



Sau khi có chẩn đoán ung thư tinh hoàn



Ung thư tinh hoàn là một loại ung thư khởi phát ở tinh hoàn. Tinh hoàn sản sinh ra hormone và tinh trùng ở nam giới. Nếu quý vị được thông báo bị ung thư tinh hoàn thì có thể quý vị đã được làm các xét nghiệm máu, siêu âm và chụp chiếu cũng như làm sinh thiết (một xét nghiệm lấy một số mẫu mô để kiểm tra tìm ung thư). Những xét nghiệm khác có thể đã được thực hiện trên các tế bào ung thư để tìm một số thay đổi về protein và gen được gọi là chỉ dấu sinh học. Quý vị cũng có thể phải thực hiện những thủ thuật khác để tìm hiểu xem liệu ung thư đã di căn hay chưa. Những kiểm tra này giúp bác sĩ biết được quý vị mắc loại ung thư tinh hoàn nào, ung thư đang ở giai đoạn nào và phương pháp điều trị nào có thể hữu ích.

Điều trị ung thư tinh hoàn

Việc điều trị sẽ phụ thuộc vào loại và giai đoạn ung thư tinh hoàn. Các phương pháp điều trị dành cho quý vị cũng sẽ phụ thuộc vào kết quả xét nghiệm tế bào ung thư, sức khỏe cũng như mong muốn cá nhân của quý vị.

Phẫu thuật loại bỏ tinh hoàn thường là phương pháp điều trị đầu tiên cho ung thư tinh hoàn. Phương pháp này được sử dụng ngay cả khi ung thư đã di căn. Các hạch bạch huyết gần đó cũng có thể được lấy ra để tìm xem có tế bào ung thư trong đó hay không. Có nhiều cách để thực hiện phẫu thuật này. Hãy trao đổi với bác sĩ về những gì sẽ được thực hiện và những gì có thể xảy ra.

Các phương pháp điều trị khác cho ung thư tinh hoàn có thể bao gồm xạ trị, hóa trị liệu (hóa trị), liệu pháp miễn dịch và hóa trị liệu cao kèm với ghép tế bào gốc. Trong nhiều trường hợp sẽ cần nhiều hơn một phương pháp điều trị. Bác sĩ sẽ giúp quý vị quyết định phương pháp điều trị nào là tốt nhất cho quý vị.

Một số phương pháp điều trị có thể khiến quý vị bị liệt dương (không thể cương cứng). Nếu quý vị vẫn muốn có con thì việc điều trị cũng có thể ảnh hưởng đến khả năng sinh sản của quý vị (khả năng làm cho người khác mang thai). Nhưng có nhiều cách để bảo vệ khả năng sinh sản. Hãy trao đổi với bác sĩ trước khi bắt đầu quá trình điều trị của quý vị. Họ có thể giúp quý vị hiểu được điều gì sẽ xảy ra.

Hãy nhớ hỏi:

- Tôi bị loại ung thư tinh hoàn nào?
- Ung thư nằm ở vị trí nào của tinh hoàn?
- Ung thư tinh hoàn đang ở giai đoạn nào, và điều đó có nghĩa là gì?
- Tôi có cần làm thêm xét nghiệm không?
- Phương pháp điều trị nào được cho là tốt nhất cho tôi?
- Mục tiêu của việc điều trị là gì?
- Việc điều trị có bao gồm phẫu thuật không? Liệu toàn bộ khối u ung thư có thể được loại bỏ hay không?
- Liệu tôi có cần loại phương pháp điều trị khác không?

Quá trình trước và trong khi điều trị sẽ diễn ra như thế nào

Nhóm chăm sóc ung thư sẽ giải thích kế hoạch điều trị cho quý vị. Nhóm này có thể bao gồm các bác sĩ, y tá và nhân viên y tế khác nhau, tùy thuộc vào loại điều trị quý vị cần. Ví dụ: nếu quý vị cần phẫu thuật thì sẽ làm việc với bác sĩ phẫu thuật. Bác sĩ này sẽ cho quý vị biết những gì sẽ xảy ra trước, trong và sau khi điều trị. Nếu quý vị cần các loại điều trị khác thì nhóm chăm sóc ung thư sẽ giải thích về cách thực hiện, giúp quý vị sẵn sàng cho việc điều trị, theo dõi tình trạng của quý vị và giúp quý vị đối phó với bất kỳ tác dụng phụ nào. Quý vị cũng có thể phải làm xét nghiệm máu, chụp chiếu hoặc các kiểm tra khác vào những thời điểm nhất định để xem phương pháp điều trị đang có tác dụng tốt như thế nào.

Không phải tất cả mọi người trải qua quá trình điều trị ung thư tinh hoàn đều sẽ gặp phải các tác dụng phụ giống nhau. Ví dụ: các tác dụng phụ của phẫu thuật là khác với tác dụng phụ của xạ trị, hóa trị và liệu pháp miễn dịch. Và những người được điều trị bằng phương pháp giống nhau có thể có các tác dụng phụ khác nhau.

Hãy nhớ hỏi:

- Tôi có thể bị những tác dụng phụ nào, và tôi có thể làm gì để đối phó với chúng?
- Làm cách nào để biết được phương pháp điều trị đang có tác dụng?
- Tôi sẽ được điều trị ở mức độ thường xuyên như thế nào? Sẽ mất bao lâu cho việc điều trị?
- Tôi sẽ cần đến đâu để được điều trị? Tôi có thể tự lái xe không?
- Việc điều trị sẽ ảnh hưởng đến đời sống hàng ngày của tôi như thế nào?
- Việc điều trị có thể ảnh hưởng đến đời sống tình dục của tôi không? Nếu có thì ảnh hưởng như thế nào và trong bao lâu?
- Việc điều trị có thể ảnh hưởng đến khả năng có con của tôi không? Nếu có thì tôi có nên trao đổi với một chuyên gia về sinh sản trước khi bắt đầu quá trình điều trị ung thư không?
- Có bất kỳ thử nghiệm lâm sàng nào có thể phù hợp cho tôi không?

