

แต่ถ้าท่านได้เคย สอบถามจากประสบการณ์ของสตรีที่ป่วยด้วยโรคนี้ จะพบว่าอาจจะมียุติกรรมที่มิได้เคย ได้รับผลกระทบกระเทือนรุนแรงจากอาการของโรคนี้ แต่ในขณะที่เดียวกันสตรีส่วนใหญ่ที่เป็นโรคนี้จำนวนมากต้องทนทุกข์ทรมานต่อความเจ็บปวด ความกดดันทางอารมณ์ในหลายๆ ด้าน มีส่วนทำให้ไม่สามารถทำงาน หรือดำเนินชีวิตตามความปกติได้ ในช่วงที่เกิดอาการของโรค ก็ได้แต่หวังว่าบางทีในอนาคตข้างหน้าที่เราจะเข้าใจและรู้เรื่องโรคนี้ได้ดีขึ้น และสามารถรักษา และหยุดยั้งมันได้ โดยเฉพาะความเจ็บปวด และความทรมานทั้งหลายที่มากับโรคนี้ได้อีกต่อไป

### สมาคมจะช่วยท่านได้อย่างไร ?

สมาคมเยื่อบุโพรงมดลูกชั้นมิดิตี เป็นองค์การเลี้ยงตัวเองของสตรีที่ป่วยด้วยโรคเยื่อบุโพรงมดลูกชั้นมิดิตี และมุ่งสนใจต้องการแลกเปลี่ยนความรู้เกี่ยวกับโรคนี้ ทางสมาคมมีการป้อนข่าวสารให้กับผู้ป่วย รับฟังและให้กำลังใจกับผู้ป่วย ให้การแนะนำทางโทรศัพท์ ทั้งยังให้ความรู้แก่สาธารณะชนทั่วไป ให้ความร่วมมือในวงการแพทย์ และส่งเสริมการวิจัยค้นคว้า เกี่ยวกับโรคนี้ด้วย นอกจากนี้ทางสมาคมยังเป็นผู้คอยกลางจัดการให้ผู้ป่วยได้พบปะกัน การได้พูดคุยและระบายความทุกข์ ได้เล่าประสบการณ์ที่เกิดขึ้นทำให้ผู้ป่วยไม่รู้สึกว่าต้องต่อสู้อย่างโดดเดี่ยวอีกต่อไป การแลกเปลี่ยนความรู้และรับรู้อะไรที่จริงเกี่ยวกับโรคนี้ ทำให้ผู้ป่วยมีโอกาสช่วยเหลือทั้งตนเองและผู้อื่น

สมาคมเยื่อบุโพรงมดลูกชั้นมิดิตี เป็นองค์การระหว่างประเทศ มีสำนักงานใหญ่ตั้งอยู่ที่ มิลวาคี รัฐวิสคอนซิน ประเทศสหรัฐอเมริกา (Milwaukee Wisconsin USA) มีการเปิดสาขาแล้วในหลายๆ ประเทศ การดำเนินงานของสมาคม การเลือกสรรเจ้าหน้าที่ขึ้นมาบริหารงานของสมาคม จากความช่วยเหลือและคำแนะนำจากคณะกรรมการผู้เชี่ยวชาญ ทั้งด้านการแพทย์และด้านการบริหารอื่นๆ สมาคมได้จัดตั้งขึ้นที่ มิลวาคีในปี 1980 โดย แมรี่ ลู บอลเวจ และ แคโรลีน เคทท์ (Mary Lou Ballweg and Carolyn Keith) และยังเป็นกลุ่มแรกในโลกที่อุทิศตน เพื่อช่วยเหลือสตรีที่เป็นโรคนี้

สำหรับโครงการช่วยเหลือผู้ป่วยโรคนี้ ทางสมาคมได้จัดเตรียมการให้บริการในหลายระดับ ทั้งเพื่อผู้ป่วยและสมาชิกในครอบครัว ได้แก่ การให้กำลังใจ ให้คำปรึกษาทั้งแบบเป็นทางการ และไม่เป็นทางการ การให้คำแนะนำทางโทรศัพท์และด้านอื่นๆ เพื่อที่ผู้ป่วยจะสามารถต่อสู้และอยู่กับโรคนี้ได้อย่างดีที่สุด

การจัดการงานของสมาคมในแต่ละท้องถิ่น จะมีการวางแผนการประชุม และกิจกรรมต่างๆ เช่น มีการประชุมย่อยเพื่อเผยแพร่ข่าวสาร การให้ความรู้ความเข้าใจด้านการศึกษาทางการแพทย์ การพูดคุยกันระหว่างผู้ป่วยและเจ้าหน้าที่ของสมาคม การอบรมการดูแลตนเองของผู้ป่วย ปัญหาภาวะการมีบุตรยาก และรวมทั้งการหารายได้เข้าสมาคมเพื่อการใช้จ่าย ทั้งยังมีการนำความรู้เกี่ยวกับโรคนี้เข้าสู่ชุมชนอื่นๆ ได้ด้วย

ด้านการเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับโรคนี้ ทางสมาคมได้จัดเตรียมเอกสารข้อมูลต่างๆ หนังสือ เทปวีดิโอ และเทปคาสเซ็ท รวมทั้งอุปกรณ์อื่นๆ เพื่อประโยชน์กับปัจเจกบุคคล และสาธารณชนผู้สนใจ รวมทั้งได้มีการเชิญนักวิชาการทางการแพทย์ มาอภิปรายและตอบข้อซักถามต่างๆ

