้านี้ จำนวนเส้นประสาทและกล้ามเนื้อจะเพิ่มขึ้นถึง 3 เท่า ระยะนี้ทารกจะเตะ ยืดนิ้วมือนิ้วเท้า ร่างกายจะพัฒนาจนสามารถมองเห็นอวัยวะเพศทารกได้ถ้าตรวจด้วยอัลตราซาวด์ ตอน

นี้ทารกจะมีขนาด 16-18 เซนติเมตร และมีน้ำหนักประมาณ 200 กรัม

พัฒนาการทารกในครรภ์ สัปดาห์ที่ 17 – 20 รับรู้โลกนอกครรภ์ และขนาดเท่ากล้วยหอม

ช่วงนี้ทารกจะโตเร็วมาก คุณแม่จะรู้สึกได้บ่อย ๆ ว่าลูกดิ้น ฟันเริ่มพัฒนาอยู่ใต้กราม ผมเริ่มงอก กล้ามเนื้อก็จะแข็งแรงยิ่งขึ้น ทารกจะสร้างไขมันเพื่อปกป้องผิวหนังและผม คิ้วและขนตากำลังพัฒนา นอกจากนี้ทารกจะเพิ่มพัฒนาสัมผัสรับรู้ในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นรสชาติ กลิ่น และเสียง แม้ว่าตาจะยังปิดแต่ทารกจะสัมผัสถึงแสงจ้าได้ ได้ยินสิ่งที่คุณพูดและรู้สึกเมื่อคุณลูบท้องเบา ๆ ตอนท้ายของเดือนที่ 5 ทารกจะเริ่มปัสสาวะปนมาในน้ำคร่ำ ตอนนี้ทารกจะมีขนาด 20-25 เซนติเมตร และมีน้ำหนักประมาณ 400 กรัม

พัฒนาการทารกในครรภ์ สัปดาห์ที่ 21 – 24 ตอบสนองต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ และขนาดเท่าข้าวโพด

ในระยะนี้คุณแม่จะรู้สึกว่าทารกบิดตัวไปมา ตอนนี้ทารกจะโตช้ากว่าตอนแรกเพื่อให้อวัยวะภายในร่างกาย เช่น ปอด ระบบทางเดินอาหาร และระบบภูมิคุ้มกันในร่างกายพัฒนา ทารกจะได้ยินเสียงหัวใจแม่ เสียงอื่น ๆ และดนตรี และอาจจะมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อการกระทำของแม่ ดังนั้นคุณพ่อและคุณแม่สามารถพูดคุยกับลูกในครรภ์ได้ ทารกอาจจะดูผอมเพราะมีไขมันใต้ผิวหนังไม่มาก เดือนนี้ทารกจะมีความยาวประมาณ 30 เซนติเมตรและน้ำหนักประมาณ 600 กรัม

พัฒนาการทารกในครรภ์ สัปดาห์ที่ 25 – 28 ลืมตาและหลับตาแล้ว และขนาดเท่ามะเขือม่วง

ร่างกายของทารกยังคงเติบโตและมีการพัฒนาต่อมรับรส ที่สำคัญคือ ทารกสามารถหลับตาและลืมตาได้แล้ว อีกทั้งยังตอบสนองต่อสิ่งเร้าได้ดีขึ้นทำให้ทารกขยับเปลี่ยนตำแหน่งอยู่บ่อยครั้ง โดยเมื่อสิ้นสุดสัปดาห์ที่ 28 เจ้าตัวน้อยจะมีน้ำหนักเฉลี่ย 600 – 1200 กรัม และมีความยาวประมาณ 30 – 35 เซนติเมตร

