

มีลูกยาก - ภาวะมีบุตรยากปัญหาคู่รักที่พบได้บ่อย



ศูนย์ : ศูนย์เทคโนโลยีเพื่อการมีบุตร

สำหรับคู่แต่งงานที่มีบุตรยาก ลองมาแล้วสูตรปฏิบัติก็ไม่สำเร็จสักที อาจมีคำถามเกี่ยวกับภาวะการมีบุตรยากมากมายว่า จะถ้าจะนับวันไขตกทำอะไร จะกินยากระตุ้นไข่เองได้หรือไม่ เมื่อไหร่ถึงต้องใช้การฉีกรักษา ไปคลายข้อสงสัยเหล่านี้กันได้เลย

Q : เมื่อไหร่ถึงต้องไปปรึกษาเรื่องมีบุตรยาก?

คำว่ามีบุตรยากคือการที่คู่สามีภรรยาอยู่ร่วมกันเป็นเวลา 1 ปีแต่ไม่มีบุตร โดยที่มีเพศสัมพันธ์กันอย่างสม่ำเสมอคือประมาณ 2-3 ครั้งต่อสัปดาห์ ดังนั้นคู่สามีภรรยาที่คิดว่าควรปรึกษาเรื่องการมีบุตร แต่ก็มีหลายกรณีที่อาจจำเป็นต้องรีบมาปรึกษาหรือทำการรักษาเช่น คู่ที่ประจำเดือนมาผิดปกติ ปวดประจำเดือนมาก เหล่านี้ก็น่าสงสัยจะเป็นกลุ่มที่มีบุตรยากโดยไม่ต้องรอให้ครบหนึ่งปี หรือบางครั้งจะมีการตรวจเตรียมความพร้อมก่อนมีบุตรโดยการคัดกรองเบื้องต้น หาสาเหตุของฝ่ายชายและหญิงก่อนแต่งงาน

Q : คนที่มีลูกยากต้องปฏิบัติตัวอย่างไรจึงจะเพิ่มความสำเร็จในการมีลูก?

ขึ้นอยู่กับสาเหตุของการมีบุตรยาก โดยทั่วไปคู่สมรสควรรักษาสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอและนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ ที่สำคัญควรรับปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเพื่อทำการรักษา

Q : มีวิธีนับวันไข่ตกอย่างไร?

การนับวันไข่ตกเหมาะกับคนที่ประจำเดือนมาตรงตามปกติ โดยทั่วไปคือประมาณ 28 วันจะมีประจำเดือนมาอีกครั้ง ซึ่งโดยระยะตรงกลางระหว่างประจำเดือนวันแรกของรอบที่แล้วกับประจำเดือนวันแรกของรอบถัดไป คือประมาณวันที่ 14 ของรอบ แต่ความเป็นจริงไม่ได้เป็นวันนั้นแน่นอนเสมอไป อาจเป็นวันก่อนหน้าหรือวันอื่นถัดๆ ไป แต่ก็จะอยู่ในช่วงกลางระหว่างรอบเดือน แนะนำให้มีเพศสัมพันธ์วันเว้นวันช่วงระหว่างที่คาดว่าจะมีการตกไข่

Q : การรักษาภาวะมีบุตรยากมีวิธีการอะไรบ้าง?

วิธีการเบื้องต้นอาจจะเป็นการนับวันไข่ตก การตรวจฮอร์โมนไข่ตก แล้วมีเพศสัมพันธ์กันเองตามธรรมชาติ บางครั้งอาจใช้วิธีอื่นเพื่อให้ไข่มีจำนวนมากขึ้น นอกจากนั้น การใช้เทคโนโลยีการคัดเชื้อแล้วทำการฉีดเชื้อหรือเรียกอีกอย่างว่าการผสมเทียม คือการเอาเชื้อฝ่ายชายฉีดเข้าโพรงมดลูกฝ่ายหญิงในระยะเวลาที่เหมาะสม ก็เป็นอีกวิธีการใช้เทคโนโลยีในเบื้องต้นอันหนึ่ง

ส่วนการทำกิฟ คือการนำเอาไข่กับเชื้อผสมกันในท่อนำไข่ในช่องท้อง โดยต้องใช้การผ่าตัดผ่านกล้อง ซึ่งเป็นอีกหนึ่งวิธีการที่ เนื่องจากขั้นตอนค่อนข้างยุ่งยาก ซึ่งในปัจจุบันแพทย์ที่ทำการรักษาเรื่องมีบุตรยากมักจะหันมาใช้วิธีการทำเด็กหลอดแก้ว ซึ่งในการทำให้โอกาสในการตั้งครรภ์มากที่สุด การเลือกใช้วิธีไหน ขึ้นกับข้อบ่งชี้หรือภาวะที่ผู้ป่วยมีมากประกอบในการตัดสินใจ

Q : อยากทราบค่าใช้จ่ายในการรักษาสำหรับผู้มีบุตรยากคิดอย่างไร?

