

การตรวจเต้านมด้วยเครื่องแมมโมแกรม

จัดทำโดย

นางสุรรัตน์ ถึงฝั่ง

ตำแหน่งนักรังสีการแพทย์ชำนาญการ

กลุ่มงานรังสีวิทยา โรงพยาบาลพระนั่งเกล้า

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนนทบุรี

สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข

การตรวจเต้านมด้วยเครื่องแมมโมแกรม

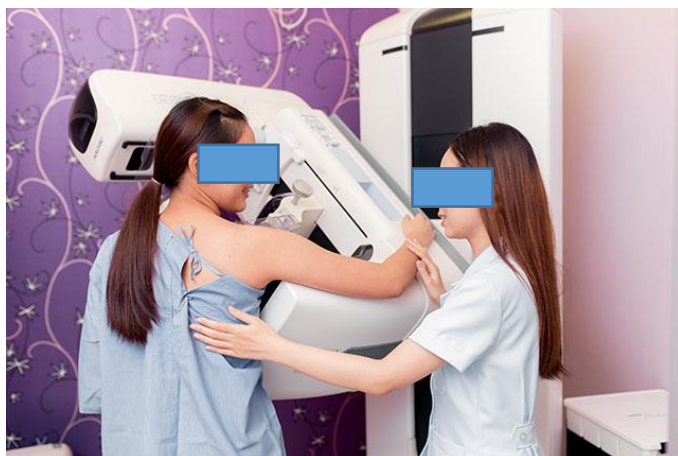
ผู้หญิงเมื่ออายุเพิ่มขึ้นโรคภัยและปัญหาสุขภาพมักเริ่มถามหา ในปัจจุบัน“มะเร็งเต้านม”พบมากเป็นอันดับ 2 รองลงมาจากมะเร็งปอดมดลูก ถือเป็นภัยเงียบของผู้หญิง เพราะมักมาโดยไม่มีสัญญาณเตือน ผู้หญิงทุกคนมีความเสี่ยงในการเป็นมะเร็งเต้านมได้ การตรวจคัดกรองจึงมีความสำคัญ เพราะหากตรวจพบมะเร็งเต้านมตั้งแต่ระยะเริ่มต้นย่อมช่วยไม่ให้แพร่กระจายไปยังอวัยวะอื่นๆ และมีโอกาสรักษาให้หายขาดได้ การตรวจวินิจฉัยที่ได้ผลวิธีหนึ่งคือ การตรวจแมมโมแกรม(Mammogram)

การตรวจเต้านมด้วยเครื่องแมมโมแกรม

แมมโมแกรม(Mammogram) เป็นการถ่ายภาพของเต้านมโดยใช้รังสีจำนวนน้อย สามารถทำการวินิจฉัยก้อนหรือสิ่งผิดปกติที่ผู้ป่วยเองหรือแพทย์คลำได้ การวินิจฉัยจากMammogram ประเภทนี้จะเรียกว่า Diagnostic Mammogram หรืออีกแบบใช้ในการค้นหามะเร็งซึ่งไม่สามารถคลำได้ และส่วนใหญ่ผู้ป่วยไม่มีอาการอะไร แบบนี้เรียกว่าScreening Mammogram

ขั้นตอนการตรวจแมมโมแกรม

การถ่ายเอกซเรย์เต้านมนั้น ก่อนการตรวจแมมโมแกรม ผู้เข้ารับการตรวจต้องเปลี่ยนเสื้อผ้าที่ทางโรงพยาบาลเตรียมไว้ให้ และถอดเครื่องประดับออกให้หมด จากนั้นผู้เข้ารับการตรวจยืนหรือนั่งหันหน้าเข้าหาเครื่องเอกซเรย์ ซึ่งนักรังสีจะช่วยจัดท่าทางลำตัว ศีรษะ หรือแขนเพื่อไม่ให้บังบริเวณเต้านมที่ต้องการเอกซเรย์ และปรับระดับความสูงของเครื่องให้เหมาะกับเต้านมของผู้เข้ารับการตรวจ เมื่อวางเต้านมลงบนเครื่องเครื่องจะค่อยๆกดเต้านม จากด้านบนและด้านข้าง ในแต่ละครั้งของการกดเต้านมลงบนเครื่องจะใช้เวลาไม่นาน โดยจะมีการถ่ายภาพเต้านมทีละข้างและสลับทำกับอีกข้าง ผู้เข้ารับการตรวจควรวินิ่งๆขยับให้น้อยที่สุดในขณะการตรวจเพราะอาจส่งผลให้การแปลผลคลาดเคลื่อนจากภาพถ่ายที่ไม่ชัดเจนได้ และต้องกลั้นหายใจชั่วครู่ขณะถ่ายภาพ



