

มารูม...มารู้...มะเร็ง...

นพ.ชวลิต ชยวงศ์, อายุรแพทย์โรคมะเร็ง, ศูนย์มะเร็งโรงพยาบาลสุรินทร์

24 กรกฎาคม 2559

The Thai Cancer, 2016, 11.001

สรุปบทความ

มะเร็งเป็นโรคที่เกิดจากการแบ่งตัวอย่างผิดปกติของเซลล์ในร่างกายซึ่งยังไม่สามารถบอกสาเหตุได้อย่างชัดเจน อาการของโรคมะเร็งสามารถเกิดอาการจากตัวก้อนมะเร็ง อาการเกิดจากการแพร่กระจาย หรืออาการจากสารที่ผลิตโดยมะเร็งชนิดนั้น การรักษาขึ้นอยู่กับระยะของโรค หากโรคมะเร็งอยู่ในระยะต้นยังมุ่งหวังการรักษาโดยหวังให้หายขาด แต่หากพบโรคในระยะแพร่กระจายเป้าหมายการรักษาคือการประคับประคอง ในปัจจุบันการรักษาในระยะแพร่กระจายมีการรักษาอันประกอบด้วยยาเคมีบำบัด (Chemotherapy) หรือยารักษาพุ่งเป้า (Targeted therapy) ขึ้นอยู่กับชนิดของมะเร็งนั้นๆ

บทนำ

คำว่า “มะเร็ง” ถึงเป็นเพียงสองพยางค์สั้นๆ แต่เชื่อว่าผลทั้งทางร่างกายและจิตใจได้อย่างยาวนาน เราจะต้องสู้ได้ดีไม่ว่าเรื่องใดของชีวิตนั้น เคยมีคำกล่าวของขุนวืที่ว่า “รู้เขารู้เรา รบร้อยครั้งชนะร้อยครั้ง” ดังนั้นการที่เราจะสู้กับโรคมะเร็งได้อย่างสมศักดิ์ศรีก็เช่นกัน เราควรมีความรู้ ความเข้าใจถึงโรคและวิธีการรักษาให้ก่อน

มะเร็ง เป็นโรคที่เกิดจากการแบ่งตัวอย่างผิดปกติของเซลล์ในร่างกาย ทำให้เกิดเป็นก้อนเนื้อโตขึ้นมาโดยไม่สามารถยับยั้งได้ เซลล์มะเร็งมีคุณสมบัติพิเศษที่สามารถลุกลามไปยังเนื้อเยื่อข้างเคียง สามารถแพร่กระจายไปยังระบบน้ำเหลือง หลอดเลือด และไปเพาะพันธุ์ยังอวัยวะอื่นๆของร่างกาย (ระยะแพร่กระจาย) นอกจากนั้นมะเร็งยังหลั่งสารหรือฮอร์โมนบางอย่าง ทำให้ร่างกายผิดปกติไปตามชนิดของสารนั้นๆได้อีกด้วย

อาการที่สามารถพบได้ในผู้ป่วยที่เป็นโรคมะเร็ง ได้แก่

1. อาการที่เกิดจากการกดเบียดของตัวก้อน เช่น ลำไส้อุดตันจากโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่, อาการไอ หอบเหนื่อยจากโรคมะเร็งปอดไปกดเบียดหลอดลม เป็นต้น
2. อาการที่เกิดจากการแพร่กระจายของโรค เช่น ปวดศีรษะ ชัก จากโรคมะเร็งเต้านมที่แพร่กระจายไปยังสมอง, อาการปวดตามข้อต่างๆ จากโรคมะเร็งต่อมลูกหมากกระจายไปยังกระดูก เป็นต้น

3. อาการที่เกิดจากสารหรือฮอร์โมนที่มะเร็งชนิดนั้นๆ ผลิต เช่น ภาวะแคลเซียมในเลือดสูง จากโรคมะเร็งในช่องปาก, ภาวะโซเดียมในเลือดต่ำ จากโรคมะเร็งปอด เป็นต้น ซึ่งกลุ่มอาการเหล่านี้มีชื่อเรียกเฉพาะว่า “paraneoplastic syndrome”

