

## ประชาสัมพันธ์ความรู้เฝ้าระวังภัยโรคมะเร็งเต้านม

มะเร็งทุกชนิดที่ไม่มีอาการเจ็บปวดใด ๆ จนกว่าอาการจะพัฒนาไปถึงขั้นแพร่กระจายสู่ระบบอื่น ๆ ซึ่งประมาณ ๑ ใน ๕ ของผู้หญิงที่มีอาการนี้จะตรวจพบเป็นมะเร็งเต้านม ผิวหนังของเต้านมมีการเปลี่ยนแปลงไปเช่น ไม่เรียบสนิท มีรอยบุ๋ม รังตัว หดตัว มีลักษณะเป็นผิวส้มเพราะหากมีก้อนเนื้อเกิดขึ้นภายในเต้านม ผิวหนังของเต้านมจะถูกรั้งหรือดึงให้บุ๋มเข้าไปในเต้านมได้

- ระบบขับถ่ายผิดปกติ มีการเปลี่ยนแปลงในการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ
- แผลเรื้อรังที่รักษาไม่หาย ที่บริเวณเต้านม
- เลือดไหลผิดปกติตามทวารใด ๆ ของร่างกาย
- คลำพบก้อนที่เต้านมหรือส่วนอื่น ๆ ของร่างกาย
- กลืนอาหารลำบากหรือระบบการย่อยผิดปกติ
- ไข้หรือหูดที่เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างผิดปกติหรือมีเลือดออก มีน้ำเหลืองหรือของเหลวออกมาจากหัวนม
- มีอาการเจ็บเต้านมหรือผิวหนังบริเวณเต้านมอักเสบ มีผื่นคันบริเวณเต้านม
- มีการเปลี่ยนแปลงของขนาดเต้านมโดยปกติแล้วเต้านมของผู้หญิงมักจะมีขนาดไม่เท่ากันสองข้าง แต่หากข้างใดข้างหนึ่งมีขนาดผิดปกติ

Infographic titled "มะเร็งเต้านม" (Breast Cancer) with a subtitle "ปัจจัยเสี่ยงและการเฝ้าระวัง" (Risk Factors and Early Detection). It features a pink ribbon logo and text in Thai. The top right corner has the logo of the National Cancer Institute (NCI) and the text "สถาบันมะเร็งแห่งชาติ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข" (National Cancer Institute, Ministry of Public Health).

**มะเร็งเต้านมพบสถิติการป่วยสูงที่สุดเป็นอันดับ 1 ในผู้หญิงไทยและมีอัตราการเสียชีวิตถึง 1 ใน 3 การตรวจพบมะเร็งเต้านมได้ตั้งแต่ระยะเริ่มต้นจะช่วยเพิ่มโอกาสในการรักษาและการรอดชีวิตได้เพิ่มขึ้น**

**ปัจจัยเสี่ยงที่หลีกเลี่ยงไม่ได้**

- ความเสี่ยงเพิ่มตามอายุ
- ครอบครัวมีประวัติเป็นมะเร็งเต้านมหรือมะเร็งรังไข่
- มีประจำเดือนช้าหรือเร็วกว่าปกติ
- ภาวะเนื้อเต้านมหนาแน่น Homogenous breast dense (ทราบโดยการทำแมมโมแกรม)

**ปัจจัยเสี่ยงที่หลีกเลี่ยงได้**

- รับประทานฮอร์โมนเพศต่อเนื่องเป็นเวลานาน
- ภาวะน้ำหนักเกิน
- ผู้หญิงที่ไม่ได้มีบุตรก่อนอายุ 35 ปี
- ผู้ที่ดื่มแอลกอฮอล์มาก ๆ เป็นประจำ
- ได้รับการฉายรังสีบริเวณทรวงอกตั้งแต่เด็ก

**ควรมั่นใจว่าตัวเองเพื่อหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง และตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านม โดยการเอกซเรย์ (แมมโมแกรม) เป็นประจำทุกปี**

Find us: [www.facebook.com/VibhawanatnakomDCH](https://www.facebook.com/VibhawanatnakomDCH)  
ติดต่อสายด่วนฉุกเฉินที่ 015-266-150

