**รู้ทันมะเร็ง : ถอดบทเรียนมะเร็งปี56**

**รู้ทันมะเร็ง : ถอดบทเรียนมะเร็งปี 56 : นพ.วีรวุฒิ อิ่มสำราญ**

                        ปี 2556 ปีแห่งความสับสนวุ่นวายทางการเมืองกำลังจะผ่านไป ปีใหม่กำลังจะเวียนมา มาทบทวนเรื่องราวข่าวสารมะเร็งที่สำคัญในรอบปีที่ผ่านมา ก่อนจะลืมเลือนกันไปกันดีกว่า..

                        เริ่มตั้งแต่ต้นปีมีข่าวการตรวจพบสารก่อมะเร็งกรดอริสโตโลคิค ในตำรับยาแผนไทยรวม 10 ตำรับจากบัญชียาหลักแห่งชาติที่มีส่วนผสมของสมุนไพรที่ชื่อว่าไคร้เครือ อันได้แก่ ยาหอมนวโกฐ ยาหอมแก้ลมวิงเวียน ยาหอมอินทจักร์ ยาธาตุบรรจบ ยาประสะการพลู ยาประสะเจตพังคี ยามัมทธาตุ ยาวิสัมพยาใหญ่ ยาเขียวหอม และยาอำมฤควาที ที่ต้องระบุชื่อให้ชัดกันอีกครั้งก็เพราะเป็นอันตรายต่อสุขภาพ ตามด้วยบทความของด็อกเตอร์เจมส์ วัตสัน นักชีววิทยาโมเลกุลชาวอเมริกัน เจ้าของรางวัลโนเบลสาขาการแพทย์ที่ออกมาระบุว่าสารต้านอนุมูลอิสระที่ใครๆ ว่าดีนั้น อาจเป็นสาเหตุของมะเร็งและยังอาจทำให้มะเร็งที่เป็นอยู่กลับแย่ลงเร็วเสียด้วยซ้ำโดยเฉพาะอย่างยิ่งมะเร็งในระยะสุดท้าย นอกจากนั้นสถาบันวิจัยมะเร็ง ประเทศอังกฤษก็เห็นด้วยกับผลการศึกษาที่ว่า สารต้านอนุมูลอิสระไม่ช่วยป้องกันมะเร็งในคนที่สุขภาพดีอยู่แล้วและอาจจะเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งอีกด้วย ก็ยังต้องหาคำตอบด้วยการทำวิจัยกันต่อไป

                        ต่อกันด้วยเรื่องเก่าที่ต้องเตือนภัยกันทุก 4 เดือนต้นปีคือปัญหาควันไฟป่าใน 9 จังหวัดภาคเหนือตอนบน เพราะนอกจากจะส่งผลต่อเศรษฐกิจ สังคมแล้ว ยังมีผลเสียต่อสุขภาพจากสารก่อมะเร็งคือสารโพลีไซคลิกอะโรมาติกไฮโดรคาร์บอนหรือสารพีเอเอชจากการเผาไหม้ ที่ทำให้เป็นมะเร็งปอดซึ่งเป็นมะเร็งที่พบมากที่สุดในภาคเหนือ และเรื่องที่เกี่ยวข้องกันช่วงกลางปี ผลการตรวจวัดคุณภาพอากาศในท้องถนนกรุงเทพมหานครมีสารก่อมะเร็งพีเอเอชสูงกว่ามาตรฐาน นอกจากนั้นช่วงปลายปีองค์การอนามัยโลกและทบวงวิจัยมะเร็งระหว่างประเทศก็ออกมาประกาศอย่างเป็นทางการว่า มลพิษทางอากาศเป็นสารก่อมะเร็งในคนเรียบร้อยแล้ว จะมาเตือนภัยจากสารก่อมะเร็งในอากาศเป็นตัวๆ แบบเดิมคงจะไม่ทันกับสถานการณ์ที่ย่ำแย่ลงอย่างรวดเร็วและไม่เหมาะในทางปฏิบัติ

                        ส่วนเรื่องใกล้ตัวผู้บริโภคบ้านเราอีกเรื่องหนึ่งก็คือข่าวเมลามีนปลอมที่วางจำหน่ายตามตลาดนัด ที่มีสารก่อมะเร็งฟอร์มัลดีไฮด์ ก็ต้องระมัดระวังในการเลือกซื้อ และข่าวที่ฮือฮาไปทั่วโลกก็หนีไม่พ้นข่าวแองเจลินา โจลี ดาราฮอลลีวูดที่ยอมตัดเต้านมทิ้งทั้ง 2 ข้างเพื่อป้องกันการเป็นมะเร็งเต้านม เพราะมียีนผิดปกติ สาวไทยเราก็อย่าพึ่งเอาอย่าง เพราะยังไม่เป็นวิธีการป้องกันที่เป็นมาตรฐานยังไม่เป็นที่ยอมรับกันในวงกว้างแต่อย่างใด และคนทั่วไปมีโอกาสที่จะมีความผิดปกติของยีนที่ว่าค่อนข้างน้อย ส่วนข่าวคนดังในบ้านเราปีนี้ที่จากไปด้วยมะเร็ง คงไม่มีใครไม่นึกถึงราชาเพลงลูกทุ่ง ขวัญใจคนเดิม สายัณห์ สัญญาที่จากไปอย่างไม่มีวันกลับด้วยโรคมะเร็งตับอ่อนที่ความรุนแรงของโรคนี้ไม่อ่อนเหมือนชื่อ อย่างที่เคยเตือนผู้อ่านไปหลายครั้งแล้ว

                        ส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่ช่วงนี้ ก็อย่าทรมานสุขภาพตัวเองด้วยการบริโภคสารพัดอาหารไขมันสูง บุหรี่ และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แบบไม่บันยะบันยังกันนะครับ เดี๋ยวจะเจ็บไข้ได้ป่วยไม่สบายต้อนรับปีใหม่ ไม่สบายตั้งแต่ต้นปี จะฤกษ์ไม่ดีทั้งปีนะครับ...ขอบอก