

เมื่อไร! สงสัยว่าเป็นมะเร็งเต้านม

รศ.นพ.อดุลย์ รัตนวิจิตราศิลป์
ศัลยแพทย์ด้านศีรษะ คอ เต้านม
Faculty of Medicine Siriraj Hospital
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

ขึ้นชื่อว่ามะเร็งพอได้ยินก็กลัวกันทั้งนั้น ยิ่งสตรีที่ตรวจพบว่าเป็นมะเร็งเต้านม ในระยะเริ่มแรก เมื่อคุณหมอบอกว่าผ่าตัดออกหรือทำการรักษาจนหาย ก็ไม่ได้หมายความว่าไม่มีโอกาสกลับมาเป็นมะเร็งอีก มาดูกันว่าเราจะสังเกตและดูแลตัวเองอย่างไรดี

ก้อนที่เต้านม ไม่เจ็บสีน้ำตาล

บ่อยครั้งสาเหตุที่คนไข้มาหาหมอ มาจากก้อนที่เต้านมเป็นอันดับหนึ่ง รองลงมา คือ อาการเจ็บเต้านม ผู้หญิงส่วนใหญ่เมื่อมีอาการเจ็บเต้านม มักจะเริ่มสังเกตและคลำที่เต้านม ส่วนหนึ่งจะพบก้อนร่วมด้วย อีกส่วนหนึ่งไม่พบก้อนหรือไม่แน่ใจ แต่มักจะลงเอยด้วยการพบหมอหรือผู้เชี่ยวชาญ เพื่อให้มั่นใจว่าไม่เป็นมะเร็งเต้านม ซึ่งมักจะมาพบหมอค่อนข้างเร็ว ผิดกับผู้ที่มักก้อนที่เต้านม คลำได้ แต่ไม่รู้สึเจ็บ มักจะปล่อยเอาไว้เพราะคิดว่าไม่เป็นไร

ซิสมักจะเจ็บ ส่วนมะเร็งมักจะไม่เจ็บ

ในบรรดาก้อนที่เต้านมนั้น มีโรคกลุ่มหลัก ๆ อยู่ 3 กลุ่ม คือ 1) ซิสเต้านม 2) เนื้องอกเต้านม (ไม่ร้าย) 3) มะเร็งเต้านม ซิสที่เต้านมจะมีการเปลี่ยนแปลงตามรอบเดือน โตก่อนรอบเดือนมา และเล็กลงหลังรอบเดือนมาแล้ว ส่วนใหญ่แล้วผู้ป่วยที่มีซิส มักจะเจ็บที่ก้อน ซึ่งผิดกับกลุ่มเนื้องอกหรือมะเร็ง ซึ่งมักจะไม่ค่อยเจ็บ พบว่าร้อยละ 90 ของคนที่เป็นมะเร็งเต้านม ระยะเริ่มแรกจะมีแต่ก้อน ไม่มีอาการเจ็บ ผู้หญิงหลายๆ คนมีความเข้าใจผิดคิดว่าก้อนที่ไม่เจ็บคงไม่เป็นไรและปล่อยทิ้งไว้จนกระทั่งก้อนมะเร็งใหญ่โตขึ้นมากแล้วจึงรู้สึกเจ็บได้

มะเร็งเต้านมพบได้บ่อยแค่ไหน

แนวโน้มคนไทยป่วยเป็นโรคมะเร็งสูงขึ้นทุกปี ซึ่งกว่าร้อยละ 70 ของโรคมะเร็ง เกิดจากสภาพแวดล้อม ไม่ว่าจะเป็นสภาพอากาศที่เปลี่ยนไป มีมลภาวะเพิ่มมากขึ้น สารพิษที่ปนเปื้อนมา

กับอาหาร รวมถึงความเครียดภายในจิตใจ จากอุบัติการณ์ในการเกิดโรคมะเร็ง โดยเฉลี่ยแล้วทุก ๆ 3 ชั่วโมง จะพบว่าผู้หญิงไทยป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านม 2 คน และพบว่ามีอัตราการเสียชีวิตถึงร้อยละ 30 ของการเกิดโรคมะเร็งเต้านม ทั้งนี้อัตราการพบมะเร็งเต้านมในแต่ละประเทศไม่เท่ากัน ขึ้นอยู่กับเชื้อชาติและวิถีการดำเนินชีวิต เช่น ในประเทศตะวันตก พบมะเร็งเต้านมได้มากกว่า 100 คน ในสตรีวัยเจริญพันธุ์ 1 แสนคน ส่วนในเอเชียพบน้อยกว่า ข้อมูลจากสำนักกระบาดวิทยาของ ไทยที่ได้รับการเผยแพร่ในวารสารระบาดวิทยาระดับโลก พบว่าหญิงไทยมีอัตราการพบมะเร็งเพียง 40 คน ในสตรีวัยเจริญพันธุ์ 1 แสนคน ซึ่งถ้าเทียบเป็นร้อยละก็เพียง 0.04 ซึ่งนับว่าน้อยมาก

