บทบรรณาธิการ

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น: ภาวะแทรกซ้อนที่เกิดขึ้น

อภิชาติ จิตต์เจริญ, พบ.

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล กรุงเทพ 10400

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นปัญหาทางสาธารณสุขที่สำคัญและพบมากขึ้นในสังคมปัจจุบัน ที่เทคโนโลยีมีความเจริญก้าวหน้ามากขึ้น และการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นยังพบว่า เกิดภาวะแทรกซ้อนได้บ่อยซึ่งเป็นผลทำให้เกิดผลเสียต่อมารดาและทารกแรกเกิดได้ โดยพบว่าอัตราการทุพลภาพและอัตราการเสียชีวิตของมารดาที่เป็นวัยรุ่นและทารกแรกเกิดจะสูงขึ้นกว่าการตั้งครรภ์ของมารดาที่เป็นผู้ใหญ่ทั่วไป ดังนั้นการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นจึงเป็นปัญหาที่ควรให้ความสนใจและต้องได้รับการแก้ไข

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น หมายถึง การตั้งครรภ์ในมารดาที่อายุน้อยกว่า หรือเท่ากับอายุ 19 ปี ซึ่งพบได้ร้อยละ 10-13 ของการตั้งครรภ์ทั้งหมด จากสถิติพบว่า ประเทศไทยมีการคลอดบุตรของมารดาวัยรุ่นสูงถึงวันละ 140 ราย หรือประมาณ 50,000 รายต่อปี การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นในขณะนี้คิดเป็นอัตราส่วนร้อยละ 20-30 ของการตั้งครรภ์ทั้งหมด ในจำนวนนี้ร้อยละ 80 เป็นการตั้งครรภ์แบบไม่ตั้งใจและร้อยละ 30 นำไปสู่การทำแท้ง เนื่องจากเยาวชนหรือวัยรุ่น เป็นวัยที่ควรจะต้องอยู่ในช่วงของการศึกษาเล่าเรียนหากวัยรุ่นตั้งครรภ์ในช่วงอายุนี้ จะทำให้เกิดผลกระทบที่ตามมาทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อนาคตทางการศึกษา ประเทศไทยมีอัตราการตั้งครรภ์ของมารดาวัยรุ่นเทียบกับจำนวนประชากรที่ตั้งครรภ์และคลอด สูงถึง 70 คนต่อประชากร 1,000 คน ขณะที่ประเทศอย่างญี่ปุ่น เกาหลี หรือแม้แต่จีน มีอัตราส่วนของมารดาวัยรุ่นตั้งครรภ์เพียง 4-5 คนต่อประชากร 1,000 คน ในประเทศสิงค์โปร์พบได้ประมาณ 8 คนต่อ 1,000 คน แม้แต่ในประเทศกัมพูชา อัตราการตั้งครรภ์ของมารดาวัยรุ่นยังพบที่ประมาณ 15 คน ต่อ 1,000 คนเท่านั้น

ในความเป็นจริงแล้วการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นปัญหาที่มองเห็นได้ชัดเจนเสมือนยอดของภูเขาน้ำแข็งในมหาสมุทร แต่ปัญหาส่วนใหญ่อยู่ที่ใต้น้ำ ซึ่งมองไม่เห็นแต่เป็นรากฐานของปัญหาที่เรามองเห็น ได้แก่ ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น การติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การเที่ยวเตร่ในเวลากลางคืนกับเพื่อนและแฟน การดื่มสุรา การสูบบุหรี่ การเสพยาเสพติด และสารเสพติดทั้งโดยตั้งใจและไม่ได้ตั้งใจ

ปัจจัยที่มีผลทำให้เกิดการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

ปัจจัยที่มีผลต่อการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน และการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น มีหลายปัจจัยด้วยกัน เช่น

- วัยรุ่นที่มีการศึกษาน้อย มาจากครอบครัวที่ยากจน ครอบครัวแตกแยก
- วัยรุ่นที่ดื่มสุราหรือเสพสารเสพติด
- วัยรุ่นที่ไม่นับถือตนเอง ไม่เห็นคุณค่าของตนเอง ขาดความรักในตัวเอง ต้องการความรัก ทำให้เกิดเงื่อนไขในการตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์ เพราะไม่ได้ทำอะไรด้วยตนเอง ไม่ถูกยอมรับ
- ขาดการเอาใจใส่ของพ่อแม่ หรือความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ หรือการไม่มีเวลา ไม่มีความรู้ของพ่อแม่ พ่อแม่ในปัจจุบันยังนิยมชดเชยภาวะขาดความรักให้ลูกด้วยเงิน สิ่งของ

