



## หมอใหญ่กรุงเทพฯ : เดือน ๗ สัญญาณอันตรายมะเร็ง ภัยเงียบเกิดขึ้นโดยไม่รู้ตัว

นายแพทย์สมพงษ์ บุญสืบชาติ นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา ระบุว่าในวันที่ ๑๐ ธันวาคม ของทุกปี เป็นวันรณรงค์ต่อต้านมะเร็งแห่งชาติ ซึ่งปัจจุบันพบว่าในประเทศไทยมีผู้ป่วยมะเร็งรายใหม่และเสียชีวิตจากโรคมะเร็งเพิ่มมากขึ้นทุกปี

"โรคมะเร็ง" เป็นปัญหาสาธารณสุขของประเทศไทย เนื่องจากมีแนวโน้มอัตราการเกิดของโรคเพิ่มขึ้น โดยมะเร็งที่พบบ่อยในชายคือมะเร็งตับและมะเร็งปอด ที่พบบ่อยในหญิงคือมะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม โดยที่ในแต่ละท้องถิ่นแต่ละภูมิภาคของประเทศไทย มีอุบัติการณ์การเกิดโรคมะเร็งแต่ละชนิดไม่เหมือนกัน โรคมะเร็งบางชนิดถ้าตรวจพบได้ตั้งแต่อยู่ในระยะเริ่มแรกจะสามารถทำการรักษาให้หายขาดได้ แต่โรคมะเร็งบางชนิด สามารถทำได้เพียงการบรรเทาความเจ็บปวด และความทุกข์ทรมานของผู้ป่วยและทำให้ผู้ป่วยมีชีวิตที่ยืนยาวกว่าที่ไม่ได้ทำการรักษาเท่านั้น

สาเหตุของการเกิดโรคมะเร็งยังไม่ทราบสาเหตุที่แน่ชัด แต่มีสาเหตุส่งเสริม ได้แก่ เชื้อโรคบางชนิด เช่น เชื้อไวรัสที่เป็นสาเหตุของการเกิดมะเร็งปากมดลูกและมะเร็งโพรงจมูก หรือเชื้อแบคทีเรียบางชนิดในกระเพาะอาหารเป็นสาเหตุของโรคมะเร็งกระเพาะอาหาร, พยาธิใบไม้ในตับ เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดโรคมะเร็งตับและมะเร็งทางเดินน้ำดี ,ยาบางชนิด เช่น ยาฮอร์โมน ไม่ควรซื้อมารับประทานเอง ควรอยู่ภายใต้การควบคุมของแพทย์, สารเคมีหลายชนิดก่อให้เกิดมะเร็ง เช่น พวกแอสเบสทอส นิเกิล โครเมียม ทำให้เกิดมะเร็งปอด

วิธีการป้องกันการเกิดโรคมะเร็ง คือ พยายามหลีกเลี่ยงจากสารก่อมะเร็งดังที่กล่าวแล้ว และเนื่องจากโรคมะเร็งส่วนใหญ่เกิดจากพฤติกรรมส่วนตัวของแต่ละบุคคล ประชาชนจึงควรปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม เช่น การสูบบุหรี่ และการดื่มสุรา นอกจากนั้นแล้วต้องพยายามใช้ชีวิตที่ส่งเสริมการมีสุขภาพพลานามัยที่สมบูรณ์ เช่น เลือกรับประทานอาหารและออกกำลังกาย ก็จะช่วยให้คุณลดโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งได้

สัญญาณเตือน ๗ ประการ ที่อาจจะแสดงว่าเป็นอาการของโรคมะเร็ง ได้แก่ มีการเปลี่ยนแปลงในการขับถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ เช่น มีเลือดออก ท้องเสียหรือท้องผูกผิดปกติ ,มีแผลเรื้อรังที่ไม่หายนานมากกว่า 3 สัปดาห์, มีเลือดออก หรือมีน้ำคั่งหลังไหลออกมาจากบริเวณช่องต่าง ๆ ของร่างกายผิดปกติ เช่น หัวนม จมูก ช่องคลอด, คลำพบก้อนที่เต้านม หรือที่อื่น ๆ ของร่างกาย ,ท้องอืด อาหารไม่ย่อย มีอาการปวดท้อง กลืนลำบาก เป็นต้น , ไข้หรือจุดเล็ก ๆ ตามร่างกายที่มีการเปลี่ยนแปลง เช่น โตขึ้น มีสีผิดปกติหรือมีเลือดออก ,อาการไอที่ผิดปกติ เช่น ไอปนเลือด ไอเรื้อรัง หรือเสียงแหบ

อาการดังกล่าวเป็นเพียงสัญญาณเตือนที่อาจจะเป็นอาการของโรคมะเร็ง แต่ก็ขอย้ำว่าอาการเหล่านี้ อาจเป็นอาการของโรคอื่น ๆ ที่ไม่ใช่มะเร็งก็ได้ ดังนั้น ถ้าสังเกตพบอาการที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ควรไปพบแพทย์ เพื่อรับการตรวจวินิจฉัยเพิ่มเติมและการตรวจร่างกายเป็นประจำ เช่น การตรวจเต้านมด้วยตนเอง , การตรวจมะเร็งปากมดลูก ก็อาจจะช่วยให้พบมะเร็งระยะเริ่มแรกที่สามารถรักษาหายได้ สิ่งที่สำคัญคือการสังเกตตนเอง หากรู้สึกถึงความผิดปกติที่เกิดขึ้นกับร่างกาย ควรจะมาพบแพทย์เพื่อตรวจวินิจฉัยต่อไป

ข่าว : ๓๐/๒๕๕๕ พัชรี วงษ์บัวทอง

กลุ่มงานประชาสัมพันธ์ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพระนครศรีอยุธยา โทร ๐ - ๓๕๒๔ - ๑๕๒๐ ต่อ ๑๑๐