



ข่าวจากหนังสือพิมพ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110 โทรศัพท์ 0-2649-5000 ภายใน 15666 โทรสาร 0-2259-6172

ข่าวจากหนังสือพิมพ์กรุงเทพธุรกิจ ฉบับวันที่ 24 เดือนพฤษภาคม พ.ศ.2562 หน้า 2 มูลค่าข่าว 472,392.-

วันสุข

รีวิwbันปลายชีวิต ‘นักเผาปอด’

หากยังอยากมีปอดใช้หายใจไปนานๆ ก็ต้องหยุดเผาปอด ซึ่งทางที่ดีที่สุด คือควรจะไม่สูบบุหรี่ หรือไม่คิดหันไปสูบบุหรี่ เพราะยิ่งสูบ ความร้อนยิ่งลงไปเผาปอด สารเคมีที่ทำลายอวัยวะต่างๆ จนสุดท้ายเกิดมะเร็งและโรคถุงลมโป่งพอง ที่เป็นโรคที่อยู่ด้วยความทรมาณ และรักษาได้ยาก

อยากรู้ใหม่ว่า “บุหรี่” ลงไปเผาปอดอย่างไร?

งานนี้แพทย์ระบบทางเดินหายใจ หรือ “หมอโรคปอด” อย่าง **รศ.นพ. สุทัศน์ รุ่งเรืองหิรัญญา** อาจารย์ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (มศว.) จะมารีวิวจึงกลไกการทำลายปอดด้วยบุหรี่ยังชัดๆ

“ทุกครั้งที่จุดบุหรี่ยาสูบหรือบุหรี่ไฟฟ้า จะเกิด 2 อย่าง คือ 1.ความร้อน และ 2.สารเคมี ซึ่งทั้งสองอย่างล้วนทำลายปอดรวมไปถึงอวัยวะส่วนอื่นของร่างกาย” ศ.นพ.สุทัศน์ เริ่มอธิบาย

ในส่วนของ “ความร้อน” นั้น รศ.นพ.สุทัศน์ ระบุว่าควันจากบุหรี่ยามแบบดั้งเดิม มีความร้อนถึง 600 องศาเซลเซียส หรือสูงกว่า 6 เท่าของน้ำเดือด ขณะที่บุหรี่ยาสูบแม้จะบอกว่าเป็นความร้อนน้อยกว่า ซึ่งก็เป็นความจริง แต่ก็ยังร้อนถึง 300 องศาเซลเซียส ซึ่งความร้อนระดับนี้หรือเกิน 100 องศาเซลเซียส ก็สามารถเข้าไปเผาทำลายเซลล์เยื่อบุการหายใจ ทั้งเซลล์เยื่อบุหลอดลม และเซลล์



เยื่อบุผนังถุงลมได้แล้ว ทำให้ปอดแต่ละข้างที่มีถุงลม 2-4 ล้านอันเกาะติดกัน โดยมีผนังของถุงลมที่ยึดโยงเป็นตาข่ายหรือใช้ผนังร่วมกัน เมื่อเกิดการฉีกขาดจะทำให้ไม่และถูกทำลายไปเรื่อยๆ จึงเกิดโรคถุงลมโป่งพอง หรือเรียกว่าเป็นบุหรี่ยาสูบเผาปอด ยิ่งสูบก็ยิ่งไหม้ ถุงลมยิ่งถูกทำลายไปเรื่อยๆ

ส่วนของสารเคมีที่เกิดขึ้นจากการจุดบุหรี่ยาสูบและบุหรี่ยาสูบ รศ.นพ.สุทัศน์ บอกว่าบุหรี่ยาสูบมีสารพิษต่อร่างกายมนุษย์ถึง 7 พันชนิดแตกต่างกัน โดย 60 ชนิด พิสูจน์แล้วว่า ก่อมะเร็งในมนุษย์ได้จริง สารเคมีจะเข้าไปทำปฏิกิริยา ก่อให้เกิดการอักเสบอย่างรุนแรง ทั้งในโพรงจมูก หลอดลม เนื้อปอด ถุงลม เช่น เกิดอาการภูมิแพ้ หรือหลอดลมอักเสบแบบเรื้อรัง มีการผลิตมูกเพิ่มขึ้น ไอเรื้อรังมากขึ้น ทำให้เซลล์เยื่อบุทางเดินหายใจที่จะมีขนาดเล็กๆ คอยปิดกวด

สารเคมีและฝุ่นควันที่หายใจเข้าไปออกมาผ่านการไอหรือน้ำมูก หยุดทำงานลง ทำให้เสมหะค้างอยู่ในภายในจนอุดตัน จนเกิดโรคถุงลมโป่งพองอีกรูปแบบหนึ่ง

รศ.นพ.สุทัศน์ กล่าวอีกว่า ส่วนสารเคมีในบุหรี่ยาสูบ พบว่ามีสารพิษที่ไม่มีในบุหรี่ยาสูบจำนวนมาก เช่น ตัวทำลายลายน้ยาที่เรียกว่า โพรไพลีน ไกลคอล ที่ใช้ในอุตสาหกรรมหนัก เช่นแบตเตอรี่รถยนต์ การผลิตสารทำความเย็น หรือสารปรุงแต่งกลิ่นรสและสี ซึ่งสารเหล่านี้ไม่เคยถูกออกแบบให้เข้าสู่ร่างกายมนุษย์มาก่อนการทำให้ระเหิดเป็นไอ จึงยังไม่มีใครรู้ว่าจะมีพิษมากน้อยแค่ไหน เกิดโรคอะไรเร็วช้าแค่ไหน แต่ทางการแพทย์ถือว่ามีพิษแน่ๆ เพราะบุหรี่ยาสูบที่มีการใช้ไม่ถึง 10 ปี แต่เบื้องต้นก็มีงานวิจัยจำนวนมากถึงความไม่ปลอดภัยของบุหรี่ยาสูบ

