



Sau khi chẩn đoán bị ung thư đại trực tràng



Ung thư đại trực tràng khởi phát ở đại tràng hoặc trực tràng, mà là một phần của hệ tiêu hóa. Trong quá trình tiêu hóa, đại tràng hấp thụ nước và biến đổi thức ăn không tiêu hóa được thành chất thải rắn (phân). Từ đó, phân được lưu trữ trong trực tràng cho đến khi được thải ra khỏi cơ thể khi đại tiện. Nếu quý vị được thông báo bị ung thư đại trực tràng thì có thể quý vị đã được nội soi đại tràng, chụp cắt lớp khác và 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 đại trực tràng nào, ung thư đang ở giai đoạn nào và phương pháp điều trị nào có thể hữu ích.

Điều trị ung thư đại trực tràng

Việc điều trị sẽ phụ thuộc vào loại và giai đoạn ung thư đại trực tràng của quý vị. 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 được sử dụng để điều trị hầu hết các trường hợp ung thư đại trực tràng. Phương pháp này bao gồm cắt bỏ khối ung thư cùng với một phần đại tràng hoặc trực tràng bình thường. Phẫu thuật để loại bỏ tất cả hoặc một phần đại tràng được gọi là cắt bỏ đại tràng và phẫu thuật để loại bỏ toàn bộ trực tràng được gọi là cắt bỏ trực tràng.

Một số người được làm phẫu thuật sẽ cần hậu môn nhân tạo (mở thông ruột kết hoặc mở thông hồi tràng) nếu ruột già hoặc ruột non (ruột) của họ không hoạt động tốt sau khi phẫu thuật. Hậu môn nhân tạo là một lỗ mở ở thành bụng để giúp phân thải ra ngoài cơ thể. Một số người cần có hậu môn nhân tạo trong vài tháng (tạm thời), trong khi những người khác sẽ phải dùng hậu môn nhân tạo trong suốt phần đời còn lại (vĩnh viễn).

Phương pháp điều trị khác có thể bao gồm bức xạ và các loại thuốc như hóa trị, liệu pháp thuốc nhắm mục tiêu hoặc liệu pháp miễn dịch. 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.

Hãy nhớ hỏi:

- Mục tiêu của việc điều trị là gì?
- Tôi bị loại bệnh ung thư đại trực tràng nào?
- Ung thư đại trực tràng của tôi đang ở giai đoạn nào, và điều đó có nghĩa là gì? Kết quả xét nghiệm tìm chỉ dấu sinh học ra sao?
- Bác sĩ đã biết thêm điều gì từ kết quả xét nghiệm của tôi? Tôi có cần làm thêm xét nghiệm không?
- Tôi có cần phẫu thuật không? Ung thư có thể được loại bỏ hoàn toàn không?
- Tôi có cần hậu môn nhân tạo không? Tôi sẽ cần để như vậy trong bao lâu? Làm cách nào để tôi chăm sóc cho nó?
- Nếu hậu môn nhân tạo của tôi chỉ là tạm thời thì khi nào nó sẽ được đưa trở lại bình thường (bỏ đi) và ai sẽ làm việc đó?
- Tôi có cần làm xét nghiệm di truyền 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. Hoặc nếu quý vị cần làm phẫu thuật thì quý vị sẽ làm việc với bác sĩ phẫu thuật của mình để biết những gì sẽ xảy ra. Nếu quý vị cần các loại điều trị khác thì bác sĩ hoặc nhóm chăm sóc ung thư của quý vị 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 các kiểm tra 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 đều sẽ gặp phải các tác dụng phụ giống nhau. Ví dụ: tác dụng phụ của phẫu thuật khác với tác dụng phụ của hóa trị, liệu pháp thuốc nhắm mục tiêu, liệu pháp miễn dịch hoặc xạ trị. Và những người được điều trị bằng phương pháp giống nhau có thể có các tác dụng phụ khác nhau.

Hãy nhớ hỏi:

- Các phương pháp điều trị dành cho tôi là gì? Phương pháp nào được cho là tốt nhất cho tôi và tại sao?
- Có thử nghiệm lâm sàng nào cho ung thư của tôi không?
- Tôi có thể gặp phải tác dụng phụ nào và tôi có thể làm gì 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?
- Liệu tôi có thể tiếp tục thực hiện các hoạt động thường ngày của mình, như làm việc và tập thể dục không?
- Liệu việc điều trị có ảnh hưởng đến đời sống tình dục của tôi không? Ảnh hưởng như thế nào và trong bao lâu? Tôi có thể làm gì để khắc phục vấn đề?

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.

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

Quý vị có thể phải đối mặt với những thay đổi của cơ thể sau khi điều trị. Phẫu thuật và các phương pháp điều trị khác có thể làm thay đổi cách thức hoạt động của ruột. Quý vị có thể có gặp khó khăn về tình dục. Hãy 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 đại trực tràng 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 của quý vị về lịch trình khám theo dõi thường xuyên để kiểm tra xem bệnh ung thư đại trực tràng có tái phát hay không.

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 hay không?
- Tôi có cần làm bất kỳ xét nghiệm sàng lọc nào, chẳng hạn như chụp nhũ ảnh, 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?
- Ai có thể giúp tôi chăm sóc hậu môn nhân tạo của tôi?
- Tôi có thể tìm hồ sơ y tế của mình ở đâu?

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 dừng hút thuốc lá có thể giúp làm giảm nguy cơ bị ung thư khác. 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 giảm nguy cơ mắc ung thư đại trực tràng mới hoặc các bệnh ung thư khác.

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.



Để biết thêm thông tin và sự hỗ trợ, hãy truy cập trang web của Hiệp hội Ung thư Hoa Kỳ (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.

Đối phó với cảm xúc

Việc bị ung thư đại trực tràng 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 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 hoặc dọn dẹp.