สาเหตุของโรคมะเร็ง

ถ้าถามหาสาเหตุของโรคมะเร็งนั้น ปัจจุบันยังไม่สามารถบอกได้อย่างชัดเจน แต่เชื่อว่าเกิดจากปัจจัยร่วมกันหลายๆอย่าง ทั้งพันธุกรรม สิ่งแวดล้อม อาหาร หรือการได้รับปัจจัยเสี่ยง เช่น การได้รับรังสีอัลตราไวโอเล็ตจากแสงแดด, รังสีจากการตรวจเอกซเรย์ทางการแพทย์, ได้รับสารเคมีก่อมะเร็ง (chemical carcinogens) และโรคติดเชื้อไวรัส แบคทีเรียหรือปรสิตบางชนิด (ตาราง 1)

อาการแสดงที่พบบ่อย

อาการแสดงบางอย่างสามารถพบได้บ่อยในโรคมะเร็งจนมีคำแนะนำถึงอาการเตือนภัยที่สำคัญ 7 ประการ ซึ่งประชาชนทั่วไปควรมีความรู้และคอยสังเกตตนเอง ดังนี้

1. ระบบขับถ่ายเปลี่ยนแปลง ได้แก่ ท้องผูกสลับท้องเสียเรื้อรัง หรือมีมูกเลือด (เตือน!โรคมะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนัก), ปัสสาวะขัดเรื้อรัง (เตือน!โรคมะเร็งต่อมลูกหมาก)

2. แผลไม่รู้จุกหาย ได้แก่ แผลเรื้อรังในช่องปากที่นานเกิน 2 สัปดาห์ (เดือน!โรคมะเร็งช่องปาก), แผลเรื้อรังบริเวณผิวหนัง (เดือน!โรคมะเร็งผิวหนัง), แผลเรื้อรังในกระเพาะอาหาร (เดือน!โรคมะเร็งกระเพาะอาหาร)
3. ร่างกายมีก้อน ตุ่ม ได้แก่ ก้อนที่รักแร้ ขาหนีบ คอเรื้อรัง (เดือน!โรคมะเร็งต่อมน้ำเหลือง), ก้อนที่เต้านม (เดือน!โรคมะเร็งเต้านม), ตุ่ม ก้อนบริเวณผิวหนัง (เดือน!โรคมะเร็งเนื้อเยื่อเกี่ยวพัน)
4. กลุ่มใจเรื่องกินกลืนอาหาร ได้แก่ กลืนอาหารไม่ลงหรือติดขัด (เดือน!โรคมะเร็งหลอดคอหรือหลอดอาหาร), ท้องอืด ปวดท้องเรื้อรัง (เดือน!โรคมะเร็งระบบทางเดินอาหาร), น้ำหนักลด เบื่ออาหารไม่ทราบสาเหตุ (เดือน!โรคมะเร็งได้หลายชนิด)
5. ทวารทั้งหลายนมีเลือดไหล ได้แก่ เลือดออกหรือตกขาวผิดปกติทางช่องคลอด (เดือน!โรคมะเร็งปากมดลูก), ถ่ายเป็นเลือด (เดือน!โรคมะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนัก), ปัสสาวะเป็นเลือด (เดือน!โรคมะเร็งกระเพาะอาหาร)
6. ไฟ หูด ที่เปลี่ยนไป ได้แก่ มีไฟ หรือหูด ที่โตขึ้นรวดเร็ว มีเลือดออก มีสีเปลี่ยนไป (เดือน!โรคมะเร็งผิวหนังหรือ โรคมะเร็งไฟ)
7. ไอและเสียงแหบจนเรื้อรัง ได้แก่ ไอ เกินกว่า 2 สัปดาห์ (เดือน!โรคมะเร็งปอด), เสียงแหบเรื้อรัง (เดือน!โรคมะเร็งหลอดคอหรือกล่องเสียง)

