

# คู่มือสำหรับพ่อแม่ ของเด็กผู้ป่วยโรคมะเร็ง

มูลนิธิสายธารแห่งความหวัง  
ร่วมกับ  
ภาควิชาเทคโนโลยีการศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์



# คู่มือสำหรับพ่อแม่ ของเด็กผู้ป่วยโรคมะเร็ง



แปลและเรียบเรียงโดย  
รศ.นพ.อิศรางค์ นุชประยูร  
สุรพันธ์ วิโรจน์กุลย์

กราฟิกและรูปเล่มโดย  
Soft Square Group Of Companies

มิถุนายน 2552

“



## สารจากเลขานุการ มูลนิธิสายธารแห่งความหวัง

มะเร็งในเด็กเป็นโรคที่มีโอกาสรักษาหายขาดได้ แต่ทั้งเด็กและผู้ปกครองจำเป็นต้องอดทน ยอมรับและปรับตัวเข้ากับการรักษาด้วยยาเคมีบำบัด ซึ่งใช้เวลานานหลายเดือนถึงหลายปี การดูแลรักษาจึงมีรายละเอียดมาก สมควรที่จะมีคู่มือสำหรับพ่อแม่ผู้ปกครองของเด็ก ๆ เพื่อศึกษาด้วยตนเองในเบื้องต้น และปรึกษาแพทย์ผู้ดูแลรักษาในรายละเอียดตามความเหมาะสม

ผมดำริที่จะเขียน คู่มือสำหรับผู้ปกครองของเด็ก ๆ ที่ป่วยเป็นมะเร็งมาหลายปีแล้ว แต่ดำเนินการไม่สำเร็จเพราะมีงานอื่น ๆ ที่ต้องทำในเวลาเดียวกันเป็นอันมาก จนเมื่ออาจารย์ กิพภากร รัชคศิริ ได้เริ่มโครงการสะพานรุ้งเพื่อสร้างสื่อการเรียนรู้สำหรับเด็กโรคมะเร็งหลายรูปแบบ โดยคู่มือพ่อแม่เป็นสิ่งหนึ่งที่สำคัญที่ผู้ปกครองต้องการ จึงได้กำเนิดหนังสือเล่มนี้ขึ้น โดยอาศัยเค้าโครงจาก Young People With Cancer : A Hand book for Parents ของ National Cancer Institute ประเทศสหรัฐอเมริกา ผมขอขอบคุณ คุณสุรพันธ์ วิโรจน์ดุลย์ และคุณอภิชนา วรพันธ์ ในการจัดทำต้นฉบับภาษาไทยร่วมกับจนสำเร็จ

การรักษา มะเร็งในประเทศไทย ใช้ยาเคมีบำบัดโดยมีมาตรฐานและหลักการดูแลรักษาเช่นเดียวกับการรักษา มะเร็งในประเทศสหรัฐอเมริกา และประเทศอื่น ๆ ทั่วโลก เพื่อให้มีโอกาหายขาดสูงสุดในการรักษาตั้งแต่แรก

อย่างไรก็ดีระบบสาธารณสุขที่แตกต่างกัน และลักษณะบุคลากรที่จำกัดในประเทศไทย ทำให้คู่มือพ่อแม่ไทยไม่สามารถลอกแบบจากตัวอย่างของอเมริกาได้ หนังสือเล่มนี้จึงมิใช่หนังสือแปลทั่วไป แต่ได้ปรับเนื้อหาให้เหมาะสมกับสังคมไทยแล้ว เชื่อว่าน่าจะได้ประโยชน์สูงสุดกับพ่อแม่และผู้ปกครองสำหรับเด็กไทยที่ป่วยเป็นมะเร็ง ตั้งแต่ครั้งแรกที่แพทย์วินิจฉัย ระหว่างการรักษา ในการดูแลทั้งกายและใจ

ถึงแม้ว่าโครงการสะพานรุ้ง และมูลนิธิสายธารแห่งความหวัง จะให้ความสำคัญกับเด็กที่เป็นมะเร็งรักษายาก และคงจะไม่หายขาดเป็นพิเศษ คู่มือพ่อแม่เล่มนี้น่าจะเหมาะกับเด็กที่เป็นมะเร็งในวงกว้างทั้งที่รักษาหายขาดได้ และรักษายาก ผมจึงหวังว่าคู่มือเล่มนี้ จะได้รับการพัฒนาต่อไปให้เป็นที่ยอมรับและใช้แพร่หลายในประเทศไทยในอนาคต

”

“



## สารจากประธานที่ปรึกษาโครงการสะพานร้ง ภาควิชาเทคโนโลยีการศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

เรียน ท่านผู้อ่าน

หนังสือคู่มือการบริหารเด็กผู้ป่วยโรคมะเร็ง สำหรับพ่อแม่และผู้ปกครองฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของนวัตกรรมสื่อเพื่อเด็กผู้ป่วยโรคมะเร็ง ภายใต้โครงการ “สะพานร้ง” ซึ่งภาควิชาเทคโนโลยีการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มีความภาคภูมิใจเป็นอย่างยิ่ง ที่ศาสตร์ของเรา และ ภาควิชาของเราได้ร่วมมือกับภาคพัฒนาสื่อและเทคโนโลยี รูปแบบต่างๆ เพื่อการสร้าง เสริม และ นำส่ง คุณภาพชีวิตที่ดีแบบองค์รวมให้แก่ประชากรเด็กไทยที่เจ็บป่วยด้วยโรคมะเร็ง ตลอดจนครอบครัวของผู้ป่วย ให้ครอบครัวกลุ่มก้อนทั่วประเทศ

ทั้งนี้ ผมต้องขอขอบคุณ มูลนิธิสายธารแห่งความหวัง โดย รศ.บ.พ.ดร.อิศราภรณ์ นุชประยูร ที่ ร่วมสนับสนุนด้านวิชาการอย่างเต็มที่ ขอขอบคุณ “โครงการทำดีทุกวันจากดีแท้” และกลุ่มบริษัทซอฟต์แวร์ที่กรุณาสนับสนุนเงินทุนในการสร้างสื่อต่างๆ ให้สามารถเกิดขึ้นได้ตามความมุ่งหวัง อย่างมีคุณภาพ และ ขอชื่นชม อาจารย์กัทฑิการ รัชสิริ ผู้ริเริ่มออกแบบโครงการนวัตกรรมสื่อ “สะพานร้ง” สื่อการเรียนรู้ที่มีคุณค่าเพื่อสังคมของเรา และยึมนับเป็นการสร้างองค์ความรู้ใหม่ จากการนำเทคโนโลยีและการสื่อสารเพื่อการเรียนรู้บูรณาการข้ามศาสตร์ อย่างลงตัว สอดคล้องกับสภาพสังคมและวัฒนธรรมไทยได้อย่างเป็นเอกลักษณ์

นอกจากนี้ สำหรับครอบครัวเด็กผู้ป่วยรายใหม่ หรือ ท่านที่ไม่ได้รับแจก หนังสือคู่มือการบริหาร สำหรับพ่อแม่ของเด็กผู้ป่วยโรคมะเร็งฉบับนี้ ทางภาควิชาเทคโนโลยีการศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ร่วมกับมูลนิธิสายธารแห่งความหวัง ยังได้จัดทำคู่มือฉบับนี้ ในรูปแบบ E-book ให้ท่านสามารถเข้าศึกษา หรือ ดาวน์โหลดได้ฟรี จากเว็บไซต์ ของโครงการสะพานร้ง ที่ <http://www.sapanroong.com> ซึ่งท่านผู้ปกครองและเด็กผู้ป่วย ย่อมจะได้พบกับความรู้ สื่อ และ เเทมส์กิจกรรมอีกมากมาย ที่ออกแบบเฉพาะเพื่อเด็กผู้ป่วยโรคมะเร็งและครอบครัวบนเว็บไซต์ดังกล่าว

สุดท้าย ผม และภาควิชาเทคโนโลยีการศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคู่มือฉบับนี้ รวมถึงสื่อต่างๆ ของโครงการสะพานร้งจะเป็นประโยชน์ต่อเด็กผู้ป่วยโรคมะเร็ง ตลอดจนคุณพ่อคุณแม่ผู้ปกครอง ทุกท่าน และภาควิชาฯ ยินดีน้อมรับคำติชมจากทุกท่าน เพื่อการพัฒนาสื่อในโครงการสะพานร้งให้เหมาะสม ตรงกับความต้องการของผู้ใช้ยิ่งขึ้น ในโอกาสต่อไป

รองศาสตราจารย์ สุรชัย ประเสริฐสรวย  
ประธานที่ปรึกษาโครงการสะพานร้ง  
ภาควิชาเทคโนโลยีการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

”

# สารบัญ

|  |    |
|--|----|
| บทนำ                                       | 2  |
| รู้จักโรคมะเร็ง                            | 5  |
| เมื่อลูกน้อยถูกตรวจพบว่าเป็นมะเร็ง         | 9  |
| การพูดคุยกับแพทย์                          | 9  |
| คำถามที่ควรถามแพทย์                        | 10 |
| ลูกจะได้รับการรักษาที่ดีที่สุดอย่างไร      | 11 |
| การรักษามาตรฐานและการทดลองทางคลินิกคืออะไร | 12 |
| รักษาที่ใหม่                               | 12 |
| จะบอกลูกยังไงดี                            | 15 |
| ทำไมจึงควรบอกลูก                           | 15 |
| พ่อแม่มีคำถามอะไรบ้าง                      | 15 |
| ควรบอกลูกเมื่อไหร่                         | 16 |
| ใครควรบอกให้ลูกรู้                         | 16 |
| ใครควรอยู่ตรงนั้นด้วย                      | 16 |
| ควรบอกอะไรกับลูกบ้าง                       | 16 |
| แรกเกิดถึง 2 ปี                            | 16 |
| 2 - 7 ปี                                   | 17 |
| 7 - 12 ปี                                  | 17 |
| มากกว่า 12 ปี                              | 17 |
| คำถามที่เด็กมักถามพ่อแม่                   | 17 |
| ทำไมต้องเป็นหนู                            | 18 |
| หนูจะหายดีมั้ย                             | 18 |
| จะเกิดอะไรขึ้นกับหนู                       | 18 |
| หนูสบายดีแล้ว ทำไมต้องกินยา                | 18 |
| รู้จักวิธีการรักษา                         | 22 |
| วิธีการรักษาโรคมะเร็ง                      | 22 |
| การผ่าตัด                                  | 23 |
| ทำยังไงไม่ให้ลูกกลัวการผ่าตัด              | 23 |

|   |    |
|---|----|
| ผลข้างเคียงของการผ่าตัด                     | 24 |
| เด็กและการตัดแขนขา                          | 24 |
| ยาเคมีบำบัด                                 | 25 |
| การให้ยาเคมีบำบัดทางปาก                     | 26 |
| การให้ยาเคมีบำบัดทางหลอดเลือดดำ             | 26 |
| ผลข้างเคียงของยาเคมีบำบัด                   | 27 |
| ผลข้างเคียงระยะยาวของยาเคมีบำบัด            | 31 |
| การฉายรังสี                                 | 31 |
| การฉายรังสีมีผลอย่างไรกับมะเร็ง             | 32 |
| เตรียมพร้อมก่อนฉายรังสี                     | 32 |
| ขณะฉายรังสี                                 | 32 |
| ลดความกลัว                                  | 32 |
| ผลข้างเคียงของการฉายรังสี                   | 32 |
| ผลข้างเคียงระยะยาวของการฉายรังสี            | 35 |
| ภูมิคุ้มกันบำบัด                            | 35 |
| การปลูกถ่ายไขกระดูกและสเต็มเซลล์            | 36 |
| การดูแลผู้ป่วยภายหลังการปลูกถ่าย            | 38 |
| ภาวะแทรกซ้อนจากการปลูกถ่าย                  | 38 |
| ยาสมุนไพรและทางเลือกอื่นในการรักษาโรคมะเร็ง | 39 |

## การตรวจวินิจฉัยโรค 42

---

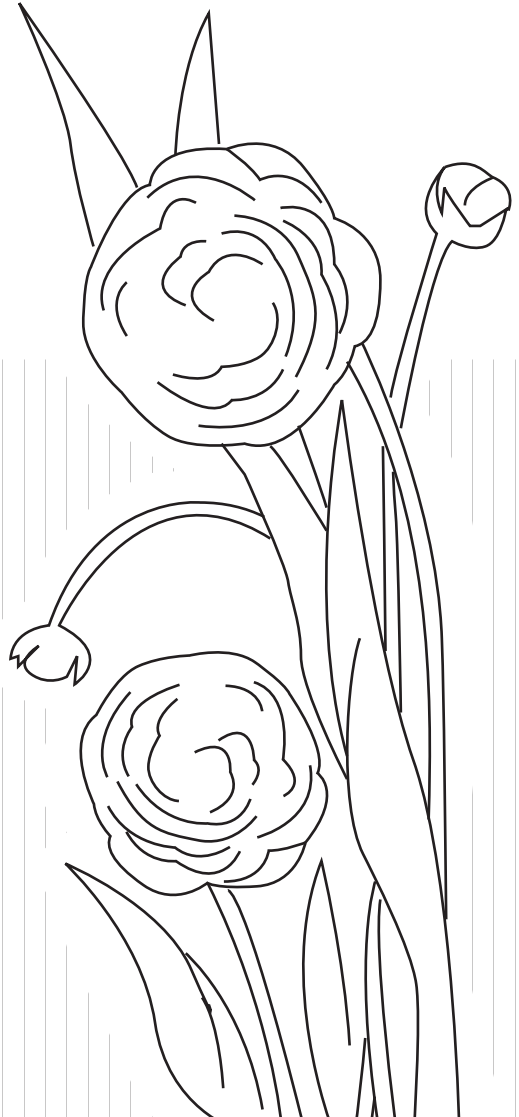
### ปัญหาสุขภาพทั่วไป 49

---

|   |    |
|---|----|
| ความเจ็บปวด                             | 49 |
| จัดการกับความเจ็บปวด                    | 49 |
| รู้ได้หรือไม่ว่าลुकปวดขนาดไหน           | 50 |
| ถ้ายังควบคุมความปวดไม่ได้               | 52 |
| อาหารการกิน                             | 52 |
| การติดเชื้อ                             | 53 |
| การสร้างภูมิคุ้มกัน                     | 54 |
| เลือดออก                                | 54 |
| การถ่ายเลือด                            | 55 |
| การดูแลสุขภาพในช่องปาก                  | 55 |
| การดูแลสุขภาพในช่องปากขณะฉายรังสี       | 55 |
| การดูแลสุขภาพในช่องปากเมื่อเม็ดเลือดต่ำ | 55 |
| การดูแลสุขภาพในช่องปากเมื่อมีแผลในปาก   | 55 |

|                                   |       |
|-----------------------------------|-------|
| ควรรพบแพทย์เมื่อไหร่              | 59    |
| -----                             | ----- |
| คุณจะทำเดินต่อไปในชีวิตอย่างไร    | 63    |
| ชีวิตดำเนินต่อไป                  | 63    |
| การดำเนินชีวิตของเด็กป่วย         | 63    |
| โรงเรียนและเพื่อนร่วมชั้น         | 63    |
| ช่วยเหลือลูกรัก                   | 64    |
| การดำเนินชีวิตของพ่อแม่           | 65    |
| การดำเนินชีวิตของพี่น้อง          | 65    |
| ญาติครอบครัวและเพื่อนสนิท         | 66    |
| ค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษาโรคมะเร็ง | 67    |
| <br>                              |       |
| อนาคตจะเป็นเช่นไร                 | 71    |
| -----                             | ----- |
| การดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง       | 71    |
| <br>                              |       |
| ถ้ามะเร็งรักษาไม่หาย              | 75    |
| -----                             | ----- |

# คำนำ





# คำนำ

## คู่มือพ่อแม่ของเด็กโรคมะเร็งเล่มนี้เป็นแหล่งข้อมูลสาระน่ารู้เกี่ยวกับโรคมะเร็งและการดูแลรักษาลูกทุกระยะของโรคบอกให้คุณพ่อคุณแม่รู้ล่วงหน้าว่าต้องเผชิญกับอะไรบ้างและชี้แนะวิธีการเตรียมรับมือกับทุกสถานการณ์

นอกจากนี้คุณพ่อคุณแม่สามารถใช้คู่มือเล่มนี้เป็นแนวทางในการทำหน้าที่เป็นผู้ที่สนับสนุนและช่วยเหลือลูกอย่างเต็มกำลังความสามารถ คุณพ่อคุณแม่ย่อมรู้จักลูกดีกว่าใครไม่ว่าจะเป็นอุปนิสัยส่วนตัว ปฏิกริยาเวลาลูกกลัวและรับมือสถานการณ์ที่ไม่แน่นอน สิ่งที่ทำให้ลูกหวั่นหรือร้องไห้ให้คุณพ่อคุณแม่รู้ว่าอะไรได้ผลดีที่สุดควรทำอย่างไรหรือพูดอะไรให้ลูกคลายกังวลคุณพ่อคุณแม่รู้ดีกว่าใครและขอให้ระลึกเสมอว่าคุณพ่อคุณแม่เป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญมากของการบำบัดรักษาลูก

คู่มือเล่มนี้ได้รับการตรวจทานโดยผู้เชี่ยวชาญในวงการแพทย์ และที่สำคัญที่สุดโดยพ่อแม่ของเด็กที่ป่วยเป็นโรคมะเร็งถึงแม้ว่าคู่มือนี้ไม่มีคำตอบให้คุณพ่อคุณแม่ทุกเรื่องเกี่ยวกับโรคมะเร็งในเด็กขอให้ถือว่าคู่มือนี้เป็นจุดเริ่มต้นและเราหวังว่าคุณพ่อคุณแม่จะได้รับคำแนะนำให้ไปสืบค้นข้อมูลเพิ่มเติมตามแหล่งต่างๆนอกจากนี้คุณพ่อคุณแม่อาจเผยแพร่คู่มือนี้กับเพื่อนฝูงและญาติพี่น้องที่ห่วงใยตัวคุณพ่อคุณแม่และลูกและอยากรับทราบว่าที่คุณพ่อคุณแม่และลูกต้องเผชิญกับอะไรบ้าง

สาระน่ารู้ในคู่มือเล่มนี้ อาทิ

รู้จักโรคมะเร็งและมะเร็งชนิดต่างๆ

จะได้รับการรักษาที่ดีที่สุดได้อย่างไร

หลักการรักษาโรคมะเร็งและผลข้างเคียง

กระบวนการรักษาทั่วไป

จะบอกลูกอย่างไรดี

วิธีการจัดการกับความรู้สึกของตนเอง ลูกที่เป็นมะเร็ง และผู้อื่นที่เกี่ยวข้อง

ปัญหาสุขภาพที่พบบ่อยทั่วไป

ในปัจจุบัน มีเด็กที่หายขาดจากโรคมะเร็งจำนวนเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ ในช่วง 30 ปีที่ผ่านมา อัตราการรอดชีวิตของผู้ป่วยเด็กที่เติบโตเป็นผู้ใหญ่เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 30 เป็น ร้อยละ 80 ปัจจุบันมียาชนิดใหม่และวิธีการรักษาแบบใหม่ๆที่ช่วยให้เด็กรับมือกับผลข้างเคียงของการรักษาได้ดีขึ้น และในปัจจุบัน เด็กที่เคยเป็นมะเร็งก็มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นเช่นกัน นอกจากนั้นผลข้างเคียงระยะยาวจากการรักษาที่มีน้อยลงอีกด้วยมะเร็งก็ยังมีเป็นโรคที่มีอันตรายร้ายแรงอยู่ดี แต่ก็สามารถรักษาได้ การรักษามะเร็งนั้นทำเป็นทีม ทั้งในโรงเรียนแพทย์ ศูนย์การแพทย์ โรงพยาบาลศูนย์ ซึ่งคุณพ่อคุณแม่สามารถปรึกษา ขอคำแนะนำ ได้ หนังสือเล่มนี้อาจจะช่วยให้คุณนำท่วงท่าที่เกี่ยวกับมารักษาโรคมะเร็งในเด็ก



“

ไม้จันทน์แม่แห้งก็ไม่ทิ้งกลิ่นหอม  
หัสตินทร์กำลงสู่สงครามก็ไม่ทิ้งลีลา  
อ้อยเข้าสู่หีบยนต์ก็ไม่ทิ้งรสหวาน  
บัณฑิตแม่ประสพทุกข์ก็ไม่ทิ้งธรรม

”

# รู้จักโรคมะเร็ง



# มะเร็งคืออะไร

มะเร็งเป็นกลุ่มของโรคที่เกี่ยวพันกันหลายโรคซึ่งมีจุดเริ่มต้นในระดับเซลล์ที่เป็นหน่วยย่อยของร่างกาย เพื่อรู้จักโรคมะเร็งให้ดีขึ้นเราควรรู้ว่าเกิดอะไรขึ้นเมื่อเซลล์ปกติกลายเป็นเซลล์มะเร็ง

ร่างกายประกอบด้วยเซลล์มากมายหลายชนิดปกติเซลล์เจริญเติบโตและแบ่งตัวเพื่อผลิตเซลล์เพิ่มขึ้นเท่าที่ร่างกายต้องการเท่านั้นกระบวนการที่ดำเนินไปอย่างเป็นระเบียบเช่นนี้ช่วยรักษาร่างกายให้มีสุขภาพแข็งแรงแต่บางครั้งการแบ่งเซลล์ก็อาจเกิดขึ้นทั่วทั้งร่างกายไม่มีความจำเป็นต้องมีเซลล์ใหม่ กายที่สุด เซลล์ที่แบ่งตัวเพิ่มเหล่านี้กลายเป็นก้อนเนื้อเยื่อที่เรียกว่า 'เนื้องอก' (tumor)

เนื้องอก อาจเป็นก้อนเนื้อที่ไม่ร้ายแรง (benign) หรืออาจเป็นก้อนเนื้อร้าย (malignant)

- **ก้อนเนื้อที่ไม่ร้ายแรง (benign tumor)** มีไขมันมะเร็งแพทย์สามารถผ่าตัดเอาก้อนเนื้อชนิดนี้ออกไปและส่วนใหญ่มักไม่เกิดซ้ำเซลล์จากก้อนเนื้อที่ไม่อันตรายไม่สามารถแพร่กระจายไปยังส่วนอื่นของร่างกายและที่สำคัญมักไม่เป็นอันตรายถึงชีวิต

- **ก้อนเนื้อร้าย (malignant tumor)** เป็นมะเร็ง เซลล์ในเนื้องอกชนิดนี้มีลักษณะผิดปกติและการแบ่งเซลล์ไม่สามารถควบคุมได้หรือแพร่กระจายอย่างไม่เป็นระเบียบ ก้อนเนื้อชนิดนี้สามารถรุกรานและสร้างความเสียหายกับเนื้อเยื่อและอวัยวะใกล้เคียง นอกจากนี้เซลล์มะเร็งยังสามารถกระจายจากก้อนเนื้อร้ายเข้าไปในกระแสเลือดหรือระบบน้ำเหลืองได้ อีกด้วยด้วยเหตุนี้ มะเร็งจึงกระจายออกจากจุดแรกที่เซลล์มะเร็งเริ่มก่อตัวและทำให้เกิดเป็นก้อนเนื้อร้ายก้อนใหม่ในอวัยวะส่วนอื่น มะเร็งที่สามารถแพร่กระจายได้เรียกว่า metastatic cancer มะเร็งส่วนใหญ่มีชื่อเรียกต่างกันตามอวัยวะหรือประเภทของเซลล์ที่เป็นจุดกำเนิดของก้อนเนื้อร้าย เมื่อมะเร็งแพร่กระจายในร่างกาย เซลล์มะเร็งมักถูกตรวจพบบริเวณต่อมน้ำเหลืองใกล้เคียง ถ้ามะเร็งกระจายไปถึงต่อมน้ำเหลืองเหล่านี้ได้ ก็หมายความว่าเซลล์มะเร็งอาจกระจาย

มะเร็งส่วนใหญ่มีชื่อเรียกต่างกันตามอวัยวะหรือประเภทของเซลล์ที่เป็นจุดกำเนิดของก้อนเนื้อร้าย เมื่อมะเร็งแพร่กระจายในร่างกาย เซลล์มะเร็งมักถูกตรวจพบบริเวณต่อมน้ำเหลืองใกล้เคียง ถ้ามะเร็งกระจายไปถึงต่อมน้ำเหลืองเหล่านี้ได้ ก็หมายความว่าเซลล์มะเร็งอาจกระจายไปยังอวัยวะอื่นแล้ว เช่น ตับ กระดูก หรือสมอง เมื่อมะเร็งกระจายจากจุดแรกที่ตรวจพบก้อนเนื้อร้ายไปยังส่วนอื่นของร่างกาย เนื้องอกใหม่จะมีเซลล์ผิดปกติชนิดเดียวกันและมีชื่อเรียกเหมือนกับเนื้องอกที่ตรวจพบก่อนหน้านี้ ตัวอย่างเช่น ถ้ามะเร็งปอดกระจายไปยังสมอง แท้จริงแล้วเซลล์มะเร็งในสมองก็คือเซลล์มะเร็งปอดและแพทย์จึงเรียกโรคดังกล่าวว่ามะเร็งปอดที่แพร่กระจาย (metastatic lung cancer) ไม่ใช่มะเร็งสมอง

เด็กๆ สามารถเป็นมะเร็งในส่วนต่างๆ ของร่างกายเหมือนผู้ใหญ่ทุกประการ แต่มะเร็งบางชนิดพบในเด็กบ่อยกว่า มะเร็งเม็ดเลือดขาว หรือ ลิวคีเมีย (leukemia) เป็นชนิดของมะเร็งในเด็กที่พบบ่อยที่สุด ลิวคีเมียที่เป็นมะเร็งของเม็ดเลือดเริ่มก่อตัวในไขกระดูก (bonemal) ซึ่งเป็นอวัยวะที่มีลักษณะเหมือนฟองน้ำในโพรงกระดูกและทำหน้าที่สร้างเซลล์เม็ดเลือด ส่วนมะเร็งชนิดอื่นที่พบบ่อยในเด็ก ได้แก่ เนื้องอกในสมอง มะเร็งต่อมน้ำเหลือง

(lymphoma) มะเร็งต่อมน้ำเหลืองชนิดฮอดจ์กิน (Hodgkin's disease) มะเร็งไตชนิดวิล์มส์ (Wilm's tumor) มะเร็งต่อมหมวกไต (neuroblastoma) มะเร็งกระดูก (osteogenic sarcoma) มะเร็งกระดูกชนิดอีวิง (Ewing's sarcoma) มะเร็งลูกตา (retinoblastoma) มะเร็งกล้ามเนื้อลาย (rhabdomyosarcoma) และมะเร็งตับ (hepatoblastoma)

โรคมะเร็งในเด็กมีพัฒนาการของโรควิธีการรักษาหรือการตอบสนองต่อการรักษาที่ไม่เหมือนกับมะเร็งในผู้ใหญ่ ข้อมูลเรื่องมะเร็งในผู้ใหญ่จะไม่ช่วยให้คุณพ่อคุณแม่เข้าใจการพยากรณ์โรคของลูกโรคมะเร็งในเด็กอาจเกิดขึ้นอย่างเฉียบพลันโดยไม่มีการแสดงอาการในระยะแรกแต่ก็มีอัตราการรักษาให้หายขาดได้มาก



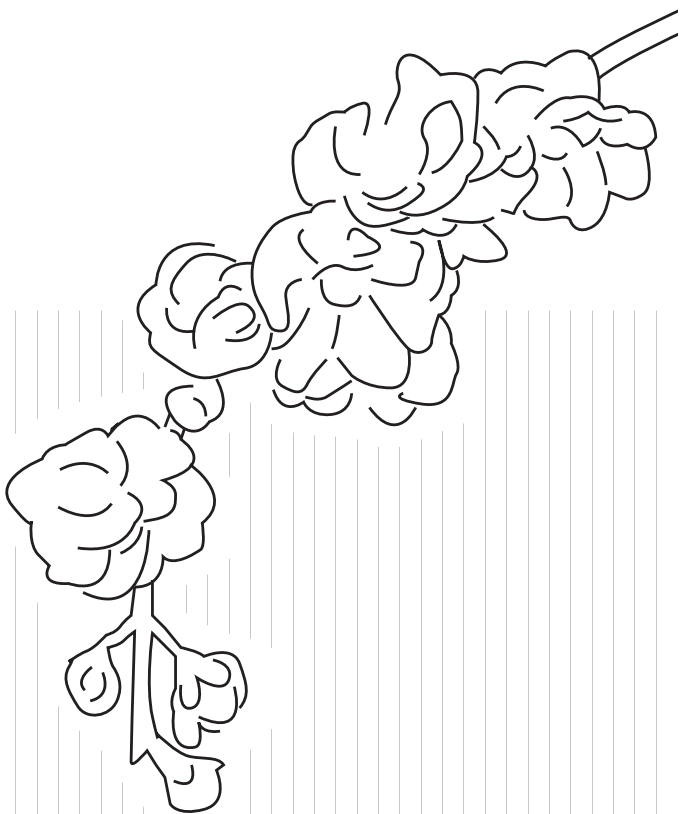
“

สิ่งทั้งหลาย  
มีใจเป็นหัวหน้า  
มีใจเป็นใหญ่  
สำคัญที่ใจ  
สำเร็จมาจากใจ  
ถ้าบุคคลมีใจดี  
การกระทำและการพูด  
ก็ย่อมดีไปด้วย

(ขุททกนิกาย ธรรมบท ยมกวรรค ๑ มัญจกุนทลิวัตถุ)

”

เมื่อลูกน้อยถูกตรวจพบว่าเป็นมะเร็ง



# เมื่อลูกน้อยถูกตรวจพบว่าเป็นมะเร็ง

หลังจากตรวจพบว่าลูกน้อยเป็นมะเร็งเด็กจะได้รับการตรวจหลายอย่างเพื่อให้ชี้ชัดว่าเป็นมะเร็งชนิดใดแน่เป็นมากหรือเป็นน้อยการแพร่กระจายไปที่ใดบ้าง ซึ่งพวกหมอเรียกกันว่า ‘staging’ แปลกันว่า ‘ระยะของโรค’

