

ฉบับที่ 23,985 วันอาทิตย์ที่ 14 มิถุนายน พ.ศ. 2558 หน้า 7

หวั่นมะเร็งผิวหนังพุ่งเพราะอยากขาว

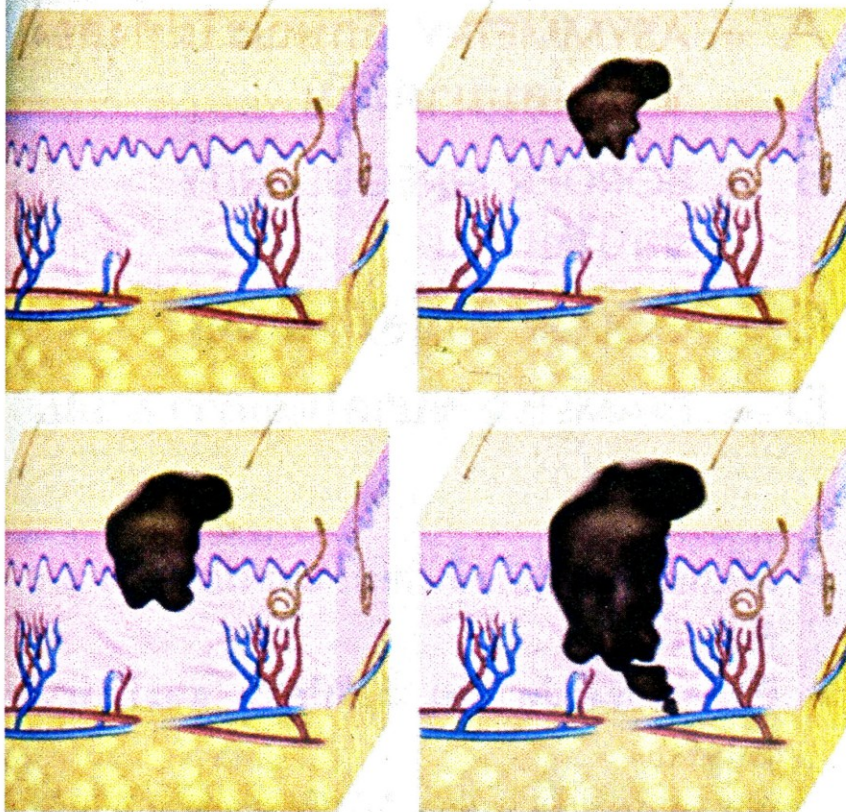


โรคมะเร็งผิวหนัง แม้จะไม่อันตรายถึงแก่ชีวิต เพราะส่วนหนึ่งค้นหาได้ง่าย ๆ แต่ปัจจุบันยังจัดอยู่ใน 10 อันดับแรกของโรคมะเร็งที่พบได้บ่อย ๆ ซึ่ง ผศ.พญ. สุวีรากร โอภาสวงศ์ ประธานคณะอนุกรรมการประชาสัมพันธ์สมาคมแพทย์ผิวหนังแห่งประเทศไทย บอกว่าวันนี้อัตราการเกิดยังคงเสถียรกว่า โดยเฉพาะผู้ชาย อัตราการเกิดโรคมะเร็งอยู่ในลำดับที่ 5 ส่วนผู้หญิงอยู่ในลำดับที่ 6

ผศ.พญ.สุวีรากร อธิบายว่า ตัวโรคมะเร็งผิวหนังมีอยู่หลายชนิด เช่น 1. ชนิดแมลิกันแนท์ เมลาโนมา (Malignant melanoma) หรือมะเร็งไฟ เป็นมะเร็งผิวหนังที่พบน้อยที่สุด แต่เป็นชนิดที่แพร่กระจายได้มากที่สุด เกิดจากเซลล์เม็ดสีมีการแบ่งตัวผิดปกติอาจลุกลามไปจุดสำคัญอย่างสมองได้

“สัญญาณของมะเร็งไฟ คือ ไฟที่เคยมีสีดำเพียงสีเดียวเปลี่ยนไปมีหลายสี เช่น บางส่วนมีสีจางลงหรือน้ำตาลเข้มจนถึงดำไล่กัน ขนาดของไฟจะโตขึ้นอย่างรวดเร็ว ขอบไฟไม่ชัดเจน อาจมีอาการเจ็บคัน แดกเป็นแผล และมีเลือดออก”

