



Ung Thư Là Gì?

Hướng dẫn dành cho bệnh nhân và gia đình

What is cancer? A guide for patients and families

Ung thư là gì?

Bệnh ung thư có thể xuất hiện ở bất kỳ phần nào trên cơ thể. Nó bắt đầu khi các tế bào phát triển vượt mức kiểm soát và chèn lấn các tế bào bình thường. Điều này làm cho cơ thể khó hoạt động như bình thường.

Ung thư có thể được điều trị rất tốt ở nhiều người. Thực tế, hiện tại số người trở lại có cuộc sống bình thường sau khi được điều trị ung thư là nhiều hơn bao giờ hết.

Dưới đây chúng tôi sẽ giải thích ung thư là gì và được điều trị như thế nào.

Quý vị sẽ tìm thấy một danh sách liệt kê và định nghĩa các thuật ngữ về bệnh ung thư ở cuối cuốn sổ tay này.

Thông tin cơ bản về bệnh ung thư

Ung thư không chỉ là một bệnh.

Có nhiều loại ung thư, chứ đó không chỉ là một bệnh đơn thuần. Ung thư có thể bắt đầu ở phổi, vú, đại tràng, hoặc thậm chí trong máu. Các loại ung thư đều giống nhau ở một số phương diện, nhưng khác nhau ở cách phát triển và lan rộng.

Các loại ung thư giống nhau như thế nào?

Các tế bào trong cơ thể chúng ta đều phải làm những công việc nhất định. Những tế bào bình thường phân chia một cách có trật tự. Chúng chết đi khi bị yếu hoặc bị tổn thương, và các tế bào mới thế chỗ của chúng. Ung thư xảy ra khi các tế bào bắt đầu phát triển vượt mức kiểm soát. Các tế bào ung thư tiếp tục phát triển và tạo ra các tế bào mới. Chúng chèn lấn các tế bào bình thường. Điều này gây ra các vấn đề ở phần cơ thể nơi mà ung thư xuất hiện.

Tế bào ung thư cũng có thể lan rộng sang các phần khác của cơ thể. Ví dụ, các tế bào ung thư trong phổi có thể di chuyển đến xương và phát triển ở đó. Khi các tế bào ung thư lan rộng, hiện tượng này được gọi là di căn. Khi ung thư phổi lan đến xương, nó vẫn

được gọi là ung thư phổi. Đối với bác sĩ, các tế bào ung thư trong xương nhìn vẫn giống như các tế bào ung thư trong phổi. Ung thư không được gọi là ung thư xương trừ khi nó bắt đầu từ trong xương.

Các loại ung thư khác nhau như thế nào?

Một số loại ung thư phát triển và lan truyền nhanh. Một số loại khác phát triển chậm hơn. Các bệnh ung thư khác nhau cũng đáp ứng với việc điều trị theo những cách khác nhau. Một số loại được điều trị tốt nhất bằng phẫu thuật; những loại khác đáp ứng tốt hơn khi dùng loại thuốc được gọi là hóa trị. Người ta thường sử dụng 2 hay nhiều biện pháp điều trị để có được kết quả tốt nhất.

Khi một người nào đó bị ung thư, bác sĩ sẽ cần tìm hiểu xem đó là loại ung thư nào. Những người bị ung thư cần được điều trị bằng phương pháp có hiệu quả cho loại ung thư của họ.

Khối u là gì?

Hầu hết các bệnh ung thư hình thành một cục u được gọi là khối u hoặc bướu. Nhưng không phải tất cả các cục u đều là ung thư. Bác sĩ sẽ lấy ra một phần của khối u và kiểm tra nó để tìm hiểu xem có phải là ung thư không. Những cục u mà không phải là ung thư được gọi là lành tính. Những cục u mà là ung thư được gọi là ác tính.

Có một số loại ung thư, như bệnh bạch cầu (ung thư máu), không hình thành các khối u. Ung thư này phát triển trong các tế bào máu hay tế bào khác của cơ thể.

“Khi bạn nhận được tin mình bị ung thư, có một nỗi sợ hãi dâng lên trong bạn. Lúc ban đầu, thật khó khăn để nghĩ về bất kỳ điều gì khác ngoài chẩn đoán bệnh của mình. Đó là điều đầu tiên bạn nghĩ đến mỗi sáng thức giấc. Tôi muốn những người bị ung thư biết rằng tình cảnh này sẽ khá hơn. Việc nói chuyện về bệnh ung thư sẽ giúp bạn đối phó với những tất cả những cảm xúc mới của mình. Hãy nhớ, việc bạn thấy buồn bã là điều bình thường.”

