

May mắn rằng, các xét nghiệm ruột già để cứu sống nay dễ chịu hơn trước kia và được Medicare và hầu hết các hãng bảo hiểm sức khỏe chi trả. Theo chỉ dẫn của Hội Ung Thư Mỹ về việc phát hiện sớm bệnh ung thư trực tràng, bắt đầu từ tuổi 50, cả đàn ông lẫn đàn bà đều phải:

- **Đi xét nghiệm thử máu trong phân (Fecal Ocult Blood Test, hay FOBT) mỗi năm và soi già tràng xích ma mềm mỗi 5 năm một lần; hoặc**
- **Soi kết tràng xích ma mềm mỗi 5 năm một lần; hoặc**
- **Đi xét nghiệm FOBT mỗi năm; hoặc**
- **Soi kết tràng (nội soi ruột già) mỗi 10 năm một lần; hoặc**
- **Thụt bari lưỡng cân quang mỗi 5 năm một lần.**

*Lưu ý: Soi kết tràng xích ma mềm đồng thời với xét nghiệm FOBT thường được chọn lựa nhiều hơn so với xét nghiệm FOBT hoặc soi kết tràng xích ma mềm riêng lẻ. Tất cả các kết quả xét nghiệm dương tính đều nên khám tiếp tục bằng soi kết tràng. Người có nguy cơ gia tăng hoặc cao nên bàn với bác sĩ về một chương trình chụp hình quang tuyến khác.*

Để tìm hiểu thêm về cách giữ gìn sức khỏe và phòng ngừa ung thư, xin gọi cho Hội Ung Thư Mỹ.

## Colon Testing

Vietnamese

1-800-ACS-2345  
[www.cancer.org](http://www.cancer.org)

Hy vọng. Tiến bộ. Giải đáp.



Thử nghiệm  
ruột già  
có thể  
cứu mạng  
sống!



## Điều cần biết về ung thư ruột già.

Quý vị cảm thấy khỏe khoắn và muốn chăm lo sức khỏe cho mình. Đó là điều tốt. Nhưng quý vị vẫn có thể gặp nguy cơ bị ung thư ruột già và quý vị nên đi thử nghiệm thường xuyên nếu 50 tuổi hoặc hơn.

- Ung thư ruột già là loại ung thư giết người thứ nhì tại Mỹ, nhưng tin vui là thử nghiệm ruột già có thể cứu mạng sống và cũng có thể ngăn ngừa ung thư ruột già.
- Xét nghiệm có thể tìm thấy polip ruột không chứa tế bào ung thư hoặc phát hiện ung thư ruột già sớm, khi đó chúng có thể được cắt bỏ hoặc chữa trị dễ dàng. Polip là các khối u nhỏ có khả năng trở thành ung thư nếu không được cắt bỏ.
- Ung thư ruột già rất phổ biến nơi nam giới và phụ nữ trên 50 tuổi.
- Người có bệnh trong quá khứ hay có políp, ung thư trực tràng, hoặc viêm ruột, hoặc người trong gia đình đã mắc bệnh ung thư ruột già hay polip có nguy cơ mắc bệnh ung thư ruột rất cao và nên bắt đầu làm xét nghiệm trước 50 tuổi, và đi xét nghiệm thường xuyên hơn.
- Người trong gia đình đã mắc các loại ung thư khác (ung thư vú, buồng trứng hoặc tử cung) cũng làm tăng nguy cơ mắc bệnh ung thư ruột già.
- Người Mỹ gốc Phi Châu và người Do Thái Ashkenazi có tỷ lệ mắc bệnh ung thư ruột già cao hơn.

Ung thư ruột già ở giai đoạn đầu thường không có triệu chứng nào. Tuy nhiên, sau đó, triệu chứng ung thư ruột có thể bao gồm chảy máu hậu môn, đau thất bao tử, sụt cân, thay đổi trong thói quen đi tiện, hoặc chỉ cảm thấy mệt mỏi. Nếu quý vị có bất cứ triệu chứng nào nói trên, nên gặp bác sĩ để biết chắc rằng ung thư ruột không phải là nguyên nhân bệnh.

