

Received: 9 Dec.2024, Revised: 24 Jan. 2025

Accepted: 31 Jan. 2025

บทความวิชาการ

ผลการดำเนินโครงการ “ภารกิจพิชิตมะเร็งเต้านม” ชมรมถันยรักษ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏ
สุรินทร์วีระพล นวลภักดี¹ นราวุธ สิ้นสุพรรณ²กัญญา กิ่งจันทร์² ดาวิณี ชินวงศ์² อุไร เชื่อมไธสง³ ภัทรพล โพนไพรสันต์^{4*}

บทคัดย่อ

“ภารกิจพิชิตมะเร็งเต้านม” ภายใต้โครงการสืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ ด้านภัยมะเร็งเต้านม เพื่อสร้างความตระหนักถึงภัยของมะเร็งเต้านมและรณรงค์ให้ผู้หญิงไทยรู้จักวิธีการตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างถูกต้อง พร้อมสังเกตการเปลี่ยนแปลงอย่างสม่ำเสมอโดยมีความมุ่งหวังที่จะช่วยลดความเสี่ยงจากการเจ็บป่วยและลดอัตราการเสียชีวิตด้วยโรคมะเร็งเต้านม ผ่านกิจกรรมรณรงค์สื่อสารของนักศึกษาจากชมรม ถันยรักษ์ ครอบคลุมการให้ความรู้สู่ชุมชนในพื้นที่บริการการศึกษาของมหาวิทยาลัยราชภัฏทั่วประเทศ และชมรมถันยรักษ์มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ ได้ดำเนินกิจกรรมในรูปแบบต่างๆ ตามบริบทพื้นที่ของมหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ โดยเริ่มตั้งแต่ปี 2565 จนถึงปัจจุบัน โดยส่งเสริมให้ความรู้และสร้างความตระหนักเรื่องมะเร็งเต้านมให้กับนักศึกษา บุคลากรภายในมหาวิทยาลัยและประชาชนในพื้นที่จังหวัดสุรินทร์ โดยมีวัตถุประสงค์ดังนี้ 1. เพื่อเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับโรคมะเร็งเต้านมและการตรวจเต้านมด้วยตนเอง 2. เพื่อรณรงค์ให้นักศึกษาบุคลากรและประชาชนตระหนักและให้ความสำคัญในการตรวจคัดกรองเต้านมด้วยตนเอง 3. เพื่อเพิ่มฐานการบันทึกการตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างถูกต้องและสม่ำเสมอ 4. เพื่อสร้างแกนนำชมรมและอาสาสมัครภายใต้การดำเนินงานของชมรมถันยรักษ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์และเพื่อความสืบสาน-ต่อยอด สู่ความยั่งยืนของภารกิจพิชิตมะเร็งเต้านม ผลที่เกิดขึ้นคือความสำเร็จจากการดำเนินงานทั้งภายในมหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ นักศึกษาเกิดความตระหนักเกี่ยวกับการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ขยายผลกิจกรรมไปยังทุกคณะในการร่วมกิจกรรมของชมรมถันยรักษ์และเกิดการสร้างแกนนำชมรมเพื่อดำเนินการขับเคลื่อนในปีต่อไปและในภาคประชาชนในจังหวัดสุรินทร์ได้ดำเนินการร่วมกับส่วนราชการในจังหวัด โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลในพื้นที่จัดกิจกรรมอบรมแกนนำอาสาสมัครสาธารณสุขในการตรวจคัดกรองเต้านมด้วยตนเองเพื่อค้นหาความผิดปกติของเต้านมให้กับประชาชนในพื้นที่อย่างต่อเนื่อง เพื่อลดอัตราการเจ็บป่วย ความชุกและอุบัติการณ์ของโรคมะเร็งเต้านมในสตรีได้

คำสำคัญ : มะเร็งเต้านม, การตรวจเต้านมด้วยตนเอง, ภารกิจพิชิตมะเร็งเต้านม, ชมรมถันยรักษ์มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์

¹ นักวิชาการศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์² อาจารย์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์³ นักวิชาการศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์^{4*} อาจารย์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์*Corresponding author: e-mail: phattarapon@snru.ac.th

*Review Article***The Achievement of activity “mission to conquer Breast cancer”****Thanyarak club Surindra Rajabhat University****Weerapon Naunpakdee¹ Narawut Sinsupan² Kanya Kingjan² Dawinee Chinnawong²****Urai Cheumthaisong³ Phattarapon Ponprison^{4*}****Abstract**