ค่าใช้จ่ายในการรักษาขึ้นกับภาวะของผู้ป่วยที่มี บางคนไม่มีภาวะผิดปกติอะไร อายุยังน้อยก็อาจใช้วิธีการนับวันไข่ตก ตรวจ

บางคนมีโรคที่จำเป็นต้องผ่าตัดก็อาจมีค่าใช้จ่ายในการผ่าตัด หรือบางคนต้องรับยาซึ่งยาบางอย่างมีราคาแพง โดยเฉพาะย
สวนการฉีดเชื้อผสมเทียมก็อาจมีค่าใช้จ่ายแต่ไม่แพงมากนัก สามารถทำได้หลายครั้ง

สวนการทำเด็กหลอดแก้วก็ถือว่ามีการใช้ค่าใช้จ่ายที่ค่อนข้างสูงและขึ้นอยู่กับโรงพยาบาลที่ทำการรักษา อาจเป็นหลักแสน
แต่ทั้งนี้ทั้งนั้นไม่ใช่ทุกคนที่มีความจำเป็นในการทำเด็กหลอดแก้ว ดังนั้นค่าใช้จ่ายในการรักษาภาวะมีบุตรยากก็ขึ้นอยู่กับภ

Q : ทารกที่เกิดจากการรักษามีบุตรยากจะมีความสมบูรณ์หรือไม่?

จากการศึกษาวิจัยในต่างประเทศ ที่ได้รวบรวมข้อมูลในการทำเด็กหลอดแก้วรวมทั้งการทำ ICSI พบว่า อัตราการเกิดความ
ยกเว้นความพิการอันเนื่องมาจากการตั้งครรภ์แฝด ซึ่งถ้าเอาตัวเลขของครรภ์แฝดที่เกิดจากการตั้งครรภ์โดยธรรมชาติมาดู
ผู้ที่ทำอาจไม่ต้องมีความกังวลมากนักในเรื่องความพิการในทารก อีกทั้งเทคโนโลยีการตรวจสอบสารพันธุกรรม (PGD) ก่อนที่จะ
ก็อาจช่วยในการคัดกรองเบื้องต้นในระดับหนึ่ง ซึ่งทำให้ความพิการในทารกหรือทารกที่มีกลุ่มอาการดาวน์ลดลงด้วย

Q : อยากทราบวิธีทานยากระตุ้นไข่อะไร?

การทานยากระตุ้นไข่ ควรได้รับการแนะนำจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านมีบุตรยาก ไม่มีซื้อขายตามร้านขายยาทั่วไป โดยทั่วไป
ยากระตุ้นไข่จะช่วยให้จำนวนไข่โตมากขึ้น หรือไข่ตกมากขึ้นนั่นเอง ทำให้โอกาสในการตั้งครรภ์มีมากยิ่งขึ้น บางครั้งอาจต่อ

Q : การกระตุ้นไข่น้อยๆ มีผลอะไรหรือไม่? เพราะรักษาด้านนี้มาหลายปีต่อเนื่องตลอด ตอนนีู้สึกเหมิ

การกระตุ้นไข่น้อยๆในแต่ละรอบเดือนจำเป็นต้องเว้นช่วงบ้าง เนื่องจากไข่ที่ถูกกระตุ้นหลายๆ รอบติดกัน อาจทำให้ปริมาณของฟ
ระบบฮอร์โมนที่ควบคุมประจำเดือนอาจมีการแปรปรวนได้บ้าง การเว้นช่วงการกระตุ้นอาจช่วยให้ประจำเดือนกลับมาปกติ
อย่างไรก็ตามประจำเดือนที่ผิดปกติอาจมาจากสาเหตุอื่น ดังนั้นควรได้รับการตรวจรักษาจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทาง

Q : การวินิจฉัยพันธุกรรมของตัวอ่อนคืออะไร? แล้วจำเป็นต้องทำทุกรายหรือไม่?

