

การกลืนแร่สำหรับมะเร็งไทรอยด์

อะไรคือมะเร็งไทรอยด์?

มะเร็งไทรอยด์เกิดจากเซลล์ผิดปกติภายในต่อมไทรอยด์เจริญเติบโตมากเกินไป

ต่อมไทรอยด์อยู่บริเวณคอด้านหน้าหลอดลม ทำหน้าที่สร้างฮอร์โมนไทรอยด์ที่ช่วยในการควบคุมการเผาผลาญของร่างกาย กำหนดการเต้นของหัวใจ และอุณหภูมิ

แร่ไอโอดีนรังสีสามารถรักษามะเร็งไทรอยด์ได้อย่างไร?

มะเร็งไทรอยด์ที่พบบ่อยและสามารถรักษาด้วยแร่ไอโอดีนรังสีได้คือชนิด papillary และ follicular การรักษาจะให้หลังจากผ่าตัดเอาต่อมไทรอยด์ออกไปแล้ว เพื่อทำลายเนื้อเยื่อไทรอยด์ที่อาจจะเหลืออยู่ นอกจากนี้สารรังสีที่ใช้สามารถใช้ถ่ายรูปแบบการกระจายของมะเร็งได้

ผลข้างเคียงของการกลืนแร่มีอะไรบ้าง?

คลื่นไส้ได้เล็กน้อย การรับรสเปลี่ยนไป ส่วนใหญ่หายได้เอง

แสบบวม แร่ไอโอดีนรังสีอาจจะระคายเคืองต่อมน้ำลาย การอักเสบของต่อมน้ำลายอาจเกิดได้ในวันที่สองหลังการรักษา

ปากแห้ง เกิดจากการอักเสบของต่อมน้ำลายเช่นกัน อาการปากแห้งอาจจะเกิดได้ในกรณีที่ได้รับรังสีปริมาณสูง การป้องกันภาวะนี้ทำได้โดยการดื่มน้ำปริมาณมาก

คอบวม เกิดได้ในช่วง 2 สัปดาห์แรก กินยาแก้ปวดหรือแก้อักเสบได้ เช่น พาราเซตามอล หรือ ไบยูโพรเฟน สามารถช่วยได้

ต้องตรวจเลือดอะไรบ้าง?

ก่อนกลืนแร่ควรมีระดับฮอร์โมน TSH (thyroid stimulating hormone) สูง ซึ่งจะช่วยเพิ่มเซลล์มะเร็งไทรอยด์จับแร่ไอโอดีนรังสีได้มากขึ้น ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะได้รับคำแนะนำให้หยุดยาฮอร์โมนไทรอยด์เสริม 3-4 สัปดาห์ หรือควรเว้นระยะหลังผ่าตัดไทรอยด์อย่างน้อย 3-4 สัปดาห์

ต้องงดอาหารอะไรบ้าง?

แนะนำให้งดอาหารไอโอดีนสูง 1-2 สัปดาห์ก่อนกลืนแร่ จะช่วยให้เซลล์มะเร็งไทรอยด์จับไอโอดีนรังสีได้มากขึ้น

อาหารที่กินได้ ได้แก่

- ผักและผลไม้
- เนื้อหมู ไก่ วัว
- เกลือบกที่ไม่ผสมไอโอดีนเพิ่ม
- ข้าว เส้นก๋วยเตี๋ยวขาว ขนมปัง
- แอลกอฮอล์ น้ำอัดลม
- ชา กาแฟ ไม่ใส่นม

อาหารที่ควรกินให้น้อย ได้แก่

- นม 25 มล ต่อวัน
- เนย 5 กรัม ต่อวัน
- ชีส 25 กรัม ต่อสัปดาห์
- ผลิตภัณฑ์จากนม เช่น โยเกิร์ต และ ไอติม 1 สกู๊ป
- ไข่ 1 ฟอง ต่อสัปดาห์
- ผลิตภัณฑ์จากไข่ เช่น มายองเนส คัสตาร์ด หมี่เหลือง

อาหารที่ควรงด ได้แก่

- อาหารทะเล ปลา สาหร่าย
- เค้กและคุกกี้ที่ทำจากไข่หรือเนย
- อาหารที่ซื้อกลับบ้านที่ไม่ทราบส่วนผสมและอาจมีไอโอดีน
- เกลือบกไอโอดีน
- วิตามินและอาหารเสริม

สามารถกินอาหารปกติได้หลังได้รับการรักษาเสร็จสิ้นแล้ว

กระบวนการกลืนแร่เป็นอย่างไร?

การกลืนแร่จะทำที่หน่วยเวชศาสตร์นิวเคลียร์ ส่วนใหญ่จะเป็นเม็ดแคปซูล การรักษาสามารถทำได้ทั้งแบบกลับบ้านได้หรือนอนที่โรงพยาบาล ขึ้นอยู่กับปริมาณรังสีที่ได้รับ การได้รับรังสีปริมาณสูงอาจต้องพักที่โรงพยาบาล 2-3 วัน เพื่อป้องกันรังสีไปสู่อุบัติเหตุ

หลังจากกลับบ้านได้แล้วอาจจำเป็นต้องอยู่ห่างจากบุคคลอื่น 1-2 สัปดาห์ ถ้าสามารถกลับบ้านได้ในวันที่กลืนแร่ควรหลีกเลี่ยงการใช้ระบบขนส่งสาธารณะ ถ้าเป็นไปได้ควรขับรถด้วยตัวเอง แต่ถ้าทำไม่ได้ ควรนั่งห่างจากคนขับรถให้ได้มากที่สุด ห้ามให้ผู้ที่ตั้งครรภ์หรือพยายามตั้งครรภ์ขับรถไปส่งที่บ้าน