



โรคเต้านมอักเสบคือการติดเชื้อของท่อน้ำนมอย่างน้อยหนึ่ง
ท่อน มักเกี่ยวข้องกับการให้นมบุตรและอาจทำให้เกิดโรค
ร้ายแรงได้หากตรวจไม่พบและไม่ได้รับการรักษาอย่างจริงจัง
ประมาณ 2% ถึง 3% ของสตรีให้นมบุตรจะเป็นโรคเต้านม
อักเสบ



อะไรทำให้เกิดโรคเต้านมอักเสบจากการให้นม?

โรคเต้านมอักเสบมักเกิดจากแบคทีเรียทั่วไปที่พบในจมูก
และปากของทารก แบคทีเรียเข้าสู่ เต้านมผ่านการรอยแตก
ของผิวหนัง (ของหัวนม) หรือผ่านการท่อน้ำนมของหัวนม
โรคเบาหวานและภาวะหัวนมแตกหรือซ้ำสามารถเพิ่มโอกาส
ในการติดเชื้อได้



อาการของเต้านมอักเสบจากการให้นมคืออะไร?

อาการต่าง ๆ ได้แก่ เต้านมตึงตัวเจ็บแสบ มักเจ็บที่ส่วนบนของ
เต้านม อาการเจ็บหรือแสบร้อนที่เต้านมตลอดเวลาหรือเฉพาะ
ขณะให้นมบุตร เต้านมอาจแสดงอาการบวม ผู้หญิงบางคนอาจ
มีไข้สูง หนาวสั่น ปวดศีรษะ และเบื่ออาหาร อาการไข้สูงและปวด
เต้านมอย่างต่อเนื่องอาจบ่งชี้ถึงภาวะฝี (หนอง) เกิดขึ้นในเต้านม



การวินิจฉัยโรคเต้านมอักเสบจากการให้นมทำได้อย่างไร?

แพทย์วินิจฉัยจากอาการและการตรวจร่างกาย อาจทำการ
ตรวจเลือด การวิเคราะห์น้ำนมแม่หรือเพาะเชื้อจากปากของ
ทารก ก็สามารถทำได้แต่ไม่จำเป็น ในการวินิจฉัยหรือเริ่ม
การรักษา



รักษาต้นมออักเสบจากการให้นมอย่างไร?



การรักษาคือการใช้ยาแก้ปวด เช่น ไอบูโพรเฟนและอะเซตามิโนเฟน การประคบน้ำแข็ง การ พักผ่อน และการพยุรต้นม (เลื้อยขึ้นในที่กระชับพอดี) ผู้หญิงที่เป็นโรคต้นมอักเสบแบบไม่ร้ายแรงไม่จำเป็นต้องหยุดให้นม แพทย์จะสั่งยาปฏิชีวนะสำหรับการติดเชื้อและแนะนำให้ดูดนมจากเต้านมที่ไม่ได้รับผลกระทบ การบีบน้ำนมออกอย่างเพียงพออาจหยุดการสะสมของแบคทีเรียในเต้านมและอาจช่วยให้ระยะเวลาการติดเชื้อสั้นลง ถ้าอาการเจ็บและมีไข้ไม่ทุเลาลงอย่างรวดเร็ว อาจมีฝี (ถุงหนอง) ซึ่งอาจต้องระบายออกโดยการผ่าตัดอย่างทันที

สิ่งที่ควรทำและไม่ควรทำในการจัดการกับโรคต้นมอักเสบจากการให้นม

- ✓ ใส่ใจ กับหลักปฏิบัติด้านสุขอนามัยที่ดีระหว่างการให้นม หลีกเลี่ยงการใช้สารทำให้อแห้งล้างมือให้สะอาดอยู่เสมอ รักษาความสะอาดของหัวนมและการก ให้นมลูกจากเต้านมที่ไม่ติดเชื้อและบีบน้ำนมทิ้งสอง ข้างออกให้หมดโดยใช้เครื่องบีบเต้านม
- ✓ หลีก เลี่ยงการขาดน้ำ ดื่มน้ำมากเป็นพิเศษ
- ✓ พักผ่อน ให้เพียงพอ และรับประทานอาหารที่สมดุลเมื่อคุณให้นมบุตร คุณมีโอกาสติดเชื้อมากขึ้นหาก คุณไม่แข็งแรง
- ✓ ป้องกัน การแตกของหัวนม ใช้ที่ป้องกันเต้านมหรือหัวนมหากคุณมี หัวนมแตก
- ✓ โทรหาแพทย์ของคุณหากคุณมีไข้สูง อาเจียน หรือมีรอยแดง บวม หรือเจ็บที่เต้านมเพิ่มขึ้น
- ✓ พบแพทย์ของคุณใน 1 ถึง 2 สัปดาห์เพื่อให้แน่ใจว่าการติดเชื้อหายแล้ว



*อย่า หยุดให้นมเว้นแต่แพทย์จะสั่ง