"The Mission to Conquer Breast Cancer" under the project to continue the royal initiative of Her Majesty the Queen Mother, combating breast cancer, aims to raise awareness about the dangers of breast cancer and to campaign for Thai women to learn the correct methods of self-breast examination and to observe changes regularly. The goal is to help reduce the risk of illness and lower the mortality rate from breast cancer through communication campaigns by students from the Thanyarak Club, covering educational service areas of Rajabhat universities nationwide. The Thanyarak Club at Surin Rajabhat University has conducted various activities tailored to the context of each Rajabhat university area since 2022, promoting knowledge and raising awareness about breast cancer among students, university staff, and the public in Surin Province. With the following objectives (1) disseminate knowledge about breast cancer and self-breast examination. (2) To campaign for students, staff, and the public to be aware of and prioritize self-breast screening. (3) To increase the base of accurate and consistent self-breast examination records. (4) To create leaders and volunteers under the operation of the Tanyarak Club, Surindra Rajabhat University. And ensure the continuity and sustainability of the breast cancer eradication mission. The outcome is the success of the operations within Surindra Rajabhat University. Students have become aware of self-breast examinations, and the activities have been expanded to all faculties through the activities of the Thanyarak Club. This has led to the formation of club leaders to drive initiatives in the following year. In the Surin province, collaboration with government agencies and local health promotion hospitals has been established to conduct training activities for club leaders and public health volunteers. These activities focus on self-breast examinations to detect breast abnormalities among the local population continuously, aiming to reduce the morbidity, prevalence, and incidence rates of breast cancer in women.

Keyword : breast cancer, breast self-examination, mission to conquer breast cancer, Thanyarak club Surindra Rajabhat University

¹ Educator, Surindra Rajabhat University

² Lecturer Faculty of Science and Technology, Surindra Rajabhat University

³ Educator, Surindra Rajabhat University

^{4*} Lecturer Faculty of Science and Technology, Sakon Nakhon Rajabhat University

*Corresponding author: e-mail: phattarapon@snru.ac.th

บทนำ

โรคมะเร็งเต้านมเป็นหนึ่งในปัญหาสุขภาพที่สำคัญที่สุดทั่วโลกพบได้ในผู้หญิงและยังเป็นสาเหตุการเสียชีวิตมากที่สุดในผู้หญิงอีกด้วย (Global Burden of Disease Cancer Collaboration, 2019) ในสตรีทั่วโลกโรคมะเร็งเต้านมเป็นโรคมะเร็งที่พบมากที่สุดเป็นอันดับ 1 จากการสำรวจในปี ค.ศ. 2024 เป็นผู้ป่วยมะเร็งเต้านมรายใหม่จำนวน 2.29 ล้านคน และพบผู้เสียชีวิตด้วยโรคมะเร็งเต้านมในปีเดียวกันจำนวน 666,103 คน¹ และพบว่าน่าจะมีอัตราการเจ็บป่วยด้วยโรคมะเร็งเต้านมเพิ่มมากขึ้นโดยเฉลี่ยประมาณร้อยละ 3.1 ในผู้หญิงอายุต่ำกว่า 50 ปี จะมีอัตราการเกิดโรคมะเร็งเต้านมเพิ่มสูงขึ้นร้อยละ 5.1 ต่อปี (Virani et al., 2018) สถานการณ์โรคมะเร็งของไทยจากข้อมูลของกระทรวงสาธารณสุข (HDC.) ปี 2565 พบว่าหญิงไทยเป็นมะเร็งเต้านมมากที่สุด จำนวน 38,559 ราย รองลงมาคือ มะเร็งปากมดลูก จำนวน 12,956 ราย สำหรับโรคมะเร็งเต้านมส่วนมากพบในหญิงอายุ 60 ปี ขึ้นไปมากที่สุดจำนวน 19,776 ราย รองลงมาคือ อายุ 50 – 59 ปี จำนวน 12,181 ราย และอายุ 40 – 49 ปี จำนวน 5,177 ราย² สถานการณ์มะเร็งเต้านม อธิบายให้เห็นความสำคัญของมะเร็งเต้านม ซึ่งเป็นมะเร็งที่พบรายใหม่ต่อปีสูงที่สุดในโลกเมื่อนับรวมทั้งเพศชายและหญิง ประเทศพัฒนาพบอุบัติการณ์สูงกว่าประเทศกำลังพัฒนา โดยตลอดช่วงชีวิตของสตรีอเมริกันมีโอกาสได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งเต้านม 1 คนใน 8 คน ส่วนประเทศไทย ยังเป็นมะเร็งที่พบรายใหม่มากที่สุดเฉพาะในเพศหญิง แต่นับทั้งเพศชายและหญิงแล้ว มะเร็งเต้านมพบรายใหม่เป็นลำดับที่ 3 รองจากมะเร็งตับและมะเร็งปอด และมีแนวโน้มว่าจะเป็นอันดับ 1 ในอนาคต เนื่องจากอุบัติการณ์ของมะเร็งเต้านมแปรผันตามรายได้ต่อหัวประชากร ซึ่งการพัฒนาประเทศส่งผลให้รายได้ต่อหัวประชากรเพิ่มขึ้น จึงสามารถคาดการณ์ได้ว่าในอนาคตผู้ป่วยมะเร็งเต้านมรายใหม่มีแต่จะเพิ่มขึ้น³

