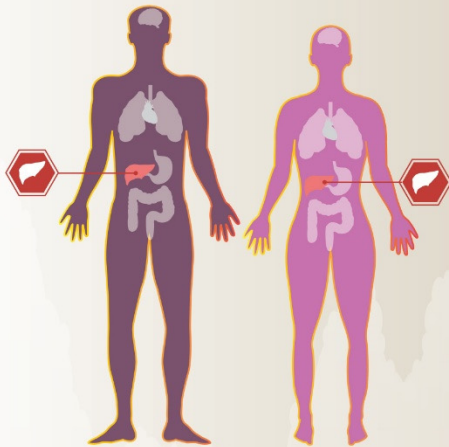


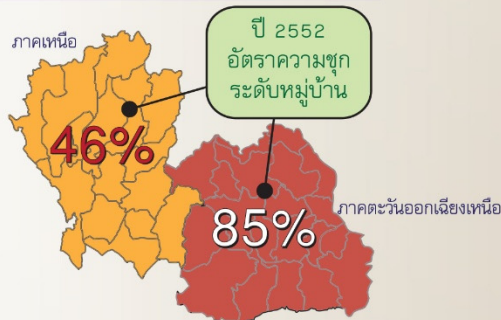
ทศวรรษการลดพยาธิใบไม้ตับกำจัดมะเร็งท่อน้ำดี “รู้ป้องกัน รักษาเร็ว ไม่ตาย ด้วยมะเร็งท่อน้ำดี”

คนไทยเสียชีวิต
โรคมะเร็งท่อน้ำดีสูงที่สุดในโลก



ปี 2553 อัตราป่วย โรคมะเร็งท่อน้ำดี	84.6 100,000	36.8 100,000
--	------------------------	------------------------

คนไทยเป็นโรคพยาธิใบไม้ตับกว่า 6 ล้านคน



ทุกคนช่วยกันสร้างดำเนินงม ไม่กินปลาดิบ
ถ้าจลลงลัวม เพื่อกำจัดปัญหามะเร็งท่อน้ำดี

- โรคมะเร็งท่อน้ำดี เกิดจากความผิดปกติของเซลล์เยื่อบุท่อน้ำดีทั้งในและนอกตับ
- สาเหตุหลักเกิดจากการติดเชื้อพยาธิใบไม้ตับ
- พบผู้ป่วยประมาณ 20,000 รายต่อปี พบมากในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
- วันที่ 26 ธันวาคม 2557 มีการผลักดันการกำจัดปัญหาพยาธิใบไม้ตับและมะเร็งท่อน้ำดีในประชาชนเข้าสู่สมัชชาสุขภาพแห่งชาติ คณะรัฐมนตรีผ่านความเห็นชอบ
- จัดทำแผนยุทธศาสตร์ “ทศวรรษกำจัดพยาธิใบไม้ตับและมะเร็งท่อน้ำดี” ให้หมดจากประเทศไทย ภายในปี พ.ศ. 2563
- การป้องกันโรคไม่กินเมนูปลาน้ำจืดมีเกลือดิบแบบสุก ๆ ดิบ ๆ ถ้าจลจลระลงลัวม ถ้าเคยกินเมนูปลาน้ำจืดไม่สุก ควรไปตรวจ จลจลระหาไขพยาธิกลุ่มเสี่ยงควรตรวจคั่นหารอยโรคก่อนมีอาการ ถ้าพบว่าเป็นมะเร็งท่อน้ำดี ในระยะเริ่มต้นก็สามารถรักษาหายได้



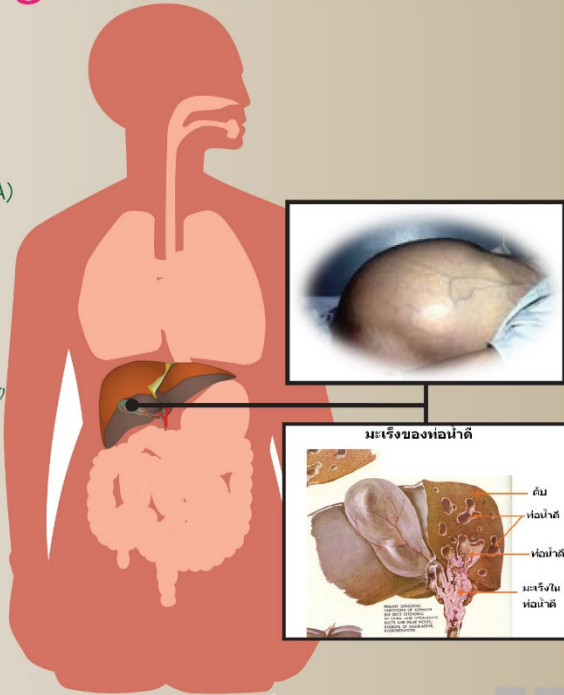


โรคมะเร็งท่อน้ำดี (cholangiocarcinoma หรือ CCA)