อาการมะเร็งที่พบบ่อย

1. คลำพบก้อนที่เต้านม
2. มีการเปลี่ยนแปลงขนาด
3. ผิวหนังเปลี่ยนแปลงเช่น รอยบุ๋ม ย่น หดตัวหรือมีความหนาผิดปกติ
4. หัวนมมีการหดตัว คับ หรือมีผื่นแดงผิดปกติ
5. มีเลือดหรือของเหลวไหลออกจากหัวนม

ข้อบ่งชี้ในการตรวจวินิจฉัยด้วยเครื่องถ่ายภาพรังสีเต้านม

1. ผู้หญิงอายุ 30-35ปีมีอาการผิดปกติทางเต้านม หรือแพทย์คลำพบก้อนในเต้านม
2. ผู้หญิงอายุ 35ปีขึ้นไป ที่มีปัจจัยเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งเต้านม หรือพบความผิดปกติในเต้านม
 - ปัจจัยเสี่ยงได้แก่ญาติสายตรง (มารดา พี่สาว น้องสาว บุตร) เป็นมะเร็งเต้านม ได้รับ Hormone เป็นประจำ มีประวัติเคยเป็นมะเร็งเต้านม หรือฉีดสารแปลกปลอมเข้าไปในเต้านม
 - ความผิดปกติในเต้านม ได้แก่ เจ็บเต้านม คลำได้ก้อนหรือสงสัยว่าจะมีก้อนที่เต้านม มีของเหลวไหลออกจากหัวเต้านม มีการเปลี่ยนแปลงของผิวหนัง หรือมีการอักเสบที่เต้านม ต่อมน้ำเหลืองที่รักแร้โต ซึ่งสงสัยว่าเป็นมะเร็งกระจายจากเต้านม มีการเปลี่ยนแปลงของขนาด รูปร่าง และความสมมาตรของเต้านมอย่างผิดปกติ
3. ก่อนทำการผ่าตัดเต้านม
4. ใช้ถ่ายภาพรังสีขึ้นเนื้อระหว่างการผ่าตัดเต้านม
5. ภายหลังการรักษาเต้านม
6. ก่อนการฉายรังสีเต้านม
7. การเฝ้าระวังมะเร็งเต้านมหลังการรักษา มะเร็งเต้านม

การเตรียมตัวผู้ป่วย

ด้านจิตใจควรอธิบายให้ผู้ป่วยเข้าใจถึงความจำเป็นในการกดทับเต้านมพร้อมทั้งขอความร่วมมือด้วยความนุ่มนวลสุภาพ

ด้านร่างกาย

1. ห้ามทาแป้งและยาระงับกลิ่นตัว บริเวณช่วงแขนไปจนถึงหน้าอก เนื่องจากมีส่วนผสมของสารที่มีผลต่อความชัดเจนของภาพ
2. ควรหลีกเลี่ยงการตรวจแมมโมแกรมในช่วงสัปดาห์ก่อนมีประจำเดือน เพราะเป็นช่วงที่หน้าอกคัดตึงและขยายอาจช่วยให้เจ็บหน้าอกน้อยลงและถ่ายภาพเอกซเรย์เต้านมได้ดีขึ้น
3. ควรตรวจในวันที่ 6 ถึง 7 ของการมีประจำเดือน เพื่อหลีกเลี่ยงโอกาสที่ผู้ป่วยเริ่มตั้งครรภ์และลดความแน่นทึบของเต้านม
4. ในกรณีที่มีการตรวจแมมโมแกรมในโรงพยาบาลแห่งใหม่ ควรมีการขอเพิ่มประวัติการตรวจแมมโมแกรมเดิมไปให้แห่งใหม่ เพื่อการเปรียบเทียบผลการตรวจที่แม่นยำ