# รู้ได้ยังไงว่า... คุณเสี่ยงเป็น มะเร็งเต้านม



- อายุมากขึ้น
- ภาวะอ้วน น้ำหนักเกิน
- มีญาติสายตรงเป็นมะเร็งเต้านม, มะเร็งรังไข่ หรือมะเร็งเยื่อบุโพรงมดลูก
- ใช้ฮอร์โมนเพศ หรือใช้ยาคุมกำเนิด เป็นเวลานาน
- มีประจำเดือนครั้งแรก ก่อนอายุ 12 ปี หรือหมดประจำเดือนครั้งแรกหลังอายุ 55 ปี
- มีบุตรคนแรกหลังอายุ 30 ปี หรือไม่เคยมีบุตร
- ไม่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ดื่มแอลกอฮอล์
- ขาดการออกกำลังกาย

[www.paolohospital.com](http://www.paolohospital.com)

รักษาอย่างเข้าถึง ดูแลอย่างเข้าใจ

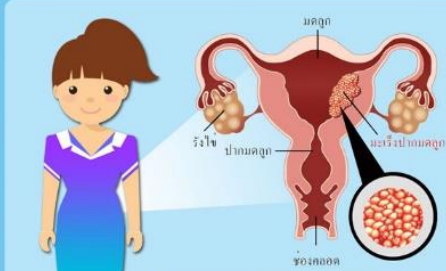
## ประชาสัมพันธ์ความรู้เฝ้าระวังภัยโรคมะเร็งปากมดลูก

### การวินิจฉัยมะเร็งปากมดลูก

แพทย์จะทำการตรวจร่างกาย ตรวจภายใน และตรวจคัดกรองหาความผิดปกติของเซลล์ที่ปากมดลูก ด้วยแป็บ เสมีย์ร์ (Pap smear) ซึ่งเป็นการตรวจความสมบูรณ์ของเซลล์บริเวณปากมดลูก ว่ามีการเปลี่ยนแปลงของเซลล์ที่ผิดปกติหรือไม่ ในบางครั้งผลตรวจที่พบความผิดปกติของเซลล์นั้น ก็อาจไม่ใช่เซลล์มะเร็งเสมอไปในกรณีที่การตรวจแป็บ เสมีย์ร์ สงสัยความผิดปกติ เช่น การตัดชิ้นเนื้อที่ปากมดลูก (Colonoscopy) โดยแพทย์จะวินิจฉัยร่วมกับผลการตรวจอื่น ๆ ด้วย เช่น อัลตราซาวน์ เอกซเรย์คอมพิวเตอร์ (CT scan) เอกซเรย์คลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า (MRI scan) เอกซเรย์ปอด (chest x-ray) ผลตรวจเลือด CBC เพื่อประเมินว่ามะเร็งอยู่ในระยะใด เพื่อช่วยในวางแผนการรักษาต่อไป


### โรคมะเร็งปากมดลูก (Cervical cancer)

เกิดจากเชื้อไวรัส Human papillomavirus :HPV

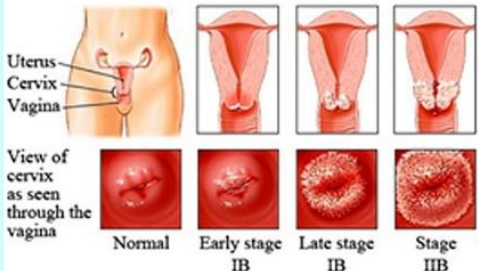


**ระยะฟักตัว**  
การติดเชื้อ HPV ในระยะแฝงใช้เวลาอย่างน้อย 20 ปี โดยมีระยะแฝงก่อนพัฒนาไปเป็นระยะเริ่มเป็นมะเร็งใช้เวลา 5 ปี และจะมีอาการลุกลามมากขึ้นในช่วง 15 ปี

**อาการและอาการแสดง**  
ระยะแรกมักไม่พบอาการผิดปกติ แต่สามารถตรวจพบความผิดปกติของเซลล์เยื่อปากมดลูกได้จากวิธี Pap smear หากไม่ได้รับการรักษาที่เหมาะสม จะกลายเป็นมะเร็งปากมดลูกระยะลุกลาม อาการที่พบคือ มีเลือดออกกะปริบกะปรอยทางช่องคลอด หรือมีเลือดออกหลังมีเพศสัมพันธ์ มีตกขาวปนเลือดและอาจมีอาการอื่นๆ ร่วมด้วย เช่น ชาบวม ปวดหลัง ก้นกบและต้นขา ปัสสาวะ หรือถ่ายอุจจาระเป็นเลือด เป็นต้น



