



vietnamese
Mental Health Services

Serving the mental health needs & promoting wellbeing of people from Vietnam

Hội Tâm Thần Việt Nam

越南心理保健服務

Ung Thư Vú

(Breast Cancer)



Bác sĩ Nguyễn Xuân Cẩm biên soạn

Lời xin phép trước
Advanced permission Request

Kính gửi Quý Báo, Tạp chí, Tác giả cùng những công trình nghiên cứu Việt Anh Pháp và Hoa ngữ có bài được trích đăng. Chúng tôi mạn phép trích đăng hoặc dịch những bài có giá trị y tế cao nhằm phục vụ đồng hương Việt nam tại VQA trong chiều hướng thông tin giáo dục và quảng bá tin tức không vụ lợi.

We would like to ask in advance permission of Newspapers, magazines and researchers that have valuable articles or studies published in this booklet. Our aim is to serve the Vietnamese Communities in the UK in terms of publicity, health education, and dissemination of information without making profits.

Ung Thư Vú

Tại VQ Anh, cứ 12 phụ nữ thì có một người bị ung thư vú. Bệnh rất hiếm ở tuổi dưới 30, nhưng càng về già, ung thư càng dễ xảy ra. Mỗi năm có thêm 35,000 trường hợp mới được ghi nhận, phần lớn là những bà trên 45 tuổi. Đây là con số đối với người bản xứ, người mình theo tỉ lệ có lẽ không nhiều đến như thế.

Đàn ông ít bị ung thư vú, mỗi năm tại xứ này chỉ có khoảng 200 trường hợp được chữa trị.



Ai dễ bị ung thư vú?

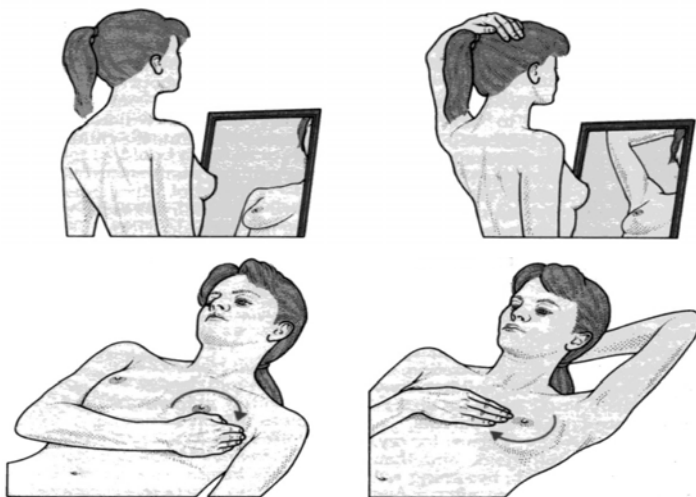
Tuy nguyên nhân đích thực chưa được rõ song có một số yếu tố đã tạo điều kiện cho ung thư phát sinh.

- Trước hết là tuổi tác. Thống kê cho thấy rằng tuổi đời càng cao càng dễ bị ung thư, nhất là từ 50 trở đi.
- Lối sống văn minh vật chất thời nay cũng phần nào có ảnh hưởng, do vì tinh thần thường bị căng thẳng, vì rượu thịt thừa thãi nên ăn uống thả dãn không còn biết kiêng cử là gì nữa.
- Vai trò của nội tiết tố (hormone) được nói đến qua việc ung thư vú xảy ra nhiều hơn ở những phụ nữ có kinh sớm (11-12 tuổi), tuyệt kinh trễ (late menopause, sau 50 tuổi), không sinh đẻ hoặc có con đầu lòng muộn, sử dụng hormone estrogen sau khi tuyệt kinh (hormone replacement therapy, HRT).
- Nếu thân nhân bị ung thư vú, triển vọng mắc bệnh sẽ cao

hơn bình thường, do thừa hưởng gene ung thư có tên là BRCA1 và BRCA2 đã biến thể (mutation). Trước đây có một số phụ nữ có mẹ và bà ngoại bị ung thư nên để tránh lo âu sợ hãi đã nhờ bác sĩ cắt phăng cặp vú của mình! Tương lai chắc sẽ không cần phải làm thế nữa, vì nhiều khoa học gia đang hướng cuộc nghiên cứu về các gene nói trên. Họ hy vọng là trong vòng vài năm nữa sẽ có thể phát hiện được chúng thật sớm rồi thay thế bằng những gene nguyên lành khỏe mạnh (Gene Therapy).

