

ใบความรู้ เรื่อง โรคมะเร็ง

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๙ เรื่อง โรคมะเร็ง

รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ๒๓๑๐๓ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

โรคมะเร็ง

โรคมะเร็ง คือ โรคที่เกิดจากการมีเซลล์ผิดปกติในร่างกายและเซลล์เหล่านี้มีการเจริญเติบโตรวดเร็วเกินปกติ ร่างกายควบคุมไม่ได้ เซลล์เหล่านี้จึงเจริญลุกลามและแพร่กระจายทั่วร่างกาย ส่งผลให้เซลล์ปกติของเนื้อเยื่อ / อวัยวะต่าง ๆ ล้มเหลว ไม่สามารถทำงานได้ตามปกติ เป็นสาเหตุให้เสียชีวิตในที่สุด ได้แก่ ปอด ตับ สมอง ไต กระดูก และไขกระดูก

ขบวนการการเกิดโรคมะเร็ง

เมื่อร่างกายได้รับสารก่อมะเร็ง เช่น สารเคมี ไวรัส รังสี สิ่งเหล่านี้จะทำให้เซลล์เกิดการเปลี่ยนแปลง และในที่สุดเซลล์ปกติก็จะกลายเป็นเซลล์มะเร็ง ถ้าระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายไม่สามารถทำลายเซลล์นั้นได้ เซลล์มะเร็งก็จะแบ่งตัวอย่างรวดเร็วกลายเป็นก้อนมะเร็งต่อไป

ประเภทของโรคมะเร็ง

มะเร็งที่พบบ่อยในผู้ชาย	มะเร็งที่พบบ่อยในผู้หญิง
○ มะเร็งตับ ○ มะเร็งปอด ○ มะเร็งลำไส้ใหญ่ ○ มะเร็งต่อมลูกหมาก ○ มะเร็งต่อมน้ำเหลือง ○ มะเร็งเม็ดเลือดขาว ○ มะเร็งกระเพาะปัสสาวะ ○ มะเร็งช่องปาก ○ มะเร็งกระเพาะอาหาร ○ มะเร็งหลอดอาหาร	○ มะเร็งเต้านม ○ มะเร็งปากมดลูก ○ มะเร็งตับ ○ มะเร็งปอด ○ มะเร็งลำไส้ใหญ่ ○ มะเร็งรังไข่ ○ มะเร็งเม็ดเลือดขาว ○ มะเร็งช่องปาก ○ มะเร็งต่อมไทรอยด์ ○ มะเร็งต่อมน้ำเหลือง

มะเร็งตับ

เป็นมะเร็งที่พบได้มากที่สุดเป็นอันดับ ๑ ของโรคมะเร็งที่เกิดในผู้ชายไทย โดยมักพบในคนอายุ ๓๐-๗๐ ปี และพบได้ในผู้ชายมากกว่าผู้หญิงประมาณ ๒-๓ เท่า เนื่องจากเพศชายมีปัจจัยเสี่ยงมากกว่าเพศหญิง โดยโรคมะเร็งตับในระยะแรกมักไม่แสดงอาการ

ชนิดของมะเร็งตับ

๑. มะเร็งตับชนิดปฐมภูมิ เกิดจากเนื้อเยื่อของตับโดยตรง ซึ่งแบ่งเป็น ๒ ประเภท คือ มะเร็งเซลล์เนื้อเยื่อตับ มะเร็งท่อน้ำดีของเนื้อตับ

๒. มะเร็งตับชนิดทุติยภูมิ เกิดจากการแพร่กระจายมาจากโรคมะเร็งชนิดอื่น เช่น โรคมะเร็งปอด โรคมะเร็งเต้านม

สาเหตุของมะเร็งตับ, มะเร็งเซลล์ตับ

ไวรัสตับอักเสบบีและซี เครื่องดื่มแอลกอฮอล์, สารอะฟลาทอกซิน (Aflatoxin) หรือเชื้อราที่อยู่ในถั่วลิสงที่อัปชั่น, พริกแห้ง, กระเทียม และหัวหอมเป็นต้น, ไขมันพอกตับ

มะเร็งตับจากการดื่มแอลกอฮอล์

การดื่มแอลกอฮอล์จัดจะนำไปสู่ภาวะตับอักเสบ ตับแข็ง และโรคมะเร็งตับตามมา แต่กรณีผู้ป่วยไวรัสตับอักเสบบีและซีจะไม่นำไปสู่ภาวะตับแข็ง แต่จะนำไปสู่มะเร็งตับได้เลย ดังนั้นจึงการตรวจคัดกรองมะเร็งตับจึงเป็นเรื่องสำคัญ

