

## รายงานกรณีศึกษา (Case Report)

มะเร็งต่อมลูกหมาก

Prostate cancer

ลักขณา แซ่โซ้ว<sup>1</sup> ฟ่าปลื้ม ศรีจันทร์<sup>2</sup>Lukhana Sarsow<sup>1</sup> Fapluem Srichan<sup>2</sup><sup>1</sup>พ.บ., <sup>2</sup>นศ. วท.ม.(สาธารณสุขศาสตร์)

## บทคัดย่อ

มะเร็งต่อมลูกหมาก เกิดจากเซลล์ในต่อมลูกหมากที่โตผิดปกติขึ้นเรื่อย ๆ จนกลายเป็นก้อนมะเร็งและแพร่กระจายอยู่ในต่อมลูกหมาก แบ่งเป็น 4 ระยะ ในระยะแรกผู้ป่วยจะไม่มีอาการแสดงแต่อย่างใด แต่ผู้ป่วยบางรายอาจมาพบแพทย์ด้วยอาการปัสสาวะลำบาก ปัสสาวะไม่ออก หรือปัสสาวะมีเลือดปนได้ แต่หากปล่อยไว้ไม่รักษา เซลล์ที่ผิดปกติดังกล่าวจะเจริญเติบโตและลุกลามไปยังเนื้อเยื่อรอบ ๆ ต่อมลูกหมาก ต่อม้าน้ำเหลือง กระดูก ปอด และตับ ทำให้เกิดอาการต่าง ๆ ตามมา และทำให้เสียชีวิตได้ มักพบได้ในผู้ชายที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ทั่วโลกพบมะเร็งต่อมลูกหมากได้บ่อยเป็นอันดับ 2 ของมะเร็งในผู้ชายทั้งหมดรองจากมะเร็งปอด

ผู้ป่วยชายไทยอายุ 61 ปี น้ำหนัก 96 กิโลกรัม เป็นมะเร็งต่อมลูกหมากระยะที่ 4 มาเข้าค่ายสุขภาพแพทย์วิถีธรรม เรียนรู้เทคนิคยา 9 เม็ดของแพทย์วิถีธรรม มุ่งมั่นปฏิบัติตามหลักการแพทย์วิถีธรรมอย่างเคร่งครัด ตามสโลแกน “หมอที่ดีที่สุดในโลกคือตัวเราเอง” พบว่า ภายใน 1.5 เดือนปัสสาวะคล่อง รู้สึกสุขสบาย เบากาย มีกำลัง ภายใน 3 เดือน ค่าสารสัมพันธ์มะเร็ง PSA จาก 156 ng/ml ลดลงเหลือ 2.3 ng/ml ซึ่งเป็นค่าปกติ เปลี่ยนจากคนอารมณ์ร้อน เอาแต่ใจ ชี้นิ้วสั่งการ มาเป็นผู้ใหญ่ใจดี แจ่มใส ช่วยเหลืองานน้อยใหญ่ของหมู่ เสียสละ อ่อนน้อมถ่อมตน เป็นคนรับใช้

**คำสำคัญ** มะเร็งต่อมลูกหมาก, แพทย์วิถีธรรม, “หมอที่ดีที่สุดในโลกคือตัวเราเอง”

## Abstract

Prostate cancer developed from the cell inside the prostate gland that grows abnormally for some time until that cell becomes cancerous and spread within the prostate gland. There are 4 stages: first stage, the patient shows no symptoms at all. Some patients may see the doctor because of difficulty in urination, inability to

urinate, or bloody urine. Those symptoms if left untreated can cause abnormal growth in the cell and spread to tissues nearby such as prostate gland, lymph node, bone, lung and liver. Therefore, the more serious consequences can follow including death. This disease occurs in men over age 60, and it is the second most affected in men after lung cancer globally.

Case study: The 61 Year's old Thai man who weighs 96 kilogram with stage 4 prostate cancer joined the Buddhist Medicine health retreat. He learned the 9 pills techniques from the Buddhist Medicine and dedicated to follow the methods religiously as the slogan said "the best doctor in the world is oneself".

