

# เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับ มะเร็งเต้านม

## 1. สถานการณ์โรคมะเร็งเต้านม ในปัจจุบันเป็นอย่างไร

**ตอบ** ปัจจุบันมะเร็งเต้านมพบมากเป็นอันดับหนึ่งของมะเร็งที่พบในสตรีไทย และมีแนวโน้มสูงขึ้นเรื่อยๆ โดยพบได้ทุกช่วงของสตรีที่เข้าสู่วัยเจริญพันธุ์ แต่กลุ่มสตรีอายุมากกว่า 40 ปี จะมีความเสี่ยงมากขึ้นอย่างชัดเจน โดยช่วงอายุที่พบอุบัติการณ์การเป็นมะเร็งเต้านมมากที่สุด คือ 55 ปี

## 2. สถิติของสตรีไทยเป็นมะเร็งเต้านม มากน้อยเพียงใด

**ตอบ** จากข้อมูลทะเบียนมะเร็งสถาบันมะเร็งแห่งชาติ ในปี พ.ศ. 2551 พบผู้หญิงไทยเป็นมะเร็งเต้านมสูงถึง 10,193 ราย คิดเป็น 20% ของมะเร็งที่พบในเพศหญิงทั้งหมด และคาดว่าในปัจจุบันจะมีผู้ป่วยรายใหม่สูงถึง 13,000 รายต่อปี โดยมีการเสียชีวิตจากมะเร็งเต้านมประมาณ 3,261 รายหรือวันละ 9 ราย

## 3. ทำไมจึงมีคนเป็นมะเร็งเต้านมมากขึ้น และเหตุใดจึงมีสถิติของผู้ที่มีอายุน้อยลงเป็นมากขึ้น

**ตอบ** ปัจจุบันยังไม่มีผลการวิจัยใดๆที่บ่งบอกได้ชัดเจนว่าจะอะไรเป็นสาเหตุของมะเร็งเต้านม โดยในกลุ่มที่พบมะเร็งเต้านมในอายุน้อยพบว่า มีการเปลี่ยนแปลงด้านพันธุกรรมเป็นปัจจัยร่วมด้วย ประกอบกับในยุคปัจจุบันมีการใช้ชีวิตที่แตกต่างไปจากเดิมมาก ในแง่ของอาหารการกินที่มีไขมันสูง ความอ้วน การดื่มแอลกอฮอล์ และการไม่ออกกำลังกาย ซึ่งล้วนเป็นความเสี่ยงทั้งสิ้น

## 4. จะลดความเสี่ยง จากการเกิดมะเร็งเต้านมได้อย่างไร

**ตอบ** การลดปัจจัยเสี่ยงของการเกิดมะเร็งเต้านม ได้แก่ ลดอาหารไขมันสูง ลดการดื่มแอลกอฮอล์ และออกกำลังกายเพิ่มขึ้น ร่วมกับการค้นหามะเร็งระยะเริ่มแรกด้วยการตรวจเต้านมด้วยตนเองเป็นประจำทุกเดือน พบบุคลากรทางการแพทย์เพื่อตรวจเต้านมทุกปี และควรตรวจด้วยแมมโมแกรมปีละครั้งเมื่ออายุ 40 ปี ขึ้นไป

## 5. แมมโมแกรมเป็นวิธีตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านม ที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดหรือไม่

**ตอบ** แมมโมแกรมสามารถตรวจหามะเร็งเต้านมในระยะแรกเริ่ม ตั้งแต่ยังไม่มีอาการ คือพบได้ตั้งแต่ยังไม่เป็นก้อน โดยมีผลการศึกษารับรองว่ามีประโยชน์จริงในทางการแพทย์

## 6. การบีบเนื้อเต้านมขณะทำแมมโมแกรมทำให้ เนื้อเต้านมซ้ำและส่งผลเป็นมะเร็งเต้านมหรือไม่

**ตอบ** การทำแมมโมแกรม เต้านมจะถูกบีบเพื่อให้ถ่ายภาพได้ดี มีคุณภาพทำให้เนื้อเต้านม ได้รับการตรวจทั้งหมดเพื่อดูความผิดปกติในเนื้อนม ซึ่งไม่ได้ทำให้เต้านมซ้ำ หรือเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งเต้านม

## 7. การใส่ยกทรงที่มีโครง เป็นสาเหตุของ การเกิดมะเร็งเต้านมหรือไม่

**ตอบ** การใส่ยกทรงที่มีโครงไม่ได้ส่งผลให้เกิดมะเร็งเต้านมแต่อย่างใด

## 8. หลังการผ่าตัดมะเร็งเต้านม ทำไมจึงควรใส่ยกทรง (Balancing Bra) ซึ่งมีเต้านมเทียมที่ น้ำหนักเท่ากับอีกข้างที่ไม่ถูกตัด จะใช้เต้านมเทียมที่ไร้น้ำหนัก ซึ่งสอดคล้องโยสียงเคราะห์ได้หรือไม่

**ตอบ** ภายหลังจากผ่าตัดเอาเต้านมออก การใส่เต้านมเทียมที่มีน้ำหนักเท่าอีกข้างที่ไม่ถูกตัดจะช่วยลดอาการปวดหลัง ปวดคอ ปวดเอว จากการที่กล้ามเนื้อหลังด้านหนึ่งรับน้ำหนักมากกว่าอีกด้านหนึ่ง สำหรับการใส่เต้านมเทียมที่ไร้น้ำหนักสามารถช่วยในเรื่องความสวยงาม ในการใส่เสื้อผ้าได้อย่างเดียว แต่อาจไม่ช่วยในกลุ่มที่มีอาการปวดหลังภายหลังการผ่าตัดเต้านม.

