



Sau khi phát hiện mắc ung thư nhũ hoa (vú) After a diagnosis of Breast Cancer

Sau khi phát hiện bị ung thư vú, 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.

Ung thư vú là ung thư phổ biến thứ hai ở phụ nữ Úc, sau ung thư da. Mỗi năm có trên 12000 phụ nữ phát hiện mắc ung thư này ở Úc. Dù hiếm, nhưng ung thư vú cũng có thể ảnh hưởng đến đàn ông.

Ung thư vú phát hiện sớm có thể được điều trị thành công, và đối với hầu hết nữ giới, ung thư này sẽ không tái phát sau điều trị.

Ung thư vú được điều trị ra sao?

Nhiều chuyên viên săn sóc sức khỏe khác nhau có thể điều trị và săn sóc quý vị. Loại điều trị nhận được sẽ tùy vào tình huống và loại ung thư vú quý vị mắc phải. Điều trị có thể tốt nhất với người này, nhưng lại không hợp với người khác.

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.

Giải phẫu gồm giải phẫu giữ ngực hoặc thuật mổ nhũ hoa (vú). Giải phẫu giữ ngực loại bỏ khối u ở nhũ hoa và một vùng mô lành quanh đó. Tiến trình này cũng có thể gọi là lumpectomy (mổ lấy khối u ở ngực), cắt bỏ tại chỗ vừa đủ hay cắt rộng. Giải phẫu giữ ngực cùng xạ trị hữu hiệu cũng như thuật mổ nhũ hoa với hầu hết phụ nữ phát hiện mắc ung thư vú giai đoạn đầu.

Mổ ngực lấy đi toàn bộ bên nhũ hoa bị ung thư. Nếu xem xét đến việc tái tạo ngực, quý vị nên bàn luận với bác sĩ trước khi giải phẫu.

Với hầu hết các trường hợp, giải phẫu ngực sẽ phải lấy đi một số hạch bạch huyết (lymph node) trong nách để kiểm tra tế bào ung thư vú đã lan rộng chưa.

Xạ trị dùng tia X để diệt tế bào ung thư có thể còn sót lại trong ngực hay mô ngực sau giải phẫu. Quý vị có thể bị đau hay khó chịu một chút sau mỗi điều trị, dù bản thân điều trị không gây đau đớn gì. Xạ trị không khiến quý vị nhiễm phóng xạ và không gây rụng tóc. Xạ trị thường kéo dài năm đến sáu tuần lễ. Cũng có thể dùng xạ trị để giảm bớt quy mô bệnh ung thư, và làm dịu cơn đau và các triệu chứng khác.

Hóa trị dùng các thuốc chống ung thư để giúp diệt các tế bào ung thư đã lan tới các bộ phận cơ thể khác, nhưng chưa phát hiện được. Một số thuốc hóa trị có dạng viên nang, một số được tiêm vào tĩnh mạch ở cánh tay hay bàn tay.

Hóa trị giảm thiểu xác suất ung thư tái phát, và cũng được sử dụng cùng với giải phẫu và xạ trị.

Có thể dùng **điều trị bằng hoóc-môn** nếu có thụ thể tiếp nhận hoóc-môn ở tế bào ung thư. Liệu pháp dùng hoóc-môn có thể

giúp diệt các tế bào ung thư vú còn sót lại, hay các tế bào ung thư có thể đã lan tới các bộ phận khác nhưng chưa phát hiện ra.

Có thể dùng liệu pháp này cùng với giải phẫu, xạ trị và hóa trị.

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.

Hãy nhớ liên lạc với bác sĩ nếu quý vị có mối quan tâm hay thắc mắc nào.

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 tại Úc.

Trang mạng của Cancer Council

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

www.cancer.org.au

Trung tâm Quốc gia về Ung thư vú và Buồng trứng

www.nbocc.org.au

Breast Cancer Network Australia

1800 500 258

www.bcna.org.au

Cancer Council trân trọng cảm ơn Trung tâm Quốc gia về Ung thư Vú và Buồng trứng đã giúp thực hiện tờ thông tin này.

Dịch vụ Phiên dịch & Biên dịch 13 14 50