

มะเร็งเต้านม โรคร้ายใกล้ตัวและอาจใกล้มากขึ้นในอนาคต

นพ. ภัทรเชษฐ คล้ายเคลื่อน

ผศ. นพ.ประกาศิต จิรปภา

หน่วยศัลยศาสตร์เต้านมและต่อมไร้ท่อ

ภาควิชาศัลยศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามธิบดี

“1 ในผู้โดยสารขบวนรถไฟไฟฟ้าแนวๆแบบชั่วโมงเร่งด่วน จะเป็นมะเร็งเต้านมภายใน 2 ปี”

คำกล่าวนี้อาจทำให้บางคนเห็นภาพมากขึ้นว่ามะเร็งเต้านมใกล้ตัวเรามากแค่ไหน

ไม่ได้หมายความว่าขึ้นรถไฟไฟฟ้าบีทีเอสแล้วจะกลายเป็นมะเร็งนะครับ แต่จากข้อมูลอย่างเป็นทางการ รถไฟฟ้า 1 ขบวนสามารถจุผู้โดยสารได้ 1490 คน คำนวณกลับโดยสมมุติว่าในรถนั้นมีหญิงและชายเท่าๆกันและเทียบกับอัตราการเกิดมะเร็งเต้านมในหญิงไทยที่ประมาณ 40-60 รายต่อประชากรเพศหญิง 100,000 ราย รู้สึกใกล้ชิดขึ้นบ้างรึยังครับ นอกจากนี้อัตราการเกิดโรคที่มีแนวโน้มสูงขึ้นมากทุกปีเรายังพบว่าอัตราการเกิดโรคมะเร็งสัมพันธ์กับการใช้ชีวิตอย่างเร่งรีบของสังคมเมือง ซึ่งแน่นอนว่าเราคงไม่สามารถให้ทุกคนกลับไปใช้ชีวิตสโลว์ไลฟ์ได้ ดังนั้นการดูแลตัวเองและได้รับการตรวจอย่างเหมาะสมคงเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด

อย่างไรก็ดี เนื่องด้วยเหตุว่าโรคมะเร็งเต้านมเป็นโรคมะเร็งที่พบบ่อยที่สุดในเพศหญิง ดังนั้นความรู้เกี่ยวกับโรคและวิธีการรักษาจึงพัฒนาไปอย่างรวดเร็ว จนสามารถกล่าวได้ว่าปัจจุบันโรคมะเร็งเต้านมเป็นโรคที่รักษาให้หายได้มากกว่า 60-70%เลยทีเดียว ยิ่งกว่านั้นถ้าเป็นมะเร็งเต้านมระยะแรกสามารถรักษาหายได้ถึง 80-90% เราจึงควรสร้างความตระหนักให้ผู้หญิงบางส่วนเปลี่ยนทัศนคติจากความกลัวว่าตรวจแล้วจะพบโรคมะเร็ง เป็นตรวจเพื่อหาโรคที่มีความเสี่ยงสูงที่จะกลายเป็นมะเร็ง ถ้าได้จัดการเสียก่อนผลการรักษาย่อมดีกว่ารอไปรักษามะเร็งอย่างชนิดเทียบหน้ามือกับหลังมือเลยทีเดียว

ประวัติมะเร็งเต้านมในครอบครัวเป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญข้อหนึ่งของการเป็นมะเร็งเต้านม แต่พบว่ามีเพียงประมาณ 10-15% เท่านั้นที่จะพบว่ามีประวัติครอบครัวเคยเป็นมาก่อน เพราะนอกจากพันธุกรรมแล้ว ผู้ป่วยอาจมีปัจจัยเสี่ยงอื่นๆที่สามารถก่อให้เกิดโรคได้อีกนอกเหนือจากเรื่องเพศหญิงและอายุที่มากขึ้น เช่น ประวัติประจำเดือนมาเร็ว (ก่อนอายุ 12 ปี), ประจำเดือนหมดช้า (หลังอายุ 55 ปี), มีลูกช้า (หลังอายุ 30 ปี), น้ำหนักเกิน, สูบบุหรี่ดื่มสุรา, ฮอโมนภายนอก, อาหารและสารเคมี อื่นๆอีกมากมายชนิดอ่านแล้วไม่อยากจะออกไปนอกบ้านเลยทีเดียว ในเมื่อปัจจัยเสี่ยงหลายๆอย่างเป็นเรื่องที่อยู่นอกเหนือการควบคุมได้ เช่นมีบุตรช้า ดังนั้นสิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งนอกจากดูแลสุขภาพตัวเอง กินอาหารให้ครบ5หมู่ ออกกำลังกาย พักผ่อนให้เพียงพอ บาลาบาลา ก็คือการตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านม

เมื่อไหร่ก็ตามที่พบความผิดปกติในเต้านม ได้แก่ คลำพบก้อน มีน้ำไหลออกทางหัวนม เต้านมผิดรูป ควรพบแพทย์เพื่อการตรวจวินิจฉัยโรค

แต่สำหรับโรคมะเร็งเต้านมเป็นโรคที่ควรได้รับการตรวจคัดกรอง (ตรวจแม้มไม่มีอาการ) โดยองค์การอนามัยโลกได้ให้เหตุผลไว้ว่า เป็นโรคที่พบบ่อยและเป็นโรคเจ็บหรือมฤตยูเจ็บ (ไม่แสดงอาการอยู่หลายปี) สามารถรักษาหายได้ วิธีการตรวจเชื่อถือได้และเป็นที่ยอมรับ