จากสถานการณ์โรคมะเร็งเต้านมปัจจุบัน มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง แต่ยังไม่ทราบสาเหตุที่แท้จริง จึงได้มีการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งเต้านม ทำให้โรคมะเร็งเต้านมเป็นโรคที่สามารถป้องกันหรือลดความเสี่ยงได้ ร่วมกับการค้นหาโรคให้พบ ตั้งแต่ระยะเริ่มแรก (early detection) เพื่อลดการสูญเสียชีวิตและสิ้นเปลืองค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ด้วยการให้สตรีได้รับการวินิจฉัยตั้งแต่ระยะแรก (early diagnosis) จึงเป็นเรื่องสำคัญซึ่งถ้าตรวจพบล่าช้าในระยะสุดท้าย (distant stage) อัตราการรอดชีวิตจะเหลือเพียงร้อยละ 25 ส่วนวิธีที่แนะนำให้ปฏิบัติที่เหมาะสมกับประเทศไทย คือการตรวจเต้านมด้วยตนเอง เนื่องจากเป็นวิธีที่ประหยัดสตรีสามารถปฏิบัติได้ด้วยตนเอง เป็นการกระตุ้นให้สตรีตระหนักและใส่ใจเฝ้าระวังความผิดปกติที่อาจพบจากเต้านมมากขึ้น³ แม้ว่ามะเร็งเต้านมจะเป็นโรคที่ป้องกันการเกิดได้ยาก เนื่องจากไม่ทราบสาเหตุแน่นอนที่ทำให้เกิดโรคและเป็นสาเหตุการตายในอัตราที่สูงก็ตาม แต่ก็ยังเป็นโรคที่สามารถรักษาได้และพยากรณ์โรคได้ค่อนข้างดี ถ้าสามารถตรวจพบและให้การรักษาตั้งแต่เริ่มต้น⁴ โรคมะเร็งเต้านมในระยะแรกมักจะไม่แสดงอาการ โดยสตรีส่วนใหญ่มาพบแพทย์ด้วยอาการคลำพบก้อนที่เต้านมหรือมีอาการเจ็บเต้านม ซึ่งการป้องกันที่ดีที่สุด คือ การค้นหาความผิดปกติของเต้านมให้เร็วที่สุดเพื่อโอกาสในการรักษาและรอดชีวิต และพบว่าผลการรักษามะเร็งเต้านมระยะแรกอัตราการรอดที่ 5 ปี สูงมากกว่า 95 เปอร์เซ็นต์ ประเทศไทยให้สตรีไทยตรวจเต้านมด้วยตนเองตั้งแต่ปี พ.ศ. 2542 ภายใต้โครงการสืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง พบว่ากลุ่มที่ตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอพบก้อนมะเร็งเต้านมขนาดเล็กไม่เกิน 2 ซม. และมีอัตราการรอดชีวิตที่สูงกว่ากลุ่มที่ตรวจเต้านมด้วยตนเองไม่สม่ำเสมออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ในปี พ.ศ. 2556 ถึงปัจจุบัน กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ได้มีโครงการณรงค์ระดับจังหวัดเพื่อสร้างความตระหนักในสุขภาพเต้านมต่อการตรวจพบมะเร็งเต้านมระยะแรก พบว่าผลการศึกษาส่งผลให้สามารถตรวจพบมะเร็งเต้านมตั้งแต่เริ่มแรกและอัตราการรอดชีวิตที่สูงขึ้นการให้ความรู้เพื่อสร้างความตระหนักแก่ประชาชน การตรวจพบมะเร็งในระยะต้นๆ และ

ได้รับการรักษาอย่างรวดเร็ว พบว่าเป็นแนวทางในการลดความเสี่ยงจากการเสียชีวิตด้วยโรคมะเร็งเต้านมได้⁵ ซึ่งการตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอช่วยเพิ่มอัตราการรอดชีวิตของผู้ป่วยสูงกว่าสตรีที่ไม่ตรวจหรือตรวจไม่สม่ำเสมอ⁶

