



ทารกท้องเสีย ทารกถ่ายเหลว อุจจาระ ทารกท้องเสีย อันตรายไหม

ภาษา

ทารกท้องเสีย ทารกถ่ายเหลว อุจจาระทารกท้องเสีย อันตรายไหม

บทความเกี่ยวกับการขับถ่ายของลูกน้อย

บทความ

มี.ค. 10, 2020

ทารกถ่ายบ่อย ผิดปกติไหม การขับถ่ายของลูก เป็นอีกหนึ่งเรื่องสำคัญที่คุณแม่ต้องคอยใส่ใจและหมั่นสังเกต เพราะหากมีอาการผิดปกติ เช่น ทารกท้องเสีย ทารกถ่ายเหลว อุจจาระร่วง ก็อาจเป็นอันตรายต่อลูกได้ ในวันนี้เราจะมาเรียนรู้เกี่ยวกับเรื่องอาหารท้องเสียในทารก ว่าเกิดจากอะไร มีวิธีดูแลเบื้องต้นอย่างไรบ้าง

สรุป

- คุณแม่ควรสังเกตอาการอื่น ๆ ประกอบกับอาการทารกท้องเสีย จะได้ว่า ลูกกำลังไม่สบาย ต้องพาไปหาหมอทันที
- ลักษณะอุจจาระทารกท้องเสีย มักจะมีลักษณะเหลวใส ทารกถ่ายเหลวมีน้ำออกมามากกว่ากากอุจจาระและมีปริมาณขับถ่ายเยอะมากจนผิดปกติ
- หากทารกท้องเสียมีอาการ เช่น มีไข้สูง อาเจียน ริมฝีปากแห้ง หัวใจเต้นเร็ว เหงื่อเยอะ ถ่ายเป็นมูก หรือมูกเลือดควรรีบพาไปพบแพทย์เพื่อเข้ารับการรักษาที่เหมาะสมได้ทัน่วงที

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- เด็กท้องเสีย เกิดจากอะไร
- อาการทารกท้องเสีย เป็นแบบไหน
- เด็กทารกท้องเสียและมีภาวะขาดน้ำ อันตรายกับลูกไหม
- ลูกท้องเสีย VS ลูกถ่ายเหลว เหมือนหรือต่างกันอย่างไรบ้าง
- วิธีสังเกตอาการทารกท้องเสีย
- ลักษณะอุจจาระทารกท้องเสียเป็นอย่างไร
- คุณพ่อคุณแม่ควรดูแลลูกน้อยที่มีอาการท้องเสียอย่างไร
- วิธีบรรเทาอาการทารกท้องเสีย
- วิธีดูแลเบื้องต้นเมื่อลูกท้องเสีย
- สิ่งที่ไม่ควรทำ เมื่อรู้ว่าลูกท้องเสีย
- ทารกท้องเสียแบบไหน ควรพาไปพบแพทย์

เด็กท้องเสีย เกิดจากอะไร

อาการทารกท้องเสีย สามารถเกิดได้จากหลากหลายสาเหตุ ไม่ว่าจะเป็นการติดเชื้อไวรัส แบคทีเรีย หรือพยาธิ เป็นต้น ซึ่งทารกจะได้รับเชื้อต่าง ๆ เหล่านี้จากการสัมผัสกับสิ่งสกปรก หรือสิ่งปนเปื้อน และยังมีสาเหตุอื่น ๆ อีกได้แก่

1. เด็กที่กินนมแม่

อาการทารกท้องเสียที่พบได้ในเด็กที่กินนมแม่นั้น อาจเกิดจากการปนเปื้อนในอาหารที่คุณแม่ให้นมรับประทานมา หรือจากการที่คุณแม่รับประทานยาปฏิชีวนะบางชนิดที่อาจก่อให้เกิดอาการท้องเสียแบบอ่อน ๆ ได้