คือ มะเร็งที่เกิดจากความผิดปกติของเซลล์เยื่อท่อน้ำดี ทั้งในและนอกตับ มะเร็งที่เกิดในท่อน้ำดีในเนื้อตับจะถูกเรียกเป็น "มะเร็งท่อน้ำดีในตับ" (intrahepatic CCA) ส่วนที่เกิดกับท่อน้ำดีนอกตับเรียก "มะเร็งท่อน้ำดีนอกตับ" (extrahepatic CCA) และมะเร็งที่เกิดกับตำแหน่งที่ท่อน้ำดีออกจากตับพอดี เรียกเพอริฮิลาร์ (perihilar)

ประเทศไทย พบมะเร็งตับชนิดมะเร็งเซลล์ท่อน้ำดี สูงเป็นอันดับ 1 ของโลก พบมากภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จากการติดเชื้อพยาธิใบไม้ตับ ชนิด *Opisthorchis viverrini (OV)* ในท่อน้ำดีและเกิดการอักเสบเรื้อรัง ส่งผลให้เกิดการก่อมะเร็งอย่างช้า ๆ ใช้เวลาประมาณ 20-30 ปี

มีการประมาณการพบว่า คนอีสาน 6 ล้านคน จาก 21 ล้านคน กำลังเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งท่อน้ำดี และทุกปีจะมีคนเสียชีวิตด้วยโรคนี้นกว่า 14,000 ราย มะเร็งท่อน้ำดีสามารถรักษาให้หาย ถ้าตรวจเจอและรักษาตั้งแต่แรก



สาเหตุของโรค

การกินปลาน้ำจืดเกล็ดขาว เช่น ปลาดตะเพียน ปลาขาน้อย ปลาแก้มช้ำ ปลาสร้อย ปลากะสูบ ปรงแบบดิบ หรือสุก ๆ ดิบ ๆ เช่น ก้อยปลา ลาบปลา ปลาร้า ปลาสาม ส้มก้อย ปลาจ่อมเป็นต้น ทำให้ได้รับตัวอ่อนของพยาธิใบไม้ตับ และไปเจริญเติบโตในท่อน้ำดี เป็นสาเหตุของโรคมะเร็งท่อน้ำดี

