

มะเร็งเต้านม เรื่องผู้หญิงที่ควรรู้



การตรวจแมมโมแกรม



ใครควรตรวจ ?

01

ผู้หญิงที่มีอายุ 40 ปีขึ้นไป



02

ครอบครัวสายตรงที่มีประวัติการป่วยเป็นมะเร็งเต้านม
ก่อนวัยหมดประจำเดือน ควรเริ่มตรวจตั้งแต่อายุ 30 ปี

03

บุคคลที่มีประวัติผลตรวจชิ้นเนื้อผิดปกติ หรือมีญาติสายตรง
ที่ตรวจพบชิ้นเนื้อผิดปกติ ให้เริ่มตรวจตั้งแต่อายุ 25 ปี



04

คลำพบก้อนเนื้อ มีเลือดออกที่หัวนม หรือมีอาการผิดปกติอื่นๆ ที่บริเวณเต้านม



การตรวจแมมโมแกรมมีประโยชน์



การทำแมมโมแกรมช่วยในการวินิจฉัยมะเร็งเต้านมได้ตั้งแต่ระยะต้น
ซึ่งมีผลต่ออัตราการหายขาดและการรอดชีวิต



ปัจจุบันแมมโมแกรมเป็นเครื่องมือตรวจคัดกรองที่ได้มาตรฐานสากล
ให้ผลชัดเจน รวดเร็ว และปลอดภัย



ปริมาณรังสีที่ได้รับจากการทำแมมโมแกรม
แต่ละครั้งน้อยมาก



ไม่จริง

การทำแมมโมแกรม
เสี่ยงเป็นมะเร็งเต้านม



มะเร็งเต้านม
เรื่องผู้หญิงที่ควรรู้
“การตรวจแมมโมแกรม”

| | |
|--|--|
| <p>โรคมะเร็งเต้านม</p> | <p>โรคมะเร็งเต้านมเป็นมะเร็งที่พบบ่อยในสตรีเป็นอันดับแรกของประเทศไทยและทั่วโลก โดยพบมากในสตรีที่มีอายุตั้งแต่ 40 ปี ขึ้นไป มะเร็งเต้านมในระยะเริ่มต้นมักไม่มีอาการแสดง จึงจำเป็นที่จะต้องตรวจค้นหาด้วยการคลำเต้านม และตรวจด้วยเครื่องมือเฉพาะที่เรียกว่า การตรวจแมมโมแกรม¹</p> |
| <p>การตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านมด้วยเครื่องแมมโมแกรม</p> | <p>การตรวจแมมโมแกรม เป็นวิธีการตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านมที่ได้รับการยอมรับว่าดีที่สุด สามารถลดอัตราการเสียชีวิตจากมะเร็งเต้านมได้ เป็นการตรวจทางรังสีชนิดหนึ่งคล้ายกับการเอกซเรย์ เครื่องตรวจแมมโมแกรมจะเป็นเครื่องมือเฉพาะที่ใช้รังสีในปริมาณน้อยถ่ายภาพเต้านมในลักษณะที่เต้านมถูกกดให้แบนราบให้เนื้อเต้านมกระจายตัวออก ทำให้เห็นความผิดปกติได้ชัดเจนขึ้น และลดปริมาณรังสีที่จะได้รับ^{1,2} อาจมีการทำอัลตราซาวด์เพิ่ม เพื่อช่วยในการวินิจฉัยหรือยืนยันว่าสิ่งที่พบผิดปกติในแมมโมแกรม ซึ่งจะช่วยให้การวินิจฉัยมีความถูกต้องแม่นยำมากขึ้น¹</p> |
| <p>ใครควรตรวจแมมโมแกรม³</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้หญิงที่มีอายุตั้งแต่ 40 ปีขึ้นไป ควรเริ่มตรวจเป็นประจำทุกปี 2. ในกรณีที่บุคคลในครอบครัวมีประวัติสายตรง การป่วยเป็นมะเร็งเต้านมก่อนวัยหมดประจำเดือน ควรเริ่มตรวจเร็วขึ้นตั้งแต่อายุ 30 ปี 3. บุคคลที่มีประวัติตรวจยีนผิดปกติ (Gene mutation) ได้แก่ ยีน BRCA1 และ BRCA2 หรือมีญาติสายตรงที่ตรวจพบยีนผิดปกติให้เริ่มตรวจเป็นประจำทุกปีตั้งแต่อายุ 25 ปี 4. บุคคลที่มีประวัติฉายแสงบริเวณทรวงอก ขณะอายุ 10-30 ปี ให้เริ่มตรวจเป็นประจำทุกปี หลังจากได้รับการฉายแสงเสร็จสิ้นแล้ว 8 ปี (แต่อายุไม่ต่ำกว่า 25 ปี) 5. บุคคลที่คลำพบก้อนเนื้อ มีเลือดออกที่หัวนม หรือมีอาการผิดปกติอื่นๆ ที่เต้านม 6. บุคคลที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคเนื้องอกในเต้านม เพื่อติดตามผลการรักษา |

