



"ภาวะคลอดก่อนกำหนด"

อันตรายที่คุณแม่ควรตระหนัก



ความอันตรายของการคลอดก่อนกำหนด



ความอันตรายต่อคุณแม่

- ท้องผูก
- น้ำหนักลด
- อารมณ์แปรปรวน
- ซึมเศร้า

ความอันตรายต่อการรก

- อวัยวะร่างกายทำงานไม่สมบูรณ์
- หายใจลำบาก
- มีความเสี่ยงที่จะบกพร่องของการได้ยิน
- ติดเชื้อง่าย



สัญญาณเตือน!!

- ท้องบวม ท้องแข็ง
- ปัสสาวะแสบขัด
- มีมูกหรือเลือดออกช่องคลอด
- ทารกดิ้นน้อยลง

การป้องกันการคลอดก่อนกำหนด

- ฝากครรภ์ตามนัดทุกครั้ง เพื่อจะได้รู้ว่ามีความเสี่ยงหรือไม่
- ลดความเครียด ลดการทำงานหนัก
- พักผ่อนให้เพียงพอ
- ยืนหรือเดินให้น้อยลง