He found that within one and a half month period he was able to urinate easier, felt stronger and felt better physically and mentally. Within 3 months, the cancer value PSA was reduced from 156 ng/ml to 2.3 ng/ml which is the normal number. His emotion is changed from being hot-tempered, self-centered and being bossy to a kind adult, bright, being more sacrificed, respectful, and helpful among friends.

**Keywords** Prostate cancer, Buddhist Medicine, "the best doctor in the world is oneself"

### ประวัติทั่วไป (General History)

ผู้ป่วยชาย อายุ 61 ปี อาชีพรับราชการครู วิทยาลัยเทคนิค ภูมิลำเนา อาเภอเมือง จังหวัด นครราชสีมา

### อาการเด่นที่ทำให้ต้องมาเข้าค่ายสุขภาพแพทย์วิถีธรรม (Chief Complaint)

ตรวจพบว่าเป็นมะเร็งต่อมลูกหมากระยะสุดท้าย ทราบผล 4 วันก่อนมาเข้าค่าย

### ประวัติการเจ็บป่วยในครั้งนี้ (Present Illness)

สิงหาคม 2558 เริ่มมีอาการปัสสาวะบ่อย ปัสสาวะไม่สะดวก ติดๆ ขัดๆ ปัสสาวะได้ไม่สุด ซื้อยาที่ร้านขายยามากินเอง ประมาณ 3 สัปดาห์ อาการไม่ดีขึ้นจึงไปพบแพทย์ที่โรงพยาบาล แพทย์ตรวจร่างกายพบว่า มีเนื้องอกบริเวณต่อมลูกหมาก แพทย์ตรวจหาค่าสารสัมพันธ์มะเร็งต่อมลูกหมากจากในเลือด (PSA) = 156 ng/ml ซึ่งเป็นค่าที่สูงมาก (ค่าปกติ < 5 ng/ml) แพทย์จึงนัดตรวจผลชิ้นเนื้อในอีก 1 สัปดาห์ต่อมา และนัดฟังผลอีก 2 สัปดาห์ ผลชิ้นเนื้อพบว่าเป็นเนื้อร้าย (มะเร็ง) แพทย์จึงนัดทำ CT scan ในอีก 1 สัปดาห์ต่อมาเพื่อประเมินระยะของโรค ทราบผล

CT scan วันที่ 13 ตุลาคม 2558 แพทย์บอกว่าเป็นมะเร็งต่อมลูกหมากระยะที่ 4 และกระจายไปที่กระดูกสันหลัง กระดูกซี่โครงและทรวงอก แพทย์รักษาโดยการฉีดยาฮอร์โมน 1 เข็ม และนัดฉีดซ้ำทุก 3 เดือน ผู้ป่วยได้ทราบข่าวจากเพื่อนที่ร่วมปฏิบัติธรรมที่วัดด้วยกันว่าหายจากการเป็นมะเร็งเต้านมได้ด้วยการไปเข้าค่ายแพทย์ทางเลือกวิถีธรรม จึงสนใจศึกษาข้อมูลทางอินเทอร์เน็ตจนเกิดความมั่นใจและเดินทางมาเข้าค่ายที่จังหวัดมุกดาหารในอีก 4 วันต่อมา (18-24 ตุลาคม 2558)

### ประวัติที่เชื่อมโยงต่อความเจ็บป่วย (Relative History)

การกิน ชอบรับประทานอาหารมัน ๆ รับประทานอาหารเนื้อสัตว์ ต้มเหล้าสังสรรค์กับเพื่อนเป็นประจำชนิดไม่เมาไม่เลิก ไม่ต่ำกว่า 15 วันต่อเดือน กลับบ้านดึกเป็นประจำ บางครั้งกลับถึงบ้านตอนเช้าของวันใหม่ก็เคยมี

อารมณ์ เป็นคนอารมณ์ร้อน เอาแต่ใจ ชอบขึ้นวู้ด (เนื่องด้วยทำงานเป็นผู้บริหาร และเป็นครูสอนช่างเชื่อม) เวลาโกรธจะโกรธมากถึงขั้นอาฆาตแรงๆ ถ้ามีอารมณ์โมโหมากก็จะถึงกับสาปแช่งคนอื่นได้ด้วย ซึ่งเป็นกับทั้งที่บ้านและที่ทำงาน

