

# บทความพิเศษ เรื่อง : รู้ได้อย่างไรว่าเป็นมะเร็ง?



พฤติกรรมของคนทั่วไปคือไม่ยอมพบแพทย์ หากไม่มีอาการป่วยที่รุนแรงจริงๆ ซึ่งในผู้ป่วยมะเร็งเองก็เช่นกัน ส่วนใหญ่มักมาพบแพทย์เมื่อตรวจพบเจอก้อนมะเร็ง ที่ลุกลามไปยังส่วนต่างๆของร่างกายแล้ว ทำให้ยากต่อการรักษาให้หายขาด แพทย์จึงแนะนำให้ตรวจสุขภาพทุกปีเพื่อค้นหาความผิดปกติ หรือการเปลี่ยนแปลงของร่างกายที่อาจเป็นสาเหตุของโรคมะเร็งต่างๆ และหมั่นสังเกตอาการเบื้องต้นของโรคมะเร็งได้ด้วยตัวเอง เพราะเราในฐานะเจ้าของร่างกาย ย่อมต้องรู้ถึงความผิดปกติและสภาพร่างกายที่เปลี่ยนไปได้ก่อนผู้อื่น เช่น คลำพบก้อนเนื้อ น้ำหนักตัวลดหรือเพิ่มผิดปกติ มีเลือดออกที่อวัยวะต่างๆ การขับถ่ายเปลี่ยนไป ซึ่งสิ่งเหล่านี้อาจเป็นสัญญาณบ่งบอกถึงการก่อตัวของโรคมะเร็งได้ วันนี้เรามาศึกษาวิธีสังเกตความผิดปกติของร่างกายได้จากอาการต่อไปนี้

1. มะเร็งเต้านม จะพบก้อนที่เต้านมหรือรักแร้ เต้านมมีขนาดและรูปร่างเปลี่ยนไป หัวนมบวมหรือหัวนมบอด (จากเดิมที่ปกติ) ผิวหนังที่เต้านมบวมลงไปคล้ายลักยิ้ม ผิวหนังที่เต้านมมีผื่น แดง ร้อน และขรุขระคล้ายผิวสัมผัส มีของเหลวคล้ายน้ำเหลืองหรือน้ำเลือดไหลออกจากหัวนม
2. มะเร็งปากมดลูก ในระยะเริ่มแรกจะไม่มีอาการแสดงชัดเจนแต่สามารถตรวจพบได้จากการตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูก (ตรวจแปปสเมียร์) เมื่อเริ่มเป็นมากขึ้นจะพบว่ามีอาการเลือดออกผิดปกติจากช่องคลอด เช่น ประจำเดือนมานานผิดปกติ มีเลือดออกแบบกะปริดกะปรอยระหว่างรอบเดือน เลือดออกในขณะหรือหลังจากมีเพศสัมพันธ์ เลือดออกหลังวัยหมดประจำเดือน ตกขาวมากผิดปกติ มีกลิ่นเหม็นหรือมีเลือดปนออกมา
3. มะเร็งรังไข่ ถือเป็น “มะเร็งเงียบ” ชนิดหนึ่งเพราะเป็นมะเร็งที่ตรวจพบยากเนื่องจากในระยะแรกมีอาการคล้ายกับโรคทางเดินอาหาร ท้องอืด ท้องเฟ้อ แน่นท้อง ท้องผูก ทำให้ผู้ป่วยมักไปพบแพทย์เพื่อตรวจระบบทางเดินอาหาร แทนการตรวจหามะเร็ง หากมะเร็งเข้าสู่ระยะลุกลาม ผู้ป่วยมักคลำเจอก้อนเนื้อแถวท้องน้อย ปวดท้องน้อย ท้องโตขึ้นรวดเร็ว มีพุงห้อยย้อยระดับต่ำกว่าปกติ และมีประจำเดือนผิดปกติ
4. มะเร็งตับ มีอาการปวดบริเวณชายโครงด้านขวา และอาจปวดร้าวไปที่หลัง และ/หรือไหล่ขวา รวมถึงบริเวณลำตัวซีกขวาทั้งหมด ผู้ป่วยมีอาการตัวเหลือง ตาขาวเป็นสีเหลือง น้ำหนักลดอย่างรวดเร็ว อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร มีอาการท้องมาน ตับโตขึ้นจนช่วงท้องเปลี่ยนรูปร่างไป
5. มะเร็งปอด มีปัญหาเรื่องการหายใจ เช่น หายใจมีเสียงหวีดๆ หรือหายใจสั้นถี่ๆ หอบ เหนื่อยง่ายและเหนื่อยเป็นประจำ หายใจไม่ทั่วท้อง เจ็บหน้าอก ไอบ่อย ไอเป็นเลือดออก เสียงแหบ และน้ำหนักลดอย่างรวดเร็ว
6. มะเร็งกระเพาะอาหาร ในระยะแรกผู้ป่วยมีอาการท้องอืดหลังรับประทานอาหาร รู้สึกเหมือนอาหารไม่ย่อย เบื่ออา

หาร น้ำหนักลดอย่างไม่ทราบสาเหตุ เมื่อโรคลุกลามขึ้นจะเจ็บช่องท้องบริเวณส่วนบนและตรงกลาง คลื่นไส้เป็นประจำ โดยอาเจียนมีเลือดปนมาด้วย และอาจจะพบเลือดในอุจจาระหรืออุจจาระเป็นสีดำ

