

## มะเร็งผิวหนัง

มะเร็งผิวหนังเป็นมะเร็งที่พบได้ทั่วไป อัตราการป่วยเป็นมะเร็งผิวหนังเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว

แม้ว่าจะพบในฮ่องกงได้น้อยกว่าในประเทศตะวันตก แต่มีเกิดขึ้นใหม่เพิ่มจำนวนขึ้นทุกๆปี

ทั้งนี้อาจจะมีสาเหตุจากการที่ประชากรนิยมการทำกิจกรรม

กลางแจ้งและมีประชากรในวัยสูงอายุเพิ่มขึ้น จากสถิติของสถาบันมะเร็งฮ่องกง

พบว่ามีผู้ป่วยใหม่ 257 ราย ในปี 2003 และ 558 ในปี 2013

เห็นได้ชัดว่าเพิ่มถึงสองเท่าในระหว่างปี 2003 และ 2013

มะเร็งผิวหนังชนิดไม่ใช้เมลาโนมา คือ ชนิดที่พบได้มากที่สุด 1 ใน 10 ของมะเร็งในฮ่องกง

โดยเพิ่มจากอันดับ 11 ในปี 2003 เป็นอันดับ 7 ในปี 2013

แต่ทั้งนี้อัตราการตายไม่ได้สูงมาก เมื่อเทียบกับอัตราการตรวจพบ

เพราะว่าผิวหนังเป็นส่วนที่เห็นได้ชัด ง่ายต่อการสังเกตพบความผิดปกติ

ทำให้มีการรักษามะเร็งผิวหนังตั้งแต่ระยะแรกๆ หากว่าพบอาการผิดปกติที่ผิวหนัง

ควรจะพบแพทย์โดยเร็วที่สุด การตรวจพบตั้งแต่ระยะแรกๆ

จะเพิ่มโอกาสในการรักษาให้หายได้

### 1. มะเร็งผิวหนังคืออะไร

ผิวหนังเป็นส่วนของร่างกายที่มีขนาดใหญ่ที่สุด มีหน้าที่ในปกป้องร่างกายจากการบาดเจ็บ

รักษาอุณหภูมิ ทำให้ร่างกายชุ่มชื้น รวมไปถึงป้องกันไม่ให้ร่างกายเสียน้ำมากเกินไป



ผิวหนังมีด้วยทั้งหมด 3 ชั้น ได้แก่ epidermis (ชั้นบนสุด) dermis (ชั้นกลาง) subcutis (ชั้นในสุด)

ผิวหนังชั้น epidermis ประกอบด้วย 3 เซลล์ คือ basal cell squamous cell และ melanocytes

โดยทั่วไปแล้วผิวหนังที่สร้างขึ้นใหม่จะผลัดเซลล์เก่ามาสู่ ชั้นนอก

ซึ่งผิวหนังเก่าจะตายและลอกไปในที่สุด กระบวนการเหล่านี้จะมี DNA คอยควบคุม เมื่อ DNA ได้รับความเสียหาย ไม่สามารถทำงานได้ปกติ

ซึ่งจะทำให้กระบวนการสร้างเซลล์ใหม่ไม่สามารถควบคุมได้ และกลายเป็นมะเร็งในที่สุด

มะเร็งผิวหนังมักจะเกิดขึ้นในบริเวณร่างกายที่สัมผัสกับแสงแดด บ่อยๆ เช่น ใบหน้า

ริมฝีปากและคอ แต่บริเวณอื่นที่ไม่ได้สัมผัสกับแดดโดยตรง ก็สามารถเป็นได้ เช่น

บริเวณฝ่ามือ หลังเท้าหรือช่องว่างระหว่างเท้าได้

## 2. มะเร็งผิวหนังแตกต่างกันอย่างไร

มะเร็งผิวหนังตั้งชื่อตามส่วนที่เกิดขึ้น มีมะเร็งผิวหนังด้วยกันทั้งหมด 3 ชนิด คือ

ชนิดเบซาลเซลล์ ชนิดสความัสและชนิดที่ไม่ใช่เมลานินมา มะเร็งผิวหนังชนิดอื่นๆ เช่น

ชนิดเนื้องอกที่ต่อมเหงื่อ รุขุมขน จะพบได้น้อย

มะเร็งผิวหนังชนิดเบซาลเซลล์

เป็นชนิดของมะเร็งผิวหนังที่พบได้มากที่สุด และรักษาได้ง่ายที่สุดด้วย ผู้ป่วยมะเร็งผิวหนัง



