****

**กันยายน เดือนแห่งการรณรงค์ต้านภัยมะเร็งต่อมน้ำเหลือง**

**มะเร็งต่อมน้ำเหลือง พบได้ทุกเพศ ทุกวัย ทุกอวัยวะ ตรวจพบเร็ว รักษาหายขาดได้**

**นายแพทย์สกานต์ บุนนาค รองอธิบดีกรมการแพทย์** กล่าวว่า มะเร็งต่อมน้ำเหลือง พบได้บ่อยลำดับที่ 5 ในคนไทย พบได้ในทุกช่วงอายุแล้วแต่ชนิด ประมาณ 3,000 - 4,000 คนต่อปี เนื่องจากเป็นมะเร็งที่เกิดกับต่อมน้ำเหลืองจึงเกิดได้ทุกบริเวณของร่างกาย ตั้งแต่รักแร้ คอ ขาหนีบ ตามข้อพับ ในช่องอก และในช่องท้อง นอกจากนี้เซลล์ต่อมน้ำเหลืองยังมีอยู่ทุกอวัยวะสามารถเกิดเป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลืองได้ทั้งสิ้น เช่น มะเร็งต่อมน้ำเหลืองบริเวณลำไส้ มะเร็งต่อมน้ำเหลืองในสมอง เป็นต้น โดยทั่วไป มะเร็งต่อมน้ำเหลืองเป็นมะเร็งที่มีการพยากรณ์โรคดีชนิดหนึ่ง หากได้รับการรักษารวดเร็วผู้ป่วยมากกว่าครึ่งหนึ่ง สามารถหายขาดได้และกลับมาใช้ชีวิตได้ตามปกติ ทั้งนี้อาจขึ้นกับชนิดและระยะของโรค

**เรืออากาศเอกนายแพทย์สมชาย ธนะสิทธิชัย ผู้อำนวยการสถาบันมะเร็งแห่งชาติ** กล่าวว่า ต่อมน้ำเหลืองมีรูปร่างคล้ายเม็ดถั่วขนาดเล็ก เส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 0.5 - 1 เซนติเมตร พบได้ทั่วทั้งร่างกายปริมาณหลายร้อยต่อม ภายในมีเม็ดเลือดขาวปริมาณมาก ทำหน้าที่ในระบบภูมิคุ้มกัน คอยต่อสู้และปกป้องร่างกายจากสิ่งแปลกปลอม ปัจจัยเสี่ยงและสาเหตุของมะเร็งต่อมน้ำเหลืองเกิดจากการกลายพันธุ์ของเซลล์เม็ดเลือดขาวชนิดลิมฟอยด์ (lymphoid) โดยมีปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ ได้แก่ การติดเชื้อไวรัส เช่น เอชไอวี (HIV) ไวรัสตับอักเสบ ซี (HCV) และ EBV (Epstein-Barr Virus) การติดเชื้อแบคทีเรีย ที่ทำให้เกิดกระเพาะอาหารอักเสบเรื้อรัง พันธุกรรม ภาวะภูมิคุ้มกันต่ำจากการได้รับยา สารเคมีที่มีสารก่อมะเร็งอยู่ เช่น สารกำจัดศัตรูพืช อาการของมะเร็งต่อมน้ำเหลือง แบ่งเป็น คลำได้ต่อมน้ำเหลืองโตหรือเป็นก้อนบริเวณต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น คอ ใต้รักแร้ ขาหนีบ อาการเฉพาะที่ที่เกิดจากต่อมน้ำเหลืองโตในบริเวณนั้น ๆ เช่น แน่นหน้าอก หายใจลำบาก ปวดแน่นท้อง ท้องอืด ปวดศีรษะ อาการทางระบบหรือ B-symptom เช่น อาการไข้ที่ไม่ทราบสาเหตุเป็นเวลานานกว่าสองสัปดาห์ เหงื่อออกตอนกลางคืน และน้ำหนักลดโดยไม่ทราบสาเหตุ หรือเบื่ออาหารผิดปกติ ดังนั้น การป้องกันของมะเร็งต่อมน้ำเหลือง จึงทำได้โดยการหมั่นสังเกตตัวเอง ตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปี หากเจ็บป่วยให้รีบไปรักษา หลีกเลี่ยงการสัมผัสสารเคมีโดยตรง และรักษาสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง

