ไม่เคยสูบบุหรี่ แต่ก็เป็นมะเร็งปอดได้ มาตรวจคัดกรองความเสี่ยงโรคมะเร็งก่อนจะสายเกินไป

“บุหรี่” เป็นปัจจัยหลักของการเกิดโรคมะเร็งปอดและโรคถุงลมโป่งพอง อย่างไรก็ตามการสูบบุหรี่แม้เป็นปัจจัยเสี่ยงหลักที่ทำให้เกิดโรคมะเร็งปอด แต่ไม่ใช่ปัจจัยเสี่ยงเพียงอย่างเดียว และมะเร็งปอดไม่ได้พบมากแต่ในผู้ชายเท่านั้น เห็นได้จากสถิติในปี 2018 จากการสำรวจของ World Cancer Research Fund International ทั่วโลกมีผู้ป่วยโรคมะเร็งปอดรายใหม่เพิ่มถึง 2 ล้านคน และยังพบผู้หญิงป่วยเป็นโรคมะเร็งปอดมากติดอันดับ 1 ใน 3 ของโรคมะเร็งทั้งหมด

ดร.นพ.ศุภชัย เอกวัฒนกิจ โรงพยาบาลศิริราช ได้กล่าวถึงปัจจัยเสี่ยงของการเกิดโรคมะเร็งปอดไว้ดังนี้ “ผู้ป่วยโรคมะเร็งปอดส่วนใหญ่มักสูบบุหรี่ แต่ก็มีผู้ป่วยจำนวนไม่น้อยที่ไม่สูบบุหรี่แต่เป็นโรคมะเร็งปอด ดังนั้นสาเหตุของการเกิดโรคมะเร็งปอดไม่ใช่มาจากการสูบบุหรี่เพียงอย่างเดียว แต่ยังมีปัจจัยอื่น ๆ ที่ส่งผลให้เกิดโรคมะเร็งปอดได้ เช่น การได้รับควันบุหรี่มือสองจากคนข้าง ๆ ที่สูบบุหรี่ ซึ่งถือเป็นการรับเอาสารก่อมะเร็งจากควันบุหรี่ทางอ้อมแต่กลับส่งผลร้ายแรงไม่แพ้คนที่ได้รับจากการสูบบุหรี่โดยตรง การสูดแร่ใยหินที่เกิดจากเหมือง โรงโม่ หรืออู่ต่อเรือ การสัมผัสหรืออยู่ใกล้สารก่อมะเร็งประเภทต่าง ๆ เช่น แคดเมียม ซิลิกา ถ่านหิน ก๊าซเรดอน รวมถึงการสูดดมควันพิษหรือสัมผัสมลพิษทางอากาศโดยเฉพาะคนที่อาศัยในเมืองใหญ่ที่มีการจราจรหนาแน่น ประสบปัญหาฝุ่นละอองในอากาศเกินค่ามาตรฐาน ตัวอย่างเช่น สถานการณ์ของฝุ่น PM 2.5 ที่เป็นปัญหาใหญ่ในประเทศไทยเมื่อไม่นานมานี้

นอกจากนี้ยังรวมไปจนถึงการสูดดมควันธูปเป็นประจำ การดื่มน้ำที่ไม่สะอาด มีการปนเปื้อนสารหนู และอีกหนึ่ง

ความเสี่ยงที่คนส่วนใหญ่อาจยังไม่รู้ คือ “มีประวัติคนในครอบครัวป่วยเป็นโรคมะเร็งปอด” ซึ่งเกิดจากการถ่ายทอดยีนกลายพันธุ์หรือยีนที่ผิดปกติทางพันธุกรรมจากรุ่น ปู่ ย่า ตา ยาย พ่อ แม่ ไปสู่รุ่น ลูก หลาน จะเห็นได้ว่าแม้เราไม่สูบบุหรี่แต่ยังมีปัจจัยแวดล้อมอื่น ๆ ที่สำคัญไม่แพ้กัน และเราทุกคนควรตระหนักถึงปัจจัยเสี่ยงเหล่านี้มากขึ้น ความน่ากลัวของมะเร็งปอด คือ การที่ไม่แสดงอาการจำเพาะในระยะเริ่มแรกจนทำให้บ่อยครั้งที่คนไข้มาพบแพทย์ด้วยอาการผิดปกติ เช่น ไอเรื้อรัง ไอมีเลือดปน หอบหรือเหนื่อย ซึ่งอาจจะเป็นอาการที่บ่งบอกมะเร็งในระยะที่เกิดการลุกลามแล้ว”

นพ.ศุภชัย ยังได้ฝากถึงวิธีการตรวจสุขภาพเพื่อคัดกรองโรคมะเร็งปอดเพิ่มเติม “สำหรับคนปกติทั่วไปที่ไม่ได้อยู่ในสภาวะแวดล้อมเสี่ยงสูงเมื่ออายุ 55 ปี ควรเข้ารับการตรวจคัดกรองมะเร็งปอดด้วยเครื่องเอ็กซเรย์คอมพิวเตอร์ (Low-dose CT) ปีละ 1 ครั้ง หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่หรืออยู่ใกล้ผู้สูบบุหรี่ที่เป็นปัจจัยเสี่ยงหลัก รวมถึงหลีกเลี่ยงหรือป้องกันการอยู่ในสภาวะแวดล้อมเสี่ยงอื่น ๆ เช่น ใส่หน้ากากป้องกันฝุ่นละออง PM 2.5 หรือมลพิษทางอากาศ และหากพบมีประวัติคนในครอบครัวเป็นมะเร็งปอด ควรเข้ารับการตรวจยีนเพื่อคัดกรองความเสี่ยงทางพันธุกรรมเพื่อประเมินความเสี่ยง และวางแผนการตรวจคัดกรองให้ตรงจุดและเร็วขึ้น”
ปัจจุบันมีเทคโนโลยีจากสหรัฐอเมริกา ใช้วิธีการตรวจที่เรียกว่า Next Generation Sequencing ที่สามารถช่วยตรวจหาการกลายพันธุ์ของยีนที่ถ่ายทอดทางพันธุกรรมจากพ่อแม่สู่ลูก จำนวนสูงสุด 52 ยีน กว่า 2,800 รูปแบบการกลายพันธุ์ ครอบคลุมมะเร็งมากกว่า 20 ชนิด ผลการตรวจยีนจะช่วยให้ทราบความเสี่ยงมะเร็งรายบุคคลที่ตรงจุดเสี่ยงและสามารถวางแผนการดูแลรักษาสุขภาพได้อย่างถูกต้องและทันท่วงที

งดสูบบุหรี่ หลีกเลี่ยงการสูดควันพิษ หันมาตรวจสุขภาพด้วยเทคโนโลยีที่ทันสมัยและตรงจุดเสี่ยง มะเร็งปอดป้องกันได้...อย่ารอจนอาจจะสายเกินไป