การตรวจต่าง ๆ จะสามารถบ่งชี้ปริมาณของมะเร็งที่แฝงอยู่ในร่างกายและตำแหน่งของก้อนเนื้อร้ายเพื่อตัดสินใจว่าเนื้องอกอยู่ในระยะใดแพทย์จะตรวจขนาดของก้อนเนื้อและต่อมน้ำเหลืองที่พบเซลล์มะเร็งและบริเวณที่เซลล์มะเร็งแพร่กระจาย ส่วนการตัดสินใจว่าลิควิดีเมียมอยู่ในระยะใดแพทย์จะตรวจไขกระดูก ตับ ม้าม และต่อมน้ำเหลืองบริเวณที่ลิควิดีเมียมอาจหลบอยู่ แพทย์จำเป็นต้องระบุระยะของโรคเพื่อใช้เป็นข้อมูลในการพิจารณาเลือกวิธีการรักษาที่เหมาะสมที่สุด มีการตรวจวินิจฉัยหลายอย่างที่สามารถบ่งชี้ระยะของโรคได้ เช่น เอกซเรย์ การตรวจด้วยคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า (MRI) และเอกซเรย์คอมพิวเตอร์ (CT หรือ CAT scan) ฯลฯ

ทันทีที่สงสัยว่าลูกน้อยเป็นมะเร็งหรือถูกตรวจพบว่าเป็นมะเร็งคุณพ่อคุณแม่จะต้องตัดสินใจว่าใครจะเป็นผู้เชี่ยวชาญที่รักษาลูกใครจะเป็นผู้ตรวจวินิจฉัยซ้ำในกรณีที่คุณพ่อคุณแม่ต้องการหรือการวินิจฉัยไม่ชัดเจน) และวิธีการรักษาที่ดีที่สุดควรเป็นอย่างไร หลังจากบ่งชี้ระยะของโรคได้แล้วแพทย์ผู้ให้การรักษากำหนดแผนการรักษาที่แจ่มแจ้งข้อมูลวิธีการรักษาอย่างละเอียดความถี่ในการเข้ารับการรักษาและการรักษากินเวลานานแค่ไหน

## การพูดคุยกับแพทย์

แพทย์ผู้รักษาลูกจะแจ้งรายละเอียดเกี่ยวกับชนิดของมะเร็งและทางเลือกในการรักษาต่างๆ คุณพ่อคุณแม่ควรขอให้แพทย์อธิบายทางเลือกในการรักษาให้ชัดเจน คุณพ่อคุณแม่จำเป็นต้องมีส่วนร่วมในกระบวนการรักษาเพื่อช่วยเหลือลูกในการต่อสู้กับมะเร็งวิธีหนึ่งที่คุณพ่อคุณแม่สามารถมีส่วนร่วมได้คือการซักถามคุณพ่อคุณแม่อาจพบว่าการตั้งสมมติเพื่อฟังสิ่งที่แพทย์บอกคุณพ่อคุณแม่ การพยายามจดจำคำถามทุกข้อที่อยากถามหรือการพยายามจดจำทุกอย่างที่แพทย์ตอบไม่ใช่เรื่องง่ายเลย

ต่อไปนี้เป็นคำแนะนำสำหรับการสนทนากับแพทย์ผู้รักษาลูก

เขียนคำถามไว้ในสมุดบันทึกและนำสมุดเล่มนี้ติดตัวไปด้วยในวันนัดพบแพทย์ จดบันทึกคำตอบและข้อมูลสำคัญๆ ในสมุดเล่มนี้ [แพทย์ไทยไม่ยอมรับวิธีนี้] ขอให้เพื่อนหรือญาติสนิทมาเป็นเพื่อนในวันนัดพบแพทย์เพื่อนหรือญาติของคุณพ่อคุณแม่สามารถช่วยซักถามและจดจำคำตอบ



## คำถามที่ควรถามแพทย์

เมื่อแพทย์ผู้รักษาให้ข้อมูลเกี่ยวกับมะเร็งที่ลูกเป็นคุณพ่อคุณแม่ควรถามทุกอย่างได้ ไม่หมดแน่นอนแต่นั้นก็เป็นเรื่องธรรมดาที่มีข้อมูลที่ต่อรู้เยอะมากและแม้ว่าคุณพ่อคุณแม่พยายามข่มใจแล้วบางครั้งบางคราวก็อดเวทนาลูกไม่ได้ขอแนะนำให้คุณพ่อคุณแม่ใช้ทั้งสองวิธีที่กล่าวไปแล้วได้แก่เขียนและขอให้เพื่อนช่วยข้อมูลเหล่านี้จะช่วยให้คุณพ่อคุณแม่ทำหน้าที่เป็นส่วนหนึ่งของทีมลูกได้อย่างยอดเยี่ยม ที่คุณพ่อคุณแม่จะต้องหาคำตอบของคำถามต่อไปนี้

### การวินิจฉัย

- ลูกเป็นโรคมะเร็งชนิดใด
- ระยะของโรคหรือขอบเขตการแพร่กระจายของโรคเป็นอย่างไร
- ยังมีการตรวจวินิจฉัยอะไรอีกบ้าง การตรวจจะทำให้ลูกเจ็บตัวบ้างไหม? ต้องตรวจบ่อยแค่ไหน

### ทางเลือกในการรักษา

- ทางเลือกในการรักษามีอะไรบ้าง
- หมอแนะนำวิธีการรักษาแบบไหนสำหรับลูก เพราะเหตุใด
- การทดลองทางคลินิก(หรือclinicaltrial) ที่เป็นการศึกษาวิจัยที่ออกแบบอย่างพิถีพิถันเพื่อทดสอบวิธีการรักษาแผนใหม่) จะเหมาะกับลูกหรือไม่
- โอกาสที่การรักษาจะได้ผลดีมีมากน้อยแค่ไหน
- ลูกควรไปรักษาที่ไหน ที่นั้นมีทีมผู้เชี่ยวชาญที่ผ่านการอบรมหลักสูตรกุมารเวชศาสตร์ เช่น ศัลยแพทย์ รังสีแพทย์ พยาบาล วิชาญญแพทย์ ฯลฯ หรือไม่

### การบำบัดรักษา

- การรักษาระกิ้นเวลานานแค่ไหน
- กำหนดเวลาการรักษาเป็นอย่างไร
- ควรสอบถามใครเรื่องค่าใช้จ่าย ประกัน ฯลฯ
- การรักษาระทำให้ลูกขาดเรียนหรือไม่
- ผลข้างเคียงของการรักษา
- ผลข้างเคียงทันทีหลังเข้ารับการรักษาและภายหลังอาจมีอะไรบ้าง
- มีวิธีการใดที่จะช่วยบรรเทาผลข้างเคียง

### โรงพยาบาล/ศูนย์มะเร็ง

- ลูกจะต้องพักรักษาตัวในโรงพยาบาลนานแค่ไหน
- สามารถรักษาเองที่บ้านได้หรือไม่ จำเป็นต้องใช้อุปกรณ์พิเศษอะไรบ้าง
- พ่อแม่นอนค้างคืนที่โรงพยาบาลได้หรือไม่

### โรงเรียนและกิจกรรมอื่น

- ลูกจะกลับไปเรียนหนังสือได้เมื่อไหร่

- มีโรคบางชนิดที่ต้องหลีกเลี่ยงเป็นพิเศษไหม
- ควรให้วัคซีนป้องกันโรคกับลูกและพี่น้องคนอื่นหรือไม่
- มีข้อมูลอะไรบ้างที่โรงเรียนควรทราบเกี่ยวกับการดูแลลูกเป็นพิเศษในขณะที่รักษา

## ลูกจะได้รับการรักษาที่ดีที่สุดอย่างไร

ก่อนเริ่มการรักษาคุณพ่อคุณแม่ควรจะได้เลือกแพทย์และโรงพยาบาลที่คุณพ่อคุณแม่ไว้วางใจที่จะรักษามะเร็งของลูก

### ใครควรเป็นผู้ให้การดูแลรักษา

เด็กที่เป็นมะเร็งควรได้รับการดูแลรักษาโดยกุมารแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านโรคเลือดและมะเร็งในเด็กคุณหมอเหล่านี้ได้รับการฝึกอบรมโดยเฉพาะเรื่องมะเร็งเป็นพิเศษในประเทศไทยมีกุมารแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านมะเร็งเด็กอยู่ประมาณ 50 ท่าน ในสถานพยาบาล 25 แห่ง คือ

- โรงพยาบาลศิริราช
- โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
- โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า
- โรงพยาบาลรามารินทร์
- สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี
- โรงพยาบาลวชิระ
- โรงพยาบาลนพรัตนราชธานี
- โรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิม-
- พระเกียรติปทุมธานี
- โรงพยาบาลนครปฐม
- โรงพยาบาลราชบุรี
- โรงพยาบาลชลบุรี
- โรงพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี
- โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่
- โรงพยาบาลเชียงใหม่ระยอง
- โรงพยาบาลพุทธชินราช พิษณุโลก
- โรงพยาบาลศูนย์ลำปาง
- โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ นครสวรรค์
- โรงพยาบาลอุตรดิตถ์
- โรงพยาบาลศรีนครินทร์ ขอนแก่น
- โรงพยาบาลศูนย์ขอนแก่น
- โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา
- โรงพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ อุบลราชธานี
- โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี
- โรงพยาบาลสงขลานครินทร์ สงขลา

เมื่อคุณพ่อคุณแม่เลือกแพทย์ที่จะรักษาและพูดคุยกับแพทย์เรื่องการวินิจฉัยและแผนการรักษาแล้วแต่ก่อนที่จะเริ่มรักษาค้นคุณพ่อคุณแม่อาจอยากได้รับฟังผลการวินิจฉัยและแผนการรักษาจากแพทย์อีกคนหนึ่งคุณพ่อคุณแม่อาจตัดสินใจปรึกษาแพทย์อีกคนหนึ่งระหว่างการรักษาก็เป็นได้หากการรักษายังไม่ได้ผลถึงที่หวังไว้โดยมากแพทย์มักสนับสนุนให้คุณพ่อคุณแม่พบแพทย์อีกคนหนึ่งเพื่อตรวจซ้ำและแพทย์หลายคนอาจแนะนำให้คุณพ่อคุณแม่ทำเช่นนั้นด้วยซ้ำ

ในการพิจารณาเลือกแพทย์ผู้เชี่ยวชาญให้ความเห็นคุณพ่อคุณแม่อาจขอให้แพทย์ผู้รักษาแนะนำแพทย์คนอื่นที่รู้จักหรือคุณพ่อคุณแม่อาจได้รายชื่อกุมารแพทย์ที่เป็นผู้เชี่ยวชาญทางโรคเลือดและมะเร็งจากสมาคมโลหิตวิทยาแห่งประเทศไทยโรงพยาบาลหรือคณะแพทยศาสตร์

## การรักษามาตรฐานและการทดลองทางคลินิกคืออะไร

แพทย์ผู้รักษาลูกอาจแนะนำการรักษามาตรฐาน (standard therapy) หรือการทดลองทางคลินิก (clinical trial) การรักษามาตรฐานเป็นสูตรบำบัดที่เป็นที่ยอมรับกันมากที่สุดสำหรับโรคมะเร็งแต่ละชนิดแต่ละระยะของโรค

การทดลองทางคลินิกเพื่อรักษาโรคมะเร็งเป็นงานวิจัยอย่างหนึ่งในการทดลองทางคลินิกสูตรบำบัดแผนใหม่ถูกนำมาใช้กับกลุ่มผู้ป่วยเพื่อพิสูจน์ว่าสูตรบำบัดนี้

- ปลอดภัย
- กำจัดมะเร็งได้
- มีผลข้างเคียงอะไรบ้าง และผลข้างเคียงรุนแรงแค่ไหน
- ดีกว่าการรักษามาตรฐาน

ในระยะแรกสูตรบำบัดแผนใหม่เหล่านี้ต้องผ่านการทดลองในห้องปฏิบัติการและทดสอบกับสัตว์ทดลองเสียก่อนถ้าพบว่าสูตรบำบัดนี้อาจดีกว่าการรักษามาตรฐานแพทย์จึงจะทดสอบสูตรบำบัดแผนใหม่กับผู้ป่วยในการทดลองทางคลินิกการทดลองทางคลินิกส่วนใหญ่แบ่งเป็นระยะๆ แต่ละระยะสามารถไขข้อข้องใจเกี่ยวกับการรักษา ผู้ป่วยอาจเข้าร่วมในระยะต่างๆ ของงานวิจัยแบบนี้ โดยเดือนไขขึ้นอยู่กับสภาพทั่วไปของผู้ป่วย ชนิดและระยะของโรคมะเร็ง การทดลองทางคลินิกระยะที่ 1 ทดสอบสูตรบำบัดแผนใหม่ในมนุษย์เพื่อมองว่า การรักษาสามารถกระทำได้อย่างปลอดภัยและมีผลข้างเคียงที่เป็นอันตรายหรือไม่ นักวิจัยจะพยายามบ่งชี้ขนาดยาและวิธีการรักษาที่ดีที่สุดเนื่องจากในระยะที่ 1 มีข้อมูลเกี่ยวกับความเสี่ยงและประโยชน์น้อยกว่าระยะอื่น ปกติงานวิจัยแบบนี้จึงไม่ใช้ผู้ป่วยจำนวนมากและจะแนะนำเมื่อวิธีการรักษาอย่างอื่นไม่สามารถช่วยผู้ป่วยเหล่านี้ให้หายได้อีกแล้ว การทดลองทางคลินิกระยะที่ 2 มุ่งเน้นที่จะศึกษาว่าสูตรบำบัดแผนใหม่มีผลต้านมะเร็งหรือไม่ เช่นเดียวกับในระยะที่ 1 ระยะที่ 2 เกี่ยวข้องกับผู้ป่วยจำนวนเพียงเล็กน้อยเนื่องจากยิวขาดข้อมูลเกี่ยวกับความเสี่ยงและข้อมูลอื่น การทดลองทางคลินิกระยะที่ 3 เป็นการวิจัยเพื่อเปรียบเทียบผลการรักษา กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับจากสูตรบำบัดแผนใหม่และสูตรบำบัดมาตรฐาน ส่วนใหญ่การทดลองจะเข้าสู่ระยะที่ 3 ต่อเมื่อผลการวิจัยในระยะที่ 1 และ 2 มีแนวโน้มที่ดีเท่านั้น การศึกษาระยะที่ 3 อาจมีผู้ป่วยหลายร้อยคนจากทั่วประเทศหรือทั่วโลกเข้าร่วมการวิจัย การทดลองทางคลินิกระยะที่ 4 เป็นการวิจัยเพื่อประเมินผลข้างเคียงของสูตรบำบัดแผนใหม่หลังจากได้รับการอนุมัติแล้ว และกำลังวางตลาด ทั้งนี้ เนื่องจากผลการวิจัยในระยะที่ 3 ผลข้างเคียงอาจยังไม่ชัดเจน ในระยะนี้ผู้ป่วยที่เข้าร่วมในการทดลองอาจเพิ่มจำนวนเป็นหลายพันคนการทดลองทางคลินิกมีบทบาทที่สำคัญในการคิดค้นสูตรบำบัดใหม่ที่ดีกว่าเดิม ซึ่งจะกลายเป็นการรักษามาตรฐานในอนาคต ประมาณ 1 ใน 3 ของเด็กที่ป่วยเป็นมะเร็งได้รับการรักษาในการทดลองทางคลินิก

## รักษาที่โหนด

หลังจากแพทย์วางแผนการรักษาแล้ว คุณพ่อคุณแม่ต้องตัดสินใจว่าลูกควรไปรักษาตัวที่ไหนการรักษาเด็กแตกต่างจากผู้ใหญ่โดยสิ้นเชิงถ้าเป็นไปได้ทางเลือกที่ดีที่สุดสำหรับลูกคือเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลหรือศูนย์มะเร็งที่มีประสบการณ์รักษามะเร็งในเด็กจำนวนมาก การเลือกโรงพยาบาลและแพทย์ที่เชี่ยวชาญโรคมะเร็งในเด็กจะช่วยให้อายุขัยของคุณพ่อคุณแม่ได้รับการดูแลรักษาที่ดีที่สุดตั้งแต่นั้น



“

ผู้เข้าถึงธรรม ไม่เศร้าโศกถึงสิ่งที่ล่วงแล้ว  
ไม่ฝันเพื่อถึงสิ่งที่ยังมาไม่ถึง ดำรงอยู่กับปัจจุบัน  
สัจจะประทีประประนี ทำจิตใจให้ผ่องใสไว้เสมอ

”

# จะบอกลูกยังไงดี



# จะบอกลูกอย่างไรดี

คำถามแรกที่คุณพ่อคุณแม่อาจถามคือ “เราควรบอกลูกเรื่องโรคมะเร็งไหม” คุณพ่อคุณแม่อาจอยากปกป้องลูก แต่ปกติเด็กๆ สามารถรับรู้ได้เมื่อมีอะไรผิดปกติ ลูกอาจรู้สึกไม่สบาย ไปหาหมอบ่อยๆ และเคยถูกตรวจบางอย่างแล้ว ลูกอาจสังเกตว่าคุณพ่อคุณแม่ไม่ค่อยสบายใจ ไม่ว่าคุณพ่อคุณแม่พยายามปกปิดข้อมูลเกี่ยวกับการเจ็บป่วยและการรักษาเพื่อไม่ให้ลูกล่วงรู้ความจริงมากเพียงใด

ท้ายที่สุด คนอื่น เช่น สมาชิกในครอบครัว เพื่อน พยาบาลที่โรงพยาบาล อาจหลุดปากพูดบางสิ่งบางอย่างที่ทำให้ลูกรู้เรื่องมะเร็งก็เป็นได้ นอกจากนี้ หากลูกรู้ว่าคุณพ่อคุณแม่ไม่พูดความจริง เขาจะไม่ชอบใจแน่ เด็ก ๆ อาจฟังคำตอบที่ตรงไป ตรงมาจากปากของคุณพ่อคุณแม่มากกว่า

## ทำไมจึงควรบอกลูก

การบอกลูกเรื่องโรคมะเร็งเป็นเรื่องส่วนตัวของแต่ละครอบครัว และความเชื่อในครอบครัว ความเชื่อทางวัฒนธรรมหรือศาสนาที่มีส่วนสำคัญในการเปิดเผยเรื่องนี้ด้วย คุณพ่อคุณแม่จำเป็นต้องพูดเรื่องนี้อย่างเปิดเผยและตรงไปตรงมากับลูก เพราะว่าเด็กที่ไม่ได้รับรู้เรื่องความเจ็บป่วยของตนเองจากปากของผู้ใหญ่มักคิดไปเองต่างๆ นานา ซึ่งส่วนใหญ่ไม่ใช้ความจริงเลย ตัวอย่างเช่น เด็กอาจคิดว่าเขาเป็นมะเร็งเพราะถูกลงโทษที่ได้ทำผิดบางอย่าง แพทย์ก็เห็นพ้องกันว่า การบอกความจริงกับเด็กว่าเขาป่วยเป็นอะไร สามารถทำให้เด็กรู้สึกเครียดและรู้สึกผิดน้อยลง นอกจากนี้ มีแนวโน้มว่าเด็กที่ทราบความจริงจะร่วมมือในการรักษามากกว่า และท้ายที่สุด การสนทนาเรื่องโรคมะเร็งมักทำให้ทุกคนในครอบครัวใกล้ชิดกันมากขึ้นและทำให้การต่อสู้กับมะเร็งกลายเป็นเรื่องที่ยง่ายขึ้นสำหรับทุกคน

## พ่อแม่มีคำถามอะไรบ้าง

พ่อแม่มีคำถามมากมายเกี่ยวกับการพูดกับลูกเรื่องผลการวินิจฉัย บางทีคุณพ่อคุณแม่ก็อาจเคยตามตัวเองบางข้อแล้ว

## ควรบอกลูกเมื่อไหร่

เมื่อจากคุณพ่อคุณแม่อาจเป็นผู้ที่รู้จักบุคลิกและอารมณ์ของลูกได้ดีกว่าใคร คุณพ่อคุณแม่ก็น่าจะเป็นผู้ที่ตัดสินใจได้ดีที่สุดว่าควรบอกลูกตอนไหน อย่างไรก็ดี อยากให้คุณพ่อคุณแม่ระลึกว่าลูกคงรู้แต่แรกแล้วว่าอะไรผิดปกติในตัวเขา ฉะนั้น คุณพ่อคุณแม่อาจตัดสินใจบอกลูกทันทีหลังทราบผลการวินิจฉัย ความจริงพ่อแม่ส่วนใหญ่ยอมรับว่าการบอกเด็กตอนนั้นง่ายที่สุด

การรอคอยอีกหลายวันหรือหลายสัปดาห์อาจส่งผลให้เด็กมีเวลาคิดฟุ้งซ่านถึงสิ่งที่เลวร้ายกว่าความเป็นจริงซึ่งอาจกลายเป็นความกลัวที่ขจัดได้ยากในภายหลังก่อนเริ่มการรักษาจะทำให้อะไรๆ ง่ายกว่าสำหรับลูก

## ใครควรบอกให้ลูกรู้

คำตอบข้อนี้เป็นเรื่องส่วนตัวของแต่ละครอบครัว ในฐานะพ่อแม่ คุณพ่อคุณแม่อาจรู้สึกว่าจะดีที่สุดถ้าคุณพ่อคุณแม่เป็นคนบอกลูก อย่างไรก็ตาม พ่อแม่บางคนอาจรู้สึกปวดร้าวเกินไปที่จะทำเช่นนั้น สมาชิกคนอื่นในครอบครัวหรือแพทย์อาจช่วยคุณพ่อคุณแม่ในเรื่องนี้ได้ พวกเขาอาจบอกเด็กแทนคุณพ่อคุณแม่หรือช่วยอธิบายเรื่องการเจ็บป่วย

การคิดไว้ก่อนว่าจะพูดอะไรอย่างไรจะช่วยทำให้คุณพ่อคุณแม่ผ่อนคลายมากขึ้น แต่คุณพ่อคุณแม่จะตัดสินใจอย่างไรว่าจะพูดอะไรออกไปบ้าง ครอบครัวและเพื่อนสนิท แพทย์ผู้รักษาพ่อแม่ของเด็กคนอื่นที่เป็นมะเร็ง หรือพระสงฆ์อาจช่วยแนะนำความคิดดีๆ

## ใครควรอยู่ตรงนั้นด้วย

ลูกจำเป็นต้องได้รับความรักและกำลังใจเมื่อรับฟังผลการตรวจ ถึงแม้ว่าแพทย์เป็นผู้อธิบายเกี่ยวกับการเจ็บป่วย คนที่ลูกเชื่อใจและเอาใจใส่ดูแลอย่างใกล้ชิดควรอยู่ตรงนั้นด้วย การให้กำลังใจจากสมาชิกคนอื่นในครอบครัวในขณะนั้นก็เป็นประโยชน์มากเช่นกัน

## ควรบอกอะไรกับลูกบ้าง

ส่วนประเด็นที่ว่าควรบอกให้ลูกรู้ข้อมูลมากน้อยแค่ไหนและควรบอกอย่างไรขึ้นอยู่กับอายุและความสามารถในการเข้าใจเรื่องต่างๆ ของลูก ปกติการพูดอย่างอ่อนโยน เปิดเผย และตรงไปตรงมาเป็นวิธีที่ดีที่สุด

หัวข้อต่อไปนี้อธิบายถึงระดับความเข้าใจของเด็กในแต่ละวัย คำแนะนำเหล่านี้เป็นเพียงแนวทางกว้างๆ เท่านั้นเพราะเด็กแต่ละคนย่อมแตกต่างกัน ลูกอาจตรงกับลักษณะของหลายช่วงอายุ หรืออาจไม่ตรงเลยก็เป็นได้

## เด็กทารก ระหว่างแรกเกิดถึง 2 ปี

เด็กอายุน้อยขนาดนี้ไม่เข้าใจเรื่องโรคมะเร็งแน่ เขาเข้าใจสิ่งที่มองเห็นและสัมผัสได้เท่านั้นสิ่งที่ทำให้กังวลใจมากที่สุดคือสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นในขณะนั้น โดยเฉพาะเวลาอยู่ห่างจากพ่อแม่

หลังจากอายุครบหนึ่งขวบ เขาเริ่มคำนึงถึงความรู้สึกเกี่ยวกับสิ่งต่างๆ และคิดหาวิธีควบคุมสิ่งที่อยู่รอบตัว เด็กเล็ก ๆ จะกลัวการตรวจทางการแพทย์มากที่สุด หลายคนร้องไห้ วิงหนี หรือดิ้นไปมาเพื่อพยายามควบคุมสิ่งที่เกิดขึ้น

ด้วยเหตุที่ว่าเด็กเริ่มคิดและเข้าใจสิ่งที่เกิดขึ้นรอบตัว ความจริงใจเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดพยายามอธิบายอย่างตรงไปตรงมาเกี่ยวกับการไปโรงพยาบาลและการตรวจที่อาจทำให้เจ็บตัว แทนที่คุณพ่อคุณแม่จะบอกว่าจะฉีดยาไม่เจ็บ ซึ่งไม่จริง เราอาจบอกลูกว่าเข็มฉีดยาจะทำให้เจ็บเพียงแป๊บเดียว และถ้าจะร้องไห้ เราก็คงไม่ว่าอะไรเขา ความจริงใจทำให้ลูกรู้สึกว่าคุณพ่อคุณแม่เข้าใจเขาและยอมรับในความรู้สึกของเขา สิ่งนี้ช่วยทำให้ลูกเชื่อใจคุณพ่อคุณแม่

ถ้าเป็นไปได้ ควรพยายามให้ลูกเป็นคนเลือกเอง เช่น ถ้าลูกต้องกินยา อาจถามลูกว่า อยากให้ผสมยาในน้ำส้มหรือน้ำเปล่า เป็นต้น

## เด็กเล็ก อายุ 2 - 7 ปี

ในวัยนี้ เด็กสามารถเชื่อมโยงเหตุการณ์กับสิ่งหนึ่งสิ่งใดได้เช่น เขาสามารถเชื่อมโยงระหว่างการป่วยไข้และเหตุการณ์ได้ ยกตัวอย่าง นอนชมอยู่บนเตียงหรือกินซูปไก่ เด็กในวัยนี้มักคิดว่าความเจ็บป่วยเกิดจากการกระทำบางอย่าง ดังนั้น การหายป่วยจะเกิดขึ้นได้ถ้าเขาปฏิบัติตามกฎเกณฑ์บางอย่าง

แนวทางต่อไปนี้อาจช่วยคุณพ่อคุณแม่ได้เวลาพูดคุยกับเด็กในวัยนี้ อธิบายว่าการรักษาเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อทำให้ความเจ็บปวดหายไปหรือรู้สึกสบายขึ้นและสามารถเล่นได้โดยไมเหนื่อย อธิบายว่าความเจ็บป่วยหรือการรักษาไม่ใช่การลงโทษที่เขาได้ทำอะไรผิด พูดผิด หรือคิดอะไรไม่ดี อธิบายเกี่ยวกับการตรวจและการรักษาอย่างตรงไปตรงมา พร่ำบอกเด็กว่าทุกสิ่งทุกอย่างล้วนนำไปเพื่อทำดีมาเร็วและช่วยให้เขาหายดี

เวลาพูดถึงการเจ็บป่วย พยายามใช้คำพูดที่เข้าใจง่าย ตัวอย่างเช่นอุปมาว่าการเป็นมะเร็งเหมือนกับการต่อสู้ระหว่างเซลล์ดีกับเซลล์ร้าย การรักษามะเร็งช่วยให้เซลล์ดีแข็งแรงขึ้นเพื่อปราบเซลล์ร้ายให้สิ้นซาก

## เด็กโต อายุ 7 - 12 ปี

เด็กอายุ 7-12 ปีเริ่มเข้าใจความเชื่อมโยงระหว่างสิ่งต่างๆ และเหตุการณ์ ตัวอย่างเช่น เขามองการเจ็บป่วยว่าเป็นอาการอย่างหนึ่ง ไม่เชื่อว่าการเจ็บป่วยเกิดขึ้นจากสิ่งที่เขาทำ เขาไว้วางใจสบายขึ้นได้ก็ต่อถินยาและทำตามทีหมอสั่ง และสามารถให้ความร่วมมือในการรักษา

เวลาอธิบายเกี่ยวกับมะเร็ง คุณพ่อคุณแม่สามารถให้รายละเอียดเพิ่มขึ้นได้ แต่คุณควรยังคงเชื่อมโยงเรื่องราวกับสถานการณ์ที่ลูกคุ้นเคย คุณอาจเล่าว่าร่างกายประกอบด้วยเซลล์ชนิดต่างๆ และเซลล์เหล่านี้ล้วนมีหน้าที่ต่างกัน เช่นเดียวกับคนเรา เซลล์เหล่านี้ต้องทำงานร่วมกันเพื่อให้งานเสร็จเรียบร้อย คุณอาจอธิบายว่าเซลล์มะเร็งเป็น “พวกเกเร” ที่ขัดขวางการทำงานของเซลล์ดี การรักษามะเร็งช่วยกำจัดเซลล์เกเรเพื่อให้เซลล์อื่นทำงานร่วมกันอย่างราบรื่น

## เด็กวัยรุ่น อายุเกิน 12 ปี

โดยมากเด็กวัยรุ่นสามารถเข้าใจความสัมพันธ์ที่ซับซ้อนระหว่างเหตุการณ์ต่างๆ เขาสามารถคิดถึงสิ่งต่างๆ ที่ยังไม่ได้เกิดขึ้นกับตัวเอวยุุ่นมักคิดถึงอาการเจ็บป่วยในแง่ของอาการบางอย่าง เช่น อาการเหนื่อย และในเมื่ชดจำกัดหรือการเปลี่ยนแปลงในกิจกรรมประจำวัน แต่เนื่องจากเขาสามารถเข้าใจเหตุผลของอาการต่างๆ เราสามารถอธิบายว่ามะเร็งเป็นโรคนชนิดหนึ่งที่ทำให้เซลล์ในร่างกายบางตัวผิดปกติไปจนควบคุมไม่ได้เซลล์ผิดปกติพวกนี้เติบโตเร็วกว่าเซลล์ปกติรุกรานส่วนอื่นของร่างกายและขัดขวางไม่ให้ร่างกายทำงานตามปกติ เป้าหมายของการรักษาคือฆ่าเซลล์ผิดปกติเหล่านี้ให้สิ้นซากหลังจากนั้นร่างกายจะทำงานได้ตามปกติและอาการต่างๆ จะหายไป

