



ดูภาพนำรู้ดูชุมชน

“บริการดี มีน้ำใจ ซื่อสัตย์”

www.thatoomHSP.com

Tel.0-4459-1126

ชวนสุขศึกษาและประชาสัมพันธ์ รพ.ท่าอ้อม

“ท้องผูก” ปัญหาเล็กๆ แต่ใหญ่โตได้ แม่ต้องหมั่นสังเกต



คุณแม่หลายคนคงเคยกังวลใจ เวลาที่ลูกวัยทารกแรกเกิดจนถึงอายุ 6 เดือน ร้องไห้ตลอดคืนหรือร้องไห้ไม่หยุด หลายครั้งการร้องไห้ของลูกคงทำให้คุณแม่ลุ่มใจ นอนไม่หลับ และเป็นกังวลใช่ไหมคะ ซึ่งการปล่อยให้ลูกร้องไห้ไม่ใช่เพียงกระทบต่ออารมณ์ของลูกเท่านั้น แต่ยังส่งผลต่อพัฒนาการของลูกอีกด้วย ในหลายๆ ครั้งการร้องไห้ของลูกอาจเกิดจากอาการเจ็บป่วย และที่สำคัญปัญหาหลักของอาการเจ็บป่วยในทารกนั้นเกิดจากปัญหาสุขภาพท้องของลูกน้อยที่อาจไม่ปกติ วันนี้เรามาทำความรู้จักกับปัญหาท้องที่พบบ่อยๆ ในทารกพร้อมกันค่ะ

“ท้องผูก” ปัญหาเล็กๆ แต่ใหญ่โตได้ แม่ต้องหมั่นสังเกต

เชื่อว่าคุณแม่เกือบทุกคนคงเคยพบปัญหาลูกท้องผูก เพราะในกลุ่มทารกกว่า 16% มักพบเจออาการท้องผูกบ่อยๆ โดยทารกจะถ่ายน้อยกว่า 3 ครั้งต่อสัปดาห์ ถ่ายยาก ทำให้อุจจาระแข็ง บางรายมีอาการท้องอืด คลื่นไส้ เบื่ออาหารร่วมด้วย บางรายเป็นมากจนอุจจาระมีเลือดปนออกมาด้วย ซึ่งอาการท้องผูกนี้มักพบในเด็กที่แพ้นมวัวหรืออยู่ในช่วงที่กำลังเปลี่ยนนม รวมถึงช่วงวัยที่โตขึ้นถึงเวลาที่น้องต้องกินนมและอาหารร่วมกัน แต่น้องยังติดการดื่มนมอยู่ จึงอาจจะทำให้ขาดสารอาหารบางอย่างไป โดยเฉพาะอาหารที่มีกากใย ซึ่งเป็นสาเหตุที่ทำให้น้องอุจจาระแข็ง และท้องผูกได้ค่ะ

“ท้องร่วง” ปัญหาใหญ่ที่แม่ต้องระวัง

รู้หรือไม่คะว่าในกลุ่มเด็กอายุน้อยกว่า 5 ปี มีอาการท้องร่วงจากการติดเชื้อไวรัสอย่างน้อย 1-2 ครั้งต่อคนต่อปีคะ นั่นเป็นเพราะเด็กมักหยิบสิ่งของที่เปื้อนเชื้อโรคเข้าปาก เป็นเหตุให้เชื้อโรคเข้าสู่กระเพาะและลำไส้ จนมีการอาเจียนและท้องร่วงได้คะ แต่คุณแม่รู้มั้ยว่ากลไกธรรมชาติของร่างกายของน้อง สามารถกำจัดสารพิษและเชื้อโรคออกได้คะ แต่ที่คุณแม่ต้องระวังคือหากลูกเกิดอาการท้องร่วงอันเป็นสาเหตุของภาวะขาดน้ำและเกลือแร่หนักเกินไป อาจเกิดอาการช็อคได้จนเป็นอันตรายได้