สมาชิกของสมาคมจะได้รับวารสารที่ครอบคลุมด้านการศึกษา ความคืบหน้าในด้านการวิจัยค้นคว้า และข่าวกิจกรรมต่างๆ ของสมาคม นอกจากนี้สมาคมยังเป็นตัวแทนเผยแพร่ กระจายข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้องเกี่ยวกับโรค เย็นโต

เมตรีโอซิส ให้แก่สื่อมวลชน และวงการทางการแพทย์อย่างสม่ำเสมอ

ด้านโครงการงานวิจัย ทางสมาคมยังได้ส่งเสริมงานวิจัยในโครงการพิเศษร่วมกับโรงเรียนการแพทย์ดาร์เมาท์ (Dartmouth Medical School) ซึ่งยังคงดำเนินการค้นคว้าในด้านความสัมพันธ์ระหว่างไดออกซิน (dioxin) กับโรคเย็นโตเมตรีโอซิส สำหรับนักวิจัยที่สนใจทำงานร่วมกับทางสมาคม กรุณาติดต่อที่

The Research Review Panel, Endometriosis Association, Headquarters  
เนื่องจากสมาคมโรคเย็นโตเมตรีโอซิส เป็นองค์การเลี้ยงตัวเอง จึงยังคงต้องการความช่วยเหลือจากผู้มีจิตศรัทธา ทั้งในด้านทุนทรัพย์ และในด้านวิชาการอื่นๆ โปรดติดต่อบริจาคได้ที่สำนักงานใหญ่ หรือสาขาที่ใกล้บ้านท่าน

### ท่านจะหาข้อมูลเพิ่มเติมได้อย่างไร ?

เมื่อท่านสมัครเป็นสมาชิกกับทางสมาคม ท่านจะได้รับวารสารจากเราทุกฉบับ ซึ่งจะให้ความรู้ขั้นพื้นฐานเกี่ยวกับโรคเย็นโตเมตรีโอซิสที่แน่นอนและถูกต้อง ข่าวความคืบหน้าต่างๆ ที่ทางสมาคมจัดขึ้นเพื่อสมาชิกในชุมชนอื่นๆ และความรู้เกี่ยวกับสุขภาพด้านอื่นๆ แต่ที่ท่านยังต้องการที่จะศึกษา หรืออ่านเพิ่มเติมเกี่ยวกับโรคนี้ ทางสมาคม ได้จัดทำหนังสือที่มีรายละเอียดยิ่งขึ้น หนังสือเล่มที่สองของเราในชื่อที่ว่า "Endometriosis Sourcebook" มีความหนาเกือบ 500 หน้า จากท่านผู้เชี่ยวชาญในโรคนี้ หนังสือนี้มีจำหน่ายที่สมาคมในราคา 14.95 เหรียญสหรัฐ หรือ 19.95 เหรียญแคนาดา ยังไม่รวมค่าจัดส่ง (2.75 เหรียญสหรัฐ หรือ 3.75 เหรียญแคนาดา) หรือจากร้านหนังสือใกล้บ้านท่าน และเรายังมีหนังสือเล่มแรกของเรา "Overcoming Endometriosis" ซึ่งจัดตีพิมพ์เป็นครั้งที่ 5 แล้ว

นอกจากหนังสือทั้งสองเล่มนี้ ทางสมาคมยังมีเทปวีดิโอ และเทปคาสเซ็ทจากกรรณิกริปรายของท่านผู้เชี่ยวชาญ และเอกสารข้อมูลอื่นๆ ทางสมาคมยังมีแค็ตตาล็อก "Material to Help You" ไว้แจกฟรีสำหรับผู้ที่ต้องการเรียนรู้ในโรคนี้ โปรดกรุณาแจ้งไปทางสมาคม ในกรณีที่ท่านยังไม่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคนี้ แต่สงสัยว่าอาจจะเป็นไปได้ ท่านสามารถสั่งซื้อคู่มือ "How Can I tell if I have Endometriosis?" ได้ในราคาเพียง 4.75 เหรียญสหรัฐ หรือ 6.50 เหรียญแคนาดา ไม่รวมค่าจัดส่งอีก 1.75 เหรียญสหรัฐ หรือ 2.50 เหรียญแคนาดา ไปยังสำนักงานใหญ่ สำหรับท่านที่ต้องการสมัครเป็นสมาชิกกับทางสมาคม โปรดกรอกข้อมูลด้านท้ายพร้อม จัดส่งค่าสมาชิกไปที่

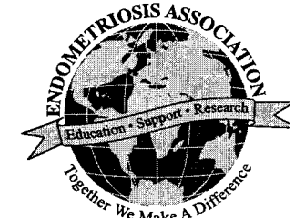
International Headquarters  
Endometriosis Association  
8585 N. 76" Place  
Milwaukee, Wisconsin 53223

TEL. 1-800-992-3636 (North America)

### ท่านจะไม่ผิดหวัง เมื่อท่านร่วมโครงการกับเราในวันนี้

เอกสารนี้ได้จัดทำไว้เผยแพร่ จากทางสมาคมโรคเยื่อบุโพรงมดลูกชั้นมิดิตี (เย็นโตเมตรีโอซิส) สำหรับคลินิกสูติคนรีเวช โรงพยาบาล ร้านขายยา สำนักงานอนามัย โปรดระบุภาษาที่ท่านต้องการ เมื่อติดต่อกับทางสมาคม เช่น อังกฤษ สเปน ฝรั่งเศส อิตาลี จีนกลาง จีนไต้หวัน ญี่ปุ่น เยอรมัน เกาหลี ฟิลิปปิน อิตาเลียน รัสเซีย โปรตุเกส ฮาวายหรือไทย