The stages of malignant melanoma



มะเร็งแมลิกันแนท์ เมลาโนมา

2. ชนิด แอทีนิก คีราโตซิส (Actinic keratosis) มักพบในคนอายุ 50-80 ปี ส่วนใหญ่เกิดในบริเวณที่ถูกแสงแดดจัด เช่น หน้าผาก ใบหน้า หู คอ หลังมือหลังแขน และศีรษะที่มีผมบาง ผู้ที่มีผิวขาว คนที่มีประวัติผิวไหม้จากแดดจะมีความเสี่ยงสูง 3. ชนิด บาซอล เซลล์ คาร์ซิโนมา (Basal cell carcinoma) มีลักษณะเป็นก้อนเนื้อนูนสีเดียวกับผิวหนัง หรือ ชมพูใสผิวมัน หากขนาดใหญ่ขึ้นอาจเกิดแผลตรงกลางมีขอบยกนูน

และชนิดที่ 4 คือ สแควมัส เซลล์ คาร์ซิโนมา (Squamous cell carcinoma) มักจะเกิดบริเวณที่โดนแดดมาก หรือเคยเป็นแผลเรื้อรังพบในอัตราส่วนที่น้อยกว่าชนิดแรกมาก มีการแพร่กระจายได้ แต่ในอัตราที่ช้า ยกเว้นหากเกิดบริเวณริมฝีปาก หู หรือในผู้ป่วยที่ภูมิคุ้มกันต่ำเป็นพิเศษ

อย่างไรก็ตาม ผศ.พญ.สุวีรากร บอกว่า จากสถิติการเกิดโรคในประเทศไทยแล้วพบว่าสาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากกรรมพันธุ์ การได้รับสารเคมีจากการ

(ต่อด้านหลัง)



มากขึ้นก็ได้เนื่องจากปัจจุบันคนไทย โดยเฉพาะหนุ่ม ๆ สาว ๆ ที่นิยมผิวขาว จนไปสรรหาลากหลายวิธีการเพื่อทำให้ตัวเองมีผิวขาวสวย อยากรู้ว่าจะเป็นการลอกผิว ผิดสารกลูต้าไธโอน ซึ่งถือว่าอันตรายทั้งกับผิวหนังตัวเองในอนาคต แลมาอาจจะเกิดปัญหาเฉียบพลันได้เพราะการฉีดสารเหล่านี้เข้าเส้นอาจจะก่อให้เกิดอันตรายถึงแก่ชีวิต

อันที่จริงการมีผิวสุขภาพดีเป็นเรื่องสำคัญมากกว่าสีผิวว่าขาวหรือไม่ขาว ซึ่งการดูแลตัวเองเพื่อให้มีผิวสุขภาพดีในสภาพอากาศเมืองไทยที่แดดแรง และร้อนอบอ้าว คือเลี่ยงการทำกิจกรรมกลางแจ้งในช่วง 10.00-

ทำงานเป็นระยะเวลาสั้น ๆ สรรหา การรับประทานยาหม้อโดยไม่ถูกหลักการ ใหม่ รวมถึงการโดนแสงแดดเป็นระยะเวลานาน ๆ

ในกรณีโรคมะเร็งผิวหนังที่เกิดจากแสงแดดนั้นพบได้น้อยมาก ๆ เพราะแม้ประเทศไทยจะแดดแรงแทบจะตลอดทั้งปี แต่คนไทยก็มีผิวสองสี หรือจะเรียกว่าผิวคนไทยมีเมลานินในการสร้างเม็ดสีผิวป้องกันแสงแดดเข้ามาทำลายชั้นผิว และเซลล์ผิวหนัง จนก่อให้เกิดเป็นมะเร็งได้ เมื่อเทียบกับฝรั่งผิวขาวแล้วคนไทยปลอดภัยกว่าเยอะ

แต่ในอนาคตข้างหน้าอาจจะพบผู้ป่วยมะเร็งผิวหนังที่เกิดจากแสงแดดเพิ่ม

15.00 น. แต่ถ้าเลี่ยงไม่ได้ก็ต้องสวมเสื้อผ้าปกปิด สวมหมวก และทาครีมกันแดด รับประทานผัก ผลไม้ที่มีวิตามิน คีมีน้ำเยอะ ๆ พักผ่อนให้เพียงพอ ทำใจให้สงบ อย่าเครียด ห้ามสูบบุหรี่ ยาเสพติด หรือเลี่ยงไปในที่ที่มีคนสูบบุหรี่ เพราะแม้จะเป็นควันบุหรี่มือ 2 ก็ทำอันตรายกับผิวเราทั้งสิ้น

“ส่วนตัวแล้วไม่อยากจะให้คนไทยมีค่านิยมในการมองคนเพียงแค่เปลือกนอก ความขาว ความหน้าตาดี แต่อยากให้มองกันที่ภายใน เรื่องของจิตใจที่ดี และความสามารที่มีอยู่มากกว่า” ผศ.พญ.สุวิรากรกล่าว.

อภิวรรณ เสาเวียง