อาการและอาการแสดง

- ระยะแรก - ไม่แสดงอาการใด ๆ
- อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร น้ำหนักตัวลดลง
- จุกเสียดท้อง ท้องอืด
- อาการปวดชายโครงด้านขวา
- ตัวเหลือง ตาเหลือง
- ท้องโตขึ้น มีน้ำในช่องท้อง
- ขาบวม มีน้ำในเยื่อหุ้มปอด
- อาเจียนเป็นเลือด ถ่ายดำ

อาการโรคมะเร็งตับ

ส่วนใหญ่โรคมะเร็งตับมักไม่แสดงอาการ แต่จะแสดงอาการเมื่อโรคลุกลามหรือเป็นหนักขึ้น



เบื่ออาหาร



อ่อนเพลีย



คิโต
จุกเสียด



ปวดท้อง
ด้านขวาตอนบน



จุกเสียด แน่น
อึดอัดท้อง



ตัวเหลือง
ตาเหลือง

การป้องกันโรคมะเร็งตับ

- ลดหรือหลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์ เพราะอาจทำให้เป็นโรคตับแข็งและกลายเป็นมะเร็งตับได้
- ผู้ที่เป็นพาหะหรือสงสัยว่าเป็นโรคตับอักเสบบีหรือซี ควรไปพบแพทย์เพื่อตรวจเลือดและตรวจหาเชื้อไวรัสตับอักเสบบีหรือซี ทุกๆ 6 เดือน
- หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารที่มีสารอะฟลาทอกซิน (Aflatoxin) เช่น ถั่วลิสงบด, หัวหอม, พริกแห้ง และกระเทียมที่มีราขึ้น เพราะสารพิษชนิดนี้มีความทนทานต่อความร้อนสูง ไม่สามารถทำลายได้แม้จะนำไปประกอบอาหารผ่านความร้อน
- หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารที่มีสารไนโตรซามีน (Nitrosamine) เช่น อาหารจำพวกโปรตีนหมัก เช่น ปลาร้า, ปลาซึ่ม, หมูสั่ม และแฮมเป็นต้น อาหารจำพวกเนื้อสัตว์ที่ผสมดินประสิว เช่น ไส้กรอก, กุนเชียง, เนื้อเค็ม, และปลาเค็มเป็นต้น
- ไม่รับประทานปลาน้ำจืดแบบดิบๆ เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดโรคพยาธิใบไม้ตับ
- ควรฉีดวัคซีนป้องกันไวรัสตับอักเสบบีตั้งแต่แรกเกิด

การป้องกัน การเกิดโรคมะเร็งตับ



ฉีดวัคซีนป้องกัน
โรคไวรัสตับอักเสบบี



ไม่ดื่มหรือดื่ม
แอลกอฮอล์



ลดการสัมผัส
กับสารพิษ



ลดการรับประทาน
อาหารที่มีไขมันสูง



ตรวจสุขภาพร่างกายเป็นประจำ

มะเร็งปอด

เป็นโรคที่พบได้มากในประเทศไทยและเป็นสาเหตุของการเสียชีวิตอันดับต้นๆ ของทั้งเพศชายและเพศหญิง อย่างไรก็ตามมะเร็งปอดสามารถรักษาให้หายได้หากตรวจพบตั้งแต่ในระยะต้น

ชนิดของมะเร็งปอด

มะเร็งปอดเกิดจากการเจริญเติบโตของเซลล์ที่ผิดปกติอย่างรวดเร็วและไม่สามารถควบคุมได้ ทำให้เกิดเป็นกลุ่มก้อนของเซลล์ที่ผิดปกติ ซึ่งจะตรวจพบได้เมื่อมีขนาดใหญ่ มีจำนวนมาก และแพร่ไปตามบริเวณต่างๆ ของร่างกาย มะเร็งปอดจะทำลายชีวิตของผู้ป่วยได้รวดเร็วแค่ไหนขึ้นอยู่กับชนิดของมะเร็ง

