

วิธีปฏิบัติ



ข้อมูลติดต่อ & แหล่งช่วยเหลือชุมชน



ฝากครรภ์คุณภาพ สม่่าเสมอ

- ไปตามนัดทุกครั้ง
- รับยาบำรุง/วัคซีน



1669 เหตุฉุกเฉิน (24)

เทศบาลตำบลแม่เงิน



053-182271

ที่ตั้ง

https://maps.app.goo.gl/uQJpo9fvaMHVvSgr6?g_st=ic



QR CODE
แผนที่เทศบาล



โครงการสร้างเสริม สุขภาพเชิงรุก เพื่อลดภาวะคลอด ก่อนกำหนด



พักผ่อนเพียงพอ ไม่เครียด

- นอนวันละ 8-10 ชม.
- ลดงานหนัก/ยกของหนัก



หน่วยงานในพื้นที่



รพ.สต.แม่เงิน T. 053-182274



รพ.สต.บ้านไร่ T. 053-182404

สังเกตอาการผิดปกติ

- นับลูกดิ้นทุกวัน
- มูกเลือด/น้ำเดิน



รับข้อมูลเพิ่มเติม



website

www.maengoen.go.th



Facebook

เทศบาลตำบลแม่เงิน
อำเภอเชียงแสน จังหวัดเชียงราย

ด้วยความหวังใจจากเทศบาลตำบลแม่เงิน

งานสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
สำนักปลัดเทศบาล เทศบาลตำบลแม่เงิน

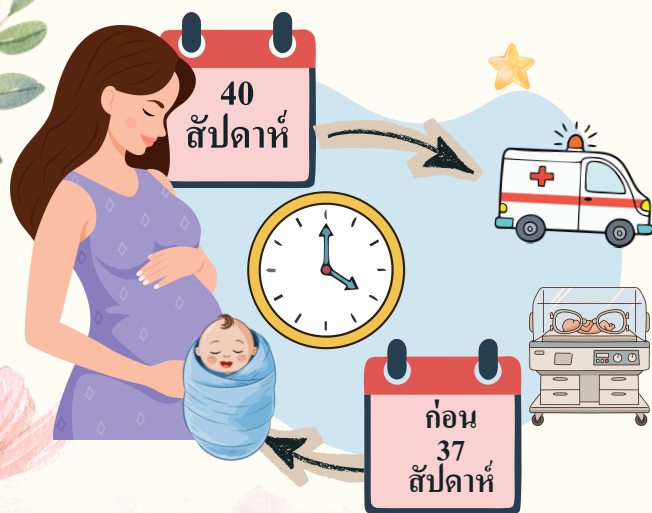
ตำบลแม่เงิน อำเภอเชียงแสน

จังหวัดเชียงราย

053-182-271

ทำความเข้าใจภาวะ คลอดก่อนกำหนด

คลอดก่อนกำหนดคืออะไร?



การคลอดที่เกิดขึ้น

ก่อนอายุครรภ์ครบ 37 สัปดาห์ซึ่งเป็นช่วงที่อวัยวะต่างๆ ของทารก โดยเฉพาะปอดและระบบประสาท อาจยังพัฒนาได้ไม่เต็มที่

สัญญาณอันตราย ต้องรีบไปโรงพยาบาล



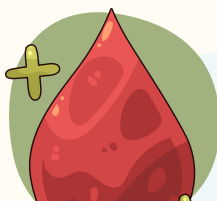
ท้องแข็งบ่อย

มดลูกบีบตัวสม่ำเสมอ
และถี่ขึ้น (เช่น ทุก 10 นาที)

ปวดหน้าท้องน้อย
หรือปวดหลังส่วนล่าง

แบบผิดปกติ

ปวดหลัง/ปวดท้อง
หน่วงๆ



มีมูกเลือด

มีสิ่งคัดหลั่ง มูก หรือมูกปน
เลือดออกทางช่องคลอด

น้ำใสๆ ไหลออกจากช่องคลอด
(ถุงน้ำคร่ำแตก)



น้ำเดิน

ใครบ้างที่เสี่ยง?



✓ อายุน้อยกว่า 18
หรือมากกว่า 35 ปี

คุณแม่วัยใส กับคุณแม่สูงวัย



✓ ตั้งครรภ์แฝด

มีลูกหลายคน
ในครรภ์เดียว

✓ มีโรคประจำตัว



✓ ความดันสูง, เบาหวาน, โรคหัวใจ



✓ มีการติดเชื้อในร่างกาย

ทางเดินปัสสาวะ, ปากมดลูก



✓ พฤติกรรมเสี่ยง

เครียดจัด, ขกของหนัก,
สูบบุหรี่, ดื่มสุรา