ข้อห้ามในการตรวจแมมโมแกรม

หญิงตั้งครรภ์หรือมีความเป็นไปได้ในการตั้งครรภ์อาจได้รับผลกระทบจากการตรวจแมมโมแกรม เนื่องจากขั้นตอนการตรวจที่ทำให้ร่างกายได้รับรังสี แม้ว่าระดับรังสีจะอยู่ในระดับที่ค่อนข้างต่ำ แต่ก็มีโอกาสกระทบต่อการพัฒนาของทารกในครรภ์ จึงควรมีการแจ้งแพทย์หรือเจ้าหน้าที่ฉายรังสีก่อนทุกครั้ง เพื่อความปลอดภัยของทารกในครรภ์

การดูแลตนเองหลังการตรวจแมมโมแกรม

โดยทั่วไปไม่มีข้อควรระวังในการดูแลตนเองเป็นพิเศษหลังจากการตรวจ แพทย์อาจให้คำแนะนำเพิ่มเติมในบางราย ขึ้นอยู่กับสภาวะของบุคคลนั้นๆ

ผลของการตรวจแมมโมแกรม

ตามมาตรฐานสากลที่นิยมใช้กันเรียกลย่อว่าไบเรดส์(Breast Imaging Reporting And Database System : BIRADS) ค่าที่ได้ออกมาเป็นตัวเลขที่แสดงความรุนแรงตามการตรวจพบ

BIRADS 1 หมายถึง เต้านมปกติไม่มีถุงน้ำ ไม่มีหินปูน ไม่มีอาการผิดปกติใดๆแนะนำให้ตรวจคัดกรองปีละ 1 ครั้ง

BIRADS 2 หมายถึงตรวจพบสิ่งที่มีตามปกติธรรมชาติในเต้านม เช่น หินปูนธรรมดา ซีสต์หรือถุงน้ำ เต้านม ก้อนเนื้ออกชนิดไม่ร้ายแรง แนะนำให้ตรวจปีละ1ครั้ง

BIRADS 3 หมายถึงตรวจพบสิ่งที่คาดว่าน่าจะปกติที่พบได้ในเต้านม โอกาสเป็นมะเร็ง 0 –2% แนะนำตรวจซ้ำทุกๆ 6เดือน จนครบ 2ปี เพื่อให้แน่ใจว่าไม่มีอันตราย

BIRADS 4 หมายถึงตรวจพบสิ่งที่สงสัยว่าผิดปกติ มีโอกาสเป็นมะเร็ง 2-95% จำเป็นต้องได้ชิ้นเนื้อจากก้อน หรือหินปูนที่ผิดปกตินั้น เพื่อไปตรวจพิสูจน์ว่าเป็นชิ้นเนื้อประเภทอะไร

BIRADS 5 หมายถึงตรวจพบสิ่งที่ผิดปกติ มีโอกาสเป็นมะเร็งได้สูงกว่า 95% จำเป็นต้องได้ชิ้นเนื้อจากก้อน หรือหินปูนที่ผิดปกตินั้น เพื่อไปตรวจพิสูจน์ว่าเป็นชิ้นเนื้อประเภทอะไร

ผลข้างเคียงของการตรวจแมมโมแกรม

อาจรู้สึกเจ็บเล็กน้อยหรืออึดอัดเมื่อเครื่องค่อยๆกดเนื้อเต้านมขณะมีการเอกซเรย์ หากรู้สึกเจ็บมากจนไม่สามารถทนได้ ควรแจ้งเจ้าหน้าที่ฉายรังสีให้ช่วยปรับระดับการกดของเครื่องในระดับเท่าที่ผู้เข้ารับการตรวจสามารถทนได้

ข้อจำกัดของการตรวจแมมโมแกรม

การตรวจแมมโมแกรมสำหรับผู้หญิงอายุต่ำกว่า 40 ปี อาจเกิดผลคลาดเคลื่อนได้สูง เนื่องจากเนื้อเยื่อภายในเต้านมของผู้หญิงอายุน้อยมักจะมีไขมันน้อยกว่าผู้สูงอายุมาก จนทำให้เนื้อเยื่อเต้านมอาจบดบังเนื้อมะเร็งหรือมองผิดพลาดจากเนื้อดีกลายเป็นมะเร็งได้ แพทย์จึงมักแนะนำให้มีการตรวจด้วยวิธีการอัลตราซาวด์ทดแทนหรือทำควบคู่กับแมมโมแกรมเพื่อให้ชัดเจนขึ้น