จากฐานข้อมูลระบบคลังข้อมูลด้านการแพทย์ Health Data Center : HDL กระทรวงสาธารณสุขพบว่าร้อยละของผู้ป่วยมะเร็งเต้านม 3 อันดับแรก ย้อนหลัง 3 ปี ตั้งแต่ปี 2564 – 2566 พบว่าผู้ป่วยโรคมะเร็งเต้านมมากที่สุดคือ เขตสุขภาพที่ 7 รองลงมาคือเขตสุขภาพที่ 9 และเขตสุขภาพที่ 4 โดยในเขตสุขภาพที่ 9 นั้นติดอันดับผู้ป่วยมะเร็งเต้านมมากที่สุด 3 อันดับแรกของเขตสุขภาพ และยังมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น⁷ อย่างไรก็ตามการส่งเสริมสุขภาพและการลดปัจจัยเสี่ยงของการเกิดมะเร็งเต้านมในประชากรเพศหญิงก็เป็นแนวทางที่สำคัญในการลดอุบัติการณ์มะเร็งเต้านม นอกจากนี้วิธีการส่งเสริมสุขภาพ การรณรงค์ตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านม ในประชากรหญิงไทยทั่วไปและกลุ่มที่เสี่ยงจึงเป็นแนวทางที่สำคัญในการป้องกันและรักษาโรคมะเร็งเต้านมที่เป็นปัญหาทางสาธารณสุขอย่างมาก⁸ ข้อมูลโรคมะเร็งเต้านมในจังหวัดสุรินทร์ตั้งแต่ปี พ.ศ.2557-2559 พบอุบัติการณ์ของโรคมะเร็งเต้านมเท่ากับ 4, 18 และ 21 รายต่อประชากรแสนคนจะเห็นได้ว่ามะเร็งเต้านมมีแนวโน้มที่จะเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญของสตรีในจังหวัดสุรินทร์⁹ มูลนิธิธันยรักษ์ ร่วมกับกระทรวงสาธารณสุข รณรงค์ส่งเสริมเรื่องการตรวจเต้านมด้วยตนเองไปใน 21 จังหวัดที่ร่วมโครงการ โดยการติดตามสตรีอายุ 30-70 ปี จำนวน 1.9 ล้านคน มีเป้าหมายเพื่อให้ผู้หญิงไทยในชนบท สามารถตรวจเต้านมด้วยตนเองได้อย่างถูกต้อง จากการติดตามไป 5 ปี พบมะเร็งเต้านมจำนวน 2,956 ราย และเมื่อทำการวิเคราะห์ระหว่างกลุ่มที่ตรวจเต้านมด้วยตนเองสม่ำเสมอและกลุ่มที่ตรวจเต้านมด้วยตนเองไม่สม่ำเสมอ พบว่าการตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอ พบก้อนมะเร็งขนาดไม่เกิน 2 ซม. มะเร็งระยะแรกและอัตราป่วยเสียชีวิตต่ำกว่ากลุ่มที่ตรวจเต้านมไม่สม่ำเสมออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และในปี 2565 มูลนิธิธันยรักษ์ฯ ร่วมกับมหาวิทยาลัยราชภัฏ ได้ขยายกลุ่มเป้าหมายไปสู่กลุ่มเพื่อให้ครอบคลุมในกลุ่มนักศึกษาในมหาวิทยาลัย เมื่อฐานภายในมหาวิทยาลัยแข็งแกร่งก็จะขยายผลไปสู่ชุมชนต่อไป¹⁰

ชมรมธันยรักษ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ ได้ดำเนินโครงการภารกิจพิชิตมะเร็งเต้านม ภายใต้โครงการสืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง ด้านภัยมะเร็งเต้านม ตั้งแต่ปี 2565 จนถึงปัจจุบัน เพื่อสร้างความตระหนักถึงภัยของมะเร็งเต้านมและรณรงค์ให้ผู้หญิงไทยรู้จักวิธีการตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างถูกต้อง พร้อมสังเกตการเปลี่ยนแปลงอย่างสม่ำเสมอ หนึ่งในภารกิจสำคัญคือการสร้างความตระหนักและเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับโรคมะเร็งเต้านมและสาธิตการสอนการตรวจคัดกรองเต้านมด้วยตนเอง (Breast Self-Examination: BSE)¹¹ ให้กับนักศึกษาและบุคลากรในมหาวิทยาลัยรวมถึงประชาชนพื้นที่จังหวัดสุรินทร์ ต้องมีความรู้และมีทักษะในเรื่องการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และเกิดความตระหนักและเห็นความสำคัญในการตรวจเต้านมด้วยตนเองเพื่อเป็นการเฝ้าระวังและดูแลสุขภาพของตนเองเบื้องต้นต่อการเกิดโรคมะเร็งเต้านม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับโรคมะเร็งเต้านมและส่งเสริมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง
2. เพื่อรณรงค์ให้นักศึกษา บุคลากรและประชาชนตระหนักและให้ความสำคัญในการตรวจคัดกรองเต้านมด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอ
3. เพื่อเพิ่มฐานการบันทึกการตรวจเต้านมด้วยตนเอง
4. เพื่อสร้างแกนนำชมรมและอาสาสมัครภายใต้การดำเนินงานของชมรมธันยรักษ์ มหาวิทยาลัย