รศ.นพ.สุทัศน์ กล่าวว่า ไม่เพียงแต่การเผาไหม้ปอดเท่านั้น ความร้อนของควันและไอจากบุหรี่-บุหรี่ไฟฟ้า รวมถึงสารเคมีที่เกิดขึ้น ยังกระทบต่ออวัยวะอื่นๆ ด้วย ซึ่งทำให้เกิดโรคมะเร็งได้ถึง 12 ชนิด ตามการสัมผัส ตั้งแต่ริมฝีปาก ช่องปาก ลิ้น กระพุ้งแก้ม เพดานปาก หลอดลม ช่องคอ ลงไปถึงปอด ควันที่โอบล้อมร่างกายยังสัมผัสกับผิวหนัง และซึมลงไปสู่ใต้ผิวหนังได้ เป็นต้น

“การเกิดโรคมะเร็งนั้น เกิดได้ทั้งจากความร้อนและสารเคมี แต่ส่วนใหญ่ ความร้อนจะทำให้เซลล์ตายก่อน ส่วนสารเคมีจะเข้าไปเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของโครโมโซม ทำให้โครโมโซมหักงอ หรือการเรียงลำดับของโปรตีนที่กำหนดมาให้ทำงานตามปกติ เกิดการเรียงสลับไปมาผิดเพี้ยนไปจนไม่สามารถทำงานได้ ทำให้เกิดมะเร็งขึ้น นอกจากนี้ บุหรียังทำให้เสี่ยงต่อการติดเชื้อไวรัสโรคมกมากขึ้น รักษาไวรัสได้ยากขึ้นถ้าไม่สูบบุหรี เพราะทำให้ร่างกายภูมิคุ้มกันอ่อนแอ เชื้อจึงเข้มแข็งมากขึ้น เมื่อรักษาไม่ได้ผลก็ยิ่งทำให้เกิดเชื้อดื้อยามากขึ้น



ซึ่งปัจจุบันเป็นปัญหาที่น่าห่วง เพราะไวรัสโรคดื้อยาแล้วถึง 1 ใน 3 สุดท้ายจะไม่มียารักษา” รศ.นพ.สุทัศน์ กล่าว จากประสบการณ์การรักษาคนไข้โรคถุงลมโป่งพอง ที่เกิดจากการที่สูบบุหรีและควันต่างๆ ลงไปเผาปอดนั้น

รศ.นพ.สุทัศน์ กล่าวต่อว่า ตั้งแต่เห็นคนไข้เข้ามารับวินิจฉัยวันแรก ก็รู้เลยว่า จะเห็นหน้าผู้ป่วยคนนี้อีกไม่เกิน 10-15 ปี ซึ่งเป็นการอยู่ด้วยชีวิตที่แย่งไปเรื่อยๆ ด้วย ในการรักษาจะบอกคนไข้ว่า

กตिकाในการรักษา คือ จะต้องให้คำมั่นสัญญาว่าจะต้องเลิกบุหรีเป็นอันดับแรก มิเช่นนั้น กระบวนการรักษาเกิดขึ้นไม่ได้ เพราะต้นเหตุของโรคถุงลมโป่งพองมาจากบุหรี และถ้าไม่หยุดบุหรีต่อให้รักษาไปก็ไม่ได้ผล ซึ่งแนวทางรักษาทุกประเทศเขียนตรงกันว่า การรักษาที่ได้ผลดีที่สุด ในโรคถุงลมโป่งพอง คือ การเลิกบุหรี ต่อให้มียาใหม่ๆ ออกมา แต่ก็ไม่มียาตัวไหนเลยที่พิสูจน์ทางการแพทย์ว่า ลดอัตราการเสียชีวิตโรคถุงลมโป่งพองได้จริง

“ในฐานะที่เป็นแพทย์เราไม่ทิ้งความพยายาม ที่จะบอกเขาให้เลิกบุหรี ถ้ามีความคิดหน้าในการเลิกบุหรี เช่น ลดการสูบบุหรีลงก็จะเริ่มชื่นชมให้กำลังใจ แต่ถ้าจะให้โรคหยุดเดินหน้าก็ต้องขอว่าให้หยุดทั้งหมด เชื่อหรือไม่ว่า ลิ้นซึกที่ทำงานผมเต็มไปด้วยบุหรีและไฟแช็ก ซึ่งหากพบเห็นจะยึดจากผู้ป่วยทุกราย” รศ.นพ.สุทัศน์ กล่าวจากประสบการณ์ตรงของ “หมอโรคปอด”

31 พฤษภาคมของทุกปี เป็นวันงดสูบบุหรีโลก ในปี 2562 นี้ ลองสัญญากับตัวเองดูที่ว่า เลิกเผาปอด หรือสูบบุหรีกันดีกว่า