วิธีการตรวจเต้านมด้วยตนเอง 3ท่าง่ายๆ

1.1 ท่ายืนหน้ากระจก

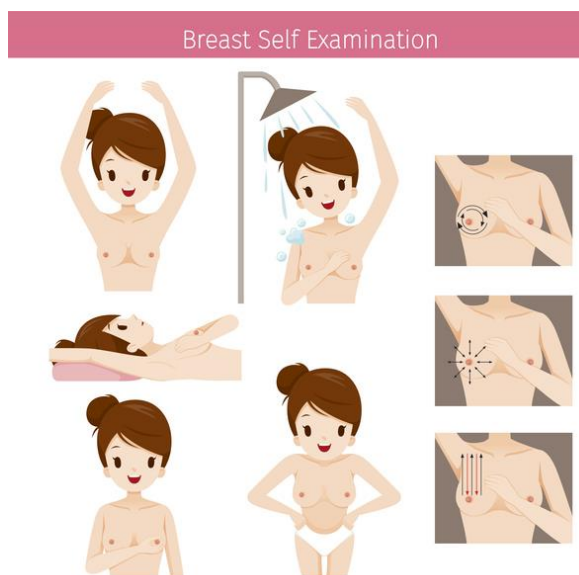
- ปล่อยแขนไว้ข้างลำตัวตามสบาย สังเกตเปรียบเทียบขนาดเต้านมทั้งสองข้างว่ามี การบิดเบี้ยวของหัวนม หรือมีสิ่งผิดปกติหรือไม่
- สัมผัสหาความผิดปกติในท่าประสานมือเหนือศีรษะและท่าเท้าเอว
- โน้มตัวไปข้างหน้าโดยวางมือทั้ง2ข้างบนเข่าหรือเก้าอี้ แล้วสังเกตความปกติ