พัฒนาการทารกในครรภ์ สัปดาห์ที่ 29 – 32 ผิวหนังย่น ๆ ของหนู และขนาดเท่าผักกาดขาว

ในเดือนนี้ทารกจะเริ่มสะสมไขมันใต้ผิวหนังทั่วทั้งตัวเพื่อรักษาความอบอุ่นให้แก่ร่างกาย รวมทั้งปกป้องผิวหนังจากของเหลวอื่น ๆ ปอดจะพัฒนา หนังตาเริ่มเปิด ตาจะมองเห็นแสงผ่านหน้าท้องของแม่ได้ ทารกจะขยับตัวเมื่อได้ยินเสียงดัง ๆ จังหวะการเต้นของหัวใจจะเปลี่ยนตามแสงและเสียงที่ทารกสัมผัสได้ นอกจากนี้จะเริ่มพัฒนาตุ่มรับรส ตอนนี้ทารกมีความยาว 35 เซนติเมตร และหนักประมาณ 1,000-1,200 กรัม ถ้าคลอดในตอนนี้ อัตราการรอดชีวิตจะค่อนข้างสูงเนื่องจาก

อวัยวะสำคัญเริ่มทำงานเป็นปกติแล้ว

พัฒนาการทารกในครรภ์ สัปดาห์ที่ 33 – 36 ได้เวลาเตรียมตัวคลอด และขนาดเท่ามะพร้าว

ร่างกายของทารกในช่วงเวลานี้ จะดูเหมือนทารกแรกเกิด ร่างกายแข็งแรง ศีรษะจะเริ่มหันมาทางปากมดลูก สามารถมองเห็นการเคลื่อนไหวของทารกได้จากหน้าท้อง ในเดือนนี้คุณแม่อาจมีการเจ็บท้องเตือน เนื่องจากมดลูกบีบตัว เพื่อช่วยให้ทารกมีความพร้อม คุณแม่สามารถเริ่มจัดเตรียมสิ่งของสำหรับวันคลอด เริ่มทำความสะอาดเสื้อผ้าและสิ่งของทารกไว้รอ ทารกจะมีความยาวประมาณ 40-45 เซนติเมตร และหนักประมาณ 2,000-2,500 กรัม

พัฒนาการทารกในครรภ์ สัปดาห์ที่ 37 – 40 ยินดีกับคุณแม่คนใหม่ และขนาดเท่าแตงโม

ในระยะสุดท้ายของการตั้งครรภ์ ทารกจะอยู่ในตำแหน่งที่พร้อมคลอด เล็บจะยาวเร็วขึ้นเพื่อปกป้องปลายนิ้ว ผมจะยาวประมาณ 3-5 เซนติเมตร ศีรษะจะอยู่ใกล้ปากมดลูก และคุณแม่ก็พร้อมจะคลอดได้ทุกเมื่อ ส่วนใหญ่แล้ว คุณแม่จะคลอดประมาณ 1-2 สัปดาห์ก่อนครบกำหนด (สัปดาห์ที่ 40) ทารกมักมีความยาวประมาณ 50 เซนติเมตร และหนักประมาณ 2,800-3,000 กรัม

จุดเริ่มต้นของการเป็นคุณแม่และคุณพ่อเต็มตัว ที่จะคอยฟูมฟักดูแลลูกน้อยภายหลังออกสู่โลกภายนอกให้สมบูรณ์และปลอดภัยที่สุด การสร้างครอบครัวที่มีพ่อแม่และลูก การบ่มเพาะสร้างเด็กที่มีความพร้อมทั้งร่างกายที่แข็งแรง และจิตใจที่ดีงาม ซึ่งการเป็นคุณพ่อคุณแม่นั้นไม่ได้มีการกำหนดแนวทางที่ตายตัว แต่เป็นสัญชาตญาณของแต่ละคน การเลี้ยงดูลูกไม่ได้ข้อผิดข้อถูกหรือเป็นกฎตายตัว แต่คุณแม่จะค่อย ๆ เรียนรู้ไปพร้อมกับลูกน้อยอย่างเป็นธรรมชาติที่สุด และคุณพ่อจะเป็นผู้ช่วยที่ดีที่สุดให้กับคุณแม่ได้เช่นกัน