© Copyright 1992 Endometriosis Association, Inc.  
Issue 1980. Revised 1982, 83, 86, 87, 89, 91, 92, 95, 96



### เอกสารเผยแพร่ความรู้

### สมาคมโรคเยื่อบุโพรงมดลูกชั้นมิดิตี (เย็นโตเมตรีโอซิส)

#### โรคเยื่อบุโพรงมดลูกชั้นมิดิตีคืออะไร ?

โรคเยื่อบุโพรงมดลูกชั้นมิดิตีนี้ ยังคงเป็นโรคที่เข้าใจยากโรคหนึ่ง ที่เกิดขึ้นกับสตรีวัยเจริญพันธุ์ ชื่อของโรคนี้ได้มาจากคำว่า "Endometrium" หรือ "เยื่อบุโพรงมดลูก" ซึ่งมันคือเนื้อเยื่อที่บุอยู่ในผนังโพรงมดลูก มันจะมีการหนาตัวขึ้นและหลุดลอกออกมาเป็นประจำเดือนในทุกๆ รอบเดือน ในคนที่ที่เป็นโรคเย็นโตเมตรีโอซิสนี้จะพบเนื้อเยื่อบุผนังมดลูกดังกล่าวไปอยู่ในส่วนอื่นของร่างกายนอกเหนือไปจากการอยู่ในโพรงมดลูกตามปกติอีกด้วย เนื้อเยื่อบุผนังมดลูกที่อยู่นอกที่เหล่านี้จะมีการเติบโตฝังตัว เกิดเป็นรอยโรคโพรงมดลูกตามปกติขึ้นเป็นก้อนเนื้อหรือถุงเลือด (ซิสต์) ต่อไปซึ่งความผิดปกติดังกล่าวจะทำให้ความผิดปกติต่างๆ เช่น ความเจ็บปวด การมีบุตรยาก และปัญหาอื่นๆ ตามมา

โดยปกติแล้วเนื้อเยื่อบุผนังมดลูกที่ชั้นมิดิตีนี้จะพบบ่อยที่สุดในช่องท้องแถวๆ บริเวณรังไข่ ท่อรังไข่ เย็นโตมดลูกชั้นมิดิตีนี้ จะพบบ่อยที่ในช่องท้องแถวๆ ช่องท้อง หรือที่ลำไส้เล็ก กระเพาะลำไส้ใหญ่ส่วนล่าง ช่องคลอด กระเพาะปัสสาวะ ปากมดลูก และแถวๆ ปากช่องคลอดหรือที่ลำไส้เล็ก ที่ลำไส้เล็ก บางครั้งก็มีการพบเนื้อเยื่อบุผนังมดลูกชั้นมิดิตีในส่วนของร่างกายนอกช่องท้องได้บ้างเช่นที่ปอดหรือกล้ามเนื้อ แขนรวมทั้งส่วนอื่นของร่างกายแต่การวินิจฉัยที่พบได้น้อยมากๆ

เนื้อเยื่อบุผนังมดลูกชั้นมิดิตีนี้ โดยทั่วไปจะไม่กลุกลามรุนแรง หรือทำตัวเหมือนพวกมะเร็ง มันเป็นเพียงเนื้อเยื่อชั้นมิดิตีที่มันฝังตัว (อย่างไรก็ตาม ช่วงทศวรรษที่ผ่านมา มีการพบว่ามีการตรวจพบมะเร็งบางชนิดที่คิดว่าอาจจะมิสาเหตุมาจากโรคนี้ หรือมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกับโรคเย็นโตเมตรีโอซิสได้)

เนื้อเยื่อบุผนังมดลูกชั้นมิดิตีนี้มีลักษณะเหมือนเยื่อบุโพรงมดลูก ดังนั้นมันจึงทำงานและเติบโตเหมือนกัน คือจะตอบสนองกับฮอร์โมนในวงจรประจำเดือน โดยจะมีการสร้างเยื่อบุผนังมดลูกหนาตัวขึ้นและจะสลายตัวขับออกมาเป็นประจำเดือนในทุกๆ รอบเดือน แต่ที่แตกต่างก็คือเนื้อเยื่อบุผนังมดลูก ซึ่งหมายถึงเยื่อบุผนังมดลูกและอวัยวะอื่นๆ เมื่อมีเลือดประจำเดือนเกิดขึ้นแล้ว มันไม่มีทางที่จะขับออกจากร่างกายได้ผลที่ตามมาคือจะเกิดเลือดตกค้างในช่องท้อง เลือดเสียเหล่านี้จะทำให้เกิดอาการอักเสบของเนื้อเยื่อรอบๆ และเกิดเนื้อเยื่อแผลเป็น และฝังตัวในอวัยวะเหล่านั้น และบางครั้งก้อนซิสต์ ที่โตขึ้นอาจจะมีการแตกออกและทำให้เนื้อเยื่อบุผนังมดลูกที่อยู่นอกที่นี้กระจายไปเกิดยังตำแหน่งอื่นได้อีก ปัญหาแทรกซ้อนอื่นๆ ของโรคนี้ยังมีอีกซึ่งจะขึ้นกับตำแหน่งที่มันไปอยู่ เช่น ถ้ามันเกิดที่กระเพาะปัสสาวะก็จะรบกวนการทำงานของกระเพาะปัสสาวะ ถ้าไปอยู่ที่อวัยวะอื่นก็จะทำให้เกิดปัญหาที่อวัยวะนั้นตามมาเช่นกันอาการของโรคนี้มักจะเลวลงตามระยะเวลาที่เป็นเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ เนื่องจาก

