ก 15290

คมชัดลึก

ปีที่ 13 ฉบับที่ 4717 วันศุกร์ที่ 19 กันยายน พ.ศ. 2557 หน้า 21

รู้ทันมะเร็ง

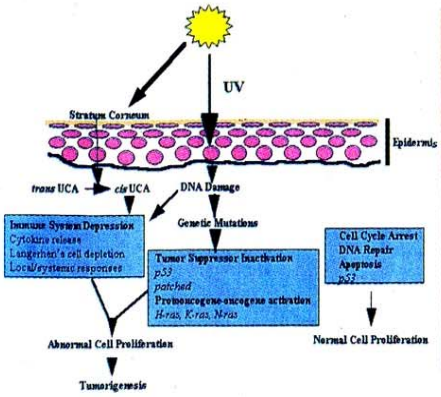
นพ.วีรวุฒิ อิ่มสำราญ

มะเร็งผิวหนัง กับรังสียูวี

เมื่อเร็วๆ นี้มีข่าวการเผยแพร่ผลงานวิจัยที่ตีพิมพ์ในวารสารสมาคมแพทย์ผิวหนังของสหรัฐอเมริกา โดยรวบรวมเอาการศึกษาวิจัยจำนวน 19 งานวิจัย จากกลุ่มตัวอย่างจำนวนทั้งสิ้น 266,000 ราย พบว่านักบินและพนักงานต้อนรับบนเครื่องบิน มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดมะเร็งผิวหนังชนิดเมลาโนม่ามากกว่าคนปกติ 2 เท่า ทำเอาบรรดานักบินและพนักงานต้อนรับบนเครื่องบินหนาวๆ ร้อนๆ ไปตามๆ กัน

สาเหตุจะเป็นจากอย่างอื่นไปไม่ได้เลย นอกจากการได้รับรังสียูวีหรือรังสีอัลตร้าไวโอเลตในความเข้มข้นสูงที่ระดับความสูง 9,000 เมตร หรือ 30,000 ฟุตเหนือระดับน้ำทะเลที่เครื่องบินพาณิชย์ส่วนใหญ่บินอยู่ตามปกติ ความเข้มข้นของรังสียูวีที่ระดับความสูงนั้นสูงกว่าคนที่อยู่ในระดับพื้นดินตามปกติได้รับถึง 2 เท่าตัว โดยนักบินมีความเสี่ยงสูงกว่าคนปกติ 2.21-2.22 เท่า ในขณะที่สจ๊วตและแอร์โฮสเตสมีความเสี่ยงสูงกว่าคนปกติ 2.09 เท่า เป็นเพราะนักบินมีโอกาสได้รับรังสียูวีที่ผ่านทางหน้าต่างห้องนักบินมากกว่า โดยเฉพาะในขณะที่เครื่องบินบินผ่านกลุ่มเมฆหนา แสงแดดจะสะท้อนเข้ามาในตัวเครื่องบินได้เพิ่มมากขึ้นถึง 85 เปอร์เซ็นต์

สำหรับมะเร็งผิวหนังนั้นมีมากมายหลายชนิด มะเร็งผิวหนังจัดเป็นมะเร็งที่พบได้ไม่บ่อยในคนไทย เรียกว่าไม่ติดอยู่ใน 5 อันดับแรกของมะเร็งที่พบบ่อยในเพศชายและเพศหญิงหรือในทั้ง 2 เพศรวมกันก็ตาม ก็นับเป็นความโชคดีของคนผิวเหลืองและคนผิวสีผิวดำที่ไม่ต้องประสบ



เคราะห์กรรมจากมะเร็งผิวหนังมากเท่ากับฝรั่งผิวขาว อย่างเช่นในปีนี้ในสหรัฐอเมริกามีผู้ป่วยมะเร็งผิวหนังชนิดเมลาโนมารายใหม่มากถึง 76,000 ราย คาดว่าจะมีผู้เสียชีวิตเกือบหนึ่งหมื่นราย อย่างไรก็ดี มะเร็งผิวหนังนั้นเป็นมะเร็งที่ง่ายต่อการสังเกต เพียงแค่เจ้าตัวเอาใจใส่ในความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับผิวหนัง ไม่ว่าจะเป็นการเป็นแผลเรื้อรังที่หายช้าผิดปกติหรือการเปลี่ยนแปลงของไฝ กระ ขี้แมลงวัน ในเรื่องของขนาดที่ใหญ่ขึ้นหรือเรื่องของสีที่มีลักษณะดำเข้มขึ้น สาเหตุของการเกิดมะเร็งผิวหนังนั้นมีมากมายหลายประการ แต่ที่จัดว่าเป็นสาเหตุหลักๆ ได้แก่ เรื่องการระคายเคืองเรื้อรังและรังสียูวี โดยปกติเซลล์สร้างเม็ดสีผิวซึ่งอยู่ในชั้นผิวหนังชั้นนอกจะสร้างเม็ดสีเมลานิน ทำให้แต่ละคนแต่ละเผ่าพันธุ์มีสีผิวที่แตกต่างกัน คนที่มีสีผิวเข้มเกิดจากการที่มีเม็ดสีเมลานินมาก ส่วนคนผิวขาวก็เกิดจากการที่มีเม็ดสีเมลานินน้อย ความสำคัญของเม็ดสีเมลานินคือมันทำหน้าที่คล้ายแผ่นฟิล์มกรองแสงที่คอยคุ้มครองปกป้องผิวหนังชั้นในจากรังสียูวี โดยเจ้าเม็ดสีเมลานินจะดูดซับรังสียูวีเอาไว้และเปลี่ยนให้เป็นความร้อน ไม่ปล่อยให้รังสียูวีสามารถทะลุทะลวงผ่านไปทำลายเซลล์ผิวหนังชั้นในได้ อันอาจจะนำไปสู่การเกิดการเปลี่ยนแปลงของดีเอ็นเอและกลายเป็นมะเร็งผิวหนังชนิดเมลาโนม่าในที่สุด

ถึงคนไทยจะเป็นมะเร็งผิวหนังกันไม่มากก็อย่าประมาท ควรหลีกเลี่ยงแสงแดดในช่วง 10 โมงเช้าถึงบ่าย 3 โมงเพราะรังสียูวีจะมีความเข้มข้นมากในช่วงนั้นนะครับ...ขอบอก