อบต.บ้านไร่ อ.บางกระทุ่ม จ.พิษณุโลก

โรคพยาธิใบไม้ตับ (Liver Flukes)



ภัยเงียบที่มากับ "ปลาดิบ" และ "ผักน้ำ"

โรคพยาธิใบไม้ตับ คืออะไร ?

เกิดจากการติดเชื้อ **"พยาธิใบไม้ตับ"** ที่อยู่ในตับและท่อน้ำดี ทำให้ตับอักเสบ และอาจเกิดภาวะแทรกซ้อนรุนแรงได้

สาเหตุ

รับประทานปลาน้ำจืด ที่มีพยาธิใบไม้ตับ หรือ ผักน้ำที่มีตัวอ่อนพยาธิ



อาการที่พบบ่อย

- ปวดท้อง แน่นท้อง
- อ่อนเพลีย เหนื่อยง่าย
- น้ำหนักลด
- ตาเหลือง ตัวเหลือง
- ท้องอืด คลื่นไส้



วงจรชีวิตของพยาธิ



การป้องกัน

- ไม่รับประทานปลาดิบ หรือปลาสุกๆ ดิบๆ
- ล้างผักน้ำให้สะอาด และปรุงสุกก่อนรับประทาน
- หลีกเลี่ยงการกินผักน้ำ จากแหล่งน้ำที่ไม่สะอาด
- ดูแลสุขอนามัย สวมรองเท้า เมื่อทำงานในพื้นที่เสี่ยง



หากสงสัยว่าติดเชื้อ

ควรรีบไปพบแพทย์ หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข เพื่อรับการตรวจวินิจฉัย และรักษาอย่างถูกต้อง



ป้องกันวันนี้... เพื่อสุขภาพที่ดีในวันหน้า

ห่วงใยสุขภาพ ห่างไกลพยาธิใบไม้ตับ

งานสาธารณสุข องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านไร่ อำเภอบางกระทุ่ม จังหวัดพิษณุโลก

มะเร็งท่อน้ำดี
(Cholangiocarcinoma)

ภัยเงียบที่มากับ "ท่อน้ำดี"

รู้เร็ว...ป้องกันได้ ลดความเสี่ยง ห่างไกลมะเร็ง



มะเร็งท่อน้ำดี คืออะไร ?

มะเร็งท่อน้ำดี คือ เนื้องอกที่เกิดขึ้นในท่อน้ำดี อาจเกิดได้ทั้งภายในและภายนอกตับ พบมากในภาคตะวันออกเฉียงเหนือและจังหวัดที่มีการติดเชื้อพยาธิใบไม้ตับ



ปัจจัยเสี่ยง

- การติดเชื้อพยาธิใบไม้ตับ (พยาธิใบไม้ตับ)
- การกินปลาดิบ ปลาร้า หรืออาหารดิบที่ไม่สะอาด
- การสัมผัสสารเคมีบางชนิด
- อายุที่มากขึ้น (พบมากในผู้สูงอายุ)
- ภาวะท่อน้ำดีอักเสบเรื้อรัง



อาการที่พบบ่อย

- ตัวเหลือง ตาเหลือง
- ปวดท้อง โดยเฉพาะบริเวณชายโครงขวา
- เบื่ออาหาร น้ำหนักลด
- ปัสสาวะสีเข้ม อุจจาระสีซีด
- คันตามตัว
- อาจไม่มีอาการในระยะแรก



การป้องกัน



- หลีกเลี่ยงการกินปลาดิบ ปลาร้า หรืออาหารดิบที่ไม่สะอาด
- ปรุงอาหารให้สุก สะอาด
- กำจัดพยาธิใบไม้ตับอย่างสม่ำเสมอ
- รักษาสุขอนามัย และดูแลสุขภาพตับไม่ให้ติดเชื้อเรื้อรัง