| | |
|---|---|
| <p>การเตรียมตัวก่อนตรวจแมมโมแกรม 2,3</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. ควรหลีกเลี่ยงการตรวจแมมโมแกรมในช่วงสัปดาห์ก่อนที่มีประจำเดือน เพราะเป็นช่วงที่หน้าอกคัดตึงและขยาย อาจช่วยให้เจ็บหน้าอกน้อยลงและถ่ายภาพเอกซเรย์เต้านมได้ดีขึ้น 2. แนะนำให้ตรวจหลังมีประจำเดือน 7-10 วัน 3. ผู้ที่มีการเสริมหน้าอกต้องแจ้งผู้ตรวจล่วงหน้าว่ามีการเสริมหน้าอก 4. ควรแต่งกายด้วยเสื้อผ้าที่สะดวกต่อการถอดเปลี่ยนก่อนการเอกซเรย์บริเวณเต้านม 5. ไม่ควรฉีดน้ำหอม ทาโลชั่น แป้ง หรือโรลออนใด ๆ บริเวณระหว่างช่วงแขนลงไปจนถึงหน้าอกก่อนการตรวจแมมโมแกรม ซึ่งอาจทำให้เกิดความคาดเคลื่อนในการถ่ายภาพได้ 6. ในกรณีที่มีการตรวจแมมโมแกรมในสถานพยาบาลหรือโรงพยาบาลแห่งใหม่ควรมีการขอเพิ่มประวัติการตรวจแมมโมแกรมเดิมไปให้แห่งใหม่เพื่อการเปรียบเทียบผลการตรวจที่แม่นยำ 7. รับประทานอาหาร และดื่มน้ำได้ตามปกติ โดยใช้เวลาตรวจทั้งสิ้นประมาณ 30 นาที 8. แต่งกายด้วยชุดแบบ 2 ชั้น (ท่อนบน-ล่าง) เพื่อความสะดวกในการเปลี่ยนเสื้อผ้า 9. หากเคยตรวจแมมโมแกรมมาก่อน ควรนำผลตรวจภาพแมมโมแกรมเดิม เพื่อมาเปรียบเทียบดูความเปลี่ยนแปลง 10. หากมีอาการผิดปกติของเต้านม ควรแจ้งให้รังสีแพทย์ที่ทำการตรวจทราบ |
| <p>ข้อห้ามในการตรวจแมมโมแกรม⁴</p> | <p>หญิงตั้งครรภ์หรือมีความเป็นไปได้ในการตั้งครรภ์อาจได้รับผลกระทบจากการตรวจแมมโมแกรม เนื่องจากขั้นตอนการตรวจที่ทำให้ร่างกายได้รับรังสี แม้ว่าระดับรังสีจะอยู่ในระดับที่ค่อนข้างต่ำ แต่ก็มีโอกาสกระทบต่อการพัฒนาของทารกในครรภ์ จึงควรมีการแจ้งแพทย์หรือเจ้าหน้าที่ฉายรังสีก่อนทุกครั้ง เพื่อความปลอดภัยของทารกในครรภ์</p> |
| <p>ขั้นตอนการตรวจแมมโมแกรม³</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. นักรังสีเทคนิคการแพทย์จะใช้อุปกรณ์บีบเต้านมเข้าหากันแล้วทำการถ่ายภาพเอกซเรย์เต้านมข้างละ 2 รูป 2. กรณีพบจุดสงสัย อาจมีการถ่ายรูปเพิ่มความชัดเจน 3. แพทย์จะพิจารณาตรวจด้วยอัลตราซาวด์ร่วมด้วยในบางราย 4. แมมโมแกรมควรตรวจเป็นประจำทุกปี หรือหากพบความผิดปกติ แพทย์จะพิจารณานัดตรวจเพื่อติดตามผลเป็นประจำทุก 3 - 6 เดือน |
| <p>ประโยชน์ของการตรวจแมมโมแกรม²</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. การตรวจแมมโมแกรมมีรังสีในปริมาณน้อย ในระดับที่ไม่ก่อให้เกิดอันตรายแต่อย่างใด 2. สิ่งที่แมมโมแกรม สามารถตรวจพบ และดีกว่าการตรวจวิธีอื่น ก็คือ สามารถเห็นจุดหินปูนในเต้านม ซึ่งในบางครั้ง มะเร็งเต้านมอาจมีขนาดเล็กมากคลำก็ไม่พบ |

