

## แนวทางการตรวจทางห้องปฏิบัติการทางการแพทย์อย่างสมเหตุผล

Test ที่ควรส่งตรวจ	Test ที่ไม่ควรส่งตรวจ
<b>Check-up โรคเบาหวาน</b>	
<b>NonCancer</b>	
- Complete blood count (CBC) <ul style="list-style-type: none"> <li>• 18-60 ปี ตรวจ 1 ครั้ง</li> <li>• &gt;60 ปี ทุก 1 ปี</li> </ul>	
- Urine analysis <ul style="list-style-type: none"> <li>• 18-60 ปี ไม่ตรวจ</li> <li>• &gt;60 ปี ทุก 1 ปี</li> </ul>	
- Fasting plasma Glucose (FPG) <ul style="list-style-type: none"> <li>• ≥35 ปี ทุก 3 ปี</li> <li>• &gt;60 ปี ทุก 1 ปี</li> <li>• ผู้ที่อ้วนและมี พ่อ แม่ พี่ หรือ น้อง เป็นโรคเบาหวาน ทุก 3 ปี (อ้วน หมายถึง BMI ≥25 kg/m<sup>2</sup> และ/หรือ รอบเอวเท่ากับหรือมากกว่า 90 cm ในผู้ชาย หรือ เท่ากับหรือมากกว่า 80 cm ในผู้หญิง หรือมากกว่าส่วนสูงหารด้วย 2 ทั้งสองเพศ)</li> <li>• Prediabetes ทุก 1 ปี (มี HbA1c ≥5.7% หรือ impaired glucose tolerance (IGT) หรือ impaired fasting glucose (IFG))</li> </ul>	
- Creatinine <ul style="list-style-type: none"> <li>• ≥ 35 ปี ทุก 1 ปี</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ไม่แนะนำให้ส่งตรวจ Blood Urea Nitrogen (BUN)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ไม่แนะนำให้ส่งตรวจ Uric acid</li> </ul>
- Total cholesterol +Triglycerides + HDL-C +calculated LDL-C <ul style="list-style-type: none"> <li>• ≥20 ปี ทุก 5 ปี</li> </ul>	

Test ที่ควรสั่งตรวจ	Test ที่ไม่ควรสั่งตรวจ
<p>- Chest X ray (CXR)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>เฉพาะผู้สัมผัสกับผู้ป่วยวัณโรค ผู้ต้องขัง บุคลากรในเรือนจำ ในโรงพยาบาล ผู้อาศัยในชุมชนแออัด ค่ายทหาร ค่ายอพยพ สถานพินิจ หรือสถานสงเคราะห์ คนเร่ร่อนไร้ที่อยู่</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ไม่แนะนำให้สั่งตรวจ EKG</li> </ul>
<p>- Routine stool examination</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>เฉพาะในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทยที่มีอุบัติการณ์สูงที่สุดในโลก (85 ต่อ 100,000 ประชากรต่อปี)</li> </ul>	
<p>- Aspartate aminotransferase (AST), Alanine aminotransferase (ALT)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>≥18 ปี ไม่มีปัจจัยเสี่ยง ตรวจครั้งเดียว</li> <li>กรณีมีปัจจัยเสี่ยงต่อไปนี้ ควรตรวจปีละ 1 ครั้ง <ul style="list-style-type: none"> <li>- ผู้ที่มีโรคอ้วนหรือภาวะอ้วนลงพุง</li> <li>- ผู้ที่มีประวัติดื่มสุราเป็นประจำ (ปริมาณ 30 g/day ในเพศชาย, 20 g/day ในเพศหญิง)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ไม่แนะนำให้สั่งตรวจ Alkaline phosphatase (ALP)</li> </ul>
<p>- HBsAg</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>19-65 ปี ตรวจ 1 ครั้ง เฉพาะคนที่เกิดก่อน พ.ศ.2535</li> <li>ควรตรวจทุกรายที่มีผลเลือดค่า ALT หรือ AST สูงผิดปกติ</li> </ul> <p>ถ้าผลปกติและยังไม่ได้รับวัคซีน แนะนำให้รับวัคซีนตามคำแนะนำของสมาคมโรคติดเชื้อแห่งประเทศไทย คือ อายุ 18-65 ปี หรือ ไม่มีม้าม หัวใจวาย ปอดอุดกั้นเรื้อรัง ไตวายเรื้อรัง ตับวาย ติดเชื้อเอชไอวี รัยยากดภูมิคุ้มกัน โดยควรตรวจภูมิคุ้มกันก่อนฉีดวัคซีน</p>	

