

Ung thư buồng trứng

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 buồng trứng hoặc có thể bị ung thư buồng trứng. 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

Cancer Council: 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 www.cancer.org.au.

Để biết thêm thông tin về bệnh ung thư buồng trứng, hãy tìm quyển sách thông tin Hiểu về bệnh Ung thư Buồng trứng của Hội đồng Ung thư trên trang mạng của Hội đồng Ung thư địa phương của quý vị.

Ovarian Cancer Australia: Để biết thêm thông tin về bệnh ung thư buồng trứng và hỗ trợ cho bệnh nhân, hãy gọi y tá hỗ trợ ung thư buồng trứng ở số **1300 660 334** hoặc thăm trang mạng www.ovariancancer.net.au.

Translating and Interpreting Service (TIS - Dịch vụ Biên dịch và Phiên dịch): Nếu quý vị cần một thông dịch viên, hãy gọi TIS ở số **13 14 50** hoặc thăm trang mạng www.tisnational.gov.au.

Thư giới thiệu và những xét nghiệm ban đầu

Các triệu chứng

Bác sĩ đa khoa (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 triệu chứng nào mà quý vị đang có chẳng hạn như bị trướng bụng hoặc đau ở vùng bụng hoặc bao tử, cảm thấy không đói hoặc không muốn ăn, cảm thấy nhanh no, không nhin tiểu được và cần đi tiểu thường xuyên.

Những xét nghiệm ban đầu mà quý vị có thể làm

Khám nghiệm vùng chậu. Bác sĩ gia đình (GP) sẽ nhìn vào bụng và âm đạo của quý vị để kiểm tra xem có chỗ nào lớn hay có cục bướu không.

Kiểm tra trực tràng. GP sẽ chèn một ngón tay có đeo găng vào phần dưới của quý vị và kiểm tra xem có vấn đề gì ở hậu môn và trực tràng không. Đây là những bộ phận ngay phía trong hậu môn của quý vị.

Siêu âm vùng chậu. 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 chụp hình buồng trứng của quý vị.

Chụp cắt lớp vi tính (CT scan). Máy tính và tia quang tuyến được dùng để chụp hình ảnh chi tiết buồng trứng của quý vị.

Xét nghiệm máu. Một mẫu máu được lấy để thẩm định sức khỏe toàn diện của quý vị và kiểm tra xem những dấu hiệu ung thư trong cơ thể của quý vị.

Các xét nghiệm thường ít được thực hiện ở nơi chăm sóc ban đầu

Sinh thiết dưới hướng dẫn của hình ảnh. Máy tính và tia quang tuyến được dùng để chụp hình ảnh chi tiết của buồng trứng để lấy ra một mẫu sinh thiết. Sinh thiết là việc một mẫu buồng trứng của quý vị được lấy ra để kiểm tra dưới kính hiển vi. Sinh thiết của buồng trứng chỉ nên được thực hiện sau khi bác sĩ chuyên khoa cần nhắc.

Nội soi đường ruột. Một cái ống mềm có gắn máy ảnh (gọi là 'đèn nội soi') đặt vào trong mũi hoặc cổ họng của quý vị. Việc nội soi chụp các hình ảnh của thực quản và bao tử. Bác sĩ chuyên khoa hoặc GP của quý vị sẽ nói quý vị cần chuẩn bị những gì cho xét nghiệm này.

Nội soi đường ruột Một máy hình nhỏ gắn ở đầu một sợi dây được đặt vào hậu môn của quý vị để kiểm tra ruột già. Bác sĩ chuyên khoa hoặc GP của quý vị sẽ nói quý vị cần chuẩn bị những gì cho xét nghiệm này.

Thư giới thiệu

Nếu GP của quý vị lo ngại, quý vị sẽ được giới thiệu đến bác sĩ chuyên khoa (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 khoa ung thư phụ khoa là bác sĩ được đào tạo chuyên sâu về ung thư buồng trứng.



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



Các khung thời gian

Cuộc hẹn với bác sĩ chuyên khoa của quý vị nên xảy ra trong **vòng hai tuần** của thư giới thiệu.

Nếu quý vị không có được cuộc hẹn trong thời gian này, hãy theo dõi tiếp với GP 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?



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 buồng trứng 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?

Chẩn đoán và xác định giai đoạn

Bác sĩ chuyên khoa sẽ làm nhiều xét nghiệm để xem liệu quý vị có ung thư buồng trứng không. Quá 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. Nếu quý vị chưa siêu âm.

Xét nghiệm máu. Nếu quý vị chưa thử máu thì một mẫu máu sẽ được lấy để kiểm tra có các dấu hiệu của khối u trong cơ thể quý vị hay không.

Chụp quang tuyến vùng ngực. Tia quang tuyến chụp hình để xem có gì bất thường trong phổi của quý vị hay không.

Chụp cắt lớp vi tính (CT scan). Nếu quý vị chưa có hình chụp cắt lớp vi tính.

Chụp cắt lớp phát xạ Positron - cắt lớp vi tính (PET-CT scan). Một lượng nhỏ nguyên liệu phóng xạ được tiêm vào và toàn bộ cơ thể của quý vị được quét để chỉ ra ung thư ở chỗ nào.

Chụp hình cộng hưởng từ (MRI). Là hình chụp mà từ trường và sóng âm được sử dụng để chụp hình ảnh chi tiết của cơ thể.

Hút dịch lỏng. Bác sĩ của quý vị dùng một cái kim để lấy ra chất dịch hoặc chất lỏng từ bụng của quý vị. Chất lỏng được kiểm tra dưới kính hiển vi. Việc này được thực hiện khi gây tê cục bộ nên quý vị không thấy đau.

Sinh thiết dưới hướng dẫn của hình ảnh. Nếu quý vị chưa làm sinh thiết.

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

Điều trị

Có nhiều cách để điều trị ung thư buồng trứng. 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 đối với bệnh ung thư buồng trứng.

Hóa trị dùng thuốc để tiêu diệt các tế bào ung thư và ngăn chặn ung thư phát triển. Hóa trị có thể áp dụng trước khi phẫu thuật, sau khi phẫu thuật hoặc dùng một mình.

Liệu pháp mục tiêu dùng thuốc để tấn công những đặc điểm cụ thể của các tế bào ung thư và ngăn ung thư phát triển.

Liệu pháp Xạ trị sử dụng quang tuyến để tiêu diệt tế bào ung thư và ngăn chặn sự phát triển của ung thư.

Để có thêm thông tin, hãy thăm trang mạng www.cancer.org.au/cancer-information/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 hai tuần** (phẫu thuật hoặc hóa trị) hoặc **bốn tuần** (xạ trị) kể 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 phẫu thuật, liên quan đến những vùng có hạch bạch huyết chẳng hạn như vùng chậu, có thể làm tăng nguy cơ bị phù hạch bạch huyết (sưng một vùng cơ thể) của quý vị. Bác sĩ chuyên của quý vị nên bàn bạc với quý vị về rủi ro này 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.

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 và 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.

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 có thêm thông tin, hãy thăm trang mạng visit 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 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.

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.

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.



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 phụ nữ bị bệnh ung thư buồng trứng (ấn bản lần thứ 2), có tại www.cancer.org.au/OCP.