



Sau khi chẩn đoán bị ung thư tuyến tiền liệt



Ung thư tuyến tiền liệt là một loại ung thư khởi phát ở tuyến tiền liệt. Tuyến tiền liệt là một tuyến chỉ có ở nam giới. Tuyến này tạo ra một số chất lỏng là một phần của tinh dịch. Tuyến tiền liệt nằm bên dưới bàng quang (cơ quan rỗng nơi chứa nước tiểu) và phía trước trực tràng (phần cuối cùng của ruột). Nếu quý vị được thông báo bị ung thư tuyến tiền liệt thì có thể quý vị đã làm xét nghiệm máu tìm kháng nguyên đặc hiệu tuyến tiền liệt (PSA) và 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 tuyến tiền liệt nào, ung thư đang ở mức độ và giai đoạn nào và phương pháp điều trị nào có thể hữu ích.

Điều trị ung thư tuyến tiền liệt

Không phải lúc nào ung thư tuyến tiền liệt cũng cần được điều trị ngay lập tức. Nếu ung thư được tìm thấy sớm và là một loại phát triển chậm thì bác sĩ có thể đề nghị theo dõi, thận trọng chờ đợi hoặc giám sát tích cực. Điều này có nghĩa là quý vị sẽ được kiểm tra thường xuyên để xem ung thư có phát triển hoặc gây ra vấn đề hay không. Chưa thực hiện phương pháp điều trị ung thư nào trong thời gian này.

Nếu cần thì có nhiều cách để điều trị ung thư tuyến tiền liệt, bao gồm phẫu thuật, xạ trị và các loại thuốc như hóa trị, liệu pháp nội tiết tố, liệu pháp thuốc nhắm mục tiêu hoặc liệu pháp miễn dịch. Phương pháp điều trị phụ thuộc vào loại, giai đoạn và mức độ ung thư tuyến tiền liệt của quý vị, kết quả của các xét nghiệm đối với tế bào ung thư, sức khỏe cũng như mong muốn cá nhân của quý vị. Trong nhiều trường hợp sẽ cần nhiều hơn một hình thức điều trị.

Một số phương pháp điều trị có thể khiến quý vị bị liệt dương (không thể cương cứng) và có thể ảnh hưởng đến khả năng kiểm soát bàng quang. 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 có thai), nhưng có các cách để bảo vệ điều này. Điều quan trọng là phải trao đổi sớm với bác sĩ trước khi bắt đầu điều trị. Họ có thể giúp quý vị hiểu được điều gì sẽ xảy ra.

Hãy nhớ hỏi:

- Mục tiêu của việc điều trị là gì?
- Tôi bị loại bệnh ung thư tuyến tiền liệt nào?
- Ung thư tuyến tiền liệt của tôi đang ở mức độ và 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 được điều trị ngay lập tức không?
- Nếu chúng ta quyết định chờ đợi thì điều gì sẽ xảy ra tiếp theo?
- Tôi có cần phẫu thuật không?
- Tôi có cần làm xét nghiệm di truyền không?

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

Nếu việc điều trị là cần thiết thì 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 sẽ được phẫu thuật điều trị ung thư tuyến tiền liệt (phẫu thuật cắt bỏ tuyến tiền liệt) thì quý vị sẽ làm việc với bác sĩ phẫu thuật để biết về những gì sẽ xảy ra trước, trong và sau khi phẫu thuật. Nếu quý vị cần các loại điều trị khác thì 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 xét nghiệm máu, chụp chiếu hoặc các xét nghiệm 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 tuyến tiền liệt 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 nội tiết tố, 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 loại 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?
- Tôi có cần phải thực hiện một số biện pháp phòng ngừa nhất định để không làm cho ai mang thai trong quá trình điều trị 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 hay không hoặc để kiểm tra xem tình trạng ung thư mới đã bắt đầu ở một bộ phận khác của cơ thể quý vị hay chưa.

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.

Quý vị có thể phải đối mặt với những thay đổi của cơ thể sau khi điều trị. Ví dụ: quý vị có thể gặp phải các vấn đề về ruột, bàng quang hoặc tình dục. Quý vị cũng có thể bị sẹo do phẫu thuật hoặc thay đổi ở da do bức xạ hoặc hóa trị. 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.

Nếu việc điều trị khiến quý vị bị liệt dương thì hãy trao đổi với nhóm chăm sóc ung thư về các loại thuốc có thể hữu ích, việc tư vấn tình dục và nhận trợ giúp về kế hoạch hóa gia đình.

Những người đã từng bị ung thư tuyến tiền liệt 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 tuyến tiền liệt 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 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 cần phải thực hiện một số biện pháp phòng ngừa để không làm cho ai mang thai sau khi điều trị không?
- Tôi có thể tìm hồ sơ y tế của mình ở đâu sau khi điều trị?

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 thuốc lá có thể giúp những người bị ung thư tuyến tiền liệt sống lâu hơn và giảm nguy cơ tái phát. Có được và duy trì cân nặng hợp lý, ăn uống lành mạnh, uống đủ chất lỏng và tránh rượu bia có thể giúp quý vị luôn khỏe mạnh và giảm nguy cơ mắc ung thư tuyến tiền liệt mới hoặc các bệnh ung thư khác.

Đối phó với cảm xúc

Việc bị ung thư tuyến tiền liệt có thể khiến quý vị cảm thấy sợ hãi, buồn bã hoặc lo lắng. Việc xuất hiện những cảm xúc này là điều bình thường, và có những cách 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 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.



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.