

แพทย์ชี้ มะเร็ง “รู้เร็วรักษาหายได้”

กรมการแพทย์แนะสังเกตความผิดปกติในร่างกายหากพบ 7 สัญญาณอันตราย มีการเปลี่ยนแปลงของระบบขับถ่าย กลืนอาหารลำบาก เสียด แน่นท้องเป็นเวลานาน เสียเหงับ และไอเรื้อรัง มีเลือดออกผิดปกติจากทวารต่างๆ เป็นแผลรักษาแล้วไม่หาย มีการเปลี่ยนแปลงของหูหรือไฝตามร่างกาย หรือมีก้อนตุ่มที่ส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ควรรีบมาพบแพทย์ หากเป็นมะเร็งจริงสามารถรักษาหายได้สูง

นายแพทย์ธีรพล โทพินธานนท์ อธิบดีกรมการแพทย์ เปิดเผยว่า โรคมะเร็งเป็นสาเหตุการตายอันดับต้นๆ ของประชากรไทย จากข้อมูลทะเบียนมะเร็งของประเทศไทย โดยสถาบันมะเร็งแห่งชาติ พบว่า ผู้ป่วยมะเร็งรายใหม่ในเพศชาย 3 อันดับแรก คือ มะเร็งตับและท่อน้ำดี มะเร็งปอด มะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนัก และ ผู้ป่วยมะเร็งรายใหม่ในเพศ หญิง 3 อันดับแรก คือ มะเร็งเต้านม มะเร็งปากมดลูก มะเร็งตับและท่อน้ำดี โรคมะเร็งเป็นกลุ่มของโรคที่เกิดจากเซลล์ของร่างกายมีความผิดปกติที่ DNA หรือสารพันธุกรรม ส่งผลให้เซลล์มีการเจริญเติบโต มีการแบ่งตัวเพิ่มจำนวนเซลล์มากกว่าปกติ ส่งผลให้เกิดก้อนเนื้อผิดปกติลุกลามไปยังเนื้อเยื่อข้างเคียง หลอดเลือดและหลอดน้ำเหลือง ในที่สุดจะทำให้เกิดการแพร่กระจายไปยังอวัยวะอื่นๆ ส่งผลให้การทำงานของอวัยวะเหล่านั้นผิดปกติ

ปัจจัยเสี่ยงต่อการเป็นโรคมะเร็งที่สำคัญ 3 ประการ คือ 1. ปัจจัยจากสิ่งแวดล้อมภายนอกในร่างกาย เช่น สารก่อมะเร็งที่ปนเปื้อนในอาหาร อากาศ เครื่องดื่ม ยารักษาโรค รวมทั้งการได้รับรังสี เชื้อไวรัส เชื้อแบคทีเรียและพยาธิบางชนิด 2. ปัจจัยจากพฤติกรรม เช่น การสูบบุหรี่ ดื่มสุรา การรับประทานอาหารที่มีไขมันสูงหรือเค็มจัด อาหารที่มีส่วนผสมดินประสิว และไหม้เกรียม 3. ปัจจัยทางพันธุกรรม เช่น ความผิดปกติของยีน และความบกพร่องของระบบภูมิคุ้มกัน

ปัจจุบันแพทย์สามารถรักษามะเร็งหลายชนิดให้หายได้ และทำให้ผู้ป่วยมะเร็งมีอัตราการรอดชีวิตที่ยาวนานมากขึ้น ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับชนิดของมะเร็ง ระยะของมะเร็งที่พบ เพราะมะเร็งระยะเริ่มแรกมีการตอบสนองต่อการรักษา และมีโอกาสหายขาดมากกว่าระยะลุกลาม ดังนั้น การตรวจค้นหาหามะเร็งระยะเริ่มแรกจึงมีความสำคัญ มาก ส่งผลให้คุณภาพชีวิตผู้ป่วยดีขึ้นเนื่องจาก “รู้เร็ว รักษาหายได้”

นายแพทย์วีรวุฒิ อิมถำราญ ผู้อำนวยการสถาบันมะเร็งแห่งชาติ กล่าวว่า สัญญาณอันตราย 7 ประการที่ พึงระวังว่า มีโอกาสเป็นมะเร็งได้โดย เฉพาะมีอาการนานกว่า 2 สัปดาห์ ได้แก่ 1.มีการเปลี่ยนแปลงของระบบขับถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ เช่น ถ่ายอุจจาระเป็นสีดำ หรือปัสสาวะเป็นเลือด 2.กลืนอาหารลำบาก หรือมีอาการเสียด แน่นท้องเป็นเวลานาน 3. มีอาการเสียเหงับและไอเรื้อรัง 4. มีเลือดออกผิดปกติจากทวารต่างๆ 5. เป็นแผลรักษาแล้วไม่ยอมหาย 6.มีการเปลี่ยนแปลงของหูหรือไฝตามร่างกาย 7.มีก้อนตุ่มที่ส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย สำหรับการป้องกันโรคมะเร็ง มีหลักการง่ายๆ คือ ออกกำลังกายเป็นประจำ ทำจิตใจแจ่มใส กินผักผลไม้อย่างน้อยครึ่งหนึ่งของมื้ออาหาร กินอาหารให้หลากหลาย ไม่ซ้ำซาก จำเจ และใหม่สด สะอาด ปราศจากไขมัน อาหารที่มีไขมันสูง อาหารปิ้งย่างหรือทอดไหม้เกรียม อาหารหมักดองเค็ม และปลาน้ำจืดที่มีเกล็ดคืดๆ รวมทั้งไม่สูบบุหรี่ ไม่ดื่มสุรา ไม่มีเช็ทซ์มั่วหรือไม่เปลี่ยนคู่นอนบ่อย ไม่อยู่กลางแจ้งแดดนานๆ และที่สำคัญคือตรวจร่างกายเพื่อค้นหาหามะเร็งระยะเริ่มแรกเป็นประจำอย่างน้อยปีละครั้ง