## คำถามที่เด็กมักถามพ่อแม่

โดยธรรมชาติเด็กมักอยากรู้อยากเห็นเกี่ยวกับเรื่องโรคที่เป็นอยู่และมีคำถามมากมายเกี่ยวกับมะเร็งและการรักษามะเร็ง ลูกหวังให้คุณพ่อคุณแม่ตอบคำถามให้ได้มากที่สุด เด็กอาจเริ่มซักถามทันทีหลังจากแพทย์ได้วินิจฉัยโรคหรืออาการอดตามภายหลังคำถามต่อไปนี้เป็นการถามที่พบบ่อยที่สุดและข้อคิดบางประการที่จะช่วยให้คุณตอบคำถามลูก



## ทำไมต้องเป็นหนู

เด็กก็สงสัยว่า“ทำไมหนูถึงเป็นมะเร็ง”เช่นเดียวกับผู้ใหญ่เด็กอาจรู้สึกว่าเขาทำความผิดอะไรสักอย่างที่เป็นต้นเหตุของการเจ็บป่วยเราควรอธิบายว่าแม่แต่หมอเองก็ยังไม่รู้ว่าอะไรเป็นสาเหตุของโรคมะเร็งดังนั้นทั้งตัวคุณ ลูกหรือพี่น้องของลูกไม่มีใครได้กระทำผิดหรือคิดอะไรที่จะเป็นเหตุให้เกิดโรคมะเร็งนอกจากนี้ควรเน้นย้ำว่ามะเร็งไม่ใช่โรคติดต่อและลูกไม่ได้ติดโรคนี้นี้มาจากคนอื่น

## หนูจะหายดีหรือไม่

มีบ่อยครั้งที่เด็กรู้ว่ามีคนในครอบครัวหรือเพื่อนตายเพราะมะเร็ง ด้วยเหตุนี้เด็กหลายคนไม่กล้าถามว่าเขาจะหายดีไหม เพราะว่าพวกเขากลัวว่าพ่อแม่จะตอบว่า “ไม่” ดังนั้นคุณพ่อคุณแม่อาจบอกลูกว่ามะเร็งเป็นโรคที่ร้ายแรง แต่การรักษา เช่น ยา การฉายรังสี หรือการผ่าตัดสามารถฆ่ามะเร็งได้ นอกจากนี้แพทย์และพยาบาลพยายามทำดีที่สุดเพื่อให้ลูกหายจากมะเร็งอีกด้วย การที่มีคนรอบข้าง เช่น ครอบครัว แพทย์ พยาบาล ฯลฯ แสดงความห่วงใย อาจช่วยให้เด็กรู้สึกปลอดภัยมากขึ้น

## จะเกิดอะไรขึ้นกับหนู

เมื่อลูกเป็นมะเร็ง ก็มีสิ่งแปลกใหม่และที่น่ากลัวสำหรับเด็กเกิดขึ้นมากมาย ขณะอยู่ที่ห้องตรวจหรือที่โรงพยาบาล ลูกอาจมองเห็นหรือเล่นกับเด็กคนอื่นที่เป็นมะเร็ง เด็กบางคนอาจมีอาการไม่สบายมาก ผอมร่วง หรือโดนตัดแขนตัดขาเนื่องจากมะเร็ง ลูกอาจสงสัยว่า“เรื่องแบบนี้จะเกิดขึ้นกับเขาหรือไม่”อย่างไรก็ดี ลูกอาจกลัวเกินไปที่จะถามคุณพ่อคุณแม่ จำเป็นอย่างยิ่งที่เราควรพยายามให้ลูกได้ระบายความรู้สึกกับข้อใจเหล่านี้ บอกให้ลูกรู้ไปเลยว่ามะเร็งการรักษาและผลข้างเคียงจะเป็นอย่างไรบอกลูกว่าหมอจะช่วยเหลือลูกอย่างไรถ้าการรักษาทำให้เกิดผลข้างเคียงนอกจากนี้คุณพ่อคุณแม่อาจอธิบายว่ามีมะเร็งหลายชนิดและถึงแม้ว่าเด็กคนเป็นมะเร็งชนิดเดียวกันก็ไม่ได้หมายความว่าสิ่งที่เกิดขึ้นกับเด็กทั้งสองคนจะเหมือนกันเสมอไป

เราควรบอกเด็กทุกครั้งเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงวิธีการรักษาหรือกำหนดเวลาของการรักษาข้อมูลนี้ช่วยให้เด็กเตรียมตัวเตรียมใจก่อนพบแพทย์หรือไปที่โรงพยาบาล คุณพ่อคุณแม่อาจช่วยเหลือลูกด้วยการจดบันทึกวันนัดพบแพทย์ นัดรักษา หรือนัดตรวจอย่างบอกเด็กเล็กเรื่องนัดรักษาล่วงหน้านานมากถ้าทำให้เด็กตื่นกลัว

## หนูสบายดีแล้ว ทำไมต้องกินยา

เมื่อรักษามะเร็งไประยะหนึ่ง ลูกจะรู้สึกสบายดีขึ้น แต่ก็จำเป็นต้องกินยาบ่อยๆ เด็กมักไม่เข้าใจว่าทำไมต้องกินยาต่างๆที่เขาสบายดีทุกอย่างคุณพ่อคุณแม่อาจจำเป็นต้องเน้นย้ำเหตุผลที่ลูกจำเป็นต้องกินยาตัวอย่างเช่นคุณอาจบอกลูกว่า“ถึงลูกจะสบายดีเซลล์ร้ายกำลังซ่อนตัวอยู่หนูต้องกินยาต่อไปอีกระยะหนึ่งเพื่อหาเซลล์ร้ายให้เจอและป้องกันไม่ให้พวกมันกลับมาอีก”



“

จุดที่ต่ำสุดของชีวิต ที่ทุกคนมีโอกาสประสบ  
เป็นได้ทั้งจุดจบ และบทเรียนที่ดี

”

# รู้จักวิธีการรักษา



# รู้จักวิธีการรักษา

แพทย์จะวางแผนการรักษาที่ดีที่สุด หลังจากที่ได้ประเมินสุขภาพทั่วไปของเด็ก ชนิดของมะเร็งที่เขาเป็น ระยะของโรค อายุ และปัจจัยอื่นๆ อีกมากมาย จากข้อมูลเหล่านี้ แพทย์จะกำหนดแผนการรักษาซึ่งประกอบด้วยวิธีการรักษา ความถี่ในการรักษา และระยะเวลาของการรักษา

เด็กที่เป็นมะเร็งแต่ละคนจะมีแผนการรักษาที่แพทย์ตัดสินใจเลือกสำหรับเด็กจำเพาะแต่ละคนนั้น ถึงแม้ว่าเด็กหลายคนจะเป็นมะเร็งชนิดเดียวกัน แผนการรักษาอาจแตกต่างกันก็ได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ การตอบสนองต่อการรักษา หากจำเป็น แพทย์อาจตัดสินใจเปลี่ยนแผนการรักษาหรือวางแผนการรักษาใหม่

ก่อนเริ่มการรักษา แพทย์ผู้รักษาลูกจะให้คำปรึกษาแก่คุณพ่อคุณแม่เกี่ยวกับ แผนการรักษา รวมทั้งประโยชน์ที่จะได้รับ ความเสี่ยง และผลข้างเคียง จากนั้นคุณพ่อคุณแม่และแพทย์จำเป็นต้องพูดคุยกับลูกเรื่องการรักษาหลังจากอธิบายเรื่องการรักษาและไขข้อข้องใจของคุณพ่อคุณแม่ทุกอย่างแล้ว แพทย์อาจจะขอให้คุณพ่อคุณแม่เซ็นหนังสือยินยอมเพื่ออนุญาตให้แพทย์ดำเนินการตามแผนการรักษาเป็นลายลักษณ์อักษร ในบางกรณี แพทย์อาจร้องขอให้ลูกให้ความยินยอมก่อนการรักษาด้วย ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับอายุของเด็กและนโยบายของโรงพยาบาล

ในระยะแรก แผนการรักษาอาจดูซับซ้อนหน่อย แต่แพทย์จะค่อยๆ ชี้แจงแต่ละขั้นตอนให้คุณทราบ แต่ไม่ช้า คุณและลูกก็จะคุ้นเคยกับการรักษาที่ต้องทำเป็นกิจวัตรไปเอง พ่อแม่หลายคนอยากได้สำเนาแผนการรักษาเพื่อใช้อ้างอิงหลังจากเริ่มการรักษา ซึ่งจะช่วยให้พวกเขาวางแผนการทำงานให้สอดคล้องกับแผนการรักษาอีกด้วย หากคุณอยากสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมหรือรู้สึกว่ามีอะไรผิดไปจากสิ่งที่คุณเข้าใจ จงอย่าเกรงใจแพทย์ แพทย์ผู้รักษามักเป็นผู้ตอบคำถามได้ดีที่สุด ถ้าคุณรู้สึกว่าคุณคุยกับแพทย์ในเวลาอื่น คุณอาจนัดพบหรือโทรศัพท์คุยกับแพทย์ก็ได้ ขอให้ระลึกว่าคุณเป็นส่วนหนึ่งของทีมรักษาลูกและควรมีส่วนร่วมในการรักษาตลอดเวลา

## วิธีการรักษาโรคมะเร็ง

วิธีการรักษาโรคมะเร็งที่แพทย์เลือกใช้ทั่วไป ได้แก่ การผ่าตัด การให้ยาเคมีบำบัด (chemotherapy) การฉายรังสี (radiation therapy) นอกจากนี้ยังมีทางเลือกอื่น ได้แก่ ภูมิคุ้มกันบำบัด (immunotherapy) และการปลูกถ่ายไขกระดูกหรือ สเต็มเซลล์จากกระแสเลือด (peripheral blood stem cell transplantation) แพทย์ใช้วิธีการรักษาเหล่านี้เพื่อทำลายเซลล์มะเร็ง การรักษามะเร็งในเด็กอาจเป็นวิธีการรักษาแบบเดียวหรือแบบผสมผสาน (combination therapy) ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับชนิดของมะเร็งโดยมากเด็กจะได้รับการรักษาด้วยวิธีการรักษาแบบผสมผสาน

การรักษามะเร็งมักทำให้เกิดผลข้างเคียงหรืออาการที่ไม่พึงประสงค์ เช่น คลื่นไส้ อาเจียน ผอมลงและท้องเสียผลข้างเคียงเกิดขึ้นเนื่องจากการรักษามะเร็งที่ใช้กำจัดเซลล์มะเร็งสามารถทำอันตรายเซลล์ปกติบางตัวได้ ในขณะที่ลูกเริ่มการรักษา คุณควรระลึกว่า

- ลักษณะของผลข้างเคียงและความรุนแรงของอาการที่ไม่พึงประสงค์ขึ้นอยู่กับชนิดของยา ขนาดยา และปฏิกริยาที่ร่างกายมีต่อยา
- แพทย์วางแผนการรักษาเพื่อให้ลูกได้รับผลข้างเคียงน้อยที่สุด
- แพทย์มีวิธีการบรรเทาผลข้างเคียงของลูกคุณ ควรคุยกับแพทย์เพื่อให้ทราบว่าคุณและลูกสามารถทำอะไรบ้างทั้งก่อนการรักษา ขณะรักษา และหลังจากการรักษาเพื่อให้ลูกรู้สึกสบายขึ้น
- โดยปกติการลดขนาดยาเล็กน้อยเพื่อชดเชยผลข้างเคียงจะไม่ทำให้ประสิทธิผลของการรักษาในการฆ่าเซลล์มะเร็งลดน้อยลงหรือกระทบต่อโอกาสในการฟื้นตัวของลูกคุณแต่อย่างใด
- ผลข้างเคียงส่วนใหญ่จะหายไปหลังจากหยุดการรักษา

พึงระลึกว่า ผลข้างเคียงจากยามิได้เกิดขึ้นแก่เด็กทุกคนเหมือนกันหมด เด็กบางคนอาจเกิดผลข้างเคียงไม่ก็อย่าง นอกจากนี้ ผลข้างเคียงจะรุนแรงเพียงใด ก็ขึ้นอยู่กับเด็กแต่ละคน แม้กระทั่งเด็กได้รับการรักษาเหมือนกันทุกอย่าง แพทย์ก็ไม่สามารถบอกคุณได้ว่าลูกอาจเกิดผลข้างเคียงแบบไหนและจะจัดการกับผลข้างเคียงนั้นอย่างไร ถ้าคุณรู้ว่ายาที่ลูกได้รับอาจทำให้เกิดผลข้างเคียงแบบไหนบ้าง คุณก็สามารถสังเกตได้แต่เนิ่นๆ

## การผ่าตัด

สำหรับเนื้องอกหลายชนิด การผ่าตัดเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญของการรักษา การผ่าตัดเป็นการรักษาเฉพาะที่เพื่อใช้กำจัดเนื้องอกจากร่างกาย ระหว่างการผ่าตัดเนื้อเยื่อบริเวณรอบๆ เนื้องอกและต่อมน้ำเหลืองอาจถูกตัดออกไปด้วย ในบางกรณีการให้ยาเคมีบำบัดหรือการฉายรังสีจะทำให้เนื้องอกหดตัวเล็กลงก่อนที่จะตัดมันออก การทำให้ขนาดเนื้องอกเล็กลงช่วยทำให้การผ่าตัดง่ายขึ้น

### ทำอย่างไรไม่ให้ลูกกลัวการผ่าตัด

ลูกมักวิตกกังวลสารพัดเกี่ยวกับการผ่าตัด ลูกอาจถามคุณว่า

ถ้าสลบไป จะเป็นอย่างไร ?

หนูจะเจ็บมากหรือไม่ ?

ร่างกายของหนูจะไม่เหมือนเดิมหรือไม่ ?

หลังจากการผ่าตัด หนูจะรู้สึกอย่างไรกับร่างกายของตัวเอง ?

พ่อแม่จะอยู่กับหนูเวลาตื่นขึ้นมาหรือไม่ ?

ต่อไปนี้เป็นคำแนะนำที่อาจเป็นประโยชน์สำหรับลูกคุณที่จะเข้ารับการผ่าตัด

ตอบคำถามของลูกอย่างตรงไปตรงมา

เพราะถ้าสิ่งที่คุณพูดไม่ตรงกับความเป็นจริงลูกอาจหมดความไว้วางใจในตัวคุณ ดังนั้นลูกจำเป็นต้องเชื่อใจคุณ

ทำความเข้าใจกระบวนการผ่าตัดของลูกให้มากที่สุดเท่าที่ทำได้  
เพื่อจะได้ตอบคำถามของลูกได้อย่างถูกต้อง

คุณพ่อคุณแม่จำเป็นต้องใช้ข้อมูลให้มากที่สุดเพื่อรู้ว่าอะไรจะเกิดขึ้นบ้าง แพทย์สามารถบอกข้อเท็จจริงทุกอย่างเพื่อช่วยให้คุณพ่อคุณแม่เตรียมตัวลูกให้พร้อม

แวะไปดูห้องผ่าตัดและห้องพักฟื้นก่อนการผ่าตัด

เพื่อช่วยให้เด็กรู้สึกพร้อมสำหรับการผ่าตัด โรงพยาบาลหลายแห่งสนับสนุนให้เด็กๆ ไปดูห้องที่พวกเขาจะผ่าตัดและพักฟื้นพวกเขาอาจไปพบปะพูดคุยกับพยาบาลที่ปฏิบัติงานในห้องผ่าตัดตัวอย่างเช่นพยาบาลอาจหยิบหน้ากากที่สวมขณะผ่าตัดเพื่อให้เด็กลองใส่หรือสวมบนหน้าตุ๊กตา

พูดคุยกับลูก ถามว่ารู้สึกอย่างไร กังวลอะไรหรือไม่

ที่สำคัญ พยายามให้ลูกระบายความรู้สึกหรือความกังวลใจต่างๆ เกี่ยวกับการผ่าตัด

## **ผลข้างเคียงจากการผ่าตัด**

ผลข้างเคียงจากการผ่าตัดขึ้นอยู่กับบริเวณที่มีเนื้องอก ชนิดของการผ่าตัด สุขภาพทั่วไปของเด็ก และปัจจัยอื่นๆ อาการข้างเคียงที่พบบ่อย ได้แก่ ปวดแผล ปวดหัว คลื่นไส้ อาเจียน และท้องผูก ผลข้างเคียงนี้อาจเกิดจากการผ่าตัด ยาระงับปวดหรือขาดการออกกำลังกาย แพทย์จะสั่งจ่ายยาให้เด็กตามความจำเป็นเพื่อบรรเทาผลข้างเคียงและอาการอื่นที่อาจตามมา

## **เด็กและการตัดแขนตัดขา**

ในอดีต มีบ่อยครั้งที่แพทย์จำเป็นต้องตัดแขนหรือตัดขาเพื่อกำจัดเนื้องอกกระดูกในแขนและขา อย่างไรก็ตาม ในปัจจุบัน แพทย์จำนวนมากสามารถเลือกใช้กระบวนการรักษาที่หลีกเลี่ยงการตัดแขนขา แต่จะหลีกเลี่ยงได้หรือไม่ก็ขึ้นอยู่กับชนิดของเนื้องอก ปัจจุบันเด็กที่ถูกตัดแขนขาเพราะมะเร็งมีจำนวนลดลงมาก แพทย์ผู้รักษาจะอธิบายให้คุณทราบว่ามีความเลือกอะไรบ้างในการรักษา

ถึงกระนั้นก็ดี สำหรับเด็กบางคน การตัดแขนตัดขาก็ยังเป็นทางเลือกที่ดีที่สุดเพื่อโอกาสหายขาด เด็กเหล่านี้ทุกขกรมานใจมาก พวกเขาสงสัยว่าตัวเองจะเป็นอย่างไรเมื่อไม่มีแขนหรือขาจะสามารถทำกิจกรรมประจำวันได้เหมือนเดิมไหม จะทำกิจกรรมอย่างไร คนอื่นจะปฏิบัติต่อพวกเขาอย่างไร หลังจากการผ่าตัด พวกเขาอาจรู้สึกว่าตนเองไม่สมบูรณ์เหมือนคนอื่น ในบางกรณีพ่อแม่อาจทำใจยอมรับการตัดแขนตัดขาได้ยากกว่าเด็กเสียอีก โดยทั่วไป เด็กเล็กปรับตัวได้เร็วกว่าวัยรุ่นมีเรื่องกังวลใจแตกต่างจากเด็กเล็ก พวกเขาอาจหวั่นไหวว่าคนอื่นจะมองพวกเขาอย่างไรและทุกขใจว่าการตัดแขนขาจะมีผลอย่างไรกับความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ การเล่นกีฬา การแต่งงาน และการมีบุตรในอนาคต

การแสดงให้เห็นว่าคนอื่นเขาปรับตัวอย่างไรเมื่อไม่มีแขนขา จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง การพบปะกับเด็กคนอื่นที่ถูกตัดแขนหรือขาและยอมรับสภาพได้ก็จะมีประโยชน์เช่นกัน ลูกต้องเรียนรู้ว่าเขาสามารถที่จะมีชีวิตที่สมบูรณ์เหมือนคนอื่นได้ เด็กส่วนใหญ่สามารถมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่เคยทำก่อนผ่าตัด พวกเขาสามารถเดิน วิ่ง ขี่จักรยาน ว่ายน้ำ และแม้กระทั่งปีนเขา ถ้าทำได้ แพทย์อาจให้เด็กดูแขนขาเทียมและอุปกรณ์และเครื่องมือช่วยอื่นที่จะช่วยให้เคลื่อนไหวได้คล่องแคล่วมากขึ้น

หลังจากการผ่าตัด ลูกจะรู้สึกว่า มีผ้าพันแผลหนาเตอะบริเวณที่ผ่าตัด ลูกอาจรู้สึกถึง

“ความเจ็บปวดหลอน (phantom limb pain)” ซึ่งเป็นความรู้สึกแปลกๆ แต่พบบ่อยในผู้ป่วยที่ถูกตัดแขนขา ผู้ป่วยจะรู้สึกหนาว คันยิบๆ และปวดเหมือนกับว่ายังมีแขนขานั้นอยู่ ทั้งที่มันถูกตัดออกไปแล้ว แพทย์ยังไม่ทราบว่าการเจ็บปวดหลอนเกิดขึ้นได้อย่างไร คำอธิบายที่ดีที่สุดคือว่า สมองคุ้นเคยกับการได้รับสัญญาณจากเส้นประสาทในแขนขาที่ถูกตัดออกไป กว่าจะสมองจะคุ้นเคยกับสัญญาณจากเส้นประสาทที่ยังเหลืออยู่และสัญญาณใหม่ที่ถูกส่งจากเส้นประสาทบริเวณต่อขาหรือแขนขาเกินเวลาละระยะหนึ่ง บางครั้งการนวดเบาๆ และปรับเปลี่ยนตำแหน่งของต่อขาหรือแขนขาช่วยบรรเทาอาการนี้ ปกติแพทย์จะเริ่มให้ยาทันทีก่อนเพื่อลดอาการปวดและอาจสั่งยาบางชนิดเพื่อบรรเทาความเจ็บปวดหลอนเมื่อมีอาการ

ในการฟื้นฟูสมรรถภาพ นักกายภาพบำบัดจะช่วยลูกคุณพ่อคุณแม่ด้วยการออกกำลังกายเพื่อเพิ่มความแข็งแรงให้กล้ามเนื้อที่รองรับแขนขาเทียมชั่วคราว การออกกำลังกายแบบนี้ทำได้ไม่บ่อยนักและอาจทำให้เกิดปวดแผล ฉะนั้น ลูกต้องได้รับกำลังใจจากคุณพ่อคุณแม่ตลอดเวลา เมื่อกล้ามเนื้อแข็งแรงขึ้น แพทย์อาจสั่งทำแขนขาเทียมชั่วคราว แขนขาเทียมถูกประดิษฐ์โดยนักกายอุปกรณ์ (prosthetist) ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญการทำแขนขาเทียม แขนขาเทียมชั่วคราวจะใหญ่เทอะทะและหนักกว่าแขนขาเทียมถาวร ลักษณะของแขนขาเทียมชั่วคราวดูไม่สวย ไม่น่าใช้ แต่น้ำหนักที่เพิ่มขึ้นนั้นจะช่วยเพิ่มความแข็งแรงให้กับต่อแขนขาและความใหญ่เทอะทะจะช่วยปกป้องต่อไว้ เมื่อต่อแขนขาหายดีและลูกคุณสามารถเคลื่อนไหวแขนขาเทียมได้ดีแล้ว การประกอบแขนขาเทียมถาวรก็จะเริ่มต้นขึ้น

แพทย์และผู้เชี่ยวชาญพร้อมจะช่วยเหลือลูกและครอบครัวของคุณพ่อคุณแม่ตลอดกระบวนการนี้ ตั้งแต่การเลือกวิธีการรักษาไปจนถึงการปรับแต่งแขนขาเทียมถาวร การได้รับกำลังใจจากคนในครอบครัวและการมีส่วนร่วมในกลุ่มช่วยเหลืออาจช่วยให้คุณพ่อคุณแม่จัดการกับเรื่องนี้

## ยาเคมีบำบัด

ยาเคมีบำบัด(chemotherapy)คือการใช้ยาต้านมะเร็ง(anticancer drugs)เพื่อรักษาโรคมะเร็งยาเคมีบำบัดเป็นวิธีการรักษาที่ตัวซึ่งหมายความว่ายาไหลไปตามกระแสเลือดทั่วร่างกายเพื่อฆ่าเซลล์มะเร็งทุกแห่งไม่ว่ามันจะอยู่ตรงไหนเนื่องจากยาต้านมะเร็งบางชนิดได้ผลดีขึ้นหากใช้ร่วมกับยาชนิดอื่นสูตรยาเคมีบำบัดจึงมักประกอบด้วยยาหลายชนิดแนวทางการรักษาแบบนี้เรียกว่า การให้ยาเคมีบำบัดหลายชนิดร่วมกัน (combination chemotherapy)

แพทย์อาจให้ยาเคมีบำบัดด้วยวิธีใดวิธีหนึ่งหรือผสมผสานกันหลายวิธีทั้งนี้ขึ้นอยู่กับว่าเด็กเป็นมะเร็งชนิดใดและกำลังใช้ยาอะไรอยู่

**การให้ยาทางปาก** ผู้ป่วยกินยาน้ำหรือเม็ดถ้าลูกกลืนยาเม็ดได้ยากคุณพ่อคุณแม่อาจบิเม็ดยาให้แตกเป็นชิ้นเล็กๆ หรือบดให้ละเอียด แล้วผสมในขนมหวานหรืออาหารอื่นที่ลูกชอบ

**ฉีดยาเข้าหลอดเลือดดำ(intravenous-IV, ‘ไอวี’)** ฉีดยาเข้าหลอดเลือดดำโดยตรงผ่านเข็มฉีดยาหรือผ่านทางสายน้ำเกลือ

**ฉีดยาเข้ากล้ามเนื้อ(intramuscular injection-IM, ‘ไอเอ็ม’)** ฉีดยาเข้ากล้ามเนื้อแขนหรือก้นผ่านเข็มฉีดยา

## ฉีดเข้าใต้ผิวหนัง (subcutaneous injection - SC, 'สับคิว')

ฉีดยาเข้าชั้นไขมันใต้ผิวหนังผ่านเข็มฉีดยา

## ฉีดเข้าในช่องไขสันหลัง (intrathecal injection - IT) ฉีดยาเข้าไปในน้ำไขสันหลัง ซึ่งอยู่หล่อเลี้ยงรอบสมองและไขสันหลัง

แม้ว่าลูกสามารถรักษาด้วยยาเคมีบำบัดชนิดกินเองที่บ้านได้เป็นส่วนใหญ่ แต่ลูกอาจยังจำเป็นต้องไปที่โรงพยาบาลเพื่อรับยาฉีดเข้าหลอดเลือดดำหรือยาฉีดแบบอื่นด้วย ลูกอาจต้องนอนพักค้างคืนหรือหลายวันที่โรงพยาบาล ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับชนิดของยา

### การให้ยาเคมีบำบัดทางปาก

ถ้าเป็นไปได้ให้ลูกมีส่วนร่วมในการกินยาด้วยตัวอย่างเช่นคุณพ่อคุณแม่อาจดื่มน้ำในปฏิทินเพื่อให้ลูกรู้ว่าควรกินยาเมื่อไหร่ เด็กโตโดยเฉพาะวัยรุ่นอาจต้องการดูแลการกินยาเอง แต่คุณพ่อคุณแม่ก็ยังมีจำเป็นต้องคอยดูว่าลูกกินยาทุกอย่างตามหมอสั่งหรือไม่ แจ้งให้แพทย์ทราบถ้าลูกกินยาไม่ครบหรืออาเจียนออกมา

### การให้ยาเคมีบำบัดด้วยการฉีดเข้าหลอดเลือดดำ

ลูกได้รับยาเข้าหลอดเลือดดำโดยตรงผ่านเข็มฉีดยาเล็กๆ ซึ่งโดยปกติมักแทงเข้าที่มือหรือแขนในการกรอกและเติมน้ำเกลือมาก พยาบาลอาจแทงเข็มเข้าหลอดเลือดดำบริเวณหน้าท้อง แม้ว่าการรับยาเคมีบำบัดไม่ทำให้เจ็บปวด แต่ผู้ป่วยอาจรู้สึกเจ็บเมื่อแทงเข็มฉีดยาเข้าหลอดเลือดดำและยาอาจทำให้รู้สึกแสบร้อน ถ้ายาไหลออกมาจากหลอดเลือดดำ ก็อาจทำให้ร้อนวูบวาบที่ผิวหนัง ฉะนั้น ต้องเช็กให้ได้ว่าสายไอวีไม่เคลื่อนไปมา พยาบาลและแพทย์ต้องรีบแก้ไขทันทีถ้าเข็มหลุดออกจากหลอดเลือดดำ

การให้ยาเคมีบำบัดด้วยการฉีดเข้าหลอดเลือดดำมีอีกวิธีหนึ่ง นั่นคือ การให้ยาผ่านสายสวน (catheter) ซึ่งเป็นหลอดพลาสติกบางๆ ที่สอดเข้าไปในหลอดเลือดดำใหญ่ในร่างกาย ในขณะที่รักษาด้วยยาเคมีบำบัด สายสวนจะถูกใส่ที่ไว้เพื่อหลีกเลี่ยงไม่ต้องแทงเข็มเข้าหลอดเลือดดำซ้ำทุกครั้งเวลาให้ยา วิธีการที่พบบ่อยที่สุดคือการใส่สายสวนในหลอดเลือดดำส่วนกลาง เมื่อเด็กถูกวางยาสลบหรือได้รับยาชาเฉพาะที่แล้ว แพทย์จะสอดใส่สายสวนเข้าไปในหลอดเลือดดำใหญ่บริเวณทรวงอกด้วยการลงมีดกรีดแผลเล็กๆ บริเวณกระดูกไหปลาร้า การใส่สายสวนในหลอดเลือดดำส่วนกลางมี 2 แบบ

- สายสวนหลอดเลือดดำชนิดมีท่อติดต่อกับนอกร่างกาย (external venous catheter เช่น Hickman catheter) สายสวนชนิดนี้มีปลายหนึ่งอยู่ในหลอดเลือดดำ อีกปลายหนึ่งยื่นออกมานอกลำตัวด้วย สายสวนแบบนี้สามารถดูเลือดตรวจและฉีดยาได้ทันที แต่เสี่ยงต่อการติดเชื้อ ต้องมีการดูแลเป็นพิเศษที่โรงพยาบาลและที่บ้าน