7. มะเร็งกระเพาะปัสสาวะ ผู้ป่วยมักมีอาการคล้ายกับโรคกระเพาะปัสสาวะอักเสบเช่น ปัสสาวะบ่อย ปัสสาวะติดขัด และปวดแสบหลังปัสสาวะ ผู้ป่วยส่วนใหญ่ปัสสาวะเป็นเลือดโดยไม่มีอาการเจ็บปวดหรือมีเพียงหยดเลือดออกมาหลังจากปัสสาวะสุดแล้ว หากมะเร็งลุกลามไปยังอวัยวะใกล้เคียงจะอาจทำให้ท่อไตอุดตัน ไตวาย ปวดหลังบริเวณล่าง

8. มะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนัก มักพบในผู้ที่มีอายุมากกว่า 50 ปีขึ้นไป ผู้ป่วยจะมีพฤติกรรมการขับถ่ายที่เปลี่ยนไป เช่น ท้องผูกสลับท้องเสีย ก่อนอุจจาระมีขนาดเล็กลงเพราะรูของลำไส้ใหญ่แคบลงจากก้อนมะเร็งเบียดบัง และอุจจาระเป็นมูก สำหรับมะเร็งลำไส้ตรงหรือทวารหนัก มักมีเลือดปนมากับอุจจาระ รู้สึกเหมือนถ่ายอุจจาระไม่สุด และปวดทวารหนักอย่างรุนแรง

9. มะเร็งต่อมลูกหมาก อาการที่พบโดยทั่วไปได้แก่ ปัสสาวะติดขัดและมีอาการปวด ปัสสาวะอ่อนไม่พุ่งแรง กลั้นปัสสาวะไม่ได้ มีเลือดปนในปัสสาวะหรือน้ำอสุจิ อวัยวะเพศไม่แข็งตัวหรือแข็งตัวยาก เมื่อถึงจุดสุดยอดระหว่างร่วมเพศจะมีอาการเจ็บต่อนหลังน้ำอสุจิ

10. มะเร็งเม็ดเลือดขาว รู้จักในชื่อ ลูคีเมีย (Leukemia) มักพบในคนไข้อายุน้อยแต่ก็พบได้ในทุกวัย ผู้ป่วยมีปริมาณเม็ดเลือดต่ำและมีเลือดออกง่าย เช่น เลือดออกตามไรฟัน ประจำเดือนมาผิดปกติ นอกจากนี้ยังพบไข้ต่ำๆ เบื่ออาหาร น้ำหนักลด เหงื่อตัวเป็นจ้ำๆ สภาวะเลือดจาง ตัวซีด ร่างกายอ่อนแอเหนื่อยง่าย

11. มะเร็งต่อมหน้าเหลือง ผู้ป่วยพบก้อนที่บริเวณต่างๆ โดยเฉพาะบริเวณคอ รักแร้ ขาหนีบ อาจยังไม่มีอาการเจ็บในช่วงแรกมีแค่มีขนาดโตผิดปกติ เมื่อคลำเจอจะเป็นก้อนแข็งหยุ่นๆ หากใช้มือกดที่ก้อนอาจรู้สึกเจ็บ มักพบต่อมทอนซิลโตขึ้น น้ำหนักลด เบื่ออาหาร มีไข้เป็นระยะ มีเหงื่อออกมากเวลากลางคืน

12. มะเร็งสมอง อาการที่พบบ่อยคือปวดศีรษะร่วมกับอาหารคลื่นไส้ อาเจียน อาจมีอาการปวดศีรษะรุนแรงจนไม่สามารถนอนหลับได้ มีปัญหาด้านการมองเห็น เช่น ตาพร่า เห็นแสงเป็นจุดๆลอยไปมา มีอาการชาที่แขน ขา ปลายนิ้ว มีทักษะในการรับรู้ การพูดสื่อสารไม่เหมือนเดิม สูญเสียการทรงตัว รู้สึกชาที่ใบหน้าซีกใดซีกหนึ่งและมีปัญหาในการควบคุมกล้ามเนื้อใบหน้า

หากตรวจพบความผิดปกติของร่างหรือสงสัยว่ามีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคมะเร็ง ควรติดต่อแพทย์เพื่อทำการตรวจคัดกรองโดยด่วนก่อนสายเกินไป เพราะการตรวจพบมะเร็งในระยะต้นๆ จะเพิ่มโอกาสการในการรักษาให้หายขาดได้ ผู้ที่มีข้อสงสัยเรื่องมะเร็งปรึกษาได้ที่ 097 251 2870

สนับสนุนบทความโดย : คุณอรพินท์ ก้องตระกูลชน (หลิน)

อดีตนักวิทยาศาสตร์การแพทย์ สถาบันมะเร็งแห่งชาติ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข

บริษัท เบทเทอร์ไลฟ์ อินเตอร์เนชันกรุป จำกัด

ผู้จัดจำหน่ายผลิตภัณฑ์โปรตีนเสริมวิตามินแร่ธาตุสำหรับผู้ป่วยมะเร็งแบรนต์โซโน (ZONO)

ดูข้อมูลผลิตภัณฑ์เพิ่มเติมได้ที่เว็บไซต์ [www.zonoprotein.com](http://www.zonoprotein.com)