เกิดจากความห่างเหินกันในครอบครัว พ่อแม่ไม่มีเวลาโอบกอดลูก สามีภรรยาไม่มีเวลาให้กัน ลูกหลานไม่ใกล้ชิดญาติผู้ใหญ่ ต่างคนต่างไป ต่างคนต่างอยู่ เกิดความเหงา เมื่อไม่มีเวลาให้กัน ไม่ได้ปรึกษาหารือ แก้ไขปัญหา ก็หาสิ่งชดเชยให้แทนเป็นเงินหรือสิ่งของที่ไม่สามารถเติมเต็มความรู้สึกทางจิตใจได้ เมื่อเกิดปัญหาก็ขาดที่พึ่งทางใจ ขาดความรัก ไม่รู้จักรักรักคนอื่นไม่เป็น จึงทำตัวโดดเด่นทางไม่ดี เห็นแก่ตัว

- ค่านิยมทางเพศที่เปลี่ยนไป เด็กมีเพศสัมพันธ์เร็วขึ้น จากงานวิจัยที่เคยเผยแพร่ทางวารสารทางการแพทย์ พบว่าการดูหนังโป๊มากขึ้นเป็นผลทำให้เกิดสถิติของวัยรุ่นตั้งครรภ์เพิ่มขึ้น

ภาวะแทรกซ้อนที่พบบ่อยของการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นมีดังนี้

1. การคลอดก่อนกำหนด (preterm birth) คือภาวะที่มีการคลอดก่อนอายุครรภ์ครบ 37 สัปดาห์ ซึ่งเป็นสาเหตุหลักที่ทำให้ทารกแรกเกิดมีอัตราตายสูง โดยทั่วไปการคลอดก่อนกำหนดจะแบ่งออกเป็น 2 แบบด้วยกัน แบบแรกการคลอดก่อนกำหนดที่เกิดจากมารดามีภาวะแทรกซ้อนทำให้จำเป็นต้องยุติการตั้งครรภ์เช่น การเกิดภาวะความดันโลหิตสูงขณะตั้งครรภ์ เกิดภาวะรกเกาะต่ำ หรือรกลอกตัวก่อนกำหนด ในบางกรณีเกิดจากการที่ทารกในครรภ์มีการเจริญเติบโตช้าผิดปกติ ซึ่งเป็นข้อบ่งชี้ให้ต้องยุติการตั้งครรภ์ก่อนครบกำหนด โดยที่การคลอดก่อนกำหนดในแบบนี้ การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นมักจะไม่แตกต่างจากการตั้งครรภ์ในมารดาที่เป็นผู้ใหญ่ทั่วไป แต่อย่างไรก็ดีมักจะพบว่าการเกิดภาวะความดันโลหิตสูงขณะตั้งครรภ์และทารกในครรภ์มีการเจริญเติบโตช้าผิดปกติ เกิดได้บ่อยในการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น แบบที่สองคือการคลอดก่อนกำหนดโดยเกิดขึ้นเอง (spontaneous preterm birth) ซึ่งพบว่าทำให้เกิดภาวะทารกแรกเกิดมีน้ำหนักตัวน้อยกว่าผิดปกติ และมีผลทำให้ทารกที่เกิดมามีอัตราการตายและอัตราทุพลภาพสูง โดยเฉพาะถ้าอายุครรภ์ที่น้อยกว่า 34 สัปดาห์ ซึ่งพบว่าการคลอดก่อนกำหนดในแบบนี้จะพบได้บ่อยในการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเมื่อเทียบกับการตั้งครรภ์ของมารดาที่เป็นผู้ใหญ่ทั่วไป จากการศึกษาของหลายๆ รายงานที่ทำในแต่ละประเทศที่แตกต่างกันพบว่า การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นจะมีอัตราการเกิดการคลอดก่อนกำหนดได้สูงกว่า การตั้งครรภ์ของมารดาที่เป็นผู้ใหญ่ทั่วไปอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นการคลอดก่อนกำหนดยังเป็นปัญหาที่พบบ่อยในการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น สาเหตุของการคลอดก่อนกำหนดนั้น อาจจะมีจากหลายๆปัจจัยด้วยกัน ปัจจัยหนึ่งที่อาจจะเป็นได้ก็คือ การที่อวัยวะต่างๆของวัยรุ่นยังเจริญเติบโตได้ไม่เต็มที่ ซึ่งอาจทำให้เป็นผลต่อการตั้งครรภ์ได้ นอกจากนี้พบว่าในวัยรุ่นอาจมีภาวะขาดอาหารร่วมด้วย ขณะเดียวกันวัยรุ่นบางกลุ่มมักจะมีการติดยาเสพติด มีการสูบบุหรี่ หรือใช้สารเสพติดบางชนิด ซึ่งมีผลข้างเคียงต่อการตั้งครรภ์ได้ จึงทำให้เกิดภาวะการคลอดก่อนกำหนดได้