Tự khám và đến gặp bác sĩ

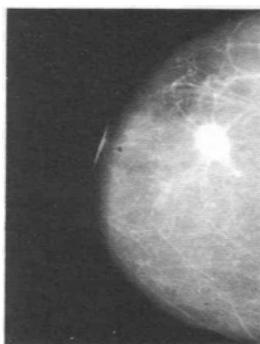
Ung thư vú là một bệnh nguy hiểm chết người, vì vậy phải được khám phá càng sớm càng tốt. Do đó, quý bà cần cảnh giác cao độ, nên tự khám vú mỗi tháng một lần, và thực hiện... suốt đời, người trẻ sau khi có kinh khoảng một tuần, người lớn tuổi đã tuyệt kinh mỗi đầu tháng cho dễ nhớ. Cách khám như sau:



- Đứng trước gương, hai tay xuôi theo thân hình, quan sát thật kỹ đôi vú có gì thay đổi về bên ngoài không.
- Để hai tay trên đầu rồi xem kỹ phần trên của mỗi bên vú lên tới nách.
- Dùng các ngón tay tuần tự ấn vào nách, phần trên của vú, kể đó xung quanh và phía dưới vú, rồi xung quanh núm vú.

Bất cứ mọi bất thường nào đều phải đến gặp bác sĩ để định bệnh rõ thêm:

- Một khối u nhỏ sờ thấy ở vú, ở nách hoặc ở trên xương đòn gánh.
- Đau nhức thường xuyên trong vú hay ở nách.
- Kích thước thay đổi: một bên vú to hơn hoặc sa xuống thấp hơn bên kia.
- Da vú nhăn nhúm lại, nổi ửng đỏ lên.
- Đầu núm vú chảy nước hoặc máu, lõm vào bên trong.

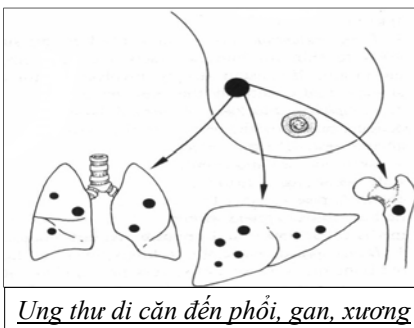


Ung thư vú được phát hiện bằng cách chụp X quang

Bác sĩ sẽ tiến hành cuộc khám vú và các hạch trong nách, trên ngực và nếu cần sẽ cho người bệnh chụp hình vú (mammography) hoặc làm siêu âm (ultra sound), chụp hình với kỹ thuật MRI, Scintimammography (tiêm chất có phóng xạ vào tĩnh mạch rồi chụp bằng gamma camera); dùng kim nhỏ đâm vào nơi nghi có bướu ung thư rút nước hoặc tế bào trong đó để thử nghiệm. Có khi họ còn đề nghị làm một phẫu thuật nhỏ cắt phần bị nghi đem đi thử.

Trong chương trình kiểm tra ung thư vú của chính phủ Anh, quý bà từ 50 đến 65 tuổi được hẹn đi chụp hình vú định kỳ cứ 3 năm một lần; từ 65 trở đi vẫn có thể xin chụp nếu có lời yêu cầu. Bộ Y tế đang nghiên cứu để việc chụp hình vú được sớm hơn, từ 40 tuổi đến 50 tuổi, giống như bên Mỹ đã làm, và họ làm mỗi năm một lần!

Sau khi tìm thấy ung thư, bác sĩ sẽ tìm hiểu xem nó đã tiến triển đến đâu, còn nằm tại vú hay đã lan sang những hạch quanh vú, hoặc đã theo máu đi xa đến các cơ quan khác. Có 4 giai đoạn:



- Giai đoạn 0, khi ung thư chưa sờ thấy, nhưng tình cờ được khám phá bằng phim chụp vú.
- Giai đoạn I, II, và III là những giai đoạn khi ung thư đã sờ thấy được, hoặc đã lan ra các hạch quanh vú.
- Giai đoạn IV là giai đoạn cuối, khi ung thư đã lan đến gan, phổi, xương, óc.

Khám phá ung thư sớm trong giai đoạn I và chữa trị đúng, tỉ lệ sống sót 5 năm lên đến 99%. Qua giai đoạn IV mới đi chữa bệnh, tỉ lệ sống sót 5 năm chỉ được 14%.

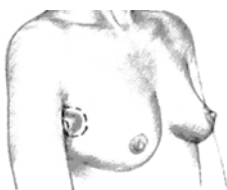
Chữa trị - Phòng ngừa

Ung thư vú được chữa bằng nhiều cách: giải phẫu, quang tuyến trị liệu (radiation therapy) sử dụng hóa chất

(chemotherapy) hoặc nội tiết tố (hormonal therapy). Các cách này được dùng riêng rẽ hoặc phối hợp, tùy vào nhiều yếu tố: ung thư đã tiến triển đến giai đoạn nào, tuổi tác và tình trạng sức khỏe của bệnh nhân, và cũng dựa theo ý muốn của họ nữa.

1. Khi ung thư còn ở giai đoạn 0, việc chữa trị sẽ bằng giải phẫu cắt bỏ một phần (lumpectomy) hoặc trọn cả vú (simple mastectomy).

