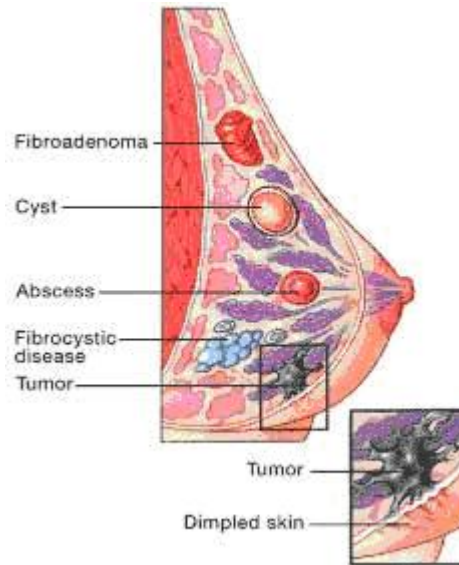


ว่าด้วยเรื่อง ก้อนที่เต้านม



เต้านมเป็นอวัยวะสำคัญที่บ่งบอกถึงความเป็นสัตว์โลกที่เลี้ยงลูกด้วยนม สำหรับมนุษย์ถือว่า เต้านมเป็นสัญลักษณ์ทางเพศที่สำคัญอย่างหนึ่ง โดยเฉพาะเพศหญิง ตั้งแต่วัยรุ่นจนถึงวัยแก่ ถ้าปราศจากอวัยวะนี้แล้ว คงจะมีปัญหาเกิดขึ้นมากมายอย่างน้อยที่สุด ความเป็นผู้หญิงคงจะด้อยลงไป ดังนั้น หามิโรคมัยไข้เจ็บที่เกี่ยวกับเต้านม และทำให้ผู้หญิงต้องสูญเสียของสงวนสิ่งนี้แล้ว คงจะสร้างความสะเทือนใจเป็นอย่างยิ่ง แม้แต่ผู้ชายเวลามนแตกพาน บางครั้งยังอับอายเพื่อนฝูงจนต้องขอให้แพทย์ช่วยผ่าตัดให้

เต้านมยังทำหน้าที่สำคัญในการสืบทอดความเป็นสิ่งมีชีวิต กล่าวคือตามขั้นตอนของการสืบพันธุ์สำหรับสตรีเลี้ยงลูกด้วยนมนั้น เต้านมต้องทำหน้าที่ผลิตน้ำนมเพื่อเลี้ยงทารก

การเปลี่ยนแปลงของเต้านม

เมื่อเติบโตเข้าระยะวัยรุ่น เต้านมจะเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาภายใต้การควบคุมของฮอร์โมน 2 ชนิด คือ ฮอร์โมนเอสโตรเจนจากรังไข่กระตุ้นให้เกิดการขยายตัวของท่อนม รวมทั้งท่อน้ำนมต่าง ๆ พร้อมกับกระตุ้นให้มีไขมันแทรกกระหว่างท่อน้ำนมฮอร์โมนอีกชนิดคือ โพรเจสเตอโรน ซึ่งร่างกายจะผลิตออกมาทุกเดือนตามรอบเดือน คอยกระตุ้นปลายท่อน้ำนมให้ขยายเป็นท่อยู่ของต่อมน้ำนม ทำหน้าที่ผลิตน้ำนม ดังนั้นเวลาประจำเดือนใกล้จะมาถึงผู้หญิงจะรู้สึกว่เต้านมโตขึ้น และตึงคัด ซึ่งเป็นปฏิกิริยาตามธรรมชาติที่ร่างกายตอบสนองต่อฮอร์โมนโพรเจสเตอโรน ที่หลั่งออกมาในช่วงเวลาดังกล่าว ย่อมหมายความว่าวงจรของชีวิตแห่งความเป็นเพศหญิงกำลังดำเนินไปอย่างปกติ เต้านมที่เติบโตเต็มที่จะมี

รูปร่างเกือบจะเป็นครึ่งทรงกลม มีส่วนปลายยื่นเข้าไปบริเวณรักแร้ หัวนมจะเซดขึ้นเล็กน้อย เป็นที่เปิดของท่อน้ำนม หัวนมจะล้อมรอบด้วยเนื้อเยื่อสีชมพู เรียกรูปร่างหัวนม (AREOLA) เต้านมแต่ละข้างมีเส้นประสาทและเนื้อเยื่อพังผืด ประกอบจนเป็นรูปร่างที่มีความเต่งตึงในยามสัมผัส หัวนมจะมีเส้นประสาทมาหล่อเลี้ยงเพื่อประโยชน์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมเต้านมของผู้หญิงวางอยู่บนแผงหน้าอกด้านหน้า มีขอบเขตตั้งแต่กระดูกซี่โครงที่ 2-6 จากบนลงล่าง และตั้งแต่กระดูกหน้าอกไปจนถึงด้านข้างของทรวงอก เต้านมของผู้ชาย จะไม่เจริญเท่าผู้หญิง นอกจากในช่วงแตกเนื้อหนุ่ม อาจโตขึ้นเล็กน้อยเป็นการชั่วคราวที่เรียกว่า "นมแตกพาน"

