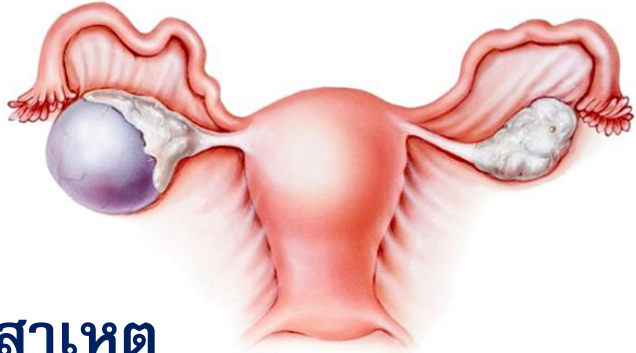


**รังไข่** เป็นอวัยวะคู่มีทั้งด้านซ้ายและด้านขวา อยู่ในช่องท้องน้อย (อุ้งเชิงกราน) และอยู่ในระบบสืบพันธุ์เฉพาะของผู้หญิง มีหน้าที่สร้างไข่เพื่อการผสมพันธุ์และสร้างฮอร์โมนเพศหญิง

## มะเร็งรังไข่

มะเร็งรังไข่มีหลายชนิด ชนิดที่พบบ่อยที่สุดเป็นมะเร็งที่เกิดขึ้นที่เยื่อหุ้มรังไข่ พบประมาณ 80% ของมะเร็งรังไข่ทั้งหมด



## สาเหตุ

ปัจจุบันยังไม่ทราบสาเหตุการเกิดโรคมะเร็งรังไข่ที่แน่ชัด แต่พบมีปัจจัยเสี่ยงคือ

- **มีความผิดปกติทางพันธุกรรม** : พบได้สูงขึ้นในคนมีประวัติครอบครัวเป็นโรคมะเร็งรังไข่ (โดยเฉพาะในญาติสายตรง) โรคมะเร็งเต้านม และ/หรือโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่
- **อายุ** : มักพบโรคในอายุ 50 ปีขึ้นไป

- **เคยเป็นโรคมะเร็งรังไข่** ข้างหนึ่งมาแล้ว **โรคมะเร็งเต้านมและ/หรือโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่** มาก่อน
- **อ้วน** : ผู้หญิงที่มีดัชนีมวลกาย (BMI) อยู่ที่ 30 หรือสูงกว่า มีความเสี่ยงมากกว่าในคนผอม
- **การตั้งครรภ์** : ผู้หญิงที่มีการคลอดบุตรอย่างน้อย 1 คน โดยเฉพาะอย่างยิ่งคลอดก่อนอายุ 30 ปี จะมีความเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งรังไข่น้อยกว่า ผู้หญิงที่มีบุตรหลายคน
- **การให้นมบุตร** : พบว่าช่วยลดความเสี่ยงต่อมะเร็งรังไข่น้อยลง
- **ประจำเดือน** : พบโรคได้สูงกว่าในคนมีประจำเดือนเร็วคืออายุต่ำกว่า 12 ปี หรือหมดประจำเดือนช้าคือช้ากว่าอายุ 55 ปี
- อาจจากใช้ยากระตุ้นการตกไข่ ในการกระตุ้นให้เกิดการตั้งครรภ์ เช่น ในภาวะมีบุตรยาก
- อาจจากใช้ยาฮอร์โมนเพศชายในช่วงวัยหมดประจำเดือน



## อาการ

ระยะเริ่มต้นอาจจะไม่มีอาการผิดปกติเลย แต่อาการที่ผู้ป่วยมาหาแพทย์บ่อย ได้แก่ ปวดท้องท้องโตขึ้น ซึ่งอาจจะเกิดขึ้นจากก้อนมะเร็งที่รังไข่หรือเกิดจากท้องมานก็ได้ นอกจากนี้ผู้ป่วยอาจจะมาด้วยอาการอื่นๆ แล้วแต่ว่ามะเร็งกระจายไปที่ใด

## ระยะของมะเร็งรังไข่

- ระยะที่ 1** ลูกกลมอยู่แต่เฉพาะในรังไข่ อาจข้างเดียวหรือทั้งสองข้าง
- ระยะที่ 2** ลูกกลมเข้าอวัยวะ อื่น ๆ ในช่องท้องน้อย เช่น มดลูก เยื่อหุ้มช่องท้องน้อย
- ระยะที่ 3** ลูกกลมเข้าเนื้อเยื่อ /อวัยวะในช่องท้อง เช่น ต่อม้ำเหลือง เยื่อหุ้มช่องท้องเหนือช่องท้องน้อย มีน้ำในช่องท้อง
- ระยะที่ 4** แพร่กระจายเข้ากระแสโลหิต (เลือด) ไปยังอวัยวะอื่น ๆ เช่น กระจายเข้าสู่ปอด ตับ และสมอง

