

## มะเร็งต่อมลูกหมาก...ปัญหาคาใจชาย

นำเสนอเมื่อ : 4 ธ.ค. 2552

มะเร็งต่อมลูกหมาก...ปัญหาคาใจชาย



**มะเร็งต่อมลูกหมาก...ปัญหาหัวใจคุณผู้ชาย !**

นพ.ดร.พ.สมพล เพิ่มพงศ์โกศล ศัลยแพทย์

... สำหรับคุณผู้ชายแล้ว ปัญหาทางสุขภาพที่หนักไปประเภทหนึ่งเห็นจะเป็นปัญหาสุขภาพเพศชาย โดยเฉพาะที่เกี่ยวข้องกับระบบสืบพันธุ์ไม่ว่าจะเป็นโรคของต่อมลูกหมากทางเพศ หรือกระทั่งเรื่องของมะเร็งต่อมลูกหมากก็เป็นโรคที่ผู้ชายกังวลกันไม่น้อย มารูจัก "มะเร็งต่อมลูกหมาก" ให้ดีกว่านี้ดีกว่าครับ

**กฎเหล็กสำคัญ...**

- \* มะเร็งต่อมลูกหมากเป็นเนื้องอกชนิดร้ายของต่อมลูกหมากโต แต่สามารถรักษาให้หายขาดได้ถ้าเป็นในระยะแรกเริ่ม
- \* อาการของมะเร็งต่อมลูกหมากอาจเป็นอาการของต่อมลูกหมากโตคือปัสสาวะไม่คอยพุ่งหรือปัสสาวะบ่อย
- \* การตรวจหามะเร็งต่อมลูกหมากในขั้นต้นคือการตรวจต่อมลูกหมากทางทวารหนักและการตรวจเลือดหาค่า PSA
- \* มีปัจจัยหลายอย่างที่มีผลต่อการพยากรณ์โรคและทางเลือกของการรักษาในมะเร็งต่อมลูกหมาก
- \* หากคุณได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งต่อมลูกหมาก ส่วนใหญ่แล้วมักไม่เสียชีวิตจากโรคนี้น

**มะเร็งต่อมลูกหมากเกิดขึ้นได้อย่างไร**

มะเร็งต่อมลูกหมากเกิดจากเซลล์หรือเนื้อเยื่อภายในต่อมลูกหมากที่ไม่สามารถควบคุมได้ คำว่า "มะเร็ง" หมายถึงสภาวะที่เกิดการสูญเสียแบบแผนของการเจริญเติบโตและไม่สามารถควบคุมการแบ่งตัวของเซลล์ในต่อมลูกหมากได้ ตลอดจนมะเร็งสามารถแพร่กระจายไปยังบริเวณอื่นของร่างกายที่ทางไกลออกไป ดังนั้นการเข้าใจและมีความรู้เรื่องมะเร็งต่อมลูกหมากอย่างแท้จริงรวมทั้งการตรวจพบมะเร็งตั้งแต่ระยะเริ่มแรกเป็นสิ่งที่มีความสำคัญที่ทำให้คุณได้รับผลการรักษาที่ดีที่สุด

**รู้จักกับต่อมลูกหมาก**

ต่อมลูกหมากเป็นอวัยวะหนึ่งในระบบสืบพันธุ์ที่อยู่ต่ำกว่ากระเพาะปัสสาวะและอยู่ด้านหลังต่อทวารหนัก มีขนาดเท่าลูกวอลนัทและล้อมรอบส่วนหนึ่งของท่อปัสสาวะ ต่อมลูกหมากผลิตสารที่จะเป็นส่วนหนึ่งของน้ำอสุจิ มะเร็งต่อมลูกหมากมักจะพบส่วนใหญ่ในชายสูงอายุ เมื่ออายุมากขึ้นต่อมลูกหมากจะโตขึ้นและอาจอุดตันท่อปัสสาวะหรือกระเพาะปัสสาวะซึ่งอาจเป็นผลให้ปัสสาวะลำบากหรืออาจบวมทวารหนักที่สืบพันธุ์ อาการดังกล่าวอาจเรียกว่าต่อมลูกหมากโต แต่ไม่ได้เป็นมะเร็ง การรับประทานยาหรือการผ่าตัดจะช่วยแก้ปัญหาได้ อย่างไรก็ตามอาการต่อมลูกหมากโตหรือปัญหาอื่นๆ ของต่อมลูกหมากอาจคล้ายกับอาการของมะเร็งต่อมลูกหมาก