2. เด็กที่กินนมผง

เด็กที่กินนมผง จะมีโอกาสพบอาการท้องเสียได้บ่อยกว่าเด็กที่กินนมแม่ ซึ่งหนึ่งในสาเหตุสำคัญคือนมผงนั้นเป็นนมวัว ซึ่งแน่นอนว่านมวัวนั้น ย่อยยากกว่านมแม่ และอาจเกิดอาการแพ้โปรตีนในนมวัวซึ่งอาจส่งผลให้เกิดอาการท้องเสียตามมาได้เช่นกัน

อาการทารกท้องเสีย เป็นแบบไหน

เนื่องจากอุจจาระของทารก ไม่ได้เป็นก้อนเหมือนกับผู้ใหญ่และมีปริมาณในการขับถ่ายต่อวันค่อนข้างเยอะ การสังเกต ลักษณะอุจจาระทารก จึงเป็นสิ่งจำเป็นในการเฝ้าดูว่า ลูกของเรามีอาการท้องเสียหรือไม่ โดยในเบื้องต้นสามารถสังเกตได้จากอาการผิดปกติ เช่น ถ่ายเหลวใสเป็นน้ำมากกว่ากากใยเกิน 3 ครั้งขึ้นไปต่อวัน ลูกมีอาการร้องแฉะ ซึม ไม่ร่าเริง ถ่ายเป็นมูกเลือด อาจมีไข้และอาเจียนร่วมด้วย

เด็กทารกท้องเสียและมีภาวะขาดน้ำ อันตรายกับลูกไหม

สาเหตุที่คุณพ่อคุณแม่ควรใส่ใจกับอาการท้องเสียในทารกเป็นพิเศษนั้น นอกจากจะเป็นอาการเจ็บป่วยที่ทำให้ลูกทรมาณแล้ว การที่ลูกน้อยท้องเสียยังอาจส่งผลร้ายแรงถึงชีวิตได้ หากไม่ได้รับการดูแลที่เหมาะสมอย่างทันท่วงที โดยภาวะที่เป็นอันตรายจากการท้องเสียนั้นก็คือ ภาวะขาดน้ำ เพราะการขับถ่ายที่มากผิดปกติ จะทำให้ร่างกายของทารกสูญเสียน้ำมากเกินไป จนส่งผลต่อระบบการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ และอาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้



ลูกท้องเสีย VS ลูกถ่ายเหลว เหมือนหรือต่างกันอย่างไรบ้าง

ความแตกต่างระหว่างทารกท้องเสีย กับทารกถ่ายเหลวนั้น อาจดูเหมือนว่าแยกกันได้ง่าย แต่จริงๆ มีความแตกต่างที่ชัดเจน จนสามารถแยกได้ เช่น ถ่ายเหลวที่ไม่ท้องเสียจะมีกากใยปนมากมากกว่า ในขณะที่อุจจาระของทารกท้องเสียจะมีลักษณะเป็นน้ำเหลวใส และในบางกรณีก็อาจจะมีมูกเลือดปนมาในอุจจาระของทารกท้องเสียด้วย

วิธีสังเกตอาการทารกท้องเสีย

คุณพ่อคุณแม่หลายคน อาจสงสัยว่า ทารกถ่ายบ่อย ผิดปกติไหม คุณพ่อคุณแม่ต้องพิจารณาจากลักษณะของอุจจาระลูก ว่าเป็นแค่การถ่ายเหลวปกติทั่วไป หรือว่าเป็นอุจจาระของทารกท้องเสีย นอกจากนี้ก็ต้องคอยสังเกตจากอาการของลูก ว่าลูกมีไข้หรือไม่ งอแง ผิดปกติหรือเปล่า มีอาการอาเจียนไหม ลูกไม่ยอมกินนม รีเปล่า กินนมได้น้อยลงหรือไม่ เป็นต้น