- สายสวนชนิดที่ฝังไว้ในร่างกาย (เช่น Port-a-Cath catheter) มีปลายหนึ่งอยู่ในหลอดเลือดดำ และอีกปลายหนึ่งเป็นกระเปาะอยู่ใต้ผิวหนัง เมื่อต้องการเจาะเลือดหรือฉีดยาจำเป็นต้องแทงเข็มเข้าไปในกระเปาะทุกครั้งที่ใช้ สายสวนชนิดนี้อาจนำใช้มากกว่าสำหรับวัยรุ่นหรือครอบครัวที่ไม่สะดวกที่จะใช้สายสวนที่ต้องการการดูแลเป็นพิเศษทุกวัน

นอกจากยาเคมีบำบัดแล้ว สายสวนมีประโยชน์ในการให้ยาเร่งปวดและการถ่ายเลือดให้



ผู้ป่วยเช่นกัน นอกจากนี้ การถ่ายเลือดออกจากร่างกายก็สามารถกระทำได้ผ่านทางสายสวน

### ผลข้างเคียงของยาเคมีบำบัด

ผลข้างเคียงอาจเกิดขึ้น เพราะยาต้านมะเร็งมีได้ทำลายเพียงเซลล์มะเร็งเท่านั้นแต่ส่งผลกระทบกับเซลล์ปกติอีกด้วย ยาแต่ละชนิดทำให้เกิดผลข้างเคียงต่างกัน ควรสอบถามแพทย์และพยาบาลว่าลูกอาจมีอาการข้างเคียงอย่างไรบ้างและอาการเหล่านี้จะเกิดขึ้นเมื่อไรผลข้างเคียงอาจเฉียบพลันหรือกินเวลานานกว่าจะแสดงอาการ (หลายวัน หลายสัปดาห์ หรือหลายปีหลังจากได้รับยาเคมีบำบัด) ตารางต่อไปนี้ระบุถึงผลข้างเคียงของยาเคมีบำบัดที่พบบ่อยที่สุด

● ตารางแสดงผลข้างเคียงของการใช้ยาเคมีบำบัด

| ปัญหาระบบทางเดินอาหาร |   |
|-----------------------|---|
| อาการข้างเคียง        | ข้อควรปฏิบัติ   |
| ท้องร่วง              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ตามแพทย์ว่ามียาอะไรบ้างที่สามารถควบคุมอาการคลื่นไส้อาเจียนและ/หรือยาระบายประสาทที่ช่วยให้เด็กหลับเมื่อรู้สึกคลื่นเหียน</li> <li>• ตามแพทย์ว่าให้เด็กดื่มนมหรือยาลดกรดก่อนกินยาต้านมะเร็งได้ไหม ยาต้านมะเร็งบางชนิดไม่ควรกินพร้อมนม</li> <li>• ให้เด็กกินอาหารอ่อนๆ 3-4 ชั่วโมงก่อนรักษา</li> <li>• แนะนำให้เด็กกินอาหารปริมาณน้อยแต่บ่อยครั้ง ค่อยๆ กินอย่างช้าๆ</li> <li>• หลีกเลี่ยงอาหารรสหวาน มันมาก และเผ็ดหรืออาหารกลิ่นแรง</li> <li>• ให้เด็กกินอาหารเย็น แทนอาหารร้อน</li> <li>• ให้เด็กกินอาหารเหลวก่อน รอสัก 30-60 นาที แล้วค่อยกินอาหารแข็ง ส่วนใหญ่เด็กสามารถรับอาหารเหลวได้ดีกว่าอาหารแข็ง</li> <li>• ให้เด็กพักผ่อนหลังกินอาหาร</li> <li>• ถ้าเด็กอาเจียน อย่าให้กินหรือดื่มอะไรจนกว่าจะควบคุมอาการได้ หลังจากหยุดอาเจียน ให้เด็กดื่มของเหลวใสเล็กน้อย (เช่น น้ำ น้ำซุ๊ป น้ำแข็งไม่ผสมนม และเยลลี่) เริ่มต้น ให้ 1 ช้อนชาทุก 10 นาที แล้วค่อยๆ เพิ่มปริมาณเป็น 1 ช้อนโต๊ะทุก 20 นาที และสุดท้ายเพิ่มเป็น 2 ช้อนโต๊ะทุก 30 นาที หลังจากเด็กไม่อาเจียนของเหลวใสออกมาลองให้กินของเหลวข้น (เช่น ซุปข้น) พยายามให้เด็กกินทีละน้อย เมื่อแน่ใจว่าไม่อาเจียนแล้ว เปลี่ยนเป็นอาหารแข็ง</li> </ul> |

| อาการข้างเคียง   | ข้อควรปฏิบัติ  |
|--|--|
| ท้องร่วง   | <ul style="list-style-type: none"> <li>พาไปพบแพทย์ถ้าเด็กมีอาการท้องเสียอย่างรุนแรงหรือถ่ายเหลวมากกว่า 3 ครั้งต่อวัน</li> <li>หลีกเลี่ยงอาหารมัน</li> <li>พยายามให้เด็กกินอาหารที่มีโปรตีนและแคลอรีสูงแต่มีไฟเบอร์ต่ำ เช่น ข้าวต้มหรือ ก๋วยเตี๋ยว</li> <li>ให้เด็กกินอาหารและของเหลวที่อุดมด้วยโซเดียมและโปแตสเซียม อาหารที่มีโปแตสเซียมสูงที่ไม่ทำให้ท้องเสีย เช่น กล้วย</li> </ul>   |
| ท้องผูก  | <ul style="list-style-type: none"> <li>พาไปพบแพทย์ถ้าเด็กไม่ถ่ายอุจจาระเกิน 2 วัน</li> <li>ให้เด็กดื่มของเหลวเพิ่มขึ้น</li> <li>ดูแลให้เด็กได้ออกกำลังกาย</li> <li>ให้เด็กกินอาหารไฟเบอร์สูง เช่น ข้าวกล้อง กล้วย ฝรั่ง ฝรั่งอบแห้ง ผลไม้อบแห้ง เช่น มะขาม</li> </ul>  |
| ปวดแสบปวดร้อนกลางอกหรือปวดท้อง                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>ปรึกษาแพทย์เกี่ยวกับการกินยาลดกรด</li> <li>หลีกเลี่ยงอาหารทอด มันมาก หรือเผ็ดจัด</li> </ul>   |
| <b>ปัญหาในช่วงปาก</b>                                  |  |
| ปากหรือคอเจ็บหรือแผลในปาก                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>ขอยารักษาแผลในช่วงปากจากแพทย์ (เช่น สเปรย์ น้ำยาบ้วนปากชนิดพิเศษ และยาอม)</li> <li>ใช้แปรงสีฟันแบบฟองน้ำหรือก้านพินสำลี</li> <li>ให้เด็กบ้วนปากทุก 2-3 ชั่วโมงและหลังอาหารด้วยน้ำผสมผงฟู (baking soda) หรือน้ำเปล่า</li> <li>หลีกเลี่ยงอาหารเย็นจัด ร้อนจัด เผ็ดจัด หรือมีกรดมาก</li> <li>พยายามให้เด็กกินอาหารอ่อน</li> <li>พาไปพบแพทย์ถ้าเด็กมีแผลในปาก เจ็บปากหรือมีปื้นแดงหรือขาวในปาก</li> </ul> |
| การเปลี่ยนการรับรสชาติรสอาหารน้อยลงหรือมีรสขมคล้ายโลหะ | <ul style="list-style-type: none"> <li>พยายามให้อาหารปรุงรสจัด หรือที่มีกรด เช่น น้ำส้มหรือน้ำมะนาว (อย่ากินอาหารประเภทนี้ ถ้าปากเจ็บ คอเจ็บ หรือเหวือกอักเสบ)</li> </ul>  |

## ปัญหาผิวหนังและเส้นผม

| อาการข้างเคียง                                     | ข้อควรปฏิบัติ   |
|--|---|
| ผมร่วง   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ใช้แชมพูอ่อน</li> <li>• ตัดผมสั้น</li> <li>• ไม่ควรใช้เครื่องเป่าผมและอุปกรณ์ตัดผมไฟฟ้า</li> <li>• ใช้หวีซี่ห่าง</li> <li>• ถ้าอยากให้เด็กสวมวิก เลือกวิกก่อนที่เส้นผมทั้งหมดจะงอกขึ้นใหม่</li> <li>• ปกป้องหนังศีรษะจากแสงอาทิตย์และความเย็น</li> </ul> |
| ผิวน้ำแดง  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• พาไปพบแพทย์ถ้าผิวน้ำแดง มีอาการเจ็บหรือบวม</li> </ul>  |
| ผิวแห้งและคัน                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ใช้สบู่อ่อนและมอยซ์เจอร์ไรเซอร์ (ถ้าเด็กได้รับการฉายรังสี สอบถามแพทย์ก่อนใช้มอยซ์เจอร์ไรเซอร์)</li> </ul>  |
| ผิวขุมขึ้น   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ล้างผิวน้ำ 2-3 ครั้งต่อวัน ซับให้แห้งด้วยผ้าขนหนูสะอาดและโรยแป้งข้าวโพดบางๆ</li> </ul>   |
| ผื่นแดง  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• พาไปพบแพทย์เพื่อรับยา</li> </ul>   |
| ผิวไวต่อแสงแดด                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• หลีกเลี่ยงแสงแดด</li> <li>• ใช้โลชั่นที่มีสารป้องกันแสงแดด SPF 30 หรือสูงกว่า</li> </ul>   |
| อาการบวม แดง หรือเจ็บบริเวณแก้มเพื่อให้ยาเคมีบำบัด | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ยาบางชนิดที่ทำให้ทางหลอดเลือดดำอาจทำให้ผิวน้ำไหม้และเป็นแผลถ้ายาไหลออกมาจากหลอดเลือดดำ รับแจ้งแพทย์หรือพยาบาลทันทีถ้าเกิดการรั่วไหล</li> </ul>   |

## ปัญหาไตและกระเพาะปัสสาวะ

|                                     |   |
|-------------------------------------|---|
| ระคายเคืองและติดขัดในกระเพาะปัสสาวะ | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ให้เด็กดื่มของเหลวมากๆ โดยเฉพาะวันที่รักษาและก่อน/หลังการรักษาปริมาณของเหลวขึ้นอยู่กับขนาดตัวของเด็ก</li> <li>• ปรึกษาเรื่องนี้กับแพทย์</li> <li>• หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มที่มีคาเฟอีน</li> <li>• แจ้งแพทย์ถ้าเด็กปวดแสบปวดร้อนเวลาปัสสาวะ ปัสสาวะบ่อย รู้สึกอยากปัสสาวะทันที ปัสสาวะเป็นสีแดงหรือมีเลือดปน หรือปัสสาวะไม่ออก</li> </ul> |
|-------------------------------------|---|

| ปัญหาเส้นประสาท                  |  |
|----------------------------------|--|
| อาการข้างเคียง                   | ข้อควรปฏิบัติ  |
| ความเสียหายต่อเส้นประสาท         | <ul style="list-style-type: none"> <li>ยาเคมีบำบัดบางชนิดสามารถทำให้เส้นประสาทเสียหายได้ และเป็นเหตุให้ผู้ป่วยเดินไม่คล่องแคล่วหรือพูดไม่ปกติ หรือปวดชากรรไกร พาไปพบแพทย์ถ้ามีปัญหเหล่านี้</li> </ul>  |
| ปัญหาเกี่ยวกับกระดูก             |  |
| กระดูกแตกร้าวจากความล้าของกระดูก | <ul style="list-style-type: none"> <li>ยาเคมีบำบัดบางชนิดสามารถทำให้กระดูกอ่อนแอและแตกร้าวจากความล้าของกระดูก (stress fracture) เจ็บแพทย์ถ้าเด็กปวดบริเวณแขนหรือขา หรือเดินกะเผลกๆ</li> </ul>  |
| ปัญหาของระบบในร่างกาย            |  |
| เป็นไข้ ทั่วร้อน                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>พาไปพบแพทย์ถ้าเด็กมีอุณหภูมิสูงกว่า 38 องศาเซลเซียส ห้ามกินยาลดไข้ที่ซื้อตามร้านขายยาเอง เว้นแต่แพทย์สั่ง</li> </ul>  |
| อาการคล้ายไข้หวัดใหญ่            | <ul style="list-style-type: none"> <li>พาไปพบแพทย์ เด็กอาจแสดงอาการ 2-3 ชั่วโมงภายหลังได้รับยาเคมีบำบัด อาทิ ปวดเมื่อย ปวดศีรษะ เหนื่อยง่าย มีไข้เล็กน้อย หาวสั้น และความอยากอาหารลดลง อาการเหล่านี้อาจเกิดจากการติดเชื้อหรือมะเร็งก็เป็นได้</li> </ul>  |
| การติดเชื้อ                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>ยาต้านมะเร็งหลายชนิดทำให้เกิดเลือดขาวต่ำซึ่งเป็นสาเหตุทำให้ร่างกายติดเชื้อได้ง่ายขึ้น</li> <li>ข้อควรปฏิบัติ ถ้าเป็นไปได้ หลีกเลี่ยงการพาเด็กไปในสถานที่ที่มีคนจำนวนมาก และไม่ควรอยู่ใกล้คนที่ เป็นหวัด ไข้หวัดใหญ่ หรือโรคติดต่อชนิดอื่น หรือคนที่เพิ่งได้รับการสร้างภูมิคุ้มกันด้วยวัคซีนที่มีเชื้อไวรัสที่มีชีวิต (โรคหัดธรรมดา หัดเยอรมัน คางทูม โปлио และอีสุกอีใส)</li> <li>พาไปพบแพทย์ทันทีถ้าเด็กเป็นโรคหัด หรือ อีสุกอีใส ถ้ามีเลือดขาวต่ำเกินไป แพทย์อาจเลื่อนนัดรักษาด้วยยาเคมีบำบัดหรือปรับลดขนาดยาระยะหนึ่ง</li> </ul> |
| เลือดจาง/อ่อนเพลีย               | <ul style="list-style-type: none"> <li>ยาเคมีบำบัดสามารถทำให้ไขกระดูกผลิตเม็ดเลือดแดงน้อยลง ซึ่งจะเป็นผลให้เกิดภาวะเลือดจางตามมา</li> <li>ข้อควรปฏิบัติ สังเกตอาการอ่อนเพลีย เหนื่อยล้า วิงเวียนศีรษะ หาวสั้น หรือหายใจถี่ๆ เร็วๆ</li> <li>พาไปพบแพทย์ ถ้าเด็กมีอาการเหล่านี้</li> </ul>   |

| อาการข้างเคียง                     | ข้อควรปฏิบัติ   |
|------------------------------------|---|
| ปัญหาการแข็งตัวของเลือด (เลือดออก) | <ul style="list-style-type: none"> <li>ยาเคมีบำบัดอาจทำให้การผลิตเกล็ดเลือดของร่างกายลดลง เกล็ดเลือดเป็นส่วนเลือดที่ช่วยให้เลือดแข็งตัว เมื่อเกล็ดเลือดไม่เพียงพอ เด็กอาจมีเลือดออกหรือรอยฟกช้ำได้ง่ายกว่าปกติ ในกรณีนี้ อาจจำเป็นต้องถ่ายเลือด ข้อควรปฏิบัติ สังเกตรอยฟกช้ำซึ่งอาจเป็นจ้ำสีแดงหรือม่วงใต้ผิวหนังเลือดออกบริเวณเหวักหรือเลือดกำเดาไหล ปัสสาวะสีแดงหรือชมพู หรืออุจจาระสีดำหรือมีเลือดปน พาไปพบแพทย์ ถ้าเด็กมีอาการเหล่านี้</li> </ul> |
| อาการบวม/น้ำคั่ง                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>พาไปพบแพทย์ถ้ามีอาการบวมหรือบวมขึ้นบนใบหน้า มือ เท้า หรือบริเวณท้อง แพทย์อาจแนะนำให้จำกัดการบริโภคเกลือและอาหารรสเค็มและ/หรือสั่งยาลดการคั่งของน้ำ</li> </ul>  |
| อาการแพ้                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>สังเกตอาการตัวร้อน เป็นลม ผื่นแดง หายใจลำบาก พาไปพบแพทย์ทันที ผลข้างเคียงนี้อาจรุนแรง แต่ก็ไม่พบบ่อยนัก</li> </ul>   |

ผู้ป่วยเช่นกัน นอกจากนี้ การถ่ายเลือดออกจากร่างกายก็สามารถทำได้ผ่านทางสายสวน

### ผลข้างเคียงระยะยาวของยาเคมีบำบัด

ควรปรึกษาแพทย์ผู้รักษาเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพที่อาจตามมาหลังจากได้รับยาเคมีบำบัด มียาเคมีบำบัด 2-3 ชนิดที่อาจสร้างความเสียหายกับอวัยวะในระยะยาว ตัวอย่างเช่น บางครั้งปัญหาเกี่ยวกับหัวใจอาจแสดงอาการหลังจากการรักษาอีกหลายปี และเด็กที่ได้รับยาเคมีบำบัดอาจจำเป็นต้องนัดพบกุมารแพทย์โรคหัวใจเพื่อตรวจร่างกายเป็นประจำ ความสามารถในการตั้งครรภ์ของลูกอาจได้รับผลกระทบจากยาเคมีบำบัดเช่นกัน ที่แย่ที่สุด ลูกอาจเสี่ยงที่จะเป็นมะเร็งอีกส่วนหนึ่งของร่างกายได้ ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับยาเคมีบำบัดที่ได้รับ

### การฉายรังสี

รังสีรักษาหรือการฉายรังสี (radiation therapy) เป็นการรักษาด้วยการใช้รังสีที่มีพลังงานสูงเพื่อทำลายเซลล์มะเร็ง การฉายรังสีเป็นการรักษาเฉพาะที่เช่นเดียวกับการผ่าตัด การฉายรังสีพุ่งตรงไปที่บริเวณที่เป็นมะเร็ง และการรักษาแบบนี้สามารถทำลายเซลล์มะเร็งบริเวณนั้นได้ แพทย์อาจให้การฉายรังสีก่อนผ่าตัดเพื่อทำให้เนื้องอกหดตัวลง หลังจากผ่าตัดแล้ว ผู้ป่วยอาจได้รับการฉายรังสีซ้ำเพื่อหยุดยั้งการเติบโตของเซลล์มะเร็งที่เหลือ

## การฉายรังสีมีผลอย่างไรกับมะเร็ง

เซลล์ในร่างกายมนุษย์ทุกเซลล์ รวมทั้งเซลล์มะเร็ง มีส่วนประกอบสำคัญที่เรียกว่า ดีเอ็นเอ ดีเอ็นเอเป็นเสมือนแม่พิมพ์ที่กำหนดว่าองค์ประกอบของเซลล์จะถือกำเนิดและเติบโตอย่างไร ในการฉายรังสีนั้น รังสีเป็นอันตรายต่อดีเอ็นเอภายในเซลล์มะเร็งและทำให้เซลล์เหล่านี้ตายก่อนจะมีการแบ่งเซลล์เพิ่ม เนื่องจากจะหยุดตัวเมื่อเซลล์มะเร็งตาย

## เตรียมพร้อมก่อนฉายรังสี

ก่อนการฉายรังสี รังสีแพทย์จะคุยกับคุณและลูกเกี่ยวกับวิธีการรักษา แพทย์จะกำหนดบริเวณฉายรังสีด้วยการทำเครื่องหมายบนตัวเด็ก การทำเครื่องหมายช่วยให้แน่ใจว่าการรักษาตรงจุดทุกครั้ง เครื่องหมายนี้หรือรอยสักชั่วคราวนี้ ไม่ทำให้เด็กเจ็บเท่าใดนัก เพราะผิวหนังถูกทึมเบาๆ ด้วยเข็มนั่น และรอยสักต้องคงอยู่ตลอดคอร์สการรักษา แม้ว่าผิวหนังอาจจะคายเคืองง่ายขณะฉายรังสี ผู้ป่วยจำเป็นต้องหลีกเลี่ยงการใช้สบู่หรือโลชั่นบริเวณใกล้เครื่องหมายที่กำหนดพื้นที่ฉายรังสีเว้นแต่ได้รับอนุญาตจากรังสีแพทย์ ปกติผู้ป่วยสามารถใช้โลชั่นได้แต่ต้องเช็ดออกก่อนการรักษานานหลายชั่วโมง

ขณะที่ลูกเข้ารับการรักษาด้วยรังสี แพทย์จะไม่ให้คุณพ่อคุณแม่อยู่ในห้องกับลูก เพราะจะได้รับกัมมันตภาพรังสีด้วย

## ขณะฉายรังสี

การฉายรังสีไม่ทำให้รู้สึกเจ็บแต่อย่างใด จริงๆ แล้วก็คล้ายกับการเอกซเรย์ เว้นแต่ลูกคุณต้องอยู่นิ่งๆ นานกว่าการเอกซเรย์ปกติเท่านั้นเอง เนื่องจากเด็กเล็กบางคนไม่สามารถอยู่นิ่งๆ ได้ แพทย์อาจให้เด็กกินยาที่ช่วยให้ผ่อนคลายหรือยานอนหลับระหว่างฉายรังสี ส่วนอื่นของร่างกายที่ไม่ถูกฉายรังสีจะถูกรวมด้วยวัสดุพิเศษที่ทำจากตะกั่วเพื่อเป็นกำบังและไม่ให้บริเวณที่ปกตินั้นโดนรังสีไปด้วย

## ลดความกลัว

เด็กบางคนอาจหวาดกลัวเครื่องฉายรังสี หากเป็นการรักษาครั้งแรกโดยมากแผนกรังสีวิทยา มักแนะนำให้คุณและลูกเดินดูรอบๆ ห้องก่อน เพื่อสังเกตว่าเครื่องมือมีหน้าตาเป็นอย่างไร เด็กเล็กมากอาจรู้สึกกลัวถ้าถูกกั้นให้อยู่คนเดียวในห้อง คุณอาจพูดให้ลูกสบายใจว่าคุณจะรออยู่นอกห้อง ในโรงพยาบาลบางแห่ง คุณอาจเฝ้าดูลูกผ่านกล้องวงจรปิดหรือหน้าต่าง ลูกคุณอาจรู้สึกผ่อนคลายถ้ารู้ว่าคุณกำลังดูอยู่ใกล้ๆ

## ผลข้างเคียงของการฉายรังสี

รังสีขนาดสูงสุดที่ฆ่าเซลล์มะเร็งเป็นอันตรายต่อเซลล์ปกติเช่นกัน เมื่อเซลล์ปกติเสียหาย ผลข้างเคียงก็จะตามมา ทั้งนี้ ผลข้างเคียงของการฉายรังสีขึ้นอยู่กับปริมาณของรังสีและส่วนของร่างกายที่ได้รับรังสี ตารางต่อไปนี้จะระบุข้อมูลเกี่ยวกับผลข้างเคียงจากการฉายรังสีที่พบบ่อยที่สุด

● ตารางแสดงผลข้างเคียงของการใช้ยายังวีซี

| ทุกส่วนของร่างกายที่ได้รับการฉายรังสี |  |
|---------------------------------------|--|
| อาการข้างเคียง                        | ข้อควรปฏิบัติ  |
| เหนื่อย/อ่อนเพลีย                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• เด็กควรนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ</li> </ul>  |
| ผิวแดง ตุ่มพอง                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• เปิดโล่งบริเวณผิวที่ระคายเคือง</li> <li>• ทำความสะอาดผิวตามที่แพทย์แนะนำ</li> <li>• ใช้ยาขี้ผึ้งทาผิว เลือกใช้เฉพาะชนิดที่แพทย์แนะนำเท่านั้น</li> <li>• พยายามหลีกเลี่ยงแสงแดดให้มากที่สุด</li> <li>• ใช้โลชั่นกันแดดอย่างน้อย SPF 30</li> </ul>  |
| ผมร่วง<br>(เฉพาะบริเวณที่ฉายรังสี)    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• หลังจากฉายรังสีครบคอร์สแล้ว เส้นผมจะงอกขึ้นมาใหม่ภายในระยะเวลาไม่กี่สัปดาห์ถึง 3 เดือน ยกเว้นบริเวณที่ลำรังสีผ่านโดยตรง เส้นผมอาจไม่งอกใหม่</li> <li>• ใช้แชมพูสระผมแบบอ่อนๆ</li> <li>• ตัดผมสั้น</li> <li>• หลีกเลี่ยงการใช้เครื่องเป่าผมและเครื่องดัดผมไฟฟ้า</li> <li>• ป้องกันไม่ให้หมวกศีรษะสัมผัสอากาศเย็นและแสงแดด</li> <li>• ใช้หวีซี่ห่าง</li> <li>• ถ้าอยากให้เด็กสวมวิก เลือกว่าก่อนที่เส้นผมทั้งหมดจะงอกขึ้นมาใหม่</li> <li>• ถ้าอยากปิดศีรษะอาจเลือกใช้หมวกและผ้าพันคอแบบต่างๆ</li> <li>• ขอยาจากแพทย์ผู้รักษา</li> </ul> |
| แผลในปาก                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ขอยารักษาแผลในช่องปากจากแพทย์ (เช่น สเปรย์</li> <li>• น้ำยาบ้วนปากชนิดพิเศษ และยาอม)</li> <li>• ใช้แปรงสีฟันแบบฟองน้ำหรือก้านพันสำลี</li> <li>• ให้เด็กบ้วนปากทุก 2-3 ชั่วโมงและหลังอาหารด้วยน้ำผสมผงฟู (baking soda) หรือน้ำเปล่า</li> <li>• หลีกเลี่ยงน้ำยาบ้วนปากที่ผสมแอลกอฮอล์มากซึ่งอาจทำให้แผลในปากระคายเคือง</li> <li>• หลีกเลี่ยงอาหารเย็นจัด ร้อนจัด เผ็ดจัด หรือมีกรดมาก</li> <li>• พยายามให้เด็กกินอาหารอ่อน</li> <li>• พาไปพบแพทย์ถ้าเด็กมีแผลในปากเจ็บปากหรือมีปื้นแดงหรือขาวในปาก</li> </ul>                           |

| อาการข้างเคียง                           | ข้อควรปฏิบัติ   |
|--|---|
| ปากแห้ง                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ดื่มน้ำมากๆ</li> <li>• อมลูกกวาดไร้น้ำตาลหรือเคี้ยวหมากฝรั่งไร้น้ำตาล</li> <li>• กลั้วปากด้วยน้ำยาบ้วนปากตามที่แพทย์แนะนำ</li> <li>• ดื่มน้ำของเหลวพร้อมอาหาร</li> </ul>   |
| <p>นายริสสิบบริเวณกระเพาะและหน้าท้อง</p> |   |
| คลื่นไส้ อาเจียน                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ตามแพทย์ว่ามียาชนิดใดบ้างที่สามารถควบคุมอาการคลื่นไส้ อาเจียนหรือยาระงับประสาทที่ช่วยให้เด็กหลับจนรู้สึกคลื่นไส้</li> <li>• ให้เด็กกินอาหารอ่อนๆ 3-4 ชั่วโมงก่อนรักษา</li> <li>• แนะนำให้เด็กกินอาหารปริมาณน้อย ๆ แต่บ่อยครั้งและค่อย ๆ กินอย่างช้าๆ</li> <li>• หลีกเลี่ยงอาหารรสหวาน มันมาก และเผ็ดหรืออาหารกลิ่นแรง</li> <li>• ให้เด็กกินอาหารเย็น แทนอาหารร้อน</li> <li>• ให้เด็กกินอาหารเหลวก่อน รอสัก 30-60 นาที แล้วค่อย</li> <li>• กินอาหารแข็ง เด็กส่วนใหญ่สามารถรับอาหารเหลวได้ดีกว่าอาหารแข็ง</li> <li>• ให้เด็กพักผ่อนหลังกินอาหาร</li> <li>• ถ้าเด็กอาเจียนอย่าให้กินหรือดื่มอะไรจนกว่าอาการจะสงบ เมื่อหยุดอาเจียน ให้เด็กดื่มน้ำของเหลวใสเล็กน้อย (เช่น น้ำ น้ำซุปล และเยลลี่) เริ่มจาก 1 ช้อนชาทุก 10 นาที ก่อนแล้วค่อยๆ เพิ่มปริมาณเป็น 1 ช้อนโต๊ะทุก 20 นาที ภายหลังเพิ่มเป็น 2 ช้อนโต๊ะ ทุก 30 นาที เมื่อเด็กไม่อาเจียนของเหลวใสออกมา ลองให้กินของเหลวข้น (เช่น ซุปข้น) พยายามให้เด็กกินทีละน้อย เมื่อแน่ใจว่าไม่อาเจียนออกมา ค่อยๆ เปลี่ยนเป็นอาหารแข็ง</li> </ul> |
| ท้องร่วง                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• พาไปพบแพทย์เมื่อเด็กมีอาการท้องเสียอย่างรุนแรงหรือถ่ายเหลวมากกว่า 3 ครั้งต่อวัน</li> <li>• หลีกเลี่ยงน้ำผลไม้ โดยเฉพาะน้ำแอปเปิล</li> <li>• หลีกเลี่ยงอาหารมัน</li> <li>• พยายามให้เด็กกินอาหารที่มีโปรตีนและแคลอรีสูงแต่มีไฟเบอร์ต่ำ เช่น ข้าวต้ม หรือก๋วยเตี๋ยว</li> <li>• ให้เด็กกินอาหารและของเหลวที่อุดมด้วยโซเดียมและโปแตสเซียม อาหารที่มีโปแตสเซียมมากที่ไม่ทำให้ท้องเสีย อาทิ กลั้ว น้ำพีช และมันฝรั่งต้มหรืออบ ดื่มน้ำเยอะๆ</li> </ul>  |



