

Sau khi phát hiện mắc ung thư ruột

After a diagnosis of Bowel Cancer



Sau khi phát hiện bị ung thư ruột, quý vị có thể cảm thấy sốc, bức bối, lo âu hay bối rối. Đây là những phản ứng bình thường. Chẩn đoán ung thư ruột tác động đến mỗi người mỗi khác. Đối với hầu hết, đây sẽ là thời điểm khó khăn, tuy nhiên một số người thu xếp để tiếp tục các hoạt động bình thường hàng ngày.

Quý vị có thể thấy hữu ích khi trò chuyện với bác sĩ, gia đình hay bè bạn về các lựa chọn điều trị. Hãy đặt câu hỏi và tìm kiếm thật nhiều thông tin nếu cảm thấy cần. Cách quý vị muốn tham gia quyết định việc điều trị cho mình hoàn toàn tùy vào quý vị.

Ung thư ruột là loại ung thư được chẩn đoán phổ biến thứ ba tại Úc, sau ung thư da phi hắc tố và ung thư tiền liệt tuyến. Mỗi năm có hơn 13,000 người mắc bệnh này.

Ung thư ruột điều 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.

Loại điều trị quý vị nhận được sẽ tùy thuộc liệu ung thư đã lan rộng chưa hay có nguy cơ phát ra. Dù hầu như tất cả điều trị đều có phản ứng phụ, hầu hết có thể được chế ngự hữu hiệu. Hãy yêu cầu bác sĩ giải thích sẽ có các phản ứng phụ nào và cách tốt nhất chế ngự chúng.

Phẫu thuật là cách thông thường điều trị ung thư ruột. Mô ung thư và xung quanh bị loại bỏ để bảo đảm không còn lại phần ung thư nào. Thường ruột có thể được nối lại để phục hồi chức năng thông thường. Nếu không thể nối lại vì một lý do nào đó, phải tạo ra một đường mở (hậu môn giả) ở thành bụng dưới cho chất thải cơ thể (phân). Hậu môn giả tạm thời có thể được bỏ đi trong một vài tuần. Không đầy 5% bệnh nhân cần hậu môn giả lâu dài.

Phẫu thuật ruột là ca giải phẫu quan trọng có thời gian nằm viện trung bình từ 5 – 10 ngày, tiếp theo là giai đoạn phục hồi 4 đến 6 tuần. Đối với các ung thư ruột phát hiện rất sớm, thường không cần thêm xạ trị hay hóa trị. Với những ai có khối u lớn hơn hay ung thư đã lan tới hạch bạch huyết, thường đạt được kết quả tốt nhất bằng cách kết hợp giải phẫu, xạ trị và hóa trị.

Hóa trị dùng các thuốc chống ung thư để giúp diệt các tế bào ung thư có thể đã lan tới các bộ phận cơ thể khác, nhưng không phát hiện được. Hóa trị theo sau giải phẫu có thể là điều trị hữu hiệu để làm giảm khả năng ung thư tái phát. Thuốc thường được tiêm vào tĩnh mạch trên tay, nhưng cũng có những phương pháp khác.

Xạ trị dùng tia X để diệt tế bào ung thư. Dùng xạ trị trước khi phẫu thuật đối với ung thư trực tràng để giảm thiểu quy mô ung thư, khiến giải phẫu dễ dàng hơn. Xạ trị cũng được dùng để giảm khả năng ung thư tái phát tại điểm này. Thời gian điều trị khác nhau với mỗi người. Hóa trị có thể được dùng thêm vào với xạ 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. Nếu cần một hậu môn giả lâu dài, quý vị sẽ phải thay đổi đáng kể chế độ ăn uống. Bác sĩ hay y tá liệu pháp làm hậu môn giả có thể hỏi ý kiến 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 yêu cầu được 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 trợ giúp dành cho quý vị và gia đình với chi phí bằng cuộc gọi nội hạt ở bất cứ đâu tại Úc.

Trang mạng của Cancer Council

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

www.cancer.org.au

Dịch vụ Phiên dịch & Biên dịch 13 14 50