ควรตรวจคัดกรอง หากมีความเสี่ยง



- ผู้ที่เคยติดเชื้อพยาธิใบไม้ตับ
- ผู้ที่มีอาการผิดปกติ เช่น ตัวเหลือง ปวดท้องเรื้อรัง น้ำหนักลด
- ควรตรวจอัลตราซาวด์ช่องท้องและตรวจเลือดตามคำแนะนำของแพทย์



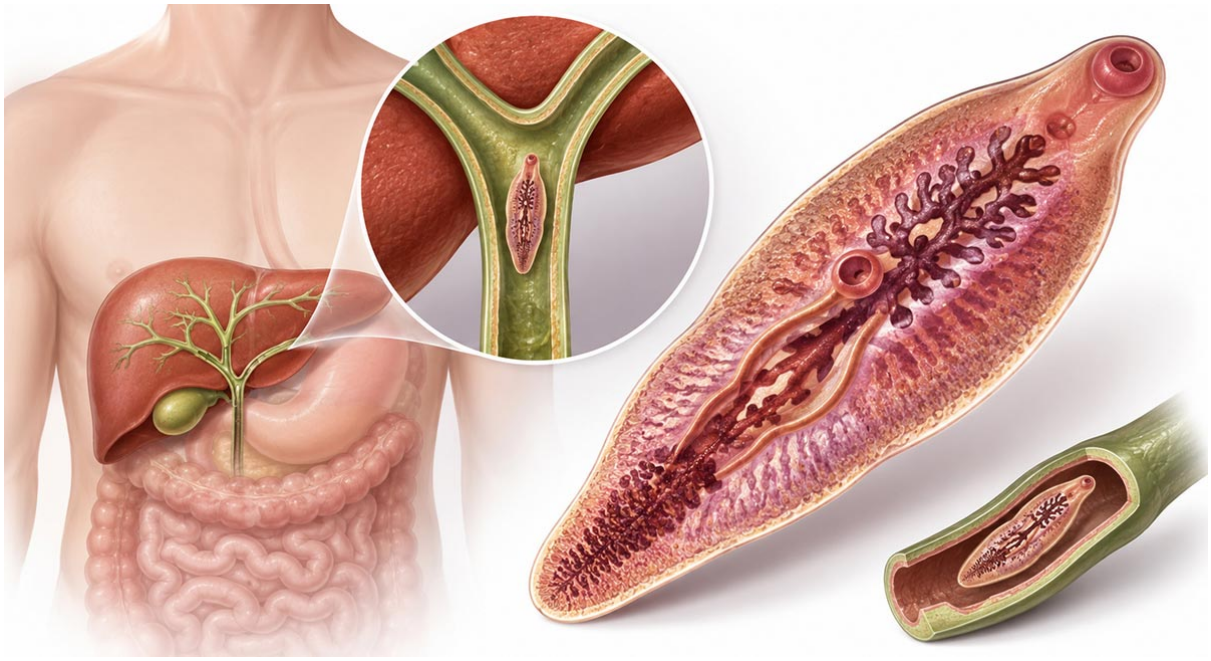
ดูแลตับ ลดเสี่ยงมะเร็งท่อน้ำดี

สุขภาพดี เริ่มได้...ด้วยตัวเรา



งานสาธารณสุข องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านไร่ อำเภอบางกระทุ่ม จังหวัดพิษณุโลก

โรคพยาธิใบไม้ตับ (Liver Flukes)



โรคพยาธิใบไม้ตับในประเทศไทย เกิดจาก พยาธิใบไม้ตับ ชนิด *Opisthorchis viverrini* ซึ่งมีรูปร่างแบนคล้ายใบไม้ ส่วนหัวและท้ายเรียวมน ขนาด ยาว ๗-๑๒ มม. กว้าง ๒-๓ มม. พบมากทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือและภาคเหนือ ส่วนภาคอื่นๆ พบน้อย โรคนี้เป็นสาเหตุหลักของโรคมะเร็งท่อน้ำดีในคนไทย