**ใครบ้างที่เสี่ยงต่อมะเร็งต่อมลูกหมาก**

ในปัจจุบันยังไม่มีการทราบสาเหตุที่แท้จริงของมะเร็งต่อมลูกหมาก แต่มีการศึกษาวิจัยที่ผ่านมาแสดงว่าชายที่มีปัจจัยเสี่ยงเหล่านี้จะมีโอกาสเป็นมะเร็งต่อมลูกหมากมากขึ้น ได้แก่

- อายุมากกว่า 65 ปี โอกาสสูงขึ้นเมื่ออายุมากขึ้น โดยทั่วไปคนที่เป็นมะเร็งต่อมลูกหมากมักมีอายุมากกว่า 65 ปี และพบบ่อยมากในผู้ที่มีอายุน้อยกว่า 45 ปี
- มีคนในครอบครัวเป็น โอกาสเสี่ยงของคุณจะสูงมากขึ้นถ้าคนในครอบครัว เช่น พ่อ พี่ชาย น้องชายหรือแม่เตตลูกของคุณมีประวัติเป็นมะเร็งต่อมลูกหมาก
- เชื้อชาติ มะเร็งต่อมลูกหมากพบบ่อยในคนผิวดำมากกว่าผิวขาว ไม่ค่อยพบในผู้ชายชาวเอเชีย แต่สถิติรายงานมะเร็งต่อมลูกหมากสูงที่สุดในโลกแม่แต่ในประเทศไทย
- อย่างไรก็ตามการมีปัจจัยเสี่ยงไม่ได้หมายความว่าผู้ชายคนนั้นจะต้องเป็นมะเร็งต่อมลูกหมากเสมอไป การศึกษาวิจัยเชิงสังเกตในผู้ชายสูงอายุแสดงว่าโอกาสเป็นมะเร็งต่อมลูกหมากไม่ได้เพิ่มขึ้นจากการสูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์ เป็นต่อมลูกหมากโต เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ความอ้วน ขาดการออกกำลังกาย การรับประทานเนื้อสัตว์หรืออาหารที่มีไขมันสัตว์สูง นักวิจัยยังคงศึกษาปัจจัยเสี่ยงเหล่านี้และปัจจัยเสี่ยงอื่นๆ ต่อไป และยังศึกษาอีกว่าจะทำอย่างไรเพื่อป้องกันมะเร็งต่อมลูกหมาก เช่น ประโยชน์ที่จะเป็นไปจากการใช้ยาบางอย่าง เช่น ไรตามีน ซิลิเนียม สารสกัดชาเขียวและสารอื่นๆ แต่ในปัจจุบันยังไม่ได้ออกสรุป

**อาการผิดปกติที่เกิดขึ้นได้**

อาการที่เป็นไปได้ของมะเร็งต่อมลูกหมากคือปัสสาวะไม่พุ่งหรือปัสสาวะบ่อย แต่บางครั้งก็อาจไม่แสดงอาการใดเลยในระยะเริ่มแรกของโรค แต่โรคนี้อาจรบกวนสภาวะกิจวัตรประจำวันได้ อย่างไรก็ตามเมื่อมะเร็งเริ่มเข้าสู่วัยชราจะมีอาการได้หลายแบบ คุณควรรีบหาหมอเมื่อมีอาการหรือปัญหาต่อไปนี้

- ปัสสาวะไม่ออก ปัสสาวะไม่พุ่งหรือปัสสาวะหยุดเป็นช่วงๆ ปัสสาวะบ่อย โดยเฉพาะปัสสาวะบ่อยตอนกลางคืนหลังตื่นนอนแล้ว ปัสสาวะลำบาก ปัสสาวะแสบหรือขัด ปัสสาวะหรือหาน้ำอสุจิเป็นเลือด มีอาการปวดหลังหรือปวดสะโพกตลอดเวลา หรือมีอาการปวดมากเวลาน้ำอสุจิ
- อาการบวมใหญ่เหล่านี้มักไม่ได้มาจากมะเร็งต่อมลูกหมาก และอาจมีสาเหตุเกิดจากต่อมลูกหมากโต การติดเชื้อหรือปัญหาสุขภาพอื่นๆ ถ้าคุณมีอาการเหล่านี้ ควรปรึกษาหมอมือเพื่อหาสาเหตุที่แท้จริงเพื่อรับการรักษายาที่เหมาะสมที่ตรงกับคุณ

**การตรวจวินิจฉัยมะเร็งต่อมลูกหมาก**

จริงๆ แล้วการตรวจสุขภาพทั่วไป หมอสามารถตรวจค้นหาหามะเร็งต่อมลูกหมากก่อนที่คุณจะมีอาการต่างๆ ได้

โดยสอบถามอาการและประวัติครอบครัว ในการตรวจมะเร็งต่อมลูกหมากมีหลายวิธี

คุณอาจได้รับการตรวจร่างกายอย่างใดอย่างหนึ่งหรือทั้งสองอย่าง คือ ตรวจต่อมลูกหมากทางทวารหนักและตรวจเลือดหาค่าโปรสแตต (PSA)