ตาราง1: ตารางแสดงตัวอย่างชนิดของโรคติดเชื้อที่เป็นสาเหตุของโรคมะเร็ง

ชนิดของโรคติดเชื้อ	โรคมะเร็งที่พบ
ไวรัสตับอักเสบบีและซี (Hepatitis B, C virus)	มะเร็งตับ (Hepatocellular carcinoma)
ไวรัสเอช ไอ วี (HIV)	มะเร็งต่อมน้ำเหลือง (Non-Hodgkin's lymphoma) มะเร็งหลอดเลือด (Kaposi's sarcoma)
ไวรัสเอช พี วี (Human papilloma virus)	มะเร็งปากมดลูก (Cervical cancer)
แบคทีเรีย Helicobacter pylori	มะเร็งกระเพาะอาหาร (Gastric cancer)
พยาธิใบไม้ในเลือด (Schistosoma haematobium)	มะเร็งกระเพาะปัสสาวะ (Bladder cancer)
พยาธิใบไม้ในตับ (Liver flukes)	มะเร็งท่อน้ำดี (Cholangiocarcinoma)

การรักษา

วิธีการรักษาโรคมะเร็งในปัจจุบัน หลักๆแบ่งเป็น การผ่าตัด, การฉายแสง (รังสีรักษา) และการให้ยาเคมีบำบัด/ยามุ่งเป้า ด้วยการรักษาเหล่านี้ เราสามารถรักษาโดยหวังให้หายขาด (curative intent) ได้ ถ้าตรวจพบโรคมะเร็งในระยะต้นๆ ที่ยังไม่มีการแพร่กระจาย แต่บางครั้งโรคมะเร็งบางชนิดเองก็มาแบบไม่ทันได้ตั้งตัว คือไม่ค่อยมีอาการ ทำให้ผู้ป่วยมาพบแพทย์เมื่อโรคแพร่กระจายไปยังอวัยวะอื่นๆแล้ว ซึ่งจุดนี้เอง การรักษาก็จะเปลี่ยน

เป้าหมายจากหวังหายขาดมาเป็นระดับประคอง (palliative intent) แทน การรักษาแบบประคับประคองนั้น ถึงแม้โรคมะเร็งไม่หาย แต่สามารถช่วยให้ผู้ป่วยมีชีวิตรที่ยืนยาวขึ้น ชะลอการเติบโตของก้อนมะเร็ง และลดอาการทุกข์ทรมานจากโรคหรือภาวะแทรกซ้อนของโรคได้

ยาเคมีบำบัด (systemic chemotherapy) เป็นยาที่มีบทบาทสำคัญในการรักษาโรคมะเร็งในระยะแพร่กระจาย หรือที่เรียกกันติดปากว่า “ยาเคมี” ซึ่งแค่ได้ยินแพทย์พูดว่าต้องให้ยาเคมี ทั้งผู้ป่วยและญาติ ส่วนหนึ่งก็จะปฏิเสธแทบจะทันที อาจเป็นเพราะผลข้างเคียงของยาที่รับทราบ

กันมาจาก สื่อโทรทัศน์ ละคร หรือประสบการณ์จากคน รู้จัก ในปัจจุบันองค์ความรู้ในการบริหารยาและการ ป้องกันผลข้างเคียงของยาเคมีบำบัดพัฒนาไปมาก รวมถึง การมียาเคมีรุ่นใหม่ๆเข้ามา ทำให้ผลข้างเคียงที่น่ากลัว ของยาลดลงไปพอสมควร และคงไม่มีภาพผู้ป่วยที่แพ้ยาเค มิมากมายอย่างในละครที่นำเสนออีกต่อไป

หลักการของยาเคมีบำบัด คือยาจะออกฤทธิ์ฆ่าหรือ ยับยั้งเซลล์ที่แบ่งตัวเร็ว ซึ่งเซลล์มะเร็งมีคุณสมบัตินี้ จึง สามารถรักษาได้ แต่ในทางกลับกัน ร่างกายของเราเองก็มี เซลล์ปกติที่แบ่งตัวเร็วด้วย ได้แก่ เส้นผม, เยื่อบุทางเดิน อาหาร, ไช้กระดูก เป็นต้น ดังนั้นผลข้างเคียงที่พบจากการ ให้อาเคมีบำบัด ก็เป็นไปตามผลกระทบต่อเซลล์ปกติ เหล่านี้ เช่น ผมร่วง, แผลในช่องปาก, ท้องเสีย, เม็ดเลือด แดง และเม็ดเลือดขาวต่ำ การรับประทานอาหารที่ครบ ทั้ง 5 หมู่ ปรงสุขและสะอาด จะช่วยให้เซลล์ปกติเหล่านี้ ฟื้นตัวได้เร็วขึ้น และผลข้างเคียงจากยาก็จะลดลง การงด รับประทานเนื้อสัตว์ ในช่วงที่ได้รับยาเคมีบำบัดนั้น จึง เป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้องนัก และยังไม่มีความหลักฐานทางวิชาการใด สนับสนุนวิธีการดังกล่าว