ไข่พยาธิใบไม้ตับ



พยาธิใบไม้ตับ

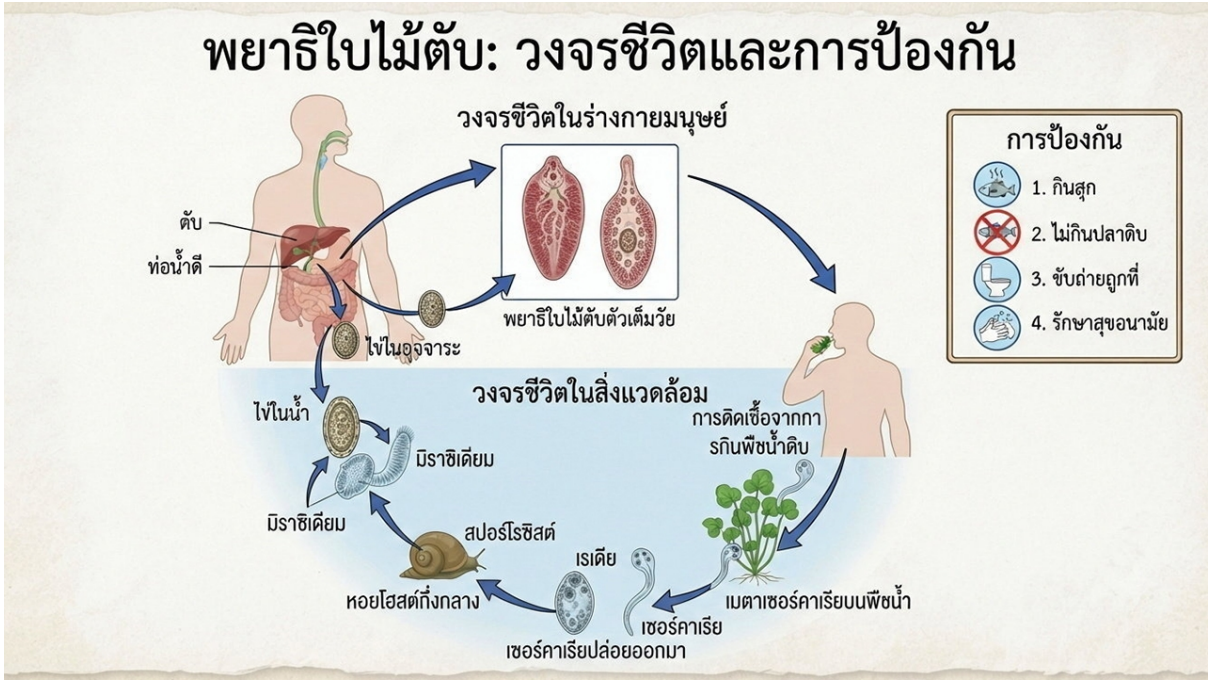
การติดโรค

โรคนี้เกิดจากการกินอาหารประเภทน้ำจืดชนิดมีเกล็ดที่มีตัวอ่อนของพยาธิอยู่ หากทานดิบ หรือสุกๆ ดิบๆ เช่น ก้อยปลา ปลาหมกไฟ ปลาร้า ฯลฯ ปลาในประเทศไทยที่พบว่ามีพยาธิตัวอ่อน เช่น ปลาซิว ปลาสร้อย ปลาขาว ปลาตะเพียน ฯลฯ

อาการ

ระยะแรกๆมักจะไม่มีอาการ เมื่อมีพยาธิสะสมมากๆเป็นเวลานานจะทำให้เกิดอาการ เช่น ท้องอืด แน่นท้อง เจ็บบริเวณชายโครงขวา ออกร้อนบริเวณหน้าท้อง ถ้าปล่อยไว้นานๆ จะมีอาการอักเสบของท่อน้ำดี ตัวเหลือง ตาเหลือง ตับโต มีไข้ บางรายอาจกลายเป็นมะเร็งท่อน้ำดีในตับ และอาจถึงตายได้

