

# Ung thư tuyến tiền liệt

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 tuyến tiền liệt hoặc có thể bị ung thư tuyến tiền liệt. 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 [www.cancer.org.au](http://www.cancer.org.au).

Để biết thêm thông tin về bệnh ung thư tuyến tiền liệt, hãy tìm quyển sách thông tin Hiểu về bệnh Ung thư Tuyến tiền liệt của Hội đồng Ung thư trên trang mạng của Hội đồng Ung thư địa phương của quý vị.

### Tổ chức Ung thư Tuyến tiền liệt của Úc

Để biết thêm thông tin về ung thư tuyến tiền liệt và hỗ trợ bệnh nhân, hãy thăm trang [www.prostate.org.au](http://www.prostate.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).

## Thư giới thiệu và những xét nghiệm ban đầu

### Các triệu chứng

Hầu hết những người bị ung thư tuyến tiền liệt không có bất kỳ triệu chứng nào

Ung thư tuyến tiền liệt có thể nghi ngờ ở đàn ông khi thử máu (xem kiểm tra PSA) và cho thấy kết quả bất thường.

Ít phổ biến hơn là, ung thư tuyến tiền liệt có thể bị nghi ngờ bởi vì các dấu hiệu mà quý vị có thể có chẳng hạn như đau xương, khó khăn khi tiểu tiện hoặc yếu chân.

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

**Xét nghiệm kháng nguyên đặc hiệu-tuyến tiền liệt (xét nghiệm PSA)** Bác sĩ sẽ lấy một mẫu máu của quý vị và kiểm tra xem có bao nhiêu PSA trong đó. PSA là một protein được sản xuất trong tuyến tiền liệt. Có một ít PSA trong máu của quý vị là bình thường. Quá nhiều PSA có thể là có gì đó không ổn.

**Đo lường tỉ lệ PSA tự do-toàn phần.** Đây là một xét nghiệm thêm mà bác sĩ của quý vị có thể cân nhắc thực hiện để xem khả năng mà số PSA cao là gì do ung thư tuyến tiền liệt.

## Thư giới thiệu

Nếu bác sĩ gia đình (GP) của quý vị có quan ngại, quý vị sẽ được giới thiệu đến một chuyên gia (bác sĩ chuyên khoa tiết niệu) tại bệnh viện công cộng hoặc phòng khám tư để thực hiện thêm các xét nghiệm. Bác sĩ chuyên khoa tiết niệu là bác sĩ được đào tạo chuyên sâu về ung thư tuyến tiền liệt.



**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 **gấp** nếu quý vị có các triệu chứng và kết quả PSA bất thường.

Nếu quý vị không có triệu chứng nhưng bác sĩ gia đình của quý vị lo ngại về kết quả xét nghiệm PSA lặp lại của quý vị, thì cuộc hẹn với chuyên gia của quý vị sẽ diễn ra **trong vòng bốn tuần** từ khi bác sĩ gia đình của quý vị gửi thư giới thiệu.

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 nếu quý vị có ung thư tuyến tiền liệt. 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:

**Kiểm tra thể chất.** Bác sĩ của quý vị sẽ đặt một ngón tay đeo găng vào mông (hậu môn) của quý vị để kiểm tra các vấn đề trong tuyến tiền liệt. Hậu môn là bộ phận ngay phía trong mông của quý vị.

**Chụp hình cộng hưởng từ (MRI).** Là việc chụp cắt lớp (scan) khi một từ trường mạnh và những sóng phát tuyến được sử dụng để tạo nên một bức ảnh chi tiết của tuyến tiền liệt. Nó được dùng để xem liệu có điều gì bất thường khiến có thể nghi ngờ ung thư trong tuyến tiền liệt hay không.

**Sinh thiết.** Những mẫu nhỏ của tuyến tiền liệt của quý vị được lấy để kiểm tra dưới kính hiển vi. Bác sĩ chuyên khoa của quý vị sẽ nói với quý vị về những lợi ích và nguy cơ của việc lấy sinh thiết tiền liệt tuyến.

Nếu ung thư được chẩn đoán, vị chuyên gia có thể thực hiện nhiều xét nghiệm để xem là liệu ung thư có đang phát triển, liệu nó đã di căn 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. Các xét nghiệm được dùng có thể dựa vào loại ung thư tìm thấy:

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

**Chụp cắt lớp y học-hạt nhân/Chụp cắt lớp xương** Một lượng nhỏ nguyên liệu phóng xạ được tiêm vào và lấy ra từ những phần của xương có ung thư.

**PSMA-Chụp cắt lớp phát xạ Positron (PET)** Một lượng nhỏ nguyên liệu phóng xạ được tiêm vào và toàn bộ cơ thể của quý vị được rọi để chỉ ra ung thư ở đâu.