ลักษณะอุจจาระทารกท้องเสียเป็นอย่างไร

ลูกถ่ายวันละ 3-4 ครั้งปกติไหม ลักษณะอุจจาระของทารกท้องเสีย นั้น มักจะมีลักษณะเหลวใส มีน้ำออกมามากกว่ากากอุจจาระ และมีปริมาณขับถ่ายเยอะมากจนผิดปกติ นอกจากนี้อาจมีการถ่ายเป็นมูกหรือมูกเลือดอีกด้วย

คุณพ่อคุณแม่ควรดูแลลูกน้อยที่มีอาการท้องเสียอย่างไร

- **ให้ลูกดื่มนมแม่ต่อได้** เพราะในน้ำนมแม่ มีประโยชน์ต่อการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันให้ลูกแข็งแรงสู้เชื้อโรคได้ เพราะในน้ำนมแม่นั้นมีสารอาหารกว่า 200 ชนิด ช่วยเสริมสร้างร่างกาย อาทิ จุลินทรีย์สุขภาพในนมแม่ *B. lactis* ที่ช่วยส่งเสริมการทำงานของสุขภาพทางเดินอาหาร รวมไปถึงสารอาหารที่มีความสำคัญต่อการทำงานของสมองของลูกน้อย อย่าง แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน และดีเอชเอ เป็นต้น
- **หากลูกดื่มนมผง ควรเปลี่ยนนมให้ลูก** อาจต้องเปลี่ยนเป็นนมที่ปราศจากแล็กโตส ให้ลูกดื่มนมต่อเนื่องเป็นเวลา 1 สัปดาห์โดยประมาณ แล้วค่อยกลับมาดื่มนมปกติหลังจากลูกหายดีแล้ว ทั้งนี้ควรปรึกษาแพทย์หรือบุคลากรทางการแพทย์เพื่อช่วยให้คำแนะนำ
- **หากลูกอยู่ในวัยที่เริ่มการเสริมอาหารเสริม** ควรให้ลูกรับประทานอาหารอ่อน อาหารที่อยู่อย่างง่าย เพื่อให้ลำไส้สามารถดูดซึมสารอาหารได้ง่าย ควรงดนำผลไม้ และเครื่องดื่มที่มีน้ำตาลสูง

วิธีบรรเทาอาการทารกท้องเสีย

- **ให้ลูกดื่มนมแม่บ่อยขึ้น** เนื่องจากน้ำนมแม่มีสารอาหารและภูมิคุ้มกันที่ช่วยเสริมสร้างร่างกายและช่วยบรรเทาอาการท้องเสียของลูกน้อยได้ดี การดื่มนมแม่บ่อยๆ จะช่วยรักษาระดับน้ำในร่างกายของลูก และป้องกันการขาดน้ำ
- **ให้ลูกได้รับวัคซีนโรต้า** ในช่วงวัย 2 เดือน, 4 เดือน เพื่อป้องกันการติดเชื้อไวรัสโรต้า
- **ปรับอาหารการกินของคุณแม่ให้นม** หลีกเลี่ยงอาหารที่อาจกระตุ้นอาการท้องเสียของลูกน้อย

วิธีดูแลเบื้องต้นเมื่อลูกท้องเสีย

1. สังเกตอาการว่าทรุดลงหรือไม่

หากลูกยังถ่ายเหลวต่อเนื่องเกิน 4 วัน หรือถ่ายเหลวเป็นน้ำมากกว่ากากอุจจาระเกิน 10 ครั้งต่อวัน ให้พาลูกไปหาหมอ

2. ให้ลูกดื่มนมแม่บ่อยขึ้น

ในกรณีที่ลูกดื่มนมแม่เป็นหลัก เพื่อเสริมภูมิคุ้มกันและรักษาระดับน้ำในร่างกาย

3. ปรึกษาคุณหมอเพื่อขอคำแนะนำ

ในกรณีที่ลูกดื่มนมแม่เป็นหลัก เพราะน้ำนมแม่มี สารอาหารและภูมิคุ้มกัน ที่ช่วยเสริมสร้าง สุขภาพของลูก และช่วยป้องกันการขาดน้ำ ซึ่งเป็นภาวะที่อาจเกิดขึ้นได้จากการท้องเสีย การดื่มนมแม่บ่อยๆ ยังช่วยบรรเทาอาการท้องเสียได้ดีอีกด้วย

