



สุขภาพนำรัฐสู่ชุมชน

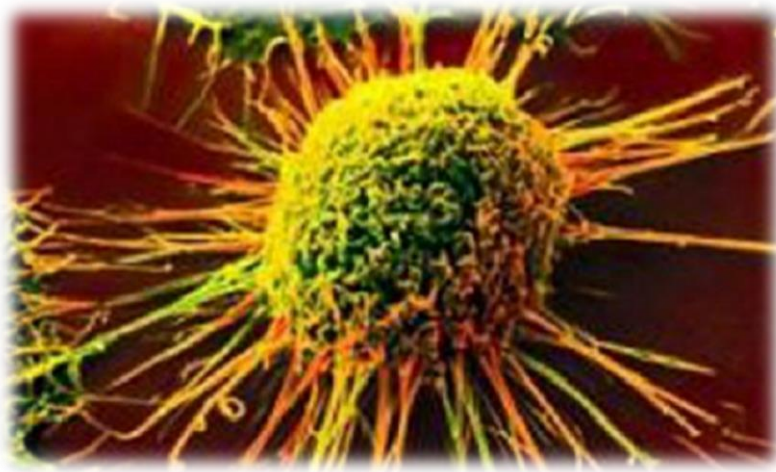
“บริการดี มีน้ำใจ ซื่อสัตย์”

www.thatoomHSP.com

Tel.0-4459-1126

ชวนลูกศิษย์และประชาสังคมร่วม รพ.ท่าตูม

มะเร็ง



มะเร็งคืออะไร

มะเร็ง (Cancer) คือเซลล์เนื้อร้ายที่เจริญเติบโตผิดปกติ แผลแทรกซึมเบียดเข้าไปในเซลล์ดีที่อยู่รอบด้าน ไม่อยู่ในระเบียบแบบแผนของร่างกาย สามารถกินเข้าไปในหลอดเลือดและน้ำเหลือง แล้วกระจายไปทั่วอวัยวะอื่นๆ และไปเจริญเติบโตขึ้นผิดที่ ทำให้เนื้อเยื่อของอวัยวะนั้นเสียไป ถ้าเป็นอวัยวะที่ทำหน้าที่สำคัญของร่างกาย เช่น ปอด ตับ หรือสมอง ก็จะทำให้ผู้ป่วยเสียชีวิตในเวลาอันรวดเร็ว

สาเหตุของการเกิดมะเร็ง

ปัจจุบันนักวิทยาศาสตร์เชื่อกันว่าสาเหตุที่ทำให้เกิดมะเร็งบางชนิดในสัตว์คือเชื้อไวรัส ส่วนในคนนั้นยังไม่เคยมีการแยกเชื้อไวรัสออกจากเซลล์มะเร็งได้ แต่เชื่อกันว่าการที่คนเราเป็นมะเร็งนั้นมีสาเหตุต่อไปนี้ร่วมอยู่ด้วย ได้แก่ สารเคมีบางชนิด การกระทบกระเทือน แผลเรื้อรัง รังสี แสงแดด และปรสิตบางชนิด

ลักษณะอาการ

มะเร็งในระยะเริ่มแรกจะไม่แสดงอาการ ทำให้ผู้ที่เป็นมะเร็งไม่รู้ว่าตนเองเป็น แต่ก็ควรจะสังเกตอาการผิดปกติของตัวเอง ดังนี้



1. เป็นตุ่ม ก้อน หรือแผลที่ผิวหนัง แต่มิใช่แผล รอยขีดข่วน กระจกเงา หรือที่ลิ้นโตขึ้นผิดปกติ
2. มีหูดหรือปานที่โตขึ้นผิดปกติ
3. เป็นแผลเรื้อรัง ไม่รู้จักหาย และโตขึ้น
4. เสียงแหบอยู่เรื่อยๆ และไอ โดยหาสาเหตุไม่ได้
5. ตกขาวหรือมีเลือดออกกระปริดกระปรอยทางช่องคลอด
6. ท้องอืด เบื่ออาหาร และผอมลงมาก หรือกลืนอาหารลำบาก
7. การเปลี่ยนแปลงในการถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะที่ผิดปกติ

วิธีบำบัดรักษา

มะเร็งในระยะเริ่มแรกอาจรักษาให้หายขาดได้กว่า 30% และมะเร็งในบางตำแหน่ง เช่น ผิวหนังก็อาจจะรักษาให้หายได้เกือบ 100% ที่เข้าใจว่าเป็นมะเร็งแล้วตายนั้นจึงไม่เป็นความจริงเสมอไป โดยอายุของเพศชายที่มักจะพบว่าเป็นมะเร็งคือระหว่าง 50 – 70 ส่วนเพศหญิงคือ 34 – 70 ปี ความสำคัญอยู่ที่หากสงสัยว่าจะเป็นมะเร็งก็ควรไปพบแพทย์โดยเร็ว เพราะมะเร็งสามารถรักษาให้หายได้ในระยะเริ่มแรกเท่านั้น ดังนั้นการตรวจสุขภาพประจำปีก็เป็นอีกวิธีหนึ่งที่จะช่วยป้องกันการสูญเสียชีวิตอันเกิดจากมะเร็งได้



การปฏิบัติตัวเพื่อไม่ให้เป็นมะเร็ง

หลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันสูง อาหารที่มีสารก่อมะเร็ง อาหารที่มีสิ่งแปลกปลอม เช่น อะฟลาท็อกซิน

และยาฆ่าแมลง หลีกเลี่ยงอาหารที่เก็บไว้นาน เพราะอาจมีการปนเปื้อนเชื้อราหรือสารพิษต่างๆ ได้ ลดอาหารเค็ม อาหารหมักดอง อาหารประเภทเนื้อแปรรูป เช่น แฮม เบคอน ไส้กรอก หมูยอ แหนม ส่วนการปรุงอาหารโดยเฉพาะเนื้อสัตว์โดยสัมผัสโดยตรงกับเปลวไฟไม่ควรทานบ่อยเกินไป

ขอบคุณข้อมูลจาก:

MEGA We Care. คู่มือสุขภาพ GOOD HEALTH By Yourself. กรุงเทพฯ: บริษัท เมก้า ไลฟ์ไซแอนซ์ พีทีวาย จำกัด, 2552.



“สุขภาพดีของท่าน คือบริการของเรา”
รื้อปรับเรื่องสุขภาพง่าย ๆ แค่อายใจ...คลั่งก็มา...

www.thatoomhsp.com

งานสุขศึกษาและประชาสัมพันธ์โรงพยาบาลท่าตูม

โทร.044-591126 ต่อ 116



โรงพยาบาลท่าตูม จังหวัดสุรินทร์