## การตรวจวินิจฉัย

แพทย์จะวินิจฉัย จากประวัติอาการ การตรวจร่างกาย การตรวจภายใน การตรวจเลือดดูค่าสารมะเร็งที่สร้างจากเซลล์มะเร็งรังไข่ การตรวจภาพช่องท้องด้วยอัลตราซาวด์ และ/หรือเอกซเรย์คอมพิวเตอร์

## การรักษา

มักจะเริ่มต้นด้วยการผ่าตัด รังไข่ ก่อน ซึ่งแพทย์ผู้ทำผ่าตัดจะ

ตรวจดูการกระจายของมะเร็ง โดยทั่วไปแพทย์จะตัดมดลูกและปีก



มดลูกทั้งสองข้างออก รวมทั้งตัดพังพืดได้ถ้าได้ใหญ่ขวางออก นอกจากนี้ถ้าพบมะเร็งที่บริเวณอื่น แพทย์ก็จะพยายามตัดออกให้หมดหรือเหลือน้อยที่สุดเท่าที่จะกระทำได้

รักษาต่อเนื่องด้วยยาเคมีบำบัดเมื่อเป็นมะเร็งชนิดรุนแรง และ/หรือเมื่อมีโรคคลุกคามแล้ว ส่วนรังสีรักษาจะใช้ในกรณีเมื่อมีโรค

แพร่กระจายเพียงเพื่อช่วยบรรเทาอาการ

## การตรวจคัดกรองโรค

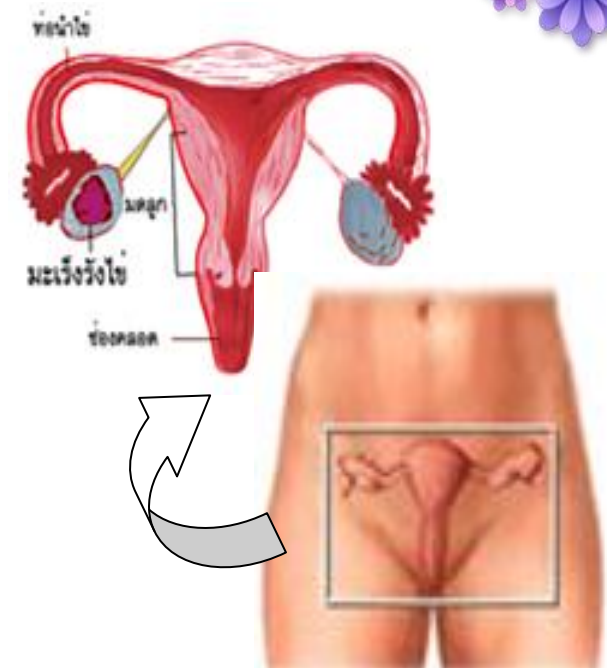
วิธีที่ดีที่สุดขณะนี้ คือ รับประทานสูตินรีแพทย์ เมื่อมีความผิดปกติทางประจำเดือน ทางปัสสาวะและ/หรือทางอุจจาระ และ/หรือ คลำได้ก้อนเนื้อในช่องท้องน้อย หรือเมื่อมีปัจจัยเสี่ยงดังกล่าวแล้วต่อการเกิดโรคมะเร็งรังไข่ทั้งนี้เพื่อการตรวจวินิจฉัยและการรักษาแต่เนิ่นๆ

## การป้องกัน

การปรับพฤติกรรมการใช้ชีวิตประจำวัน เพื่อลดปัจจัยเสี่ยงของการเกิดมะเร็ง

1. กินอาหาร ที่มี สัดส่วนของผักผลไม้ ธัญพืช อาหารที่มีกากใยมากขึ้น
2. กินโปรตีนประเภทเนื้อปลาและถั่วเหลือง
3. **อย่า**ปล่อยให้อ้วนเกินไป (BMI เกิน 30)
4. ควรหลีกเลี่ยงบุหรี่
5. วางแผนการมีบุตร และการคุมกำเนิด
6. หญิงที่เข้าสู่ช่วงวัยทอง หากไม่มีความจำเป็นจริงๆ ก็ไม่ควรใช้ฮอร์โมนทดแทน
7. ตรวจสุขภาพประจำปี

หากมีข้อสงสัยสอบถามจาก  
แผนกสูตินรีเวชกรรม งานผู้ป่วยนอก ต่อ 1102



จัดทำโดย... กลุ่มงานสุขศึกษา ต่อ 5200, 9801

ร.พ.สวรรค์ประชารักษ์ จังหวัดนครสวรรค์

โทร 056-219-888