

**เมื่อลูกร้องกลั้นจนหน้าเขียว..พ่อแม่ควรรับมืออย่างไร**

**กรมการแพทย์ โดยสถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี** แนะคุณพ่อคุณแม่ควรตั้งสติ เบี่ยงเบนความสนใจและไม่ตามใจเพื่อเป็นเงื่อนไขในการต่อรองเพื่อให้ได้สิ่งที่ต้องการเมื่อลูกร้องไห้กลั้นหายใจ

**นายแพทย์ไพโรจน์ สุรัตนวนิช รองอธิบดีกรมการแพทย์ เปิดเผยว่า** การร้องกลั้นเป็นภาวะที่เด็กมีอาการกลั้นหายใจ ขณะหายใจออกเป็นชั่วขณะหนึ่งทำให้ออกซิเจนเข้าไปหล่อเลี้ยงในสมองไม่เพียงพอ จนทำให้หน้าเขียวและเกือบเสียชีวิตได้ซึ่งทางการแพทย์เรียกว่า “breath-holding spells” อาการนี้จะเกิดขึ้นเมื่อเด็กเริ่มรู้จักแสดงอารมณ์ได้แล้ว โดยเฉพาะเวลาถูกขัดใจ พบได้ตั้งแต่ช่วงเด็กเล็ก 6 เดือน – 6 ปีอายุที่พบมากประมาณ 2 ปี หรือเมื่อเด็กเริ่มรู้จักแสดงอารมณ์ได้

**นายแพทย์อัครฐาน จิตนุยานนท์ ผู้ช่วยอธิบดีกรมการแพทย์ และผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติ  
มหาราชินี กล่าวเพิ่มเติมว่า** โดยอาการร้องกลั้นนานประมาณ 1-2 นาที และหลังจากทีอาการเด็กตื่นรู้ตัว เด็กจะดีภายใน  
1 นาที (มักไม่เกิน 10-20 วินาที) ซึ่ง มี 2 ลักษณะ คือ แบบกลั้นเขียว 85% มักสัมพันธ์กับการโกรธ ไม่ได้ดั่งใจ กับแบบกลั้นซีด อาจเกิดจากความเจ็บปวด เป็นต้น สาเหตุ ที่ทำให้ลูกร้องกลั้นนั้นเกิดจากการที่เจ้าตัวเล็กร้องไห้อย่างรุนแรงด้วยความโกรธหรือถูกขัดใจ โมโห เครียด เจ็บปวด กลัวบางอย่างมากๆ คุณพ่อคุณแม่ควรปฏิบัติดังนี้ขณะที่เด็กมีอาการให้เด็กอยู่ในบริเวณที่ปลอดภัยเพื่อลดการเกิดอุบัติเหตุ อย่าปล่อยให้ลูกโกรธจนสุด ควรพยายามหาวิธีเบี่ยงเบนความสนใจของลูกไปหาสิ่งอื่น หากลูกร้องกลั้นให้กอดลูกไว้ไม่ว่าหรือควรเขย่าตัวลูกหรือตบหน้าเพื่อให้ลูกหยุดร้อง สำรวจดูว่ามีบางสิ่งในปากขณะที่ร้องกลั้นหรือไม่ หากมีให้นำออกเพราะอาจทำให้ลูกสำลักหรือติดคอจนทำให้เกิดอันตรายได้ คุณพ่อคุณแม่ควรตั้งสติ อย่าแสดงอาการตื่นตกใจเวลาที่ลูกร้องกลั้นเพราะอาจทำให้ลูกตกใจมากขึ้น บางครั้งการวางผ้าเปียกหรือเย็นบนหน้าเด็ก (ไม่ปิดทางเดินหายใจ) อาจทำให้อาการสั้นลง สุดท้ายไม่ควรตามใจ เพื่อหลีกเลี่ยงภาวะการรู้สึกขัดใจ เพราะเด็กสามารถเรียนรู้ว่าหากต้องการสิ่งใดการร้องไห้กลั้นจะเป็นเงื่อนไขในการได้ในสิ่งที่ต้องการ ดังนั้นเมื่อลูกมีอาการร้องไห้แล้วกลั้น คุณพ่อ คุณแม่อาจพิจารณาปรึกษากุมารแพทย์ เพื่อตรวจดูว่าไม่มีความผิดปกติอย่างอื่น เช่น โรคหัวใจ หรือ โรคลมชัก แต่ในเด็กที่มีโรคหัวใจหรือโรคระบบหลอดเลือด หากมีอาการร้องจนเขียว ควรปฏิบัติตัวเบื้องต้นในท่านอนคู้ เอาเข่าชิดหน้าอกและปลอบให้สงบ หากไม่ดีขึ้นใน 5-10 นาที หรือไม่มีการตอบสนองให้รีบนำส่งโรงพยาบาลใกล้บ้านทันทีหรือ โทร.1669

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

#กรมการแพทย์ #สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี #ร้องไห้กลั้นหายใจ

-ขอขอบคุณ- 24 กันยายน 2567