60% เป็นชนิดนี้ มักจะเกิดขึ้นในคนที่อายุมากกว่า40ปี โดยชนิดนี้จะเกิดขึ้นบริเวณศีรษะ  
จมูก และลำตัวช่วงบน มะเร็งชนิดนี้จะแสดงอาการเริ่มด้วยการเป็นตุ่มบริเวณหน้า หู และคอ  
โดยจะเป็นเกล็ดแห้งที่บริเวณหน้าอกและหลัง ทั้งนี้เลือดอาจจะออกหรือเป็นแผลเน่าเปื่อยได้  
หลังจากนั้นจะหายได้เองและเป็นใหม่ได้อีก ซึ่งจะเกิดขึ้นใหม่บริเวณเดียวกัน  
มะเร็งผิวหนังชนิดเบซาลนี้จะเจริญเติบโตได้ช้า และไม่แพร่กระจาย แต่ถ้าไม่ได้รับการรักษา  
มันจะแทรกซึมเข้าไปยังผิวหนังด้านใน และทำลายโครงสร้างผิวหนังด้านใน  
ซึ่งจะทำให้รักษาได้ยาก  
มะเร็งผิวหนังชนิดสความัน  
ผู้ป่วยมะเร็งผิวหนังจะเป็นมะเร็งผิวหนังชนิดนี้ประมาณ 30%  
โดยมักจะเกิดกับผู้มีอายุสูงกว่า 50 ปี ซึ่งจะเริ่มจากการเป็นตุ่มแดงหรือแผลแดงๆ  
บริเวณที่สัมผัสกับแสงแดด เช่น ศีรษะ คอ มือ หรือแขน  
และอาจพัฒนาไปยังบริเวณช่วงลำตัวและขาได้ แต่หากเกิดบริเวณริมฝีปากและหู  
จะค่อนข้างรุนแรงและมีโอกาสที่จะแพร่กระจายได้  
ชนิดเมลาโนมา  
แม้ว่าจะพบผู้ป่วยมะเร็งเมลาโนมาเพียง 10%  
แต่มะเร็งชนิดนี้มีความรุนแรงที่สุดและเป็นสาเหตุที่ทำให้เสียชีวิตมากที่สุด  
เซลล์เมลาโนมาจะเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วและแพร่กระจายไปยังส่วนอื่นๆของร่างกาย เช่น  
ตับ ปอด หรือแม้กระทั่งสมอง ตั้งแต่ระยะแรกๆ



เมื่อพบมะเร็งชนิดนี้ในคนเอเชีย

มันมักจะได้รับการวินิจฉัยว่าผู้ป่วยได้รับแสงแดดมากเกินไป เช่น บริเวณฝ่ามือ ใต้เล็บมือ

และเยื่อบุผิวในช่องจมูก เป็นต้น เมลาโนมาเริ่มจากการที่ผิวหนังเปลี่ยนสี เปลี่ยนรูปร่าง