– Delores, người đã khỏi bệnh ung thư

Ung thư của quý vị ở giai đoạn nào?

Bác sĩ cũng cần tìm hiểu xem bệnh ung thư của quý vị đã lan rộng chưa, và nếu có thì lan xa đến đâu. Điều này được gọi là giai đoạn ung thư. Quý vị có thể nghe thấy người khác nói rằng họ bị ung thư giai đoạn 1 hoặc giai đoạn 2. Việc nắm bắt được giai đoạn của bệnh ung thư giúp bác sĩ quyết định phương pháp điều trị tốt nhất.

Đối với mỗi loại ung thư có những xét nghiệm có thể được thực hiện để tìm ra giai đoạn của ung thư. Nói chung thì các giai đoạn thấp hơn (chẳng hạn như giai đoạn 1 hoặc 2) có nghĩa là ung thư chưa lan rộng. Các giai đoạn cao hơn (chẳng hạn như giai đoạn 3 hoặc 4) có nghĩa là ung thư đã lan rộng hơn. Giai đoạn 4 là giai đoạn cao nhất.

Hãy yêu cầu bác sĩ giải thích cho quý vị về giai đoạn ung thư của mình và điều đó có nghĩa là gì.

Bệnh ung thư được điều trị như thế nào?

Các phương pháp điều trị phổ biến nhất đối với ung thư là phẫu thuật, hóa trị và xạ trị.

Phẫu thuật có thể được thực hiện để cắt bỏ ung thư. Bác sĩ cũng có thể cắt đi một số hoặc toàn bộ phần cơ thể bị ảnh hưởng bởi bệnh ung thư. Đối với ung thư vú, một phần (hoặc toàn bộ) vú có thể bị cắt bỏ. Đối với ung thư tuyến tiền liệt, tuyến tiền liệt có thể bị cắt bỏ. Phẫu thuật không được sử dụng cho tất cả các loại ung thư. Ví dụ, các loại ung thư máu như bệnh bạch cầu được điều trị tốt nhất bằng thuốc.

Hóa trị (viết tắt của hóa chất trị liệu) là việc sử dụng các loại thuốc để tiêu diệt tế bào ung thư hoặc làm chậm sự phát triển của chúng. Một số hóa chất có thể được đưa vào cơ thể bằng phương pháp IV (truyền vào tĩnh mạch qua một cây kim), và những hóa chất khác là dưới dạng viên thuốc uống. Do thuốc hóa trị đi đến gần như tất cả các bộ phận của cơ thể, cách điều trị này có ích đối với bệnh ung thư đã lan rộng.

Xạ trị cũng được sử dụng để tiêu diệt hoặc làm chậm sự phát triển của tế bào ung thư. Phương pháp này có thể được sử dụng một mình hoặc cùng với phẫu thuật hay hóa trị. Liệu pháp xạ trị được thực hiện giống như là chụp X-quang. Hay đôi khi bác sĩ đặt một "hạt giống" ở nơi bị ung thư để phát ra bức xạ.

"Điều giúp ích cho tôi là dành thời gian để nhìn lại và nắm bắt bức tranh toàn cảnh. Việc tìm giải đáp cho những câu hỏi của mình đã giúp tôi đưa ra quyết định đúng đắn. Tôi đã làm những gì tôi muốn và cần phải làm. Tôi chỉ làm những gì giúp tôi cảm thấy thoải mái, chứ không phải những gì người khác bảo tôi cần phải làm để được thoải mái."

– Kevin, người đã khỏi bệnh ung thư

Phương pháp điều trị nào là tốt nhất cho tôi?

Cách điều trị ung thư cho quý vị tùy thuộc vào phương pháp nào là tốt nhất cho quý vị. Một số loại ung thư đáp ứng tốt hơn với phẫu thuật; những loại khác đáp ứng tốt hơn với hóa trị hay xạ trị. Bước đầu tiên để biết được phương pháp điều trị nào là tốt nhất cho quý vị là xác định xem quý vị bị loại ung thư gì.

Bác sĩ cũng sẽ xét đến giai đoạn ung thư của quý vị để quyết định phương pháp điều trị tốt nhất. Ung thư giai đoạn 3 hoặc 4 có khả năng đáp ứng tốt hơn với các phương pháp trị liệu toàn thân, như hóa trị.

