

# ตรวจเช็คสุขภาพประจำปีใหม่ เข้ารับการตรวจยีน

## ประเมินความเสี่ยงโรคมะเร็ง



ช่วงเทศกาลปีใหม่ คือช่วงเวลาแห่งการสังสรรค์ แสงค์เอาท์กับเพื่อนฝูง แนนอนว่าเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และบุหรี เป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้สำหรับคอปาร์ตี้ แต่ก็ควรหลีกเลี่ยงไว้เป็นดีที่สุดเพราะสิ่งเหล่านี้นำมาซึ่งโรคร้ายต่างๆ มากมาย เช่น มะเร็งช่องปากและลำคอ มะเร็งกล่องเสียง มะเร็งหลอดอาหาร มะเร็งตับ มะเร็งลำไส้และไส้ตรง มะเร็งปอด และมะเร็งเต้านม ความเสี่ยงการเกิดโรคเหล่านี้อาจทำให้คุณตัดสินใจลดและเลิกการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และสูบบุหรีได้ไม่ยาก ลองมาดูกันว่าเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และบุหรีจะทำร้ายอวัยวะในร่างกายของเราและเพิ่มความเสี่ยงโรคมะเร็งอย่างไรได้บ้าง

นพ.วิกรม เจนเนติซิน แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านอายุรศาสตร์มะเร็งวิทยาและเคมีบำบัด คลินิกอายุรกรรมโรคมะเร็งและเคมีบำบัด โรงพยาบาลพญาไท 1 กล่าวว่า การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และการสูบบุหรีเพิ่มความเสี่ยงในการเกิดโรคมะเร็งต่างๆ ไม่ว่าจะเป็น มะเร็งช่องปาก ลำคอ กล่องเสียง และหลอดอาหาร เพราะเป็นอวัยวะที่อยู่ในบริเวณใกล้เคียงกัน หากมีการสูบบุหรีร่วมด้วยจะเป็นการเพิ่มความเสี่ยงได้มากกว่าการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หรือสูบบุหรีเพียงอย่างเดียว เพราะแอลกอฮอล์จะเป็นตัวนำสารเคมีในยาสูบให้เข้าสู่เซลล์ในช่องปาก ลำคอ และหลอดอาหารได้มากขึ้นกว่าปกติ ทั้งยังยับยั้งการซ่อมแซม DNA ในเซลล์ที่เกิดความเสียหายเนื่องจากสารเคมีในยาสูบอีกด้วย

มะเร็งตับ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ติดต่อกันเป็นระยะเวลานานอาจทำให้ตับเกิดความเสียหาย นำไปสู่การอักเสบและเกิดแผลในตับได้ ซึ่งสิ่งนี้เองที่เพิ่มความเสี่ยงในการเกิดมะเร็งตับให้สูงขึ้น การหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ถือเป็นปัจจัยเสี่ยงที่เราสามารถควบคุมได้ง่ายเพื่อช่วยรักษาสุขภาพตับของเรา

มะเร็งลำไส้และไส้ตรง การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สามารถเพิ่มความเสี่ยงในการเป็นมะเร็งลำไส้ใหญ่และลำไส้ตรงได้ทั้งในผู้หญิงและผู้ชาย แต่มีโอกาสเพิ่มความเสี่ยงในผู้ชายได้สูงกว่า และหากมีปัจจัยเสี่ยงอื่นๆ ร่วมด้วย เช่น มีประวัติคนในครอบครัวเป็นมะเร็งลำไส้ใหญ่ก่อนอายุ 60 ปี มีประวัติลำไส้แปรปรวน ท้องผูกเป็นเวลานานติดต่อกัน รวมถึงสูบบุหรี ความอ้วนและการไม่ออกกำลังกาย เหล่านี้จะเพิ่มความเสี่ยงในการเป็นมะเร็งลำไส้มากขึ้น