เช่น เป็นไฟ มีรอยด่าง ซึ่งกระบวนการนี้อาจใช้เวลาหลายสัปดาห์ถึงหลายเดือน เมลาโนมา

มักจะมีรูปร่าง ผิวนูน สีที่ไม่ปกติ มันจะเกิดขึ้นบริเวณส่วนสัมผัสของผิวหนัง

เจริญเติบโตได้เร็วและเป็นผื่น ผู้ป่วยควรจะไปพบแพทย์ทันทีหากมีอาการเหล่านี้

### 3. จะมีวิธีป้องกันการเป็นมะเร็งผิวหนังได้อย่างไร

จากการวิจัยพบว่า 80% ของมะเร็งผิวหนังสามารถป้องกันได้

วิธีที่ดีที่สุดในการป้องกันผิวหนังคือ ปกป้องผิวหนังจากแสงแดด

นี่คือวิธีการที่ปกป้องผิวหนังได้

หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับแสงแดด

เมื่อมีค่ารังสี UV ที่ 3 หรือมากกว่า

ระหว่างเวลา 11 นาฬิกา - 15 นาฬิกา เป็นเวลาที่แดดจะแรงสุด

ให้ใช้ครีมกันแดดที่มี SPF15+ และ PA++ ทาบริเวณผิวหนัง รวมถึงริมฝีปากด้วย

ทาครีมกันแดด 30 นาที ก่อนการออกกำลังกาย และทาซ้ำทุกๆ 2-3 ชั่วโมง SPF15

จะดูดซับรังสียูวีได้ 93% ขณะที่ SPF30จะดูดซับได้ 97%

อย่าไต่ต้นไม้ ใช้ร่มกันแดด หรืออยู่ใต้ร่มเงา



สวมใส่หมวก แว่นกันแดด เสื้อผ้าที่คลุมแขนและขา

หลีกเลี่ยงการอาบแดด

รู้ตัวอยู่เสมอเกี่ยวกับอันตรายจากแสงแดด การใช้ยาบางชนิดจะทำให้ผิวหนังแพ้ง่าย

ซึ่งรวมไปถึงยาความดันโลหิตสูง ยาเบาหวาน และยารักษาสิว

ปรึกษาแพทย์ถึงผลข้างเคียงของยาที่ได้รับ คอยระมัดระวังถ้าผิวหนังของคุณไวต่อแสงแดด

ตรวจสอบดูผิวหนังอย่างสม่ำเสมอ สังเกตว่ามีการเปลี่ยนแปลงหรือมีตุ่มอะไรที่ผิวหนังหรือไม่

ต้องตรวจสอบหากพบว่าการเปลี่ยนแปลงในขนาด รูปร่าง หรือสีผิว ตรวจสอบดูใบหน้า คอ

หนังศีรษะ หลัง มือ แขน ขา เท้า ฝ่าเท้า และสะโพก

#### 4. อะไรคือสาเหตุของมะเร็งผิวหนัง

มะเร็งผิวหนังมีสาเหตุหลักจากการได้รับรังสีอัลตราไวโอเล็ตสูง จากแสงแดด

หรือแหล่งพลังงานอื่น เช่น ห้องกระจกที่เปิดรับแสงแดด แสงยูวี สามารถแบ่งได้เป็น 3

ประเภท คือ ยูวีเอ ยูวีบี และยูวีซี รังสียูวีบีจะทำให้เกิดมะเร็งเบซาลและสความัส ส่วนรังสียูวีเอ

จะส่งผลต่อมะเร็งผิวหนังชนิดเมลาโนมา การอาบแดดจะเพิ่มปริมาณของรังสียูวีเอ

และเพิ่มความเสี่ยงของการเป็นมะเร็งผิวหนังชนิดเมลาโนมา

รังสียูวีทำลายผิวหนังตลอดเวลา แม้กระทั่ง ผิวหนังไม่ได้ไหม้แต่การได้รับแสงอยู่ตลอดเวลา

จะทำให้เนื้อเยื่อผิวหนังถูกทำลาย จากผลการวิจัย

พบว่าแสงแดดจะทำลายเซลล์ผิวหนังตั้งแต่วัยเด็ก ผู้ที่ได้รับแสงแดด



และไม่มีการป้องกันที่เพียงพอ จะเป็นสาเหตุที่ทำให้เป็นมะเร็งผิวหนังได้ในที่สุด

มะเร็งผิวหนังจากพันธุกรรมสามารถเกิดได้กับบริเวณที่ไม่ได้โดนแสงแดดเป็นประจำ

มะเร็งผิวหนังสามารถเป็นได้ในคนทุกคน ไม่ว่าคนนั้นจะมีสีผิวอย่างไร

แต่หากว่ามีลักษณะอย่างเช่นข้างล่างนี้ จะต้องดูแลเป็นพิเศษ

- มีไฟเป็นจำนวนมาก
- มีรอยต่างดํา
- ครอบครัวมีประวัติเกี่ยวกับเมลาโนมา
- ทำงานกลางแจ้งเป็นระยะเวลานาน
- มีประวัติเกี่ยวกับผิวหนังไหม้ โดยเฉพาะหากมีผิวลอกหลังจากผิวไหม้
- การมีผิวขาวจะทำให้ผิวไหม้ได้ง่าย และไม่ได้เป็นสีแทน
- มีผมแดงหรือทอง และมีตาสีอ่อน
- มีระบบภูมิคุ้มกันต่ำ เนื่องจากติดเชื้อเอดส์ หรือได้รับการเปลี่ยนถ่ายอวัยวะ
- ผิวหนังแตกง่าย เช่นผิวหนังไหม้ หรือได้รับบาดเจ็บ หรือได้รับการรักษาโรคผื่นแดง หรือครีมทาโรคเรื้อนกวาง
- สัมผัสกับสารเคมี