Sức khỏe và những ý muốn của quý vị trong việc điều trị cũng là một phần trong việc quyết định phương pháp điều trị ung thư. Không phải tất cả các phương pháp điều trị đều có tác dụng cho loại ung thư của quý vị, vì vậy hãy hỏi về các lựa chọn phù hợp cho quý vị. Và phương pháp điều trị nào cũng đều có phản ứng phụ, vì vậy hãy hỏi về những gì có thể xảy ra với mỗi phương pháp.

Đừng ngại đặt câu hỏi. Quý vị có quyền được biết là các phương pháp điều trị nào có khả năng chữa trị ung thư tốt nhất cũng như các phản ứng phụ có thể gặp phải.

Tại sao điều này xảy đến với tôi?

Những người bị bệnh ung thư thường hỏi, "Tôi đã làm gì sai?" hay "Tại sao lại là tôi?" Các bác sĩ cũng không biết chắc nguyên nhân gây ra ung thư là gì. Khi bác sĩ không thể cho biết một nguyên nhân, mọi người có thể có những ý tưởng riêng của họ về lý do tại sao điều đó xảy ra.

Một số người nghĩ rằng họ đang bị trừng phạt vì một điều gì đó mà họ đã làm hoặc không làm trong quá khứ. Hầu hết mọi người tự hỏi rằng họ đã làm điều gì mà gây ra bệnh ung thư.

Nếu quý vị đang có những cảm xúc này, quý vị không đơn độc. Rất nhiều người bị ung thư cũng có những suy nghĩ và niềm tin như vậy. Quý vị cần phải biết rằng ung thư không phải là một sự trừng phạt cho những hành động trong quá khứ của quý vị. Hãy cố gắng không tự trách mình hay tập trung tìm kiếm những cách mà đáng lẽ quý vị đã ngăn chặn được ung thư. Ung thư không phải là lỗi của quý vị, và hầu như không bao giờ có cách để tìm ra nguyên nhân gây ra bệnh. Thay vào đó, hãy tập trung vào việc chăm sóc tốt cho mình bây giờ.

Hiệp Hội Ung Thư Mỹ (American Cancer Society) có thể cho quý vị biết thêm về bệnh ung thư và việc điều trị ung thư. Hãy gọi số 1-800-227-2345 bất kỳ lúc nào, ngày hay đêm.

Làm thế nào để nói chuyện với người thân của quý vị về ung thư

Nói chuyện về bệnh ung thư có thể rất khó khăn, dù là với những người thân của quý vị. Biết mình bị ung thư có thể dấy lên nhiều cảm xúc, như buồn phiền, giận dữ và sợ hãi. Đôi khi chỉ việc hiểu rõ bản thân mình đang cảm thấy như thế nào cũng rất khó, huống chi việc chia sẻ những cảm xúc của quý vị với người khác.

Người thân của quý vị có thể cũng gặp khó khăn khi nói về bệnh ung thư. Thật không dễ dàng gì để họ biết cách lựa lời nói sao cho quý vị cảm thấy nhẹ nhàng hơn hoặc để giúp quý vị.

Dưới đây là vài lời khuyên để giúp quý vị và người thân đương đầu với bệnh ung thư:

- Nên nói với gia đình và bạn bè của quý vị về bệnh ung thư của mình ngay khi quý vị cảm thấy sẵn sàng tinh thần để chia sẻ tin tức này. Sớm hay muộn, tất cả họ sẽ biết về bệnh ung thư của quý vị. Họ có thể cảm thấy bị tổn thương hay không được tin tưởng nếu họ nghe tin đó từ người khác.
- Khi nói chuyện với họ, giải thích về loại bệnh ung thư của quý vị và cách điều trị bệnh. Nhớ cho họ biết rằng không ai có thể bị lây bệnh từ quý vị.
- Hãy để cho bạn bè và gia đình giúp đỡ quý vị, và cho họ biết quý vị cần giúp đỡ những gì. Nếu quý vị cần được đưa đến văn phòng bác sĩ hay bệnh viện, nói cho họ biết. Nếu quý vị cần giúp đỡ việc nhà, cũng nên nói cho họ biết. Có thể có những lúc

quý vị không chắc mình cần gì. Điều đó không sao cả. Cứ bảo cho họ biết rằng quý vị không chắc, nhưng sẽ cho họ biết khi quý vị có việc cần.