## ผลข้างเคียงระยะยาวของการฉายรังสี

การฉายรังสีอาจส่งผลกระทบต่อเด็กในอนาคต ตัวอย่างเช่น การฉายรังสีที่สมองโดยเฉพาะในเด็กเล็ก ๆ อาจทำให้เด็กมีปัญหาในการเรียนรู้และปัญหาพัฒนาการเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวที่อาศัยการสัมพันธ์ระหว่างส่วนต่างๆ ฉะนั้นแพทย์อาจแนะนำให้ลูกเข้ารับการทดสอบทางจิตวิทยาและไอคิวภายหลังจากการรักษา การฉายรังสีอาจส่งผลกระทบต่อเจริญเติบโตของลูกหรือเป็นสาเหตุทำให้เกิดมะเร็งก่อนใหม่บริเวณที่ฉายรังสี ซึ่งอาจเกิดขึ้นได้ภายหลังอีกหลายปีหลังจากได้รับรังสี ดังนั้น หากเป็นเด็กเล็กแพทย์อาจเลื่อนการฉายรังสีออกไปหรือ ถ้าเป็นไปได้ อาจเลือกวิธีการรักษาอื่น เช่น ยาเคมีบำบัด แพทย์ผู้รักษาไม่มีการรู้ก่อนว่าผลข้างเคียงระยะยาวที่อาจเกิดขึ้นกับลูกจะเป็นอย่างไรแน่ แต่ก็สามารถบอกให้ลูกทราบล่วงหน้าว่าผลข้างเคียงที่อาจเกิดขึ้นเหล่านั้นมีอะไรบ้าง

## ภูมิคุ้มกันบำบัด

ระบบภูมิคุ้มกันหรือระบบป้องกันภัยของร่างกายสามารถรับรู้ได้เมื่อมีสารแปลกปลอม เช่น แบคทีเรียและไวรัส บุกรุกเข้ามาในร่างกายและโจมตีเซลล์ ระบบนี้รับรู้เมื่อเซลล์เปลี่ยนไปอีกด้วยเช่นเมื่อเซลล์กลายเป็นมะเร็งและโจมตีเซลล์มะเร็งเหล่านี้การใช้ภูมิคุ้มกันบำบัด (immunotherapy) หรือการรักษาด้วยยาชีวบำบัด (biological therapy) ได้รับการพัฒนาขึ้นเพื่อใช้ประโยชน์จากความสามารถในการต่อสู้โรคของร่างกาย

ในการรักษาด้วยภูมิคุ้มกันบำบัด แพทย์ให้สารที่เรียกว่า biological response modifier (BRM) ชนิดต่างๆ แก่ผู้ป่วยโรคมะเร็ง BRM เป็นสารที่สร้างขึ้นโดยร่างกายตามธรรมชาติเพื่อต่อสู้กับมะเร็งและโรคอื่นๆ นักวิทยาศาสตร์สามารถผลิต BRM ปริมาณมากเพื่อใช้ในการรักษามะเร็ง BRM เหล่านี้ทำลายเซลล์มะเร็งและเปลี่ยนวิธีการที่ร่างกายแสดงปฏิกิริยาต่อมะเร็งและอาจช่วยร่างกายสังเคราะห์เซลล์ที่ไม่เป็นมะเร็งซึ่งถูกทำลายโดยยาเคมีบำบัดอีกด้วย

มีการใช้ BRM หลายชนิดในการรักษาโรคมะเร็ง โดย BRM ที่นำมาใช้ 4 ชนิด ได้แก่ ไซโตไคน์ (cytokine) อินเตอร์ลิวคิน (interleukin) ยากระตุ้นการสร้างเม็ดเลือด (colony-stimulating factor) และโมโนโคลนอล แอนติบอดี (monoclonal antibodies)

**ไซโตไคน์** เป็นโปรตีนที่มีปริมาณเพียงเล็กน้อยซึ่งผลิตโดยทุกเซลล์ของร่างกายเพื่อช่วยควบคุมการทำงานของเซลล์ อินเตอร์เฟอรอน (interferon) ซึ่งเป็นไซโตไคน์ชนิดหนึ่ง ช่วยสนับสนุนระบบภูมิคุ้มกันในการชะลออัตราการเติบโตและการแบ่งตัวของเซลล์มะเร็ง ซึ่งส่งผลให้เซลล์มะเร็งหยุดชะงักการเจริญเติบโตและตายไปในที่สุด ในเด็กที่เป็นมะเร็ง แพทย์ได้ทดสอบไซโตไคน์กับมะเร็งเม็ดเลือดขาว (leukemia) มะเร็งกระดูก (osteosarcoma) มะเร็งสมอง (brain tumor) และมะเร็งต่อมหมวกไต (neuroblastoma) แล้ว

**อินเตอร์ลิวคิน** เป็นไซโตไคน์อีกชนิดหนึ่งที่ผลิตโดยลิมโฟไซต์ (lymphocyte) อินเตอร์ลิวคิน-2 ซึ่งเป็นอินเตอร์ลิวคินที่ถูกค้นคว้าวิจัยมากที่สุดชนิดหนึ่ง กระตุ้นให้เซลล์เม็ดเลือดขาวบางชนิดเจริญเติบโตและทำลายเนื้องอก

**ยากระตุ้นการ** สร้างเม็ดเลือดเป็นโปรตีนที่กระตุ้นให้เซลล์ไขกระดูกผลิตเม็ดเลือดขาวเม็ดเลือดแดง หรือ เกล็ดเลือด

**โมโนโคลนอล** แอนติบอดี ทำปฏิกิริยากับแอนติเจน (antigen) ที่จำเพาะบางชนิด ซึ่งร่างกายรับรู้ว่ามีสิ่งแปลกปลอมในร่างกายหรือเป็นสารแปลกปลอม ที่อยู่บนพื้นผิวของเซลล์มะเร็ง นักวิทยาศาสตร์สามารถสร้างแอนติบอดีที่จำเพาะเซลล์บางชนิดได้ และอาจใช้โจมตีและสร้างความเสียหายหรือทำลายเฉพาะเซลล์มะเร็งได้ รวมทั้งใช้เพื่อนำส่งยาต้านมะเร็งหรือรังสีไปยังเซลล์มะเร็งที่เป็นเป้าหมาย วิธีการรักษาแบบนี้กำลังอยู่ในขั้นตอนของการพัฒนาและจำกัดเฉพาะในการทดลองทางคลินิกเท่านั้น

### ผลข้างเคียงของภูมิคุ้มกันบำบัด

ขึ้นอยู่กับวิธีการรักษาแต่ละแบบ ภูมิคุ้มกันบำบัดมักทำให้เกิดอาการคล้ายไข้หวัดใหญ่ เช่น หนาวสั่น ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ อ่อนเพลีย หดความอยากอาหาร คลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย และบางครั้งก็มีผื่นแดงร่วมด้วย ในบางกรณี ผู้ป่วยอาจเลือดออกหรือเป็นจ้ำเลือดได้ง่าย ผู้ป่วยอาจจำเป็นต้องนอนพักรักษาตัวในโรงพยาบาลในขณะที่รับการรักษา ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับว่าปัญหาเหล่านี้รุนแรงแค่ไหน ปกติผลข้างเคียงเช่นนี้มักหายไปหลังหยุดการรักษา แพทย์จะทำการติดตามผลข้างเคียงอย่างไร

### การปลูกถ่ายไขกระดูกและสเต็มเซลล์

เด็กบางคนที่เป็นมะเร็งเม็ดเลือดขาวหรือมะเร็งชนิดอื่นอาจจำเป็นต้องได้รับการปลูกถ่ายไขกระดูก (bone marrow transplantation – BMT) หรือการปลูกถ่ายสเต็มเซลล์หรือเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดเลือด (peripheral blood stem cell transplantation – PBSC) ในการรักษาแบบนี้ เซลล์เม็ดเลือดในไขกระดูกที่เป็นโรค ซึ่งเป็นแหล่งผลิตเซลล์เม็ดเลือด จะถูกกำจัดออกแล้วถูกทดแทนด้วยเซลล์ที่แข็งแรง (สเต็มเซลล์) ซึ่งจะเจริญเติบโตเป็นเซลล์ใหม่ที่มีแข็งแรงต่อไป

สเต็มเซลล์ คือ เซลล์ตัวอ่อนที่สามารถแบ่งตัวได้ไม่รู้จบและสามารถพัฒนาตัวเองไปเป็นเซลล์เม็ดเลือด 3 ชนิด

- เซลล์เม็ดเลือดขาว ซึ่งมีหน้าที่ต่อสู้กับการติดเชื้อ
- เซลล์เม็ดเลือดแดง ซึ่งมีหน้าที่ลำเลียงออกซิเจนไปยังอวัยวะและเนื้อเยื่อ และเก็บของเสียจากอวัยวะและเนื้อเยื่อ
- เกล็ดเลือดที่ทำให้เลือดแข็งตัว

สเต็มเซลล์ที่เป็นต้นกำเนิดเม็ดเลือดส่วนใหญ่พบอยู่ในไขกระดูก แต่ก็ลอยอยู่ในกระแสเลือดด้วยในปริมาณน้อย เลือดจากสายสะดือก็มีสเต็มเซลล์ด้วย หากแพทย์แนะนำให้ลูกคุณพ่อคุณแม่ได้รับการปลูกถ่ายสเต็มเซลล์ แพทย์จะทำการเก็บสเต็มเซลล์จากไขกระดูก กระแสเลือดหรือเลือดจากสายสะดือของผู้บริจาค หรือไขกระดูกหรือกระแสเลือดของเด็กเอง

การเติบโตของสเต็มเซลล์ที่แข็งแรงมี 2 ลักษณะ

- แบ่งตัวเป็นสเต็มเซลล์ใหม่
- เจริญเติบโตเป็นเซลล์เม็ดเลือดขาว เซลล์เม็ดเลือดแดง หรือเกล็ดเลือด

หลังจากปลูกถ่ายในผู้ป่วยโรคมะเร็งแล้ว สเตมเซลล์สามารถช่วยเหลือในการฟื้นฟูระบบผลิตเม็ดเลือดที่ได้รับความเสียหาย สถานการณ์ที่ผู้ป่วยจำเป็นต้องได้รับการปลูกถ่ายมีอยู่ 2 กรณี กรณีแรก เมื่อมะเร็งทำให้ไขกระดูกเสียหาย ในกรณีนี้ แพทย์มักใช้วิธีการปลูกถ่ายการปลูกถ่ายไขกระดูก หรือสเตมเซลล์ในการรักษามะเร็งเม็ดเลือดขาวและมะเร็งต่อมน้ำเหลือง อีกกรณีหนึ่ง เมื่อการรักษาจำเป็นต้องใช้ยาเคมีบำบัดหรือการฉายรังสีที่มีขนาดสูงจนทำให้เซลล์ในไขกระดูกของเด็กตายเกือบหมด ในขณะที่รักษา ยาเคมีบำบัดและการฉายรังสีจะทำลายเซลล์ทุกเซลล์ที่แบ่งตัวอย่างรวดเร็ว เนื่องจากเซลล์มะเร็งแบ่งตัวเร็วกว่าเซลล์ปกติเป็นส่วนใหญ่ เซลล์มะเร็งจึงถูกทำลายหมดหรือเกือบหมดโดยการรักษา อย่างไรก็ตาม เซลล์เม็ดเลือดปกติในไขกระดูกก็แบ่งตัวเร็วกว่าเซลล์อื่นในร่างกายเช่นกัน การรักษาที่ใช้ขนาดสูงสามารถทำให้เซลล์เหล่านี้เสียหายไปด้วย

การปลูกถ่ายไขกระดูกและสเตมเซลล์ มี 3 วิธี คือการปลูกถ่ายจากเซลล์ของตนเอง (autologous transplant), การปลูกถ่ายจากเซลล์ของผู้อื่น (allogeneic transplant) และการปลูกถ่ายจากเซลล์ของฝาแฝด (syngeneic transplant)

### **การปลูกถ่ายจากเซลล์ของตนเอง (Autologous transplant)**

ผู้ป่วยเป็นผู้บริจาคเซลล์ของตนเอง สเตมเซลล์เหล่านี้อาจได้มาจากไขกระดูกหรือเลือดโดยใช้กระบวนการแยกเซลล์จากกระแสเลือด (apheresis procedure) การเก็บสเตมเซลล์กระทำในช่วงโรคสงบ (เมื่อโรคมะเร็งไม่แสดงอาการ) เพื่อให้แน่ใจว่าเซลล์มะเร็งที่ยังหลงเหลืออยู่เพียงเล็กน้อยนั้นจะถูกทำลายจนหมดสิ้น หลังจากที่ทำทำการเก็บเซลล์จากไขกระดูกหรือกระแสเลือดแล้ว เด็กจะได้รับยาเคมีบำบัดในปริมาณสูงมาก ซึ่งปกติใช้เวลาประมาณ 2-6 วัน และ/หรือผู้ป่วยถูกฉายรังสีทั่วร่างกายเพียงครั้งเดียวหรือหลายครั้ง ในช่วงเวลาหลายวันเพื่อกำจัดมะเร็งให้หมดไป หลังจากนั้น ไขกระดูกหรือเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดเลือดที่เก็บได้จึงถูกส่งกลับเข้าไปในตัวเด็กทางหลอดเลือดดำในลักษณะที่เหมือนกับการถ่ายเลือด

### **การปลูกถ่ายจากเซลล์ของผู้อื่น (Allogeneic transplant)**

พี่น้อง พ่อแม่ หรือคนอื่นที่ใช้ชีวิตของเด็ก เป็นผู้บริจาคไขกระดูกหรือสเตมเซลล์ ซึ่งต้องมีลักษณะเหมือนหรือใกล้เคียงกับเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดเลือดของผู้ป่วยมากที่สุด การปลูกถ่ายเซลล์เม็ดเลือดจากสายสะดือเป็นแบบนี้

### **การปลูกถ่ายจากเซลล์ของฝาแฝด (Syngeneic transplant)**

แพทย์ใช้ไขกระดูกหรือเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดเลือดที่เหมือนกันทุกประการจากฝาแฝดในการปลูกถ่าย

ก่อนการปลูกถ่าย ปกติสายสะดือถูกสอดเข้าไปในหลอดเลือดดำใหญ่บริเวณทรวงอกเพื่อปลูกถ่ายไขกระดูกหรือเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดเลือด รวมทั้งเพื่อให้เลือด ยาปฏิชีวนะ และยาชนิดอื่นและถ่ายเลือดออกจากร่างกาย เด็กได้รับยาต้านมะเร็งและ/หรือการฉายรังสีขนาดสูง เมื่อเซลล์มะเร็งและเซลล์ไขกระดูกที่แข็งแรงบางเซลล์ถูกทำลาย การปลูกถ่ายไขกระดูกหรือเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดเลือดใหม่ที่แข็งแรงก็สามารถกระทำได้ ไขกระดูกหรือเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดเลือดที่ให้ผู้ป่วยถูกส่งผ่านทางสายสะดือและเดินทางในกระแสเลือดโดยมุ่งตรงไปยังไขกระดูก ซึ่งเป็นแหล่งที่ไขกระดูกหรือเซลล์ต้นกำเนิดเริ่มผลิตเซลล์เม็ดเลือดแดง เซลล์เม็ดเลือดขาว และเกล็ดเลือด

โดยปกติ การผลิตเซลล์เม็ดเลือดขาวจนเพียงพอสำหรับการต่อสู้กับการติดเชื้อและการผลิตเซลล์เม็ดเลือดชนิดอื่นกินเวลาราว 14-30 วันภายหลังจากปลูกถ่ายเซลล์ต้นกำเนิด ระหว่างนั้น ลูกมีความเสี่ยงเพิ่มขึ้นจากการติดเชื้อ ภาวะเลือดจาง และเลือดออกผิดปกติ การฟื้นตัวโดยสมบูรณ์ของระบบภูมิคุ้มกันของเด็กอาจกินเวลา 1-2 ปีหลังจากได้รับการปลูกถ่ายแบบ autologous, allogeneic และ synergeneic ลูกอาจจำเป็นต้องพักรักษาตัวในโรงพยาบาลที่ปลอดเชื้อ ในกรณีนี้ ผู้ป่วยต้องได้รับการดูแลเป็นพิเศษ ซึ่งรวมถึงการได้รับการถ่ายเลือดและยาปฏิชีวนะ

### การดูแลผู้ป่วยภายหลังการปลูกถ่ายไขกระดูก

โดยปกติเด็กที่ปลูกถ่ายไขกระดูกหรือเซลล์ต้นกำเนิดพักรักษาตัวในโรงพยาบาลเป็นเวลา 1-2 เดือน (บางทีก็นานกว่านั้น) ถึงแม้ว่าเด็กที่เป็นมะเร็งสมองอาจปลูกถ่ายไขกระดูกโดยไม่ต้องพักรักษาตัวก็ได้ เด็กที่ปลูกถ่ายไขกระดูกหรือเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดเลือดอาจจำเป็นต้องได้รับการดูแลเป็นพิเศษภายหลังการปลูกถ่ายไขกระดูก

### ภาวะแทรกซ้อนจากการปลูกถ่ายไขกระดูก

ภาวะแทรกซ้อนจากการปลูกถ่าย (graft-versus-host disease – GVHD) อาจเกิดขึ้นได้ในผู้ป่วยที่ได้รับไขกระดูกหรือเซลล์ต้นกำเนิดเม็ดเลือดจากผู้บริจาค ในกรณีที่ร่างกายปฏิเสธการปลูกถ่ายแบบ GVHD เซลล์ต้นกำเนิดที่ได้รับจากผู้บริจาคพบว่าตัวเองอยู่ในร่างกายของคนอื่น ด้วยเหตุนี้ พวกมันอาจทำอันตรายกับเนื้อเยื่อของผู้ป่วย เช่น ตับ ผิวหนัง หรือทางเดินอาหาร ภาวะแทรกซ้อนนี้อาจมีตั้งแต่อาการไม่รุนแรงจนถึงรุนแรงมากและอาจเกิดขึ้นเมื่อไรก็ได้ ภายหลังการปลูกถ่าย บางกรณีอาจเกิดขึ้นหลายปีหลังจากผู้ป่วยได้รับการปลูกถ่าย แพทย์อาจสั่งจ่ายยาเพื่อลดความเสี่ยงจากภาวะแทรกซ้อนจากการปลูกถ่ายหรือรักษาตามอาการ

### ● ตารางแสดงการดูแลภายหลังการปลูกถ่ายแบบ BMT และ PBSCT

| ปัญหา                            | การดูแลภายหลังการปลูกถ่าย  |
|----------------------------------|--|
| จำนวนเซลล์เม็ดเลือดทุกชนิดมีน้อย | <ul style="list-style-type: none"> <li>แยกผู้ป่วยจากคนที่ เป็นโรคติดเชื้อ</li> <li>ถ่ายเลือดที่มีเกล็ดเลือดและเซลล์เม็ดเลือดแดง</li> <li>การรักษาด้วยโปรตีนที่เพิ่มจำนวนเซลล์เม็ดเลือดขาว</li> </ul> |
| การติดเชื้อ                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>ให้ยาปฏิชีวนะทางหลอดเลือดดำ</li> <li>แยกผู้ป่วยจากคนอื่น</li> </ul>   |
| การติดเชื้อในระบบทางเดินอาหาร    | <ul style="list-style-type: none"> <li>ให้อาหารที่มีแบคทีเรียต่ำ</li> <li>การดูแลภายในช่องปาก</li> <li>ให้ยาปฏิชีวนะชนิดน้ำ</li> </ul>   |
| กินอาหารลำบากและไม่เพียงพอ       | <ul style="list-style-type: none"> <li>ให้อาหารทางหลอดเลือดดำ</li> </ul>   |

## ยาสมุนไพรและทางเลือกอื่นในการรักษาโรคมะเร็ง

ยาที่รักษามะเร็งได้มีมากมายหลายชนิด ยาบางอย่างค้นพบจากสารสกัดจากธรรมชาติแล้วทำให้เป็นสารเคมีบริสุทธิ์ หรือปรับปรุงโมเลกุลโดยผ่านกระบวนการทางชีวเคมี ผ่านการทดลองทางวิทยาศาสตร์และการทดลองทางคลินิก จึงได้ข้อสรุปว่าให้ขนาดเพียงใดจึงจะได้ผลดี เรียกกันว่ายาเคมีบำบัด

เป็นไปได้ว่ายังมีสารจากธรรมชาติอีกหลายชนิดที่อาจรักษามะเร็งได้ที่ยังค้นไม่พบ แยกเป็นสารบริสุทธิ์ไม่สำเร็จ หรือยังไม่ผ่านกระบวนการทดลองทางวิทยาศาสตร์ แพทย์แผนปัจจุบันจึงยังมีได้ใช้ยาเหล่านี้ในการรักษามะเร็ง แต่อาจเป็นที่รู้จักโดยแพทย์แผนไทย แพทย์แผนจีน ตำราหมอพื้นบ้าน ตำราสมุนไพร อาหารเสริม ชีวจิต พลังจักรวาล และพลังอื่น ๆ แพทย์แผนปัจจุบันเรียกการดูแลสุขภาพที่เราไม่รู้จักว่า แพทย์ทางเลือก (alternative medicine) การรักษาเด็กแต่ละคนอย่างไร่อมเป็นความสนใจของผู้ปกครอง ว่าเชื่อถือการแพทย์แบบใด โดยทั่วไปหากเด็กป่วยเป็นมะเร็งชนิดที่เราไม่รู้ว่าอาจรักษาให้หายขาดได้ เราก็จะเสนอว่าการรักษาด้วยยาเคมีบำบัด ร่วมกับการผ่าตัดและฉายรังสี (ถ้าจำเป็น) น่าจะเป็นทางเลือกที่ควรพิจารณาก่อน เพราะรู้ว่าเด็กบางคนหายขาดได้จริง ๆ แม้ว่าจะต้องอดทนเจ็บตัวกับการฉีดยา และความเสียหายอันเกิดจากผลข้างเคียงของยาเคมีบำบัด

แต่หากเป็นมะเร็งชนิดที่รักษายาก หรือแม้เป็นมะเร็งที่รักษาได้แต่โรคมะเร็งเกิดกำเริบขึ้นมาใหม่ระหว่างรักษาอยู่หรือหยุดยาเคมีบำบัดแล้ว ก็เป็นสัญญาณที่บอกว่าการให้ยาเคมีบำบัดต่อไปอาจไม่ได้ผล หรือได้ผลน้อยไม่คุ้มกับผลข้างเคียง ค่าใช้จ่าย หรือความเจ็บตัวที่เด็กจะต้องทน แต่ยาคือ ๆ ก็คงจะมีอีกมากมายในโลกนี้ที่แพทย์ยังไม่รู้จัก จึงไม่สามารถแนะนำได้ หากผู้ปกครอง หรือคนรู้จักแนะนำมา และผู้ปกครองเชื่อถือ ก็อาจเลือกที่จะลองให้เด็กกิน แพทย์แผนปัจจุบันบางคนก็อยาการู้เหมือนกันว่าจะได้ผลหรือไม่ หากว่าดีก็จะได้รู้ไว้แนะนำครอบครัวอื่นต่อไป แต่แพทย์แผนปัจจุบันบางคนก็ไม่อยากรู้

ระหว่างการรักษาด้วยยาเคมีบำบัด แพทย์มักแนะนำให้กินยาสมุนไพรหรืออาหารอื่นร่วมเพียงเพราะเหตุผลที่ว่า ยาหรืออาหารเหล่านั้น อาจทำไม่สะอาด และเพิ่มความเสี่ยงในการติดเชื้อรา หรือเชื้อโรคอื่นที่มากับพืชหรืออาหาร เนื่องจากยาเคมีบำบัดจะทำให้ภูมิคุ้มกันต่ำลง ติดเชื้อง่าย

## การอยู่โรงพยาบาล

การอยู่โรงพยาบาลมักเป็นสิ่งน่ากลัวสำหรับเด็ก ๆ โดยเฉพาะในช่วงแรก ๆ ต้องเจอกับคนหน้าใหม่ ๆ เครื่องมือแปลก ๆ กิจวัตรแบบใหม่ ๆ บางทีการนำเอาของใช้ส่วนตัวมาที่โรงพยาบาลอาจทำให้ความน่ากลัวลดน้อยลง และอาจเป็นสื่อในการพูดคุยระหว่างหมอ พยาบาล กับเด็กป่วย

สิ่งที่น่ากลัวที่สุดอย่างหนึ่งสำหรับเด็กคือการพรากจากพ่อแม่พี่น้องโรงพยาบาลหลายแห่ง เริ่มยอมให้พ่อแม่เฝ้าได้ โรงพยาบาลหลายแห่งเริ่มมีพื้นที่ไว้ให้เด็กเล่น มีของเล่น เกมสื่อกิจกรรมศิลปะหรือสิ่งประดิษฐ์ เป็นต้น ถ้าเด็กป่วยเกินกว่าที่จะไปเล่น บางทีเจ้าหน้าที่ อาสาสมัคร หรือคุณพ่อคุณแม่ อาจนำของเล่นมาเล่นที่เตียงก็ได้

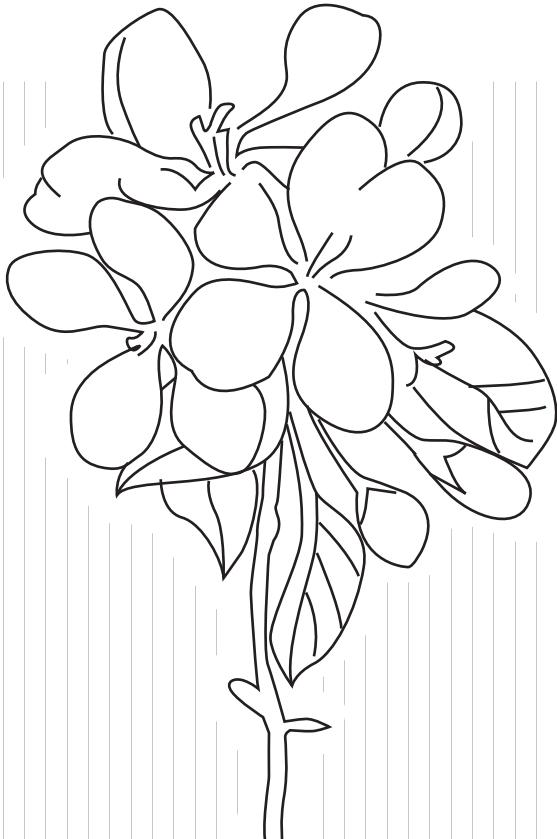


“

สัตว์ทั้งหลาย มีกรรมเป็นของตัว  
มีกรรมเป็นตัวให้กำเนิด  
มีกรรมเป็นตัวเกี่ยวข้อ  
มีกรรมเป็นที่พัว  
สัตว์ทั้งหลาย ทำกรรมใดไว้  
ดีหรือชั่วก็ตาม จักได้รับผลกรรมนั้นแน่นอน  
(พุทธภาษิต)

”

# การตรวจวินิจฉัยโรค



# การตรวจวินิจฉัยโรค

การตรวจวินิจฉัยโรคมีประโยชน์ไม่เพียงในการวินิจฉัยโรคเท่านั้น แต่ยังช่วยยืนยันผลการรักษาและเพื่อให้แน่ใจว่าการรักษาทำให้เซลล์ปกติน้อยเสียหายน้อยที่สุดในขั้นตอนของการรักษาผู้ป่วยจะถูกตรวจซ้ำด้วยการตรวจวินิจฉัยโรคหลายอย่าง

พ่อแม่และเด็กหลายคนระบุนำความเข้าใจเกี่ยวกับการตรวจวินิจฉัยช่วยให้พวกเขาคลายกังวล คุณอาจพิจารณาตามคำถามต่อไปนี้กับแพทย์ก่อนเข้ารับการตรวจวินิจฉัยใดๆ

- เด็กต้องตรวจอะไรบ้าง เป็นการตรวจที่ต้องมีการฉีดยาเจาะเลือด หรือต้องมีการกินยาอย่างไรบ้างหรือไม่
- ตรวจส่วนใดของร่างกาย การตรวจแต่ละอย่างกระทำอย่างไร
- การตรวจจะทำให้เด็กเจ็บปวดไหม มีวิธีใดบ้างที่จะช่วยให้ลูกผ่อนคลายและเจ็บน้อยลง
- ใครเป็นคนดำเนินการตรวจ เจ้าหน้าที่/พยาบาลเหล่านี้เคยทำงานกับเด็กมาก่อนหรือไม่
- แพทย์อยากได้ข้อมูลอะไรจากการตรวจเหล่านี้
- จะรู้ผลการตรวจภายในกี่วัน ผลการตรวจหมายความว่าอะไร

การตรวจบางอย่างทำให้เด็กเจ็บปวด แต่การตรวจส่วนใหญ่ไม่ทำให้เด็กเจ็บตัวแต่อย่างใดในการตรวจบางอย่าง ลูกอาจจำเป็นต้องอยู่นิ่งๆ นานเกือบชั่วโมง คุณพ่อคุณแม่ควรปรึกษาแพทย์ว่าเราจะช่วยทำให้ลูกรู้สึกสบายขึ้นได้อย่างไร ในการตรวจที่เด็กไม่ขยับตัวเป็นเวลานาน แพทย์อาจจ่ายยาที่ช่วยให้ลูกผ่อนคลายหรือเคลิ้มหลับ สำหรับการตรวจที่ทำให้เกิดความเจ็บปวด เช่น การตรวจไขกระดูก (bone marrow aspiration) และการเจาะน้ำไขสันหลัง (spinal tap) ปกติแพทย์มักให้กินหรือฉีดยาระงับปวด ในบางกรณีแพทย์อาจตัดสินใจวางยาสลบเพื่อให้เด็กหมดความรู้สึก