• **การตรวจต่อมลูกหมากทางทวารหนัก** เป็นการตรวจทางทวารหนัก ซึ่งหมอมะใส่ถุงมือแล้วสอดนิ้วมือ

ซึ่งมีสารหล่อลื่นทาอยู่เข้าไปภายในทวารหนัก และหมอมะได้รับความรู้สึกของการตรวจต่อมลูกหมากผ่านช่องทวารหนักเพื่อหาว่ามีก้อนหรือลักษณะผิดปกติของต่อมลูกหมากหรือไม่

• **การตรวจเลือดหาค่า PSA** เป็นการตรวจเพื่อหาค่า PSA ในเลือด ซึ่งเป็นสารชนิดหนึ่งที่ผลิตจากต่อมลูกหมากและสามารถพบว่ามีปริมาณมากขึ้นในเลือดของผู้ที่มีมะเร็งต่อมลูกหมาก อย่างไรก็ตาม PSA อาจสูงขึ้นในผู้ที่มีการติดเชื้อ การอักเสบของต่อมลูกหมาก หรือเป็นต่อมลูกหมากโตก็ได้

มีการศึกษาทางคลินิกที่ว่าการตรวจทางทวารหนักด้วยนิ้วมือและการตรวจเลือด PSA สามารถตรวจพบมะเร็งต่อมลูกหมากได้ก่อนเวลา จึงสามารถลดจำนวนการเสียชีวิตจากมะเร็งต่อมลูกหมากลงได้

แม้ว่าการตรวจทั้งสองอย่างนี้สามารถพบปัญหาของต่อมลูกหมากได้มีความผิดปกติ ก็จะต้องตรวจเพิ่มเติม เช่น

ตรวจปัสสาวะ ตรวจเลือดหรือการติดเชื้อ นอกจากนี้จะต้องตรวจด้วยวิธีอื่นๆ ด้วย เช่น ตรวจด้วยคลื่นเสียงความถี่สูงผ่านทางทวารหนักหรือการตัดชิ้นเนื้อของต่อมลูกหมากไปตรวจ

• **การตรวจด้วยคลื่นเสียงความถี่สูงผ่านทางทวารหนัก** เป็นการตรวจโดยใช้เครื่องมือเป็นแท่งขนาดเท่าหัวแม่มือ

เขายาวในทวารหนักเพื่อตรวจสอบบริเวณผิดปกติของต่อมลูกหมาก

เครื่องมือนี้จะผลิตคลื่นเสียงความถี่สูงที่ไม่สามารถได้ยินเสียงผ่านต่อมลูกหมาก คลื่นเสียงที่กระทบอวัยวะจะสะท้อนกลับมา

สร้างเป็นภาพด้วยคอมพิวเตอร์ จากหลักการนี้จึงเป็นที่มาของการตัดชิ้นเนื้อต่อมลูกหมากด้วยคลื่นเสียงความถี่สูงผ่านทางทวารหนัก

• **การตัดชิ้นเนื้อต่อมลูกหมาก** เป็นการนำเอาเซลล์หรือเนื้อเยื่อไปตรวจด้วยกล้องจุลทรรศน์โดยพยาธิแพทย์

เพื่อหาว่ามีเซลล์มะเร็งหรือไม่ และให้คะแนนความรุนแรงของมะเร็งที่เรียกว่าคะแนน Gleason (Gleason score)

คะแนนของ Gleason นี้จะมาจาก 2-10 จะอธิบายจากลักษณะของเนื้องอกที่กระจาย ถ้าคะแนนของ Gleason น้อย

มะเร็งจะมีความรุนแรงน้อย ถ้ามีคะแนนของ Gleason สูงกว่า จะสัมพันธ์กับความรุนแรงของมะเร็งมาก

การตัดชิ้นเนื้อต่อมลูกหมากทำได้สองเทคนิค คือ การตัดชิ้นเนื้อผ่านทางทวารหนักหรือผ่านทางผิวหนัง

การตัดชิ้นเนื้อผ่านทางทวารหนักทำได้โดยสอดเข็มเล็กผ่านทางทวารหนักเข้าไปในต่อมลูกหมาก

ส่วนการตัดชิ้นเนื้อต่อมลูกหมากผ่านผิวหนังคือการเอาเข็มแทงผ่านผิวหนังระหว่างลูกอัณฑะและทวารหนักเข้าไปในต่อมลูกหมาก

เมื่อได้ชิ้นเนื้อแล้ว พยาธิแพทย์จะตรวจดูชิ้นเนื้อด้วยกล้องจุลทรรศน์เพื่อหาเซลล์มะเร็ง

