

มะเร็งลำไส้ใหญ่

มะเร็งลำไส้ใหญ่ พบมากเป็นอันดับ 3 ของมะเร็งทุกชนิด และจัดเป็นสาเหตุการตาย อันดับ 2 หากตรวจค้นพบได้ตั้งแต่ในระยะแรก โอกาสรักษาหายสูงถึงร้อยละ 90 มะเร็งลำไส้ใหญ่ส่วนมากไม่แสดงอาการ เพื่อลดความเสี่ยงและป้องกันโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่ ผู้ที่มีอายุ 50 ปีขึ้นไปหรือมีประวัติคนในครอบครัวเจ็บป่วยด้วยโรคมะเร็ง ควรตรวจส่องกล้องลำไส้ใหญ่อย่างน้อย 1 ครั้ง และติดตามต่อเนื่องตามคำแนะนำของแพทย์

มะเร็งลำไส้ แบ่งเป็นกี่ระยะ

โดยทั่วไปแล้วมะเร็งลำไส้จะแบ่งเป็น 4 ระยะด้วยกัน ได้แก่

ระยะที่ 1 มะเร็งที่จำกัดอยู่ภายในของผนังลำไส้

ระยะที่ 2 เกิดการลุกลามออกนอกผนังลำไส้ใหญ่ในบริเวณใกล้เคียง

ระยะที่ 3 มะเร็งลุกลามออกไปที่ต่อมน้ำเหลืองบริเวณใกล้เคียง

ระยะที่ 4 มีการลามแพร่กระจายไปยังอวัยวะข้างเคียงต่างๆ ของร่างกาย เช่น ปอด ตับ เป็นต้น

สัญญาณเตือน มะเร็งลำไส้ใหญ่



- ท้องผูกบ่อย จนกลายเป็นเรื่องปกติ
- มีอาการท้องเสีย สลับกับท้องผูก
- อุจจาระลีบเป็นลำเล็ก
- กินอาหารเท่าเดิม แต่น้ำหนักลดฮวบ
- มีเลือดสดหรือเลือดสีแดงเข้มปนมากับอุจจาระ
- อ่อนเพลีย อ่อนแรง แบบไม่มีสาเหตุ

กลุ่มเสี่ยง

- ผู้ที่มีอายุมากกว่า 40-50 ปี
- มีประวัติคนในครอบครัวเป็นมะเร็งลำไส้ใหญ่
- ผู้ที่ชอบรับประทานของปิ้งย่าง ของหมักดอง
- ผู้ที่มีโรคลำไส้อักเสบเรื้อรัง (IBD)
- ผู้ที่สูบบุหรี่เป็นประจำ

อาการ



- ท้องอืดโดยไม่ทราบสาเหตุ
- การขับถ่ายผิดปกติ
- อุจจาระมีเลือดปน
- มีอาการโลหิตจาง
- น้ำหนักลด

ปัจจัยที่ทำให้มีความเสี่ยงต่อมะเร็งลำไส้ใหญ่

- อายุ
- อาหาร
- เนื้องอกโพลิป
- โรคของลำไส้
- การออกกำลังกาย
- เผ่าพันธุ์
- ประวัติครอบครัว
- แอลกอฮอล์และการสูบบุหรี่



กินอย่างไร ห่างไกลมะเร็งลำไส้ใหญ่

- งดกินอาหารดิบหรือสุก ๆ ดิบ ๆ หรืออาหารที่มีเชื้อรา เช่น ถั่วลิสงบด พริกแห้ง หัวหอม กระเทียมที่ขึ้นรา
- งดการกินอาหารรมควัน ปิ้ง ย่าง หรือทอดจนเกรียม เพราะมีสารก่อมะเร็ง
- พยายามอย่ากินอาหารหรือขนมที่ใส่สีย้อมผ้าหรืออาหารที่มียาฆ่าแมลงเจือปน โดยเฉพาะดีดีทีหรือยาที่เข้าสู่สารหนู
- พยายามหลีกเลี่ยงอาหารโปรตีนหมัก เช่น ปลา ร้า ปลา ส้ม แหนม หรือเนื้อสัตว์ที่หมัก โดยผสมดินประสิว
- งดอาหารที่มีไขมัน เช่น มันสัตว์ ของทอด ของผัด น้ำมัน อาหารใส่กะทิ และจำกัดการกินน้ำตาลและของหวาน จำกัดการกินเกลือ และอาหารเค็ม ผู้ใหญ่กินเกลือวันละไม่เกิน 6 กรัม ส่วนเด็กวันละไม่เกิน 3 กรัม ต่อ 1,000 กิโลแคลอรี

ข้อเสนอแนะ



- ✓ รับประทานผัก ผลไม้ที่มีกากใยมาก ๆ
- ✓ หลีกเลี่ยงอาหารที่มีสารก่อมะเร็ง
- ✓ ตรวจคัดกรองมะเร็งลำไส้ด้วยการส่องกล้อง
- ✓ ตรวจสอบสุขภาพประจำปี

การตรวจคัดกรอง

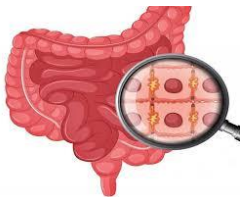
มะเร็งลำไส้ใหญ่



การตรวจคัดกรองมะเร็งลำไส้ใหญ่ สามารถวินิจฉัยโรคได้ ตั้งแต่ระยะแรกของโรค

ข้อดีของการตรวจคัดกรอง

- ✓ สามารถรักษาให้หายขาดได้ หากตรวจพบในระยะแรก ๆ
- ✓ ลดอัตราเสียชีวิตจากโรคมะเร็ง
- ✓ อาจช่วยป้องกันการเกิดมะเร็งได้ หากมีการตรวจพบติ่งเนื้อก่อนที่จะกลายเป็นมะเร็ง



กลุ่มเสี่ยงที่ควรตรวจคัดกรอง

- ✓ คนทั่วไปที่มีอายุตั้งแต่ 50 ปีขึ้นไป และไม่มีประวัติครอบครัวเป็นมะเร็งลำไส้ใหญ่
- ✓ คนที่มีประวัติครอบครัวเป็นมะเร็งลำไส้ใหญ่ ให้เริ่มตรวจที่อายุของญาติเมื่อตอนเป็นมะเร็ง - 10 ปี เช่น พ่อเป็นมะเร็งลำไส้ใหญ่ เมื่ออายุ 45 ปี ลูกควรตรวจเมื่ออายุ 35 ปี เป็นต้น
- ✓ หากผลการตรวจไม่พบความผิดปกติ แนะนำให้ทำการตรวจซ้ำทุก 10 ปี

วิธีการตรวจคัดกรอง

- ✓ การตรวจหาเลือดแฝงในอุจจาระ หากผลตรวจเป็นบวกจะได้รับการตรวจยืนยันอีกครั้งเพื่อรับการวินิจฉัยต่อไป
- ✓ การส่องกล้องลำไส้ใหญ่ เป็นวิธีการที่แม่นยำ นอกจากจะทำให้เห็นว่ามีติ่งเนื้อแล้วยังสามารถตัดติ่งเนื้อออกในเวลาเดียวกันได้



มะเร็งลำไส้ใหญ่



ด้วยความปรารถนาดี

กลุ่มงานศัลยกรรม หน่วยเคมีบำบัด

โรงพยาบาลมหาราชนครศรีธรรมราช

โทร. 075-340250 ต่อ 8301