วงจรชีวิต



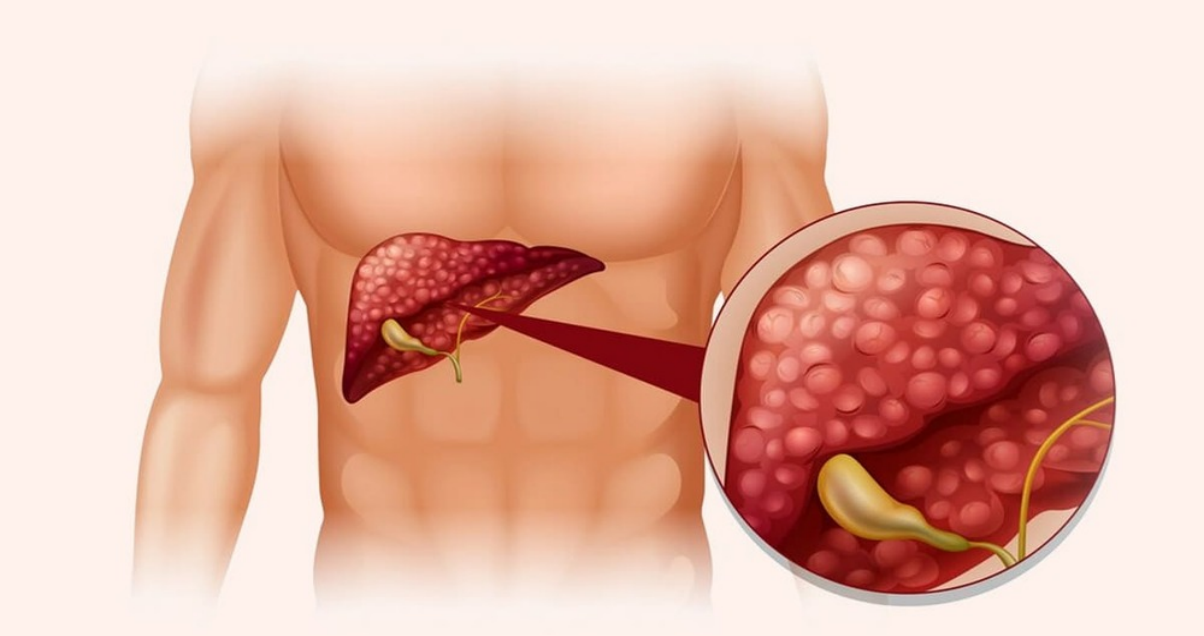
อาการ

ระยะแรกๆมักจะไม่มีอาการ เมื่อมีพยาธิสะสมมากๆเป็นเวลานานจะทำให้เกิดอาการ เช่น ท้องอืด แน่นท้อง เจ็บบริเวณชายโครงขวา ออกร้อนบริเวณหน้าท้อง ถ้าปล่อยไว้นานๆ จะมีอาการอักเสบของท่อน้ำดี ตัวเหลือง ตาเหลือง ตับโต มีไข้ บางรายอาจกลายเป็นมะเร็งท่อน้ำดีในตับ และอาจถึงตายได้

การรักษา

พบแพทย์เพื่อรับการรักษาที่ถูกต้องหลังจากถ่ายพยาธิแล้วต้องไม่กลับไปกินปลาดิบอีก เพื่อป้องกันการติดเชื้อพยาธิใหม่ **การวินิจฉัยผู้ป่วยและผู้ที่มีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคพยาธินี้ ควรได้รับการตรวจอุจจาระเพื่อหาไข่พยาธิ**

โรคมะเร็งท่อน้ำดี (Cholangiocarcinoma)



