



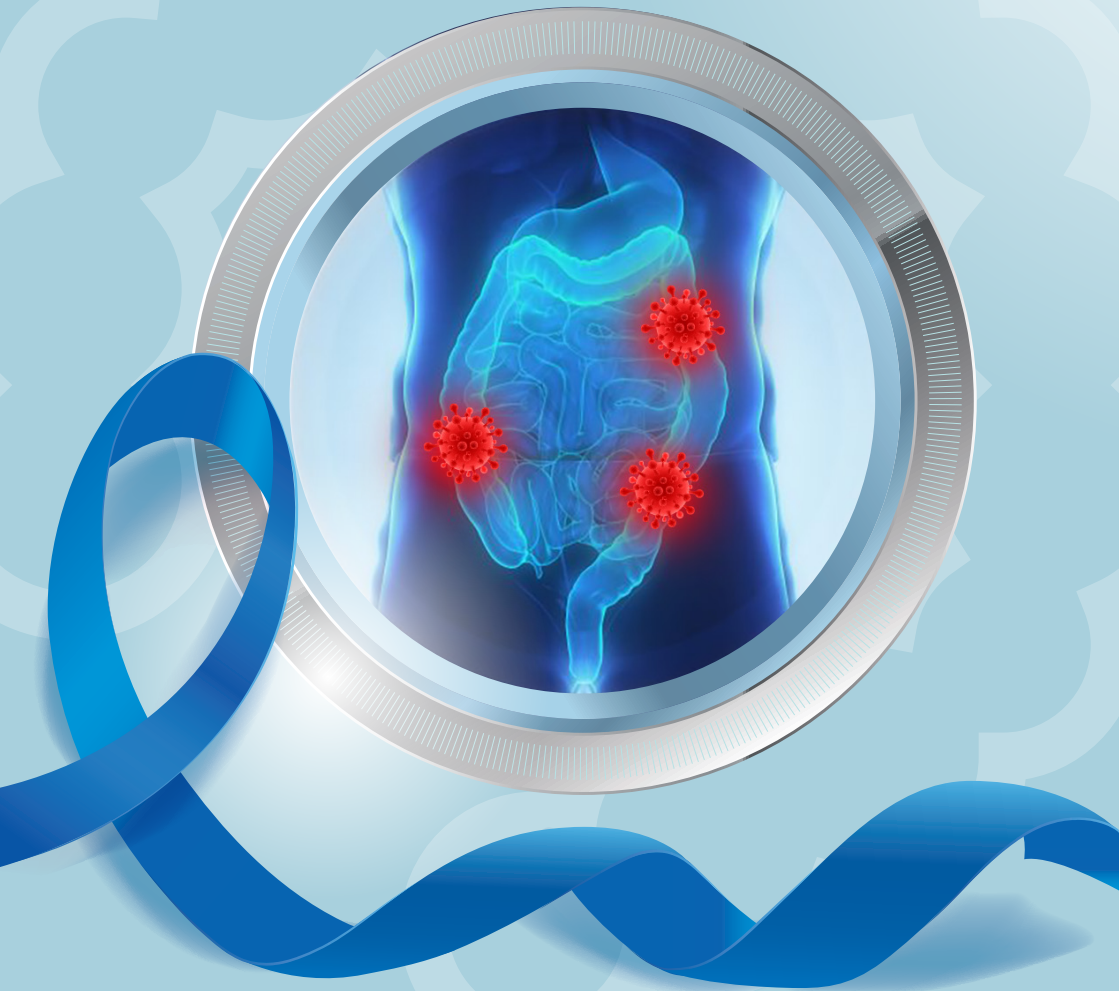
# ใส่ใจ ♥ มะเร็งลำไส้ใหญ่



**AMGEN®**

SC-THA-NP-00176

# มะเร็งลำไส้ใหญ่ ป้องกันได้ อย่างไร?



# 1. หลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงมะเร็งลำไส้ใหญ่ โดยปรับพฤติกรรมสุขภาพ



- 1.1 อย่าอ้วนลงพุง:  
ออกกำลังกาย อย่างสม่ำเสมอ  
ควบคุมน้ำหนัก ให้อยู่ในเกณฑ์  
มาตรฐาน



- 1.2 งดสูบบุหรี่



- 1.3 งดดื่มแอลกอฮอล์



- 1.4 หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหาร  
ที่มีไขมันสูง เนื้อแดง เนื้อสัตว์แปรรูป  
เช่น ไส้กรอก แฮม ลูกชิ้น และ  
อาหารปิ้งย่าง



- 1.5 เพิ่มการรับประทาน พัก พลัม  
รัญพืช และอาหารที่มีกากใย

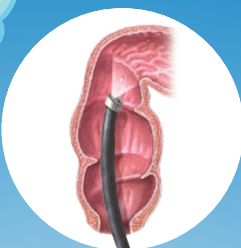
## 2. มาตรวจคัดกรองเมื่อมีความเสี่ยง

2.1 ใครควรได้รับการตรวจคัดกรองมะเร็งลำไส้ใหญ่?

- ผู้ที่มีอายุ 50 ปีขึ้นไป แม้ไม่มีอาการผิดปกติ
- ผู้ที่มีประวัติคนในครอบครัวเป็นมะเร็งลำไส้ หรือมีประวัติโรคพหุพันธุกรรมในครอบครัว ที่เพิ่มความเสี่ยงมะเร็งลำไส้

2.2 คัดกรองมะเร็งลำไส้ใหญ่ด้วยวิธีใดได้บ้าง?

