# รู้ทันมะเร็ง : มะเร็งมา ปัญญามี

## รู้ทันมะเร็ง : มะเร็งมา ปัญญามี : โดย...นพ.วีรวุฒิ อิ่มสำราญ

                          3 ปีก่อน พ่อของสมศักดิ์มีอาการเบื่ออาหาร น้ำหนักลดอยู่ 2 เดือน เมื่อมาพบแพทย์ตรวจพบมะเร็งเซลล์ตับขนาด 15 เซนติเมตรและมีตับแข็งร่วมด้วย ไม่สามารถผ่าตัดเอาก้อนออกได้เพราะนอกจากก้อนเนื้องอกจะมีขนาดใหญ่ต้องตัดเนื้อตับออกมากแล้ว เนื้อตับส่วนที่เหลือที่เป็นตับแข็งก็อาจทำงานไม่ไหว มีโอกาสเกิดภาวะตับวายสูง แพทย์ทำได้เพียงให้การรักษาแบบประคับประคอง ผู้ป่วยมีตัวเหลืองตาเหลืองและท้องโตมากขึ้นเรื่อยๆ ท้ายที่สุดมีอาเจียนเป็นเลือดจากหลอดเลือดดำโป่งพองบริเวณหลอดอาหารส่วนปลายแตกและเลือดไม่แข็งตัวและเสียชีวิตหลังจากเข้ารับการรักษาเพียง 3 เดือน

                          สมศักดิ์เล่าว่าพ่อของเขาแข็งแรงดีมาตลอดไม่เคยเจ็บป่วยไม่เคยต้องเข้าโรงพยาบาล ที่สำคัญไม่ดื่มเหล้าจะเป็นตับแข็งได้ยังไง เมื่อพาพ่อมารักษาตัวจึงพบว่าพ่อเป็น[โรค](http://www.komchadluek.net/search.php?search=โรค)ไวรัสตับอักเสบเรื้อรังชนิดบี ซึ่งเป็นสาเหตุของทั้งมะเร็งตับและตับแข็ง สมศักดิ์ได้รับคำแนะนำจากแพทย์ให้ตรวจเลือดก็พบว่าเป็นไวรัสตับอักเสบเรื้อรังชนิดบีเช่นกัน ทำให้เขาวิตกกังวลอย่างมาก ช่วงแรกหลังการจากไปของพ่อ สมศักดิ์ให้ความสนใจดูแลสุขภาพเป็นอย่างดี มาตรวจคัดกรองมะเร็งตับทุก 3 เดือนอย่างสม่ำเสมอในช่วงปีแรก หลังจากนั้นสมศักดิ์ก็เหมือนกับญาติคนไข้มะเร็งคนอื่นๆ ที่ส่วนใหญ่ไม่ได้กลับมาตรวจสุขภาพอีก โดยมักอ้างเป็นประจำว่าภาระหน้าที่การงานที่ยุ่งมากทำให้ไม่มีเวลามาตรวจสุขภาพ

                          ช่วงเวลาเดียวกันสมศรีผู้บริหารสาวใหญ่วัย 45 มาตรวจมะเร็งประจำปี โชคดีบนความโชคร้ายคือพบก้อนเนื้องอกมีหินปูนจับ ดูหน้าตาไม่น่าไว้วางใจจากการตรวจแมมโมแกรมทั้งๆ ที่ตัวเองก็ตรวจเต้านมด้วยตนเองเป็นประจำแต่ก็ไม่เคยคลำเจอก้อนผิดปกติแต่อย่างใด สมศรีรับการผ่าตัดตามคำแนะนำของแพทย์ ไม่จำเป็นต้องให้ยาเคมีบำบัดหรือฉายรังสีเพราะเพิ่งเป็นมะเร็งในระยะเริ่มต้น มีโอกาสหายขาดสูงถึง 90 กว่าเปอร์เซ็นต์ หลังผ่าตัดสมศรีหันมาสนใจดูแลสุขภาพตนเองมากขึ้น ไม่เพียงเท่านั้นเธอยังชอบแนะนำให้ญาติพี่น้องและคนที่เธอรู้จักให้กินอาหารที่มีประโยชน์ ออกกำลังเต้นแอโรบิกและที่สำคัญต้องไปตรวจคัดกรองมะเร็งเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ โดยเล่าเรื่องที่เธอประสบมาเองเป็นตัวอย่าง ซึ่งต่างจากผู้ป่วยมะเร็งหลายคนที่ไม่ค่อยอยากเปิดเผย เธอบอกอย่างภาคภูมิใจว่าจะแนะนำให้คนหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพแบบนี้ไปเรื่อยๆ เพราะเธอเชื่อว่าเป็นเหมือนการทำบุญอีกวิธีหนึ่ง

                          ไม่ว่ามะเร็งจะเข้ามาทักทายเราแบบไหน จะมาแบบเฉียดๆ คือผ่านมาทางญาติสนิทหรือมาหาเราแบบตรงๆ ชนิดไม่ผิดเป้าหมาย ก็นับเป็นโอกาสครั้งสำคัญที่จะได้ทบทวนและกลับมาตั้งหลักชีวิตกันใหม่ หันมาใช้ชีวิตอย่างมีสติมากขึ้นและเกิดปัญญาตามมาในที่สุด เพียงแต่ขอให้รักษาสภาพแห่งการมีสติและปัญญาที่จะสนใจดูแลเอาใจใส่สุขภาพของตัวเองอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอแบบคุณสมศรี ขออย่ามีแค่ชั่วคราวเฉพาะช่วงแรกๆ แบบคุณสมศักดิ์เลยนะครับ...เชื่อผมสิ

-------------------------------

(รู้ทัน[มะเร็ง](http://www.komchadluek.net/search.php?search=มะเร็ง%20) : มะเร็งมา ปัญญามี : โดย...นพ.วีรวุฒิ อิ่มสำราญ)