มะเร็งท่อน้ำดี (Cholangiocarcinoma) นับเป็นปัญหาสุขภาพที่พบอัตราผู้ป่วยสูงในประเทศไทย โดยเฉพาะพื้นที่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โรคนี้เกิดจากความผิดปกติของเซลล์เยื่อบุท่อน้ำดีที่เจริญเติบโตจนกลายเป็นก้อนเนื้อร้าย

มะเร็งท่อน้ำดี (Cholangiocarcinoma) คือโรคมะเร็งที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงของเซลล์เยื่อบุท่อทางเดินน้ำดี ส่งผลให้เกิดการเจริญเติบโตของก้อนเนื้อร้ายภายในระบบท่อน้ำดี มะเร็งท่อน้ำดีเกิดได้ทั้งบริเวณท่อน้ำดีภายในตับ (Intrahepatic bile duct) และท่อน้ำดีภายนอกตับ (Extrahepatic bile duct) โดยคำว่า Cholangiocarcinoma เป็นศัพท์ทางการแพทย์ที่ใช้เรียกมะเร็งท่อน้ำดีในระดับสากล มะเร็งท่อน้ำดีมีลักษณะการดำเนินโรคที่แตกต่างกันตามตำแหน่งและขนาดของเนื้องอก ซึ่งมีผลต่อการวางแผนวินิจฉัยและการรักษา

ประเภทของมะเร็งท่อน้ำดี

๑. **มะเร็งท่อน้ำดีภายในตับ (Intrahepatic Cholangiocarcinoma)** มีจุดกำเนิดจากเซลล์เยื่อบุท่อน้ำดีซึ่งแทรกตัวอยู่ภายในเนื้อตับ ก้อนเนื้อร้ายมักมีการเจริญเติบโตขยายวงกว้างเข้าสู่เนื้อตับบริเวณข้างเคียง ทำให้ภาพลักษณ์มีความคล้ายคลึงกับมะเร็งตับ (Hepatocellular Carcinoma) จึงต้องอาศัยการตรวจวินิจฉัยอย่างละเอียดเพื่อแยกโรค

๒. **มะเร็งท่อน้ำดีภายนอกตับ (Extrahepatic Cholangiocarcinoma)** เป็นโรคจะเกิดขึ้นบริเวณท่อน้ำดีใหญ่ภายนอกเนื้อตับ ครอบคลุมตั้งแต่บริเวณขั้วตับ (Hilar Cholangiocarcinoma) ไปจนถึงท่อน้ำดีร่วมส่วนปลาย (Distal Cholangiocarcinoma) การเกิดมะเร็งท่อน้ำดีในตำแหน่งนี้มักส่งผลให้เกิดการอุดกั้นของท่อน้ำดี ทำให้น้ำดีไม่สามารถไหลลงสู่ลำไส้เล็กได้สะดวก

ระยะมะเร็งท่อน้ำดี

๑. **ระยะที่ ๑ (Stage I)** ก้อนเนื้อร้ายยังคงจำกัดอยู่เฉพาะภายในผนังของท่อน้ำดี (Bile Duct) ยังไม่มีการลุกลามเข้าสู่หลอดเลือดหรืออวัยวะข้างเคียง เป็นระยะที่มะเร็งท่อน้ำดีมีโอกาสรักษาให้หายได้ด้วยการผ่าตัดหากตรวจพบเร็ว

๒. **ระยะที่ ๒ (Stage II)** เซลล์มะเร็งมีการเจริญเติบโตทะลุผ่านผนังท่อน้ำดี และลุกลามเข้าสู่เนื้อเยื่อไขมันรอบท่อน้ำดี หรือเนื้อตับ (Liver) บริเวณใกล้เคียง แต่ยังไม่ตรวจพบการแพร่กระจายไปยังต่อมน้ำเหลือง