Test ที่ควรสังตวจ	Test ที่ไมควรสังตวจ
<p>- Anti HCV</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 40 ปี ที่ไมมีความเสี่ยง ตวจ 1 ครั้ง</li> <li>• ควรตวจทุกรายที่มีผลเลือดค่า ALT หรือ AST สูงผิดปกติ</li> <li>• ควรตวจพนักงานบริการทางเพศ, ผู้ที่มีประวัติใช้เข็มฉีดยาร่วมกับผู้อื่น, ผู้ต้องขังหรือผู้เคยมีประวัติต้องขัง, ผู้ที่เคยสักฉิวหนัง เจาะฉิวหนังหรืออวัยวะต่าง ๆ ในสถานประกอบการที่ไมใช่สถานพยาบาล, ผู้ที่เป็นคู่สมรส หรือผู้ที่มีเพศสัมพันธ์กับผู้ป่วยโรคไวรัสตับอักเสบบี เรื้อรัง รวมทั้งสมาชิกในครอบครัวเดียวกัน, ผู้ที่เคยรับการรักษาจากผู้ที่ไม่ใช่บุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข เช่น ฉีดยา ทำฟัน หรือหัตถการอื่น ๆ โดยสามารถตวจซ้ำได้กรณีมีความเสี่ยงใหม่เพิ่มเติม</li> </ul>	
<p>- Bone Mineral Density (BMD) ที่ lumbar spine ร่วมกับ hip</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ผู้หญิงที่หมดประจำเดือนก่อนอายุ 45 ปี</li> <li>• ผู้หญิงอายุ 65 ปีขึ้นไปและผู้ชายอายุ 70 ปีขึ้นไป</li> <li>• ผู้หญิงวัยหมดประจำเดือนที่มีอายุน้อยกว่า 65 ปี หรือผู้ชายที่มีอายุน้อยกว่า 70 ปี ที่มีความเสี่ยงข้อใดข้อหนึ่งดังต่อไปนี้ <ul style="list-style-type: none"> <li>- มีบิดาหรือมารดากระดูกสะโพกหักจากอุบัติเหตุที่ไม่รุนแรง</li> <li>- ดัชนีมวลกายน้อยกว่า 20 kg/m<sup>2</sup></li> <li>- ส่วนสูงลดลงตั้งแต่ 4 cm ขึ้นไป เมื่อเทียบกับประวัติส่วนสูงสูงสุดของผู้ป่วย หรือตั้งแต่ 2 cm ขึ้นไปจากบันทึกการวัดส่วนสูง 2 ครั้ง</li> <li>- มีประวัติกระดูกหักจากอุบัติเหตุที่ไม่รุนแรง</li> </ul> </li> </ul> <p>ถ้าปกติให้ตวจซ้ำทุก 5 ปี</p>	

Test ที่ควรสั่งตรวจ	Test ที่ไม่ควรสั่งตรวจ
<b>เอกสารอ้างอิง</b>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. กรมการแพทย์. แนวทางการตรวจสุขภาพที่จำเป็นและเหมาะสมสำหรับประชาชน (ฉบับปรับปรุง 2565). นนทบุรี: สถาบันวิจัยและประเมินเทคโนโลยีทางการแพทย์</li> <li>2. Arthritis Rheumatol 2020;72(6):879-895</li> <li>3. N Engl J Med 2020; 382:2504-2513</li> <li>4. แนวทางเวชปฏิบัติสำหรับโรคเบาหวาน 2560</li> <li>5. ADA guideline 2022 : Diabetes Care 2022;45(Suppl. 1):S17-S38</li> <li>6. Diabetes Metab J 2012;36(2):151-6</li> <li>7. Ann Intern Med 2012;157:567-570</li> <li>8. Am Fam Physician 2017;96(12):776-783</li> <li>9. Am J Kidney Dis 2014;63(5):789-797</li> <li>10. Kidney International 2021;99:34-47</li> <li>11. Can Fam Physician 2015;61(10):857-67</li> <li>12. Endocr Rev 2022;43(4):611-653</li> <li>13. Cochrane Database Syst Rev 2013;2013(6):CD001991</li> <li>14. U.S. Preventive Services Task Force (USPSTF) 2021: JAMA 2021;325(10):962-970</li> <li>15. JAMA 2018;319(22):2308-2314</li> <li>16. คำแนะนำเวชปฏิบัติ การดูแลรักษาโรคกระดูกพรุน โดยมูลนิธิโรคกระดูกพรุนแห่งประเทศไทย พ.ศ. 2564</li> <li>17. Endocr Pract 2010;16(Suppl 3):1-37</li> <li>18. N Engl J Med 2012;366:225-33</li> <li>19. JAMA 2018;319(24):2521-2531</li> </ol>	