2. ทารกแรกเกิดมีน้ำหนักตัวน้อย พบว่า การคลอดการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเมื่อคลอดทารกออกมาจะพบว่าทารกแรกเกิดมีน้ำหนักตัวน้อยกว่าปกติ โดยทั่วไปพบว่าน้ำหนักตัวทารกแรกเกิดที่มีน้ำหนักตัวน้อยกว่า 2,500 กรัม จะมีได้บ่อยในการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น เมื่อเทียบกับการตั้งครรภ์ในมารดาที่เป็นผู้ใหญ่ทั่วไป แต่มีบางรายงานพบว่าไม่มีความแตกต่างกันในทั้งสองกลุ่ม การเกิดภาวะแรกเกิดมีน้ำหนักตัวน้อยอาจเป็นผลจากการคลอดก่อนกำหนด หรือเกิดจากการเจริญเติบโตช้าในครรภ์ของทารก ซึ่งภาวะทั้งสองเป็นผลทำให้อัตราทุพลภาพและอัตราตายของทารกแรกเกิดสูงขึ้นได้

3. อัตราการตายของทารกแรกเกิด ในการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นพบว่า อัตราการตายของทารกแรกเกิดสูงกว่าอัตราการตายของทารกแรกเกิดในการตั้งครรภ์ของมารดาที่เป็นผู้ใหญ่ทั่วไปอย่างมีนัยสำคัญจากการศึกษาที่มีรายงานไว้ พบว่าถ้ามารดายิ่งมีอายุน้อยลงจะยิ่งทำให้อัตราการตายของทารกแรกเกิดสูงขึ้น

4. อัตราการทุพลภาพและอัตราการตายของมารดา พบว่า อัตราการตายของมารดาที่เป็นวัยรุ่นจะสูงขึ้นกว่ามารดาที่เป็นผู้ใหญ่ทั่วไป เนื่องจากการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นจะพบว่ามีภาวะแทรกซ้อนในขณะตั้งครรภ์ได้สูงกว่ามารดาที่เป็นผู้ใหญ่ทั่วไป และจะพบว่าอัตราการตายสูงขึ้นมากถ้ามารดาวัยรุ่นนั้นมีฐานะยากจน หรืออยู่ในสังคมที่แออัด หรือในประเทศที่กำลังพัฒนา

โดยสรุปพบว่าการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นจะเกิดภาวะแทรกซ้อนที่สูงกว่าในการตั้งครรภ์ของมารดาที่เป็นผู้ใหญ่ทั่วไป และมีอัตราการทุพลภาพ อัตราการตายของมารดาและทารกแรกเกิดสูงขึ้น ดังนั้นจึงจำเป็นที่จะต้องให้คำแนะนำ คำปรึกษาและการดูแลจากแพทย์และบุคลากรทางการแพทย์อย่างใกล้ชิด ในกลุ่มมารดาที่เป็นวัยรุ่น

ปัญหาหลังคลอดของการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

จากการศึกษาพบว่า การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นมักมีปัญหาหลายๆอย่างเกิดขึ้นหลังการคลอดบุตรแล้ว ซึ่งทำให้เกิดผล

กระทบต่อมารดา ทารกแรกเกิด และต่อครอบครัว ปัญหาต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นได้หลังการคลอดเช่น

1. ภาวะซีดหลังการคลอด พบว่ามารดาวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์และคลอดบุตรแล้วจะมีภาวะซีดเกิดขึ้นได้บ่อย เนื่องจากการได้รับธาตุเหล็กและกรดโฟลิคไม่เพียงพอในขณะตั้งครรภ์ หรืออาจมีภาวะติดเชื้อพยาธิปากขอ หรือภาวะขาดสารอาหารในวัยรุ่น ทำให้เกิดภาวะซีดได้บ่อยในหลังการคลอด จำเป็นจะต้องได้รับธาตุเหล็กและกรดโฟลิคเสริมอย่างเพียงพอในมารดาที่เป็นวัยรุ่น

2. ภาวะขาดสารอาหาร พบว่ามารดาวัยรุ่นหลังคลอดจะมีการเกิดภาวะขาดสารอาหารได้บ่อย เป็นผลทำให้น้ำนมอาจจะมีคุณภาพที่ด้อยลงไป ดังนั้น จำเป็นต้องให้สารอาหารหรืออาหารที่เพียงพอแก่มารดาวัยรุ่น ภายหลังคลอดบุตรแล้วไม่ควรให้มีการงดการรับประทานอาหารตามความเชื่อของแต่ละชุมชน ควรมีการให้วิตามินเสริม โดยเฉพาะธาตุเหล็กและกรดโฟลิค และอาหารที่มีธาตุไอโอดีน หรือวิตามินเสริมแก่มารดาวัยรุ่นหลังคลอด

