

การดูแลทารกแรกเกิด ที่มีภาวะตัวเหลือง (ฉบับคำแนะนำสำหรับประชาชน)

ผศ.พญ.ชมพูนุท บุญโสภิต
กุมารแพทย์ทารกแรกเกิดและปริกำเนิด



คณะแพทยศาสตร์รพ.มหาวิทยาลัยนเรศวร

1. ภาวะตัวเหลืองในทารกแรกเกิด คืออะไร และเกิดขึ้นได้อย่างไร ?

- ภาวะตัวเหลือง เป็นภาวะที่พบได้ค่อนข้างบ่อยในทารกแรกเกิด โดยพบได้ถึง 25-50% ของทารกแรกเกิดทั้งหมด ภาวะตัวเหลืองนี้เกิดจากที่มีสารเหลือง ที่ทางการแพทย์เรียกว่า บิลิรูบิน ในร่างกายในปริมาณที่มากกว่าปกติ

ทารกที่มีอาการตัวเหลือง



2. เราจะสังเกตได้อย่างไร ว่าทารกตัวเหลือง ?

เวลาที่ทารกมีอาการเหลือง บริเวณที่จะสังเกตเห็นได้ชัดเจนที่สุด ก็คือ บริเวณตาขาวของทารกจะเห็นเป็นสีเหลือง และผิวหนังที่ตัวก็จะมีสีเหลืองขึ้นกว่าปกติ โดยถ้าระดับบิลิรูบินยิ่งสูง ก็จะทำให้เห็นเหลืองได้ทั้งตัว โดยมักเริ่มเหลืองจากศีรษะ ลงไปลำตัว และแขนขา ตามลำดับ

สังเกตบริเวณตาขาวและสี
ผิวของทารก...มีสีเหลือง



3. คุณพ่อคุณแม่ควรทำอะไร เมื่อสงสัยว่าทารกตัวเหลือง ?

- ควรพาทารกไปรับการตรวจที่โรงพยาบาล เพื่อให้แพทย์ได้ตรวจร่างกาย และอาจต้องมีการวัดระดับบิลิรูบิน โดยการตรวจเลือดหรือใช้เครื่องส่องวัดระดับบิลิรูบินทางผิวหนัง



4. สาเหตุของภาวะตัวเหลืองมีอะไรบ้าง ?

ภาวะตัวเหลืองมีหลายชนิด จากหลายสาเหตุที่ต่างกัน
จะขอยกตัวอย่าง ดังนี้

1) ภาวะตัวเหลืองแบบปกติ

พบได้ในทารกทั่วไป โดยอาจสามารถสังเกตได้ว่าทารกมีตัวเหลือง
ขึ้น โดยมักเริ่มสังเกตได้ ตั้งแต่ทารกมีอายุ 2-3 วัน และเห็นได้ชัดในวันที่
3-4 แต่ระดับบิลิรูบินมักไม่สูงมาก ภาวะตัวเหลืองแบบนี้มักหายไปได้เอง
โดยไม่ต้องรับการรักษา

2) ภาวะตัวเหลืองที่มีสาเหตุจากความผิดปกติ เช่น

4. สาเหตุของภาวะตัวเหลืองมีอะไรบ้าง ?

ภาวะตัวเหลืองจากการแตกของเม็ดเลือดแดง

มักเกิดได้จาก กรู๊ปเลือดของมารดาและทารกไม่เข้ากัน หรือมีความผิดปกติของรูปร่างเม็ดเลือดแดงของตัวทารกเอง หรือทารกเป็นโรค เช่น ธาลัสซีเมีย เป็นต้น

ภาวะตัวเหลืองจากตับหรือทางเดินน้ำดีทำงานผิดปกติ

ในกลุ่มนี้ ทารกมักจะเหลืองนาน และมีอาการอื่นร่วมด้วย เช่น ตับม้ามโต อุจจาระสีซีด ปัสสาวะสีเหลืองเข้มมากกว่าปกติ ซึ่งหากสงสัยภาวะนี้ ต้องมีการตรวจเพิ่มเติม และต้องได้รับการรักษาโดยเร็ว

ภาวะติดเชื้

ทารกมักมีอาการซึม ดูนมไม่ดี ร่วมกับภาวะตัวเหลือง



5. มีคนกล่าวว่า ในทารกที่เลี้ยงด้วยนมแม่ จะมีโอกาสตัวเหลืองได้มากขึ้นนั้นจริงหรือไม่ ?

ในทารกที่กินนมแม่นั้น จะมีโอกาสเกิดตัวเหลืองได้มากกว่าจริง แต่คุณแม่ๆ ที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่นั้นยังไม่ต้องตกใจ หรือเปลี่ยนไปให้นมผสม ขออธิบายสั้นๆ เกี่ยวกับสาเหตุได้ดังนี้ ภาวะตัวเหลืองจากการกินนมแม่นั้น เราพบได้ 2 แบบ

ทารกปกติ



5. มีคนกล่าวว่า ในทารกที่เลี้ยงด้วยนมแม่ จะมีโอกาสตัวเหลืองได้มากขึ้นนั้น จริงหรือไม่ ?