**ระยะของมะเร็งต่อมลูกหมาก**

การตรวจชิ้นเนื้อพบว่าเป็นมะเร็ง ก็จำเป็นต้องตรวจหาระยะของโรคเพื่อช่วยเลือกแนวทางการรักษาที่ดีที่สุดสำหรับคุณ

การหาระยะของโรคเป็นความพยายามที่จะค้นหาว่ามะเร็งได้กระจายออกจากต่อมลูกหมากไปที่อื่นหรือไม่ ซึ่งจำเป็นต้องตรวจเพิ่มเติม

เช่น ตรวจวัดระดับกรดแลคติก เพื่อตรวจหาว่ามีมะเร็งกระจายมาที่กระดูก

การตรวจด้วยเอกซเรย์คอมพิวเตอร์ (CT scan) หรือคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า (MRI)

มักใช้เพื่อตรวจหาว่ามีมะเร็งระยะลุกลามออกนอกต่อมลูกหมากหรือไม่

ระยะของมะเร็งต่อมลูกหมากแบ่งง่าย ๆ ออกเป็น 3 ระยะ คือ ระยะแรกเริ่ม ระยะลุกลามเฉพาะที่ และระยะแพร่กระจายไปแล้ว

มะเร็งระยะแรกเริ่มสามารถรักษาให้หายขาดจากโรคได้ ในขณะที่มะเร็งระยะลุกลามเฉพาะที่จะมีโอกาสรักษาให้หายขาดลดลง

ส่วนการรักษาในระยะแพร่กระจายมีจุดประสงค์หลักคือลดอาการและให้มีความสบายชีวิตที่ดี

• มีปัจจัยหลายอย่างที่มีผลต่อการพยากรณ์โรคและทางเลือกของการรักษา

การรักษามะเร็งต่อมลูกหมากมีได้หลายวิธี การรักษาแบบหนึ่งอาจจะดีที่สุดสำหรับคนหนึ่งแต่อาจไม่เหมาะสมกับคนอื่น ๆ

ทางเลือกของการรักษาได้แก่ การผ่าตัด การฉายรังสีรักษา การรับประทานยาที่ยับยั้งฮอร์โมนเพศชาย หรือการได้รับเคมีบำบัด บางครั้งอาจต้องใช้การรักษาแบบรวมกันเพื่อประสิทธิภาพการรักษาที่เหมาะสม

ซึ่งต้องขึ้นอยู่กับอายุและสุขภาพทั่วไป ระยะของโรคมะเร็งว่ามะเร็งอยู่ภายในต่อมลูกหมากหรือกระจายออกนอกต่อมลูกหมาก

ตลอดจนการรักษาในระยะแรกเริ่มกลับมาเป็นใหม่จะมีแนวทางการรักษาที่แตกต่างกัน

ซึ่งคุณและหมอมะจะร่วมกันในการวางแผนการรักษาที่เหมาะสมที่สุด หมอมะจะอธิบายทางเลือกการรักษา ผลที่คาดหวังในแง่และวิธี

ผลข้างเคียงที่มีโอกาสเกิดขึ้นให้คุณเข้าใจ

**หากได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งต่อมลูกหมาก จะทำอย่างไร**

ไม่ควรรอคอยหรือเป็นทุกข์กังวล ควรศึกษาและทำความเข้าใจถึงโรคมะเร็งต่อมลูกหมาก

ถ้าคุณมีมะเร็งในระยะแรกเริ่มก็สามารถรักษาให้หายขาดได้ ในกรณีที่มะเร็งระยะลุกลามถึงแม้จะไม่สามารถรับรองการรักษาให้หายขาด

แต่ผลจากการรักษาใหญ่สามารถควบคุมโรคได้ ในความเป็นจริง

คนส่วนใหญ่ที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งต่อมลูกหมากแล้วมักเสียชีวิตจากโรคร้ายอื่นหรือตามอายุขัยมากกว่า

• **อย่าคิดว่า "มะเร็งต่อมลูกหมาก" คนพบได้ตั้งแต่เริ่มแรกทั้งที่ยังไม่มีการ** ซึ่งสามารถรักษาให้หายขาดได้

ตั้งหน้าผากคุณเป็นคนหนึ่งที่มีปัจจัยเสี่ยงเหล่านี้ควรตรวจหามะเร็งต่อมลูกหมากเมื่ออายุ 40 ปี แต่หากไม่มีปัจจัยเสี่ยงเหล่านี้ให้ตรวจอายุ 50 ปี ตรวจสุขภาพครั้งต่อไป อย่าลืมให้คนหมอมะช่วยตรวจค้นหาหามะเร็งต่อมลูกหมากให้เลยนะ

healthtoday