

## วิธีพิชิตโรคในขณะที่อนาคตแห่งความสำเร็จยังไม่ถึง

ภัทรา นันทวัน\*

ในบรรดาโรคที่ผู้คนกลัวกันมากในปัจจุบันคือ โรคมะเร็งและโรคเอดส์ เนื่องจากยังไม่มีวิธีการรักษาให้ได้ผลดีอย่างการรักษาโรคติดเชื้อทั่ว ๆ ไป ถึงแม้จะมีการศึกษากันมากมายทั่วโลก ลงทุนวิจัยด้วยเงินและแรงงานความคิดอย่างมหาศาล แต่ก็ยังไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ แม้ว่าจะมีมะเร็งบางชนิดที่เราสามารถทำให้ผู้ป่วยมีชีวิตอยู่ได้นานเกินสิบปี แต่ก็ยังมีเพียงไม่มาก เช่นเดียวกับการรักษาโรคเอดส์ก็ยังไม่มียาใดที่จะรักษาให้หายขาดได้เมื่อเป็นแล้ว แต่มีวิธีการหนึ่งที่ดีจะเป็นความหวังในการรักษาโรคทั้งสอง นั่นก็คือวิธีการทางด้านภูมิคุ้มกัน โรคมะเร็งนั้นภูมิคุ้มกันมีส่วนเกี่ยวข้องตั้งแต่โอกาสในการเกิดโรค ความรุนแรงของโรค และผลการรักษา ยาที่ใช้รักษามะเร็งมักจะทำให้ภูมิคุ้มกันต่ำลง ซึ่งเป็นผลเสีย เคยมีผู้คิดหาวิธีการที่จะบริหารยาโดยที่ไม่กดภูมิคุ้มกัน แต่กลับทำให้ภูมิคุ้มกันสูงขึ้น แต่ก็ยังไม่ประสบความสำเร็จ นอกจากนั้นวิธีการเพื่อเพิ่มภูมิคุ้มกันโดยตรงได้มีวิวัฒนาการมาอีกมากมาย เพื่อยืดอายุคนไข้ ส่วนโรคเอดส์เป็นโรคที่เกี่ยวกับภูมิคุ้มกันโดยตรง การศึกษาทางด้านนี้จึงมีความสำคัญต่อโรคนี้มาก ขณะนี้มีการพัฒนาวัคซีนต่อโรคเอดส์ที่ดีจะช่วยให้ทางหนึ่ง บทความ

พิเศษฉบับนี้จึงลงเรื่องพื้นฐานของความผิดปกติของโรคทางระบบภูมิคุ้มกัน ซึ่งจะชี้ให้เห็นความสำคัญทางด้านภูมิคุ้มกัน อันอาจนำไปสู่การรักษาโรคทางด้านนี้ให้ได้ผลดีขึ้น งานวิจัยทางระบบภูมิคุ้มกันมีความสำคัญมาก แต่ขณะที่เรายังไม่สามารถเอาชนะโรคเหล่านี้ได้ จึงทำได้เพียงแค่ป้องกัน ลดโอกาสในการเกิดโรคให้มากที่สุด สำหรับโรคมะเร็งสิ่งที่จะมีผลต่อการเกิดโรค มีตั้งแต่วิธีการดำรงชีวิตการรับประทาน การปฏิบัติตัวในชีวิตประจำวัน การออกกำลังกายเป็นสิ่งที่จะช่วยได้ มีรายงานวิจัยหลายรายงานแสดงให้เห็นว่าผู้หญิงโดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัยรุ่น ที่มีการออกกำลังกายปานกลางสม่ำเสมอสามารถลดอุบัติการณ์การเป็นมะเร็งเต้านมในระยะหลังได้ เนื่องจากมีผลต่อฮอร์โมนเอสโตรเจน พวกนี้มักจะมีการมีรอบเดือนที่ไม่มีการตกไข่มากกว่า ทำให้โอกาสในการได้รับเอสโตรเจนที่จะไปกระตุ้นให้เกิดมะเร็งเต้านมมีน้อยลง ความเครียดก็เป็นปัจจัยสำคัญอีกอย่างหนึ่งที่ทำให้เกิดมะเร็ง ดังนั้นจงพยายามฝึกทำใจให้สบาย อย่าเก็บเอาเรื่องราวต่าง ๆ มาแบกรับไว้ให้หนักแกจใจ ถ้าจะเป็นอะไรก็ขอให้ เป็นเมื่อเรามีทางรักษาที่ดีขึ้นเทียบเท่าการรักษาโรคติดเชื้อ