อบายมุข ชอบซื้อหวย เล่นหุ้น เล่นสนุกเกอร์ และชอบเล่นกีฬาแบบเดิมพัน

### โรคหรือความเจ็บป่วยอื่น ๆ ที่เป็นร่วมกัน (Co or Past Illness)

-เป็นโรคเก๊าต์มา 20 ปี ค่ากรดยูริกในเลือดในช่วงปีแรก ๆ วัดได้=9.6 mg/dL (ค่าปกติ 4.0-7.0 mg/dL) รักษาโดยการกินยา รับประทานเป็นประจำที่โรงพยาบาล ผลตรวจครั้งล่าสุด กรดยูริกในเลือด=7.5 mg/dL (13 ตุลาคม 2559)

-เป็นโคเลสเตอรอลสูง ค่าโคเลสเตอรอลในเลือด=260 mg/dL (ค่าปกติ < 200 mg/dL) ค่าไตรกลีเซอไรด์ในเลือดสูง=196 mg/dL (ค่าปกติ 40-160 mg/dL) เป็นมา 20 ปี รับประทานเป็นประจำที่โรงพยาบาล ตรวจเลือดซ้ำทุก 6 เดือน แต่ค่ายังอยู่ในเกณฑ์สูงกว่าค่าปกติเล็กน้อยมาตลอด

-น้ำหนักเกิน น้ำหนัก 96 กิโลกรัม (BMI=31) กินดื่มสังสรรค์เต็มที่เป็นประจำ

-โรคภูมิแพ้ (แพ้ฝุ่น เวลาโดนฝุ่นจะรู้สึกแน่นจมูก)

-นอนกรน (ภรรยาบอกว่า กรนเสียงดัง และผู้ป่วยมักจะมีอาการแสบคอหลังตื่นนอน)

-ภาวะวิตกกังวล และอารมณ์ฉุนเฉียว

-ไตเสื่อมระยะที่ 2 (Creatinine=1.5, GFR=71)

### การรักษาอื่นๆ ที่เคยได้รับการแพทย์แผนอื่น (Relative Therapy)

ฉีดยาฮอร์โมนรักษามะเร็งต่อมลูกหมากทุก 3 เดือน รวมทั้งหมด 4 ครั้ง

### ประวัติผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการที่เคยทำ (Lab History)

ค่ามะเร็งต่อมลูกหมากในเลือด (PSA)

ครั้งที่ 1 ตุลาคม 2558 = 156.0

ครั้งที่ 2 มกราคม 2559 = 2.3

ครั้งที่ 3 เมษายน 2559 = 2.0

ครั้งที่ 4 ตุลาคม 2559 = 5.0 (ช่วงนี้มีความเครียดและกังวลเรื่องลูก  
ชายก่อนไปตรวจ)

### สภาพร่างกาย ณ วันที่มาเข้าค่ายครั้งแรก (Physical Examination)

-ลักษณะทั่วไป ผู้ป่วยมีภาวะอ้วน การเคลื่อนไหวเชิงช้า มีน้ำหนัก 96 กิโลกรัม ข้อมือ  
บวมจากโรคเก๊าต์ ร่างกายส่วนอื่น ๆ ยังไม่พบความผิดปกติที่เห็นด้วยตา

### การวินิจฉัยเบื้องต้น (Provisional Diagnosis)

1. มะเร็งต่อมลูกหมากระยะที่ 4 (ระยะสุดท้าย)
2. โรคเก๊าต์
3. โคเลสเตอรอลและไตรกลีเซอไรด์ในเลือดสูง
4. ไตเสื่อมระยะที่ 2 (GFR=71)
5. น้ำหนักเกิน (BMI=31)
6. โรคภูมิแพ้
7. นอนกรน
8. ภาวะวิตกกังวล และอารมณ์ฉุนเฉียว

