



Sau khi phát hiện mắc ung thư tuyến tiền liệt

After a diagnosis of Prostate Cancer

Sau khi phát hiện bị ung thư tuyến tiền liệt, quý vị có thể cảm thấy sốc, bức bối, lo âu hay bối rối. Đây là những phản ứng bình thường. Có thể có ích khi trò chuyện với bác sĩ, gia đình và bè bạn về các lựa chọn điều trị. Hãy tìm kiếm nhiều thông tin quý vị cảm thấy cần đến. Quý vị muốn liên quan nhiều hay ít đến việc ra quyết định điều trị là tùy vào chính quý vị.

Không kể ung thư da phi hắc tố, ung thư tuyến tiền liệt hiện là ung thư phổ biến nhất ở nam giới. Mỗi năm có hơn 16,000 người Úc được chẩn đoán mắc bệnh này.

Ung thư tuyến tiền liệt bắt thường ở chỗ ở một số nam giới, nó phát triển chậm và không gây đe dọa, nhưng với những người khác, nó có thể dữ dội. Tỷ lệ chữa lành bệnh này đang được cải thiện, dù phản ứng phụ của điều trị có thể ảnh hưởng đến lối sống, gồm chức năng tình dục và sự tiết dục.

Ung thư tuyến tiền liệt được chữa trị ra sao?

Quý vị có thể có nhiều chuyên viên săn sóc y tế khác nhau săn sóc và điều trị bệnh cho mình. Quyết định cách chữa trị ung thư tuyến tiền liệt tốt nhất tùy thuộc vào tuổi tác, sức khỏe tổng quát, mức độ và giai đoạn ung thư của quý vị. Dù hầu như tất cả điều trị đều có phản ứng phụ, hầu hết có thể được chế ngự hiệu quả. Hãy yêu cầu bác sĩ giải thích sẽ có các phản ứng phụ nào và cách tốt nhất chế ngự chúng.

Theo dõi chủ động đôi khi là một lựa chọn đúng đắn và bác sĩ sẽ 'theo dõi và chờ đợi'. Một số ung thư tuyến tiền liệt phát triển chậm và xảy ra ở những người lớn tuổi, vì thế chúng không đe dọa đến tính mạng. Các phản ứng phụ có thể có khi điều trị như phẫu thuật có thể có tác động nhiều hơn lên cuộc sống quý vị so với ung thư. Quý vị sẽ vẫn cần các xét nghiệm tuyến tiền liệt đều đặn, có thể có các mẫu sinh thiết được lập lại để bảo đảm mọi thứ chưa thay đổi nếu chọn 'chờ đợi cảnh giác'.

Giải phẫu lấy đi tuyến tiền liệt (prostatectomy). Đôi khi các mô xung quanh cũng bị cắt bỏ. Giải phẫu cần trung bình ba đến sáu ngày trong bệnh viện, sau đó là giai đoạn phục hồi kéo dài sáu tuần.

Chọn giải phẫu nếu quý vị bị ung thư tuyến tiền liệt tại chỗ (ung thư chưa lan ra ngoài tuyến này), và quý vị khỏe mạnh để được giải phẫu. Một khi ung thư đã lan ra ngoài tuyến tiền liệt, thường sẽ không chọn giải phẫu; tuy nhiên các điều trị khác đang sẵn có.

Xạ trị là dùng tia X diệt tế bào ung thư. Xạ trị có thể được khuyến cáo điều trị ung thư tuyến tiền liệt tại chỗ. Có thể dùng xạ trị thay thế hoặc kết hợp với giải phẫu. Cũng có thể dùng xạ trị để giảm bớt kích cỡ khối u, và làm dịu cơn đau, cảm giác khó chịu và các triệu chứng khác.

Điều trị bằng hoóc-môn làm giảm hoóc-môn nam, testosterone, để giúp làm chậm sự phát triển của ung thư này. Việc này được thực hiện bằng cách dùng thuốc ngăn chặn sự phóng thích hoóc-

môn khiến tinh hoàn sản xuất ra testosterone. Đây là lựa chọn khi ung thư đã lan rộng, hay nếu quý vị chưa thích hợp với xạ trị hay phẫu thuật khác. Việc dùng hoóc-môn không phải để chữa lành ung thư tuyến tiền liệt tại chỗ. Tuy nhiên, nó thường sẽ chặn đứng không để ung thư tuyến tiền liệt phát triển. Việc này có thể kéo dài nhiều năm.

Hóa trị có thể không được dùng khi lần đầu phát hiện mắc ung thư tuyến tiền liệt. Tuy nhiên có thể dùng hóa trị nếu ung thư đã lan nhanh và các chữa trị khác không có hiệu quả.

Liệu pháp ăn uống, hoặc ăn uống lành mạnh nhiều loại thức ăn khác nhau, sẽ bảo đảm quý vị nhận được những gì cơ thể cần để đối phó với điều trị và phục hồi sau này. Hãy nhớ bàn thảo chế độ ăn uống với chuyên gia dinh dưỡng hay bác sĩ của quý vị.

Liệu pháp thể dục có thể giúp quý vị bình phục sau ung thư tốt hơn. Nghiên cứu đã cho thấy tập thể dục đều đặn rất có ích và có thể giảm thiểu phản ứng phụ như mệt mỏi. Hãy trò chuyện với chuyên viên vật lý trị liệu, chuyên viên sinh lý thể dục hay bác sĩ.

Tình trạng sức khỏe thể chất và tinh thần của tôi ra sao?

- Đừng ngại cầu hỗ trợ về mặt chuyên môn và cảm xúc.
- Xem xét gia nhập nhóm hỗ trợ ung thư.
- Học cách bỏ ngoài tai các 'chuyện khủng khiếp' và lời khuyên không mong muốn.
- Sống ngày qua ngày và nên nhớ mỗi ngày sẽ khác nhau.

Các liệu pháp bổ sung có thể giúp ích bên cạnh các điều trị y khoa và một số liệu pháp đã thật sự cải thiện chất lượng sống hay giảm đau. Không có chứng cứ là các liệu pháp này có thể chữa lành hay ngăn ngừa ung thư. Quan trọng là hãy nhớ một số liệu pháp này chưa được thử nghiệm để xác định phản ứng phụ, có thể tổn kém hay có thể chống lại các điều trị y khoa khác. Hãy cho bác sĩ biết tất cả liệu pháp bổ sung quý vị nghĩ sẽ dùng đến.

Có thể lấy thông tin đáng tin cậy ở đâu??

Đường dây Trợ giúp của Cancer Council 13 11 20

Thông tin và hỗ trợ dành cho quý vị và gia đình với phí tổn bằng cuộc gọi nội hạt ở mọi nơi ở Úc.

Trang mạng của Cancer Council

(có các đường dẫn đến các Cancer Councils ở tiểu bang và lãnh thổ)

www.cancer.org.au

Nhóm cộng tác Ung thư tuyến tiền liệt Úc

www.prostatehealth.org.au

Andrology Australia (Tổ chức nam học Úc)

www.andrologyaustralia.org

Dịch vụ Phiên dịch & Biên dịch 13 14 50