

# Ung thư nội mạc tử cung

Hướng dẫn chăm sóc bệnh ung thư tốt nhất của quý vị



## Về hướng dẫn này

Quý vị có thể cảm thấy bị choáng ngợp khi được nói rằng mình bị ung thư nội mạc tử cung (một bệnh ung thư của tử cung) hoặc có thể bị ung thư nội mạc tử cung. Nhiều thứ có thể xảy ra một cách nhanh chóng, và quý vị có thể có nhiều câu hỏi. Tài liệu này có thể giúp hướng dẫn cho quý vị, gia đình và bạn bè của quý vị qua trải nghiệm này.

## Thông tin và hỗ trợ

**Hội đồng Ung thư:** Để biết thêm thông tin và hỗ trợ, hãy gọi Hội đồng Ung thư ở số **13 11 20** để nói chuyện với một chuyên viên chăm sóc sức khỏe có kinh nghiệm hoặc thăm trang mạng [www.cancer.org.au](http://www.cancer.org.au).

Để biết thêm thông tin về ung thư nội mạc tử cung, hãy tìm quyển sách thông tin của Hội đồng Ung thư 'Hiểu về Ung thư Nội mạc tử cung' trên trang mạng của Hội đồng Ung thư địa phương của quý vị.

**Counterpart:** Để hỗ trợ cho bệnh nhân từ một phụ nữ với kinh nghiệm sống về ung thư, hãy gọi Counterpart ở số **1300 781 500** hoặc thăm trang mạng [www.counterpart.org.au](http://www.counterpart.org.au).

**Dịch vụ Biên dịch và Phiên dịch (TIS):** Nếu quý vị cần một thông dịch viên, hãy gọi TIS ở số **13 14 50** hoặc thăm trang [www.tisnational.gov.au](http://www.tisnational.gov.au).

## Initial tests and referral

### Các triệu chứng

Bác sĩ đa khoa/bác sĩ gia đình (GP) của quý vị sẽ thăm khám để xem họ có tìm ra điều gì làm cho quý vị không khỏe hay không. Họ sẽ hỏi quý vị về bất kỳ những triệu chứng nào mà quý vị đang có. Ví dụ, quý vị có thể bị chảy máu bất ngờ từ âm đạo (sau mãn kinh hoặc ở giữa các kỳ kinh nguyệt) hoặc đau hoặc khó chịu ở bụng dưới (vùng chậu).

## Những xét nghiệm ban đầu mà quý vị có thể làm

**Kiểm tra vùng chậu (kể cả việc xét nghiệm sàng lọc cổ tử cung)** GP của quý vị sẽ soi âm đạo, vùng chậu và bụng của quý vị để kiểm tra xem có bướu hoặc khối u không.

**Siêu âm vùng chậu qua âm đạo.** Chuyên viên siêu âm phụ khoa (nhân viên chăm sóc sức khỏe có kinh nghiệm trong loại siêu âm này) chèn một dụng cụ siêu âm nhỏ vào âm đạo của quý vị. Sóng âm được dùng để tạo ra hình ảnh tử cung của quý vị.

## Thư giới thiệu

Nếu GP của quý vị có lo ngại, quý vị sẽ được giới thiệu đến bác sĩ chuyên khoa (bác sĩ chuyên phụ khoa hoặc bác sĩ chuyên ung thư phụ khoa) tại một bệnh viện công hoặc ở phòng khám tư nhân để làm thêm các xét nghiệm.

Bác sĩ chuyên phụ khoa là bác sĩ được đào tạo chuyên sâu về một lĩnh vực cụ thể của sức khỏe phụ nữ và bác sĩ chuyên ung thư phụ khoa là bác sĩ được đào tạo chuyên sâu trong điều trị ung thư nội mạc tử cung.



**Quý vị có thể đưa một người thân hoặc một người bạn đi cùng quý vị đến các buổi hẹn.**



### Các khung thời gian

Quý vị nên được giới thiệu đến một bác sĩ chuyên khoa **trong vòng 4 tuần của** cuộc hẹn đầu tiên với GP.

Nếu quý vị không thể nhận cuộc hẹn trong vòng thời gian này, hãy theo dõi tiếp với bác sĩ gia đình của quý vị.