### การวางแผนรักษา (Plan of treatment)

- 1.ปรับสมดุลร้อนเย็น
  - น้ำสมุนไพรปรับสมดุล (ยาเม็ดที่ 1)
  - อาหารปรับสมดุล (ยาเม็ดที่ 7) สูตร 1 / สูตร 2
- 2.ระบายพิษออกจากร่างกาย
  - กัวซา (ยาเม็ดที่ 2)
  - ดีท็อกซ์ (ยาเม็ดที่ 3)
  - แช่มือแช่เท้า (ยาเม็ดที่ 4)
  - พอก, ทา, หยอด, ประคบ, อบ, อาบ (ยาเม็ดที่ 5)
  - โยคะ, กดจุดลมปราณ (ยาเม็ดที่ 6)
- 3.กำจัดขยะในจิตวิญญาณ
  - ละบาป (มีศีล 5, อธิศีล, ไตรสิกขา)
  - บำเพ็ญบุญ
  - เพิ่มพูนใจไร้กังวล

} (ยาเม็ดที่ 8+9)

### แนวทางการปฏิบัติประจำวัน

- 04.30 - 06.00 น. ตื่นนอน นั่งสมาธิ สวดมนต์ ฟังบรรยายธรรมะโดย ดร.ใจเพชร กล้าจน และโยคะ
- 06.00 - 08.00 น. ต้มน้ำปัสสาวะ ทำน้ำปั่นผักผลไม้ น้ำสมุนไพรรับสมดุล ประกอบอาหารปรุงด้วย เกลืออย่างเคร่งครัด คัดเลือกวัตถุดิบพืชผักผลไม้ โดยดูจากภาวะร้อนเย็นของร่างกายในช่วงเวลานั้น
- 08.00 - 10.00 น. เดินออกกำลังกายหรือปั่นจักรยาน อย่างน้อย 30 นาที ช่วงมีแดดอ่อนๆ เพื่อรับวิตามินดีจนได้เหงื่อ
- ทำสวนผักสมุนไพรรองเท้าทำงานตามกำลังที่บ้าน พร้อมกับฟังบรรยายธรรมะโดย ดร.ใจเพชร กล้าจน เพื่อเพิ่มความเข้าใจในเรื่องการปฏิบัติตนเป็นหมอดูแลตนเองทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ
- 10.00 - 12.00 น. รับประทานอาหารมังสวิรัต วันละหนึ่งมื้อ ตามลำดับ สูตรหมอเขียว คีออสจืด และปรุง ด้วยเกลือเท่านั้น
- 12.00 - 14.30 น. ทำภารกิจที่ค้างค้าง
- 14.30 - 17.00 น. พักผ่อน ทำดีท็อกซ์จุดลมปราณร่วมด้วย และอาบน้ำ
- 17.00 - 19.00 น. สวดมนต์เย็นที่วัดป่าสาละวัน อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา ประมาณ 1 ชั่วโมง
- 19.00 - 20.00 น. ก้าวชาก่อนนอนทุกวัน ประมาณ 1 ชั่วโมง
- 20.00 - 21.00 น. ทำสมาธิ โดยเฉลี่ย วันละ 30 นาที และเข้านอน

### ผลการรักษา (Curative results)

#### ผลทางกาย

1. โรคกระเร่ง่อมลูกหมากระยะสุดท้ายของผู้ป่วยดีขึ้น ไม่ต้องทรมานอีกแล้ว (ปัสสาวะคล่อง เป็นปกติ เบากาย มีกำลัง เป็นอยู่ผาสุก) เห็นผลชัดเจน ในการปฏิบัติตนเข้มตั้งแต่ 1.5 เดือนแรก
2. โรคอ้วน จากน้ำหนัก 96 กิโลกรัม ลดลงอย่างสมดุลเหลือ 73 กิโลกรัม (น้ำหนักลดลง 23 กิโลกรัม, ดัชนีมวลกาย (BMI)=23)
3. อาการปัสสาวะขัดและปวด ปัสสาวะไม่สุดหายไป จนมีอาการเป็นปกติภายใน 1-2 เดือนที่ปฏิบัติตนอย่างเคร่งครัด
4. ผู้ป่วยไม่ได้ไปปรับยาลดโคเลสเตอรอลและไตรกลีเซอไรด์ เนื่องจากอาการที่เคยเป็น คือปวดแปล็บ ๆ ที่หน้าอกได้หายไปแล้ว (ยามีผลข้างเคียง จึงไม่อยากกินต่อ)
5. อาการของโรคภูมิแพ้หายเป็นปกติ หายใจโล่ง
6. อาการนอนกรนเสียงดังหายไป
7. โรคเกาต์หายเป็นปกติ ไม่มีอาการปวดตามข้ออีก ไม่กินยาแผนปัจจุบันแล้ว

