



สุขภาพน่ารู้คู่ชุมชน

“บริการดี มีน้ำใจ ซื่อสัตย์”

www.thatoomHSP.com

Tel.0-4459-1126

ชวนสุขศึกษาและประชาสัมพันธ์ รพ.ท่าตูม

15 อาการโรคมะเร็งในผู้ชาย ที่ไม่ควรละเลย



ถ้าคุณเหมือนผู้ชายทั่วไปที่การไปตรวจสุขภาพดูเหมือนจะไม่เคยอยู่ในตารางชีวิต นั้นมันแย่มากทีเดียว เพราะคุณอาจพลาดสัญญาณเตือนของโรคมะเร็งได้

วิธีที่ดีที่สุดในการบำบัดโรคมะเร็งให้หายขาดก็คือ ต้องตรวจให้พบได้ตั้งแต่ระยะแรกๆ จะเพิ่มโอกาสในการรักษามากขึ้น ปัญหาก็คือสัญญาณเตือนหลายๆ อย่างนั้นดูจะไม่ค่อยชัดเจนเสียเท่าไร

ลองเช็คสัญญาณเตือน 15 ประการกันดูก่อน บางอย่างเชื่อมโยงกับโรคมะเร็งอย่างชัดเจน มันคุ้มค่าที่จะศึกษาจะได้ตรวจพบได้อย่างทันทั่วทั้งที่

1. มีปัญหาเวลาปัสสาวะ

ผู้ชายหลายคนมีปัญหาในขณะปัสสาวะเมื่ออายุมากขึ้น อย่างเช่น

- ปวดปัสสาวะบ่อยขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเวลากลางคืน
- ปัสสาวะเรี่ยราด ปัสสาวะเล็ด หรืออั้นปัสสาวะไม่ค่อยอยู่
- มีปัญหาตอนเริ่มปัสสาวะ หรือปัสสาวะอ่อน (ไหลช้า)
- รู้สึกแสบเมื่อปัสสาวะ

อาการต่อมลูกหมากโตอาจทำให้เกิดปัญหานี้ขึ้นได้ และยังสามารถกลายเป็นมะเร็งต่อมลูกหมากได้ด้วย แพทย์จะทำการตรวจหาสาเหตุของอาการที่เกิดขึ้น โดยจะให้คุณเข้ารับการทดสอบรวมไปถึงการตรวจเลือด (เรียกว่า PSA test) เพื่อตรวจหามะเร็งต่อมลูกหมากนั่นเอง

2. มีการเปลี่ยนแปลงในอวัยวะ

ถ้าคลำเจอก้อน หรือรู้สึกหน่วงๆ หนักๆ หรือมีรู้สึกผิดปกติบางอย่างในลูกอัณฑะ คุณยังไม่ควรละเลย Dr. Herbert Lepor ผู้อำนวยการด้านระบบทางเดินปัสสาวะที่ศูนย์การแพทย์ Langone มหาวิทยาลัย New York กล่าว “แตกต่างจากมะเร็งต่อมลูกหมากที่จะเติบโตอย่างช้าๆ แต่มะเร็งอัณฑะจะลุกลามได้ในเวลาแค่ข้ามคืน” แพทย์ของคุณจะตรวจหาปัญหาและตรวจเช็คร่างกาย, ทดสอบเลือด และทำอัลตราซาวด์ถุงอัณฑะเพื่อหาสาเหตุต่อไป

3. มีเลือดออกมากับปัสสาวะหรืออุจจาระ

อาการเหล่านี้จะเป็นสัญญาณแรกเริ่มของโรคมะเร็งกระเพาะปัสสาวะ, มะเร็งที่ไต หรือมะเร็งลำไส้ใหญ่ก็ได้ ควรเข้ารับการตรวจกับแพทย์เพราะอาการเลือดออกไม่ว่าจะเป็นอวัยวะใดๆ ก็ไม่ปกติทั้งสิ้น แม้ว่าคุณจะไม่มีอาการอื่นใดร่วมเลยก็ตาม Lepor กล่าว และต่อให้คุณตรวจแล้วไม่พบโรคมะเร็ง แต่อาการดังกล่าวนี้ก็ยังคงอาจเป็นเพราะโรคริดสีดวงทวาร หรือมีการติดเชื้อในทางเดินปัสสาวะ ซึ่งก็ควรเข้ารับการตรวจและรักษาอยู่ดี