ราชภัฏสุรินทร์และสืบสาน-ต่อยอด สู่ความยั่งยืน

กรอบแนวคิด แผนการดำเนินงานโครงการภารกิจพิชิตมะเร็งเต้านม ชมรมถันยรักษ์



ภาพที่ 1 แผนการดำเนินงาน โดยมูลนิธิถันยรักษ์ในพระราชูปถัมภ์ฯ ประจำปี 2566

การวางแผน (Planning)	ขั้นตอนการดำเนินงาน (Implementation)	การประเมินผล (Evaluation)
1.ประชุมวางแผนโครงการ 2.แต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงาน อาจารย์ที่ปรึกษา สมาชิกชมรม 3.เขียนแผนโครงการ เพื่อขออนุมัติสนับสนุนจากมูลนิธิถันยรักษ์ 4.จัดหางบประมาณดำเนินกิจกรรม 5.ประชุมชี้แจงกิจกรรมแก่ผู้เกี่ยวข้อง 6.ประสานงานส่วนที่เกี่ยวข้องในการดำเนินกิจกรรม	1.ประชาสัมพันธ์โครงการ/กิจกรรม 2.จัดเตรียมสถานที่ 3.ดำเนินการจัดกิจกรรมตามภารกิจพิชิตมะเร็งเต้านม 4.สรุปและประเมินผล 5.รายงานผลการดำเนินงาน	เนื้อหาสาระสำคัญเกี่ยวกับมะเร็งเต้านม และการตรวจเต้านมด้วยตนเอง (BSE.) 1.ความรู้เรื่องมะเร็งเต้านม 2.ความตระหนักและพฤติกรรม การตรวจเต้านมด้วยตนเองของนักศึกษาและประชาชนในจังหวัดสุรินทร์ 3.บันทึกข้อมูลการตรวจเต้านมด้วยตนเองผ่าน BSE. App. และรายงานผล 4. กิจกรรมสืบสาน-ต่อยอดชมรม สู่ความยั่งยืน

ภาพที่ 2 แผนการดำเนินกิจกรรมชมรมถันยรักษ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์

สรุปผลการดำเนินงาน

ผลการดำเนินงาน : ในปี พ.ศ.2565 โดยการดำเนินกิจกรรมภายใต้ความร่วมมือของ ทรูปลูกปัญญา และมูลนิธิถันยรักษ์ ร่วมกับมหาวิทยาลัยราชภัฏทั่วประเทศ ได้จัดกิจกรรมเชิญชวนมหาวิทยาลัยราชภัฏทั้ง 36 แห่งทั่วประเทศ จัดตั้งชมรมถันยรักษ์ในมหาวิทยาลัยราชภัฏ และดำเนินโครงการ “ภารกิจพิชิตมะเร็งเต้านม” เป็นกิจกรรมเพื่อสังคมและสืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ชมรมถันยรักษ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ ได้ดำเนินกิจกรรมตามแผนการดำเนินงานของชมรม จัดกิจกรรมภายในประชาคมนักศึกษา ส่งเสริมการให้ความรู้เรื่องการตรวจเต้านมด้วยตนเอง และบันทึกผลการตรวจเต้านมผ่าน BSE.appและดำเนินงานอย่างเป็นรูปธรรม

จนได้ผ่านเข้ารอบชิงชนะเลิศ ในการนำเสนอผลการดำเนินงานชมรมปีแรกสืบสาน ภารกิจพิชิตมะเร็งเต้านม ชมรมถันยรักษ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ ได้รับรางวัลชมเชย ระดับประเทศ ในปี 2565 และในปี 2566 ชมรมยังได้ดำเนินโครงการอย่างต่อเนื่องจนได้รับรางวัลชมเชย ระดับประเทศอย่างต่อเนื่อง¹²