8. โรคไตเสื่อมยังไม่ได้ไปตรวจซ้ำ แต่เนื่องจากรู้สึกว่าร่างกายแข็งแรงดีขึ้นดี จึงไม่คิดที่จะไปตรวจซ้ำ

### ผลทางใจ

สภาพจิตใจดีขึ้น เนื่องจากสภาพร่างกายที่แข็งแรงขึ้น ขณะที่มาเข้าค่ายสุขภาพครั้งที่ 3 (ธันวาคม 2558) ได้ทดสอบร่างกายตัวเองด้วยการบำเพ็ญบุญ ยกกระสอบข้าวสาร จำนวนเกือบ 100 กระสอบได้อย่างสบาย และสามารถร่วมเดินจาริกเป็นระยะทาง 10 กิโลเมตร ทำให้มีกำลังใจ และค่อนข้างมั่นใจว่าตัวเองหายแล้ว แม้แพทย์ที่โรงพยาบาลนัดตรวจเลือดอีก 1 เดือนข้างหน้า ผู้ป่วยก็ไม่มีอาการหวั่นไหวแต่ประการใด และผลก็เป็นไปตามคาดโดยค่าสารสัมพันธ์มะเร็ง PSA จาก 156 ng/ml ลดลงเหลือ 2.3 ng/ml ซึ่งเป็นค่าปกติ (ผลลดลงเป็นปกติภายใน 3 เดือน) ผู้ป่วยรู้สึกมีความสุขมาก

### การใช้ชีวิตในปัจจุบัน

- **สมดุสร้อนเย็น** : ผู้ป่วยยังคงปฏิบัติเทคนิคยา 9 เม็ดตามแนวทางแพทย์วิถีธรรมอย่างเคร่งครัด กินมังสวิรัต (ไม่ทานเนื้อ นม ไข่)
- **ละบาป** : ถือศีล 5 ละอบายมุขอย่างถาวร เลิกดื่มสุรา กาแฟ เลิกสังสรรค์กับเพื่อนดึก ๆ ดื่น ๆ หันมาเข้าวัดฟังธรรมเป็นประจำ
- **บำเพ็ญบุญ** : ลาออกจากการรับราชการครูมาเป็นจิตอาสาแพทย์วิถีธรรม ประจำที่พุทธสถานสีมาอโศก และเครือข่ายของสวนป่าบุญทั่วประเทศ เพื่อช่วยเหลือผู้ที่กำลังทุกข์จากโรคภัยไข้เจ็บและทุกข์ใจอื่น ๆ เหมือนที่ตนเองเคยได้รับ
- **เพิ่มพูนใจไร้กังวล** : ผู้ป่วยฝึกปฏิบัติ อธิศีล อธิจิต อธิปัญญา ด้วยแนวทางแพทย์วิถีธรรมหรือ **มรรคมืองค์ 8** ตามที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า เป็น **ทางเอกสายเดียวที่พาพ้นทุกข์**

### บทเรียนจากความเจ็บป่วย

#### มุมมองของผู้ป่วย :

- ผู้ป่วยมีความเห็นตรงกับคำตรัสของพระพุทธเจ้าที่ว่า "อตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ"

หมายความว่า ตนแลเป็นที่พึ่งแห่งตน เมื่อมาเข้าค่ายสุขภาพและเรียนรู้เทคนิคยา 9 เม็ดของแพทย์วิถีธรรมที่ผู้ป่วยจะต้องลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง ผู้ป่วยจึงตั้งใจปฏิบัติอย่างเต็มที่ ตรงกับสโลแกนของแพทย์วิถีธรรมที่ว่า "หมอที่ดีที่สุดในโลก คือ ตัวเราเอง"

- ผู้ป่วยมีความเชื่อมั่นและศรัทธาอย่างเต็มเปี่ยมในหลักการรักษาของแพทย์วิถีธรรมที่ได้ร่วมเอาจุดเด่นของการแพทย์ทุกแผนมาบูรณาการได้อย่างเหมาะสม และที่สำคัญ คือ ได้นำหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ซึ่งเป็นธรรมะโอสธ และเป็นการเยียวยาจิตวิญญาณของผู้ป่วยได้เป็น