*นมแม่มีสารอาหารกว่า 200 ชนิด รวมทั้ง แอลฟาแล็ค [แอลฟาแล็คตัลบูมิน] และ สฟิงโกไมอีลิน

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่ให้นม

- สฟิงโกไมอีลิน และ แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน คืออะไร สำคัญอย่างไรต่อสมองลูกน้อย
- DHA สารอาหารสำคัญ ช่วยพัฒนาสมองของลูกน้อย
- 2’-FL คืออะไร ? รู้จัก 2’-FL โอลิโกแซคคาไรด์ในนมแม่ (HMOs)
- โพรไบโอติก (Probiotics) จุลินทรีย์ที่พบได้ในนมแม่ มีประโยชน์กับลูก
- พรีไบโอติก มีส่วนช่วยพัฒนาสมองในเด็กทารก
- น้ำนมเหลือง ที่มี แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน สารอาหารสำคัญ ช่วยพัฒนาสมองจากแม่สู่ลูก
- เทคนิคเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สุดยอดสารอาหารจากแม่สู่ลูก
- เพิ่มน้ำนมคุณแม่ ด้วยการกระตุ้นน้ำนม จากธรรมชาติ ดีกับคุณแม่และลูก
- นมแม่อยู่ได้กี่ชม น้ำนมแม่เก็บได้นานแค่ไหน เก็บรักษาอย่างไรให้ถูกวิธี
- อาการทารกหิวนม สัญญาณจากลูกน้อย ที่คุณแม่สังเกตเองได้
- เด็กแรกเกิดกินนมกี่ออนซ์ ถึงจะดีที่สุด ปริมาณเท่าไหร่ถึงเรียกว่าพอดี

- วิธีจับลูกเรอ ท่าอุ้มเรอช่วยให้ลูกสบายท้อง หลังลูกอิ่มนม
- คัดเต้านมทำยังไงดี คัดเต้ากี่วันหาย พร้อมวิธีบรรเทาอาการนมคัด
- เจ็บหัวนม หัวนมแตก อาการเจ็บหัวนม ต้องรักษาอย่างไร ให้นมลูกต่อได้ไหม
- ทารกไม่ยอมนอน ลูกงอแงไม่ยอมนอนไม่มีสาเหตุ พร้อมวิธีรับมือ
- วิธีชงนมที่ถูกต้อง พร้อมขั้นตอนการเตรียมน้ำชงนม สำหรับแม่มือใหม่

1. **อ้างอิง**
2. อาการคนท้องเดือนแรก สัญญาณเริ่มต้นว่ากำลังตั้งครรภ์, รพ.ศิครินทร์
3. ว่าที่คุณแม่มือใหม่พร้อมรับมือความเปลี่ยนแปลงระหว่างตั้งครรภ์, รพ.นครธน
4. การดิ้นของทารกในครรภ์ สัญญาณที่คุณแม่ควรรู้, รพ.บางปะกอก
5. นับลูกดิ้นอย่างไร...ให้รู้ว่าทารกปลอดภัยนะ, รพ.พญาไท
6. 9 เดือน มหัศจรรย์พัฒนาการทารกในครรภ์, รพ.สมิติเวช
7. แจกฟรี! ตารางบอกพัฒนาการทารกในครรภ์ 1-40 สัปดาห์ เซฟเก็บไว้ดูนะแม่ ๆ, mamaschoice

อ้างอิง ณ วันที่ 19 ตุลาคม 2566

คุณแม่ตั้งครรภ์

แม่ผ่าคลอด

ดูแลลูกตามช่วงวัย

ภูมิแพ้ในเด็ก

สฟิงโกไมอีลิน

พัฒนาการสมองลูกน้อย

การขับถ่ายลูกน้อย

คุณแม่ให้นมบุตร

เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่

อาหารเด็ก

S-Mom Club

ข้อมูลผลิตภัณฑ์

โปรโมชั่น