

## ภาวะตัวเหลือง และการให้นมแม่ (Jaundice and breastfeeding)

บรรยาย โดย ศ.คลินิก พญ.อุไรวรรณ โชติเกียรติ สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี  
ในการประชุมวิชาการนมแม่แห่งชาติครั้งที่ 5 เมื่อวันที่ 2-4 กันยายน 2558 หัวข้อ "Fact & Myth"  
เรียบเรียงโดย พญ. ศิริพัฒนา ศิริชนารัตนกุล

ทารกที่คลอดอายุครรภ์น้อยกว่า 38 สัปดาห์ และกินนมแม่ จะมีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดตัวเหลือง ดังนั้นต้องมีการประเมินทารกทุกรายให้ดีกว่าก่อน ให้กลับบ้าน ต้องให้ข้อมูลเรื่องตัวเหลืองในทารกแรกเกิดแก่พ่อแม่ และนัดติดตามดูอาการ

### Breast milk Jaundice

**Definition :** อาการเหลืองเริ่มต้นหลังจากวันที่ 5-7 ของชีวิต มีการดูดซึมสารบิลิรูบินเพิ่มขึ้นจากลำไส้ อาการเหลืองคงอยู่หลายสัปดาห์ถึงเป็นเดือน

### Management

- หลีกเลี่ยงการหยุดกินนมแม่ในทารกที่ปกติแข็งแรงดี
- ไม่มีข้อบ่งชี้ที่จะให้น้ำหรือนมผงเสริม
- ถ้าระดับบิลิรูบินสูงเกิน 20 mg% พิจารณารักษาโดยการส่องไฟ
- โรคที่ต้องนึกถึงและวินิจฉัยแยกโรคให้ได้ในกลุ่มทารกแรกเกิดที่เหลืองนาน คือ ภาวะ hypothyroid เนื่องจากเป็นโรคที่รักษาได้

### Management of Breastfeeding Jaundice

ให้ทารกได้พลังงานมากขึ้นโดย ให้ทารกดูดนมแม่บ่อยๆ 10-20 ครั้งต่อวัน เพิ่มระยะเวลาที่ดูดนมแม่ ให้ทารกจับเต้านมให้ดีขึ้น จะให้นมเสริมต่อเมื่อมีข้อบ่งชี้ทางการแพทย์เท่านั้น ถ้าน้ำนมแม่ผลิตมากขึ้นและลูกได้รับน้ำนมมากขึ้น จะลดการดูดซึมของบิลิรูบินจากลำไส้ (ลด enterohepatic reabsorption) ทารกถ่ายอุจจาระมากขึ้นจึงลดระดับบิลิรูบินลงได้