Điều gì sẽ xảy ra sau khi điều trị

Sau khi điều trị, hãy yêu cầu bác sĩ ung thư cung cấp bản tóm tắt điều trị và kế hoạch theo dõi. Đây được gọi là kế hoạch chăm sóc người sống sót. Bác sĩ ung thư sẽ làm việc với bác sĩ gia đình hoặc bác sĩ chăm sóc chính để giúp kiểm soát các tác dụng phụ từ việc điều trị và kiểm tra sức khỏe tổng quát của quý vị. Quý vị sẽ được làm các xét nghiệm thường xuyên để kiểm tra xem bệnh ung thư có tái phát hoặc có xuất hiện ung thư mới ở một bộ phận khác của cơ thể hay không. Quý vị có thể phải đối mặt với những thay đổi của cơ thể sau khi điều trị. Hãy nhớ hỏi bác sĩ của quý vị về những điều sẽ xảy ra và báo cho họ biết nếu quý vị gặp phải bất kỳ vấn đề gì.

Những người đã từng bị ung thư tinh hoàn đều có nguy cơ mắc lại bệnh này hoặc bị một số loại ung thư khác. Ngay cả khi quý vị cảm thấy ổn sau khi kết thúc điều trị thì điều quan trọng là phải hỏi nhóm chăm sóc ung thư về lịch trình khám theo dõi thường xuyên để kiểm tra xem bệnh ung thư tinh hoàn có tái phát hay không.

Đối với một số người, bệnh ung thư có thể không biến mất hoàn toàn. Bệnh có thể tiếp tục được điều trị và vẫn cần làm các xét nghiệm để xem việc điều trị có tác dụng tốt như thế nào.

Hãy nhớ hỏi:

- Tôi có thể lấy bản sao tóm tắt quá trình điều trị của mình và kế hoạch theo dõi ở đâu?
- Tôi cần gặp nhóm chăm sóc ung thư ở mức độ thường xuyên như thế nào?
- Thời điểm tôi cần và cách thức để tôi liên lạc với họ?
- Tôi có cần làm xét nghiệm để xem liệu bệnh ung thư có tái phát hoặc để tìm những bất thường trong quá trình điều trị của tôi hay không?
- Tôi có cần làm bất kỳ xét nghiệm sàng lọc nào, chẳng hạn như nội soi đại tràng, để phát hiện sớm các bệnh ung thư khác không?
- Tôi có nên để ý đến các tác dụng phụ muộn hoặc lâu dài từ việc điều trị không?
- Tôi có thể tìm hồ sơ y tế của mình ở đâu sau khi điều trị?



Để biết thêm thông tin và sự hỗ trợ, hãy truy cập trang web của American Cancer Society tại cancer.org/vietnamese hoặc gọi cho chúng tôi theo số **1-800-227-2345**. Chúng tôi luôn ở đây khi quý vị cần.

Giữ gìn sức khỏe

Hãy nhớ báo cho bác sĩ của quý vị hoặc nhóm chăm sóc ung thư biết nếu quý vị có các tác dụng phụ mà không biến mất hoặc có bất kỳ triệu chứng mới nào.

Có những việc quý vị có thể làm để giữ cho mình khỏe mạnh trong và sau khi điều trị. Việc dùng hút thuốc lá có thể giúp làm giảm nguy cơ bị ung thư tinh hoàn. Có được và duy trì cân nặng hợp lý, ăn uống lành mạnh, năng vận động và tránh rượu bia cũng có thể giúp quý vị luôn khỏe mạnh và có thể giảm nguy cơ mắc ung thư tinh hoàn mới hoặc các bệnh ung thư khác.

Đối phó với cảm xúc

Việc bị ung thư tinh hoàn có thể khiến quý vị cảm thấy sợ hãi, buồn bã hoặc lo lắng. Những cảm xúc này là điều bình thường, và có những cách để giúp quý vị đối phó với chúng.

- Đừng cố gắng đối phó với cảm xúc của quý vị một mình. Nói về cảm xúc của quý vị, bất kể chúng là gì.
- Không có vấn đề gì nếu quý vị thỉnh thoảng cảm thấy buồn hoặc chán nản, nhưng hãy báo cho nhóm chăm sóc ung thư biết nếu quý vị có những cảm xúc này trong hơn một vài ngày.
- Nếu bác sĩ của quý vị cho phép thì hãy tiếp tục làm những việc quý vị yêu thích như dành thời gian ngoài trời, đi xem phim hay đến sự kiện thể thao, hoặc đi ăn tối bên ngoài.
- Nhờ giúp đỡ với các công việc như nấu ăn và dọn dẹp.

Quý vị có thể nên liên lạc với bạn bè, gia đình hoặc với các lãnh đạo hay nhóm tôn giáo. Dịch vụ tư vấn cũng có thể giúp ích. Một số người cảm thấy hữu ích khi nói chuyện với người khác mà đã trải qua những điều tương tự. Việc đó có thể được thực hiện thông qua một nhóm hỗ trợ. Nói cho nhóm chăm sóc ung thư biết quý vị đang cảm thấy như thế nào. Họ có thể giúp quý vị tìm được nguồn hỗ trợ phù hợp.