### Các câu hỏi mà quý vị có thể muốn hỏi

- Tôi có thể lựa chọn vào bệnh viện công hay phòng khám tư được không?
- Tôi có thể lựa chọn bác sĩ chuyên khoa mà tôi gặp được không?
- Tôi sẽ tốn bao nhiêu tiền cho những cuộc hẹn?

## Chẩn đoán và xác định giai đoạn

Bác sĩ chuyên khoa sẽ làm nhiều xét nghiệm để xem quý vị có bị ung thư nội mạc tử cung hay không. Quy trình để tìm ra liệu quý vị có vấn đề về y tế hay không gọi là thực hiện một **chẩn đoán**.

Quý vị có thể có một hoặc kết hợp các xét nghiệm:

**Siêu âm vùng chậu qua âm đạo.** Nếu quý vị chưa làm.

**Xét nghiệm máu.** Một mẫu máu của quý vị được thu thập để đánh giá sức khỏe toàn diện của quý vị.

**Sinh thiết.** Một mẫu nhỏ nội mạc tử cung (lớp màng tử cung) của quý vị được lấy để kiểm tra dưới kính hiển vi. Thủ thuật này có thể được thực hiện ở một phòng khám. Việc này thường được làm với chút xíu không thoải mái, mặc dù thỉnh thoảng bác sĩ có thể tiêm thuốc gây tê cục bộ vào cổ tử cung nên quý vị không cảm thấy khó chịu.

**Chụp cắt lớp vi tính (CT scan).** Máy tính và tia quang tuyến được dùng để tạo ra một hình ảnh chi tiết của vùng ngực, bụng và chậu.

**Chụp hình cộng hưởng từ (MRI).** Việc chụp cắt lớp (scan) là khi một từ trường và những sóng phát tuyến mạnh được sử dụng để chụp một bức ảnh chi tiết của cơ thể.

Những xét nghiệm này có thể đưa cho bác sĩ chuyên khoa thêm các thông tin về bệnh ung thư chẳng hạn như chính xác là nó ở đâu trong cơ thể, liệu nó có đang phát triển hay không hoặc liệu nó đã di căn chưa và nó ở giai đoạn này. Việc này gọi là **xác định giai đoạn**. **Việc xác định giai đoạn** giúp đưa ra cách điều trị tốt nhất cho quý vị.



### Các khung thời gian

Kết quả nên có sẵn **trong vòng hai tuần** từ khi quý vị làm các xét nghiệm.



### Các câu hỏi mà quý vị có thể muốn hỏi

- Ung thư nội mạc tử cung là gì?
- Tôi sẽ có những xét nghiệm nào?
- Những xét nghiệm/cuộc hẹn sẽ tốn bao nhiêu?
- Tôi nên được điều trị ở đâu? Tôi có được lựa chọn không?
- Bệnh ung thư của tôi ở giai đoạn nào?
- Những dịch vụ hỗ trợ nào có sẵn cho tôi?

## Điều trị

Có nhiều cách để điều trị ung thư nội mạc tử cung. Bác sĩ chuyên khoa sẽ nói chuyện với quý vị về những lựa chọn điều trị cho quý vị.

Quý vị sẽ được một nhóm các chuyên gia điều trị, và có thể quý vị sẽ cần nhiều hơn một loại điều trị để có kết quả tốt nhất. Nhóm điều trị sẽ làm việc cùng với quý vị và gia đình hoặc người chăm sóc của quý vị để lập kế hoạch cho việc điều trị của quý vị.

Quý vị thể có một hoặc kết hợp nhiều cách điều trị:

**Phẫu thuật** là khi ung thư bị cắt bỏ. Đây là cách điều trị phổ biến nhất của bệnh ung thư nội mạc tử cung.

**Liệu pháp Xạ trị** sử dụng quang tuyến để tiêu diệt tế bào ung thư và ngăn chặn sự phát triển của ung thư. Liệu pháp này có thể được dùng một mình hoặc phổ biến hơn là sau phẫu thuật, và thỉnh thoảng với hóa trị.

**Hóa trị hoặc trị liệu dùng thuốc** dùng thuốc để tiêu diệt các tế bào ung thư và ngăn chặn ung thư phát triển. Liệu pháp này có thể được dùng một mình hoặc phổ biến hơn là sau phẫu thuật, và thỉnh thoảng với xạ trị.

