

เตือน! “ไม่กินปลาน้ำจืดดิบ” เสี่ยงมะเร็งท่อน้ำดี แนะ 15 ปีขึ้นไป

ตรวจคัดกรองพยาธิใบไม้ตับฟรี



เตือน! “ไม่กินปลาน้ำจืดดิบ” เสี่ยงมะเร็งท่อน้ำดี
แนะ 15 ปีขึ้นไป ตรวจคัดกรองพยาธิใบไม้ตับฟรี

สถาบันวิจัยมะเร็งท่อน้ำดี เตือน “ไม่กินปลาน้ำจืดดิบ” แม้ผลตรวจคัดกรอง OV-ATK ไม่พบเชื้อ หรือรักษาถ่ายพยาธิแล้ว เพื่อป้องกันติดเชื้อพยาธิใบไม้ตับซ้ำ ซึ่งเป็นสาเหตุของการเกิด “มะเร็งท่อน้ำดี” พร้อมแนะนำประชาชน อายุ 15 ปีขึ้นไป รับบริการตรวจทุกปี ไม่เสียค่าใช้จ่าย

วันที่ 7 ธ.ค. 2568 รศ.ดร.วัชรินทร์ ลอยลม ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยมะเร็งท่อน้ำดี มหาวิทยาลัยขอนแก่น และเลขาธิการมูลนิธิมะเร็งท่อน้ำดี กล่าวว่า ในการตรวจคัดกรองพยาธิใบไม้ตับด้วยชุดตรวจแบบเร็ว (OV-ATK) แม้ว่าประชาชนกลุ่มเสี่ยงส่วนใหญ่จะ “ไม่พบเชื้อ” หรือในผู้ที่ตรวจพบเชื้อแม้จะได้รับยาถ่ายพยาธิใบไม้ตับแล้ว แต่หากยังกลับไปบริโภค “ปลาน้ำจืดดิบ” เหมือนเดิม ก็มีโอกาสเสี่ยงที่ติดเชื้อพยาธิใบไม้ตับซ้ำอย่างรวดเร็วได้เช่นกัน ซึ่งหากยังติดเชื้อซ้ำกันหลายครั้ง ก็จะทำให้เพิ่มโอกาสให้เกิดการอักเสบเรื้อรังในท่อน้ำดี และเป็นปัจจัยที่นำไปสู่ “โรคมะเร็งท่อน้ำดี” ได้ ที่คร่าชีวิตคนไทยจำนวนมากในทุก ๆ ปี โดยเฉพาะในภาคอีสานที่มีรายงานพบผู้ป่วยมะเร็งท่อน้ำดีจำนวนมาก

ทั้งนี้เป็นที่ทราบกันดีว่า “มะเร็งตับและมะเร็งท่อน้ำดี” ปัจจุบันยังคงเป็นปัญหาสาธารณสุขสำคัญของประเทศไทย และยังเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับต้น ๆ ของคนไทย โดยเฉพาะในเพศชายซึ่งเป็นมะเร็งพบสูงเป็นอันดับ 1 และจากข้อมูลร้อยละ 70-80 ของผู้ป่วยมะเร็งตับในภาคอีสานพบว่าเป็นมะเร็งท่อน้ำดี สะท้อนชัดเจนว่าเชื้อพยาธิใบไม้ตับยังแพร่ระบาดอยู่ในประชากรจำนวนมาก โดยในหลาย ๆ พื้นที่ประชาชนยังมีพฤติกรรมการบริโภคเมนูปลาน้ำจืดดิบหรือสุก ๆ ดิบ ๆ อยู่ เช่น ลาบปลา ก้อยปลา ปลาต้ม หรือปลาร้าที่ผลิตแบบเร่งด่วนไม่ถึงเกณฑ์มาตรฐาน

“องค์การอนามัยโลกยืนยันแล้วว่า พยาธิใบไม้ตับเป็นสาเหตุสำคัญของมะเร็งท่อน้ำดี” แต่ประชาชนจำนวนมากยังเข้าใจผิดว่าการติดพยาธิเป็นเรื่องเล็กน้อยหรือคิดว่าการถ่ายพยาธิครั้งเดียวแล้วจะปลอดภัยเสมอซึ่งเป็นความเข้าใจที่ต้องได้รับการแก้ไขอย่างเร่งด่วน” ผอ.สถาบันวิจัยมะเร็งท่อน้ำดี กล่าว