## 5. อะไรคืออาการของโรคมะเร็งผิวหนัง

มีอาการของโรคมะเร็งผิวหนังที่แตกต่างกัน อาการที่พบได้มากคือ



- มีตุ่มขึ้น โดยที่มันแตกต่างจากตุ่มอื่นๆ
- ผิวหนังคันหรืออักเสบไม่สามารถรักษาให้หายได้
- ฝ้า ผื่นเหล่านั้นขยายขึ้น ทั้งรูปร่างและสี
- จะต้องสังเกตเมื่อ
  - ฝ้าอันนั้นไม่เหมือนกับอื่น
  - มีลักษณะที่แปลกไป
  - มีหลายสี หรือมีสีที่ไม่สม่ำเสมอ
  - ขนาดใหญ่กว่า 6 มิลลิเมตร หรือใหญ่กว่านั้น
  - มีรูปร่างที่โตอย่างผิดปกติ

## 6. จะมีวิธีการสืบค้นโรคและวินิจฉัยได้อย่างไร

หากคุณสงสัยเกี่ยวกับผื่น ตุ่ม ฝ้า ให้ปรึกษาแพทย์โดยทันที

และถ้าแพทย์สงสัยว่าคุณจะเป็นมะเร็งผิวหนัง แพทย์จะแนะนำให้ตัดเนื้อเยื่อไปตรวจสอบ

วิธีการนี้จะทำได้ง่ายและเร็ว โดยจะทำการเอาชิ้นส่วนตัวอย่าง ออกไปตรวจสอบ

เข้าห้องแลปเพื่อตรวจสอบด้วยกล้องจุลทรรศน์ โดยจะใช้เวลาประมาณ 1 สัปดาห์

## 7. มีวิธีการรักษามะเร็งผิวหนังได้อย่างไร

การรักษามะเร็งผิวหนังขึ้นอยู่กับขนาด ชนิด ตำแหน่ง และระยะของมะเร็ง



แพทย์จะทำการเลือกวิธีการรักษาตามแต่อาการของโรค

การผ่าตัด

ในบางครั้ง แพทย์จะทำการเอาเซลล์มะเร็งผิวหนังออกไปทั้งหมด

ระหว่างการตัดเนื้อเยื่อไปตรวจสอบ

ถ้าหากว่ามะเร็งมีขนาดใหญ่และแพร่กระจายไปยังส่วนอื่นๆแล้ว

เนื้อเยื่อจะต้องมีการนำออกเพิ่มเติม

การผ่าตัดด้วยวิธี Mohs

เป็นการผ่าตัดด้วยกล้อง ซึ่งจะทำการนำเซลล์มะเร็งออก

โดยที่ไม่รบกวนเนื้อเยื่ออื่นๆของร่างกาย

การผ่าตัดเอาออกนี้จะทำภายใต้การควบคุมดูแลของกล้องส่อง

และจะทำจนกว่าจะไม่มีเซลล์มะเร็งหลงเหลืออยู่

กระบวนการนี้จะใช้รักษามะเร็งผิวหนังที่มีขนาดใหญ่ ซึ่งแทรกซึมเข้าไปในผิวหนัง

และจะใช้ในบริเวณที่ยากต่อการรักษา เช่น ใกล้เคียงตา เป็นต้น

การผ่าตัดด้วยความเย็น

การผ่าตัดด้วยความเย็น จะใช้ในผู้ป่วยที่ไม่สามารถเข้ารับการผ่าตัดด้วยวิธีอื่นได้

จะเป็นเทคนิคการทำให้เซลล์แข็งตัว

จะใช้สารไนโตรเจนเข้าไปบริเวณผิวหนังและทำให้แข็งตัวและกำจัดเซลล์มะเร็ง

วิธีการนี้จะทำให้เจ็บปวดและเป็นผื่นแดงเพียงไม่กี่วัน ทำให้มีเนื้อเยื่อที่ตายน้อยลง





การรักษาจะใช้เวลาน้อยลง และอาจจะเหลือเพียงแค่ออยแฟลเป็น

การใช้เครื่องมือชุดและจี้ไฟฟ้า

เป็นวิธีที่ใช้กับมะเร็งผิวหนังชนิดเบซาล โดยจะให้ยาชาและชุดบริเวณรอบๆตุ่มก้อนที่เกิดขึ้น

