

ป้องกันมะเร็งลำไส้ใหญ่ได้...ไม่ต้องแคร์วัย

นำเสนอเมื่อ : 3 พ.ย. 2552



จริงอยู่ที่ “ยิ่งแก่ตัวลงอะไรๆ ก็ยิ่งเสื่อม” แต่ในบรรดาความเสื่อมและโรคภัยที่อาจแหวะเวียนมาเยี่ยม “มะเร็ง”

เป็นหนึ่งในโรคเรื้อรังและร้ายแรงที่สุดที่ผู้สูงอายุแล้วและกังวลมากที่สุด โดยเฉพาะมะเร็งลำไส้ใหญ่ที่มีการยืนยันแล้วว่า ยิ่งอายุมากขึ้นยิ่งเสี่ยงมะเร็งลำไส้ใหญ่ และมากกว่า 90% ที่เป็นมีอายุมากกว่า 50 ปีขึ้นไป ทั้งนี้ยาเพิ่งค้นพบว่าเราอาจจะเป็นหนึ่งในจำนวนนั้น เพราะหากเฝ้าระวังและมีวิธีป้องกันที่ดี แม้วัยจะเพิ่มขึ้นก็ไม่ใช่อุปสรรค!

อัปเดตสถานการณ์มะเร็งลำไส้ใหญ่

ในประเทศไทย สถาบันมะเร็งระบุว่า ผู้ชายเป็นมะเร็งลำไส้ใหญ่มากเป็นอันดับ 3 รองจากมะเร็งตับและมะเร็งปอด ส่วนผู้หญิงพบมากเป็นอันดับ 5 รองจากมะเร็งปากมดลูก มะเร็งเต้านม มะเร็งตับและมะเร็งปอด... ฟังดูน่ากลัวแต่หากเทียบกับประเทศอื่นๆ คนไทยยังถือว่าเป็นน้อย แต่ปัจจัยสำคัญที่ทำให้คนเป็นมะเร็งลำไส้ใหญ่ที่มารับการรักษา มักเป็นขั้นลุกลามและเสียชีวิตสูงมาจากความกลัวและอายที่จะถูกตรวจทางทวารหนัก... เป็นที่น่ายินดีเพราะมะเร็งลำไส้ใหญ่สามารถตรวจคัดกรองได้ตั้งแต่ระยะแรกและมีโอกาสรักษาหายขาดแน่นอน

ดังนั้นการสังเกตอาการผิดปกติเริ่มต้นจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ผู้สูงอายุทุกคนควรรู้ไว้ก่อนสายเกินแก้ **ซึ่งสัญญาณเตือนที่สำคัญ ได้แก่**

- * มีอาการท้องผูกสลับท้องเสีย มีเลือดออกปนมากับอุจจาระหรือถ่ายเป็นมูกเลือด
- * อุจจาระมีขนาดลำเรียวยาวเล็กเป็นประจำซึ่งอาจเกิดจากมีก้อนมะเร็งโตเบียดอยู่ในลำไส้ ทำให้ลำไส้อุดตันหรือตีบแคบลง
- * รู้สึกอึดอัดและแน่นท้อง มีอาการปวดเกร็งท้องเรื้อรัง
- * น้ำหนักลดอย่างไม่มีสาเหตุ
- * ซีด มีอาการเหนื่อยและอ่อนเพลีย เนื่องจากมีการเสียเลือดในลำไส้เป็นเวลานาน

อย่างไรก็ตามหากภาวะหัวใจเต้นเร็วหรือเต้นผิดจังหวะ เกิดขึ้นถี่หรือบ่อยขึ้น หรือคุณรู้สึกมากจนทนไม่ไหว อาการเหล่านี้อาจบ่งบอกว่าคุณมีปัจจัยเสี่ยงของเกิดโรคที่เกี่ยวข้องหัวใจ ที่คุณต้องรีบหาสาเหตุ โรคที่คุณอาจเป็นได้แก่

- * ภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะ
- * โรคหลอดเลือดหัวใจตีบตัน
- * ภาวะหัวใจล้มเหลว
- * ภาวะลิ้นหัวใจรั่วหรือตีบ
- * โรคความดันโลหิตสูง
- * โลหิตจาง
- * ภาวะต่อมไทรอยด์เป็นพิษ หรือต่อมไทรอยด์ทำงานน้อยกว่าปกติ
- * ผู้หญิงที่ตั้งครรภ์ ช่วงก่อนหรือหลังการมีประจำเดือน
- * โรคหอบหืด โรคปอดเรื้อรัง
- * ติดเชื้อระบบทางเดินหายใจ เป็นต้น

และเพื่อความไม่ประมาท หากคุณอายุย่างเข้า 50 ปีและยังไม่เคยผ่านการตรวจคัดกรองมะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนักมาก่อน ขอแนะนำให้ไปรับการตรวจคนหามะเร็งลำไส้ใหญ่ได้ที่โรงพยาบาลต่างๆ

โดยการตรวจมีหลายวิธีดังนี้

1. การตรวจหาเลือดในอุจจาระ นำอุจจาระส่งตรวจทางห้องปฏิบัติการ เพื่อหาเลือดที่เกิดจากการหลุดลอกของเซลล์มะเร็งที่ปนออกมากับอุจจาระ ซึ่งควรตรวจเป็นประจำทุกปี
 2. การสวนแป้ง เพื่อดูก้อนเนื้อในลำไส้ใหญ่และทวารหนัก เพื่อดูว่ามีความผิดปกติหรือไม่
 3. การส่องกล้องตลอดความยาวลำไส้ การส่องกล้องตลอดความยาวของลำไส้ มีความแม่นยำมาก ซึ่งหากพบชิ้นเนื้อที่ผิดปกติหรือติ่งเนื้อก็สามารถตัดออกมาส่งตรวจได้เลย เพื่อดูว่าเป็นเนื้อร้ายหรือไม่
 4. CT Scan 64 slices เป็นการใช้เอกซเรย์คอมพิวเตอร์ที่แม่นยำรองจากการส่องกล้อง แต่มีค่าใช้จ่ายสูง
- อย่าลืมว่าการเป็นคนช่างสังเกตและหมั่นตรวจเช็คอย่างสม่ำเสมอ หากคุณโชคร้ายเป็นก็มักจะเป็นระยะเริ่มแรก ซึ่งโอกาสที่จะหายขาดก็มีมากถึง 95% !