๓. **ระยะที่ ๓ (Stage III)** เป็นระยะที่มะเร็งท่อน้ำดีมีความรุนแรงมากขึ้น ก้อนมะเร็งอาจลุกลามเข้าสู่หลอดเลือดแดงหรือหลอดเลือดดำใหญ่ที่มาเลี้ยงตับ หรือมีการแพร่กระจายของเซลล์มะเร็งไปยังต่อมน้ำเหลือง (Lymph Nodes) บริเวณขั้วตับและในช่องท้อง

๔. **ระยะที่ ๔ (Stage IV):** หรือระยะลุกลาม แพร่กระจาย (Metastasis) เซลล์มะเร็งท่อน้ำดีได้กระจายตัวไปยังอวัยวะที่อยู่ห่างไกล เช่น ปอด (Lungs) กระดูก (Bones) หรือเยื่อบุช่องท้อง ซึ่งการรักษาในระยะนี้จะเน้นการดูแลแบบประคับประคองเพื่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยเป็นหลัก

อาการ

อาการมะเร็งท่อน้ำดีมีความหลากหลายและส่วนใหญ่จะไม่แสดงอาการในระยะแรก ทำให้มะเร็งท่อน้ำดีถูกตรวจพบเมื่อโรคมีการลุกลามแล้วโดยอาการของโรคมะเร็งท่อน้ำดีที่พบบ่อย ได้แก่

๑. ภาวะตัวเหลือง ตาเหลือง (Jaundice) เกิดจากการที่ก้อนมะเร็งท่อน้ำดีอุดกั้นทางเดินน้ำดี ทำให้น้ำดีไหลลงสู่ลำไส้ไม่ได้ จึงเกิดการคั่งของสารบิลิรูบิน (Bilirubin) ในกระแสเลือด ส่งผลให้ผิวหนังและตาขาวเปลี่ยนเป็นสีเหลือง ปัสสาวะมีสีเข้มเหมือนสีชา และอุจจาระมีสีซีดกว่าปกติ

๒. ปวดแน่นท้องบริเวณลิ้นปี่หรือชายโครงขวา ผู้ป่วยอาจรู้สึกปวดตื้อๆ หรือแน่นท้อง ซึ่งลักษณะความปวดนี้อาจมีความคล้ายคลึงกับนิ่วในถุงน้ำดีอาการเริ่มต้นจนทำให้ผู้ป่วยหลายรายเข้าใจผิดและชะล่าใจในการมาพบแพทย์

๓. **มีไข้และหนาวสั่น** ถ้าหากท่อน้ำดีอุดตันอาการอาจส่งผลให้เกิดการติดเชื้อในท่อน้ำดี ผู้ป่วยจะมีไข้สูง หนาวสั่น ซึ่งลักษณะอาการจะใกล้เคียงกับอาการถุงน้ำดีอักเสบหรือ อาการนิ่วในถุงน้ำดีที่มีการติดเชื้อแทรกซ้อน

๔. **คันตามผิวหนัง (Pruritus)** เกิดจากการคั่งของเกลือน้ำดีในผิวหนัง เป็นอาการที่พบบ่อยในผู้ป่วยมะเร็งท่อน้ำดีที่มีการอุดตันของท่อน้ำดีอย่างรุนแรง

๕. **เบื่ออาหารและน้ำหนักลด** ผู้ป่วยจะรู้สึกอยากอาหารลดลง โดยเฉพาะอาหารที่มีไขมันสูง และน้ำหนักตัวลดลงอย่างรวดเร็วโดยไม่ทราบสาเหตุ

สาเหตุ

ปัจจัยที่ทำให้เกิดโรคมะเร็งท่อน้ำดีมีความเกี่ยวข้องกับการอักเสบและความผิดปกติของระบบทางเดินน้ำดีในระยะยาว ซึ่งส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงของเซลล์เยื่อบุท่อน้ำดี โดยสาเหตุหลัก ๆ ของมะเร็งท่อน้ำดีมีดังนี้