เครื่องจี้ไฟฟ้าจะช่วยในการห้ามเลือด และทำลายเซลล์มะเร็งที่เหลือ

ซึ่งแผลจะหายได้เองภายในไม่กี่วัน และจะเป็นเพียงแค่ออยแฟลเป็นบางๆเท่านั้น

การให้เคมีบำบัด

มักจะใช้ในมะเร็งผิวหนังที่มีขนาดใหญ่เกินกว่าจะผ่าตัดได้ โดยทั่วไปแล้ว จะให้ยา

Imiquimod และ Fluorouracil เพื่อไปทำลายเซลล์ผิวหนังโดยตรง

การให้เคมีบำบัดจะให้ทั้งหมดเพียง 1-2 ครั้ง โดยใช้เวลาประมาณ 6 สัปดาห์

ผิวหนังที่ได้รับเคมีบำบัดจะเป็นผื่นแดง เป็นแผลสเกด หรือแตกได้ อย่างไรก็ตาม

ในปัจจุบันนี้โดยทั่วไปจะทิ้งรอยแผลเป็นไว้เลย

การฉีดยาเข้าเส้นเลือดดำร่วมกับแสงเลเซอร์

วิธีการนี้จะใช้แสงและยาทาไปยังผิวหนังเพื่อกำจัดเซลล์มะเร็ง

มักจะใช้ในรักษามะเร็งที่ใกล้กับใบหน้า

ยาที่ทาจะทาบผิวหนัง หลังจากนั้นจะส่องแสงไปทั่วบริเวณ

บริเวณที่ทำการรักษาจะใช้ผ้าพันแผลปกปิดไว้ ซึ่งการทำ PDT จะใช้เวลาประมาณ 2-4

สัปดาห์ ผู้ที่ได้รับการทำ PDT จะต้องหลีกเลี่ยงการสัมผัสแสงโดยตรง อย่างน้อย 6

สัปดาห์หลังการรักษา หลังจากทำ PDT ผิวหนังจะฟื้นตัวได้เร็วโดยไม่มีแผลเป็นหลงเหลืออยู่



ผู้ป่วยอาจได้รับความเจ็บปวดระหว่างการทำ PDT โดยเฉพาะบริเวณใบหน้า

โดยอาจจะให้ยาชาเพื่อลดอาการเจ็บปวด

การฉายรังสี

การฉายรังสี 1 ครั้ง หรือมากกว่า

เพื่อทำลายเซลล์มะเร็งมักจะใช้กับผู้สูงอายุที่ไม่สามารถทำการ ผ่าตัดได้

หรือบริเวณที่ยากต่อการผ่าตัด เช่น เปลือกตา จมูก หน้าผาก หู หรือบริเวณที่อยู่ลึกลงไป

มันอาจจะใช้กับอาการกำเริบของโรคมะเร็ง

#### 8. อะไรคืออาการแทรกซ้อนของมะเร็ง

ผลข้างเคียงอาจจะเกิดขึ้นระหว่างการรักษา เช่น ผิวหนังแดง บวม หรือเจ็บปวด

อย่างไรก็ตาม ผลข้างเคียงลดลงในปัจจุบัน แผลที่เอาผิวหนังออกจะไม่สามารถเย็บได้

การปลูกถ่ายอวัยวะจึงจำเป็นในการฟื้นฟูผิวหนัง

#### 9. จะมีวิธีการดูแลผู้ป่วยมะเร็งผิวหนังอย่างไร

โดยทั่วไป ผู้ป่วยเบาซาลและสความัส จะวินิจฉัยโรคได้ดีกว่า

ผู้ป่วยเมลาโนมาจะมีความเสี่ยงที่โรคจะกำเริบได้สูง

ผู้ป่วยมะเร็งผิวหนังควรจะต้องติดตามอย่างสม่ำเสมอ เพื่อป้องกันอาการกำเริบ

ผู้ป่วยควรที่จะสังเกตอาการผิดปกติของผิวหนังตนเองอย่างสม่ำเสมอ



หลังการผ่าตัดจะต้องทำตามคำแนะนำของแพทย์อย่างใกล้ชิด

ไม่ว่าจะเป็นการทำความสะอาด ออกกำลังกาย หรือกิจกรรมอื่นๆ

ผู้ป่วยจะต้องระมัดระวังในการทำกิจกรรมกลางแจ้ง การผ่าตัดมักจะทิ้งแผลเป็นไว้เสมอ

ซึ่งไม่ต้องกังวลเกี่ยวกับแผลเป็นเหล่านั้น การทำกิจกรรมในสังคมจะช่วยลดอาการเครียดได้

จากการวิจัยพบว่า อาหารที่มีสาร antioxidant เช่น เบตาแคโรทีน และวิตามิน E

จะช่วยป้องกันการมะเร็งและผิวหนังจากรังสียูวี อาหารที่มีเบตาแคโรทีนเยอะได้แก่ แครอท

มันฝรั่ง มะละกอ แอปริคอต เป็นต้น ส่วนอาหารที่มีวิตามิน E เยอะได้แก่ น้ำมันมะกอก

ข้าวสาลี ผักใบเขียว ถั่ว เบอร์รี่ เป็นต้น