การตรวจเต้านมด้วยตนเอง

สำคัญมากสำหรับผู้หญิงที่มีอายุ 20 ปี ขึ้นไป ควรสร้างอุปนิสัยในการตรวจเต้านมของตนเองอย่างสม่ำเสมอและหมั่นคลำหาก่อนที่ผิดปกติในเต้านมการตรวจเต้านมด้วยตนเองโดยการคลำอย่างเป็นระบบ ใช้มือขวาในการคลำเต้านมข้างซ้าย และสลับกันคือใช้มือซ้ายคลำเต้านมด้านขวา คลำเต้านมโดยใช้ฝ่ามือเพียง 2-3 นิ้ว สัมผัสด้วยการหมุนไปรอบ ๆ ตามเข็มนาฬิกาทุกเบา ๆ เพื่อให้ผิวหนังอยู่กับที่ เริ่มจากขอบนอกบนสุด หมุนเป็นวงกลมช้า ๆ ตามเข็มนาฬิกาจนกลับมาถึงจุดเริ่มต้น ชยับน้ำมือเข้าไปหาหัวนมราว 1 นิ้ว แล้วหมุนรอบซ้ำแบบเดิมอีกจนเข้ามาในสุดถึงหัวนม พยายามใช้ความรู้สึกสัมผัสของเต้านมปกติว่าเป็นอย่างไร เพื่อจะได้จำได้ว่าเวลาเกิดความผิดปกติแล้วมันจะเปลี่ยนแปลงอย่างไร ท่านที่มีรูปร่างผอมบางอาจมีปัญหาว่ากระดูกหน้าอกอาจปรากฏชัดเจน จำคำดูเหมือนก้อน โปรดระลึกไว้เสมอว่าแม้ว่าท่านจะตรวจพบก้อนที่เต้านมด้วยตนเองก็ตามแต่แพทย์เท่านั้นที่จะเป็นผู้ยืนยันว่าก้อนที่ท่านคลำได้นั้น เป็นก้อนที่ผิดปกติจริงหรือไม่ และเป็นชนิดไม่ร้ายแรงหรือเป็นมะเร็ง ข้อสำคัญขอเพียงแต่ให้ท่านขยันหมั่นตรวจเต้านมด้วยตนเองบ่อย ๆ เป็นประจำ

ก้อนที่เต้านม

ก้อนที่เต้านมหรือเนื้องอกที่เต้านม มักเกิดหลังอายุ 30 ปีไปแล้ว เกิดจากการที่เซลล์ที่มีการแบ่งตัวผิดปกติ โดยเนื้องอกชนิดไม่ร้ายแรงจะมีการแบ่งตัวแล้วไม่ลุกลามออกนอกเปลือกหุ้ม ในขณะที่เซลล์มะเร็งจะมีการกระจายไปทั่ว เนื้องอกชนิดไม่ร้ายแรงของเต้านมคิดเป็นประมาณ ร้อยละ 80 ของก้อนที่เต้านมทั้งหมด ที่สำคัญมีดังนี้

1. **ไฟโบรซิสติก (FIBROCYSTIC DISEASE)** ภาวะนี้ของเต้านมจริง ๆ แล้วไม่ใช่โรคอย่างแท้จริง เป็นภาวะที่พังผืด ต่อมและท่อน้ำนมมีปฏิกิริยามากเกินไปต่อการกระตุ้นของฮอร์โมนระหว่างการตกไข่ ทำให้พังผืดเกาะตัวเป็นกลุ่มเป็นก้อนและ/หรือ มีถุงน้ำเล็ก ๆ จำนวนมากปะปนอยู่ อาการของโรคนี้คือ มีก้อนโตขึ้นและเจ็บเต้านมก่อนจะมีประจำเดือนแล้วค่อย ๆ ดีขึ้นเมื่อประจำเดือนหมด

2. **ไฟโบรติโนมา (FIBROADENOMA)** เป็นเนื้องอกธรรมดาที่มีก้อนแข็งประกอบด้วยพังผืดและเนื้อเยื่อจากต่อมน้ำนม พบบ่อยสุดในวัย 18-35 ปี มักไม่มีอาการเจ็บนอกจากบางครั้งอาจรู้สึกคัด ๆ เต้านมบ้างก่อนมีประจำเดือนเวลาคลำจะรู้สึกว่ามีก้อนลึกลงไปมาได้ ก้อนของเต้านมส่วนใหญ่เป็นชนิดไม่ร้ายแรง แต่อย่างไรก็ตามสิ่งเหล่านี้เมื่อเกิดขึ้นแล้วอาจต้องใช้วิธีการรักษา โดยผ่าตัดเอาออกเพื่อไม่ให้เกิดการรบกวนการทำงานของเต้านม เนื้องอกชนิดไม่ร้ายแรงนี้จะไม่ลุกลามไปยังเนื้อเยื่อส่วนดีอื่น ๆ ของเต้านม ไม่เป็นอันตรายต่อชีวิต