การวินิจฉัยพันธุกรรมของตัวอ่อน คือ วิธีการตรวจวิเคราะห์สารพันธุกรรมจากเซลล์บางส่วนของตัวอ่อน ทั้งในระดับยีน (ge
เพื่อคัดเลือกตัวอ่อนที่มีสารพันธุกรรมที่ปกติเท่านั้น มายายกลับเข้าสู่โพรงมดลูกของฝ่ายหญิง

การวินิจฉัยพันธุกรรมของตัวอ่อน อาจไม่จำเป็นต้องทำในคู่สมรสทุกราย แต่จำเป็นในคู่สมรสที่มีข้อบ่งชี้ดังนี้

- คู่สมรสที่มีปัญหา มีบุตรยาก
- คู่สมรสที่มีปัญหาแท้งมากกว่า 2 ครั้งโดยมีสาเหตุมาจากความผิดปกติของโครโมโซมของตัวอ่อนหรือสาเหตุไม่ใ้
- คู่สมรสที่มีปัญหาการมีบุตรยาก ที่ไม่ประสบความสำเร็จด้วยการทำเด็กหลอดแก้ว ถึงแม้ว่าจะมีการย้ายฝากตัวอ่อน
ซึ่งสาเหตุหลักที่ทำให้ตัวอ่อนไม่มีการฝังตัวนั้น อยู่ที่ความผิดปกติของโครโมโซม ที่ไม่เคยได้รับการตรวจมาก่อน

- คู่สมรสที่มีความผิดปกติของโครโมโซมชนิด translocation
- คู่สมรสที่ฝ่ายหญิงมีอายุมากกว่า 35 ปี
- คู่สมรสที่มีความผิดปกติทางพันธุกรรมที่ทราบอยู่ก่อนแล้ว
- คู่สมรสที่มีประวัติตั้งครรภ์ทารกที่มีความผิดปกติทางพันธุกรรมมาก่อน
- คู่สมรสที่มีปัญหาจากฝ่ายชายมีน้ำเชื้อผิดปกติ
- คู่สมรสที่มีโรคทางพันธุกรรมที่ก่อให้เกิดมะเร็งร้ายแรงและถ่ายทอดได้ทางพันธุกรรม เช่น มะเร็งเต้านมหรือมะเร็งรังไข่

Q : หากต้องการได้บุตรที่แข็งแรง ปราศจากโรคที่เกิดจากโครโมโซมที่ผิดปกติ สามารถทำได้หรือไม่ ?

ปัจจุบัน มีกระบวนการวินิจฉัยพันธุกรรมของตัวอ่อนก่อนการฝังตัว หรือ PGD (Preimplantation genetic diagnosis) ซึ่งเรีก่อนที่จะย้ายตัวอ่อนกลับเข้าสู่อัณฑิโพรงมดลูกของฝ่ายหญิง ทำให้มั่นใจได้ว่าทารกจะมีโครโมโซมที่ปกติ โดยเทคนิคใหม่ที่แนะนำ (Hybridization) ซึ่งเป็นการวิเคราะห์ที่สามารถตรวจโครโมโซมได้ทั้ง 24 คู่ อีกทั้งยังมีความถูกต้อง และได้ผลสำเร็จที่ดีกว่า (Hybridization)

Q : หญิงอายุมากมีความเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์บุตรที่ผิดปกติอย่างไรบ้าง แล้วมีวิธีการป้องกันหรือไม่?

เนื่องจากหญิงที่อายุมากมีจำนวนฟองไข่ลดลง คุณภาพของไข่ลดลง มีการแบ่งตัวของโครโมโซมผิดปกติมากขึ้น จึงมีปัญหาอื่น ๆ อีกทั้งมีความเสี่ยงที่จะตั้งครรภ์ทารกที่มีความผิดปกติทางโครโมโซมสูงขึ้น ได้แก่

- ความผิดปกติของโครโมโซมชนิดโครงสร้าง เช่น Translocation, inversion
- ความผิดปกติของจำนวนโครโมโซม เช่น กลุ่มอาการดาวน์ (Down syndrome) กลุ่มอาการเทอร์เนอร์ (Turner syndrome)

เนื่องจากความผิดปกตินี้พบได้ในทารก การตรวจความผิดปกติของโครโมโซมตัวอ่อน (Preimplantation genetic diagnosis) จึงมีประโยชน์ในการคัดเลือกตัวอ่อนที่มีพันธุกรรมปกติ เพิ่มโอกาสการตั้งครรภ์ และลดอัตราการแท้งบุตรได้อีกด้วย

Q : หากลูกคนแรกมีภาวะผิดปกติ และต้องการมีลูกคนที่สองอีก มีโอกาสหรือไม่ที่ลูกจะเกิดมาเป็นปกติในปีแล้วต้องทำอะไรบ้าง?