จากมีการสะสมเลือดเสียในก้อนเนื้อออกซัน) บางคนมีอาการหายไปและกลับมาเป็นอีกเป็นระยะๆได้เหมือนกัน

### อาการของโรค

อาการที่พบได้บ่อยสุดของโรคนี้คือความเจ็บปวดก่อนหรือระหว่างมีประจำเดือน (โดยปกติจะมีอาการปวดที่รุนแรงมากกว่าการปวดประจำเดือนธรรมดา) อาการเจ็บระหว่างมีเพศสัมพันธ์ ภาวะการมีบุตรยาก การมีประจำเดือนมากหรือประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ และยังมีอาการอื่น ๆอีกได้แก่ เวียนศีรษะอ่อนเพลีย ปวดลำไส้เวลาถ่าย ขับปัสสาวะเคลื่อนไหวในช่วงที่มีประจำเดือนปวดหลังก่อน หรือในระหว่างมีประจำเดือน มีอาการท้องเสีย ท้องผูก ท้องอืด ขณะมีประจำเดือนแคในบางรายผู้ป่วยอาจไม่มีอาการปวดแสดงให้รู้เลยว่าเป็นโรคนี้ สำหรับปัญหาภาวะการมีบุตรยากพบได้ประมาณ 30-40% ของคนไข้ที่เป็นโรคเอ็นโดเมตรีโอซีสอันเป็นผลมาจากการลุกลามของโรคอาการเจ็บปวดมากหรือน้อยไม่จำเป็นต้องสัมพันธ์กับขนาดที่โตของก้อนเนื้อหรือการแพร่กระจายมากน้อยของโรค บางครั้งแค้ก่อนเนื้อออกเล็ก ๆ(ที่เรียกว่า "petechial") กลับถูกพบว่ามีนผลิ ตสารโพรสแตกรนดิน(prostaglandins) ซึ่งเป็นตัวการสำคัญที่ทำให้เกิดการปวดเมื่มน้ำได้มากกว่า ดังนั้นอาจจะเป็นคำอธิบายถึงเหตุผลที่อาการของโรคจะมีความรุนแรง ในรายผู้ป่วยที่มีก้อนเล็ก ๆ มีงตัวกระจายทั่วไปมากกว่าพวกเป็นก้อนใหญ่ โพรสแตกรนดินเป็นสารที่ผลิตขึ้นมาที่ร่างกาย และเกี่ยวข้องกับการทำงานของระบบต่างๆมากมาย รวมทั้งทำให้เกิดอาการหลายอย่างของโรค เอ็นโดเมตรีโอซีสด้วย

### ทฤษฎีที่กล่าวถึงสาเหตุการเกิดโรคเยื่อบุโพรงมดลูกชั้นมดที่

สาเหตุของการเกิดโรคเอ็นโดเมตรีโอซีสนี้ ยังไม่เป็นที่รู้แน่ชัด มีการสันนิษฐานขึ้นหลายทฤษฎีแต่ก็ดูเหมือนว่าไม่มีทฤษฎีไหนจะครอบคลุมได้ทั้งหมด มีทฤษฎีหนึ่งเชื่อว่า โรคนี้เกิดจากการไหลย้อนกลับของประจำเดือน นั่นคือช่วงระหว่างมีประจำเดือนจะมีเยื่อบุมดลูกบางส่วนไหลย้อนขึ้นไปตามท่อนังไขแล้วฝังตัวอยู่ในท้องและเติบโตขึ้นเรื่อยๆ ผู้เชี่ยวชาญด้วยโรคเอ็นโดเมตรีโอซีสบางท่านเชื่อว่า ผู้หญิงทุกคนจะประสบกับการไหลย้อนกลับของเนื้อเยื่อเหล่านี้ แต่ความผิดปกติจากระบบภูมิคุ้มกันและหรือระบบฮอร์โมนจะเป็นตัวการที่ทำให้เนื้อที่อุดมเหล่านี้มีโอกาสฝังตัวและเติบโตขึ้นเป็นโรคนี้ได้โดยเฉพาะในสตรีที่จะเป็นโรคนี้

อีกทฤษฎีหนึ่งอ้างว่า เนื้อเยื่อบุโพรงมดลูกชั้นมดที่เหล่านี้ ถูกส่งออกมาจากมดลูกไปยังอวัยวะอื่นๆของร่างกายโดยผ่านทางระบบน้ำเหลืองหรือระบบเลือด ส่วนทฤษฎีทางพันธุศาสตร์เชื่อว่า โรคนี้จะมีการติดต่อทางพันธุกรรมโดยผ่านทางยีนส์ที่ทำให้เป็นโรครายในครอบครัว หรืออีกในหนึ่งก็คือ บางครอบครัวมีแนวโน้มสูงที่จะเกิดเป็นโรคนี้ได้