● ตารางแสดงการตรวจวินิจฉัยโรคแบบมาตรฐาน

| การตัดชิ้นเนื้อ (biopsy)                                     |  |  |
|--|--|--|
| การตรวจ  | วัตถุประสงค์   | วิธีการ  |
| การตัดชิ้นเนื้อตรวจแบบทั่วไป                                 | การตัดชิ้นเนื้อสามารถบอกได้ว่าเนื้องอกเป็นชนิดไม่อันตราย หรือมะเร็ง  | แพทย์ตัดบางส่วนของก้อนเนื้องอกออกทั้งก้อนหรือเพียงส่วนหนึ่ง พยาธิแพทย์เป็นผู้ตรวจดูเนื้อเยื่อด้วยกล้องจุลทรรศน์  |
| การตรวจไขกระดูก (bone - marrow aspiration หรือ biopsy)       | การเจาะตรวจไขกระดูก และตรวจดูเซลล์ที่อยู่ในไขกระดูก ด้วยกล้องจุลทรรศน์เพื่อเช็คว่ามีมะเร็งเม็ดเลือดขาวหรือไม่ หรือเพื่อยืนยันว่าการรักษาได้ผลดีไหม ถ้าเป็นมะเร็งชนิดอื่น การตรวจนี้จะบ่งชี้ว่าโรคได้แพร่กระจายไปยังไขกระดูกแล้วหรือไม่ | เด็กนอนตะแคงหรือนอนคว่ำโดยมีหมอนสอดอยู่ใต้สะโพก แพทย์ฉีดยาชาบริเวณกลางกระดูกสะโพกซึ่งอยู่ด้านข้างกระดูกสันหลัง แล้วใช้เข็มเจาะดูดตัวอย่างไขกระดูกเล็กน้อยเข้าไปเก็บในกระบอกฉีดยาอย่างรวดเร็วเด็กจะรู้สึกเจ็บเพียง 2-3 วินาที |
| การตรวจเลือด   |  |  |
| Tumor markers  | เป็นวิธีการค้นหาสารที่มีปริมาณเพิ่มขึ้นในกระแสเลือดของผู้ป่วยโรคมะเร็ง สามารถช่วยแพทย์ในการวินิจฉัยโรคมะเร็งและบ่งชี้ว่าเด็กตอบสนองกับการรักษาได้ดีเพียงใด   | ปกติแพทย์เก็บตัวอย่างเลือดด้วยการแทงเข็มเข้าไปในหลอดเลือดดำหรือที่มเข็มที่ปลายนิ้วมือแล้วบีบให้เลือดออกมา 2-3 หยด บางครั้งตัวอย่างเลือดอาจเก็บจากสายสวนที่สอดเข้าไปในหลอดเลือดใหญ่ บริเวณทรวงอกที่เชื่อมกับหัวใจ             |
| การตรวจนับเม็ดเลือดอย่างสมบูรณ์ (complete blood count - CBC) | การตรวจ CBC เช็คจำนวนเซลล์เม็ดเลือดขาวฮีโมโกลบินเกล็ดเลือดและความเข้มข้นของเลือด ในตัวอย่างเลือด   |  |

| การตรวจ                                    | วัตถุประสงค์   | วิธีการ |
|--|--|---------|
| จำนวนเม็ดเลือดขาว (white blood cell – WBC) | WBC เป็นการวัดจำนวนเม็ดเลือดขาวในเลือดและบางครั้งใช้ตรวจหาเซลล์ตัวอ่อน (blast cell) บางชนิด ซึ่งเป็นลักษณะของมะเร็งเม็ดเลือดขาว, เม็ดเลือดขาวมีหน้าที่ต่อสู้กับเชื้อโรควิถีป้องกันร่างกายจากการติดเชื้อยาเคมีบำบัดและวิธีการรักษาอย่างอื่นอาจทำให้จำนวนเม็ดเลือดขาวลดลง ถ้าผลการตรวจแสดงว่าเม็ดเลือดขาวต่ำแพทย์อาจเลื่อนการรักษาออกไปจนกว่าเม็ดเลือดขาวจะเพิ่มขึ้น |         |
| ฮีโมโกลบิน (hemoglobin)                    | ฮีโมโกลบินเป็นโปรตีนที่พบในเม็ดเลือดแดงซึ่งมีหน้าที่ลำเลียงออกซิเจนไปยังเนื้อเยื่อทั่วร่างกาย ฮีโมโกลบินต่ำ บ่งชี้ภาวะโลหิตจาง เด็กจะรู้สึกอ่อนเพลีย และเหนื่อยง่าย ฮีโมโกลบินต่ำอาจเป็นผลของยาเคมีบำบัดหรือแสดงว่ามะเร็งกลับมาอีก   |         |
| การตรวจความเข้มข้นของเลือด (hematocrit)    | การตรวจความเข้มข้นของเลือดเช็คขนาด การทำงาน และจำนวนเม็ดเลือดแดง ค่าความเข้มข้นของเลือดต่ำ บ่งชี้ว่าผู้ป่วยมีภาวะโลหิตจาง  |         |
| นิวโทรฟิล (neutrophil)                     | เม็ดเลือดขาวชนิดนี้กินเชื้อโรค การตรวจนิวโทรฟิลในเลือดบ่งชี้ถึงความสามารถในการต่อสู้กับการติดเชื้อจากแบคทีเรียของร่างกาย   |         |

| การตรวจ                                    | วัตถุประสงค์   | วิธีการ   |
|--|--|---|
| การตรวจหาปริมาณเกล็ดเลือด (platelet count) | ผลการตรวจแสดงค่าวัดปริมาณเกล็ดเลือดซึ่งช่วยให้เลือดแข็งตัวและเลือดที่กำลังออกหยุดลงได้ เกล็ดเลือดต่ำอาจเป็นผลข้างเคียงของยาหรือการติดเชื้อ ผู้ที่เกล็ดเลือดต่ำเสี่ยงต่อเลือดออกง่ายหยุดยาก หรือเป็นจ้ำเลือดได้ง่าย           |   |
| <b>การเจาะน้ำไขสันหลัง</b>                 |  |   |
| การเจาะน้ำไขสันหลัง                        | การตรวจแบบนี้เก็บตัวอย่างน้ำ ไขสันหลังซึ่งเป็นของเหลวรอบๆ สมองและไขสันหลัง แพทย์ส่งดูน้ำไขสันหลังด้วยกล้องจุลทรรศน์เพื่อตรวจหาการติดเชื้อหรือเซลล์มะเร็ง นอกจากนี้ แพทย์ใช้วิธีนี้เพื่อให้ยาโดยตรงกับสมองและไขสันหลังอีกด้วย | เด็กนอนตะแคงคู้เข่า แพทย์สอดเข็มผ่านช่องระหว่างกระดูกชิ้นเล็กๆ ของกระดูกสันหลังจนถึงช่องว่างที่มีน้ำล้อมรอบไขสันหลังและเก็บตัวอย่างน้ำไขสันหลัง การตรวจแบบนี้อาจเจ็บปวดเด็กมักกังวล เพราะมองไม่เห็นที่กำลังเกิดอะไรขึ้น |
| <b>การตรวจด้วยการถ่ายภาพ</b>               |  |   |
| การตรวจเอกซเรย์แบบทั่วไป                   | ตรวจดูสภาพภายในร่างกายด้วยการถ่ายภาพด้วยเอกซเรย์   | ปกติการตรวจไม่ทำให้เจ็บเลย แต่เครื่องตรวจอาจทำให้เด็กตกใจกลัว อุปกรณ์บางอย่าง เช่น MRI เสี่ยงดังมาก   |
| การตรวจเอกซเรย์หลอดเลือด (angiogram)       | การตรวจเอกซเรย์หลอดเลือดแสดงให้เห็นการเปลี่ยนแปลงในหลอดเลือดและอวัยวะใกล้เคียง หลอดเลือดอุดตันหรือหลอดเลือดที่เคลื่อนจากตำแหน่งปกติอาจบ่งชี้ว่ามีเนื้องอกบริเวณนั้น  | แพทย์ฉีดสีเข้าไปในหลอดเลือดแดงเพื่อให้สีพิเศษไหลเวียนในหลอดเลือดแดงแล้วภาพเอกซเรย์จำนวนหนึ่งจะถูกถ่ายเก็บไว้ สีชนิดนี้ทำให้ภาพหลอดเลือดปรากฏอยู่บนฟิล์มเอกซเรย์   |

| การตรวจ   | วัตถุประสงค์  | วิธีการ  |
|---|---|--|
| การตรวจด้วยคลื่นความถี่สูงหรืออัลตราซาวด์ (ultrasound)                          | อัลตราซาวด์เป็นการถ่ายภาพส่วนต่างๆ ของร่างกายด้วยคลื่นเสียง คลื่นเสียงที่สะท้อนเมื่อกระทบกับเนื้อเยื่อและอวัยวะทำให้เกิดภาพที่เรียกว่าโซโนแกรม (sonogram) ลักษณะการสะท้อนคลื่นเสียงของเนื้อเยื่อต่างจากเนื้อเยื่อปกติ เทคนิคนี้ช่วยให้แพทย์มองเห็นก้อนที่ผิดปกติในร่างกาย | อุปกรณ์ขนาดมือถือที่เรียกว่าทรานสดิวเซอร์ (transducer) เป็นเครื่องมือที่ใช้ในการส่งคลื่นเสียงไปยังส่วนต่างๆ ของร่างกายที่ต้องการตรวจ หลังจากขอลมผิวหนังด้วยเจลพิเศษ แพทย์หรือพยาบาลเคลื่อนทรานสดิวเซอร์ไปมาบริเวณที่ต้องการ  |
| การตรวจสแกนด้วยสารรังสี (radioisotope scanning)                                 | ตรวจหาตำแหน่งที่การสะสมรังสีผิดปกติ ในกระดูก ตับ สมอง ไต และอวัยวะอื่นๆ บริเวณที่สารกัมมันตรังสีสะสมในร่างกายบ่งชี้ว่าอาจเป็นตำแหน่งที่มีเซลล์มะเร็งอยู่  | ฉีดกลืนหรือถูกฉีดด้วยสารกัมมันตรังสีอ่อนๆ ที่ไม่เป็นอันตราย หลังจากรอครู่หนึ่งแพทย์เคลื่อนเครื่องสแกนเนอร์ไปมาบนร่างกายเพื่อตรวจจับรังสี   |
| การตรวจสแกนด้วยสารรังสี (radioisotope scanning)                                 | ตรวจหาตำแหน่งที่การสะสมรังสีผิดปกติ ในกระดูก ตับ สมอง ไต และอวัยวะอื่นๆ บริเวณที่สารกัมมันตรังสีสะสมในร่างกายบ่งชี้ว่าอาจเป็นตำแหน่งที่มีเซลล์มะเร็งอยู่  | ฉีดกลืนหรือถูกฉีดด้วยสารกัมมันตรังสีอ่อนๆ ที่ไม่เป็นอันตราย หลังจากรอครู่หนึ่งแพทย์เคลื่อนเครื่องสแกนเนอร์ไปมาบนร่างกายเพื่อตรวจจับรังสี เด็กจะไม่ได้รับอันตรายจากสารกัมมันตรังสีทั้งในระหว่างการตรวจและภายหลังการตรวจ   |
| การตรวจเอกซเรย์คอมพิวเตอร์ CT scan หรือ CAT scan (computerized tomography scan) | CT scan เป็นการตรวจอวัยวะและเนื้อเยื่อที่แสดงผลเป็นภาพ 3 มิติด้วยการใช้ลำแสงเอกซเรย์สแกนส่วนต่างๆ ของร่างกาย CT scan แสดงภาพเนื้อเยื่ออ่อนที่คมชัดกว่าเอกซเรย์และเผยข้อมูลที่เป็นประโยชน์มากเกี่ยวกับตำแหน่ง ขนาด และชนิดของเนื้องอก                                      | ในขณะที่เด็กนอนนิ่งๆ เครื่องขนาดใหญ่จะถ่ายภาพด้วยการเคลื่อนกลับไปกลับมา การสแกนกินเวลา 30-90 นาทีในบางกรณี มีการฉีดสีเข้าหลอดเลือดดำก่อนเริ่มสแกน ถ้าเด็กมีสายสวนหลอดเลือดดำส่วนกลางบริเวณทรวงอก ปกติไม่สามารถใช้สายสวนนี้ขณะทำ CT scan ของทรวงอกควรเตรียมตัวเด็กให้พร้อมสำหรับการแทงเข็มเข้าหลอดเลือดดำที่มือ |

| การตรวจ  | วัตถุประสงค์   | วิธีการ  |
|--|--|--|
| การตรวจด้วย สนามแม่เหล็ก MRI(magnetic resonance imaging) | MRI สร้างภาพส่วนต่างๆ ทั่วร่างกายที่ด้วยเทคโนโลยีการสร้างภาพจากการสะท้อนของสนามแม่เหล็กกำลังสูงที่เชื่อมต่อกับคอมพิวเตอร์ เนื่องจาก MRI มองเห็นทะลุกระดูกได้ จึงสามารถแสดงภาพเนื้อเยื่อรอบบริเวณไขสันหลังได้ อย่างชัดเจน | เด็กนอนบนที่แคบ ๆ ที่ถูกดันให้เข้าไป อยู่ในโพรงลักษณะกลมและยาว เด็กจะได้ยินเสียงดังหนึ่งครั้งตามด้วยเสียงดังเป็นจังหวะเบาๆ การตรวจใช้เวลา 15-90 นาที เด็กต้องนอนนิ่งๆ ระหว่างการตรวจตลอดเวลา ในบางกรณี อาจจำเป็นต้องฉีดสีเข้าหลอดเลือดดำ ก่อนเริ่มตรวจ |

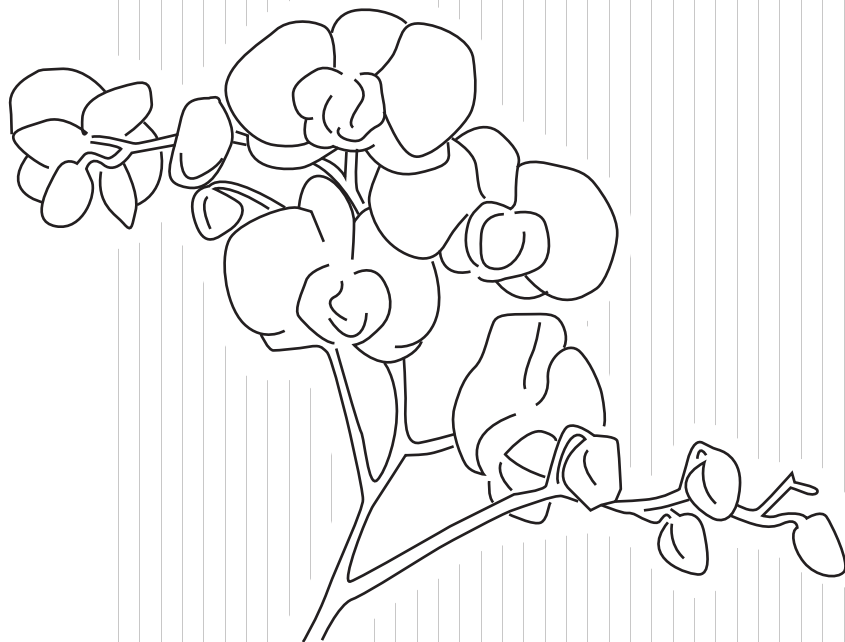


“

จิตที่เป็นศีล เป็นสมาธิ  
เกิดมีเมตตาจิตแล้ว อยู่คนเดียวก็เกิดปีติ เกิดสุขได้  
พระท่านปฏิบัติอยู่ในป่าองค์เดียว  
เมื่อจิตมีเมตตาแล้ว ก็มีความสุขตลอด  
เมื่อใจเรามีเมตตา เราจะไม่เหงา  
ไม่เรียกร้องความสนใจ ความรัก จากผู้อื่น  
เพราะใจมีเมตตา เป็นใจที่หนักแน่น มีกำลัง  
(พระอาจารย์มิตซูโอะ คเวสโก)

”

# ปัทมาศุภภาพทั่วโลก



# ปัญหาสุขภาพทั่วไป

## การบรรเทาความเจ็บปวด โภชนาการ การรักษาการติดเชื้ การสร้างภูมิคุ้มกันเลือดออกการถ่ายเลือดและการดูแลสุขภาพภายในช่องปากเป็นส่วนหนึ่งของการรักษาแบบประคับประคอง(supportive care)

เป้าหมายของการรักษาแบบประคับประคองคือเพื่อป้องกันหรือบรรเทาผลข้างเคียงของการรักษาและโรคมะเร็ง ด้วยการดูแลรักษาแบบนี้ ลูกจะได้รับการบำบัดรักษาที่จำเป็นเพื่อเพิ่มความปลอดภัยและความสบายใจ คุณอาจพูดคุยกับแพทย์ผู้รักษาเพื่อพิจารณาว่าข้อมูลต่อไปนี้จะช่วยเหลือลูกได้อย่างไร

### ความเจ็บปวด

ลูกอาจรู้สึกความเจ็บปวดได้จากหลายสาเหตุ ความเจ็บปวดอาจเกิดจากโรคมะเร็งหรือจากการรักษา เช่น การผ่าตัดเพื่อกำจัดเนื้องอก หรือผลข้างเคียงของยาเคมีบำบัด บางครั้งความเจ็บปวดอาจไม่เกี่ยวกับมะเร็งก็เป็นได้ เช่น ปวดฟันหรือปวดศีรษะ

- เด็กที่เป็นมะเร็งไม่ได้เผชิญกับความเจ็บปวดทุกคน และผู้ที่เจ็บปวดก็ไม่ได้รู้สึกเช่นนั้นตลอด
- ยาและวิธีการรักษาแบบอื่นสามารถบรรเทาความเจ็บปวดจากโรคมะเร็งได้เสมอ
- การบรรเทาความเจ็บปวดไม่เพียงทำให้เด็กรู้สึกสบายขึ้นเท่านั้น แต่อาจช่วยให้เขาหลับสบายขึ้นและกินอาหารเพิ่มขึ้น
- พ่อแม่มักรู้สึกท้อแท้สิ้นหวังเมื่อลูกรู้สึกเจ็บปวด ปฏิกิริยาเช่นนี้เป็นเรื่องธรรมชาติ การที่เราไม่รู้ล่วงหน้าว่าอาจเกิดอะไรขึ้นบ้าง และควรบรรเทาความเจ็บปวดอย่างไร อาจจะสามารถช่วยเราได้ คุณพ่อคุณแม่จึงควรซักถามแพทย์ว่าลูกจะมีการเจ็บปวดใดๆหรือไม่ มีวิธีใดบ้างที่ช่วยบรรเทาความเจ็บปวด ขอให้แพทย์แนะนำว่าพ่อแม่ควรทำอย่างไรเมื่อลูกรู้สึกเจ็บปวด

### จัดการกับความเจ็บปวด

วิธีการบรรเทาความเจ็บปวดที่ดีที่สุดคือจัดการกับต้นเหตุ ถ้าเนื้องอกเป็นตัวการที่ทำให้เด็กเจ็บปวด แพทย์อาจพยายามตัดหรือลดขนาดเนื้องอกด้วยวิธีการผ่าตัด การฉายรังสี หรือยาเคมีบำบัด วิธีการอื่นที่ช่วยบรรเทาหรือควบคุมอาการเจ็บปวดมีดังนี้

- นวดคลึงหรือประคบเย็นหรือร้อน
- ยาระงับปวด
- กายภาพบำบัด (นิกายภาพบำบัดรักษาอาการเจ็บปวดกล้ามเนื้อ เส้นประสาท ข้อต่อ และกระดูกด้วยการออกกำลังกาย กระตุ้นด้วยไฟฟ้า ธาราบำบัด การนวด ความร้อน ความเย็น และอุปกรณ์ไฟฟ้า)
- การผ่อนคลาย



- เบี่ยงเบนความสนใจ
- จินตภาพบำบัด (ฝึกให้เด็กสร้างมโนภาพหรือนึกถึงเรื่องราวที่ทำให้จิตใจเป็นสุข)
- ฉีดยาชาระงับปวดเฉพาะที่ (nerve block)

การป้องกันไม่ให้เกิดความเจ็บปวด หรือไม่ให้ความเจ็บปวดทวีความรุนแรง เป็นวิธีการควบคุมความเจ็บปวดที่ดีที่สุด ซึ่งหมายความว่าลูกควรเริ่มกินยาระงับปวด ตั้งแต่ยังปวดไม่มากเสียก่อน แทนที่จะรอจนยาตอนที่ปวดมากแล้ว ยาระงับปวดแต่ละชนิดทำงานช้าเร็วต่างกัน ตั้งแต่ภายในเวลาไม่กี่นาทิจนถึงหลายชั่วโมง ถ้าลูกรอนานเกินไปและไม่กินยาระงับปวดทันทีเมื่อเริ่มมีอาการ ความปวดอาจมากขึ้นกว่าที่ยาจะช่วยระงับได้

หากอาการปวดไม่มากนัก คุณพ่อคุณแม่อาจเริ่มให้ยาระงับปวด เช่น พาราเซตามอล ก่อน ถ้าปวดมากขึ้น ลูกอาจต้องกินยาแรงซึ่งต้องสั่งจ่ายโดยแพทย์เท่านั้น ในบางกรณี แพทย์อาจสั่งจ่ายยาระงับปวดกลุ่มอนุพันธ์ของมอร์ฟีน (opioid) มอร์ฟีนเป็นยาระงับปวดที่มีฤทธิ์แรงที่สุด ผลการวิจัยยืนยันว่าการกินยากลุ่มมอร์ฟีนเพื่อระงับอาการปวดจากโรคมะเร็งจะไม่ทำให้ลูกติดยา ในกรณีนี้ลูกกินยากลุ่มมอร์ฟีนอยู่แล้ว ควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรก่อนเปลี่ยนไปกินยาชนิดอื่น

การมีส่วนร่วมในการรักษาด้วยการบอกเล่าข้อมูลเกี่ยวกับลูกเป็นสิ่งที่สำคัญ ตัวอย่างเช่น ถ้าคุณรู้ว่าลูกกลัวเข็มฉีดยา ควรปรึกษาแพทย์ว่าจะให้ยากินแทนได้หรือไม่ กรณีเด็กโตและวัยรุ่นที่นอนโรงพยาบาลอยู่ แพทย์อาจให้ยาผ่านเครื่องฉีดยาแบบที่ผู้ป่วยควบคุมได้เอง (patient-controlled analgesia, PCA) ซึ่งเป็นเครื่องฉีดยาระบบคอมพิวเตอร์แบบพกพาที่จ่ายยาระงับปวดผ่านเข้าเส้นเลือดดำตลอดเวลาในปริมาณน้อย ๆ หากเด็กยังมีอาการปวด เด็กก็สามารถกดปุ่มสั่งให้เครื่องปล่อยยาเพิ่มในปริมาณที่แพทย์กำหนดไว้เข้าเข้าเส้นเลือดดำ ในเครื่องฉีดยาแบบนี้ แพทย์สามารถตั้งโปรแกรมเพื่อกำหนดขนาดยาและการจ่ายยาเป็นระยะๆ ดังนั้น ถึงแม้กดปุ่มซ้ำหลายครั้ง เด็กจะไม่มีทางได้รับยาระงับปวดเกินขนาด

## รู้ได้อย่างไรว่าลูกปวดขนาดไหน

การรักษาอาการปวดในเด็กจำเป็นต้องมีความเข้าใจเกี่ยวกับตัวเด็กและอายุของเด็กเป็นพิเศษ ในบางกรณี คุณพ่อคุณแม่อาจจำเป็นต้องคุยกับลูกด้วย โดยเฉพาะเด็กอายุไม่ถึง 4 ขวบ สำหรับการกรและเด็กอายุน้อยมาก คุณพ่อคุณแม่สามารถช่วยเหลื่อลูกได้โดยการสังเกตสีหน้าและเรียนรู้ความแตกต่างของเสียงร้องไห้ จดบันทึกพฤติกรรมที่เปลี่ยนไป เช่น หดหู่ แยกตัวหรือทำโน่นทำนี่น้อยลง การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้อาจหมายความว่าลูกกำลังรู้สึกเจ็บปวด บางครั้งเด็กรู้สึกปวดแต่เขาไม่สามารถบอกให้คุณพ่อคุณแม่รู้ได้ เขาอาจกลัวโดนดุ ถ้าคิดว่าลูกกำลังปวด คุณพ่อคุณแม่ควรถามลูก ชวนคุยเพื่อให้เด็กตอบว่าปวดตรงไหนและปวดมากแค่ไหน เทคนิคที่จะช่วยให้คุณพ่อคุณแม่เข้าใจว่าลูกกำลังปวดขนาดไหนคือการใช้มาตรวัดความปวด มาตรวัดความปวดที่ใช้แพร่หลายที่สุดคือ มาตรวัดความปวดเป็นภาพใบหน้าของหว่อง-เบเกอร์ (Wong-Baker FACES Pain Rating Scale) ซึ่งใช้กับเด็กอายุอย่างน้อย 3 ปี บนมาตรวัดนี้ ภาพใบหน้าแต่ละภาพแสดงถึงระดับความปวด ตั้งแต่ไม่ปวดเลย หรือเศร้าเพราะปวดนิดหน่อย หรือปวดมาก โดยใบหน้า 0 หมายถึงไม่ปวดเลย ใบหน้า 1 ปวดนิดหน่อย ใบหน้า

2 ปวดเพิ่มขึ้นอีกนิด ใบหน้า 3 ปวดมากกว่านั้นอีก ใบหน้า 4 ปวดมากๆ ใบหน้า 5 ปวดมากที่สุด



0 ไม่ปวดเลย

---



1 ปวดนิดหน่อย

---



2 ปวดเพิ่มขึ้นอีกนิด

---



3 ปวดมากกว่านั้นอีก

---



4 ปวดมากๆ

---



5 ปวดมากที่สุด

---

## หากยังควบคุมความปวดไม่ได้

ความเจ็บปวดที่เกิดจากโรคมะเร็งสามารถระงับหรือบรรเทาให้น้อยลงได้มาก ถ้าแพทย์ผู้รักษาไม่สามารถควบคุมอาการปวดของลูกได้ ลองติดต่อแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านการรักษาความเจ็บปวดโดยเฉพาะ แพทย์ที่เชี่ยวชาญด้านนี้ ได้แก่ แพทย์โรคมะเร็ง วิชาญญ์แพทย์ ศัลยแพทย์ ประสาท หรือเภสัชกร ที่อาจช่วยแนะนำวิธีการควบคุมความเจ็บปวดได้

## อาหารการกิน

การรักษาโรคมะเร็งอาจทำให้เกิดผลข้างเคียงหลายอย่าง ที่ทำให้เด็กเบื่ออาหาร หรือกินอาหารลำบาก ผลข้างเคียงทางกาย อาทิเช่น แผลในปาก การรับรสชาติผิดปกติ คลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย ท้องผูก และน้ำหนักขึ้น ผลกระทบด้านอารมณ์และจิตใจที่อาจส่งผลกับอุปนิสัยการกินของเด็กเช่นกัน เมื่อเด็กหุดหวิด กังวล หรือหวาดกลัว เขาอาจมีปัญหาเรื่องการรับประทานอาหารตามมา อาการเบื่ออาหารและความรู้สึกคลื่นไส้ อาเจียนเป็นเรื่องธรรมดาสำหรับเด็กวิตกกังวลมากหรือหวาดกลัว หากที่โรงพยาบาลมีนักโภชนาการ เขาอาจช่วยคุณพ่อคุณแม่วางแผนเรื่องอาหารการกินที่บ้านได้ ควรแจ้งให้แพทย์ทราบเมื่อลูกมีน้ำหนักลดลงหรือเพิ่มขึ้นผิดปกติ อาจสอบถามแพทย์ว่ามีวิธีการอะไรที่ใช้ได้ผลดีกับเด็กคนอื่น แม้เด็กจะรู้สึกเบื่ออาหาร แต่บางวันเด็กมีความสุขที่จะกินอาหารได้ คำแนะนำต่อไปนี้อาจช่วยให้เด็กมีความสุข รู้สึกอยากอาหารมากขึ้น

## จัดอาหารให้เลื่องน่ากิน

ทำให้อาหารที่ลูกชอบเลื่องน่ากินเป็นพิเศษ แต่อย่าบังคับลูกให้กินถ้าเขากำลังรู้สึกคลื่นไส้ อยู่ การบังคับให้กินอาจทำให้เด็กปฏิเสธอาหารนั้นไปอีกนานแสนนาน

พยายามให้ลูกกินอาหารแคลอรีสูง (เช่น ข้าว ข้าวเหนียว ขนมปัง ก๋วยเตี๋ยว ไข่เจียว นม ผสมไอศกรีม)

## อย่าเคร่งครัดในเรื่องเวลาอาหาร

ให้ลูกกินเมื่อไรก็ได้ที่รู้สึกหิว หรือลองเสนออาหารให้ลูกกินบ่อยๆ ควรซื้อขนมที่มีแคลอรี และโปรตีนสูงเก็บตุนไว้ที่บ้าน การกินอาหารหรือดื่มของเหลวแบบนี้แม้เพียงเล็กน้อยทุกชั่วโมง ช่วยเพิ่มปริมาณโปรตีนและแคลอรีที่เด็กต้องการในแต่ละวัน

ยากินบางอย่างอาจทำให้ลูกหมดความอยากอาหาร ยาบาวอย่างควรกินตอนเช้า ยาบาวอย่างควรกินตอนเที่ยง และยาบาวอย่างไม่ควรกินตอนท้องว่าง ควรถามแพทย์ว่าเด็กควรกินยาแต่ละชนิดเมื่อไรและอย่างไร ถ้าลูกไม่ยอมกินอาหารหรือมีผลข้างเคียงใดๆ แจ้งให้แพทย์ทราบ

พยายามเปลี่ยนเวลา สถานที่ และสภาพแวดล้อมในขณะที่กินอาหาร การล่องจัดปิกนิกแม่เป็นการจัดเล่นๆ ในบ้าน ก็เป็นสิ่งที่ทำให้การรับประทานอาหารสนุกสนานมากขึ้น การดูรายการทีวีที่เด็กชอบหรือการเชิญเพื่อนสนิทให้มากินอาหารร่วมกับลูกอาจช่วยให้ลูกรู้สึกอยากกินอาหารเพิ่มขึ้น

## สร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย

- ทำให้การรับประทานอาหารเป็นช่วงเวลาที่สงบสุขและผ่อนคลายไม่ต้องรีบร้อน
- แสดงความชื่นชมลูกเวลากินอาหารมากเป็นพิเศษ อาจใช้รางวัลเพื่อเป็นแรงจูงใจบ้าง เช่น ขนมหวานที่ลูกชอบหรือของเล่นใหม่ เวลาที่จะให้รางวัล ควรคำนึงถึงพี่น้องของเด็กไปด้วย
- หลีกเลี่ยงการโต้เถียง จู้จี้ขี้บ่น หรือใช้วิธีลงโทษ การบังคับให้เด็กกินอาหารทำให้สถานการณ์เลวร้ายลงไปอีก