แนะนำให้รีบมาปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านการรักษาผู้มีบุตรยาก และการวินิจฉัยพันธุกรรมของตัวอ่อน เพื่อประเมินและ

Q : สามีนเป็นหมันต้องทำอะไร และอาหารประเภทไหนที่จะบำรุงเชื้อฝ่ายชาย?

สามีที่เป็นหมั้นคือ ฝ่ายชายที่ไม่สามารถนำเอาเชื้อสpermออกมาได้ หรือไม่มีเชื้อเอาน้ำสpermออกมา ซึ่งจริงๆ แล้วการตรวจเชื้อ หรือว่ามีเชื้อแล้วผ่านเกณฑ์หรือเปล่า ถ้าไม่ผ่านเกณฑ์ก็จะเรียกว่าเชื้ออ่อน คนที่เชื้ออ่อน ก็อาจมีวิธีการรักษาโดยการคัดเชื้อกา หรือถ้าอ่อนมากอาจต้องทำ ICSI

สำหรับอาหารที่บำรุงเชื้อฝ่ายชายไม่มีอะไรเป็นพิเศษ การรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ การงดดื่มเหล้าสูบบุหรี่ หรืองดชา รวมทั้งการได้รับประทานยาบางตัวจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ ก็อาจช่วยให้เชื้อแข็งแรงขึ้นมาบาง

Q : เยื่อบุโพรงมดลูกเจริญผิดที่หรือช็อคโกแลตชีสท์ คืออะไร ทำให้มีบุตรยากหรือไม่?

ภาวะเยื่อบุโพรงมดลูกเจริญผิดที่คือ การที่เยื่อบุโพรงมดลูกไปเจริญเติบโตนอกโพรงมดลูกในช่องท้อง อาจสะสมตามรังไข่และ ถ้าเป็นมากอาจทำให้เกิดเป็นช็อคโกแลตชีสท์ได้ ความสำคัญก็คือ การมีภาวะนี้จะทำให้โอกาสในการมีบุตรยากเพิ่มขึ้น เพราะหรือสารบางตัวจากภาวะนี้ไปทำลายไข่ หรือขัดขวางการฝังตัวของตัวอ่อนได้ ผู้ที่มีภาวะนี้ ถ้าเป็นมากก็ควรทำการรักษาออก อาจใช้ยาหรือการผ่าตัดแล้วแต่กรณี บางคนผ่าตัดไปแล้วก็สามารถมีลูกได้เองโดยไม่ต้องใช้เทคโนโลยีช่วยการมีบุตรเพิ่มเติม

Q : การคัดเพศบุตรมีวิธีอย่างไร?

การคัดเพศบุตรที่ได้ผลมีอยู่ 2 วิธีด้วยกัน คือการคัดเชื้อสpermแล้วทำการฉีดเชื้อผสมเทียม ซึ่งผลในการคัดไม่แน่นอนนักเพราะ คือต้องทำเด็กหลอดแก้วแล้วทำ PGD ซึ่งวิธีนี้มีข้อดีนอกจากได้ผลแน่นอนแล้ว ก็ยังสามารถทำการคัดกรองความสมบูรณ์ของ คัดกรองกลุ่มอาการดาวน์ เป็นต้น

Q : เมื่อไหร่ถึงต้องอุ้มบุญหรือการใช้เชื้อหรือไข่บริจาค?

ผู้ที่ต้องอุ้มบุญคือ ในกรณีที่มดลูกมีความผิดปกติหรือมีเนื้องอก หรือบางรายเยื่อบุโพรงมดลูกมีปัญหา ก็ต้องไปใช้มดลูกคน ฝ่ายชายที่เป็นหมั้นหรือไม่มีเชื้อหรือเชื้อน้อยมาก ซึ่งกรณีนี้อาจจะลองเจาะอสุจิหรือท่อนำเชื้อสpermดูก่อนก็ได้ ถ้าพอมีเชื้อก็อ ผู้ที่มีจำนวนไข่น้อยหลังจากกระตุ้นไข่แล้ว หรือได้ไข่ที่ไม่มีคุณภาพ ก็ต้องไปหาไข่ของผู้อื่น โดยสวนใหญ่จะแนะนำให้เป็นญาติ เนื่องจากจะได้มีส่วนร่วมทางพันธุกรรมที่ใกล้เคียงกัน



•

ปรึกษาทุกปัญหาสุขภาพแบบออนไลน์
ไม่เสียค่าใช้จ่าย