มีอีกทฤษฎีเชื่อว่า "เนื้อเยื่อตัวอ่อน" (ซึ่งสามารถเปลี่ยนแปลงไปเป็นเนื้อเยื่ออื่นๆ ได้หลายอย่าง) ที่หลงเหลือมาตั้งแต่ผู้หญิงที่เป็นโรคนี้ ยังเริ่มเป็นตัวอ่อนในท้องแม่อาจจะพัฒนาขึ้น เป็นเนื้อเยื่อบุมดลูกที่อยู่ผิดที่ในตอนโต ทำให้เกิดโรคนี้ หรืออาจจะเป็นได้ที่เนื้อเยื่อปกติธรรมดาของคนที่จะเป็นโรคนี้ อาจจะยังคงมีคุณสมบัติในการเปลี่ยนแปลงไปเป็นเนื้อเยื่อบุมดลูกได้ในสถานการณ์ที่พิเศษไปจากปกติ

การผ่าตัดเปลี่ยนถ่ายอวัยวะ ก็ถูกอ้างว่าเป็นอีกสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดโรคนี้ เมื่อตรวจพบว่า เนื้อเยื่อนี้ไปขึ้นในบริเวณรอยแผลเย็บในช่องท้องได้ แม้จะพบว่ายัง

มีการเกิดโรคนี้ในแผลเป็นได้ทั้งๆ การที่จะมีการหลุดเข้าไปฝังตัวของเนื้อเยื่อดังกล่าว โดยบังเอิญไม่อาจจะเกิดก็ตามยังคงมีการตั้งทฤษฎีต่าง ๆขึ้น เพื่อที่จะทำการศึกษาค้นคว้าไปโดยทางสมาคมได้ร่วมกับนักวิจัยเกี่ยวกับโรคนี้

### การวินิจฉัย

การวินิจฉัยโรคนี้โดยวิธีที่แน่นอนที่สุดคือ การส่องกล้องตรวจช่องท้อง (Laparoscopy) คือการผ่าตัดเล็กโดยใช้ยาชาดม แพทย์จะผ่าตัดบริเวณสะดือซึ่งเป็นช่องเล็ก ๆ และจะเป่าแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ขึ้นเป็นอัมตรายแท้ไปเพื่อให้สะดวกในการมองเห็น จากนั้นจะสอดท่อขนาดเล็กที่มีหลอดไฟติดอยู่พร้อมกล้องส่องเข้าไป สัญมแพทย์จะเคลื่อนท่อไปรอบช่องท้องเพื่อตรวจสภาพอวัยวะในท่าใหม่มองเห็นเยื่อบุมดลูกชั้นมดที่ซึ่งฝังตัวอยู่ในบริเวณนั้นๆ แต่ทั้งนี้ก็ต้องด้วยความละเอียดและระมัดระวังของแพทย์ด้วย

โดยทั่วไป นรีแพทย์ยังสามารถตรวจพบ การปลุกฝังของเยื่อบุโพรงมดลูกชั้นมดที่ได้จากการคลำในระหว่างตรวจเชิงกราน (การตรวจภายใน) รวมทั้งฟังอาการจากผู้ป่วยก็ทำให้วินิจฉัยโรคได้ แต่ตามตำราทางการแพทย์ชี้แนะว่าไม่ควรจะทำการรักษาถ้ายังไม่ได้รับการยืนยันและการตรวจวินิจฉัยที่ถูกต้อง เนื่องจากอาการของโรคอื่น เช่น มะเร็งรังไข่ บางครั้งก็มีอาการคล้ายกับโรคนี้ด้วย ข้อดีของการตรวจด้วยการส่องกล้องตรวจช่องท้อง คือ สามารถบอกตำแหน่ง การแพร่กระจายรวมทั้งขนาดของเยื่อชั้นมดที่เหล่านี้ ซึ่งเป็นข้อมูลสำหรับแพทย์และผู้ป่วย ทำให้เข้าใจ และสามารถตัดสินใจเลือกวิธีการรักษา รวมทั้งการวางแผนในการมีบุตรในอนาคตอีกด้วย

### การรักษา

ช่วงหลายปีที่ผ่านมาการรักษาโรคนี้มีแตกต่างกันหลายวิธี แต่ยังไม่สามารถค้นพบวิธีการรักษาให้หายขาดได้ แม้แต่การตัดมดลูก และรังไข่ออก ซึ่งเชื่อว่าเป็นวิธีการรักษาที่คิดว่าดีที่สุด แต่ทางสมาคมและนักวิจัยก็พบว่าผู้ป่วยยังคงต้องระวังดูแลตนเองให้ถูกต้องหลังการผ่าตัด เพราะอัตราความเสี่ยงของการกลับมาของโรคยังมีอยู่สูง(ด้วยนี่เองที่มีจำกัดไม่ สามารถอธิบายได้ละเอียด กรุณาอ่านเพิ่มเติมจากเอกสารของทางสมาคม) ตามปกติแพทย์จะสั่งยาแก้ปวดให้ผู้ป่วยเพื่อบรรเทาอาการปวด การรักษาด้วยฮอร์โมนก็เพื่อระงับการตกไข่ให้นานที่สุดเท่าที่จะทำได้ และบางทีก็สามารถทำให้โรคเนื้อเยื่อบุมดลูกชั้นมดที่เหล่านี้ ชะลอการทำงานของมันได้นานหลายเดือน หรือหลายปีทีเดียว การรักษาด้วยฮอร์โมนนั้นได้แก่ การรับประทานยาคุมกำเนิด การให้ฮอร์โมนโปรเจสเตอโรน ด้วยยาที่ได้มาจากการสังเคราะห์ฮอร์โมนเพศชาย (testosterone) เช่น ยาเดนาซอล (danazol) และสารที่ออกฤทธิ์เสริมฤทธิ์ของ GnRH ( GnRH = ฮอรโมนที่กระตุ้นการสร้างฮอรโมนเพศ) เป็นต้น อย่างไรก็ตามการรักษาด้วยฮอรโมนเหล่านี้ ก็อาจจะก่อให้เกิดปัญหาที่มีผลข้างเคียงกับสตรีบางคนในระยะนั้นๆ ด้วย