**แพทย์หญิงศศินิภา ตรีทิเพนทร์ แพทย์ผู้เชี่ยวชาญอายุรศาสตร์โรคเลือด สถาบันมะเร็งแห่งชาติ** กล่าวเพิ่มเติมว่า มะเร็งต่อมน้ำเหลือง แบ่งออกเป็น มะเร็งต่อมน้ำเหลืองชนิดฮอดจ์กิน (Hodgkin lymphoma) ผู้ป่วยมักมีต่อมน้ำเหลืองโตบริเวณคอและช่องอก รักษาโดยการใช้ยาเคมีบำบัดร่วมกับการฉายแสง โอกาสหายขาดสูง มะเร็งต่อมน้ำเหลืองชนิดนอนฮอดจ์กิน (Non-Hodgkin lymphoma) พบมากและแบ่งย่อยออกได้อีกประมาณ 30 ชนิด แต่แบ่งตามลักษณะการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็งได้เป็น 2 แบบ คือ มะเร็งต่อมน้ำเหลืองชนิดรุนแรง (Aggressive lymphoma) การแบ่งตัวและแพร่กระจายเกิดอย่างรวดเร็ว มีอาการรุนแรง ดังนั้นจึงตอบสนองกับยาเคมีบำบัดซึ่งออกฤทธิ์กับเซลล์มะเร็งที่แบ่งตัวอยู่ค่อนข้างดี กลุ่มนี้ต้องรักษาทันทีหากไม่รักษาผู้ป่วยอาจเสียชีวิตใน 6 เดือน ถึง 2 ปี แต่หากได้รับการรักษาทันท่วงที มีโอกาสหายขาดจากโรคได้มากแม้จะอยู่ในระยะไหนก็ตาม มะเร็งต่อมน้ำเหลืองชนิดค่อยเป็นค่อยไป (Indolent lymphoma) การแบ่งตัวและแพร่กระจายค่อนข้างช้า อาการเป็นแบบค่อยเป็นค่อยไปไม่รุนแรงแต่เรื้อรัง กลุ่มนี้มักไม่ค่อยหายขาดด้วยเคมีบำบัดที่มีอยู่ในปัจจุบัน จึงรักษาเมื่อมีข้อบ่งชี้และติดตามอาการเป็นระยะวิธีการตรวจวินิจฉัย จำเป็นที่จะต้องตัดชิ้นเนื้อต่อมน้ำเหลือง เพื่อไปตรวจทางพยาธิวิทยาและย้อมสีชิ้นเนื้อเพิ่มเติม โดยการดูเซลล์ที่ผิดปกติภายใต้กล้องจุลทรรศน์ นอกจากนี้แล้ว แพทย์จะทำการตรวจวินิจฉัยเพิ่มเติมโดยการเอกซเรย์คอมพิวเตอร์ (CT scan) ทั้งช่องอกและช่องท้อง รวมถึงการเจาะไขกระดูกตรวจ เพื่อบ่งบอกระยะของโรค (ระยะ 1 - 4)

การรักษามะเร็งต่อมน้ำเหลืองปัจจุบัน ให้การรักษาด้วยยาเคมีบำบัด ร่วมกับยามุ่งเป้าที่เริ่มมีการศึกษาวิจัยและนำมาใช้มากขึ้นในปัจจุบัน ฉายแสงในบางกรณี และการปลูกถ่ายไขกระดูกในกรณีที่กลับเป็นซ้ำ นอกจากนี้ยังมีวิธีการรักษาใหม่สำหรับโรคที่กลับเป็นซ้ำด้วยการใช้เซลล์บำบัด (CAR-T cell) ซึ่งยังอยู่ในช่วงการศึกษาวิจัยในประเทศไทยสำหรับผู้ป่วยที่ได้รับการรักษาสิ่งสำคัญสำหรับผู้ป่วยที่ได้รับยาเคมีบำบัด คือการป้องกันการติดเชื้อ ซึ่งอาจเกิดขึ้นได้ง่าย และรุนแรงกว่าโดยทั่วไป เนื่องจากภูมิคุ้มกันที่ต่ำลง แนะนำให้รับประทานอาหารทำใหม่ สุกสะอาดให้ครบห้าหมู่ เลือกรับประทานผลไม้เปลือกหนา เช่น เงาะ มังคุด แก้วมังกร และส้ม เป็นต้น หลีกเลี่ยงสถานที่ชุมชนที่แออัด ซึ่งเสี่ยงต่อการรับเชื้อ นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ ออกกำลังกายตามเหมาะสม แต่หลีกเลี่ยงการกระทบกระแทก เพราะในช่วงที่ได้ยา อาจมีเกล็ดเลือดต่ำ ทำให้เลือดออกง่ายได้ หากมีไข้ให้รีบไปโรงพยาบาล

ความเกี่ยวข้องมะเร็งต่อมน้ำเหลืองกับการฉีดวัคซีนโควิด-19 ผู้ป่วยมะเร็งต่อมน้ำเหลืองและมะเร็งทางโลหิตวิทยาควรรับการฉีดวัคซีนโควิด -19 เนื่องจากผู้ป่วยกลุ่มนี้มีภูมิต้านทานต่ำหากติดเชื้อไวรัส จะทำให้มีโอกาสเกิดอาการรุนแรงโดยสามารถรับวัคซีนได้ตั้งแต่แรกวินิจฉัยระหว่างรับการรักษาหรือ เมื่อรักษาครบแล้ว โดยแนะนำให้ปรึกษาแพทย์เจ้าของไข้ ทั้งนี้ควรหมั่นสังเกตความผิดปกติของร่างกาย และรีบปรึกษาทันที เมื่อพบความผิดปกติ เนื่องจากการรับการรักษาตั้งแต่มะเร็งอยู่ในระยะต้น ๆ จะส่งผลให้การรักษาเกิดประสิทธิภาพมากกว่าการรักษาเมื่อมะเร็งเริ่มลุกลาม

 #สถาบันมะเร็งแห่งชาติ #กรมการแพทย์ #มะเร็งต่อมน้ำเหลือง - ขอขอบคุณ – 18 กันยายน 2567