**Liệu pháp hóc-môn** ngăn cơ thể quý vị tạo ra những hóc-môn cụ thể hoặc ngăn chặn cách mà các hóc-môn làm việc trong cơ thể của quý vị. Liệu pháp này giúp làm giảm kích cỡ ung thư và làm chậm sự di căn của nó. Nó có thể được sử dụng nếu quý vị còn trẻ và quý vị muốn có con trong tương lai. Nó cũng có thể giúp cho các triệu chứng của quý vị đỡ hơn.

Để biết thêm thông tin, hãy thăm trang mạng [www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment](http://www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment).

Chăm sóc hỗ trợ (việc điều trị hoặc các dịch vụ hỗ trợ quý vị qua trải nghiệm ung thư) cũng có sẵn.



### Các khung thời gian

Việc điều trị nên bắt đầu **trong vòng bốn tuần** (phẫu thuật) hoặc **sáu tuần** (các điều trị khác) từ khi đồng ý với kế hoạch điều trị của quý vị.



**Quý vị có thể hỏi bác sĩ gia đình của mình để giới thiệu một bác sĩ chuyên khoa khác để xin ý kiến thứ hai.**

## Nguy cơ phù nề bạch huyết

Một số phương pháp điều trị ung thư, phổ biến là việc phẫu thuật, có liên quan đến các hạch bạch huyết như vùng chậu, có thể làm tăng rủi ro bị phù hạch bạch huyết (sưng một vùng cơ thể) của quý vị. Bác sĩ chuyên khoa của quý vị nên bàn bạc về rủi ro này với quý vị và sắp xếp để kiểm soát nó một cách phù hợp.

## Các thử nghiệm lâm sàng

Quý vị có thể được mời để tham gia một thử nghiệm lâm sàng. Các thử nghiệm lâm sàng được dùng để kiểm tra xem liệu những cách điều trị mới có an toàn và làm việc tốt hơn những cách điều trị hiện tại hay không. Nhiều người bị ung thư hiện nay đang sống lâu hơn với chất lượng cuộc sống tốt hơn do những thử nghiệm lâm sàng.

Để biết thêm thông tin, hãy thăm trang mạng [www.australiancancertrials.gov.au](http://www.australiancancertrials.gov.au).

## Các trị liệu bổ sung

Hãy nói chuyện với nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị về bất kỳ những trị liệu bổ sung nào (bao gồm thực phẩm bổ sung như vitamin) mà quý vị dùng hoặc muốn dùng. Một số thứ phổ biến như vitamin có thể không phù hợp với việc điều trị của quý vị.



### Các câu hỏi mà quý vị có thể muốn hỏi

- Bác sĩ đề nghị việc điều trị nào?
- Tôi sẽ phải đi đâu để được điều trị?
- Sẽ có những chi phí điều trị nào và tôi sẽ tự trả bao nhiêu của chi phí đó?
- Những hoạt động/thể dục nào sẽ giúp tôi trong khi và sau khi điều trị?
- Tôi vẫn có thể làm việc được chứ?
- Việc điều trị sẽ ảnh hưởng đến cuộc sống thường-ngày của tôi như thế nào?
- Những người trong nhóm của tôi là ai và ai là người liên lạc chính của tôi?
- Những phản ứng phụ nào mà tôi có thể có từ việc điều trị?
- Tôi sẽ liên lạc với ai nếu tôi cảm thấy không khỏe hoặc có bất kỳ câu hỏi nào?
- Liệu việc điều trị có ảnh hưởng khả năng có con của tôi không?



## Các quyết định về chi phí

Quý vị có thể phải trả cho một số cuộc hẹn, xét nghiệm, thuốc men, chỗ ăn ở, đi lại hoặc đậu xe.

Hãy nói chuyện với bác sĩ gia đình, bác sĩ chuyên khoa hoặc công ty bảo hiểm tư (nếu có) của quý vị để hiểu những gì được chi trả và những chi phí mà quý vị có thể phải tự trả là gì.