- Hãy chia sẻ những cảm xúc của quý vị với những người gần gũi nhất. Điều này có thể không hề dễ dàng, nhưng có thể là một cách rất quan trọng để được hỗ trợ khi quý vị cần nhất. Nếu quý vị gặp khó khăn khi nói về cảm xúc của mình, quý vị có thể tìm một nhóm hỗ trợ hoặc một nhà tư vấn sức khỏe tâm thần để giúp quý vị.
- Nếu một người bạn hoặc người thân trong gia đình hay bảo "vui lên" khi quý vị đang cảm thấy buồn phiền hay ốm yếu, quý vị có thể yêu cầu họ chỉ lắng nghe thay vì khuyên bảo quý vị phải làm gì. Đôi khi quý vị chỉ cần chia sẻ về những gì đang xảy ra mà không cần nhận lại lời khuyên.
- Nếu có ai đó không muốn nói chuyện về các cảm xúc của quý vị, đừng cảm thấy buồn phiền. Thử nói chuyện với người khác biết lắng nghe quý vị nói.
- Có thể quý vị sẽ không làm được một số hoạt động quý vị vẫn làm trước khi bị ung thư. Nếu vậy, hãy cho gia đình và bạn bè biết.
- Điều tốt nhất là gia đình và bạn bè của quý vị vẫn tiếp tục hoạt động như trước khi quý vị bị ung thư. Họ không nên cảm thấy có lỗi khi làm việc đó.
- Nếu quý vị đang cảm thấy buồn hay chán nản, hãy nói chuyện với bác sĩ, y tá, hoặc người lãnh đạo tôn giáo. Quý vị cũng có thể gọi cho Hiệp Hội Ung Thư Hoa Kỳ theo số 1-800-227-2345.

"Lần đầu tiên bạn nói ra câu, 'tôi bị ung thư' là lần khó khăn nhất. Bạn càng nói câu đó nhiều lần thì sẽ càng cảm thấy dễ dàng nói ra hơn. Tôi càng nói chuyện nhiều về bệnh ung thư vú của tôi, tôi càng cảm thấy dễ dàng chấp nhận những gì tôi đã trải qua hơn. Thật ngược đời khi đôi khi tôi chia sẻ về ung thư của tôi với một người nào đó rồi chính tôi phải động viên cho họ thay vì ngược lại."

– Helen, người đã khỏi bệnh ung thư

Những thuật ngữ về ung thư mà quý vị có thể nghe thấy

Dưới đây là những thuật ngữ mà quý vị có thể nghe nhóm chăm sóc sức khỏe cho quý vị nhắc đến.

Lành tính (benign): một khối u nhưng không phải ung thư

Sinh thiết (biopsy): lấy một phần mô để xem có các tế bào ung thư bên trong không

Ung thư (cancer): một từ được sử dụng để mô tả hơn 100 bệnh trạng trong đó các tế bào phát triển ngoài mức kiểm soát; hoặc một khối u bị ung thư

Hóa trị (chemotherapy): việc sử dụng các loại thuốc để điều trị bệnh. Từ này thường được sử dụng để chỉ các loại thuốc dùng để điều trị ung thư. Đôi khi nó được gọi tắt là “chemo.”

Ác tính (malignant): bị ung thư

Di căn (metastasis/metastasized): sự lan rộng của các tế bào ung thư đến các vùng xa của cơ thể thông qua hệ thống bạch huyết hoặc máu

Bác sĩ ung bướu (oncologist): bác sĩ chuyên điều trị những người bị ung thư

Xạ trị (radiation therapy): việc sử dụng các tia có năng lượng cao, như tia X-quang, để điều trị ung thư

Thuyên giảm (remission): khi các dấu hiệu hoặc triệu chứng của bệnh ung thư biến mất hoàn toàn hay một phần

Giai đoạn (stage): một từ để chỉ việc bệnh ung thư đã lan rộng chưa, và nếu có thì lan đến đâu

Làm cách nào để tôi biết thêm về bệnh ung thư của mình?

Nếu quý vị có câu hỏi về bệnh ung thư hoặc cần giúp đỡ để tìm nguồn trợ giúp trong khu vực của quý vị, vui lòng gọi Hiệp Hội Ung Thư Hoa Kỳ (American Cancer Society) theo số 1-800-227-2345 bất cứ lúc nào, ngày hay đêm. Quý vị cũng có thể vào trang web của chúng tôi, www.cancer.org, để biết thêm thông tin.

Language: Vietnamese

Last Medical Review: 12/8/2015

Last Revised: 12/8/2015

2015 Copyright American Cancer Society

For additional assistance please contact your American Cancer Society
1-800-227-2345 or www.cancer.org