4. ผิวหนังมีการเปลี่ยนแปลง

เมื่อคุณพบกับการเปลี่ยนแปลงผิวหนัง ทั้งในเรื่องของขนาด, รูปร่าง, สีของขี้แมลงวัน ไฟ หรือจุดต่างๆ ให้รีบไปพบแพทย์โดยเร็วที่สุด เพราะจุดใหม่ๆ เหล่านี้เป็นสัญญาณที่ค่อนข้างชัดเจนของโรคมะเร็งผิวหนัง คุณต้องเข้ารับการทดสอบ อาจมีการตัดชิ้นเนื้อไปตรวจหาด้วย ซึ่งแพทย์จะตัดเอาเนื้อเยื่อ

เล็กๆ ไปทดสอบมะเร็งผิวหนัง หากพบความผิดปกติเหล่านี้ไม่ควรรื้อ Dr. Marleen Meyers แพทย์
ด้านเนื้องอกวิทยาที่ศูนย์มะเร็ง NYU Perlmutter กล่าว

5. ต่อมน้ำเหลืองมีการเปลี่ยนแปลง

มีอาการต่อมน้ำเหลืองโต โดยต่อมขนาดเท่าเมล็ดถั่วนี้จะพบได้บริเวณลำคอ, รักแร้ และตำแหน่งอื่นๆ
ซึ่งการบวมโตจะเป็นสัญญาณเตือนว่ามีบางอย่างผิดปกติเกิดขึ้นในร่างกายคุณ โดยทั่วไปแล้วจะ
หมายถึงระบบภูมิคุ้มกันกำลังต่อสู้กับอาการเจ็บคอ หรือเป็นไข้ แต่โรคมะเร็งก็ทำให้ต่อมน้ำเหลืองโต
ได้เช่นกัน ควรไปพบแพทย์หากอาการต่อมน้ำเหลืองโตนี้ไม่หายไป ใน 2-4 สัปดาห์ Meyers กล่าว

6. มีปัญหาการกลืน

บางคนมีปัญหาการกลืนบ้างเป็นบางครั้ง แต่ถ้าคุณมีปัญหานี้จนถึงกับทำให้น้ำหนักลดหรืออาเจียนแล้ว
ล่ะก็ คุณต้องเข้ารับการตรวจกับแพทย์แล้วล่ะ ซึ่งแพทย์จะทำการตรวจเช็คมะเร็งลำคอและมะเร็ง
กระเพาะอาหาร โดยจะเริ่มทดสอบที่ลำคอและเอกซเรย์ด้วยการกลืนแร่ Barium ซึ่งในระหว่างการ
ทดสอบคุณต้องดื่มของเหลวที่ช่วยให้มองเห็นลำคอของคุณได้ชัดขึ้นบนแผ่นฟิล์ม X-ray

7. แสบร้อนในทรวงอก

หากมีอาการแสบร้อนในทรวงอก การปรับปรุงวิธีการกินอาหาร พฤติกรรมการดื่ม และลดความเครียด
ลงอาจช่วยได้ แต่หากมันไม่ดีขึ้นเลยก็ควรเข้าพบแพทย์เพื่อตรวจเช็ค เพราะอาการแสบร้อนในทรวง
อกที่ไม่ยอมหายหรือแย่ลงไปเรื่อยๆ นั้นอาจหมายถึงโรคมะเร็งกระเพาะอาหารหรือมะเร็งลำคอได้ด้วย

8. มีการเปลี่ยนแปลงในช่องปาก

ถ้าคุณเป็นคนที่ชอบบุหรี่หรือเคี้ยวยาสูบ คุณก็มีความเสี่ยงที่สูงกว่าที่จะเป็นมะเร็งในปาก ให้ลองสังเกต
ฝ้าสีขาวหรือฝ้าสีแดงภายในปากหรือบนริมฝีปาก แล้วปรึกษาแพทย์หรือทันตแพทย์เพื่อทดสอบและ
รักษาต่อไป

9. น้ำหนักลดโดยไม่ได้ตั้งใจ

กางเกงพิตขึ้นหรือหลวมลงหรือเปล่า? ถ้าคุณไม่ได้เปลี่ยนแปลงการกินหรือเปลี่ยนแปลง [การออกกำลังกาย](#)
ก็อาจหมายถึงความเครียดหรือต่อมไทรอยด์มีปัญหา แต่การที่น้ำหนักลดเป็น 10 ปอนด์ขึ้นไปโดย

