

อายุครรภ์ 39 สัปดาห์ คุณแม่ท้อง 39 สัปดาห์ เกิดอะไรขึ้นบ้าง

บทความสำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์ พิธีมัตนาการลูกน้อยในครรภ์

บทความ

มี.ค. 5, 2020

พิธีมัตนาการการตั้งครรภ์ 40 สัปดาห์ พิธีมัตนาการตั้งครรภ์สัปดาห์ที่ 39

พิธีมัตนาการตั้งครรภ์สัปดาห์ที่ 39

สำหรับคุณแม่ที่เคยผ่าตัดคลอด ในครรภ์ต่อมาคุณแม่จะแนะนำให้ผ่าตัดคลอด เนื่องจากมีผลผ่าตัดที่ส่วนล่างของมดลูกจากครรภ์ก่อนแล้ว หากคุณแม่เจ็บครรภ์หรือขณะเบ่งคลอด มีโอกาสที่จะเกิดมดลูกแตกไห้ เนื่องจากผนังมดลูกที่บางลงในขณะเจ็บครรภ์และแรงดันในช่องท้องขณะมดลูกหดรัดตัว ดังนั้น คุณแม่จะประเมินอายุครรภ์ที่เหมาะสมในการนัดผ่าตัดคลอดก่อนที่จะมีอาการเจ็บครรภ์ และก็ต้องเป็นอายุครรภ์ที่ลูกมีพิธีมัตนาการและการทำงานของปอดที่สมบูรณ์แล้ว นั่นคือที่อายุครรภ์ 39 สัปดาห์

พิธีมัตนาการลูก

ลูกมีความยาวประมาณ 49 ซม. ไขมันบริเวณผิวนังที่สะสมไว้จะหล่นหายไป กระดูกหัวใจและกระดูกอ่อนๆ ที่อยู่ในร่างกายจะแข็งแรงมากขึ้น ไม่สูญเสียความร้อนในร่างกาย ลูกมีการอนามัยด้วยน้ำนม น้ำเท้า หันหน้าและอ้าปากเตรียมพร้อมปฏิกริยาสำหรับการคลายจ็บและดูดน้ำนม



Tips

คุณแม่สามารถออกกำลังกายเตรียมการคลอดได้ ทั้งในแง่ของการฝึกสูดลมหายใจเข้าทางจมูกให้ลึก และหายใจออกพร้อมเป้าทุงปากให้สุด และการบริหารกล้ามเนื้ออุ้งเชิงกรานให้แข็งแรง ด้วยการขยับที่อุ้งเชิงกราน กล้ามเนื้ออุ้งเชิงกรานมีประโยชน์ในการพยุงและรับน้ำหนักของอวัยวะภายในช่องท้อง รวมถึงมดลูกและลูกน้อยในครรภ์ด้วย การฝึกขยับกล้ามเนื้ออุ้งเชิงกรานให้แข็งแรง จะช่วยในการยืดหยุ่น และช่วยให้กล้ามเนื้อหน้าท้องแข็งแรง และมีประสิทธิภาพในการเบ่งคลอด

บทความอื่นๆ ที่สนใจ

พัฒนาการตั้งครรภ์สัปดาห์ที่ 38

พัฒนาการตั้งครรภ์สัปดาห์ที่ 40

อ้างอิง

บทความโดยแพทย์หญิง ธิศรา วีรสmary
แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้าน สูตินรีเวช เวชศาสตร์ครอบครัว¹
และเวชศาสตร์ชัลลอดวัย โรงพยาบาลพญาไท 1

- 
- 
- 
- 
- 
- 

คุณแม่ตั้งครรภ์



แม่ผ่าคลอด

ดูแลลูกตามช่วงวัย

ภูมิแพ้ในเด็ก



เอลฟ่าแล็ค สพิงโก้ไม้อลิน

พัฒนาการสมองลูกน้อย

การขับถ่ายลูกน้อย

คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์



ໂປຣໂມໝ່ານ