การตั้งครรภ์ เป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่จะระงับอาการของโรคไว้ชั่วคราว ประกอบกับความเชื่อที่ว่าการปล่อยให้อาการของโรคยังคงอยู่นานเท่าใดก็จะยิ่งทำให้ผู้ป่วยมีโอกาสเสี่ยงต่อภาวะการมีบุตรยากมากขึ้น ฉะนั้นแพทย์จะแนะนำให้ผู้ป่วยรีบตั้งครรภ์ถ้าเป็นไปได้ อย่างไรก็ตาม การรักษาโรคด้วยวิธีการตั้งครรภ์ก็ยังคงมีปัญหากันมากมาย ที่ทำให้ผู้ป่วยไม่อาจตัดสินใจเลือกวิธีการรักษานี้ ปัญหาเหล่านี้ ได้แก่ความไม่พร้อมในด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นคู่ครอง ครอบครัว

เศรษฐกิจ ฯลฯ ยังมีปัจจัยอื่นๆอีก เช่น เมื่อผู้ป่วยตั้งครรภ์ได้ มักมีปัญหาการท้องนอกมดลูก การแท้งง่าย ครันตั้งครรภ์ได้สำเร็จก็มักมีปัญหาในระหว่างตั้งครรภ์ หรือการคลอดลำบาก รวมทั้งเหตุผลจากการศึกษาที่ว่า โรคนี้ถ่ายทอดได้ทางพันธุกรรมด้วย

การผ่าตัดแบบอนุรักษ์ (ผ่าตัดเนื้อออกออกแต่เก็บมดลูกกับรังไข่ไว้) ไม่ว่าจะ เป็นการผ่าตัดใหญ่เปิดหน้าท้องตามปกติ หรือการผ่าตัดด้วยวิธีส่องกล้องตรวจช่องท้อง มีจุดหมายเดียวกันคือเพื่อตัดหรือทำลายก้อนเนื้อที่เกิดจากเยื่อบุมดลูกชั้นมดที่ ซึ่งจะช่วยลดและบรรเทาอาการของโรค และยังช่วยให้ผู้ป่วยบางคนสามารถตั้งครรภ์ได้ง่ายขึ้นด้วย อย่างไรก็ตามการรักษาด้วยการผ่าตัด ก็เหมือนการรักษาด้วยวิธีอื่นๆ เพราะอาการของโรคอาจจะยังกำเริบขึ้นมาอีก ปัจจุบันแพทย์เลือกที่จะใช้การผ่าตัดแบบส่องกล้องตรวจช่องท้องมากขึ้น วิธีนี้สัญญาแพทย์จะใช้แสงเลเซอร์ เครื่องมือไฟฟ้าและเครื่องมือชิ้นเล็กๆ ช่วยเพื่อความสะดวกสำหรับการผ่าตัด การผ่าตัดแบบไม่อนุรักษ์จะเป็นการผ่าตัดเอามดลูกและหรือรังไข่รวมทั้งเยื่อบุมดลูกชั้นมดที่ออก (เพื่อป้องกันการสร้างฮอรโมนขึ้นอีก) แพทย์จะให้วิธีนี้ในกรณีที่ผู้ป่วยมีอาการของโรคซับซ้อนและเรื้อรังยาวนาน

เชื่อกันว่าภาวะการหมดประจำเดือนจะหยุดอาการของโรคนี้ โดยเฉพาะในขั้นเริ่มต้นหรือปานกลาง แต่มีรายงานบางฉบับ (ไม่มากนัก) พบว่าอาการของโรคอาจจะกำเริบขึ้นอีกได้ ในผู้ป่วยที่หมดประจำเดือนแล้ว รวมทั้งผู้ที่เคยได้รับการผ่าตัด โดยการตัดมดลูกและ รังไข่ออกหมดแล้ว ก็ยังคงมีอาการของโรคนี้ได้ โดยเฉพาะในรายที่ได้รับการให้ฮอรโมนเอสโตรเจน เสริมทดแทนฮอรโมนจากรังไข่หรือคนไข้หมดประจำเดือนแล้วแต่ร่างกายยังคงผลิตฮอรโมนขึ้นขึ้นมา ดังนั้นแพทย์จะไม่แนะนำให้รับฮอรโมนเสริมหลังจากได้รับการผ่าตัดในทันที แต่จะเว้นไปในช่วงระยะหนึ่ง นอกเหนือจากที่กล่าวมาแล้ว ทางเลือกในการรักษาโรคนี้อีกมีอีกมากมาย ไม่ว่าจะเป็นในด้านโภชนาการอาหาร สมุนไพรจีน การรักษาด้วยการดำนภูมิแพ้ และวิธีอื่นๆ ซึ่งจะได้ผลมากน้อยแค่ไหนก็ขึ้นอยู่กับระบบร่างกายของผู้ป่วยในแต่ละคน