มะเร็งเต้านม

เนื้องอกชนิดร้ายแรงของเต้านม เราเรียกว่า "มะเร็งเต้านม" อาการสำคัญสำหรับมะเร็งเต้านมก็คือ การคลำได้ก้อนภายในเต้านม โดยไม่มีอาการเจ็บปวด เวลาประจำเดือนมาก่อนนี้จะไม่เปลี่ยนขนาด หรือความนุ่มแข็ง อาการอื่น ๆ ที่เกิดได้ก็คือ การมีของเหลวไหลออกมาจากหัวนมหรือผิวหนังเหนือเต้านมขรุขระไปเหมือนผิวส้ม เราแบ่งมะเร็งเต้านมอย่างง่าย ๆ เป็น 3 ระยะด้วยกัน

1. มะเร็งเต้านมระยะเริ่มต้น

หมายถึง มะเร็งที่มีก้อนขนาดเล็กไม่เกิน 1 นิ้ว การแพทย์สมัยใหม่สามารถตรวจพบมะเร็งที่มีก้อนขนาดเล็กกว่านี้มาก เช่น ตรวจด้วย MAMMOGRAM ก้อนขนาดนี้จริง ๆ แล้วอาจมีการเจริญเติบโตมานานแล้ว ซึ่งถ้าหากหมั่นตรวจเต้านมด้วยตนเองอยู่เสมอจะสามารถคลำได้ก่อนที่จะโตเท่านี้

โอกาสที่จะอยู่รอดเกิน 5 ปี หลังการรักษา มีสูงถึง 85%

2. มะเร็งเต้านมระยะเป็นมาก

คือมะเร็งที่กระจายจากเต้านมสู่ต่อมน้ำเหลืองบริเวณต่าง ๆ เช่น ที่รักแร้ คอ และทรวงอก โอกาสที่จะอยู่รอดเกิน 5 ปี หลังการรักษาจะลดลงเหลือเพียง 40% หรือต่ำกว่านี้

3. มะเร็งเต้านมชนิดแพร่กระจาย

คือมะเร็งที่ลุกลามไปถึงต่อมน้ำเหลืองแล้วกระจายไปตามท่อน้ำเหลือง และกระแสโลหิตสู่ส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น กระดูก ตับ ปอด และสมอง

โอกาสที่จะอยู่รอดเกิน 5 ปี แม้จะให้การรักษาด้วยแทบจะไม่มีเลย

การรักษามะเร็งเต้านม

การรักษาโรคมะเร็งเต้านมอย่างจริงจังได้เริ่มขึ้นเมื่อต้นคริสต์ศตวรรษที่ 19 โดยการผ่าตัดเต้านม ต่อมาน้ำเหลืองบริเวณรักแร้ และกล้ามเนื้อหน้าอกอกจนหมดได้ผลดีแต่หน้าอกด้านที่ถูกผ่าตัดจะแบนราบเห็นรอยกระดูกซี่โครงชัดเจน ต่อมาความรู้ความเข้าใจเรื่องโรคมะเร็งเต้านมของสตรีดีขึ้น ผู้ป่วยจะมาพบแพทย์เร็วขึ้น จึงได้มีวิวัฒนาการผ่าตัดเอาเฉพาะเต้านมและต่อมน้ำเหลืองออก แต่เหลือกล้ามเนื้อบริเวณหน้าอกเอาไว้ ผลการผ่าตัดจะไม่เห็นรอยซี่โครงและโอกาสจะมาเสริมแต่งหน้าอกและใส่เต้านมเทียมมากขึ้น

วิวัฒนาการรักษาโรคมะเร็งเต้านม ไม่เพียงแต่ทางศัลยกรรมเท่านั้น ยังมีการใช้เคมีบำบัด และรังสีบำบัดมาช่วยในการรักษาทั้งก่อนและหลังการผ่าตัด ทำให้เปอร์เซ็นต์การอยู่รอดของผู้ป่วยที่เป็นโรคมะเร็งเต้านมดีขึ้น ในระยะ 10 ปีที่ผ่านมา มีการนำเอาวิธีการรักษา มะเร็งเต้านมโดยไม่ตัดเอาเต้านมออกหมดมาใช้ร่วมกับการฉายรังสีและเคมีบำบัดใช้เฉพาะ มะเร็งเต้านมระยะแรกเริ่มได้ผลและปลอดภัยใกล้เคียงกับการรักษาโดยการตัดออกทั้งหมด

ทั้งหมดที่ได้กล่าวจะเห็นได้ว่า การรักษา มะเร็งเต้านมในปัจจุบัน และอนาคตมีการหันเหไปใช้วิธีการเก็บเต้านมไว้มากขึ้น สิ่งเหล่านี้กระทำได้นี้เนื่องจากประชาชนมีความรู้ความเข้าใจ ในเรื่องโรคมะเร็งเต้านมดีขึ้น มีการตื่นตัวที่จะตรวจตัวเองและให้แพทย์ตรวจ เพื่อค้นหา มะเร็งเต้านมตั้งแต่ระยะเริ่มแรก นับเป็นโอกาสทองของชีวิตที่จะรักษาตัวเองให้หายจาก มะเร็งเต้านม และไม่ต้องสูญเสียเต้านมอีกด้วย