### 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

- Bệnh ung thư tuyến tiền liệt 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 tuyến tiền liệt. 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.

Nhiều loại ung thư tuyến tiền liệt phát triển chậm, vì vậy thỉnh thoảng bác sĩ chuyên khoa của quý vị sẽ khuyến nghị rằng quý vị không điều trị ngay:

**Chủ động giám sát** là khi bác sĩ chuyên khoa tin rằng rủi ro ung thư phát triển và lây lan là thấp nhưng theo dõi một cách cẩn thận xem nó có thay đổi theo thời gian hay không. Không điều trị ngay lập tức, nhưng thường xuyên kiểm tra để trông chừng những thay đổi hoặc phát triển của ung thư. Nếu bệnh ung thư thay đổi hoặc phát triển thì việc điều trị sẽ được khuyến nghị.

**Cảnh giác trông chừng** cũng là khi không có khuyến nghị chữa trị hoặc việc điều trị không được thực hiện ngay lập tức. Nhóm điều trị của quý vị sẽ kiểm tra ung thư giống như khi họ làm trong việc chủ động giám sát, nhưng không thường xuyên như thế. Điều này được áp dụng nếu quý vị lớn tuổi, hoặc nếu quý vị có các vấn đề về sức khỏe khác.

Nếu việc điều trị được khuyến nghị thì có thể quý vị có một hoặc kết hợp nhiều cách điều trị:

**Phẫu thuật cắt bỏ tuyến tiền liệt** là việc phẫu thuật để cắt tuyến tiền liệt ra. Việc này được áp dụng nếu quý vị bị ung thư tuyến tiền liệt giai đoạn sớm, hoặc ung thư chưa di căn.

**Liệu pháp Xạ trị** sử dụng quang tuyến để tiêu diệt tế bào ung thư và ngăn chặn sự phát triển của ung thư. Xạ trị được áp dụng hoặc không áp dụng với liệu pháp khử androgen. Việc này được áp dụng nếu quý vị bị ung thư tuyến tiền liệt giai đoạn sớm, hoặc ung thư chưa di căn. Đối với một số đàn ông thì xạ trị có thể được áp dụng sau khi phẫu thuật.

**Liệu pháp cận xạ trị** là khi một que chứa phóng xạ được cấy vào gần vị trí ung thư trong cơ thể của quý vị. Que cấy sẽ phát ra chất phóng xạ gần chỗ ung thư, với mục tiêu là tiêu diệt các tế bào ung thư.

Nếu ung thư đã di căn bên ngoài tuyến tiền liệt thì những loại thuốc khác nhau có thể được sử dụng để làm chậm lại sự phát triển của nó:

**Liệu pháp khử Androgen (Androgen deprivation therapy - ADT)** là một liệu pháp hóc-môn. Liệu pháp hóc-môn làm cho cơ thể quý vị ngưng sản xuất một số hóc-môn hoặc ngăn cản cách thức hoạt động của hóc-môn trong cơ thể của quý vị. Liệu pháp này giúp làm giảm kích cỡ ung thư và làm chậm sự di căn của nó. Nhóm điều trị của quý vị sẽ nói cho quý vị về những gì sẽ xảy ra hoặc có thể xảy ra trong suốt quá trình trị liệu ADT của quý vị.

Mặc dù ADT được áp dụng nếu bệnh ung thư của quý vị đã di căn đến những bộ phận khác của cơ thể, nhưng nó cũng được kết hợp với xạ trị ở một số người chưa bị di căn nào.

**Hóa trị hoặc trị liệu bằng thuốc** là khi mà thuốc được dùng để tiêu diệt các tế bào ung thư và ngăn chặn ung thư phát triển. Nó có thể được dùng cùng lúc với ADT. Liệu pháp này được áp dụng nếu như bệnh ung thư tuyến tiền liệt của quý vị đã di căn đến những bộ phận khác trong cơ thể.

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

Nếu việc điều trị được đề nghị thì nó nên bắt đầu **trong vòng ba tháng** của chẩn đoán hoặc **trong vòng bốn tuần** nếu quý vị đang có những triệu chứng quan trọng.



**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.**

### 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 có thêm thông tin, hãy thăm trang [www.australiancancertrials.gov.au](http://www.australiancancertrials.gov.au) hoặc [www.anzup.org.au](http://www.anzup.org.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 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.

### 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 như quý vị có thể, bao gồm việc kiểm soát sự đau đớn 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 đàn ông bị ung thư tuyến tiền liệt (ấn bản lần thứ 2), có sẵn tại trang mạng [www.cancer.org.au/OCP](http://www.cancer.org.au/OCP).