ปลาน้ำจืดมีเกล็ดขาวในวงศ์ปลาตะเพียน



ปลาไส้ขิว



ปลากะมัง



ปลากะสูบจุด



ปลาพรมหัวเหม็น



ปลากะสูบขีด



ปลาแก้มช้ำ



ปลาดตะเพียนทราย



ปลาดตะเพียนขาว



ปลาไส้ตันตาขาว



ปลาซา



ปลาปากเหลี่ยม



ปลาสร้อย

เมนูเสี่ยง



ปลาจ่อมดิบ



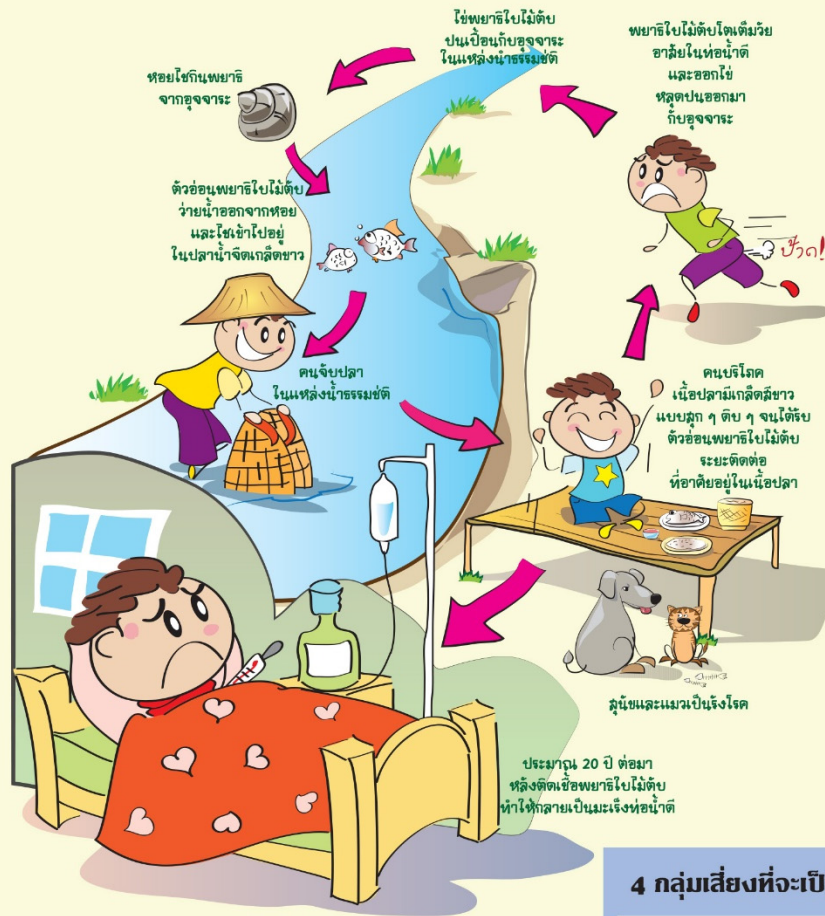
ก้อยปลาดิบ



ลาบปลาดิบ

ไม่กินดิบ หยอดพยาธิ ปลอดภัย

วงจรชีวิตของพยาธิใบไม้ตับ

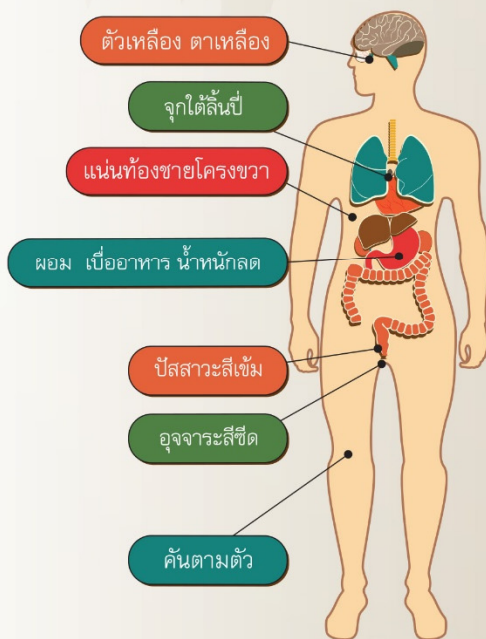


4 กลุ่มเสี่ยงที่จะเป็นโรคมะเร็งท่อน้ำดี

- ☑ เป็นคนอีสานแต่กำเนิด
- ☑ อายุ 40 ปีขึ้นไป
- ☑ เคยบริโภคเนื้อปลาเกล็ดขาว ในวงศ์ปลาตะเพียนแบบสุก ๆ ดิบ ๆ
- ☑ เคยกินยาถ่ายพยาธิใบไม้ตับ ประเภท praziquantel

หากสงสัยว่าตนเองเป็นกลุ่มเสี่ยงตรวจหาในเบื้องต้น ได้โดยเครื่องอัลตราซาวด์ หากพบว่าเป็นมะเร็ง ท่อน้ำดีในระยะเริ่มต้นรักษาให้หายขาดได้

อาการป่วยของโรคมะเร็งท่อน้ำดี



แหล่งข้อมูล โครงการแก้ไขปัญหาโรคพยาธิใบไม้ตับและมะเร็งท่อน้ำดีในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (CASCAP). เข้าถึงได้จาก <https://www.cascap.in.th/>