ภาพแสดงหูดที่ใกล้ช่องเสีงของทารก ทำให้ทารกแรกเกิดร้องเสีงแหบตลอดเวลา



**ระยะติดต่อ**  
สามารถติดต่อกันได้ตลอดเวลาที่ติดเชื้อ Human papillomavirus ที่อวัยวะสืบพันธุ์

**การถ่ายทอดโรค**  
ติดต่อทางเพศสัมพันธ์ (Sexual transmission) เมื่อมีเพศสัมพันธ์กับผู้ที่มีเชื้อเอชพีวีที่อวัยวะสืบพันธุ์ นอกจากนี้ยังสามารถถ่ายทอดเชื้อจากแม่สู่ลูกขณะคลอด ทำให้เกิดโรคหูดในเด็กทารก เช่น หูดในช่องเสีง



# ประชาสัมพันธ์ความรู้เฝ้าระวังภัยโรคมะเร็งปากมดลูก



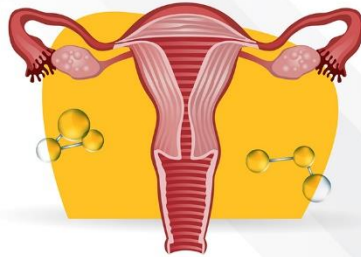
## มะเร็งปากมดลูก

### โรคจากเพศสัมพันธ์... ที่สามารถป้องกันได้

ข้อมูลโดย ศ.พญ.สายพิน พงษรา สูตินรีแพทย์



คลินิกสูตินรีเวช  
โรคมะเร็งปากมดลูก  
0-5393-6830



การติดเชื้อ HPV (มะเร็งปากมดลูก) มีสาเหตุจากการมีเพศสัมพันธ์  
ดังนั้น ปัจจัยเสี่ยงของมะเร็งปากมดลูกจึงเกี่ยวข้องกับพฤติกรรม ดังต่อไปนี้



การมีเพศสัมพันธ์  
ตั้งแต่อายุน้อย



การมีคู่นอนหลายคน  
หรือ มีสามีหลายคน



คู่นอน หรือ สามี  
มีส่วนทางเพศ



การสูบบุหรี่



การติดเชื้อ HIV

### ใคร ควรตรวจ คัดกรองมะเร็งปากมดลูก

มะเร็งปากมดลูก  
เป็นมะเร็งเพียงชนิดเดียวเท่านั้น  
ที่มีวิธีการตรวจคัดกรอง  
ที่มีประสิทธิภาพ  
สามารถค้นหา เซลล์ผิดปกติ  
ได้ตั้งแต่ระยะก่อนเป็นมะเร็ง  
**แนะนำให้ตรวจในสตรี  
อายุ 25 ปีขึ้นไป**

### ตรวจได้ 2 วิธี

1

#### Conventional Pap smear

การตรวจวิธีนี้สามารถพบความผิดปกติได้ประมาณร้อยละ 50-60

2

**Liquid-based Pap smear** การตรวจวิธีนี้มีโอกาสในการอ่านผิดพลาดน้อย พบเซลล์ที่ผิดปกติได้ง่าย ซึ่งปัจจุบันนี้ Liquid-based Pap smear เป็นวิธีการที่ได้รับการรับรองจากองค์การอาหารและยาของสหรัฐอเมริกา ว่ามีประสิทธิภาพดีกว่าแบบ Conventional Pap smear

### การป้องกันมะเร็งปากมดลูก

นอกจากต้องเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงในด้านเพศสัมพันธ์แล้ว

การใช้ถุงยางอนามัยก็ถือเป็นการป้องกันอีกวิธีหนึ่ง แต่วิธีที่ดีที่สุดในการป้องกันโรคมะเร็งปากมดลูกในปัจจุบัน

คือ **การฉีดวัคซีนป้องกันมะเร็งปากมดลูก** รวมทั้งการตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูกอย่างสม่ำเสมอ

ซึ่งนับเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพดีที่สุดในการค้นหาเซลล์ที่ผิดปกติก่อนที่จะเป็นมะเร็ง

ซึ่งหากตรวจพบตั้งแต่ระยะแรก สามารถให้การรักษาได้อย่างรวดเร็วและมีประสิทธิภาพ