“ภาวะร้องโคลิค” ปัญหาที่แม่กังวลใจ

คุณแม่หลายคนคงเคยกังวลกับปัญหาลูกร้องโคลิคกันมาบ้าง แต่ไม่ใช่จะมีแต่คุณคนเดียวนะคะที่เคยเจอปัญหานี้ เพราะในกลุ่มทารกที่อายุน้อยกว่า 6 เดือน ถึง 1 ใน 5 จะเกิดภาวะร้องโคลิค น้องจะร้องให้เป็นเวลานานโดยไม่ทราบสาเหตุ นานกว่า 3 ชั่วโมงต่อวันคะ อย่างน้อย 3 วันต่อสัปดาห์ ส่งผลกระทบต่อทารกโดยตรงทำให้น้องนอนหลับช่วงกลางคืนได้น้อยลง แต่คุณแม่ไม่ต้องตกใจไปนะคะ เพราะเมื่อลูกหยุดร้องและยังกินนมได้ ยังคงยิ้มได้ ยังถือว่าเป็นอาการปกติคะ

“แหวนนม” ปัญหาเบสิค เริ่มที่แม่ต้องใส่ใจ

ลูกแหวนนมยังคงเป็นปัญหาเบสิคสำหรับคุณแม่ เพราะเกือบ 1 ใน 4 ของกลุ่มทารก มักเกิดการแหวนนม ซึ่งเป็นหนึ่งในภาวะกรดไหลย้อน โดยจะมีกรดและน้ำย่อยไหลย้อนกลับขึ้นไปในหลอดอาหารซึ่งอาจทำลายเยื่อหลอดอาหาร เป็นสาเหตุที่ทำให้ท้องไม่สบายท้อง จนทำให้คุณแม่รู้สึกกังวลใจ



รักษาสุขภาพท้องของลูกน้อยได้ง่ายๆ ด้วย “แอล รียูเทอรี” จุลินทรีย์ที่มีประโยชน์

ปัจจุบันเราจะพบจุลินทรีย์ที่มีประโยชน์ อยู่ในอาหารมากมายหลายชนิด จากการศึกษาวิจัยมีจุลินทรีย์ที่มีประโยชน์อยู่ชนิดหนึ่งที่เป็นจุลินทรีย์ชนิดเดียวกันกับที่พบในน้ำนมแม่ มีชื่อว่า จุลินทรีย์แล็กโทบาซิลลัส รียูเทอรี หรือ แอล รียูเทอรี

โดย แอล รียูเทอรี ทำหน้าที่เสริมภูมิคุ้มกัน ด้วยการเพิ่มจุลินทรีย์ที่มีประโยชน์ ให้กับระบบทางเดินอาหาร และลำไส้ของลูกโดยเฉพาะกับวัยทารก ซึ่งประโยชน์ของ แอล รียูเทอรี จะช่วยกระตุ้นการทำงานของลำไส้ให้ขับถ่ายได้ปกติ ลดการปวดท้อง ลดท้องผูก ลดการแหวนนม ลดภาวะร้องโคลิค จึงเป็นที่นิยมนำมาใช้ใน

อุตสาหกรรมนมผงทารกในยุโรปตั้งแต่ปี 2005 จนถึงปัจจุบัน โดยได้รับการรับรองจากองค์กรความปลอดภัยด้านอาหารระดับสากล

จุลินทรีย์ แล็คโทบาซิลลัส รียูเทอรี



ช่วยลดการหาะนม¹



ช่วยลดโคลิค¹



ช่วยลดอาการท้องผูก¹



เมื่อสุขภาพท้องแข็งแรง
เด็กสบายท้องจะหลับสบาย
อารมณ์ดีตอนตื่น

1. Indrio F, et al. JAMA Pediatr 2014; 168: 228-233.

อ้างอิง

1. Iacono G, et al. Dig Liver Dis. 2005; 37(6):432-8.
2. Sinkiewicz G, et al. Microb Ecol Health Dis. 2008; 20: 122_126
3. Coccorullo P, et al. J Pediatr. 2010;157 (4):598-602.
4. Savino F, et al. Pediatrics. 2010 ;126 (3):e526-33.
5. Szajewska H, et al. J Pediatr. 2013;162(2):257-62
6. Indrio F et al. Euro J Clin Invest 2011;41(4): 417-22.
7. Romano C, et al. J Pediatr Child Health, 2010. Epub.



“สุขภาพดีของท่าน คือบริการของเรา”
รอรู้เรื่องสุขภาพง่าย ๆ แค่นี้...ก็ดีขึ้นมา...

www.thatoomhsp.com

งานเวชปฏิบัติและประชาสัมพันธ์โรงพยาบาลท่าตุม
โทร.044-591126 ต่อ 116