อาการของโรคมะเร็งปอด

- ไอเรื้อรัง (ไอแห้งหรือไอมีเสมหะ)
- มีปัญหากลืนหายใจ เช่น หายใจสั้น
- หายใจมีเสียงหวีด
- เจ็บบริเวณหน้าอกตลอดเวลา
- ไอมีเลือดปน
- เสียงแหบ
- ติดเชื้ในปอดบ่อยๆ เช่น ปอดบวม
- เหนื่อยง่ายหรือรู้สึกเหนื่อยตลอดเวลา
- น้ำหนักลดโดยไม่ทราบสาเหตุ

ระยะของมะเร็งปอด

ระยะที่ ๑	พบมะเร็งเฉพาะที่บริเวณปอดเท่านั้น ไม่พบในต่อมน้ำเหลือง และยังไม่มีการแพร่กระจายของเซลล์มะเร็ง
ระยะที่ ๒	
- ระยะที่ ๒A	มะเร็งมีขนาดเล็กและพบแพร่กระจายไปยังต่อมน้ำเหลืองที่ซั้วปอด
- ระยะที่ ๒B	มะเร็งมีขนาดใหญ่ขึ้นเล็กน้อยและแพร่กระจายไปยังต่อมน้ำเหลืองที่ซั้วปอด <u>หรือ</u> เซลล์มะเร็งมีการแพร่กระจายไปยังบริเวณอื่น เช่น ที่ผนังทรวงอก
ระยะที่ ๓	
- ระยะที่ ๓A	เซลล์มะเร็งมีการแพร่กระจายไปยังต่อมน้ำเหลืองในบริเวณอื่นที่ห่างจากปอด <u>หรือ</u> พบมะเร็งในต่อมน้ำเหลืองรอบๆ ปอด และเซลล์มะเร็งได้แพร่กระจายไปยังผนังทรวงอกหรือบริเวณกลางช่องอก
- ระยะที่ ๓B	เซลล์มะเร็งแพร่กระจายไปที่ต่อมน้ำเหลืองอีกด้านของช่องอกหรือต่อมน้ำเหลืองเหนือกระดูกไหปลาร้า <u>หรือ</u> มีเนื้ออกมากกว่า ๑ ก้อนในปอด หรือเนื้ออกเจริญเติบโตในอีกด้านของช่องอก เช่น หัวใจ หลอดอาหาร หรือมีของเหลวที่มีเซลล์มะเร็งอยู่รอบๆ ปอด
ระยะที่ ๔	มะเร็งได้กระจายไปยังส่วนอื่นๆ ของร่างกาย เช่น ตับ กระดูก สมอง

ปัจจัยเสี่ยงของการเกิดมะเร็งปอด

ในปัจจุบันยังไม่สามารถระบุสาเหตุที่ชัดเจนที่ทำให้เกิดมะเร็งปอดได้ แต่มีปัจจัยบางประการที่อาจเพิ่มความเสี่ยงของการเกิดมะเร็งปอด เช่น

- บุหรี่ อาจเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดมะเร็งปอดมากที่สุด ผู้ที่สูบบุหรี่มีความเสี่ยงเป็นมะเร็งปอดมากกว่าผู้ที่ไม่สูบบุหรี่ถึง ๑๐-๓๐ เท่า เนื่องจากสารในบุหรี่สามารถทำลายเซลล์ปอด ทำให้เกิดความผิดปกติของเซลล์ โดยความเสี่ยงจะเพิ่มขึ้นตามจำนวนมวนและจำนวนปีที่สูบบุหรี่
- การได้รับสารพิษและมลภาวะในสิ่งแวดล้อม เช่น ควันท่อหิน แอสเบสตอส (asbestos) ก๊าซเรดอน (radon) สารหนู ริงส์ และสารเคมีอื่นๆ รวมถึงฝุ่นและไอระเหยจากนิเกิล โครเมียม และโลหะอื่นๆ
- อายุ ความเสี่ยงของการเกิดมะเร็งปอดเพิ่มขึ้นตามอายุ โดยทั่วไปความเสี่ยงจะเพิ่มขึ้นหลังอายุ ๔๐ ปี แต่สามารถพบได้ในคนอายุน้อยกว่า ๔๐ ปี
- มีประวัติคนในครอบครัวเป็นมะเร็งปอด ผู้ที่มีพ่อแม่พี่น้องเป็นโรคมะเร็งปอดมีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคมะเร็งปอดแม้ไม่ได้สูบบุหรี่