ร่วมกันทำ...ป้องกันได้



ประชาชน

- ไม่กินเมนูปลาน้ำจืดมีเกล็ดแบบสุก ๆ ดิบ ๆ เช่น ก้อยปลา ปลาดิบ ปลาต้ม ปลาจ่อม หม่ำปลา ปลาหมกไฟ ปลาปิ้ง ลาบปลา
- รับประทานอาหารที่ปรุงสุก การใช้ของเปรี้ยว เช่น น้ำมะนาว มะขาม หรือ การใช้ของเค็ม เช่น น้ำปลา เกลือ น้ำปลาร้า ปรุงอาหารนั้น ไม่ทำให้อาหารสุก และไม่สามารถฆ่าพยาธิได้ ต้องปรุงโดยผ่านความร้อน ให้สุกเสียก่อน จึงจะฆ่าพยาธิได้
- ถ่ายอุจจาระลงในส้วม ไม่ควรถ่ายลงในน้ำ ห้วย หนอง คลอง บึง หรือที่ชื้นแฉะ
- ไม่ดื่มสุราและไม่สูบบุหรี่
- หากเคยกินเมนูปลาปรุงไม่สุก ควรไปตรวจอุจจาระหาพยาธิที่สถานบริการสาธารณสุข ถ้าพบพยาธิ จะได้รับการรักษาด้วยการให้ยาฆ่าพยาธิ และห้ามกิน เมนูปลาปรุงไม่สุกอีก
- หากสงสัยว่าตนเองเป็นกลุ่มเสี่ยง ไปพบแพทย์เพื่อคัดกรองโรคด้วยการทำอัลตราซาวด์ช่องท้อง หากพบว่า เป็นมะเร็งท่อน้ำดีในระยะเริ่มต้นก็สามารถรักษาให้หายขาดได้
- หลีกเลี่ยงการรับประทานส่วนไหม้เกรียมของอาหารปิ้งย่าง รมควัน อาหารเค็มจัด และอาหารที่ถนอมด้วยเกลือ ดินประสิว



บุคลากรสาธารณสุข

■ ดำเนินการตรวจคัดกรองสุขภาพ

- ตรวจคัดกรองพยาธิใบไม้ตับด้วยการตรวจอุจจาระ ประชาชน กลุ่มเสี่ยงอายุ 15 ปี ขึ้นไป และให้การรักษา ถ้าตรวจพบพยาธิใบไม้ตับ
- ตรวจคัดกรองด้วยเครื่องอัลตราซาวด์

ในประชาชนที่มีอายุ 40 ปีขึ้นไปที่โรงพยาบาลชุมชน เมื่อพบว่าเป็นกลุ่มเสี่ยงมะเร็งท่อน้ำดี ต้องส่งต่อเพื่อการตรวจวินิจฉัย และเข้าสู่กระบวนการรักษาต่อไป

■ การให้ความรู้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

ประชาชนและนักเรียน ทั้งในระบบการศึกษาปกติ (โรงเรียน) และการศึกษาจากระบบ (ตามอัธยาศัย) เพื่อสร้างพฤติกรรมไม่กินปลาน้ำจืดเกล็ดขาวดิบปรุงดิบ การขับถ่ายอุจจาระลงส้วม

■ การจัดการสิ่งแวดล้อม สิ่งปฏิกูล โดยกระบวนการ

มีส่วนร่วมของชุมชน เพื่อลดการติดเชื้อในคน ปลาปลอดเชื้อ ลดการติดเชื้อในสัตว์รังโรค หอย สุนัข แมว เป้าหมายการปลอดพยาธิในคนและสัตว์

■ ดำเนินการบันทึกข้อมูลพยาธิใบไม้ตับและมะเร็ง

ท่อน้ำดีผ่านฐานข้อมูล Isan-cohort ทั้งระดับ ปฐมภูมิ ทุติยภูมิ ตติยภูมิ

■ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ป่วยมะเร็งท่อน้ำดีโดย

ทีมหมอดูครอบครัว การดูแลแบบประคับประคอง (palliative) ที่ดีมีการผสมผสานการดูแล ทั้งการแพทย์แผนปัจจุบันและการแพทย์แผนไทย

ที่ปรึกษา ธนรักษ์ ผลิพัฒน์ คำนวณ อึ้งชูศักดิ์

ผู้เขียน รุ่งเรือง กิจผาติ สำนักโรคติดต่อทั่วไป สิริลักษณ์ รัชชวงค์ สำนักระบาดวิทยา

กองบรรณาธิการ เสาวพัทธ์ธร อึ้งจ้อย ดารินทร์ อารีโยชคชัย บริมาศ ศักดิ์ศิริสัมพันธ์ นิยดา ยศวัฒน์

ออกแบบ ประมวล ทุมพงษ์

จำนวน 13,000 ฉบับ

จัดทำโดย สำนักระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค ตึก 4 ชั้น 6 สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข

ตำบลลาดหญ้า อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี 11000 โทรศัพท์ 0 2590 1723 โทรสาร 0 2590 1784

เผยแพร่ทาง www.boe.moph.go.th สำนักระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค



DDC 1422
สถาบันรณรงค์ควบคุมโรค