

# อายุครรภ์ 40 สัปดาห์ คุณแม่ท้อง 40 สัปดาห์ เกิดอะไรขึ้นบ้าง

คุณแม่ตั้งครรภ์

บทความ

มี.ค. 5, 2020

พัฒนาการการตั้งครรภ์ 40 สัปดาห์ พัฒนาการตั้งครรภ์สัปดาห์ที่ 40

## พัฒนาการตั้งครรภ์สัปดาห์ที่ 40

สัปดาห์ที่ 40 คือกำหนดคลอดที่คุณแม่จะบอกคุณแม่ในวันที่มาฝากครรภ์ ซึ่งอันที่จริง อายุครรภ์ที่ครบกำหนดและรอคลอดได้ ตั้งแต่ 37 สัปดาห์แล้ว แต่เนื่องจากคุณแม่แต่ละท่าน มีการทำงานของรังไข่และฮอร์โมนไม่เหมือนกัน บางท่านแม้จะจำวันแรกของประจำเดือนครั้งสุดท้ายก่อนที่จะขาดประจำเดือนได้ดี แต่กลับพบว่าเมื่อคำนวณอายุครรภ์แล้วไม่ถูกต้อง เป็นเพราะเดิมมีภาวะรังไข่ทำงานไม่ปกติ ทำให้มีการตกไข่ล่าช้า ดังนั้น การตรวจสอบตัวชี้วัดประจำเดือนอย่างต่อเนื่องเป็นระยะๆ จึงสำคัญมาก เพื่อคำนวณกำหนดคลอดที่แม่นยำ ยิ่งในคุณแม่ที่มีประจำเดือนล่าช้า คุณแม่จะต้องกำหนดวันผ่าตัดคลอด การกำหนดผ่าตัดที่อายุครรภ์ 39 สัปดาห์ จึงสร้างความมั่นใจได้ว่าจะเป็นอายุครรภ์ที่ปลอดภัยมีการทำงานสมบูรณ์แล้ว

## พัฒนาการลูก

ลูกมีความยาวประมาณ 50 ซม. ส่วนน้ำของลูกจะเคลื่อนลงสู่อุ้งเชิงกราน และในกรณีที่ศีรษะเคลื่อนลงเชิงกรานได้ดี จะเริ่มกดบริเวณปากมดลูก ซึ่งจะกระตุ้นให้มีการหลังสารเมมในร่างกายซึ่งมีฤทธิ์ในการกระตุ้นให้มดลูกหดรัดตัว และเมื่อมดลูกหดรัดตัวได้สม่ำเสมอและมีประสิทธิภาพดี จะกระตุ้นให้ปากมดลูกเปิด ในกรณีที่ศีรษะลูกหันในทิศทางที่ผ่านลงเชิงกรานได้ดี ก็จะดันให้ปากมดลูกเปิดได้ดี และคลอดธรรมชาติได้ในที่สุด



## Tips

- ไม่ว่าคุณแม่จะคลอดธรรมชาติหรือผ่าตัดคลอด คุณแม่ก็สามารถให้นมลูกได้ หลังคลอด คุณหมอบอกให้ลูกไถ่สัมผัสไปอุ่นและอยู่ในอ้อมกอด อุ่นสัมผัสหัวนมและเต้านมคุณแม่ให้เร็วที่สุด คุณแม่ควรดื่มน้ำஸະອາດวันละ 2 ลิตร กฎรดื่มน้ำขิง รับประทานอาหาร เช่น หัวปลี มะละกอ เต้าหู้ ใบกระเพรา มีส่วนในการกระตุ้นน้ำนมได้ดี
- หลังคลอด คุณแม่จะมีน้ำนมปala เป็นสีแดงสดในช่วงแรก จากนั้นจะเป็นสีแดงขาว และเป็นลักษณะใสในที่สุด ช่วง 2 เดือนหลังคลอดเป็นช่วงที่จะยังมีน้ำนมปala แต่หากพบว่าผ่านไป 2 สัปดาห์แล้วน้ำนมหายังเป็นสีแดงสด ปวดท้อง ฟื้นไข้ หรือน้ำนมปala มีกลิ่นเหม็นคุณมาพบคุณหมอ
- หลังคลอดสิ่งที่ทำให้คุณแม่รู้สึกกังวลอยู่เสมอคือรอยแผลลaceration เช่น ฝ้า รอยคล้ำตามขาหนีบ รักแร้ ซึ่งคุณแม่สามารถดูแลพื้นที่สภาพผิวได้ด้วยการดื่มน้ำสະອາດอย่างน้อยวันละ 2 ลิตร ทานอาหาร ผัก ผลไม้ ที่ให้วิตามิน หรือรับประทานวิตามิน E, Zinc ( สังกะสี ) ซึ่งช่วยบำรุง

ผิว เส้นผม และลดรอยหมองคล้ำของผิวและแพลได้ดี

---

บทความอื่นๆ ที่สนใจ

พัฒนาการตั้งครรภ์สัปดาห์ที่ 38

พัฒนาการตั้งครรภ์สัปดาห์ที่ 39

## อ้างอิง

---

บทความโดยแพทย์หญิง ธิศรา วีรสมัย  
แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้าน สูตินรีเวช เวชศาสตร์ครอบครัว<sup>†</sup>  
และเวชศาสตร์ชัลล่วย โรงพยาบาลพญาไท 1

- 
- 
- 
- 
- 
- 

ก้าวต่อไป

แม่ผ่าคลอต

ดูแลลูกตามช่วงวัย

ภูมิแพ้ในเด็ก



เอลฟาร์มา สพิงโกไนโอลิน

พัฒนาการสมองลูกน้อย

การขับถ่ายลูกน้อย

คุณแม่ให้นมบุตร

อาหารเด็ก

S-Mom Club

ข้อมูลผลิตภัณฑ์

โปรโมชั่น