สิ่งที่ไม่ควรทำ เมื่อรู้ว่าลูกท้องเสีย

- **ไม่ดูแลความสะอาด** ทั้งความสะอาดของมือที่ต้องสัมผัสตัวลูก และความสะอาดของสภาพแวดล้อม อุปกรณ์ต่าง ๆ ที่อยู่ใกล้ชิดกับลูก
- **รับประทานอาหารที่กระตุ้นอาการท้องเสียให้แย่ลง** ในกรณีที่คุณแม่ให้ลูกดื่มนมแม่ ควรหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารไขมันสูง กากใยสูง ผลิตภัณฑ์จากนม เช่น ชีส และอาหารที่มีน้ำตาลสูง

ทารกท้องเสียแบบไหน ควรพาไปพบแพทย์

หากทารกที่ท้องเสียมีอาการดังต่อไปนี้ ควรรีบพาไปพบแพทย์เพื่อรับการรักษาที่เหมาะสมอย่างทันเวลาที่

- ลูกน้อยตัวร้อน และมีไข้สูง
- อาเจียน
- ริมฝีปากแห้ง
- หัวใจเต้นเร็ว
- เหลื่อยหอบ
- ถ่ายเป็นมูก หรือมูกเลือด

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- Health check แบบประเมินสุขภาพของคุณแม่และพัฒนาการของลูกน้อย
- จุกหลอก ดีกับลูกน้อยจริงไหม จุกนมหลอก ข้อดีข้อเสียมีอะไรบ้าง
- ทารกตัวเหลือง เกิดจากอะไร พร้อมวิธีดูแลทารกตัวเหลือง
- สายสะดือทารก สะดือใกล้หลุดเป็นแบบไหน พร้อมวิธีทำความสะอาด
- วิธีห่อตัวทารกที่ถูกต้อง ให้ลูกน้อยสบายตัว เหมือนอยู่ในท้องแม่
- เด็กทารกสะอึก เกิดจากอะไร วิธีไหนที่ช่วยบรรเทาอาการลูกสะอึก
- ทารกไม่ยอมนอน ลูกร้องไห้แง นอนหลับยาก พร้อมวิธีรับมือ
- ตารางการนอนของทารก 0-1 ปี ทารกควรนอนวันละกี่ชั่วโมง
- ทารกนอนสะดุ้ง เกิดจากอะไร พร้อมวิธีแก้ลูกนอนสะดุ้งและวิธีรับมือ
- ลูกหัวแบน ทารกหัวแบน คุณแม่ทำอย่างไรได้บ้าง พร้อมวิธีแก้ไขเบื้องต้น
- วิธีลดไข้ทารกแรกเกิด อาการทารกเป็นไข้ ทารกตัวร้อน พร้อมวิธีวัดไข้

อ้างอิง

1. Diarrhea in Babies, webmd
2. Diarrhea (0-12 Months), Seattle Children's Hospital
3. Diarrhea in infants, medlineplus
4. Causes for baby diarrhea, healthline
5. ลูกน้อยท้องเสียบ่อย ส่งผลต่อพัฒนาการของเด็ก, โรงพยาบาลบางปะกอก 3
6. อย่าปล่อยให้ร่างกายอยู่ใน... “ภาวะขาดน้ำ”, Phyathai Hospital
7. ปกป้องลูกน้อยจากไวรัสโรต้าได้ ด้วยวัคซีนโรต้า!, โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์

อ้างอิง ณ วันที่ 22 ตุลาคม 2023



คุณแม่ตั้งครรภ์



แม่ผ่าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก



สปิงโกไม้อิลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การซั้บถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์