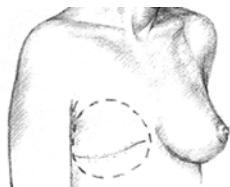
Trong trường hợp cắt bỏ một phần, bác sĩ thường cho dùng thêm quang tuyến trị liệu để bảo đảm bệnh không tái phát. Còn giải pháp cắt bỏ trọn cả vú ngày càng không được quý bà tán thành vì sẽ trông không được... đẹp. Và muốn đẹp như trước lại phải thêm một cuộc giải phẫu khác để tái tạo vú.



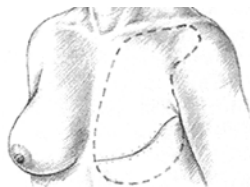
Cắt bỏ một phần vú
(Lumpectomy)
乳房小塊切除



Cắt bỏ một góc vú
(Segmentectomy)
乳房部份切除



Cắt bỏ trọn cả vú
(Simple mastectomy)
整個乳房切除



Cắt bỏ vú, các hạch và cơ bắp trước ngực
(Modified radical mastectomy)
整個乳房, 部份胸肌和淋巴結切除

2. Khi ung thư đã sang giai đoạn I, II và III, việc chữa trị sẽ phối hợp cắt bỏ vú, các hạch và một phần cơ bắp trước ngực (modified radical mastectomy), quang tuyến trị liệu, sử dụng hóa chất. Nhiều trường hợp còn cần đến nội tiết tố nữa, ví dụ như thuốc Tamoxifen.
3. Nếu ung thư đã lan sang đến các bộ phận khác trong cơ thể (giai đoạn IV), việc chữa trị chính sẽ là nội tiết tố, các hóa chất và quang tuyến trị liệu.

Bất cứ với phương cách chữa trị nào, bệnh nhân sẽ được bác sĩ chuyên khoa giải thích tường tận. Nói chung, các phụ chúng có thể xảy ra gồm có:

- Cách tay và vai bên phía mổ bị đau nhức và xoay chuyển khó khăn; nếu bác sĩ phải cắt bỏ các hạch trong nách thì cánh tay có thể sưng phù rất khó chịu cho bệnh nhân.
- Quang tuyến trị liệu, ngoài việc gây ra sưng phù cánh tay như trên, còn làm cho phía trước ngực ngứa ngáy và nóng ran lên; bệnh nhân cảm thấy bần thần mệt mỏi, tinh thần dễ bị suy sụp.
- Hóa chất gây ra nôn mửa, lở mồm, rụng tóc và dễ nhiễm khuẩn vì thuốc tiêu diệt một số bạch huyết cầu trong máu.
- Tamoxifen có thể làm mọc lông trên mặt, giọng nói trở nên khàn khàn; nhưng nguy hiểm nhất là ung thư nội mạc tử cung, máu đọng trong tĩnh mạch và trong phổi, hư hại võng mô làm suy giảm thị lực.



Ung thư vú, là một bệnh nguy hiểm, nhưng có thể chữa được với kết quả tốt đẹp, miễn là được phát hiện sớm. Do

đó, quý bà phải có ý thức cao để mà phòng ngừa nó: tự khám vú hàng tháng, nhờ bác sĩ khám nếu có sự nghi ngờ, đi chụp hình vú định kỳ. Mới đây, bộ Y tế đã cho phép việc dùng thuốc Tamoxifen cho những bà từ 50 tuổi trở lên, có một trong những yếu tố dễ đưa đến ung thư đã nêu trên: 2 thân nhân (mẹ, chị em) bị ung thư vú, bắt đầu có kinh sớm, sinh con đầu lòng muộn, thử thịt mô vú (breast biopsy) có dấu hiệu bất thường, bị ung thư vú một bên sau có thể bị bên kia.

Chúng ta nhớ là 'phòng bệnh hơn chữa bệnh'

Địa chỉ và điện thoại cần biết

- Breast cancer care helpline
đt: 0808 800 6000
- Cancer Link
11-12 Northdown Street
London N1 9BN
đt: 020 7833 2818 (office)
0800 132905 (free phone):
Cancer information helpline

Tài liệu tham khảo:

- *Making a diagnosis, Breast problems and breast cancer, Breast Cancer Care, 1998.*
- *Breast Cancer: what do we know? Cancer Research campaign, 1998*
- *Lecture Notes on General Surgery, Harold Ellis, Sir Roy Caine, 1996.*
- *Family Health Encyclopaedia, The British Medical Association, 1999.*

Ghi chú



Ghi chú



This Booklet is published with the support of:

Department of Health

The City Bridge Trust

Lloyd TSB Foundations

Big Lottery Fund

Lambeth, Southwark & Lewisham NHS



Serving the mental health needs & promoting wellbeing of people from Vietnam

Hội Tâm Thần Việt Nam 越南心理保健服務

25 Fair Street, London SE1 2XF

Phone: 020 7234 0601 Fax 020 7407 7500

Email: info@vmhs.org.uk Website: www.vmhs.org.uk



Charity Registration No. 1001991 — Company Registration No. 2572955