แบบที่ 1) เหลืองจากการกินนมแม่ได้น้อย

มักเกิดในช่วงอายุ 2-4 วันแรก เกิดจากการที่ทารกยังดูดนมได้ไม่ดี และปริมาณน้ำนมแม่ยังมีน้อย ทำให้ทารกขาดน้ำและพลังงาน และมีการดูดซึมสารเหลืองทางลำไส้ได้มากขึ้น การรักษา ทำได้โดยให้ทารกดูดนมแม่บ่อยๆ โดยอาจให้นมทุก 2-3 ชั่วโมง เพื่อให้สารเหลืองถูกขับออกทางปัสสาวะได้มากขึ้น ก็จะทำให้ระดับสารเหลืองลดลงได้

5. มีคนกล่าวว่า ในทารกที่เลี้ยงด้วยนมแม่ จะมีโอกาสตัวเหลืองได้มากขึ้นนั้นจริงหรือไม่ ?

แบบที่ 2) เหลืองจากการกินนมแม่ได้เยอะ กลุ่มนี้จะตรงกันข้าม คือ มักพบว่ามิตัวเหลืองในช่วงอายุหลังสัปดาห์ที่ 2 เป็นต้นไป ซึ่งน้ำนมแม่เริ่มมาเยอะแล้ว และลูกดูดได้ดีแล้ว สาเหตุเหลืองในกลุ่มนี้ จะเกิดได้จากการที่มีสารในน้ำนมแม่ช่วยให้มีการดูดซึมสารเหลืองได้มากขึ้น จึงเห็นว่ามีตัวเหลืองได้ การรักษาในทารกกลุ่มนี้ ถ้าระดับสารเหลืองสูงมาก มักต้องได้รับการส่องไฟ และให้นมแม่ได้ตามปกติ การงดนมแม่ อาจไม่จำเป็น ยกเว้นสารเหลืองสูงมากจริงๆ



6. ทารกที่มีภาวะตัวเหลือง หากไม่ได้รับการรักษา จะทำให้เกิดผลเสียอย่างไร ?

ในกรณีที่ระดับสารเหลืองสูงมาก อาจทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อน จากการที่สารเหลืองไปจับที่เนื้อสมอง ทารกอาจมีอาการชักและมีการทำลายของเนื้อสมองอย่างถาวร มีโอกาสที่จะเกิดภาวะ IQ ต่ำ หรือ ความฉลาดลดลง รวมถึงมีภาวะได้ยินผิดปกติได้อีกด้วย



7. ภาวะตัวเหลืองจะรักษาอย่างไร ?

การรักษาภาวะตัวเหลืองนั้น ต้องรักษาตามสาเหตุเป็นหลัก ร่วมกับการลดระดับบิลิรูบินลง โดยการเพิ่มการกำจัดบิลิรูบินออกจากร่างกาย เช่น การส่องไฟรักษา หรือนำบิลิรูบินออกจากร่างกายโดยตรง เช่น การเปลี่ยนถ่ายเลือด

การรักษาตัวเหลืองด้วยการส่องไฟ
(Phototherapy)



8. เราจะป้องกันภาวะตัวเหลืองได้ไหม ?

ถ้าเป็นสาเหตุจากการให้นมแม่ เราป้องกันได้ โดยการให้นมทารกอย่างถูกต้อง คือ ต้องให้เร็ว ให้นมตั้งแต่อยู่ในห้องคลอด และต้องให้บ่อย คือ ประมาณ 10 – 12 ครั้งต่อวัน โดยไม่ให้น้ำหรืออาหารอื่นเสริม เนื่องจากจะทำให้ทารกกินนมได้น้อยลง การกระตุ้นให้ทารกถ่ายขี้เทา ก็จะช่วยป้องกันภาวะตัวเหลืองในทารกแรกเกิดได้ แต่ถ้าเป็นสาเหตุอื่น เช่น ตัวเหลืองจากเม็ดเลือดแดงผิดปกติ หรือตับทำงานผิดปกติ อาจป้องกันไม่ได้ แต่ต้องรับการรักษาตามสาเหตุ



9. ลูกตัวเหลือง บางคนก็บอกให้ป้อนน้ำ บางคนก็ให้นำไปตากแดด คุณหมอมีความคิดเห็นอย่างไร ?

การป้อนน้ำไม่ช่วยลดอาการเหลือง เนื่องจากสารสีเหลืองพวกนี้ ไม่ละลายในน้ำ ต่อให้กินน้ำมากแค่ไหน ก็ไม่ช่วยลดระดับสารสีเหลืองได้ นอกจากนี้ การให้ทารกกินน้ำยังทำให้ดูดนมได้น้อยลง ซึ่งจะทำให้ทารกมีตัวเหลืองมากขึ้นได้ ส่วนการตากแดดนั้น ในทางการแพทย์ไม่แนะนำ เนื่องจากไม่สามารถทดแทนการรักษาแบบส่องไฟได้

การนำทารกไปตากหรือผึ่งแดด...ซึ่ง
ไม่แนะนำ





สุดท้ายนี้ สำหรับมารดาหรือ
ผู้ปกครองที่สงสัยว่าทารกมีอาการ
ตัวเหลือง แนะนำให้พาทารกไปรับ
การตรวจที่โรงพยาบาลเพื่อการ
วินิจฉัยหรือรักษาอย่างทันท่วงที