ในช่วงทศวรรษที่ผ่านมาได้มีการกำเนิดขึ้นของยา กลุ่มใหม่ได้แก่ ยามุ่งเป้า (targeted therapy) ซึ่งเปลี่ยน โฉมหน้าการรักษาโรคมะเร็งไปอย่างสิ้นเชิง จาก เทคโนโลยีและความรู้ที่มีมากขึ้น ทำให้ค้นพบตำแหน่ง การกลายพันธุ์ของยีนที่ทำให้เกิดโรคมะเร็งหลายๆชนิด ซึ่งนำไปสู่การผลิตยาที่มุ่งไปจัดการต้นตอการกลายพันธุ์ นั้นๆ โดยมุ่งหวังประสิทธิภาพในการรักษาที่มากขึ้น และ มีผลข้างเคียงที่ลดลง เนื่องจากในเซลล์ปกติจะไม่มีการ

กลายพันธุ์ที่ยาเหล่านี้จะไปจับ ตัวอย่างที่เห็นชัดเจนคือ การรักษาโรคมะเร็งลำไส้เนื้อเยื่อเรียบในกระเพาะอาหาร (GIST, gastrointestinal tumor) เดิมยาเคมีบำบัดนั้นให้ ผลการรักษาที่ไม่ดี และมีอัตราการตายที่สูงมากในช่วง 1 ปีแรกเมื่อโรคแพร่กระจายแล้ว แต่ปัจจุบันโรคนี้อาจสามารถ รักษาได้ด้วยยามุ่งเป้าที่ชื่อ imatinib ซึ่งเป็นยาเม็ด มีผล การตอบสนองที่ดีมาก และการที่ผู้ป่วยโรคนี้อายุยืนยาวเกิน 5 ปี กลับเป็นเรื่องที่พบ ได้ปกติ นอกจากนี้โรคมะเร็งปอด โรคมะเร็งไต และ โรคมะเร็งไฝ ก็เป็นตัวอย่างโรคที่มียามุ่งเป้าที่ได้ ผลการรักษาที่ดีเช่นเดียวกัน

บทส่งท้าย

จากข้างต้นคงเป็นบทนำให้ผู้อ่านได้มีความรู้ ความ เข้าใจในโรคมะเร็งและหลักการรักษาเบื้องต้นมากขึ้น เพื่อ เป็นทุนประจำตัว หรือ “รู้เขา” แต่ถ้าเลือกได้ คงไม่มีใคร อยากให้คำว่า “มะเร็ง” มาอยู่ใกล้เราหรือคนในครอบครัว อย่างแน่นอน “การไม่มีโรค เป็นลาภอันประเสริฐ” ยังเป็น คำกล่าวที่อมตะเสมอ ดังนั้นถ้าเราอยากหนีให้ไกลจาก โรคมะเร็ง ขอฝากข้อปฏิบัติไว้สั้นๆ 3 ข้อ

1. กำจัดปัจจัยเสี่ยงให้หมด และควรทำทันที!
2. หมั่นดูแลสุขภาพตนเอง ออกกำลังกาย และสังเกตอาการเตือนภัยที่สำคัญ 7 ประการ
3. ตรวจร่างกายประจำปีและทำการตรวจคัด กรองโรคมะเร็งตามคำแนะนำปัจจุบัน

ขอให้ผู้อ่านทุกท่าน ห่างไกลจากโรคมะเร็งครับ...

เอกสารอ้างอิง

1. เอกสารประกอบการสอนเรื่อง Cancer Therapy โดย พญ.เอี่ยมเช สุขประเสริฐ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
2. BMC Cancer 2012, 12:90
3. <http://cancerfightclub.blogspot.com/2013/02/7-danger-signals-of-cancer.html>