โดยสถาบันทางการแพทย์ส่วนใหญ่แนะนำให้เริ่มทำการตรวจคัดกรองเมื่อมีอายุ 40ปี ด้วยการเอ็กซเรย์เต้านม (แมมโมแกรม) และรายที่มีความหนาแน่นของเนื้อเต้านมสูง(หญิงไทยและหญิงชาวเอเชียส่วนใหญ่)ควรได้รับการตรวจเพิ่มเติมด้วยอัลตราซาวนด์

โดยสรุป ควรมาตรวจตามที่แนะนำข้างต้นโดยไม่ต้องรอมีอาการก่อนครับ

กำเนิดเนื้อร้าย

เซลล์มะเร็งคือเซลล์ในร่างกายที่มีการกลายพันธุ์จากเซลล์ปกติไปจนร่างกายไม่สามารถควบคุมได้ เซลล์มะเร็งสามารถเจริญเติบโตไปได้เรื่อยๆและหลุดลอยไปตามกระแสเลือดหรือน้ำเหลืองจนไปเจริญเติบโตในอวัยวะที่ห่างออกไปได้ ถ้าอวัยวะที่มะเร็งไปเจริญเติบโตอยู่เป็นอวัยวะสำคัญก็จะทำให้อวัยวะนั้นทำงานผิดปกติไปและเป็นสาเหตุของการเสียชีวิตได้

เซลล์มะเร็งคือเซลล์ที่กลายพันธุ์ไป และการกลายพันธุ์นั้นจะเกิดขึ้นในกระบวนการเจริญเติบโตของเซลล์ ขั้นตอนสำคัญคือช่วงที่เซลล์มีการแบ่งตัว จากหนึ่งเป็นสองเซลล์จะต้องมีการลอกแบบโครโมโซม ถ้ามีการลอกแบบผิดพลาดไม่ว่าจะด้วยสาเหตุอะไรก็ตาม(โปรดติดตามต่อไปเรื่อยๆ) ก็จะเกิดการกลายพันธุ์ แต่การกลายพันธุ์นั้นจะก่อให้เกิดเซลล์มะเร็งหรือไม่ก็ขึ้นอยู่กับว่าตำแหน่งบนโครโมโซมที่ลอกแบบผิดเป็นตำแหน่งที่เกี่ยวข้องกับการเกิดมะเร็งหรือไม่

ยกตัวอย่างเช่น การเกิดเซลล์มะเร็งเต้านม (ขออนุญาตยกตัวอย่างมะเร็งเต้านม เพราะผู้เขียนชำนาญเกี่ยวกับมะเร็งเต้านม และมะเร็งเต้านมเป็นมะเร็งที่เกิดขึ้นบ่อยที่สุดจึงทำให้เรามีความรู้เกี่ยวกับมันมากที่สุด) การกลายพันธุ์จนเกิดมะเร็งเต้านมต้องมีการลอกแบบผิดที่ตำแหน่งสำคัญบนโครโมโซมสองตำแหน่ง ได้แก่ DNA repair gene และ Tumor suppressor gene

DNA repair gene มีหน้าที่ซ่อมแซม DNA ที่ผิดปกติ

Tumor Suppressor gene มีหลายหน้าที่ได้แก่ ชะลอการแบ่งตัวของเซลล์ไม่ให้เร็วเกินไป ทั้งในสภาวะปกติและเมื่อพบว่ามีการลอกแบบผิดพลาด รวมทั้งสั่งให้เซลล์เข้าสู่กระบวนการตายเมื่อพบว่าการลอกแบบผิดพลาดนั้นไม่สามารถซ่อมแซมได้

ปัจจัยต่างๆที่มีผลทำให้เกิดการลอกแบบผิดพลาดมีหลายประการ เช่น การแบ่งตัวที่เร็วเกินไป(ทำให้การเตรียมพร้อมไม่ดี และยังแบ่งตัวเร็วยิ่งมีความน่าจะเป็นที่จะลอกแบบผิดมากขึ้น), มีปัจจัยภายนอกมารบกวนการแบ่งตัวของเซลล์ (เช่น สารก่อมะเร็ง, สารเคมี และอนุมูลอิสระต่างๆ)

อย่างไรก็ดี การกลายพันธุ์จนเกิดเป็นเซลล์มะเร็งนั้นไม่ได้เกิดจากการลอกแบบผิดเพียง 2 ครั้ง แต่เกิดจากการลอกแบบผิดพลาดสะสมไปเรื่อยๆจนผิดตำแหน่งสำคัญครั้งที่หนึ่งแล้วจึงแบ่งตัวไปเรื่อยๆอีกจนเป็นกลุ่มของเซลล์และในที่สุดแฉะพื้ตผิดตำแหน่งที่สอง จึงทำให้เราพบว่าการเกิดมะเร็งไม่ได้เกิดขึ้นในเวลาเพียงวันหรือสองวัน หรือมีก้อนผิดปกติขึ้นมาก็กลายเป็นมะเร็งเลย แต่เราจะพบก้อนที่มีการแบ่งตัวผิดปกติมาระยะเวลาหนึ่งก่อนที่จะกลายเป็นมะเร็ง ช่วงเวลานี้เองคือเวลาทอง ถ้าเรามีการตรวจคัดกรองหรือติดตามการรักษามาต่อเนื่อง ก้อนไหนทำท่าผิดปกติแล้วได้จัดการก่อนกลายเป็นมะเร็ง “ชีวิตนี้เหมือนละครคนละช่องเลยนะครับ”