ภาพที่ 3 รางวัลชมเชยระดับประเทศ ประจำปี 2565



ภาพที่ 4 รางวัลชมเชยระดับประเทศกลุ่มต่อยอด ประจำปี 2566

(1) ผลจากการดำเนินกิจกรรมภารกิจพิชิตมะเร็งเต้านม ในมหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ ผ่านกิจกรรมต่างๆ มากมาย ในมหาวิทยาลัยโดยสมาชิกแกนนำชมรม และที่ปรึกษาชมรม ร่วมกันจัดกิจกรรมทั้งภายในมหาวิทยาลัยจัดกิจกรรมอบรมแกนนำ สร้างความตระหนักและส่งเสริมการตรวจเต้านมด้วยตนเองในประชาคมนักศึกษา พบว่าในมหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ มีนักศึกษาหญิงภาคปกติที่กำลังศึกษาอยู่จำนวน มากกว่า 3,000 คน (สำนักส่งเสริมวิชาการ และงานทะเบียน,มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์) พบว่านักศึกษาที่ผ่านการอบรมแกนนำของชมรมถันยรักษ์ และผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการการตรวจเต้านมด้วยตนเอง มีการบันทึกผลการตรวจเต้านมด้วยตนเองใน BSE. App มากกว่าร้อยละ 60 และมีการบันทึกอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอมากกว่า 3 เดือนขึ้นไป¹³



ภาพที่ 5 การจัดกิจกรรมอบรมแกนนำสมาชิกชมรมถันยรักษ์ประจำปี 2566

(2) การดำเนินงานในพื้นที่จังหวัดสุรินทร์ ร่วมกับภาคีเครือข่ายพื้นที่ส่วนราชการในจังหวัดสุรินทร์ โครงการจังหวัดสุรินทร์ สร้างสุข สร้างรอยยิ้ม ประจำปีงบประมาณ 2567 ในการออกบูทบริการวิชาการ ให้ความรู้เรื่องการตรวจเต้านมด้วยตนเองให้กับประชาชนในพื้นที่จังหวัดสุรินทร์ และกิจกรรมอบรมให้ความรู้กับอาสาสมัครสาธารณสุข

ประจำหมู่บ้านร่วมกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลใน อำเภอสี่ขภูมิ จังหวัดสุรินทร์ เป็นพื้นที่ต้นแบบนำร่องสำหรับแกนนำอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในการดำเนินงาน แกนนำเข้ารับการอบรมเชิงปฏิบัติการการตรวจคัดกรองเต้านมด้วยตนเองและการบันทึกผลการตรวจเต้านม ผ่าน BSE. App และการบันทึกผลลงสมุดบันทึกการตรวจเต้านมด้วยตนเองและรายงานผล พบว่า อาสาสมัครสาธารณสุขได้บันทึกการตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอ และพบผู้ที่มีความผิดปกติ คลำพบก้อนที่เต้านมและสามารถส่งต่อเข้ารับการตรวจวินิจฉัยโดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 2 ราย ถือว่าเป็นการค้นพบในระยะแรกโดยการตรวจเต้านมด้วยตนเอง¹⁴



ภาพที่ 6 จัดอบรมแกนนำ อสม.ในพื้นที่จังหวัดสุรินทร์
จังหวัดสุรินทร์



ภาพที่ 7 ภาพการให้ความรู้ประชาชน ในพื้นที่

(3) กิจกรรมการประกวด เนียงเต้าละออ (สาวงามสุขภาพดี) การจัดกิจกรรมประกวดต้นแบบแกนนำนักศึกษา ได้ต้นแบบ“เนียงเต้าละออ” เพื่อเป็นแกนนำจัดกิจกรรมส่งเสริมการตรวจเต้านมด้วยตนเองสำหรับนักศึกษาในมหาวิทยาลัย และได้มีการเผยแพร่กิจกรรมส่งเสริมการดำเนินงานของชมรมถันยรักษ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ ในประชาคมนักศึกษาร่วมเป็นแกนนำในการดำเนินกิจกรรมชมรมต่อไปตามภารกิจพิชิตมะเร็งเต้านม สืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี¹⁵