หากลูกมีปัญหาเรื่องกินอาหารมากจนน่าเป็นห่วง อาจปรึกษาแพทย์เกี่ยวกับยาที่ช่วยให้ลูกเจริญอาหาร

บางครั้งเด็กอาจมีน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น ระหว่างการรักษา เนื่องจาก มีปริมาณน้ำคั่งในร่างกายมากเกินไป ในกรณีนี้ อย่าควบคุมอาหาร แต่พึงแจ้งให้แพทย์ทราบ หากน้ำหนักที่เพิ่มขึ้นมาจากน้ำคั่งในร่างกาย แพทย์อาจแนะนำให้ลดการบริโภคเกลือเนื่องจากเกลือทำให้ร่างกายกักเก็บน้ำเพิ่มขึ้น หรืออาจสั่งให้เด็กกินยาขับปัสสาวะเพื่อขับน้ำส่วนเกินออกมา

เด็กที่เป็นมะเร็งจำเป็นต้องกินอาหารที่มีแคลอรีและโปรตีนสูง อาหารแคลอรีสูง ช่วยป้องกันไม่ให้ น้ำหนักลดมาก ส่วนอาหารอุดมด้วยโปรตีนช่วยให้ร่างกายแข็งแรงและซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ เพื่อให้เด็กกินอาหารที่มีโปรตีนและแคลอรีสูง ลองปฏิบัติดังนี้

- ให้เด็กดื่มนมและน้ำระหว่างมื้ออาหาร ไม่ควรดื่มพร้อมมื้ออาหาร บางครั้งนมและน้ำก็ทำให้เด็กรู้สึกอิ่มและทำให้ไม่อยากกินอาหารอื่นตามปกติ การดื่มนมและน้ำด้วยหลอดจะช่วยให้เด็กกินง่ายขึ้น
- ยาเคมีบำบัดบางชนิดอาจทำให้การรับรสชาติผิดปกติระยะหนึ่ง ฉะนั้น การให้เด็กกินอาหารปรุงรสจัด เช่น ต้มยำ ลาบ (ที่สุกสะอาด) จะดีกว่าอาหารปกติ และคุณพ่อคุณแม่อาจเติมเกลือหรือน้ำตาลเพื่อทำให้รสชาติดีขึ้นก็ได้
- หลีกเลี่ยงอาหารที่มีแคลอรี เช่น น้ำอัดลม มันฝรั่งทอด และลูกกวาด ซึ่งทำให้เด็กหมดความอยากอาหาร และไม่มีสารอาหารที่มีคุณค่าเลย นมผสมไอศกรีม ผลไม้หรือน้ำผลไม้ เป็นอาหารเสริมแคลอรีและโปรตีนที่ดีกว่า

## การติดเชื้อ

การติดเชื้อแทรกซ้อนเป็นปัญหาพบได้บ่อยในเด็กที่ป่วยเป็นมะเร็ง โดยเฉพาะเด็กที่ได้รับยาเคมีบำบัด ยาเคมีบำบัดเป็นเหตุทำให้จำนวนเม็ดเลือดขาวต่ำลง ซึ่งเพิ่มความเสี่ยงที่เด็กติดเชื้อแทรกซ้อนได้ง่าย พึงแจ้งให้แพทย์ทราบทันทีเมื่อสงสัยว่าลูกมีการติดเชื้อ เช่น ตัวร้อน เป็นไข้

การติดเชื้อมักมีสาเหตุจากแบคทีเรีย ไวรัส หรือเชื้อโรคอย่างอื่น ๆ แพทย์จึงอาจจะเก็บตัวอย่างมูกจากลำคอ เลือด ปัสสาวะ หรืออุจจาระ เพื่อไปเพาะเชื้อเพื่อหาสาเหตุของการติดเชื้อ ถ้าการติดเชื้อน่าจะเกิดจากแบคทีเรีย แพทย์จะแนะนำให้ลูกกินหรือฉีดยาปฏิชีวนะ แต่ยาปฏิชีวนะไม่สามารถฆ่าเชื้อไวรัส หากตรวจไม่พบเชื้อไวรัส แพทย์จะให้ยาปฏิชีวนะจนกว่าเม็ดเลือดขาวจะขึ้นแม้ว่าผลการตรวจห้องปฏิบัติการไม่ยืนยันว่าพบแบคทีเรียก็ตาม อย่างไรก็ตาม อย่างไรก็ดี ลูกอาจได้รับยา

ชนิดอื่นเพื่อบรรเทาอาการด้วย ถ้าการติดเชื้อแทรกซ้อนรุนแรงหรือเม็ดเลือดขาวต่ำมาก ลูกอาจต้องรักษาตัวในโรงพยาบาล และแพทย์อาจหยุดการรับประทานมะเร็งชั่วคราวจนกว่าการติดเชื้อจะหายไป

การติดเชื้อไวรัสบางอย่าง เช่น อีสุกอีใส อาจทำให้เกิดปฏิกิริยาแรงกับเด็กที่กำลังได้รับยาเคมีบำบัด พี่เลี้ยงแพทย์กันที่ถ้าสงสัยว่าลูกเป็นอีสุกอีใส หรือสัมผัสกับเด็กหรือผู้ใหญ่ที่เป็นอีสุกอีใส หรือบุคคลใด ๆ ที่เพิ่งได้รับวัคซีนอีสุกอีใส และหากเด็กไปโรงเรียนก็ควรขอให้ครูของลูกแจ้งคุณพ่อคุณแม่ด้วยทันทีที่มีเพื่อนร่วมชั้นเป็นอีสุกอีใส

หากเด็กเคยเป็นอีสุกอีใสแล้ว ปกติจะไม่เป็นซ้ำอีก แต่เด็กที่ได้รับยาเคมีบำบัดบางคนซึ่งเคยเป็นอีสุกอีใสอาจเกิดเป็นโรคนูสวัดได้ โรคนูสวัดเป็นโรคผิวหนังที่มีอาการเป็นตุ่มและผื่นแดงคล้ายโรคอีสุกอีใส แต่แทนที่จะเป็นทั้งตัว ผื่นนูนจะปรากฏเฉพาะบางส่วนของร่างกายเท่านั้น พาไปพบแพทย์กันที่ถ้าสงสัยว่าลูกเป็นโรคนูสวัด

โรคหัด อาจเป็นอันตรายร้ายแรงสำหรับเด็กที่กำลังรับยาเคมีบำบัด ถ้าสงสัยว่าลูกเป็นโรคหัด พี่เลี้ยงแพทย์กันที่

## การฉีดวัคซีน

เด็กที่กำลังรักษาโรคมะเร็งไม่ควรได้รับวัคซีนใด ๆ โดยเฉพาะวัคซีนที่มีเชื้อเป็น ๆ อยู่ (ได้แก่ วัคซีนป้องกันโรคหัด หัดเยอรมัน คางคก โปлио และอีสุกอีใส) ถึงกระนั้นก็ดี แพทย์บางคนอาจแนะนำให้เด็กที่เป็นมะเร็งและพี่น้องฉีดวัคซีนป้องกันโรคอีสุกอีใส การฉีดวัคซีนบางอย่างอาจเป็นอันตรายเพราะการรับประทานมะเร็งด้วยยาเคมีบำบัดทำให้ความสามารถในการสร้างภูมิคุ้มกันบกพร่อง เมื่อผู้ป่วยได้รับวัคซีนเหล่านี้ นอกจากนั้น พี่น้องของเด็กป่วยไม่ควรได้รับวัคซีนโปลิโอชนิดกิน ในขณะที่ผู้ป่วยกำลังรักษาโรคมะเร็ง เพราะเป็นเชื้อที่ยังมีชีวิต ควรปรึกษาเรื่องนี้กับกุมารแพทย์โรคมะเร็งหรือกุมารแพทย์

การให้วัคซีนที่ไม่มีเชื้อที่มีชีวิต เช่น โรคคอตีบ ไอกรน และบาดทะยัก ระหว่างการรักษา มะเร็ง นั้นปลอดภัย วัคซีนใช้หวัดใหญ่ก็ฉีดได้ แต่คุณพ่อคุณแม่ควรปรึกษากุมารแพทย์ที่รักษา ก่อนลูกที่จะฉีดวัคซีนเหล่านี้

## เลือดออก

เกล็ดเลือดเป็นเซลล์เม็ดเลือดที่ช่วยให้เลือดแข็งตัว เกล็ดเลือดต่ำอาจเป็นสาเหตุที่ทำให้เลือดออกง่ายหยุดยาก ถ้าเกล็ดเลือดต่ำ ลูกจำเป็นต้องหลีกเลี่ยงกิจกรรมบางอย่าง เช่น ฟุตบอล หรือเล่นสเกตบอร์ด ข้อควรปฏิบัติเวลาเลือดออก

- กัดแผลแน่นๆ ด้วยผ้าขนหนูหรือผ้าเช็ดหน้าจนกว่าเลือดจะหยุดไหล
- กรณีเลือดกำเดาไหล ให้เด็กนั่งตัวตรง อย่านอน บีบบวม 2 ช้างบริเวณสันจมูกราว 5 นาที พยายามบีบแน่นๆ ทั้ง 2 ด้าน
- ถ้าเลือดยังไม่หยุดไหล พบแพทย์กันที่

## การให้เลือด

เด็กที่เป็นมะเร็งอาจจำเป็นต้องได้รับเลือดหรือส่วนประกอบของเลือดจากผู้บริจาค โดยมาก (เช่น เซลล์เม็ดเลือดแดง) โดยทั่วไปแพทย์มักให้เม็ดเลือดแดงเข้มข้นแก่ผู้ป่วยเพื่อแก้ไขภาวะโลหิตจาง หากเกล็ดเลือดต่ำ แพทย์จะให้เฉพาะเกล็ดเลือดให้แก่ผู้ป่วย ส่วนการให้เม็ดเลือดขาวไม่ค่อยได้ประโยชน์และอันตรายจึงไม่ทำกัน

คนเรามีเลือดกลุ่มต่าง ๆ กัน แต่ละคนสามารถรับเลือดกลุ่มเดียวกันได้ หรือจาก ผู้บริจาคที่มีเลือดกลุ่มโอก็ได้

## การดูแลสุขภาพในช่องปาก

ถ้าเป็นไปได้ควรให้ลูกได้รับการตรวจสุขภาพในช่องปากอย่างละเอียดและทำฟันให้เรียบร้อยก่อนเริ่มการรักษามะเร็ง การรักษาฟันระหว่างการรักษามะเร็งเป็นเรื่องสำคัญ ถ้าปริมาณเม็ดเลือดและเกล็ดเลือดต่ำระหว่างการรักษา ควรเลี่ยงการทำฟันรวมทั้งการตรวจฟันด้วย ฟันปรักษาแพทย์ผู้รักษาก่อนไปทำฟัน และแจ้งทันตแพทย์ด้วยว่าลูกกำลังรักษามะเร็งอยู่ ลูกอาจจำเป็นต้องกินยาปฏิชีวนะก่อนการรักษาฟันเพื่อป้องกันการติดเชื้อ โดยทั่วไป แพทย์จะให้ผู้ป่วยที่มีสายสวนในหลอดเลือดดำส่วนกลางกินยาอะม็อกซิซิลลิน (amoxicillin) ขนาดต่ำก่อนไปพบทันตแพทย์เพื่อทำความสะอาดฟัน

การดูแลสุขภาพในช่องปาก ฟัน และเหงือกให้สะอาดเพื่อป้องกันฟันผุเป็นสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่ง คุณควรดูแลให้ลูกแปรงฟันหลังอาหารทุกครั้งโดยใช้แปรงขนอ่อน หลังการแปรงฟันทุกครั้ง ล้างแปรงสีฟันให้ทั่ว แล้วสะบัดและผึ่งให้แห้ง ควรใช้ถ้วยน้ำสำหรับบ้วนล้างปาก ลูกอาจใช้ไหมขัดฟันก็ได้ แต่ต้องระมัดระวังเป็นพิเศษไม่ให้เหวี่ยงกระคายเคืองหรือกลายเป็นแผล

## การดูแลสุขภาพในช่องปากขณะฉายรังสี

ในขณะผู้ป่วยถูกฉายรังสีที่ศีรษะและลำคอ การหลั่งน้ำลายจะน้อยลงและปากจะแห้ง อาการปากแห้งนี้อาจเป็นสาเหตุของฟันผุ แพทย์ผู้รักษาหรือทันตแพทย์อาจแนะนำให้ใช้น้ำยาบ้วนปากที่มีส่วนผสมของฟลูออไรด์หรือแพทย์อาจแนะนำให้ใช้เจลฟลูออไรด์ ปรึกษาแพทย์ก่อนซื้อน้ำยาบ้วนปาก เพราะว่าน้ำยาบ้วนปากหลายชนิดอาจทำให้เด็กที่มีแผลในปากเกิดอาการแสบร้อน เด็กทุกคนที่ได้รับการฉายรังสีควรบ้วนปากบ่อยๆ แนะนำให้กลั้วปากด้วยน้ำผสมเกลือและผงฟู (ผงฟู ½ ช้อนชาในน้ำ 1 แก้ว) ในการดูแลการดูแลและเด็กเล็กมาก ควรพันผ้ารอบปลายนิ้วและเช็ดฟันและเหงือกเบาๆ ด้วยน้ำยาบ้วนปากชนิดนี้

## การดูแลสุขภาพในช่องปากเมื่อเม็ดเลือดต่ำ

เมื่อลูกมีเม็ดเลือดต่ำ การดูแลสุขภาพช่องปากควรอ่อนโยนเป็นพิเศษ ลูกอาจติดเชื้อหรือเลือดออกได้ง่าย แนะนำให้ใช้แปรงสีฟันที่มีขนอ่อนนุ่ม ก้านฟันสำลี และหลีกเลี่ยงการใช้อุปกรณ์จิกน้ำทำความสะอาดหรือไหมขัดฟัน หากลูกมีปื้นแดงหรือขาว แผลในปาก หรืออาการระคายเคืองในช่องปาก ควรพาไปพบแพทย์

## การดูแลสุขภาพในช่องปากเมื่อมีแผลในปาก

เมื่อมีแผลในปากเลือดออกหรืออาการระคายเคืองในช่องปาก ควรใช้น้ำยาบ้วนปากตาม

ที่แนะนำข้างต้นหรือชนิดที่แพทย์แนะนำ ลูกควรล้างปากให้สะอาดหลังกินอาหารและก่อนนอน คุณอาจใช้ก้านฟันสาลี เพื่อช่วยทำความสะอาดเศษอาหารตกค้าง ถ้าแผลในปากทำให้เด็กรู้สึกปวด ยาชาเฉพาะที่อาจช่วยบรรเทาได้ แพทย์อาจสั่งจ่ายยาชาเฉพาะที่และแนะนำความถี่ในการใช้ เพื่อช่วยให้ลูกกินอาหารได้ง่ายขึ้น ก่อนอาหาร ให้ทายาชาบนเหงือกที่เป็นแผล ถ้าริมฝีปากแห้ง ลองใช้ชีฝรั่งทาริมฝีปาก เพื่อป้องกันไม่ให้ริมฝีปากแห้งและกลายเป็นแผลภายหลัง



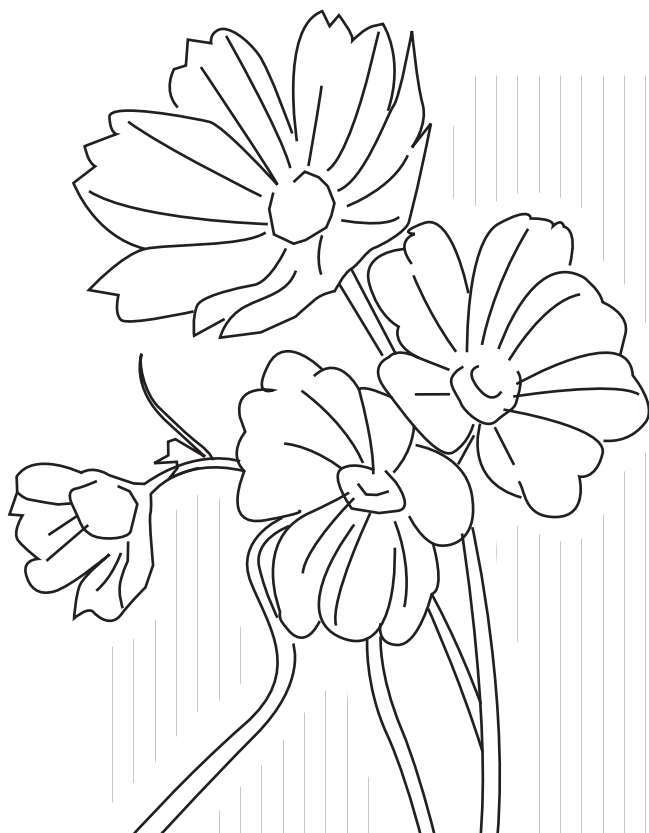
“

ผู้แสวงสุขแก่ตน  
พึงระวังความเศร้าโศกคร่ำครวญรำไห้  
ความโหยหาและความโทมนัส  
พึงถอนลูกศรคือความเศร้าโศกเสียให้ได้

”



# ควรรพบแพทย์เมื่อไหร่



# ควรรพบแพทย์เมื่อไหร่

พ่อแม่หลายคนไม่แน่ใจว่า เมื่อเกิดความผิดปกติขึ้น ควรพา  
ลูกไปพบแพทย์เลยหรือรอพบตามนัด พ่อแม่ส่วนใหญ่จะลองเฝ้าสังเกต  
อาการของลูกก่อน เพราะกังวลว่าจะเป็น การรบกวนแพทย์

วิธีการที่ดีที่สุดคือสอบถามแพทย์ว่าควรเข้ามาพบเมื่อใด รายการต่อไปนี้อาจช่วยคุณ  
พ่อคุณแม่ตัดสินใจพาลูกมาพบแพทย์ก่อนนัด

ควรรพบแพทย์เมื่อลูกมีอาการต่อไปนี้

## เป็นไข้ ตัวร้อน

ตัวร้อนจัด (38°C) หรือมีอาการติดเชื้ออย่างอื่น โดยเฉพาะในระหว่างที่เม็ดเลือดขาว  
ต่ำ ควรวัดอุณหภูมิด้วยปรอทวัดไข้

## กินอาหารลำบาก

- มีแผลในปาก
- เคี้ยวลำบาก

## มีปัญหาในระบบทางเดินอาหาร

- อาเจียน
- ปัสสาวะแสบ ปวดแสบเวลาถ่ายอุจจาระ
- ท้องผูกเกิน 2 วัน
- ท้องร่วง

## เคลื่อนไหวลำบากหรืออารมณ์แปรปรวน

- เดินไม่คล่องหรือก้มลำบาก
- พุดลำบาก
- เวียนศีรษะ
- ตาพร่าหรือเห็นภาพซ้อน
- ซึมเศร้าหรือพฤติกรรมเปลี่ยนไปกะทันหัน

## มีอาการไม่สบายต่างๆ

- เลือดออก เลือดกำเดาไหล อุจจาระสีแดงหรือดำ ปัสสาวะ แดง น้ำตาล หรือดำ  
หรือรอยฟกช้ำหลายจุด
- ปวดศีรษะรุนแรงหรือเป็นๆ หายๆ
- เจ็บปวดในร่างกาย

- ผิวหนังแดงหรือมีอาการบวม

เด็กจำเป็นต้องได้รับการดูแลรักษาสุขภาพอย่างอื่น

ควรพบแพทย์ก่อนลูกจะไปฉีดวัคซีนหรือไปทำฟัน ถึงแม้ว่าเป็นการรับวัคซีนหรือตรวจฟันตามนัดก่อนคุณให้ลูกกินยาซื้อตามร้าน

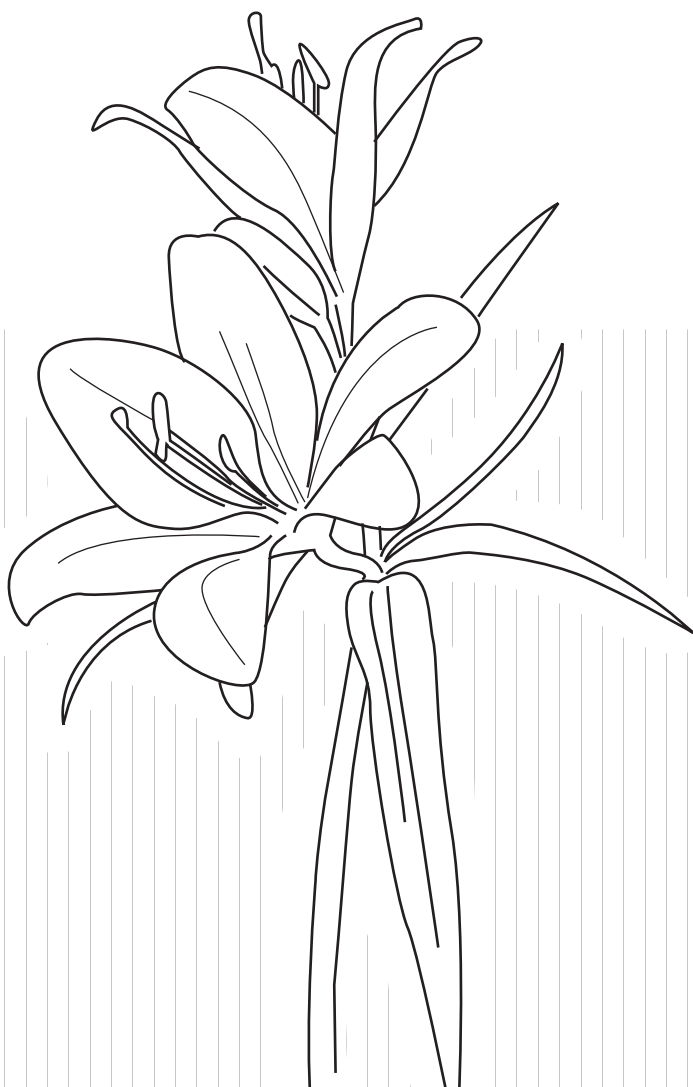


“

คนเรามักเสียดายการสูญเสียสิ่งที่ตัวเองมีอยู่  
แต่ไม่เสียดายการสูญเสียสิ่งที่ควรจะมี  
(สม สุวีรา)

”

คุณจะทำเดินต่อไปในชีวิตอย่างไร



# คุณจะทำเดินต่อไปในชีวิตอย่างไร

ความยุ่งยากในชีวิตอย่างหนึ่งของครอบครัวเด็กที่เป็นมะเร็งคือ เราจะดำเนินชีวิตประจำวันอย่างไร การก้าวเดินต่อไปในชีวิตไม่ใช่เรื่องง่าย คุณอาจรู้สึกทุกข์ใจและเครียดมากเมื่อรู้ว่าลูกเป็นมะเร็งเมื่อลูกเข้าโรงพยาบาล หรือเมื่อลูกกำลังทรมาณจากผลข้างเคียงของการรักษา

ถึงแม้ว่าการรักษากำลังได้ผลดี มะเร็งยังคงมีผลกระทบต่อทุกคนในครอบครัวเมื่อลูกเข้าโรงพยาบาลหรือได้รับการรักษา สมาชิกแต่ละคนของครอบครัวก็ต้องปรับตัวอย่างหนึ่งอย่างใดและคนหนึ่งอาจต้องมาเฝ้าลูก บางคนอาจขาดงาน พี่น้องของเด็กอาจรู้สึกเหมือนถูกทอดทิ้ง ทุกคนรู้สึกวิตกกังวลและเครียด

ถึงกระนั้นชีวิตก็ต้องดำเนินต่อไป พี่น้องยังคงต้องไปโรงเรียนและทำกิจกรรมต่างๆ พ่อแม่ต้องทำงาน ไม่ใช่เรื่องง่ายเลยที่ทุกคนจะดำเนินกิจกรรมและปฏิบัติภารกิจในแต่ละวันให้เสร็จสิ้นในขณะเอาใจใส่ดูแลลูกที่เป็นมะเร็งในเวลาเดียวกัน

พ่อแม่ของเด็กคนอื่นที่เป็นมะเร็ง ก็ตกอยู่ในสภาวะเดียวกัน คุณพ่อคุณแม่สามารถขอความช่วยเหลือจากผู้คนมากมาย เช่น นักสังคมสงเคราะห์ แพทย์และพยาบาลในทีมที่รักษาลูกจากพ่อแม่ของเด็กคนอื่นที่เป็นมะเร็ง ข้อมูลต่อไปนี้อาจเป็นประโยชน์กับตัวคุณพ่อคุณแม่ ลูกที่เป็นมะเร็ง พี่น้องคนอื่น ญาติสนิท และเพื่อน ๆ

## การดำเนินชีวิตของเด็กป่วย

แม้ว่าเด็กจะเป็นมะเร็ง เด็กก็ยังมีความต้องการเช่นเดียวกับเด็กคนอื่น ไปโรงเรียน มีเพื่อนฝูงและสนุกสนานกับทุกอย่างที่เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตก่อนรู้ว่าเป็นมะเร็ง คุณพ่อคุณแม่สามารถสนองความต้องการของลูกด้วยการทำให้ชีวิตลูกเป็นปกติมากที่สุดเท่าที่จะทำได้ อย่างไรก็ตามก็ดี ในขณะที่รับรักษา ลูกอาจต้องปรับเปลี่ยนกิจกรรมบางอย่าง บางช่วงเวลา เช่น หลังจากได้รับยาเคมีบำบัดหรือการฉายรังสี ลูกอาจอ่อนเพลียมากและจำเป็นต้องพักผ่อนมากขึ้น เมื่อลูกอ่อนเพลียก็อาจหาสิ่งอื่นมาให้ลูกทำแทน เช่น ฆานอดิเรกใหม่ หรือชวนเพื่อนมาเล่น วาดภาพ หรือระบายสีด้วยกันที่บ้าน เป็นต้น

## โรงเรียนและเพื่อนร่วมชั้น

ควรสนับสนุนให้ลูกติดต่อกับเพื่อนเด็กจะคงความสัมพันธ์กับเพื่อนได้ง่ายกว่าถ้ายังคงไปโรงเรียนในระหว่างที่รักษามะเร็งอยู่ แต่การรักษามะเร็งก็ต้องขาดเรียนบ้างเป็นธรรมดา ถ้าลูกต้องขาดเรียน พยายามให้ลูกกลับไปเรียนโดยเร็วที่สุด เด็กที่เป็นมะเร็งจำเป็นและชอบสนุกสนานกับเพื่อนวัยเดียวกันและการเรียนกันเพื่อนมักจะเป็นสิ่งที่ทำให้เด็กรู้สึกดีกับตัวเอง

เด็กมักวิตกกังวลว่าเพื่อนร่วมชั้นจะมีปฏิกิริยากับเขาอย่างไร โดยเฉพาะถ้าขาดเรียนบ่อยมาก หรือกลับมาเรียนพร้อมกับสภาพร่างกายที่เปลี่ยนไป เช่น ผอมลงหรือสูญเสียแขนหรือขา ปกติเด็กคนอื่นมักจะยอมรับสภาพที่เปลี่ยนไปได้ แต่พวกเขาก็อาจตั้งคำถามด้วยความ

อยากรู้ คุณพ่อคุณแม่สามารถช่วยแนะนำลูกว่าควรตอบคำถามเหล่านี้อย่างไร และควรบอกเพื่อนร่วมชั้นว่าพวกเขาจะไม่มีการติดโรคมะเร็งนี้แน่นอน

ลูกจำเป็นต้องเข้าใจว่า ผู้คนอื่น ๆ ในสังคมรวมทั้งเด็ก ๆ คนอื่นอาจจะไม่ค่อยเข้าใจเกี่ยวกับโรคร้ายแรงที่ลูกเป็น คนเหล่านี้อาจแสดงออกแตกต่างกันออกไป หรือพูดอะไรที่ร้ายจิตใจของคนเป็นมะเร็ง

คุณพ่อคุณแม่อาจทำสิ่งต่อไปนี่เพื่อช่วยให้ลูกและพี่น้องจัดการกับความกลัวและ ความรู้สึกต่างๆ

- บอกรักลูกบ่อยๆ
- เน้นย้ำว่ามะเร็งและการรักษามะเร็ง ไม่ใช่การลงโทษลูก
- สนับสนุนให้ลูกๆ คอยกันเรื่องมะเร็งและการรักษามะเร็ง อาจเริ่มบทสนทนาด้วยการตั้งคำถามกับลูก ๆ การพูดคุยแบบเป็นกันเองในครอบครัวช่วยให้ทุกคนคลายกังวลและมีส่วนช่วยให้ทุกคนร่วมกันรับมือกับโรคร้าย
- บอกลูกว่า ถ้าเขาารู้สึกเศร้าหรือร้องไห้ ก็ไม่มีใครว่าอะไรเขา
- ส่งเสริมกิจกรรมที่ช่วยให้ลูกรู้สึกผ่อนคลายมากขึ้น การวาดภาพ การเล่นกับตุ๊กตา

มือหรือของเล่นที่เป็นอุปกรณ์/ของใช้ในโรงพยาบาล และการเล่นสวมบทบาทเป็นหมอ/คนไข้ อาจช่วยให้ลูกรู้สึกดีขึ้น

ถึงแม้ว่าเด็กจะป่วย การรักษาวินัยก็ยังเป็นสิ่งสำคัญและจะทำให้ลูกรู้สึกที่ชีวิตเป็นปกติ พึงระลึกว่าทั้งเด็กและผู้ใหญ่ล้วนมีทุกข์กับสุข สลับกันไป เราควรช่วยทำให้ลูกรู้สึกว่าเขาดำเนินชีวิตอย่างปกติ โดย

- ให้ลูกตัดสินใจเลือกอะไรเองบ้าง ทราบในสิ่งที่สิ่งเหล่านั้นไม่มีปัญหากับการรักษา
- ใช้กฎระเบียบวินัยแบบเดียวกับตอนที่รู้ว่าเป็นมะเร็งและเริ่มการรักษา
- พยายามให้ลูกทำกิจวัตรประจำวันทุกอย่างใกล้เคียงกับปกติ