Nếu quý vị có quan ngại về những chi phí, hãy nói chuyện với nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị hoặc nhân viên xã hội về:

- việc được chính phủ trả tiền hoặc được điều trị trong hệ thống công cộng
- việc giúp đỡ về chỗ ăn ở trong khi điều trị
- tác động tài chính có thể có từ việc điều trị của quý vị

Quý vị có thể gọi Hội đồng Ung thư ở số **13 11 20** để nói chuyện với một chuyên viên chăm sóc sức khỏe về hỗ trợ tài chính.

Để biết thêm thông tin về các chi phí, hãy thăm trang [www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance](http://www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance) và [www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance/what-will-i-have-to-pay-for-treatment](http://www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance/what-will-i-have-to-pay-for-treatment).

## Hồi phục

Việc điều trị ung thư có thể gây ra những thay đổi về mặt thể chất và cảm xúc.

Việc điều trị ung thư nội mạc tử cung có thể thỉnh thoảng dẫn đến sự thay đổi về hóc-môn và trong một số trường hợp là mãn kinh sớm. Điều này có thể dẫn đến những tác dụng phụ, chẳng hạn như đổ mồ hôi về đêm, nóng mặt và giảm ham muốn tình dục. May mắn là có nhiều cách để làm giảm hoặc kiểm soát những tác dụng phụ của việc điều trị.

## Kế hoạch chăm sóc theo dõi

Nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị sẽ làm việc với quý vị để làm một kế hoạch cho quý vị và bác sĩ gia đình của quý vị. Kế hoạch này sẽ giải thích:

- ai là người liên lạc chính của quý vị sau điều trị
- quý vị nên có thăm khám thường xuyên như thế nào và những xét nghiệm nào mà việc này sẽ bao gồm
- hiểu biết và đối phó với những tác dụng phụ của việc điều trị
- làm thế nào để nhận được sự giúp đỡ một cách nhanh chóng nếu quý vị nghĩ bệnh ung thư đã tái phát hay tệ hơn.

Nhiều người lo lắng rằng ung thư sẽ tái phát. Bác sĩ chuyên khoa và nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị sẽ nói chuyện với quý vị về những nhu cầu của quý vị và giới thiệu quý vị đến những chuyên gia chăm sóc sức khỏe và các dịch vụ hỗ trợ cộng đồng khác.

Những thông tin khác mà quý vị có thể có:

- các dấu hiệu và triệu chứng cần trông chừng nếu ung thư tái phát
- những ảnh hưởng về sau của việc điều trị và những chuyên gia mà quý vị cần gặp
- làm thế nào để có những lựa chọn lối sống lành mạnh để đem lại cho quý vị cơ hội hồi phục tốt nhất và duy trì sức khỏe.

Để biết thêm thông tin, hãy thăm trang

[www.cancer.org.au/cancer-information/after-a-diagnosis/after-cancer-treatment](http://www.cancer.org.au/cancer-information/after-a-diagnosis/after-cancer-treatment).



### Các câu hỏi mà quý vị có thể muốn hỏi

- Tôi nên liên lạc ai nếu tôi cảm thấy không khỏe?
- Tôi có thể làm gì để càng khỏe mạnh tối đa?
- Tôi có thể xin giúp đỡ thêm ở đâu?

## Sống với bệnh ung thư di căn

### Nếu ung thư tái phát

Đôi khi bệnh ung thư có thể tái phát sau khi điều trị. Nó có thể trở lại cùng một vị trí hoặc có thể xuất hiện ở nơi nào khác trong cơ thể của quý vị.

Nếu bệnh ung thư tái phát, có thể quý vị sẽ được giới thiệu đến bác sĩ chuyên khoa hoặc bệnh viện mà quý vị đã được điều trị đầu tiên, hoặc đến một bác sĩ chuyên khoa khác.

Việc điều trị sẽ phụ thuộc vào việc ung thư đã di căn bao xa, nó đang phát triển nhanh thế nào và những triệu chứng mà quý vị đang trải qua.



### Các câu hỏi mà quý vị có thể muốn hỏi

- Ung thư ở đâu và nó đã tiến triển chưa?
- Những lựa chọn điều trị của tôi là gì?
- Những cơ hội sẽ đem lại hiệu quả cho việc điều trị lần này là gì?
- Có sẵn thử nghiệm lâm sàng nào không?
- Tôi có thể nhận hỗ trợ từ đâu nữa?