ภาพที่ 8 กิจกรรมการประกวด เนียงเต้าละออ (สาวงามสุขภาพดี) ประจำปี 2565

ปัจจัยแห่งความสำเร็จของโครงการภารกิจพิชิตมะเร็งเต้านม ชมรมถันยรักษ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ ตลอดระยะเวลาการดำเนินงานเป็นเวลา 3 ปีต่อเนื่อง ทั้งภายในมหาวิทยาลัยและในจังหวัดสุรินทร์ การดำเนินงานเป็นการร่วมมือกันทุกภาคส่วนของมหาวิทยาลัย ทั้งนักศึกษาแกนนำ สมาชิกชมรมถันยรักษ์ อาจารย์ที่ปรึกษาตลอดจนบุคลากรในมหาวิทยาลัย ที่ร่วมกันขับเคลื่อนกิจกรรม ตระหนักและใส่ใจในการตรวจคัดกรองเต้านมด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอ ทำให้นักศึกษาในมหาวิทยาลัยเกิดความตระหนักในการการตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างต่อเนื่องทุกเดือน อย่างเป็นประจำ และผลการดำเนินงานในปี 2566 เป็นหนึ่งใน 12 ชมรมถันยรักษ์ทั่วประเทศเข้าสู่รอบนำเสนอผลงาน และได้รับรางวัลชมเชยในการประกวด และกิจกรรมในพื้นที่จังหวัดสุรินทร์การบริการวิชาการกับชุมชน จัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการตรวจเต้านมด้วยตนเองให้กับอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ในพื้นที่อำเภอศีขรภูมิ จังหวัดสุรินทร์ เป็นอาสาสมัครสาธารณสุขต้นแบบการดำเนินงานร่วมกับชมรมถันยรักษ์ และติดตามผล พบผู้ที่มีความผิดปกติได้จำนวน 3 ราย และส่งตรวจยืนยันเป็นมะเร็งเต้านมจำนวน 2 ราย ได้ส่งต่อการเข้าสู่กระบวนการรักษาทางการแพทย์เรียบร้อยและความภูมิใจนี้ถือเป็นปัจจัยแห่งความสำเร็จในการดำเนินโครงการภารกิจพิชิตมะเร็งเต้านมและชมรมยังจะดำเนินโครงการและติดตามผลอย่างต่อเนื่องต่อไป^{16,17,18} ตลอดระยะเวลาการดำเนินงานได้เกิดกระบวนการเรียนรู้ในการส่งเสริมและสร้างความตระหนักแก่ประชาชนในพื้นที่อย่างต่อเนื่องและชมรมจะยังคงดำเนินโครงการภารกิจพิชิตมะเร็งเต้านมตามพระราชปณิธานสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวต่อไป

ข้อเสนอแนะ

การจัดกิจกรรมตามแผนงานโครงการภารกิจพิชิตมะเร็งเต้านม ชมรมถันยรักษ์ ได้รับการสนับสนุนงบประมาณส่วนหนึ่งจาก ทรูปลูกปัญญา และมูลนิธิถันยรักษ์ฯ ในการจัดกิจกรรม และในปัจจุบันชมรมมีการดำเนินงานอย่างเป็นรูปธรรม และได้รับงบประมาณส่วนหนึ่งจากมหาวิทยาลัยในการดำเนินกิจกรรมสำหรับนักศึกษาในมหาวิทยาลัย เพื่อสร้างความตระหนักและเห็นความสำคัญของการตรวจเต้านมด้วยตนเอง เพื่อลดโอกาสเสี่ยงของการเกิดโรคมะเร็งเต้านมและเป็นการค้นพบความผิดปกติเบื้องต้นโดยตนเอง หากได้รับงบประมาณสนับสนุนอย่างต่อเนื่อง การดำเนินงานอาจจะมีการเก็บข้อมูลเชิงวิจัยเพื่อพัฒนาโปรแกรมเพื่อส่งเสริมการตรวจเต้านมและติดตามผลการตรวจได้อย่างแม่นยำ และรวดเร็วในการติดตามผู้ที่มีความผิดปกติ

กิตติกรรมประกาศ

ผลการดำเนินงานชมรมถันยรักษ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ ครั้งนี้ประสบความสำเร็จได้ด้วยดีจากความอนุเคราะห์และสนับสนุนจากทุกส่วนที่เกี่ยวข้อง ขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

รศ.ดร.ฉลอง สุขทอง อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์

ผศ.พรณราย คำโสภา รองอธิการบดีฝ่ายพัฒนานักศึกษาและพันธกิจสัมพันธ์

มูลนิธิถันยรักษ์ ในพระราชูปถัมภ์ในสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี

คณาจารย์และนักศึกษาสาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

ขอขอบคุณทุกท่านไว้ ณ โอกาสนี้

เอกสารอ้างอิง

1. World Health Organization. Breast cancer estimated incidence, mortality and prevalence worldwide in 2024.(ออนไลน์). 2024 สืบค้นวันที่ 24 กันยายน 2566, จาก Available from:<http://globocan.iarc.fr/FactSheets/cancers/breast>
<https://multimedia.anamai.moph.go.th/news/140366/>
2. ภาพรวมของสถานการณ์ และยุทธศาสตร์ในการควบคุมมะเร็งเต้านมพ.ชลทศ อุไรฤกษ์กุล (20 มกราคม 2565) (ออนไลน์). จาก <https://www.chonlatit.com/bse/issueDisplay.php?id=631&category=C10&issue=Breast%20Cancer>
3. ทิพพารัตน์ แสนคร และธนัช กนกเทศ. ความรู้เกี่ยวกับมะเร็งเต้านม การป้องกันและวิธีการตรวจเต้านม ด้วยตนเอง. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเชีย ฉบับวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี. 2562;13(3),15-21
4. สถาบันมะเร็งแห่งชาติ. ข้อเสนอแนะการตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านม. สถาบันมะเร็งแห่งชาติ
5. ชลทศ อุไรฤกษ์กุล. ประสิทธิภาพของการตรวจเต้านมด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอร่วมกับการใช้สมุดบันทึกการตรวจเต้านมด้วยตนเองในการคัดกรองมะเร็งเต้านมในประเทศไทย: การศึกษาไปข้างหน้า (รายงานการวิจัย). ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.2559
6. ฐานข้อมูล HDC. อัตราป่วยโรคมะเร็งเต้านมต่อประชากร (ออนไลน์). สืบค้นเมื่อ 4 ธันวาคม 2567. จาก. <https://hdcservice.moph.go.th/hdc/reports/report.php.2557>. กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข.2565.
7. ละออง เชื้อฉุน. ประสิทธิภาพของโปรแกรมสร้างเสริมพฤติกรรมการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ในประชากรเพศ หญิง กลุ่มอายุ 30-70 ปี เขตรับผิดชอบโรงพยาบาลเฉลิมพระเกียรติ อำเภอเฉลิมพระเกียรติ จังหวัด บุรีรัมย์. วารสารวิชาการสาธารณสุขชุมชน.2567;10(3), 139-151
8. วิษวีรงค์ หวังมั่น, ดวงกมล ปิ่นเฉลียว และทิพย์ฉิมพร เกษโกมล. ประสิทธิภาพของโปรแกรมส่งเสริม สมรรถนะแห่งตนในการตรวจเต้านมด้วยตนเองร่วมกับ แอปพลิเคชันไลน์ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จังหวัดสุรินทร์. ราชวดีสาร วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์.2564;11(1), 1-14.
9. Thanyarak Foundation. About foundation project [Internet]. 2025 [cited 2024 Dec 3]. Available from: <https://www.thanyarak.or.th/about-foundation-project.html>
10. Chonlatit.com. Self-breast examination [Internet]. 2016 [cited 2024 Dec 3]. Available from: https://www.chonlatit.com/data/bse/BC_module3.pdf
11. ภารกิจพิชิตมะเร็งเต้านม ชมรมถันยรักษ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ (ออนไลน์) สืบค้นวันที่ 4 ธันวาคม 2567 จาก <https://www.srru.ac.th/news/2158>.
12. กิจกรรมจัดอบรมและจัดนิทรรศการให้ความรู้เกี่ยวกับมะเร็งเต้านมและการตรวจเต้านมด้วยตนเอง ชมรม ถันยรักษ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ (ออนไลน์) สืบค้นวันที่ 4 ธันวาคม 2567 จาก Chonlatit.com.Self-breastexaminationfrom:<https://www.chonlatit.com/bseRaj/bseDisplay.php?id=404>
13. กิจกรรมลงพื้นที่กับอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโคกสนวน ตำบลกุดหวาย อำเภอศีขรภูมิ จังหวัดสุรินทร์. สืบค้นเมื่อวันที่ 2 มกราคม 2568, จาก <https://www.chonlatit.com/bseRaj/planDisplay.php?hash=YXNmdzFhZjJkFjYXNMMMS%7C51%7CxaaraZarMC>.

14. กิจกรรมการประกวดเนียงเต้าละออ ชมรมถันรักษ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์. สืบค้นเมื่อวันที่ 2 มกราคม 2568, จาก <https://www.chonlatit.com/bseRaj/bseDisplay.php?id=415>.
15. We Are CP. Save your breast (ออนไลน์) 2024 Mar 11. สืบค้นเมื่อวันที่ 2 มกราคม 2568, จาก Available from: <https://www.wearecp.com/saveyourbreast-2024-03-11/>
16. HEALTHY NOW. Self-breast examination tutorial (ออนไลน์). YouTube; 2022. สืบค้นเมื่อวันที่ 2 มกราคม 2568, จาก Available from: <https://www.youtube.com/watch?v=uTMiY54LXYc>
17. SRRU. Guidelines for self-breast examination (ออนไลน์). 2023 Available สืบค้นเมื่อวันที่ 2 มกราคม 2568, จาก from: <https://www3.srru.ac.th/storage/news/files/204,259.pdf>