Test ที่ควรส่งตรวจ	Test ที่ไม่ควรส่งตรวจ
<b>Cancer</b>	
<u>การตรวจคัดกรองโรคมะเร็ง</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ไม่แนะนำให้ส่งตรวจ PSA, AFP, CA19-9, CA-125</li> </ul>
<u>มะเร็งปากมดลูก</u> - การตรวจแปปสเมียร์ (pap smear) <ul style="list-style-type: none"> <li>เริ่มที่อายุ 25 ปี หากมีเพศสัมพันธ์</li> <li>เริ่มที่อายุ 30 ปี หากไม่มีเพศสัมพันธ์</li> <li>ตรวจทุก 2 ปีจนถึงอายุ 65 ปี ถ้าผลตรวจไม่พบความผิดปกติติดต่อกัน 5 ครั้ง</li> </ul> <b>หรือ</b> - การตรวจ HPV testing เบื้องต้นอย่างเดียว (primary HPV testing) <ul style="list-style-type: none"> <li>เริ่มที่อายุ 25 ปี หากมีเพศสัมพันธ์</li> <li>เริ่มที่อายุ 30 ปี หากไม่มีเพศสัมพันธ์</li> <li>ตรวจทุก 5 ปี จนถึงอายุ 65 ปี ถ้าผลตรวจไม่พบความผิดปกติติดต่อกัน 2 ครั้ง</li> </ul> <b>หรือ</b> - การตรวจหาเชื้อไวรัส เอชพีวีชนิดความเสี่ยงสูง ร่วมกับการตรวจแปปสเมียร์, co-testing (hrHPV testing + pap smear) <ul style="list-style-type: none"> <li>เริ่มที่อายุ 25 ปี หากมีเพศสัมพันธ์</li> <li>เริ่มที่อายุ 30 ปี หากไม่มีเพศสัมพันธ์</li> <li>ตรวจทุก 5 ปี จนถึงอายุ 65 ปี ถ้าผลตรวจไม่พบความผิดปกติติดต่อกัน 2 ครั้ง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ไม่แนะนำให้ส่งตรวจ วีไอเอ (VIA)</li> </ul>

Test ที่ควรสังตรว	Test ที่ไม่ควรสังตรว
<p><u>มะเร็งเต้านม</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การตรวจเต้านมด้วยตนเอง <ul style="list-style-type: none"> <li>• อายุ 20 ปีขึ้นไป ทุก 1 เดือน</li> </ul> </li> <li>- การตรวจเต้านมโดยแพทย์หรือผู้ที่ได้รับการฝึกอบรม (clinical breast examination) <ul style="list-style-type: none"> <li>• อายุ 20-39 ปี ทุก 1-3 ปี</li> <li>• อายุ 40 ปีขึ้นไป ทุก 1 ปี</li> </ul> </li> <li>- การเอกซเรย์เต้านม (mammography) ร่วมกับการทำอัลตราซาวนด์เต้านม <ul style="list-style-type: none"> <li>• อายุ 40-69 ปี ทุก 1-2 ปี</li> </ul> </li> </ul>	
<p><u>มะเร็งลำไส้ใหญ่</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การตรวจหาเลือดออกแฝงในอุจจาระโดยวิธี immunochemistry (iFOBT) 1 ตัวอย่าง <ul style="list-style-type: none"> <li>• ทุก 1 ปี</li> </ul> <p>หรือ</p> </li> <li>- การส่องกล้องลำไส้ใหญ่ (Colonoscopy) <ul style="list-style-type: none"> <li>• ทุก 10 ปี</li> </ul> <p>หรือ</p> </li> <li>- เอกซเรย์คอมพิวเตอร์ลำไส้ใหญ่ (CT colonography) <ul style="list-style-type: none"> <li>• ทุก 5 ปี</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ไม่แนะนำให้สังตรว CEA</li> </ul>
<p><u>มะเร็งปอด</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การตรวจเอกซเรย์คอมพิวเตอร์ปอดแบบใช้ปริมาณรังสีต่ำ (Low-dose CT Chest) <ul style="list-style-type: none"> <li>• ผู้มีอายุ 50-80 ปี มีพฤติกรมสูบหรี่อย่างน้อย 20 pack-year และยังสูบอยู่ หรือ เลิกหรี่ไปแล้ว ระยะเวลาไม่เกิน 15 ปี ทุก 1 ปี</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ไม่แนะนำให้สังตรว เอกซเรย์ปอด (CXR)</li> </ul>
<p><u>มะเร็งต่อมลูกหมาก</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Digital Rectal Examination <ul style="list-style-type: none"> <li>• ชาย อายุ 50 ปีขึ้นไป ปีละ 1 ครั้ง</li> </ul> </li> </ul>	

Test ที่ควรสังตรว

Test ที่ไม่ควรสังตรว

เอกสารอ้างอิง

1. The Royal Thai College of the Obstetricians and Gynecologists 2021
2. The Royal College of Pathologists of Thailand 2023
3. สถาบันมะเร็งแห่งชาติ พ.ศ. 2555
4. AAFP, American Academy of Family Physicians; USPSTF, the United States Preventive Services Task Force