มะเร็งเต้านม

เป็นมะเร็งที่พบได้บ่อยและเป็นสาเหตุของการเสียชีวิตอันดับต้นๆ ในผู้หญิง ส่วนในผู้ชายก็พบมะเร็งเต้านมได้เช่นกันแต่ไม่บ่อยนัก โดยประมาณ ๙๐% ของมะเร็งเต้านมเกิดจากต่อมน้ำนมและท่อน้ำนม จึงมีโอกาสมากที่จะพบการเกิดมะเร็งในเต้านมทั้งสองข้าง ทั้งในระยะแรกและหลังจากการตรวจวินิจฉัย อย่างไรก็ตามการตรวจพบมะเร็งในระยะแรกจะช่วยให้การรักษามีโอกาสประสบความสำเร็จได้สูง

อาการมะเร็งเต้านม

บางครั้งผู้หญิงที่เป็นมะเร็งเต้านมอาจไม่มีอาการของมะเร็งเต้านม หรือบางครั้งอาการผิดปกติที่เป็นอาจไม่ใช่โรคมะเร็งก็ได้ ดังนั้นจึงควรไปพบแพทย์เมื่อมีอาการดังต่อไปนี้

- มีก้อนหนาๆ ในเต้านมหรือใต้แขน
- บริเวณหัวนมบวม มีน้ำเหลือง หรือมีแผล
- เต้านมมีผื่น แดง ร้อน ผื่นคล้ายผิวส้ม
- มีอาการปวดบริเวณเต้านม

ปัจจัยเสี่ยงที่เกี่ยวข้องกับมะเร็งเต้านม

- อายุ ในผู้หญิงที่มีอายุมากกว่า ๕๐ ปีจะมีความเสี่ยงเพิ่มขึ้น
- มีประวัติการเป็นมะเร็งเต้านม โดยผู้ป่วยที่เกิดมะเร็งเต้านมขึ้นที่ข้างหนึ่งมีความเสี่ยง ๓-๔ เท่าในการเกิดก้อนมะเร็งขึ้นที่เต้านมอีกข้าง
- มีประวัติการเป็นมะเร็งรังไข่ เนื่องจากการเป็นมะเร็งรังไข่เกี่ยวข้องกับการสัมผัสฮอร์โมน จึงเพิ่มความเสี่ยงของการเกิดมะเร็งเต้านม
- มีประวัติคนในครอบครัวเป็นมะเร็งเต้านม จะเพิ่มความเสี่ยงในการเป็นมะเร็งเต้านมเพิ่มขึ้น
- การกลายพันธุ์ของยีน BRCA๑ หรือ BRCA๒ (BRCA ย่อมาจาก Breast Cancer gene) มีความสัมพันธ์กับการเพิ่มความเสี่ยงของการเกิดมะเร็งเต้านม และการมีประวัติมะเร็งเต้านม มะเร็งรังไข่ ในครอบครัวตั้งแต่อายุน้อย
- การสัมผัสกับฮอร์โมนเอสโตรเจน ซึ่งเป็นฮอร์โมนเพศหญิงที่ควบคุมการเปลี่ยนแปลงของลักษณะทางเพศ โดยพบว่าการสัมผัสกับเอสโตรเจนเป็นเวลานานจะเพิ่มความเสี่ยงของการเกิดมะเร็งเต้านม

- ลักษณะของการใช้ชีวิตประจำวัน เช่น ความอ้วน ขาดการออกกำลังกาย ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การได้รับรังสีในปริมาณสูง

มะเร็งในช่องปาก

คือ การเกิดเซลล์มะเร็งในบริเวณช่องปาก สามารถเกิดได้ทั้งที่ริมฝีปาก ลิ้น กระพุ้งแก้ม เหงือก เพดานปาก กระดูกขากรรไกร ลิ้นไก่ และต่อมทอนซิล โดยมักจะพบในกลุ่มคนที่มีอายุ ๔๐ ปีขึ้นไป และพบในเพศชายมากกว่าเพศหญิง

จากการศึกษาพบว่าปัจจัยบางอย่างที่เกี่ยวข้องกับการเกิดโรคได้แก่ การสูบบุหรี่ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในกลุ่มคนที่มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่และดื่มแอลกอฮอล์ จะมีโอกาสเป็นมะเร็งในช่องปากมากกว่าคนปกติถึงประมาณ ๑๕ เท่า รวมถึงการกินหรือเคี้ยวหมากพลู ซึ่งมีสารก่อมะเร็งปะปนอยู่ จึงเป็นอีกหนึ่งปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดโรคได้