| | |
|--|---|
| | <p>ตรวจอัลตราซาวด์ก็ไม่พบ สามารถตรวจพบได้เฉพาะในการตรวจแมมโมแกรมเท่านั้นดังนั้น แมมโมแกรม จึงมีประโยชน์ในการตรวจหามะเร็งเต้านมขนาดเล็กและเป็นวิธีค้นหาหามะเร็งเต้านมในระยะเริ่มต้นที่เป็นมาตรฐานทั่วโลก</p> <p>3. การทำแมมโมแกรมช่วยในการวินิจฉัยหามะเร็งเต้านมได้ตั้งแต่ระยะต้นซึ่งมีผลต่ออัตราการหายขาดและการรอดชีวิต ปัจจุบันแมมโมแกรมเป็นเครื่องมือตรวจคัดกรองที่ได้มาตรฐานสากล</p> <p>4. ให้ผลชัดเจน รวดเร็ว และปลอดภัย</p> <p>5. ปริมาณรังสีที่ได้รับจากการทำแมมโมแกรมแต่ละครั้งน้อยมาก</p> <p>6. การทำแมมโมแกรมไม่เสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งเต้านม</p> |
|--|---|

รายการอ้างอิง

1. รังสีรักษาและมะเร็งวิทยา ฝ่ายรังสีวิทยา โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์. การตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านม. [อินเทอร์เน็ต]. [ม.ป.พ.]; c2019. [สืบค้นเมื่อวันที่ 2 ส.ค 2563]. จาก : <https://www.chulacancer.net/patient-list-page.php?id=43>
2. แพทยสภา (The Medical council of the thailand).หมอชวนรู้ “การตรวจแมมโมแกรม (Mammogram)”. [อินเทอร์เน็ต]. [ม.ป.พ.]; c2019. [สืบค้นเมื่อวันที่ 2 ส.ค 2563]. จาก :https://tmc.or.th/tmc_knowledge.php
3. โรงพยาบาลศิริราช ปิยมหาราชการุณย์.แมมโมแกรม ตรวจเร็ว แม่นยำ ปลอดภัย (Mammogram). [อินเทอร์เน็ต]. [ม.ป.พ.]; c2019. [สืบค้นเมื่อวันที่ 2 ส.ค 2563]. จาก :<http://www1.siphhospital.com/th/news/article/share/515>
4. POB PAD.ตรวจเต้านมด้วยแมมโมแกรม (Mammogram). [อินเทอร์เน็ต]. [ม.ป.พ.]; c2019. [สืบค้นเมื่อวันที่ 2 ส.ค 2563]. จาก :<https://www.pobpad.com/%E0%B9%81%E0%B8%A1%E0%B8%A1%E0%B9%82%E0%B8%A1%E0%B9%81%E0%B8%81%E0%B8%A3%E0%B8%A1-mammogram>