

# โรคมะเร็งเต้านม ( Breast Cancer )



โรคมะเร็งเต้านม ( Breast Cancer ) มีหลากหลายอาการ โดยร้อยละ 80 ของคนไข้ที่เป็นมะเร็งเต้านม จะมาพบแพทย์เพราะเจอก้อนเนื้อที่ผิดปกติ แต่มีเพียงร้อยละ 20 เท่านั้นที่จะเป็นมะเร็งเต้านม โดยอาการผิดปกติที่เกิดขึ้นนอกจากอันดับ 1 เป็นเรื่องของอาการเกิดก้อนเนื้อแล้ว อันดับ 2 คือ รอยบุ๋ม รวมไปถึงรอยบวมแดงผิดปกติที่อยู่บริเวณผิวเต้านมและมีเลือดออกหรือมีน้ำไหลจากหัวนม ในส่วนของฐานหัวนม จะมีการผิดปกติ ได้แก่ มีแผลหรือมีตุ่มก้อนขึ้นมา มีการยุบตัวของหัวนมหรือบริเวณของผิวหนังบางตำแหน่ง ทั้งนี้ในส่วนของผู้ที่ไม่มีอาการใดปรากฏ จะสามารถตรวจพบได้จากแมมโมแกรมอัลตราซาวด์ ซึ่งวิธีการตรวจมะเร็งเต้านมเบื้องต้นสามารถทำได้ โดย

1. การตรวจเต้านมด้วยตัวเอง ควรตรวจอย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง โดยในกลุ่มที่ยังมีประจำเดือนอยู่ สามารถตรวจด้วยตัวเองได้ในวันที่ 7 ( หลังวันแรกที่มีประจำเดือน ) เบื้องต้นควรตรวจให้ครบทุกจุดของเต้านมทั้ง 2 ข้าง ไปจนถึงรักแร้ทั้ง 2 ข้าง และสำหรับกลุ่มที่หมดประจำเดือนไปแล้ว แนะนำว่าให้ตรวจทุกเดือน เช่น อาจจะเป็นวันที่ 10 หรือวันที่ 20 ของทุกเดือน เบื้องต้นแนะนำการตรวจด้วยท่านอน จะสามารถตรวจได้ง่ายโดยมือขวาตรวจข้างซ้าย มือซ้ายตรวจข้างขวา

2. การตรวจประเมินเบื้องต้น ด้วยเครื่องมือการตรวจแมมโมแกรมและอัลตราซาวด์ โดยเฉพาะในคนไข้ที่มีอายุมากกว่า 40 ปี ควรตรวจเต้านมด้วยแมมโมแกรมและอัลตราซาวด์อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง

แนวทางการตรวจวินิจฉัยมะเร็งเต้านมประกอบด้วย 3 ปัจจัยหลัก ได้แก่

1. เช็กประวัติการตรวจร่างกาย
2. ผลตรวจจากแมมโมแกรมและอัลตราซาวด์
3. วินิจฉัยจากชิ้นเนื้อ

ซึ่งทั้ง 3 ปัจจัยจะต้องวินิจฉัยไปพร้อมกัน จึงจะสามารถทราบผลที่แน่ชัดได้

วิธีการรักษามะเร็งเต้านม

1. รักษาเฉพาะบริเวณ โดยจะรักษาที่บริเวณเต้านมอันเนื่องจากการผ่าตัด บริเวณต่อมน้ำเหลืองและการฉายแสง
2. รักษาโดยทั่วร่างกาย ได้แก่ กลุ่มเคมีบำบัดไม่ว่าจะเป็นการให้เคมีบำบัดก่อนหรือหลังการผ่าตัดการให้ “Targeted therapy” ( ทาร์เก็ตเทด เธรราปี ) หรือการรักษาแบบเฉพาะเจาะจง โดยใช้ยาที่เข้าไปยับยั้งการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็งด้วยวิธีการทำปฏิกิริยากับโมเลกุลเป้าหมายที่จำเป็นต่อการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็ง บางครั้งก็เรียกการรักษาแบบนี้ว่า “Targeted molecule therapy” แทนการใช้เคมีบำบัดที่เพียงเข้าไปยับยั้งการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็ง

ปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดเป็นมะเร็งเต้านม มีอยู่หลายปัจจัยด้วยกันคือ

1. ผู้ป่วยมะเร็งเต้านม ร้อยละ 99 มักพบในเพศหญิงแต่ มีเพียงร้อยละ 1 ที่จะพบได้ในเพศชาย
2. ช่วงอายุ ซึ่งมีโอกาสพบเอสโตรเจนมากกว่า เช่น มีประจำเดือนครั้งแรกก่อนอายุ 12 ปี มีบุตรคนแรกหลังอายุ 35 ปี หรือมีการหมดประจำเดือนหลังอายุ 55 ปี ทั้ง 3 ปัจจัยนี้แสดงว่าช่วงชีวิตคุณมีโอกาสเจอเอสโตรเจนได้มากกว่าคนทั่วไปก็หมายถึงมีโอกาสเจอมะเร็งเต้านมมากกว่า
3. ภาวะอ้วน หากมี BMI ( BODY MASS INDEX ) หรือค่าดัชนีมวลกายมากกว่า 30 มีความเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งเต้านมมากกว่าคนที่มีความ BMI ต่ำกว่า 25 รวมไปถึงคนที่ดื่มเหล้า สูบบุหรี่ ก็จะเกิดปัจจัยการเกิดเป็นมะเร็งเต้านมได้เช่นเดียวกัน

นอกจากนี้ในกลุ่มคนที่ใช้ยาคุมกำเนิด หรือมีการใช้เคมี ฉายแสงที่ทรวงอกมาก่อน รวมไปถึงผู้ที่ครอบครัวมีประวัติผู้เป็นมะเร็งเต้านม เนื่องจากยีนส์ที่ติดที่เรียกว่า BRCA1 และ BRCA2 สามารถถ่ายทอดสู่กันได้  
อย่างไรก็ตามการดูแลตัวเองเพื่อไม่ให้เสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งเต้านม ต้องหลีกเลี่ยงพฤติกรรมทั้งหมดดังกล่าว และต้องพยายามดูแลตัวเองให้แข็งแรง ควบคุมน้ำหนักเพื่อไม่ให้ค่า BMI มากกว่า 30 งดบุหรี่ และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ รวมไปถึงพยายามจำกัดปริมาณการรับประทานไขมัน ควบคู่ไปกับการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และดูแลจิตใจ ไม่ให้เกิดความเครียด

บทความโดย : นายแพทย์ ไกรภพ จารุไพบูลย์ แพทย์เฉพาะทางด้านศัลยกรรมศาสตร์และมะเร็งเต้านม โรงพยาบาลเวสต์เมดิคอล ถนนแจ้งวัฒนะ