

26

รอยโรคในช่องปากอย่างไร

จึงน่าสงสัยว่าเป็นโรคมะเร็งในช่องปาก

“ รอยโรคในช่องปาก ส่วนใหญ่
ของรอยโรคมักมองเห็นได้ ส่วนน้อย
มองไม่เห็น ”

ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์โกวิทย์ พุกพานุรักษ์ดี

ภาควิชาโสต ศอ นาสิกวิทยา คณะแพทยศาสตร์

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา 90110

ช่องปากเป็นอวัยวะที่สำคัญของร่างกาย มีหน้าที่หลากหลาย หน้าที่ที่สำคัญที่สุดคือ เป็นบริเวณเตรียมอาหารให้เหมาะสมแก่การกลืน และการบดย่อยของกระเพาะอาหาร ช่องปากจึงประกอบด้วยอวัยวะที่มีไว้เพื่อบดเคี้ยวอาหารให้ละเอียด ต่อม้ำลายที่ผลิตน้ำลายให้คลุกเคล้าอาหารและย่อยสลายอาหารบางส่วน มีลิ้นที่ช่วยในการบดกวาดอาหารและการกลืน นอกจากนี้ยังมีต่อมรับรสที่ช่วยให้เรามีความสุขขณะเคี้ยวรับประทานอาหาร หรือปฏิเสธอาหารบางชนิดที่อาจเป็นอันตรายกับร่างกาย เช่น รสขมหรือเผ็ดมาก ช่องปากยังเป็นทางผ่านของเสียงที่กำเนิดจากกล่องเสียง โดยมีอวัยวะในช่องปากร่วมกับช่องจมูกในการทำให้มีเสียงไพเราะ ส่วนมากออกเสียงได้หลากหลายในการสื่อสาร

เมื่อเกิดรอยโรคในช่องปาก ส่วนใหญ่ของรอยโรคมักมองเห็นได้ ส่วนน้อยมองไม่เห็น รอยโรคที่มองไม่เห็นเมื่อโตขึ้นจะทำให้มีอาการเจ็บเวลากลืน ขยับลิ้นหรืออ้าขากรรไกรได้ลำบาก เสียงเปลี่ยน กลืนอาหารลำบาก หายใจลำบาก เมื่อมีรอยโรคที่ทำให้เกิดอาการดังกล่าวควรรีบปรึกษาแพทย์เพื่อวินิจฉัยสาเหตุ

รอยโรคในช่องปากที่เรามองเห็นได้เมื่ออ้าปากมักอยู่บริเวณริมฝีปาก กระพุ้งแก้ม เหงือก ฐานของช่องปาก และลิ้น เมื่อมีอาการผิดปกติเพียงเล็กน้อยในผู้ที่สังเกตและดูแลสุขภาพของตนเองเป็นประจำมักมาพบแพทย์แต่เนิ่น ๆ แต่ในผู้สูงอายุ รอยโรคอาจโตหลายเดือนก่อนมาพบแพทย์

รอยโรคหรือแผลลักษณะต่อไปนี้ควรมาพบแพทย์เพื่อรับการวินิจฉัยแต่เนิ่น ๆ

1. เป็นแผลที่เป็นมานานกว่า 3 สัปดาห์ แผลในช่องปากชนิดไม่ไช่มะเร็ง เช่น สาเหตุจากการอักเสบ แผลร้อนใน มักเป็นอยู่นาน 3-7 วัน แล้วหายไป และอาจเป็นใหม่ในที่ใหม่ แผลที่เป็นนานกว่า 3 สัปดาห์ โดยไม่มีแนวโน้มดีขึ้น ควรได้ปรึกษาแพทย์
2. แผลเรื้อรังที่เกิดจากการกระทบซ้ำ ๆ เช่น แผลที่เกิดจากฟันกรามที่แหลมคม หรือมีฟันปลอมที่หลวม แผลลักษณะนี้ถ้ารับประทานยาแก้อักเสบแล้วไม่ดีขึ้น ควรได้รับการตรวจวินิจฉัยด้วยการตัดชิ้นเนื้อเพื่อส่งตรวจทางพยาธิวิทยา
3. แผลเดี่ยวที่มีขนาดขยายขึ้น แผลจากการอักเสบในปากมักเป็นทั่ว ๆ ไป แต่ถ้าเป็นแผลเดี่ยวและขอบเขตขยายออกให้คิดถึงแผลจากเนื้อร้าย

4. แผลที่มีขอบนูนแข็ง ตรงกลางแผลเป็นแผลลึกหรือตื้น แผลดังกล่าวมักเกิดจากโรคร้าย
5. แผลที่มีลักษณะเหมือนดอกกะหล่ำ และมีขนาดขยายขึ้น ให้คิดถึงสาเหตุจากมะเร็ง
6. รอยฝ้าขาว รอยฝ้าขาวในช่องปากมักเป็นสาเหตุที่ผิดปกติ เช่น จากเชื้อรา การเสียดสีนาน ๆ ของฟันและกระพุ้งแก้ม หรือที่เป็นรอยฝ้าก่อนเกิดมะเร็ง ฝ้าขาวจากเชื้อรามักทำให้มีอาการแสบคันในช่องปากและคอ ส่วนรอยฝ้าก่อนเกิดมะเร็งมักไม่ทำให้เกิดอาการใดและจะไม่หลุดออก เมื่อถูหรือขัดเบา ๆ

นอกจากทราบถึงรอยโรคอันตรายแล้ว ควรรู้ถึงการดูแลรักษาสุขภาพตนเอง เพื่อให้ปลอดภัยจากการเกิดรอยโรคอื่นไม่พึงประสงค์ต่อไปนี้

1. งดการสูบบุหรี่และดื่มสุรา
2. ดูแลรักษาสุขอนามัยในช่องปากอย่างสม่ำเสมอ
3. กำจัดสาเหตุที่ทำให้เกิดแผลเรื้อรังในปาก เช่น มีฟันที่แหลมคม ฟันปลอมที่ไม่แน่น การเคี้ยวหมาก และรับประทานของร้อนจัดบ่อย ๆ
4. ดื่มน้ำที่สะอาดให้เพียงพอ รับประทานผักสด ผลไม้ และผักตระกูลดอกกะหล่ำ ซึ่งมีการวิจัยว่ามีสารยับยั้งมะเร็ง เช่น บร็อกโคลี่ คะน้า กะหล่ำปลี กระหล่ำดอก และผักกาดเขียว เป็นต้น
5. งดอาหารที่อาจมีสารก่อมะเร็ง เช่น อาหารหมักดอง ถั่วลิสงบด ปลาจืด ปลาเค็ม
6. ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

จากที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ หรือว่าผู้อ่านคงพอจะสังเกตแผลอย่างง่าย ๆ ในช่องปากว่ามีลักษณะอย่างไร จึงต้องรีบไปพบแพทย์ และคงดูแลสุขภาพตนเอง เพื่อป้องกันการเกิดรอยโรคดังกล่าว ซึ่งมีความสำคัญกว่าการรักษาเมื่อเกิดรอยโรคขึ้นมาแล้ว