### การเรียนรู้เกี่ยวกับโรคนี้

โรคเอ็นโดเมตรีโอซีส ซึ่งเกิดขึ้นสตรีนั้น ยังคงเป็นโรคที่หน้าพิวทที่เกิดขึ้นกับผู้หญิงหลายคน มีการศึกษาเกี่ยวกับโรคนี้มานานแล้ว และความรู้ใหม่ที่ไดมาก็ทำให้ข้อสันนิษฐานเก่ามีอันต้องตกไป เพราะข้อสันนิษฐานเหล่านี้ได้รับการพิสูจน์แล้วนั่นเอง เช่นข้อสันนิษฐานที่เคยเชื่อกันว่า โรคนี้จะเกิดเฉพาะกับสตรีผิวขาวเท่านั้น ในปัจจุบันกลับพบว่าไม่เป็นดั้นนั้น แต่อาจจะเป็นเพราะว่าในอดีตสตรีผิวสีอื่น ๆ มักจะไม่ได้รับการดูแลทางด้านสุขภาพที่ดีพอทำให้เมื่อเป็นแล้วก็ไม่รู้ตัวว่าเป็นโรคนี้ อีกตำนานหนึ่งเชื่อว่าโรคเยื่อบุโพรงมดลูกชั้นมดที่จะไม่เกิดขึ้นกับสาวอายุน้อยๆ ซึ่งอาจจะเป็นเพราะว่าในหญิงสาววัยรุ่นที่อายุน้อยจะมีความอดทนกับอาการปวดประจำเดือน (หนึ่งในอาการเริ่มต้นของโรคนี้) ไว้ได้ดี รวมทั้งยังไม่เคยได้รับการตรวจภายในจากแพทย์ ดังนั้นว่าะวินิจฉัยได้ก็เมื่อมีอาการมากขึ้นจนทนต่อไปไม่ไหวแล้ว ซึ่งเป็นตอนอายุก็มากขึ้นแล้ว นอกจากนั้นในอดีตยังมีความเชื่อที่ว่า จะพบโรคนี้ได้บ่อยในสตรีที่มีการศึกษาสูง แต่โดยแท้จริงแล้วเกิดจากที่ว่าสตรีที่มีการศึกษาสูงจะได้รับการตรวจสุขภาพดีกว่า และผู้หญิงกลุ่มนี้ยังมีความสามารถในการสังเกต และอธิบายความผิดปกติของตัวเองได้ดีกว่าด้วย จึงทำให้ได้รับการวินิจฉัยพบโรคได้มากกว่า

ตามความคิดเห็นของคนที่ทั่วไปที่มีต่อโรคเอ็นโดเมตรีโอซีส อาจจะรู้สึกว่ามันเป็นโรคที่ไม่ร้ายแรงอันตรายนถึงชีวิตเหมือนกับโรคอื่นๆ เช่น มะเร็ง เป็นต้น

# โบสถ์ครสมาธิก

## สมาคมนโรคเยื่อบุโพรงมดลูกชั้นผิดที่ (เอนโดเมตรีโอซิส)

ชื่อ.....สกุล.....

ที่อยู่เลขที่.....หมู่บ้าน.....ตำบล.....

อำเภอ.....จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....

โทรศัพท์.....อีเมล.....

ชำระโดย   วีซ่า   มาสเตอร์การ์ด

หมายเลขบัตร.....

- ข้าพเจ้ามีความยินดีที่จะให้ความช่วยเหลือผู้ที่ประสบปัญหาเกี่ยวกับโรคเยื่อบุโพรงมดลูก
- ข้าพเจ้ามีความยินดีที่จะส่งข่าวสารเกี่ยวกับผู้ที่มีปัญหาเกี่ยวกับโรคเยื่อบุโพรงมดลูกไปที่

### ENDOMETRIOSIS ASSOCIATION

International Headquarters

8585 N. 76<sup>th</sup> Place, Milwaukee, WI 53223 U.S.A.

Tel : (414) 355-2200 Fax : (414) 355-6065

กรุณาทำเครื่องหมาย  ลงในช่องที่ท่านเลือก

- ผู้ที่มีปัญหาเยื่อบุโพรงมดลูก  ผู้ที่ไม่มีปัญหาเยื่อบุโพรงมดลูก

#### อัตราสมาชิก

- |          |                               |   |                    |
|----------|-------------------------------|---|--------------------|
| ระยะเวลา | <input type="checkbox"/> 1 ปี | จ่าย \$ 35 US หรือ \$ 52 แคนาดา                         | หรือบริจาค \$..... |
|          | <input type="checkbox"/> 2 ปี | จ่าย \$ 60 US หรือ \$ 89 แคนาดา                         | หรือบริจาค \$..... |
|          | <input type="checkbox"/> 3 ปี | จ่าย \$ 105 US หรือ \$ 156 แคนาดา                       | หรือบริจาค \$..... |
|          | <input type="checkbox"/> 5 ปี | จ่าย \$140 US หรือ \$ 206 แคนาดา                        | หรือบริจาค \$..... |
|          | <input type="checkbox"/> 1 ปี | สมัครสมาชิกทั้งครอบครัว จ่าย \$ 15 US หรือ \$ 22 แคนาดา |                    |

(ฟรีหนังสือ "Overcoming Endometriosis" หรือ ผ่าทุมไหล่ ขนสัตว์สวยเก)

จะได้รับนิตยสารโปรแกรมการดูแลลูกสาวที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นตลอดปี "NOT AVAILABLE SEPARATELY"