๑. **การติดเชื้อพยาธิใบไม้ตับ (Chinese liver fluke)** เกิดจากการบริโภคปลาน้ำจืดที่มีเกล็ดแบบสุก ๆ ดิบ ๆ เช่น ก้อยปลา ปลาจ่อม ซึ่งมีตัวอ่อนของพยาธิปนเปื้อน ทำให้เกิดการอักเสบเรื้อรังของท่อน้ำดีและนำไปสู่การเกิดมะเร็งท่อน้ำดี

๒. **นิ่วในท่อน้ำดี** การมีก้อนนิ่วอุดตันหรือเสียดสีในท่อน้ำดีเป็นเวลานานจะกระตุ้นให้เกิดการอักเสบและการเปลี่ยนแปลงของเซลล์ นอกจากนี้ในผู้ที่มีประวัติการรักษาหรือเคยผ่าตัดนิ่ว นิ่วในถุงน้ำดีมาก่อน ถ้าหากยังคงมีอาการอักเสบเรื้อรังหลงเหลืออยู่ อาจเป็นปัจจัยเสริมความเสี่ยงได้

๓. **ความผิดปกติของท่อน้ำดีแต่กำเนิด** ซึ่งความผิดปกติของโครงสร้างเหล่านี้ทำให้การไหลเวียนของน้ำดีไม่สะดวก เกิดการคั่งค้างและอักเสบ กลายเป็นปัจจัยเสี่ยงของมะเร็งท่อน้ำดี

๔. **การได้รับสารก่อมะเร็ง** เช่น สารไนโตรซามีน (Nitrosamine) ที่พบมากในอาหารหมักดอง ปลาร้า รวมถึงการสัมผัสสารเคมีบางชนิดในอุตสาหกรรม และการสูบบุหรี่เป็นประจำ

๕. **โรคของถุงน้ำดี** เช่น มะเร็งถุงน้ำดีซึ่งมีลักษณะอาการบางส่วนคล้ายกับอาการมะเร็งถุงน้ำดี และอาจพบร่วมกับมะเร็งท่อน้ำดี

แนวทางการวินิจฉัย

๑. การตรวจอัลตราซาวด์ช่องท้อง (Ultrasound) เป็นการตรวจเบื้องต้นเพื่อดูความผิดปกติของตับและทางเดินน้ำดี แพทย์สามารถตรวจพบการขยายตัวของท่อน้ำดีหรือก้อนเนื้อในตับ ซึ่งอาจบ่งชี้ถึงการมีอยู่ของโรคมะเร็งท่อน้ำดีได้

๒. การตรวจเอกซเรย์คอมพิวเตอร์ (CT Scan) หรือ การตรวจคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า (MRI): เป็นวิธีที่ช่วยให้เห็นภาพอวัยวะภายในได้ชัดเจนขึ้น แพทย์จะใช้ประเมินตำแหน่ง ขนาด และการลุกลามของมะเร็งท่อน้ำดีไปยังเส้นเลือดหรือต่อมน้ำเหลือง

๓. การตรวจเลือดดูการทำงานของตับ (Liver Function Test): เพื่อตรวจสอบค่าความผิดปกติของตับและระดับบิลิรูบิน (Bilirubin) รวมถึงการตรวจหาสารบ่งชี้มะเร็งเช่น ค่า CA ๑๙-๙ และ CEA ซึ่งมักจะมีระดับสูงขึ้นในผู้ป่วยโรคมะเร็งท่อน้ำดี

๔. การส่องกล้องตรวจท่อน้ำดีและตับอ่อน (ERCP): เป็นการส่องกล้องฉีดสีเข้าไปในท่อน้ำดีเพื่อดูตำแหน่งการอุดตันที่เกิดจากมะเร็งท่อน้ำดี โดยวิธีนี้แพทย์สามารถตัดชิ้นเนื้อ (Biopsy) บริเวณที่สงสัยออกมาตรวจทางพยาธิวิทยาเพื่อยืนยันเซลล์มะเร็งท่อน้ำดีได้อย่างชัดเจน