อย่างดี โดยมีสโลแกน คือ “ลดกิเลส รักษาโรค” และอาจารย์หมอเขียวได้สอนวิธีวางใจให้หายจากโรคเร็ว คือ “ไม่กลัวตาย ไม่กลัวโรค ไม่เร่งผล ไม่กังวล”

-เมื่อได้ฟังธรรมและเข้าใจอย่างลึกซึ้งจึงเกิดการพลิกจิตวิญญาณครั้งยิ่งใหญ่ จากที่เคยเป็นคนมีนิสัยชอบขี้ฉ้อฉล มาเป็น “อ่อนน้อม ถ่อมตน เป็นคนรับใช้” แทน

### มุมมองของผู้ที่เกี่ยวข้อง

นักบวชชาวอโศก ประจำพุทธสถานสีมาอโศก จังหวัดนครราชสีมา ได้กล่าวถึงคนไข้ว่า

“อดีตเป็นคนอ้วน 96 กิโลกรัม ผิวพรรณ หน้าตาหมองคล้ำ ไม่สดชื่น ไม่กระปรี้กระเปร่า ปัจจุบัน หายจากมะเร็งต่อมลูกหมาก รูปร่างดีขึ้น ผิวพรรณหน้าตาดีขึ้นมาก ดูสดชื่นแจ่มใส ร่างกายแข็งแรง มีกำลัง มาเป็นจิตอาสาแพทย์วิถีธรรม ช่วยเหลือกิจการงานน้อยใหญ่ของหมูกุ่ม เอภาระงานสารพัด เสียสละ เป็นคนอ่อนน้อมถ่อมตน เป็นคนรับใช้”

เพื่อนนักปฏิบัติธรรม และจิตอาสาแพทย์วิถีธรรม ชุมชนสีมาอโศก ได้กล่าวถึงคนไข้ว่า

“ครั้งแรกที่เจอคนไข้มีลักษณะเป็นคนใช้อานาจ เป็นเจ้านาย (ขี้ใช้) มักไม่ทำอะไรด้วยตัวเอง พอได้รับคำแนะนำจากจิตอาสาแพทย์วิถีธรรมที่สีมาอโศกแล้ว มุ่งมั่นปฏิบัติตนตามหลักการแพทย์วิถีธรรมอย่างเคร่งครัด และกล้าหาญลาออกจากงาน แล้วหันมาดูแลกายดูแลใจของตนเองอย่างเต็มที่ ปัจจุบันมีร่างกายแข็งแรง น้ำหนักตัวลดลง หุ่นดี อารมณ์แจ่มใส เหมือนเด็กเกิดใหม่ เป็นผู้ใหญ่ใจดี เป็นที่พึ่งของจิตอาสาแพทย์วิถีธรรมโคราช”

ภรรยาของผู้ป่วย ได้กล่าวถึงผู้ป่วยว่า

“ตอนแรกรู้สึกสับสนมากหลังจากที่หมอตรวจร่างกายผู้ป่วยแล้ว แจ้งว่า ผู้ป่วยจะมีชีวิตต่อไปได้ไม่เกินสามเดือน รู้สึกเครียดจนทำให้น้ำหนักของตนเองลดลง 5 กิโลกรัม ไม่กล้าบอกความจริงกับทั้งลูกและสามี แต่พอได้เข้ามาเรียนรู้แพทย์วิถีธรรมก็รู้สึกโล่งอกเห็นทางออก มีความหวังว่ามีโอกาสรอด และรู้สึกขอบพระคุณที่ทำให้สามีรอดตายและมีร่างกายที่กลับมาแข็งแรง เป็นคนดีมีน้ำใจ เป็นคนรับใช้ ทำให้ลูกๆ ที่เคยเกเรกลับมาเป็นคนดีและเห็นอกเห็นใจพ่อแม่มากขึ้น ครอบครัวอบอุ่นขึ้น ปัจจุบันลูกชายทั้งสองได้สำเร็จการศึกษาจากคณะวิศวกรรมศาสตร์จากมหาวิทยาลัยที่มีชื่อเสียงของเมืองไทยแล้ว