การกินหมาก กินพลู กับการเกิด “มะเร็งในช่องปาก” จากผลการศึกษาในสัตว์ทดลองของ International Agency for Research on Cancer พบว่าผลของหมากมีส่วนประกอบที่เรียกว่า สารก่อมะเร็ง ปะปนอยู่ รวมไปถึงปูนที่ใช้ทานกับหมากสามารถกัดเนื้อเยื่อในช่องปาก ก่อให้เกิดการระคายเคือง เป็นแผลเรื้อรังและทำให้เซลล์ของเนื้อเยื่อกระพุ้งแก้มเกิดการเปลี่ยนแปลงกลายเป็นมะเร็งได้

พฤติกรรมผิดๆ ก็ทำให้ชีวิตตกอยู่ในความเสี่ยง นอกจากการเคี้ยวหมาก เคี้ยวพลูแล้ว การสูบบุหรี่ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ก็ทำให้มีโอกาสในการเป็นมะเร็งในช่องปากมากกว่าคนปกติได้ถึง ๑๕ เท่า รวมทั้งการทานอาหาร หรือเครื่องดื่มที่ร้อนจัดเป็นประจำ เนื่องจากความร้อนมีผลต่อการระคายเคืองของเนื้อเยื่ออ่อนในช่องปาก ทำให้เกิดแผลเรื้อรัง และกลายเป็นเซลล์มะเร็ง

อาการ : ลักษณะเด่น แดง – ขาว – แผล – ก้อน

- รอยโรคคล้ายแผลร้อนใน และอาการไม่ดีขึ้นภายใน ๒ – ๓ สัปดาห์
- ต่อมาเกิดเป็นก้อนบวมโต เป็นก้อนเนื้อ ผู้ป่วยอาจรู้สึกเหมือนมีก้อนติดอยู่ในลำคอ
- อาจมีอาการชา เจ็บปวด หรือมีเลือดไหลในช่องปากโดยไม่ทราบสาเหตุ
- มีอาการกลืน เคี้ยวอาหารลำบาก พูดและอ้าปากได้น้อย เสียงเปลี่ยน เจ็บในหู
- น้ำหนักตัวลดลงอย่างรวดเร็ว

ปัจจัยเสี่ยง

- การสูบบุหรี่ จะเพิ่มความเสี่ยงในการเกิดมะเร็งช่องปากมากขึ้น ๖ เท่า
- การดื่มสุรา โดยเฉพาะอย่างยิ่งสูบบุหรี่ร่วมกับดื่มสุรา เพิ่มความเสี่ยงมากขึ้น ๑๕ เท่า
- การเคี้ยวหมากพลู สูบยาเส้นหรือยาฉุน มีสารก่อมะเร็งเจือปนอยู่
- พันธุกรรม ผู้ป่วยที่มีประวัติคนในครอบครัวเป็นมะเร็งช่องปาก มีความเสี่ยงเพิ่มขึ้นมากกว่าคนทั่วไป
- มีบาดแผลเรื้อรังในช่องปากจากฟันผุ ฟันบิ่น ฟันปลอมหลวม ที่ทำให้เกิด
- การระคายเคืองซ้ำๆ จนเนื้อเยื่อเปลี่ยนแปลงเป็นมะเร็ง
- โรคติดเชื้อไวรัสเอชพีวี (Human Papilloma Virus) ซึ่งเป็นเชื้อที่ทำให้เกิดมะเร็ง
- ปากมดลูกพบว่าสามารถทำให้เกิดมะเร็งในช่องปากได้ โดยเฉพาะสายพันธุ์ ๑๖ (HPV๑๖)

การป้องกันเพื่อลดความเสี่ยงการเกิดมะเร็งในช่องปาก

- ลดความเสี่ยงในการทำให้เกิดการระคายเคืองต่อเนื้อเยื่อในช่องปาก เช่น ลดการสูบบุหรี่ การดื่มสุรา การเคี้ยวหมากพลู การสูบยาเส้นหรือยาฉุน
- รับประทานอาหาร ผักและผลไม้หลากหลายชนิดที่อุดมไปด้วยวิตามิน และสารต้านอนุมูลอิสระ

- หมั่นตรวจสุขภาพของช่องปากและฟันทุก ๖ เดือน หากมีความผิดปกติใดๆ เช่น ฟันผุ ฟันบิ่น ฟันปลอมหลวม ให้รีบไปพบทันตแพทย์

