**ตรวจคัดกรองมะเร็งอย่างมืออาชีพ 1**

**รู้ทันมะเร็ง : ตรวจคัดกรองมะเร็งอย่างมืออาชีพ ตอนที่ 1 : นพ.วีรวุฒิ อิ่มสำราญ**

                      พูดถึงการตรวจคัดกรองมะเร็ง หลายคนยังไม่ค่อยเข้าใจหลักการและแนวทางปฏิบัติที่ถูกต้อง มีทั้งคนที่ร้อยวันพันปีไม่เคยเข้าไปโรงพยาบาลเพื่อไปตรวจสุขภาพเลย เพราะเชื่อว่าตนเองสุขภาพดีแข็งแรงอยู่แล้ว เหล้าไม่กิน บุหรี่ไม่สูบ ออกกำลังกายเป็นประจำ จะเจ็บจะป่วยได้ยังไง บางคนไม่อยากไปตรวจเพราะกลัวว่าตรวจแล้วจะเจอว่าเป็นโรคนู้นโรคนี้ เลยไม่ตรวจซะเลยจะดีกว่า อีกกลุ่มหนึ่งก็นิยมไปตรวจสุขภาพสม่ำเสมอ แต่เป็นการตรวจสุขภาพทั่วๆไป ไม่ได้จำเพาะเจาะจงเรื่องมะเร็ง ผลการตรวจสุขภาพทั่วไปก็ปกติดี พอตอนหลังมารู้ว่าเป็นมะเร็ง ก็รู้สึกแย่ที่ตนเองอุตส่าห์เสียเงินเสียทองตรวจสุขภาพมาตลอด แล้วทำไมพอมารู้ว่าเป็นมะเร็ง กลับเป็นในระยะที่มากแล้ว

                      เพื่อให้เข้าใจถูกต้องตรงกันในเรื่องนี้ ตามหลักวิชาการแยกการคัดกรองมะเร็งออกเป็น 2 รูปแบบ รูปแบบแรกคือการตรวจคัดกรองมะเร็งตามโอกาส อันหมายถึงการตรวจคัดกรองในระดับปัจเจกบุคคล เรียกว่าใครอยากตรวจคัดกรองมะเร็งอะไรก็ว่าไปตามความเสี่ยงของแต่ละบุคคล ว่าไปตามอัธยาศัย กับการตรวจคัดกรองตามระบบ ซึ่งหมายถึงการคัดกรองมะเร็งในประชากร ในคนกลุ่มใหญ่ทั้งประเทศ ซึ่งต้องคำนึงถึงค่าใช้จ่ายเปรียบเทียบกับประสิทธิผลที่ได้รับ เรียกว่ามีความจำเป็นความคุ้มค่ากับเงินจำนวนมากที่ต้องใช้หรือไม่

                      มาเริ่มกันที่การตรวจคัดกรองมะเร็งตามโอกาสที่หลายคนมักไปตรวจกันเอง ก่อนอื่นต้องเข้าใจเรื่องความแตกต่างระหว่างการตรวจสุขภาพทั่วไปกับการตรวจคัดกรองมะเร็งกันเสียก่อน การตรวจคัดกรองมะเร็งเริ่มจากการซักประวัติทั่วไป โดยเฉพาะเรื่องพฤติกรรมที่ไม่ดีที่ทำให้สุ่มเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็ง แต่ที่ต้องเน้นในการซักถามเป็นพิเศษมีอยู่ 2 ส่วน คือประวัติส่วนตัวเรื่องมีอาการหรืออาการแสดงของ 7 สัญญาณอันตรายหรือไม่ อันประกอบด้วย ระบบขับถ่ายที่ผันแปร แผลที่ไม่รู้จักหาย ร่างกายมีก้อนตุ่ม กลุ้มใจเรื่องกินกลืนอาหาร ทวารทั้งหลายมีเลือดหรือสิ่งผิดปกติไหล ไฝหรือหูดที่เปลี่ยนไป ไอหรือเสียงแหบเรื้อรัง กับการซักประวัติครอบครัวว่ามีใครเจ็บป่วยหรือเสียชีวิตจากโรคมะเร็งหรือไม่ เรียกว่าทำเป็นแผนภาพไล่เรียงลงมาตั้งแต่ปู่ย่าตายาย เพื่อให้เห็นภาพชัดเจน ต่อกันด้วยการตรวจร่างกายและที่ต้องเน้นเป็นพิเศษก็คือตรวจหาแผลเรื้อรังโดยเฉพาะในช่องปากผู้สูงอายุ ตรวจไฝหรือหูดที่รูปร่างหน้าตาผิดปกติ ที่สำคัญคือการคลำหาก้อนทั่วร่างกายตั้งแต่หัวจรดเท้า จุดที่ต้องเน้นในการคลำหาก้อนผิดปกติเป็นพิเศษ ก็คือตำแหน่งที่มีต่อมน้ำเหลืองอยู่มากกว่าตำแหน่งอื่น เช่น ลำคอ ข้อพับต่างๆ ตั้งแต่รักแร้ ไหปลาร้า ขาหนีบ ข้อศอก ข้อเข่า ตรวจท้องคลำตับคลำม้ามว่าโตผิดปกติหรือไม่ คลำหาก้อนผิดปกติในช่องท้อง รวมถึงตรวจภายในรูทวารหนักโดยใช้นิ้วคลำ เพื่อตรวจว่ามีก้อนผิดปกติในรูทวารหรือไม่และคลำต่อมลูกหมากในเพศชายผ่านทางรูทวาร ถ้าในผู้ชายก็ต้องคลำหาก้อนผิดปกติในถุงอัณฑะด้วย ที่สำคัญที่ขาดไม่ได้เลยในผู้หญิงคือต้องคลำหาก้อนผิดปกติบริเวณเต้านม ไหปลาร้าและรักแร้ทั้ง 2 ข้าง รวมถึงตรวจภายในเอาเซลล์ปากมดลูกไปตรวจว่าผิดปกติหรือไม่

                      อ่านมาถึงตรงนี้หลายคนที่เคยไปตรวจสุขภาพทั่วไปหรือแม้แต่ที่เคยไปตรวจคัดกรองมะเร็งมาก่อน อาจจะบอกว่า ไม่เห็นแพทย์ซักถามหรือตรวจละเอียดอย่างที่ว่ามาเลย ก็พิจารณากันเอาเองนะครับ พอดีเนื้อที่หมด ยังไม่ได้พูดถึงการตรวจทางห้องปฏิบัติการเลย สรุปเบื้องต้นตรงนี้ก่อนว่า พอได้ข้อมูลทั้งหมดตั้งแต่เพศ อายุ การซักประวัติอย่างเจาะลึก การตรวจร่างกายอย่างละเอียดตามที่กล่าวมาข้างต้น ร่วมกับผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการเฉพาะ ที่จะกล่าวในตอนต่อไป ก็จะทราบว่าคนๆ นั้นมีความเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งอวัยวะใดบ้าง มากน้อยแค่ไหน ก็จะมีการเฝ้าติดตามนัดมาตรวจหามะเร็งอวัยวะนั้นๆ เป็นระยะๆ เพื่อค้นหามะเร็งของอวัยวะนั้นในระยะเริ่มต้นนะครับ เอาไว้ตอนหน้าค่อยว่ากันต่อ