## Hoạch định trước kế hoạch chăm sóc

Bác sĩ gia đình hoặc nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị có thể nói chuyện với quý vị, gia đình và người chăm sóc của quý vị về việc điều trị và những nhu cầu y tế tương lai của quý vị.

### Chỉ thị trước về việc chăm sóc

Thình thoảng được biết đến như là một di chúc sống, một chỉ thị trước về việc chăm sóc là một tài liệu ràng buộc về mặt pháp lý rằng quý vị chuẩn bị để cho gia đình và nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị biết về việc điều trị và việc chăm sóc mà quý vị có thể muốn hoặc không muốn trong trường hợp quý vị trở nên quá yếu để tự đưa ra những quyết định đó. Để biết thêm thông tin, hãy thăm trang [www.advancecareplanning.org.au](http://www.advancecareplanning.org.au).

### Chăm sóc xoa dịu

Bác sĩ chuyên khoa của quý vị có thể giới thiệu quý vị đến những dịch vụ chăm sóc xoa dịu, nhưng điều này không phải lúc nào cũng có nghĩa là chăm sóc cuối đời. Ngày nay người ta có thể được giới thiệu đến những dịch vụ này sớm hơn nhiều nếu như họ đang sống với bệnh ung thư hoặc nếu như bệnh ung thư của họ tái phát. Việc chăm sóc xoa dịu có thể giúp quý vị sống khỏe mạnh tối đa, bao gồm việc kiểm soát cơn đau và các triệu chứng. Việc chăm sóc này có thể tại nhà, trong bệnh viện hoặc một địa điểm mà quý vị chọn lựa.

Hãy nói chuyện với bác sĩ gia đình hoặc bác sĩ chuyên khoa của quý vị hoặc thăm trang [www.palliativecare.org.au](http://www.palliativecare.org.au).

### Đưa ra những quyết định điều trị

Quý vị có thể lựa chọn không điều trị gì cả, hoặc chỉ điều trị gì đó để giảm bớt đau đớn và khó chịu. Quý vị có thể muốn thảo luận quyết định của mình với nhóm chăm sóc sức khỏe, bác sĩ gia đình (GP), gia đình và người chăm sóc của quý vị. Để biết thêm thông tin, hãy thăm trang [www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment](http://www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment).



### Các câu hỏi mà quý vị có thể muốn hỏi

- Bác sĩ có thể làm gì để giảm các triệu chứng của tôi?
- Nếu gia đình và bạn bè của tôi chăm sóc cho tôi tại nhà thì tôi có thể nhận thêm hỗ trợ gì?
- Bác sĩ có thể giúp tôi nói chuyện với gia đình của tôi về chuyện gì đang xảy ra không?
- Những hỗ trợ nào có sẵn dành cho gia đình hoặc người chăm sóc của tôi?
- Tôi có thể được giới thiệu đến một dịch vụ hỗ trợ của cộng đồng không?

Miễn trừ trách nhiệm: Hãy luôn luôn tham vấn bác sĩ của quý vị về những vấn đề ảnh hưởng đến sức khỏe của quý vị. Hướng dẫn này chỉ nhằm giới thiệu tổng quát và không thay thế cho lời khuyên về y tế, pháp lý hoặc tài chính. Thông tin về ung thư luôn được liên tục cập nhật và xem xét lại bởi các cộng đồng y khoa và nghiên cứu. Mặc dù đã hết sức cẩn thận để bảo đảm tính chính xác tại thời điểm xuất bản, Hội đồng Ung thư Úc và các thành viên xin miễn trừ tất cả trách nhiệm cho bất kỳ thương tổn, mất mát hoặc hư hại nào dẫn đến từ việc sử dụng hoặc dựa vào thông tin cung cấp ở trên.

Xuất bản vào Tháng Mười Một năm 2021.

Nguồn tài liệu này dựa vào thông tin từ quá trình chăm sóc tối ưu cho phụ nữ mắc bệnh ung thư nội mạc tử cung (ấn bản lần thứ 2), có tại [www.cancer.org.au/OCP](http://www.cancer.org.au/OCP).