สำหรับผู้หญิงแม้จะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพียงเล็กน้อยต่อสัปดาห์ ก็สามารถเพิ่มความเสี่ยงในการเป็นมะเร็งเต้านมได้ เนื่องจากแอลกอฮอล์จะไปกระตุ้นระดับฮอร์โมนเอสโตรเจนในร่างกายให้เพิ่มขึ้น ดังนั้นควรหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยเฉพาะอย่างยิ่งในผู้หญิงที่มีประวัติครอบครัวเป็นมะเร็งเต้านม หรือตรวจพบการกลายพันธุ์ของยีน BRCA ซึ่งเป็นหนึ่งในปัจจัยที่อาจเพิ่มความเสี่ยงในการเป็นมะเร็งเต้านมได้สูงถึง 80%

นอกจากนี้ยังมี มะเร็งปอด ซึ่งการสูบบุหรี่ถือเป็นปัจจัยหลักที่เพิ่มความเสี่ยงในการเป็นมะเร็งปอด และยักรวมถึงอายุที่เพิ่มขึ้นและการสัมผัสมลภาวะต่างๆ เช่น แร่ใยหิน ก๊าซเรดอน ควันทูบ เป็นต้น หากมีประวัติครอบครัวเป็นมะเร็งปอดก็อาจมีความเสี่ยงมากกว่าคนทั่วไป เพราะเกิดจากความผิดปกติของยีนที่ถ่ายทอดกันในครอบครัวแม้ไม่สูบบุหรี่ก็ตาม

ยิ่งดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และสูบบุหรี่มากเท่าไร โอกาสเสี่ยงเป็นมะเร็งก็มีสูงเท่านั้น นอกจากความเสี่ยงที่เกิดจากพฤติกรรมแล้ว ยังมีความเสี่ยงที่เกิดจากความผิดปกติทางพันธุกรรมด้วย

“หากคุณเป็นอีก 1 คนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง และมีประวัติคนในครอบครัวเป็นมะเร็ง” สามารถเข้ารับการตรวจยีนเพื่อประเมินความเสี่ยงทางพันธุกรรม หากการกลายพันธุ์ของยีนที่ก่อให้เกิดมะเร็ง เช่น มะเร็งทางเดินอาหาร มะเร็งปอด มะเร็งลำไส้ และมะเร็งเต้านมได้

ด้วยเทคโนโลยีจากสหรัฐอเมริกา Next Generation Sequencing ที่สามารถช่วยตรวจหาการกลายพันธุ์ของยีนแบบ Germline mutations หรือ การกลายพันธุ์ของยีนที่ถูกถ่ายทอดโดยตรงจากพ่อแม่สู่ลูก จำนวนสูงสุด 52 ยีนครอบคลุมมะเร็งมากกว่า 20 ชนิด รวมถึงมะเร็งในอวัยวะเสี่ยงรักศีกหนักปีใหม่ ผลการตรวจยีนจะช่วยให้หาแนวทางป้องกันความเสี่ยงมะเร็งที่ตรงจุดเสี่ยงและทันเวลา

หลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง ลด ละ เลิกการสูบบุหรี่และดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หันมาตรวจสุขภาพด้วยเทคโนโลยีที่ทันสมัย ตรงจุดเสี่ยง และวางแนวทางการป้องกันความเสี่ยงมะเร็ง สุขภาพดีรับปีใหม่...เริ่มได้จากตัวคุณ

# # # #

สื่อมวลชนสอบถามเพิ่มเติมได้ที่

คุณณิชนันท์ ศิริสุขีประดิษฐ์ (ใหม่) โทร 061 8688 553 อีเมลล์ [nidchanan@notablebkk.com](mailto:nidchanan@notablebkk.com)

คุณไอย์รัต ลิทธิพูล (ไนต์) โทร 062 185 9681 อีเมลล์ [aiyaras@notablebkk.com](mailto:aiyaras@notablebkk.com)