โรคมะเร็งเม็ดเลือดขาว หรือลูคีเมีย (Leukemia)

เป็นโรคมะเร็งที่เกิดขึ้นในไขกระดูก เกิดจากมีเซลล์เม็ดเลือดขาวตัวอ่อนเติบโตมากผิดปกติโดยไม่ทราบสาเหตุ การแบ่งตัวอย่างไม่หยุดของเซลล์เหล่านี้ ได้ไปรบกวนการสร้างเม็ดเลือดปกติชนิดอื่นของไขกระดูก ทำให้เม็ดเลือดแดง เม็ดเลือดขาวปกติ และเกล็ดเลือดลดลง ส่งผลให้ผู้ป่วยมีภาวะโลหิตจาง มีเลือดออกผิดปกติ มีจ้ำเลือดตามร่างกาย ติดเชื้อง่าย นอกจากนี้เซลล์มะเร็งยังสามารถไปสะสมตามอวัยวะอื่นๆ เช่น ตับ ม้าม ต่อมไทรอยด์ ทำให้ผู้ป่วยมีต่อมไทรอยด์โต ตับ ม้ามโต มะเร็งเม็ดเลือดขาวชนิดเฉียบพลันจัดเป็นโรคมะเร็งที่มีความรุนแรงสูง พบได้ทุกเพศทุกวัย พบมากขึ้นในผู้สูงอายุ และเป็น ๑ ใน ๑๐ โรคมะเร็งที่พบบ่อยในประเทศไทย

ชนิดของมะเร็งเม็ดเลือดขาว

มะเร็งเม็ดเลือดขาวสามารถแบ่งได้หลายแบบ ได้แก่ แบ่งตามระยะการเกิดโรค และแบ่งตามชนิดของเซลล์มะเร็ง

แบ่งตามระยะเวลาเกิด

- มะเร็งเม็ดเลือดขาวชนิดเฉียบพลัน (acute leukemia) คือการที่เซลล์ตัวอ่อนของเม็ดเลือดขาวแบ่งตัวอย่างรวดเร็ว อาการของโรคจะเกิดขึ้นอย่างฉับพลันและรุนแรง ผู้ป่วยจึงจำเป็นต้องได้รับการรักษาอย่างทันท่วงที
- มะเร็งเม็ดเลือดขาวชนิดเรื้อรัง (chronic leukemia) คือการที่เซลล์เม็ดเลือดขาวถูกผลิตออกมามากเกินไป ทำให้ผู้ป่วยมีเม็ดเลือดขาวมากกว่าปกติ เนื่องจากความผิดปกติเกิดขึ้นอย่างช้าๆ ผู้ป่วยอาจไม่มีอาการผิดปกติใดๆ เลยเป็นเวลานานปี แต่สามารถตรวจพบได้จากการตรวจเลือด

แบ่งตามชนิดของเซลล์มะเร็ง

- มะเร็งเม็ดเลือดขาวชนิดมัยอีโลจีนิส (myelogenous leukemia) เป็นชนิดของมะเร็งที่เกิดจากเซลล์ในสาย myeloid เติบโตผิดปกติ
- มะเร็งเม็ดเลือดขาวชนิดลิมโฟซิติก (lymphocytic leukemia) เป็นชนิดของมะเร็งที่เกิดจากเซลล์ในสาย lymphoid

อาการของมะเร็งเม็ดเลือดขาว

อาการของโรคมะเร็งเม็ดเลือดขาวอาจแตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับชนิดของมะเร็งเม็ดเลือดขาว อาการเหล่านี้เป็นสัญญาณทั่วไปของมะเร็งเม็ดเลือดขาว

- มีไข้สูงหรือรู้สึกหนาวสั่น
- รู้สึกเหนื่อยล้าหรืออ่อนเพลียอย่างต่อเนื่อง
- มีการติดเชื้อที่ต่อเนื่องหรือรุนแรง
- น้ำหนักลดโดยไม่ทราบสาเหตุ
- ต่อมไทรอยด์โต
- ตับหรือม้ามโต
- ฟกช้ำหรือเลือดออกง่าย
- เลือดกำเดาไหลบ่อยๆ
- ปรากฏจุดแดงเล็กๆ บนผิวหนัง
- เหงื่อออกมาก โดยเฉพาะช่วงกลางคืน