3. การดูแลสุขภาพอนามัยหลังคลอด มารดาวัยรุ่นควรได้รับคำแนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์อย่างใกล้ชิดในช่วงเวลาหลังคลอด เพื่อจะสามารถปรับตัวได้อย่างถูกต้องในการดูแลตัวเองและทารกแรกเกิด เพื่อลดความเครียดแก่มารดาวัยรุ่น หรืออาจจะต้องมีคนในครอบครัวที่ใกล้ชิดกับมารดาวัยรุ่น เป็นคนคอยช่วยเหลือในระยะแรกหลังการคลอดจนกว่ามารดาวัยรุ่นจะสามารถปรับตัวได้ทั้งในการดูแลตัวเองและทารกแรกเกิด จะเป็นการช่วยลดความเครียดแก่มารดาวัยรุ่นได้เป็นอย่างดี และจะทำให้มารดาวัยรุ่นสามารถปรับตัวได้ดีขึ้นกว่าการให้มารดาวัยรุ่นต้องเผชิญปัญหาต่างๆ โดยลำพังด้วยตัวเอง

4. การคุมกำเนิดหลังการคลอด พบว่าการไม่คุมกำเนิดหรือการคุมกำเนิดที่ไม่ถูกต้อง ไม่ถูกวิธี เป็นปัญหาที่พบได้บ่อยหลังจากการคลอดบุตรคนแรกไปแล้วในมารดาวัยรุ่น เนื่องจากอาจมีแนวความคิดที่ไม่ถูกต้องของมารดาวัยรุ่นต่อการคุมกำเนิด ทำให้มารดาวัยรุ่นไม่ยอมคุมกำเนิดหลังการคลอด ซึ่งเป็นผลให้เกิดการตั้งครรภ์ที่ไม่ได้วางแผนหรือการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์เกิดขึ้น ดังนั้นจึงจำเป็นต้องให้คำปรึกษา ให้ใช้วิธีคุมกำเนิดที่เหมาะสมโดยเป็นวิธีการคุมกำเนิดที่ได้ผลดี และระยะเวลาของการคุมกำเนิดควรจะเป็นวิธีที่ให้ระยะเวลาในการคุมกำเนิดที่นานพอสมควร ดังนั้นวิธีการคุมกำเนิดที่เหมาะสมอาจจะเป็นยาฝังคุมกำเนิดหรือการใส่ห่วงอนามัย ซึ่งจะทำให้ระยะการคุมกำเนิดอยู่ได้ในเวลาที่นานพอสมควร

5. การให้นมมารดา พบว่าน้ำนมของมารดามีประโยชน์ต่อทารกแรกเกิดมาก ดังนั้นจึงมีคำแนะนำให้มารดาวัยรุ่นเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เพื่อเป็นประโยชน์ต่อทารกแรกเกิด และควรมีการสอนหรือให้คำปรึกษาแก่มารดาเพื่อจะได้รู้วิธีการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างถูกต้องเหมาะสม ขณะเดียวกันควรจะให้อาหารเสริมหรือวิตามินเสริมแก่มารดาวัยรุ่นในขณะให้นมบุตร เช่น การให้ธาตุเหล็ก กรดโฟลิค หรือ แคลเซียม เป็นต้น

โดยสรุปพบว่า ปัญหาที่พบบ่อยในมารดาวัยรุ่นหลังการตั้งครรภ์ เช่น ภาวะซีด ภาวะขาดสารอาหาร การดูแลตัวเองและทารกแรกเกิด และปัญหาการคุมกำเนิด การวางแผนการมีบุตรในครรภ์ต่อไป ซึ่งปัญหาดังกล่าวจะหมดไปถ้าแพทย์ บุคลากรทางการแพทย์ได้ให้คำแนะนำและรักษาแก่มารดาวัยรุ่น ภายหลังการคลอดได้อย่างใกล้ชิดและเหมาะสม เพื่อที่จะลดปัญหาที่จะเกิดขึ้นแก่มารดาวัยรุ่น ขณะเดียวกันญาติที่ใกล้ชิดกับมารดาวัยรุ่นก็มีส่วนช่วยเหลือในการดูแลตัวเองและทารกแรกเกิด เพื่อลดความเครียดของมารดาวัยรุ่นและสามารถปรับตัว เพื่อเป็นมารดาที่ดีต่อไป