ใครบ้างที่เสี่ยงต่อการเป็นมะเร็ง

อายุ ถือเป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญที่สุดต่อการเป็นมะเร็งเต้านม พบว่ายิ่งอายุมากขึ้น โดยเฉพาะสตรีวัย 60 ปีขึ้นไป ยิ่งมีความเสี่ยงในการเป็นมะเร็งเต้านมสูงถึงร้อยละ 50 – 60 รองลงมาคือการเคยผ่าตัดก้อนเนื้อที่เต้านม และพบว่าเป็นซิสเต้านมชนิดที่เริ่มผิดปกติ (atypia) และการพบว่ามีญาติสนิท(แม่ พี่สาว น้องสาว หรือลูก) เป็นมะเร็งเต้านมมากกว่า 2 คน รวมถึงปัจจัยอื่น ๆ ที่มีความเสี่ยงเพียงเล็กน้อย ได้แก่ การเริ่มมีประจำเดือนมาครั้งแรกตั้งแต่อายุยังน้อย การหมดประจำเดือน (วัยทอง) ช้า การไม่มีบุตร หรือมีบุตรยาก และการที่เคยใช้ยาก ลูมฮอร์โมนในวัยหมดประจำเดือนติดต่อกันเป็นเวลานานมากกว่า 10 ปี เป็นต้น

สงสัยว่าเป็นมะเร็งเมื่อไร

ดังได้กล่าวมาแล้ว มะเร็งเต้านมส่วนใหญ่จะไม่มีอาการเจ็บหรือปวด (มีเพียงร้อยละ 10 ของผู้ป่วยมะเร็งเต้านมที่มาพบหมอด้วยอาการปวดเต้านม) แต่จะคลำพบก้อนที่เต้านม **สังเกตถ้าก้อนที่เป็นมะเร็งเต้านมมักจะแข็งและขรุขระ แต่อาจเป็นก้อนเรียบๆ ได้** อาการอื่น ๆ อาจพบผิวหนังที่เต้านมบุ๋มลงไปคล้ายลึกลง หรือมีรูปร่างของเต้านมผิดไปจากเดิม หรืออาจมีแผลที่หัวนมและรอบหัวนม หรือมีน้ำเหลืองหรือน้ำเลือดไหลออกจากหัวนม บางรายคลำพบก้อน บริเวณรักแร้ และนานๆ ครั้งจะพบมะเร็งเต้านมที่มีอาการบวมแดงคล้ายการอักเสบที่เต้านม นอกจากอาการผิดปกติที่เต้านมแล้ว การตรวจเต้านมด้วยเครื่องแมมโมแกรม(mammogram) และ อัลตราซาวด์ (ultrasound) ยังสามารถตรวจพบมะเร็งเต้านมขนาดเล็กตั้งแต่ยังไม่มีอาการได้ โดยอาจพบก้อน หรือจุดหินปูนในเนื้อเต้านมได้

ตรวจเลือดและยีน (gene) บอกได้ไหมว่าเป็นมะเร็งเต้านม

การตรวจเลือดเพื่อหามะเร็งเต้านมนั้น มีความแม่นยำค่อนข้างต่ำ เนื่องจากผู้ที่เป็นมะเร็งเต้านมจะพบผลการตรวจเลือดเกี่ยวกับมะเร็ง เช่น CA153, CEA ผิดปกติน้อยกว่าร้อยละ

20 ขณะเดียวกันผู้ที่ผลเลือดปกติ ก็อาจเป็นมะเร็งเต้านมอยู่แล้ว

ส่วนการตรวจยีน เช่น gene BRCA1, BRCA2 ซึ่งจะมีความผิดปกติในมะเร็งเต้านมที่เป็นกันทั้งครอบครัว หากตรวจพบก็ไม่ได้หมายความว่า กำลังเป็นมะเร็งอยู่ เพียงแต่ทำให้รู้ว่า โอกาสจะพบมะเร็งเต้านมในคน ๆ นั้นมีมากกว่าคนทั่วไป และยีนดังกล่าวก็พบได้เพียงร้อยละ 5 - 10 ของผู้ป่วยมะเร็งเต้านมทั้งหมด ดังนั้นหากตรวจยีนดังกล่าวแล้วปกติก็ยังมีสิทธิ์เป็นมะเร็งเต้านมอยู่ไม่น้อย

รู้อย่างนี้แล้วกันไว้ดีกว่า ด้วยการตรวจเต้านมด้วยตนเองเป็นประจำ พบแพทย์ตรวจเมื่อมีอาการสงสัย อย่าปล่อยไว้เพราะไม่เจ็บ และตรวจแมมโมแกรมประจำปี ตั้งแต่อายุ 40 ปีขึ้นไป จะได้ไม่ต้องเสียใจภายหลัง