- ปวดหรือกดเจ็บที่กระดูก

ปัจจัยเสี่ยงของการเกิดมะเร็งเม็ดเลือดขาว

ปัจจุบันยังไม่พบสาเหตุที่แน่ชัดของการเกิดโรค แต่ปัจจัยเสี่ยงเหล่านี้ก็ส่งผลต่อการเกิดโรคมะเร็งเม็ดเลือดขาวได้

- การได้รับรังสีขนาดสูง เช่น รังสีนิวเคลียร์
- การรับเคมีบำบัด เกิดจากการรักษาโรคมะเร็งชนิดอื่นๆ ด้วยตัวยาเคมี เนื่องจากยาเคมีบำบัดบางกลุ่มอาจเพิ่มความเสี่ยงต่อการเป็นโรคมะเร็งเม็ดเลือดขาวได้
- การสัมผัสกับสารเคมีในสิ่งแวดล้อม เช่น สารเคมีในกลุ่มพวกเบนซีน และยาฆ่าแมลงบางชนิด
- โรคทางพันธุกรรม เช่น โรคดาวน์ซินโดรม
- อายุ ยิ่งอายุมากขึ้น โอกาสเกิดมะเร็งเม็ดเลือดขาวก็ยิ่งสูงขึ้น โดยเฉพาะผู้ที่อายุ ๖๐ ปีขึ้นไป
- ผู้ป่วยโรคไขกระดูกเสื่อม (Myelodysplastic syndrome, MDS)

การป้องกันและลดความเสี่ยงการเป็นมะเร็งเม็ดเลือดขาว

- หลีกเลี่ยงการสัมผัสสารกัมมันตรังสีและสารเคมีที่ก่อโรคมะเร็ง
- รับประทานอาหารที่มีประโยชน์
- ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
- ตรวจสอบสุขภาพสม่ำเสมอ

โรคมะเร็งปากมดลูก

เกิดขึ้นในเซลล์ปากมดลูกซึ่งอยู่บริเวณช่วงล่างของมดลูกและเชื่อมต่อกับช่องคลอด โรคมะเร็งปากมดลูกส่วนใหญ่เกิดจากเชื้อไวรัสชนิดอีวแมนแปปิโลมาไวรัส (Human Papillomavirus) หรือเอชพีวี (HPV) ซึ่งมักจะติดต่อทางเพศสัมพันธ์เมื่อร่างกายได้รับเชื้อ HPV เป็นครั้งแรก ระบบภูมิคุ้มกันจะพยายามปกป้องร่างกายจากการติดเชื้อไวรัส อย่างไรก็ตามเชื้อ HPV อาจทำให้เซลล์ที่ปากมดลูกเกิดความผิดปกติและกลายเป็นเซลล์มะเร็งในที่สุด ดังนั้นการตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูกและการฉีดวัคซีนมะเร็งปากมดลูกเพื่อป้องกันเชื้อ HPV จะช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดมะเร็งปากมดลูกได้ในระยะแรกที่เป็นโรคมะเร็งปากมดลูก มักจะไม่แสดงอาการผิดปกติใด ๆ แต่ในภายหลังเมื่อเริ่มเป็นหนักมากขึ้นร่างกายจะเริ่มแสดงอาการผิดปกติ เช่น มีภาวะเลือดออกผิดปกติทางช่องคลอด หรือตกขาวผิดปกติ และอาจมีอาการปวดร่วมด้วยได้

เมื่อไหร่ที่ควรพบแพทย์

- มีภาวะเลือดออกผิดปกติทางช่องคลอด ได้แก่ เลือดออกกระปริดกระปรอย เลือดออกหลังจากมีเพศสัมพันธ์ ประจำเดือนมาผิดปกติประจำเดือนมานานขึ้นหรือมากขึ้นผิดปกติ หรือมีเลือดออกหลังจากหมดประจำเดือนแล้ว
- มีตกขาวผิดปกติ ได้แก่ ตกขาวปริมาณมากขึ้น ตกขาวมีกลิ่นเหม็นหรือมีเลือดปน
- ปวดหน่วงท้องน้อยโดยไม่ทราบสาเหตุ หรือมีอาการเจ็บหลังจากมีเพศสัมพันธ์