1.2 ท่านอนราบ

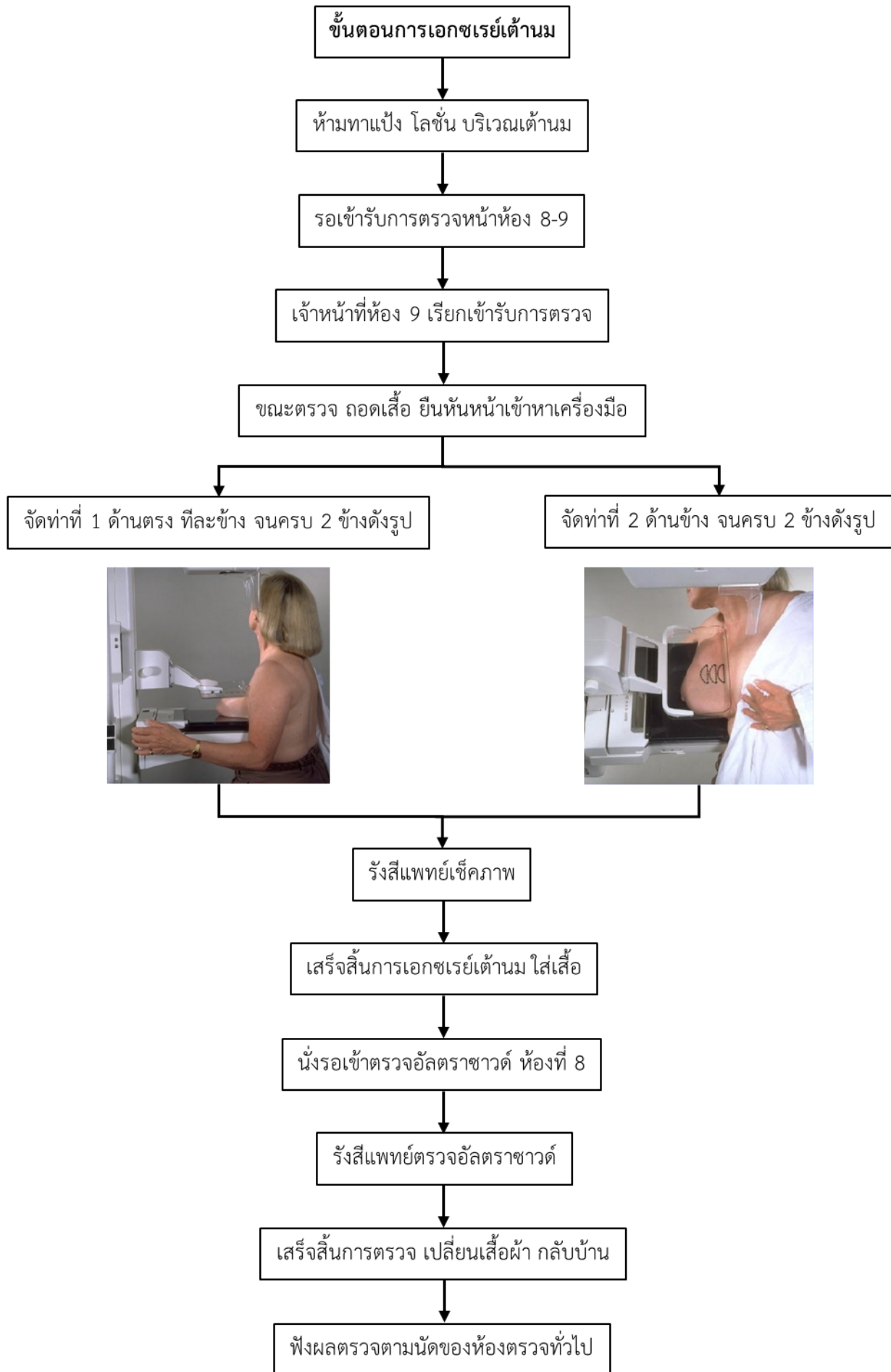
- นอนราบในท่าที่สบาย
- ยกแขนข้างที่จะตรวจขึ้นเหนือศีรษะเพื่อให้เต้านมแผ่ราบ โดยเฉพาะบริเวณ ส่วนบนด้านนอกซึ่งมีเนื้อหนาที่สุด
- ใช้นิ้วชี้ นิ้วกลาง และนิ้วนางของมืออีกข้างหนึ่ง คลำให้ทั่วเต้านมและรักแร้ โดยห้ามบีบเนื้อเต้านม เพราะจะรู้สึกเหมือนเจอก้อนเนื้อ ซึ่งความจริงแล้วไม่ใช่
- เมื่อตรวจเสร็จข้างหนึ่งแล้วให้ย้ายมาตรวจอีกข้างหนึ่งด้วยวิธีเดียวกัน

1.3 ขณะอาบน้ำ

- ผู้หญิงที่มีเต้านมขนาดเล็ก ให้ยกแขนข้างที่จะตรวจไว้เหนือศีรษะ แล้วใช้มืออีก ข้างหนึ่งคลำแบบเดียวกับท่านอนราบ
- ผู้หญิงที่มีเต้านมขนาดใหญ่ ให้ใช้มือข้างที่จะตรวจประคอง และตรวจคลำเต้านม จากด้านล่าง ส่วนมืออีกข้างหนึ่งตรวจคลำจากด้านบน



ผลดีของการทำแอมโมแกรม เราสามารถค้นพบมะเร็งเต้านมขนาดเริ่มแรก หรือยังคลำไม่พบ มะเร็งในระยะแรกนั้นไม่มีอาการ เมื่อพบมะเร็งในระยะแรกการรักษาก็ง่ายและทำได้หลายวิธี และโอกาสที่จะหายมีมากและการรอดชีวิตมีสูง ซึ่งการถ่ายโดยทำแอมโมแกรมนั้นใช้รังสีจำนวนน้อย และไม่เหลืออยู่ในเต้านมหลังการถ่ายทำ โดยทั่วไปรังสีที่ใช้ถ่ายทำนั้นจะประมาณ 0.1mSv ซึ่งเป็นจำนวนเปรียบเทียบกับเท่ารังสีในบรรยากาศที่เราได้รับอยู่ทุกวัน 3 เดือน



หมายเหตุ กรณีมีการเสริมเต้านม ควรแจ้งเจ้าหน้าที่ก่อนตรวจทุกครั้ง