การรักษา

๑. การผ่าตัด (Surgery) เป็นวิธีหลักในการรักษามะเร็งท่อน้ำดี (Cholangiocarcinoma) ให้มีโอกาสหายขาด โดยหมอศัลยกรรมประเมินและผ่าตัดเอาก้อนเนื้องอกรวมถึงต่อมน้ำเหลืองบริเวณใกล้เคียงออก ความสำเร็จขึ้นอยู่กับขนาดและการลุกลามของมะเร็งท่อน้ำดีว่าตัดออกได้หมดหรือไม่

๒. การผ่าตัดระบายท่อน้ำดี (Percutaneous Transhepatic Biliary Drainage) กรณีที่มะเร็งลุกลามมาก ไม่สามารถผ่าตัดก้อนเนื้อออกได้ แพทย์พิจารณารักษาแบบประคับประคอง ลดอาการตัวเหลืองและคัน ปัจจุบันมีการใช้เทคโนโลยีผ่าตัดส่องกล้องหรือการส่องกล้อง (ERCP) เพื่อใส่ท่อระบายน้ำดี ช่วยให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นโดยไม่ต้องผ่าตัดเปิดหน้าท้องใหญ่

๓. เคมีบำบัด (Chemotherapy) และรังสีรักษา (Radiotherapy) ใช้เป็นการรักษาเสริมหลังการผ่าตัดเพื่อทำลายเซลล์มะเร็งท่อน้ำดีที่อาจหลงเหลืออยู่ หรือใช้ในผู้ป่วย Cholangiocarcinoma ระยะลุกลามที่ไม่สามารถผ่าตัดได้ เพื่อช่วยชะลอการเจริญเติบโตของโรคและบรรเทาอาการปวด

๔. การรักษาแบบประคับประคอง (Palliative Care) มุ่งเน้นการดูแลรักษาตามอาการในผู้ป่วยมะเร็งท่อน้ำดีระยะสุดท้าย เพื่อลดความทรมานและให้ผู้ป่วยสามารถใช้ชีวิตได้ดีที่สุด

การป้องกัน

การป้องกันโรคมะเร็งท่อน้ำดีควรมุ่งลดปัจจัยเสี่ยงที่เกี่ยวข้องกับการอักเสบและความผิดปกติของระบบทางเดินน้ำดี โดยแนวทางการป้องกันมะเร็งท่อน้ำดีที่สามารถปฏิบัติได้ เช่น

๑. หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารดิบหรือสุก ๆ ดิบ ๆ โดยเฉพาะปลาน้ำจืด เพื่อลดความเสี่ยงต่อการติดพยาธิใบไม้ตับ ซึ่งมีความสัมพันธ์กับมะเร็งท่อน้ำดี
๒. ดูแลสุขภาพตับและทางเดินน้ำดี ลดการดื่มแอลกอฮอล์ และหลีกเลี่ยงสารที่อาจก่อให้เกิดการอักเสบเรื้อรัง ซึ่งเป็นปัจจัยเสี่ยงของมะเร็งท่อน้ำดี
๓. รับวัคซีนป้องกันไวรัสตับอักเสบบี และติดตามการรักษาโรคตับอักเสบอย่างต่อเนื่อง เพื่อลดโอกาสเกิดมะเร็งท่อน้ำดีในระยะยาว
๔. เข้ารับการตรวจสุขภาพและการคัดกรองโรคอย่างสม่ำเสมอ โดยเฉพาะผู้ที่มีประวัติโรคทางเดินน้ำดีหรืออยู่ในกลุ่มเสี่ยงของมะเร็งท่อน้ำดี
๕. ดูแลน้ำหนักตัวและโภชนาการให้เหมาะสม เพื่อลดการอักเสบเรื้อรังของร่างกาย ซึ่งอาจส่งผลต่อการเกิดมะเร็งท่อน้ำดี