สาเหตุโรคมะเร็งปากมดลูก

เชื้อ HPV มีบทบาทสำคัญในการเกิดมะเร็งปากมดลูก เมื่อเซลล์ปกติที่อยู่บริเวณปากมดลูกเกิดการกลายพันธุ์จะส่งผลให้เกิดเป็นมะเร็งปากมดลูกหรือรอยโรคก่อนเป็นมะเร็งได้ อย่างไรก็ตามคนส่วนมากที่ได้รับเชื้อไวรัส HPV เซลล์อาจจะยังไม่พัฒนาเป็นมะเร็งตั้งแต่แรกที่ได้รับเชื้อ ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมหรือรูปแบบการใช้ชีวิตของแต่ละบุคคลอาจส่งผลต่อการเกิดโรคด้วยเช่นกัน

ปัจจัยเสี่ยงที่ก่อมะเร็งปากมดลูก

ปัจจัยเหล่านี้อาจก่อให้เกิดความเสี่ยงในการเป็นมะเร็งปากมดลูกสูงขึ้น ได้แก่

- การมีคู่นอนหลายคน หรือการเปลี่ยนคู่นอนบ่อยๆ
- การมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่อายุน้อย
- การได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ชนิดอื่นๆ อย่างเช่น โรคติดเชื้อคลาไมเดีย (chlamydia) โรคหนองในแท้ (gonorrhea) โรคซิฟิลิส (syphilis) และโรคติดเชื้อเอชไอวี/โรคเอดส์ (HIV/AIDS)
- ผู้ที่มีภูมิคุ้มกันไม่ดีจะมีโอกาสเป็นมะเร็งปากมดลูกมากกว่าคนทั่วไปโดยเฉพาะหากระบบภูมิคุ้มกันต่ำ
- การสูบบุหรี่

การป้องกันโรคมะเร็งปากมดลูก

มะเร็งปากมดลูกเป็นมะเร็งที่ป้องกันได้ เริ่มจากแนะนำให้ลดปัจจัยเสี่ยงในการเป็นมะเร็งปากมดลูก ได้แก่ หลีกเลี่ยงการมีคู่นอนหลายคน และงดสูบบุหรี่ เป็นต้น นอกจากนี้ปัจจุบันมีวัคซีนป้องกันการติดเชื้อ HPV (HPV vaccine) ซึ่งสามารถป้องกันการเกิดมะเร็งปากมดลูกและรอยโรคก่อนเป็นมะเร็งได้ **แหล่งอ้างอิงเว็บไซต์**

โรงพยาบาลนนทเวช.(มปป.).มะเร็งตับ.<https://www.nonthavej.co.th/Liver-cancer.php>

โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์.(มปป.).มะเร็งปอด.<https://www.bumrungrad.com/th/conditions/lung-cancer>

โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์.(มปป.).มะเร็งเต้านม. <https://www.bumrungrad.com/th/health-blog/october-๒๐๒๑/breast-cancer-awareness-month>

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล. (มปป.).มะเร็งช่องปาก.

<https://www.rama.mahidol.ac.th/ramachannel/article/มะเร็งช่องปาก-เกิดขึ้น/>

โรงพยาบาลเปาโล. (๒๕๖๔). กินหมากกินพลูพฤติกรรมผู้สูงอายุเสี่ยงมะเร็งในช่องปากได้ พ.ศ. ๒๕๖๔.

<https://www.paolohospital.com/th-TH/phahol/Article/Details/บทความ-หู-คอ-จมูก/กินหมาก-กินพลู-พฤติกรรมผู้สูงอายุเสี่ยง-มะเร็งในช่องปาก-ได้>

โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์.(มปป.).มะเร็งเม็ดเลือดขาว.

<https://www.bumrungrad.com/th/conditions/leukemia>

Medpark Hospital. (๒๕๖๕). มะเร็งเม็ดเลือดขาว.พ.ศ. ๒๕๖๕.

<https://www.medparkhospital.com/content/leukemia>

โรงพยาบาลสินแพทย์. (๒๕๖๓). มะเร็งเม็ดเลือดขาวโรคร้ายที่ไม่อาจมองข้าม. พ.ศ. ๒๕๖๓.

<https://www.synphaet.co.th/มะเร็งเม็ดเลือดขาว/>

Medpark Hospital. (๒๕๖๕). โรคมะเร็งปากมดลูก.พ.ศ. ๒๕๖๕.

<https://www.medparkhospital.com/content/cervical-cancer>

Cancer Hospital Wattanosoth.(มปป.).ความรู้โรคมะเร็ง.

<https://www.wattanosothcancerhospital.com/all-about-cancer/general-information-about-cancer>