- ผู้ปกครองที่ต้องการเป็นสมาชิกทราบข่าวสารตลอด บริจาค \$.....
- สมาคม หน่วยงาน สถาบัน หรือบุคคลที่สนใจ (ผู้ที่มีปัญหาหรือไม่มีปัญหาเกี่ยวกับโรคเยื่อบุโพรงมดลูก)
- |          |                               |                                   |                    |
|----------|-------------------------------|-----------------------------------|--------------------|
| ระยะเวลา | <input type="checkbox"/> 1 ปี | จ่าย \$ 40 US หรือ \$ 59 แคนาดา   | หรือบริจาค \$..... |
|          | <input type="checkbox"/> 2 ปี | จ่าย \$ 70 US หรือ \$ 104 แคนาดา  | หรือบริจาค \$..... |
|          | <input type="checkbox"/> 3 ปี | จ่าย \$ 120 US หรือ \$ 178 แคนาดา | หรือบริจาค \$..... |
|          | <input type="checkbox"/> 5 ปี | จ่าย \$160 US หรือ \$ 238 แคนาดา  | หรือบริจาค \$..... |

(ฟรีหนังสือ "Overcoming Endometriosis" หรือ ผ่าทุมไหล่ ขนสัตว์สวยเก)

อัตราเพิ่มค่าจัดส่งไปรษณีย์ระหว่างประเทศ เหรียญแคนาดา จ่ายเพิ่ม \$ 5 / US \$ จ่ายเพิ่ม \$ 10

จำนวนเงิน \$.....

## ใบแจ้งความจำนงอาสาสมัคร

เนื่องด้วยสมาคมได้ขยายตัวขึ้นอย่างรวดเร็วยังผลให้มีสตรีจำนวนมากที่ต้องการความช่วยเหลือ คำแนะนำและกำลังใจ แต่ด้วยจำนวนเจ้าหน้าที่ของสมาคมมีจำนวนจำกัด ทางสมาคมจึงใคร่ขอความร่วมมือจากสมาชิกทุกท่านเพียงสละเวลาทานหนึ่งหรือสองชั่วโมงต่อเดือนเพื่อช่วยในกิจกรรมของสมาคมและสตรีเหล่านี้ ทางสมาคมขอรับรองความเสียสละนี้ และนี่คือก้าวแรกของการช่วยเหลือตนเองของพวกเรา การจัดสรรงานอาสาสมัครเราจะจัดไปตามความเร่งด่วนในเวลาที่เหมาะสมที่รับผิดชอบและสามารถหาเวลามาประสานงานได้

### ใช่ ข้าพเจ้าสนใจที่จะช่วยเหลือในด้านต่อไปนี้ (สำหรับสมาคมโดยรวม หรือสำนักงานท้องถิ่น)

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ๑. ด้านการค้นคว้า (ช่วยส่งเสริมการค้นคว้าในด้านต่างๆ)   | <input type="checkbox"/> ๘. ช่วยในงานเขียนที่ใช้เป็นแหล่งอ้างอิง ข้อมูลและข้อเท็จจริงต่างบทความในหนังสือพิมพ์ของสมาคม   |
| <input type="checkbox"/> ๒. ด้านสมาชิก (โดยทำการติดต่อสมาชิกใหม่ และผู้ที่สนใจจะเข้าร่วมเป็นสมาชิก)  | <input type="checkbox"/> ๙. ขอความช่วยเหลือจากแพทย์ประจำตัวของข้าพเจ้า ให้ช่วยแจกจ่ายเอกสารข้อเท็จจริงเกี่ยวกับโรคเยื่อบุโพรงมดลูกชั้นผิดที่ หรือติดต่อให้แพทย์ลงทะเบียนกับทางสมาคม |
| <input type="checkbox"/> ๓. กิจกรรมหาทุน (เพื่อการค้นคว้า การศึกษา หรือกิจกรรมด้านอื่นๆของสมาคม)   | <input type="checkbox"/> ๑๐. รับเป็นพิธีกรในกลุ่มสัมมนา (ซึ่งจะมีการอบรมให้ก่อน)  |
| <input type="checkbox"/> ๔. งานห้องสมุด (ช่วยหาหรือจัดการหาสิ่งพิมพ์ต่างๆหัวข้องานวิจัยทางวิชาการฯลฯ)  | <input type="checkbox"/> ๑๑. โทรศัพท์ติดตามข่าวคราวของสมาชิกทั้งที่โรงพยาบาลและที่ที่ต้องการความช่วยเหลือ   |
| <input type="checkbox"/> ๕. ประสานโครงการ (วางแผนงานและจัดการโครงการต่างๆสำหรับการประชุมของสมาคม)  | <input type="checkbox"/> ๑๒. พิมพ์ติด ทำสำเนาเอกสาร บรรจุจดหมายใส่ซอง งานในสำนักงานต่างๆ  |
| <input type="checkbox"/> ๖. การเผยแพร่การศึกษาในระดับชุมชน (การพูดบรรยายต่อกลุ่มชน หรือจัดโต๊ะของสมาคมในงานต่างๆ ซึ่งจะมีการอบรมให้ก่อน)                                     | <input type="checkbox"/> ๑๓. ทำกิจกรรมส่งเสริมการรักษาสิ่งแวดล้อม (ซึ่งจะมีการอบรมให้ก่อน)  |
| <input type="checkbox"/> ๗. เป็นอาสาสมัครให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์สำหรับผู้ที่ต้องการความช่วยเหลืออย่างวิกฤต (รับโทรศัพท์จากผู้ทุกข์ร้อน และให้คำปรึกษา ซึ่งจะมีการอบรมให้ก่อน) |   |