รศ.ดร.วัชรินทร์ ระบุต่อว่า ผล OV-ATK ที่เป็นลบสะท้อนเพียงสถานะปัจจุบัน ไม่ใช่การยืนยันว่าจะไม่ติดเชื้อในอนาคต ซึ่งหลังการตรวจคัดกรองแล้วแต่ยังมีพฤติกรรมเสี่ยง การติดเชื้อครั้งที่ 2 หรือครั้งที่ 3 จะยิ่งอันตรายกว่าเดิม เพราะร่างกายจะตอบสนองด้วยการอักเสบที่เร็วและรุนแรงกว่ามากส่งผลให้เซลล์ท่อน้ำดีถูกทำลายซ้ำ ๆ จนกลายเป็นมะเร็งท่อน้ำดีในระยะยาวได้ ซึ่งความน่ากลัวของโรคนี้อีกคือผู้ที่ติดเชื้อพยาธิใบไม้ตับจะไม่มีอาการ ถึงแม้กระทั่งมีการพัฒนาไปเป็นมะเร็งท่อน้ำดีช่วงแรกก็แทบไม่มีอาการใดๆ ทำให้ผู้ป่วยจำนวนมากจะมาพบแพทย์เมื่อมีอาการรุนแรงแล้ว เช่น ตัวเหลือง ตาเหลือง ปวดท้องเรื้อรัง น้ำหนักลด หรืออุจจาระสีซีด เป็นต้น ซึ่งเป็นระยะท้ายของโรคมะเร็งท่อน้ำดีที่รักษาได้ยากและมีอัตราการเสียชีวิตสูง

สำหรับการตรวจหาเชื้อแบบเดิมด้วยการตรวจอุจจาระมีความไวต่ำ เนื่องจากปัจจุบันผู้ติดเชื้อมักมีจำนวนตัวพยาธิในร่างกายน้อย ทำให้ตรวจไม่พบไขในอุจจาระแม้จะมีเชื้อจริง แต่การนำชุดตรวจพยาธิใบไม้ตับแบบรวดเร็ว (OV-ATK) ที่ตรวจผ่านปัสสาวะเข้ามาตรวจคัดกรอง ทำให้การค้นหาผู้ติดเชื้อทำได้ไวและแม่นยำมากขึ้น รู้ผลเร็วภายใน 5-10 นาที

“จากการตรวจในภาคอีสานด้วย OV-ATK พบอัตราการติดเชื้อสูงถึงร้อยละ 25 หรือ 1 ใน 4 คน ซึ่งเป็นสัญญาณชัดเจนว่าสถานการณ์ยังรุนแรง และจำเป็นต้องขยายการตรวจคัดกรองให้ครอบคลุมประชากรกลุ่มเสี่ยงมากขึ้น” ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยมะเร็งท่อน้ำดี กล่าว

รศ.ดร.วัชรินทร์ กล่าวต่อว่า ทั้งผู้ที่ตรวจไม่พบเชื้อ หรือผู้ป่วยได้รับยาถ่ายพยาธิใบไม้ตับแล้ว สิ่งสำคัญที่สุดคือ “ต้องไม่กลับไปกินปลาน้ำจืดดิบอีก” เพราะการติดเชื้อซ้ำคือปัจจัยที่เพิ่มความเสี่ยงสูงสุดต่อการเกิดมะเร็งท่อน้ำดี โดยมีแนวทางปฏิบัติที่ต้องทำอย่างเคร่งครัด ได้แก่

- งดการกินปลาน้ำจืดดิบทุกชนิด โดยเฉพาะปลาตะเพียน เช่น ปลาชิว ปลาชานา
- หลีกเลี่ยงปลาส้ม-ปลาร้าที่หมักสั้น หรือไม่มีมาตรฐานการผลิต
- ตรวจคัดกรองพยาธิใบไม้ตับเป็นประจำ ปีละครั้งสำหรับผู้ที่มึประวัติพฤติกรรมเสี่ยง ซึ่งภายใต้ระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (บัตรทอง 30 บาท ประกันสังคม ข้าราชการ) มีสิทธิประโยชน์นี้สำหรับคนไทยทุกคน อายุ 15 ปีขึ้นไป ที่มีความเสี่ยง สามารถเข้ารับบริการตรวจคัดกรองได้ปีละ 1 ครั้ง ไม่เสียค่าใช้จ่าย
- หากท่านมีประวัติเสี่ยงและอายุ 40 ปีขึ้นไป แนะนำให้ตรวจคัดกรองมะเร็งท่อน้ำดีด้วยการตรวจอัลตราซาวด์อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง

อย่างไรก็ดี สิ่งที่ขอฝากทิ้งท้ายไว้คือการแก้ปัญหาพยาธิใบไม้ตับจำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือทุกภาคส่วน ทั้งด้านการคัดกรอง การรักษา การให้ความรู้ และการจัดการอาหารเสี่ยงต้นทาง เช่น การผลิตปลาส้มและปลาร้าอย่างถูกสุขลักษณะรวมถึงการจัดการสิ่งปฏิกูลอย่างถูกวิธีเป็นต้นเพื่อไม่ให้พยาธิเหล่านี้กลับเข้าสู่แหล่งน้ำและวนกลับมาติดมนุษย์อีกครั้ง

ในส่วนของประชาชน ขอย้ำว่า “การรู้เร็ว รักษาเร็ว โดยเข้ารับบริการตรวจคัดกรองและไม่กลับไปสู่พฤติกรรมเดิมคือการกินปลาน้ำจืดดิบ” เป็นกุญแจสำคัญอย่างยิ่งในการลดความเสี่ยงจากโรคพยาธิใบไม้ตับและมะเร็งท่อน้ำดีซึ่งเป็นที่ทุกคนควรตระหนักและทำได้ง่ายด้วยตนเอง