คุณพ่อคุณแม่อาจต้องการคุยกับครูของลูกเกี่ยวกับเรื่องโรค การรักษา การขาดเรียน และการปรับเปลี่ยนกิจกรรม คุณพ่อคุณแม่และครอบครัว แพทย์ หรือพยาบาลสามารถอธิบายเกี่ยวกับอาการเจ็บป่วยของลูกและตอบข้อซักถามได้ ครูประจำชั้นและเจ้าหน้าที่คนอื่นที่โรงเรียน อาจใช้ข้อมูลเหล่านี้ในการชี้แจงให้นักเรียนคนอื่นทราบว่าลูกจะเป็นอย่างไรเมื่อกลับมาเรียน

ถ้าลูกยังไม่สามารถกลับไปโรงเรียนได้ทันที คุณพ่อคุณแม่อาจหาครูมาสอนพิเศษให้มาที่บ้านเพื่อจะได้เรียนทันเพื่อนร่วมชั้น เมื่อลูกกลับไปเรียน ทุกอย่างก็จะง่ายขึ้น

## ช่วยเหลือลูกรัก

เด็กๆ บางครั้งก็รู้สึกไม่แน่ใจว่าจะเกิดอะไรขึ้น ทั้งวิตกกังวลและกลัวสารพัด เช่นเดียวกับคุณพ่อคุณแม่ แต่การพูดเรื่องความกลัวมิใช่เรื่องง่าย ความรู้สึกเช่นนี้อาจทำให้ลูกมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนไป ตัวอย่างเช่น สับสนเสียตัว เขาแต่ใจตัวมากขึ้น หรือมีแบบฝึกปฏิบัติ ผิดๆ การกินเปลี่ยนไป การเรียนตกต่ำ หรือมีพฤติกรรมกลับไปเหมือนในวัยเด็กเล็ก เช่น ฉีดยากัน

หรือดูนี้ การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเหล่านี้เป็นเพียงพฤติกรรมไม่ถาวรที่คุณอาจสังเกตเห็นได้ คุณอาจหิบบกเรื่องเรื่องนี้ขึ้นมาพูดคุยกับแพทย์ พยาบาล ครูประจำชั้น และครูที่ปรึกษาเด็กวัยรุ่นที่เป็นมะเร็งมักจะมีเรื่องรำคาญใจที่ต่างจากวัยอื่น ส่วนใหญ่จะบ่นว่าพ่อแม่พยายามปกป้องพวกเขามากเกินไป วัยรุ่นเป็นวัยที่พยายามกำหนดทางเดินชีวิตของตัวเองและทำสิ่งต่างๆ ด้วยตัวเอง แต่การป่วยเป็นโรคมะเร็งทำให้เขาต้องพึ่งพาความช่วยเหลือจากพ่อแม่ต่อไปอีก ดังนั้น ควรพยายามให้ออกาสวัยรุ่นตัดสินใจเลือกทางเลือกต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตด้วยตนเองให้มากที่สุดเพื่อให้การรักษาดำเนินไปจนสำเร็จ

## การดำเนินชีวิตของพ่อแม่

ความเจ็บป่วยของลูกเป็นเหตุที่นำไปสู่ความเปลี่ยนแปลงมากมายในชีวิตของคุณพ่อคุณแม่ คำแนะนำดังต่อไปนี้อาจช่วยให้คุณพ่อคุณแม่รับมือกับความเปลี่ยนแปลงเหล่านี้

### จัดเวลาให้ตัวเอง

พยายามหาเวลาทำกิจกรรมที่เคยทำก่อนลูกป่วย อย่ารู้สึกผิดเมื่อคุณต้องการเวลาเป็นของตัวเองบ้าง นอกจากนี้ หาเวลาพูดคุยเป็นการส่วนตัวกับสามี/ภรรยาหรือเพื่อนคู่คิดของคุณ และอย่าหมกมุ่นแต่เรื่องลูกเป็นมะเร็งเท่านั้น

### เตรียมตัวในช่วงรอคิวตรวจ

คิดหาวิธีทำให้การรอคิวที่โรงพยาบาลไม่น่าเบื่อ เช่น หยิบหนังสือติดมือไปอ่านหรือหากิจกรรมทำขณะที่ลูกนอนหลับหรือในช่วงเวลาที่ไม่ต้องดูแลลูกอย่างใกล้ชิด

### ผลัดเปลี่ยนเวรช่วยกันดูแล

ตัวอย่างเช่น ถ้าลูกต้องรักษาตัวในโรงพยาบาลนานมาก คุณและสามี/ภรรยาหรือเพื่อน/ญาติสนิทอาจกำหนดเวรดูแล ความช่วยเหลือเช่นนี้ไม่เพียงช่วยให้คุณพ่อคุณแม่มีโอกาสหยุดพักเท่านั้น แต่ยังช่วยป้องกันไม่ให้คู่ชีวิตของคุณพ่อคุณแม่ห่างเหินกัน หากคนหนึ่งจะต้องดูแลมากกว่าอีกคนหนึ่ง

## การดำเนินชีวิตของพี่น้อง

ชีวิตของเด็กที่มีพี่น้องเป็นมะเร็งเปลี่ยนแปลงอย่างใหญ่หลวง เด็กที่เป็นพี่น้องอาจมีความรู้สึกหลากหลายเกี่ยวกับพี่น้องที่เป็นมะเร็งและความสนใจที่เขาได้รับเป็นพิเศษ พวกเขาอาจเสียใจที่พี่น้องล้มป่วย เด็กเล็กอาจรู้สึกว่าเขาเป็นต้นเหตุที่ทำให้พี่น้องเป็นมะเร็ง หรืออาจคิดว่าพ่อแม่ทอดทิ้งเขา

เมื่อเด็กป่วยมากและต้องรักษาตัวในโรงพยาบาลและ ทุกคนยอมมุ่งความสนใจไปที่เด็ก คุณพ่อคุณแม่ย่อมไม่มีเวลาเอาใจใส่ดูแลลูกคนอื่นได้มากเหมือนเคย คุณพ่อคุณแม่อาจทุ่มเทแรงกายแรงใจให้กับลูกที่ป่วยเป็นมะเร็ง จนไม่เหลือพลังหรือเวลาที่จะพูดคุยหรือเล่นกับลูกคนอื่น เหมือนก่อน ดังนั้น จึงไม่แปลกที่พี่น้องของเด็กป่วยย่อมรู้สึกไม่ชอบใจพี่น้องคนที่ เป็นมะเร็ง



ด้วยเหตุนี้ พฤติกรรมของพี่น้องอาจเปลี่ยนแปลงไป พวกเขาอาจซึมเศร้า บ่นปวดหัว หรือเริ่มมี ปัญหาที่โรงเรียน ครูที่ปรึกษาอาจสามารถชี้แนะว่าคุณพ่อคุณแม่ควรจัดการกับปัญหานี้อย่างไร

คำแนะนำต่อไปนี้อาจช่วยในการดูแลลูกคนอื่นที่เป็นพี่น้องของลูกที่เป็นมะเร็ง  
พูดคุยกับพี่น้องของเด็กป่วยเกี่ยวกับความรู้สึกของเขา  
เล่าให้พวกเขาฟังว่าทำไมคุณพ่อคุณแม่จึงเอาใจใส่ลูกที่เป็นมะเร็งเป็นพิเศษและบอกว่าคุณ  
ความรู้สึกไม่พอใจเป็นเรื่องธรรมชาติ พยายามอธิบายว่าขณะนี้กำลังเกิดอะไรขึ้นและ  
ทำไมคุณพ่อคุณแม่จึงไม่มีเวลาให้พวกเขาเหมือนเคย

อธิบายเรื่องมะเร็ง การรักษา และการดูแลเอาใจใส่  
คุณพ่อคุณแม่สามารถบรรเทาความกลัวของเด็กเล็กด้วยการบอกว่าเขาไม่ใช่ต้นเหตุที่  
ทำให้เกิดเป็นโรคร้าย ไม่ว่าจะด้วยความคิดของเขา หรือการแพร่เชื้อโรค คุณพ่อคุณแม่  
ควรอธิบายว่าวิธีการรักษาที่ดูน่ากลัวนั้นเป็นสิ่งที่มิใช่ประโยชน์และไม่ใช้การลงโทษพี่คนที่  
ป่วย

ใช้เวลากับลูกคนอื่นบ้าง  
พยายามจัดสรรเวลาให้พวกเขาทำกิจกรรมร่วมกันตามสมควร

สนับสนุนให้พวกเขาทำกิจกรรมนอกบ้าน  
พูดและกล่าวชมเชยกิจกรรมที่พวกเขาทำนอกบ้าน

ชักชวนให้พี่น้องมีส่วนร่วมในการรักษา  
ชวนให้พี่น้องไปที่โรงพยาบาลด้วยกันพวกเขาจะได้เห็นด้วยสายตาตนเองว่าโรงพยาบาล  
และการรักษานั้นเป็นอย่างไร

คุยกับพี่น้องเรื่องข้อสงสัยที่เพื่อนที่โรงเรียนถามถึง  
ช่วยคิดหาคำถามและคำตอบ เพื่อให้พวกเขาไม่รู้สึกอึดอัดเวลาพูดถึงเรื่องความเจ็บป่วย  
ของพี่น้อง

ขอรับรองให้คนอื่นในครอบครัวและเพื่อนสนิททำกิจกรรมร่วมกับพี่น้องในครอบครัว  
ตัวอย่างเช่น ญาติ ๆ อาจไปร่วมงานที่โรงเรียน การแข่งกีฬา หรือชมการแสดงของพวกเขา  
เขา ญาติ ๆ อาจช่วยสอนการบ้านหรือพาไปเที่ยวนอกบ้าน เป็นต้น

## การดำเนินชีวิตของครอบครัวและเพื่อนสนิท

การตรวจพบมะเร็งเป็นเรื่องที่มีผลกระทบต่อลูกที่เป็นมะเร็ง พ่อแม่ และพี่น้องรวมทั้งปู่ย่า  
ตายาย ญาติและเพื่อนของคุณพ่อคุณแม่ คนเหล่านี้สามารถช่วยเหลือคุณพ่อคุณแม่ในเวลา  
เช่นนี้

คุณพ่อคุณแม่อาจต้องเล่าเรื่องลูกป่วยให้นายจ้างทราบ เพื่อให้เขารู้ว่าทำไมคุณพ่อคุณแม่

แม้จึ่งต้องลาหยุดบ่อยๆ ถ้าจำเป็น คุณพ่อคุณแม่อาจขอให้แพทย์เขียนหนังสืออธิบายเกี่ยวกับสถานการณ์เพื่อให้นายจ้างเข้าใจ

คุณพ่อคุณแม่อาจจำเป็นต้องบอกผู้อื่นให้ทราบว่าพวกเขาสามารถช่วยเหลือคุณพ่อคุณแม่ได้อย่างไร คำแนะนำต่อไปนี้เป็นวิธีการบอกเล่าเรื่องราวต่างๆ ให้ผู้ร่วมงานเหล่านี้เข้าใจสถานการณ์ของเรา

- พุดอย่างเปิดเผย ตรงไปตรงมา
- พุดตรง ๆ เลยว่า เราประสงค์ให้คนอื่นปฏิบัติต่อเราและลูกอย่างไร
- ถ้าพวกเขาให้ความสนใจมากเกินไป ก็ควรบอกเลยว่า มากไปแล้ว
- คุณพ่อคุณแม่อาจรู้สึกเหนื่อยหน่ายที่ต้องอธิบายเรื่องความเจ็บป่วยของลูกแก่คนโน้นบ้าง คนนี้บ้าง หลายครั้ง อาจขอความช่วยเหลือจากใครคนใดคนหนึ่งให้ช่วยรับโทรศัพท์และตอบคำถาม
- ขอให้เพื่อนหรือสมาชิกในครอบครัวให้ช่วยเป็นผู้สื่อให้คนอื่นทราบว่า ใครจะช่วยคุณพ่อคุณแม่ในเรื่องใดได้บ้าง เช่น การไปตลาดแทน ช่วยดูแลลูก เป็นต้น

## ค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษามะเร็ง

การรักษามะเร็งเป็นการรักษาต่อเนื่องที่ยาวนานหลายเดือน ถึงหลายปี คุณพ่อคุณแม่คงต้องการให้ลูกได้รับการรักษาที่ดีที่สุด แต่ก็กังวลเรื่องค่ารักษาพยาบาล และการเบิกจ่ายค่ารักษา ในประเทศไทย การรักษามะเร็งเด็กได้อยู่ในระบบประกันสุขภาพถ้วนหน้า ของสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) และหากคุณพ่อคุณแม่เป็นข้าราชการก็สามารถเบิกค่ารักษาได้จากกรมบัญชีกลาง

เมื่อเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล ทางโรงพยาบาลจะดำเนินการตรวจสอบสิทธิการรักษา หากไม่มีรายละเอียดข้อมูลสิทธิหรือที่เรียกว่าสิทธิว่าง คุณพ่อคุณแม่ย่อมสามารถลงทะเบียนใช้สิทธิในระบบประกันสุขภาพถ้วนหน้า ของ สปสช. โดยสามารถขอคำปรึกษาในการดำเนินการกับนักสังคมสงเคราะห์ หรือแผนกสวัสดิการสังคมของโรงพยาบาล

หากลูกเป็นมะเร็งเม็ดเลือดขาว หรือมะเร็งต่อมน้ำเหลือง และรักษาอยู่ในโรงพยาบาลที่ร่วมโครงการ 'leukemia lymphoma' ของ สปสช. แพทย์จะสามารถลงทะเบียนกับสปสช. และเริ่มให้การรักษาลูกได้เลยโดยไม่ต้องขอใบส่งตัวจากโรงพยาบาลอื่น หากลูกเป็นมะเร็งชนิดอื่น แพทย์อาจขอให้คุณพ่อคุณแม่ดำเนินการไปขอใบส่งตัวจากโรงพยาบาลต้นสังกัดมาให้โรงพยาบาลที่รักษา เพื่อให้สามารถใช้สิทธิประกันสุขภาพถ้วนหน้าได้โดยคุณพ่อคุณแม่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย โดยทั่วไปแพทย์จะเริ่มดำเนินการตรวจวินิจฉัยและรักษาโดยไม่รอใบส่งตัว แต่หากปรากฏว่าโรงพยาบาลต้นสังกัดไม่ยินยอมส่งตัวเด็กมา คุณพ่อคุณแม่อาจต้องรับภาระค่าใช้จ่ายเองตามระเบียบของ สปสช.

โรงพยาบาลของรัฐมักจะมีห้องพักผู้ป่วยหลายระดับเช่น ห้องสามัญซึ่งมีเตียงนอนรวมกันหลายเตียงในห้องใหญ่ หรือห้องพิเศษซึ่งมีห้องละ 1-4 เตียง และอาจจะอนุญาตให้ผู้ปกครองเฝ้าหรือไม่แล้วแต่นโยบายของแต่ละโรงพยาบาล การพักในห้องพิเศษอาจมีค่าใช้จ่ายที่ผู้ปกครองจะต้องจ่ายเพิ่มเติมในส่วนที่เกินจากสิทธิการรักษาที่เบิกได้ ผู้ปกครองหลายคนยอมเสียค่าใช้จ่าย

จ่ายเองในระยะแรกเพื่อหวังว่าจะได้รับการรักษาที่ดีที่สุด พี่ระลึกว่าการดูแลรักษาแม่เริ่มใช้เวลานาน และการรักษาแม่เริ่มในประเทศไทยใช้มาตรฐานที่ดีที่สุดเท่าเทียมกัน ดังนั้นคุณพ่อคุณแม่ควรวางแผนค่าใช้จ่ายให้ครอบคลุมตลอดการรักษา ซึ่งควรคำนึงถึงค่าเดินทาง ค่ากินอยู่นอกบ้าน นอกเหนือไปจากค่าห้องพักส่วนเกินสิทธิการรักษาดังกล่าวด้วย

คุณพ่อคุณแม่บางคนอาจได้ทำกรรมธรรม์ประกันชีวิต หรือประกันสุขภาพให้แก่ลูกไว้ตั้งแต่ก่อนที่จะทราบว่าแม่เป็นมะเร็ง การรักษาแม่เริ่มบางส่วนอาจเบิกได้จากประกันชีวิตหรือสุขภาพ หากได้ทำประกันไว้ควรทบทวนเอกสารสัญญาประกัน หรือปรึกษาตัวแทนว่าจะสามารถเคลมสินไหมทดแทนได้หรือไม่อย่างไร หากมิได้ทำประกันชีวิตหรือสุขภาพไว้ก่อน แต่เมื่อทราบว่าแม่เป็นมะเร็งแล้วจึงคิดทำประกัน คุณพ่อคุณแม่พึงทราบว่า บริษัทประกันมักจะปฏิเสธไม่รับประกัน หรือหากรับประกันโดยไม่ทราบข้อมูลนี้มาก่อน แต่สืบทราบภายหลังว่าเด็กป่วยก่อนที่จะทำประกัน บริษัทย่อมปฏิเสธไม่จ่ายสินไหมทดแทน แพทย์ผู้รักษาไม่อาจช่วยแจ้งข้อมูลเท็จเพื่อช่วยให้คุณพ่อคุณแม่เบิกประกันได้

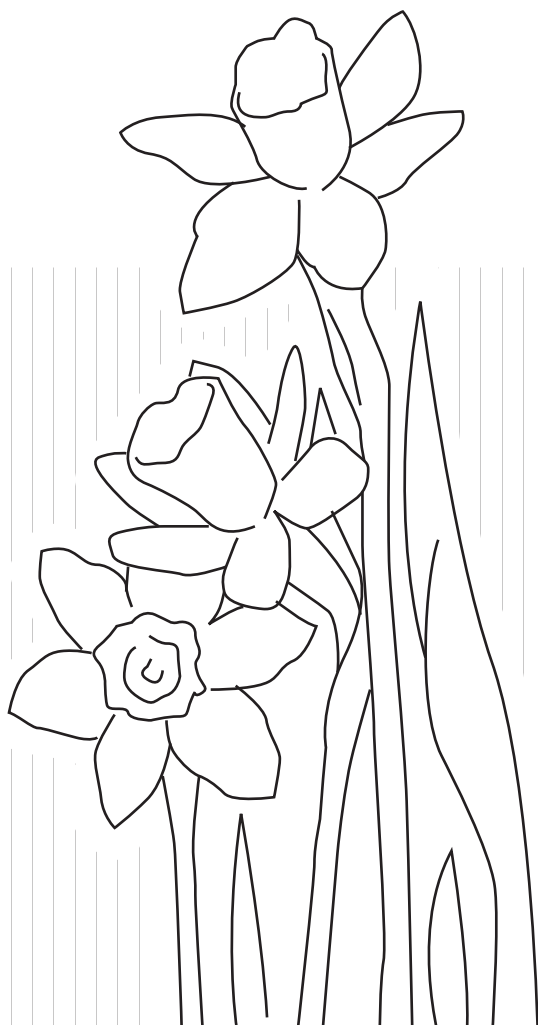


“

จอมองดูสิ่งต่างๆ ด้วยอุเบกขาและสติอันบริสุทธิ์  
สิ่งทั้งหลายในโลกนี้ก็จะไม่เป็นพิษแก่จิตใจของเรา  
มีแต่จะเพิ่มพูนสติปัญญาและความว่องไวของดวงจิตให้มีมากขึ้น  
จนกระทั่งเต็มเปี่ยมมบริบูรณ์  
จิตใจซึ่งเต็มเปี่ยมมบริบูรณ์ไปด้วยอุเบกขาและสติอันบริสุทธิ์นั้น  
อารมณ์อะไรๆ จะทำให้หวั่นไหวมิได้เลย

”

อนาคตจะเป็นเช่นไร



# คุณจะทำเดินต่อไปในชีวิตอย่างไร

เนื่องจากการวิจัยและการรักษามีพัฒนาการที่ดีขึ้นเด็กที่เป็นมะเร็งสามารถมีชีวิตอยู่ได้ยาวนานกว่าในอดีต และคุณภาพชีวิตของพวกเขาที่ดีขึ้นเช่นกัน ถึงแม้ว่าพวกเขาใช้ชีวิตตามปกติ ผู้รอดชีวิตจากโรคมะเร็งมีประเด็นบางอย่างที่พิเศษจากคนอื่น เช่น พวกเขาต้องดูแลสุขภาพของตัวเองเป็นพิเศษ และอาจทำประกันชีวิตไม่ได้ เป็นต้น

## การดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง

ภายหลังจากการรักษา มะเร็ง การตรวจสุขภาพเป็นประจำเป็นสิ่งสำคัญมาก เมื่อไปพบแพทย์ ลูกจะได้รับการรักษาพยาบาลและการดูแลพิเศษที่จำเป็นสำหรับเด็กในวัยเดียวกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับชนิดของมะเร็ง การรักษา และสุขภาพในปัจจุบัน

โดยทั่วไป พ่อแม่ของเด็กที่ได้รักษามะเร็งควรปฏิบัติดังนี้

นัดพบแพทย์เป็นประจำ

ปกติเด็กที่รักษามะเร็งต้องกลับไปพบแพทย์ทุก 3-4 เดือนในระยะแรก ต่อมา อาจตรวจปีละ 1-2 ครั้ง ตามแพทย์ว่าควรตรวจร่างกายบ่อยเพียงใด

สังเกตอาการที่แสดงว่ามะเร็งกลับมา

แพทย์ไม่สามารถบอกได้แน่นอนว่ามะเร็งจะกลับมาอีกหรือไม่ ถ้ามะเร็งกลับมา คงเกิดขึ้นภายหลังการรักษาหลายสัปดาห์ หลายเดือน หรือหลายปี สอบถามแพทย์ว่ามีโอกาสที่มะเร็งจะกลับมาบ่อยเพียงใด และขอให้แพทย์อธิบายเกี่ยวกับอาการที่แสดงว่ามะเร็งกลับมา

สังเกตอาการที่แสดงถึงผลข้างเคียงระยะยาวของการรักษามะเร็ง

การรักษามะเร็งอาจทำให้เกิดผลข้างเคียงภายหลังการรักษานานหลายปี การรักษามบางอย่างอาจกระทบกับความสามารถในการมีบุตรในอนาคตหรือเพิ่มความเสี่ยงที่ลูกอาจเป็นมะเร็งอีกชนิดหนึ่งในอนาคต

เตรียมรับมือกับความรู้สึกของลูกเกี่ยวกับการป่วยเป็นมะเร็ง แม้ว่าได้หยุดรักษาหลายปีแล้ว

หลังจากได้รับการรักษาครบเรียบร้อยแล้ว เด็กบางคนอาจเพิ่มเข้าใจว่าเกิดอะไรขึ้นกับตัวเอง เรื่องนี้อาจทำให้เขาไม่ชอบใจมาก เมื่อถึงจุดนั้น เขาอาจจำเป็นต้องระบายความรู้สึกอัดอั้นตันใจออกมา หรือแม้กระทั่งปรึกษากับนักจิตแพทย์

ส่งเสริมอุปนิสัยการดูแลรักษาสุขภาพที่ดี

การกินอาหารอย่างเหมาะสมและนอนหลับและออกกำลังกายอย่างเพียงพอจะช่วยให้  
ลูกรู้สึกดีขึ้นและมีสุขภาพพลานามัยแข็งแรง

คุณพ่อคุณแม่จำเป็นต้องได้ข้อมูลบางอย่างเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของลูก เมื่ออายุ  
มากขึ้น ลูกจำเป็นต้องรู้ข้อมูลเหล่านี้ด้วย คุณพ่อคุณแม่อาจสอบถามแพทย์ดังนี้

- ควรตรวจสุขภาพบ่อยแค่ไหน
- มีอาการอะไรที่แสดงว่ามะเร็งกลับมาอีกหรือเป็นผลข้างเคียงระยะยาวของการรักษา
- ลูกมีโอกาสเป็นมะเร็งอีกหรือได้รับผลข้างเคียงระยะยาวมากน้อยแค่ไหน
- ลูกควรกินอาหารแบบไหน
- มีทางเลือกใดบ้างในการจัดการกับความเจ็บปวดเรื้อรัง ปัญหาเมื่อยกลับมา หรือผล  
ข้างเคียงระยะยาวของการรักษา
- มีใครบ้างที่สามารถพูดคุยเกี่ยวกับปัญหาเฉพาะบางเรื่อง



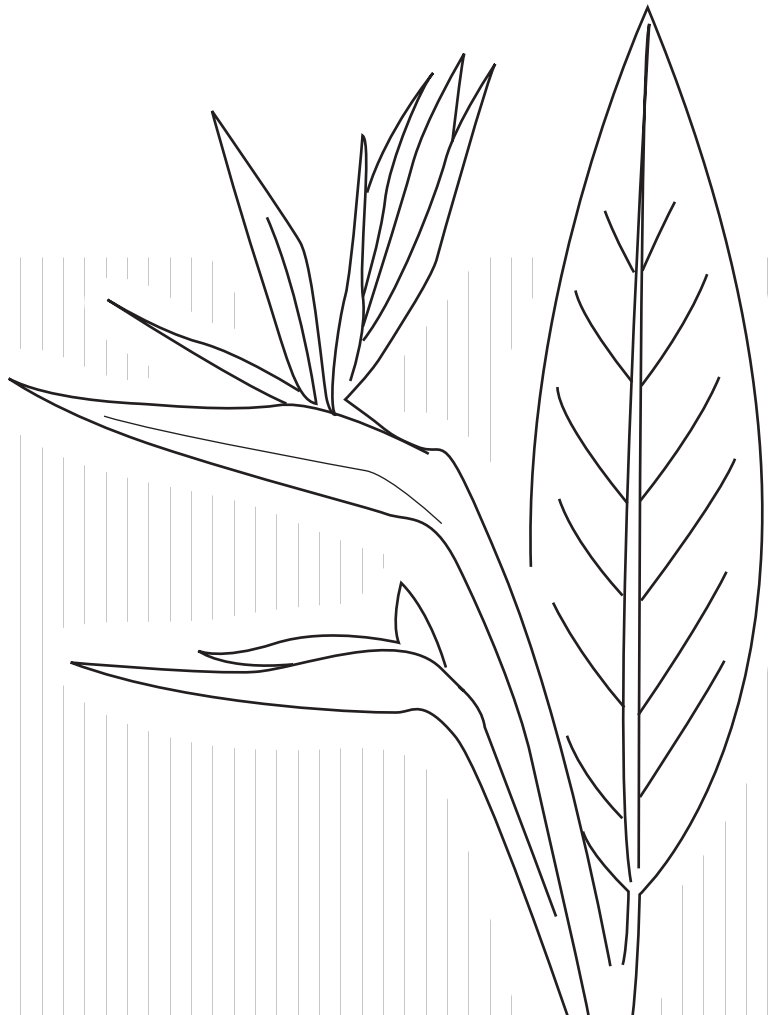
“

มนุษย์จะมีความสุขอย่างสงบประณีต  
ถ้าเราสามารถทำใจให้ยินดีรับความขมขื่น  
และไม่เพลิดเพลินในความชื่นสุขให้มากนัก  
หรืออย่างน้อยก็ทำใจให้ปฏิเสธความขมขื่นที่เกิดขึ้นเป็นครั้งคราว

”



# ก้ามะเร็งรักษาไม่หาย



# ทักษะเรื่องรักษาไม่หาย

ถึงแม้ว่า เด็กส่วนใหญ่ที่เป็นมะเร็ง สามารถรักษาให้หายได้ แต่ก็ไม่ใช่ทุกคน เด็กบางคนเป็นมะเร็งที่รักษายาก และไม่มีทางหาย หากลูกได้รับการรักษาแล้ว โรคมะเร็งไม่ยอมหาย หรือหายแล้วกลับขึ้นมาใหม่ บางทีสิ่งที่ดีที่สุดสำหรับเด็กอาจจะไม่ใช่การรอดทนพยายามรักษาต่อไป คุณพ่อคุณแม่อาจพิจารณาทางเลือกที่ทำให้เด็กอยู่สบายที่สุด ซึ่งอาจเป็นที่บ้าน หรือที่โรงพยาบาล พึงถามเด็กว่าอยากได้แบบไหน สำหรับเด็กเล็ก ๆ อาจให้เขาเลือก เช่น หมูอยากอยู่บ้าน หรืออยู่โรงพยาบาล เป็นต้น

เด็กบางคน และบางครอบครัว อาจต้องการใช้เทคโนโลยีเพื่อให้ชีวิตอยู่ยืนยาวที่สุด จึงอาจเลือกที่จะอยู่โรงพยาบาลจนกระทั่งหมดเวลา แต่เด็กบางคน และบางครอบครัวอยากใช้ชีวิตอย่างธรรมชาติ ได้วิ่งเล่น ได้ไปเที่ยวได้ไปโรงเรียนอีกครั้ง ได้อยู่บ้านพร้อมหน้าพี่น้อง พ่อแม่ ครอบครัวยุคุณพ่อคุณแม่ควรปรึกษาแพทย์และทีมการรักษาว่า หากจะใช้ชีวิตอยู่ที่บ้านให้มากที่สุด จะต้องวางแผนอย่างไรบ้าง จะพามาตรวจตามนัดเมื่อไรดี จะสามารถติดต่อใครได้เมื่อมีข้อสงสัยเกี่ยวกับอาการของเด็ก เป็นต้น



“

แม่ขนมาจากป่าตี ที่ทำด้วยแป้ง  
ชยำด้วยมือ และปั้งบนถ่านเพลิง  
เมื่อมอบทำบุญด้วยใจศรัทธา  
ก็ยอมเป็นโทษนียะอันบริสุทธิ์ยิ่ง  
มิใช่อาหารอันเศร้าหมองแม่แต่น้อย

”

# อ้างอิง

ชมรมโรคมะเร็งเด็กแห่งประเทศไทย  
แนวทวเวชปฏิบัติคลินิก การดูแลรักษาผู้ป่วยมะเร็งเด็กชนิด Acute leukemia และ  
Lymphoma. 2549 สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ

National Cancer Institute.Young People with Cancer : A Handbook for  
Parents.2001.US Department of Health and Human Service.