ไม่ตั้งใจนั้นเป็นเรื่องไม่ธรรมดาแน่ แม้การสูญเสียน้ำหนักส่วนใหญ่แล้วจะไม่เกี่ยวกับโรคมะเร็ง แต่ก็เป็นหนึ่งในสัญญาณของมะเร็งตับอ่อน, มะเร็งกระเพาะอาหาร หรือมะเร็งปอดได้ ซึ่งแพทย์จะทำการตรวจเลือดแล้วทำการตรวจด้วย CT Scan หรือ PET Scan เพิ่มเติมเพื่อวินิจฉัยได้อย่างชัดเจน

10. ไข้

การเป็นไข้นั้นโดยทั่วไปแล้วก็ไม่ใช่อะไรที่น่าเป็นห่วง เพราะนั่นหมายถึงร่างกายกำลังต่อสู้กับการติดเชื้อ แต่หากคุณเป็นไข้แล้วไม่หายเสียทีโดยหาสาเหตุมาอธิบายไม่ได้ ก็อาจเป็นสัญญาณเตือนของโรคมะเร็งเม็ดเลือดขาวหรือมะเร็งเลือดชนิดอื่นๆ แพทย์จะทำการตรวจประวัติทางการแพทย์ แล้วตรวจร่างกายเพื่อหาสาเหตุของอาการ

11. เต้านมเปลี่ยนแปลง

“ผู้ชายมักจะละเลยก้อนในเต้านม เพราะเข้าใจว่ามันคงไกลตัว” Dr.Meyers กล่าว “แต่ 1% ของมะเร็งเต้านมนั้นเกิดขึ้นในเพศชาย และบ่อยครั้งมักจะได้รับการวินิจฉัยในภายหลัง” หากพบก้อนหรือความผิดปกติใดๆ ก็อย่าละเลย ควรรีบพบแพทย์เพื่อตรวจหาสาเหตุจะดีที่สุด

12. ความเมื่อยล้า

โรคมะเร็งหลายๆ ชนิดมักจะทำให้รู้สึกเมื่อยล้าชนิดที่เรียกว่านอนเท่าไรก็ไม่เคยพอสักที ซึ่งมันจะต่างกับการเมื่อยทั่วไปที่มักเกิดในช่วงที่งานเยอะวุ่นวายหรือมีกิจกรรมมากมาย หากความเมื่อยล้าทำให้คุณมีปัญหาในชีวิตประจำวัน ควรปรึกษาแพทย์เพื่อหาสาเหตุและรักษาต่อไป

13. อาการไอ

ในกลุ่มผู้ที่ไม่สูบบุหรี่ การไอแบบไม่ได้เกิดจากโรคมะเร็งเลย มันจะกินเวลาไม่เกิน 3-4 สัปดาห์เท่านั้น แต่หากมีได้เป็นเช่นนั้น ทั้งยังทำให้คุณไอจนหายใจไม่ทันหรือไอออกมาเป็นเลือด ก็อย่าชักช้า ให้รีบไปพบแพทย์เลยจะดีที่สุด โดยเฉพาะหากคุณเป็นคนที่สูบบุหรี่ การไอนั้นเป็นสัญญาณแรกเริ่มของโรคมะเร็งปอด แพทย์จะทำการตรวจเมือกในปอดเพื่อดูการติดเชื้อ รวมไปถึง X-ray เพื่อตรวจเช็คปัญหาอื่นๆ ต่อไปด้วย

14. อาการปวด

มะเร็งนี้ได้เป็นสาเหตุของอาการปวดเมื่อยหรือเจ็บปวด แต่ถ้าอาการเจ็บนั้นกินเวลามากกว่า 1 เดือน ก็น่าจะต้องไปปรึกษาแพทย์ อาการปวดอย่างต่อเนื่องอาจเป็นสัญญาณของมะเร็งได้หลายชนิด โดยเฉพาะหากอยู่ในช่วงที่กำลังกระจายตัว Lepor กล่าว

15. อาการปวดท้องและซีสต์

อาการนี้หาได้ยาก แต่ภาวะซีสต์ที่มาพร้อมกับอาการปวดท้องอาจเป็นสัญญาณของมะเร็งตับอ่อนได้ แล้วต้องกังวลหรือไม่? ไม่จำเป็นต้องกังวลจนกว่ามันจะเกิดขึ้นภายในครอบครัวมาก่อน นั่นแหละคุณจึงค่อยไปพบแพทย์ Meyers กล่าว



“สุขภาพดีของท่าน คือบริการของเรา”

รอบรู้เรื่องสุขภาพง่าย ๆ แค่นี้...คลิกมา...

www.thatoomhsp.com

งานเวชศาสตร์และประจักษวิทยาโรงพยาบาลท่าตุม

โทร.044-591126 ต่อ 116



โรงพยาบาลท่าตุม จังหวัดสุรินทร์