- ตรวจหาเลือดในอุจจาระ
- ส่องกล้องลำไส้ใหญ่



# มะเร็งลำไส้ใหญ่รักษาได้จริงหรือ?

- มะเร็งลำไส้ใหญ่สามารถรักษาได้ แต่โอกาสที่จะรักษาหายขาดนั้น ขึ้นกับระยะของโรคที่ตรวจพบตอนแรก
- หากตรวจพบตั้งแต่ระยะเริ่มต้นที่สามารถผ่าตัดก้อนมะเร็งออกได้หมด มีโอกาสรักษาหายขาดถึง 90%
- จึงควรสังเกตตนเองหากมีอาการที่เป็นสัญญาณเตือนของโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่ต้องมาพบแพทย์ทันที

## สัญญาณเตือนมะเร็งลำไส้ใหญ่ ได้แก่



1 ถ่ายอุจจาระ  
มีเลือดปน



5 ปวดท้องน้อยเรื้อรัง



2 ท้องผูก  
สลับท้องเสีย



6 เบื่ออาหาร น้ำหนักลด  
โดยไม่ทราบสาเหตุ



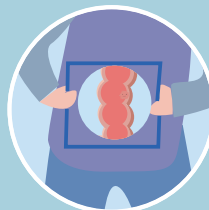
3 อุจจาระลำเล็กลง



7 ภาวะซีดจาก  
การขาดธาตุเหล็ก  
โดยไม่ทราบสาเหตุ



4 ถ่ายอุจจาระลำบาก  
ถ่ายไม่สุด ปวดเบ่ง  
บริเวณทวารหนัก



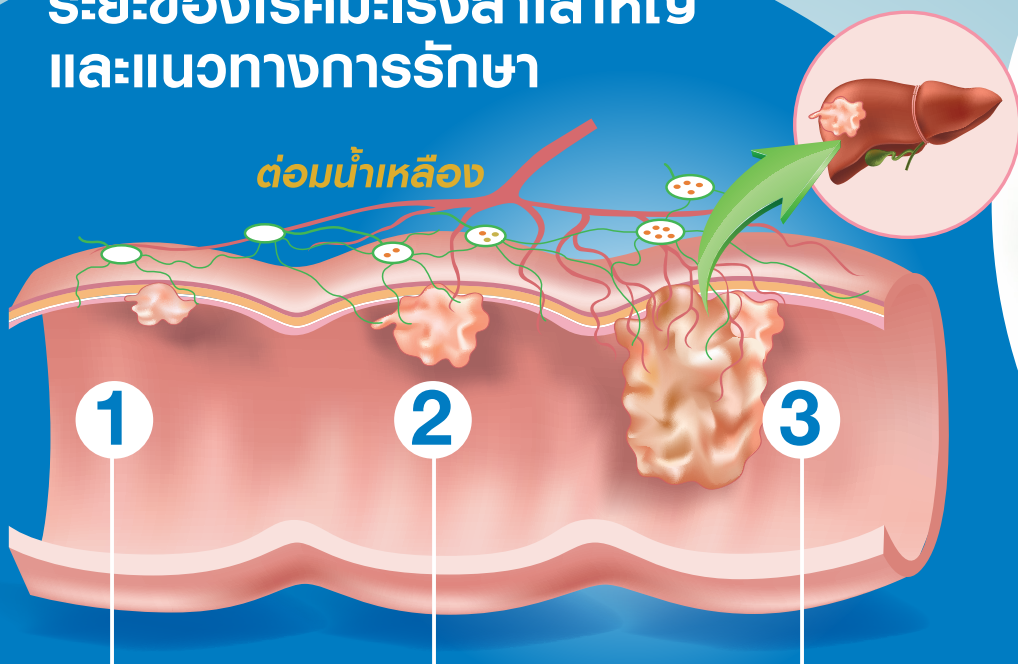
8 คลำได้ก้อนผิดปกติ  
ในช่องท้อง

# มะเร็งลำไส้ใหญ่รักษาได้อย่างไร?

วิธีการรักษาขึ้นกับระยะของโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่

และ สมรรถภาพความแข็งแรงของผู้ป่วย

## ระยะของโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่ และแนวทางการรักษา



### ระยะต้น

การรักษา คือ  
การผ่าตัด

### ระยะลุกลามเฉพาะที่

การรักษา คือ การผ่าตัด  
ร่วมกับให้ยาเคมีบำบัด  
เป็นการรักษาเสริม  
โดยมีฉายรังสีร่วมด้วย  
ในบางราย

### ระยะแพร่กระจาย

การรักษาหลัก คือ  
การให้ยาเคมีบำบัด  
อาจจะร่วมกับยาพุ่งเป้า  
โดยมีการผ่าตัดหรือ  
ฉายแสงร่วมด้วย  
ในบางราย



Take Care  
Of Your  
Colon



## • เอกสารอ้างอิง

1. Centers for disease control and prevention. Colorectal cancer (online). April 16,2020. Available from: <https://www.cdc.gov/cancer/colorectal/>
2. Screening for Colorectal Cancer US Preventive Services Task Force Recommendation Statement.JAMA.2016;315(23):2564-2575
3. American cancer society. Colorectal cancer: catching it early (online).2018.Available from: <https://www.cancer.org/cancer/colon-rectal-cancer/prevention-infographic.html>
4. National Comprehensive Cancer Network Guideline: Colon cancer. Version 4.2020

• ข้อมูลเพิ่มเติม:  
line ID @ChulaCancer



## • ผู้เรียบเรียง

อาจารย์แพทย์หญิง นุสรา ภาควิชาล  
หน่วยมะเร็งวิทยา และศูนย์ความเป็นเลิศทางการแพทย์โรคมะเร็งครบวงจร  
โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย

สนับสนุนโดย: **AMGEN®**