## Quý vị có thể làm gì để giảm nguy cơ ung thư ruột già?

- Hỏi họ hàng về tiểu sử mắc bệnh ung thư trong gia đình.
- Tập thể dục ít nhất 30 phút trong hầu hết các ngày.
- Ăn 5 phần rau và trái cây mỗi ngày.
- Tránh hút thuốc, và uống rượu điều độ nếu quý vị có uống.
- Giữ mình ở mức cân lượng lý tưởng.

Sơ đồ sau đây có thể giúp quý vị và bác sĩ lựa chọn loại xét nghiệm nào thích hợp cho quý vị:

Thử nghiệm thăm dò	Lợi ích	Không có lợi/Giới hạn
<b>Thử nghiệm tìm máu trong phân (Fecal Occult Blood Test)</b> \$25	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Không dùng thuốc xổ</li> <li>• Lấy mẫu tại nhà</li> <li>• Không tốn kém</li> <li>• Chứng tỏ hiệu nghiệm trong các cuộc theo dõi bệnh tình</li> <li>• Không có nguy cơ bị rách hoặc nhiễm đường ruột.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Có thể bỏ sót nhiều bướu hoặc políp hoặc một số ung thư</li> <li>• Có thể đưa ra kết quả xét nghiệm dương tính sai</li> <li>• Cần giới hạn ăn kiêng trước khi thử nghiệm</li> <li>• Phải thực hiện mỗi năm</li> <li>• Hiệu quả hơn khi kết hợp với soi kết tràng xích ma mềm mỗi 5 năm một lần</li> <li>• Cần xét nghiệm thêm qua thủ thuật khác nếu phát hiện điều gì bất thường</li> </ul>
<b>Soi kết tràng xích ma mềm (Flexible Sigmoidoscopy)</b> \$150	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Khá nhanh chóng và an toàn</li> <li>• Dùng thuốc xổ tối thiểu</li> <li>• Thực hiện mỗi 5 năm</li> <li>• Không khó chịu lắm</li> <li>• Không cần đòi hỏi chuyên gia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Thường chỉ thấy khoảng một phần ba ruột kết</li> <li>• Không thể cắt bỏ tất cả các polip</li> <li>• Có ít nguy cơ nhiễm hoặc rách ruột</li> <li>• Hữu hiệu hơn khi đi đôi với thử nghiệm tìm máu trong phần mỗi năm</li> <li>• Cần xét nghiệm thêm qua thủ thuật khác nếu phát hiện điều gì bất thường</li> </ul>
<b>Thụt bari (Barium Enema)</b> \$400	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Có thể thấy toàn bộ ruột già</li> <li>• Tương đối an toàn</li> <li>• Thử một lần trong năm năm</li> <li>• Không cần thuốc an thần/gây mê</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Có thể bỏ sót polip nhỏ hoặc tế bào ung thư</li> <li>• Chuẩn bị tẩy ruột hoàn toàn</li> <li>• Có một số kết quả xét nghiệm dương tính sai.</li> <li>• Cần xét nghiệm thêm qua thủ thuật khác nếu phát hiện điều gì bất thường</li> </ul>
<b>Nội soi ruột già (Colonoscopy)</b> \$1400	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Có thể thấy toàn bộ ruột già</li> <li>• Có thể sinh thiết và cắt bỏ polip</li> <li>• Thực hiện mỗi mười năm một lần</li> <li>• Có thể chẩn đoán các bệnh khác</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Có thể bỏ sót polip nhỏ</li> <li>• Chuẩn bị tẩy ruột hoàn toàn</li> <li>• Giá mắc</li> <li>• Cần chọn một cách làm an thần/gây mê</li> <li>• Quý vị có thể mất một ngày làm việc</li> <li>• Nguy cơ rách hoặc nhiễm khuẩn ruột cao hơn các phương pháp xét nghiệm khác</li> </ul>

Lưu ý: Giá cả xét nghiệm chỉ là dự tính - giá cả và tỷ lệ bồi hoàn sẽ khác nhau tùy theo các tiểu bang và hãng bảo hiểm.