



Sau khi được chẩn đoán bệnh bạch cầu



Bệnh bạch cầu là ung thư tế bào máu bắt đầu từ tủy xương (một mô xốp ở trung tâm của hầu hết các xương). Tủy xương là nơi tạo ra các tế bào máu mới. Nếu quý vị được thông báo bị bệnh bạch cầu thì có thể quý vị đã làm xét nghiệm máu và sinh thiết tủy xương (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 được thực hiện các thủ thuật khác. Những xét nghiệm này giúp bác sĩ biết được quý vị bị loại bệnh bạch cầu nào và phương pháp điều trị nào là tốt nhất cho quý vị.

Các loại bệnh bạch cầu

Bệnh bạch cầu được biết đến là loại ung thư dạng lỏng. Bệnh này thường không hình thành một khối u rắn như hầu hết các loại ung thư.

Có nhiều loại bệnh bạch cầu. Bệnh có thể phát triển nhanh (**cấp tính**) hoặc phát triển chậm hơn (**mạn tính**). Bệnh bắt đầu từ các tế bào máu **đồng tủy** hoặc tế bào máu **lympho**.

Các loại bệnh bạch cầu phổ biến nhất là:

- Bệnh bạch cầu cấp tính dòng lympho (ALL)
- Bệnh bạch cầu cấp tính dòng tủy (AML)
- Bệnh bạch cầu mạn tính dòng lympho (CLL)
- Bệnh bạch cầu mạn tính dòng tủy (CML)
- Bệnh bạch cầu myelomonocyte mạn tính (CMML)

Người lớn có thể mắc bệnh bạch cầu cấp tính hoặc mạn tính thuộc loại dòng tủy hoặc dòng lympho. Trẻ em và thanh thiếu niên thường mắc bệnh bạch cầu cấp tính thuộc một trong hai loại. Một số bệnh bạch cầu có các phân nhóm và giai đoạn. Điều này giúp bác sĩ biết được tiến triển của bệnh và phương pháp điều trị nào có thể tốt nhất. Bác sĩ có thể nói cho quý vị biết nhiều hơn về bệnh bạch cầu của quý vị.

Điều trị bệnh bạch cầu

Có nhiều cách để điều trị bệnh bạch cầu. Phương pháp điều trị dành cho quý vị sẽ phụ thuộc vào loại, phân nhóm và giai đoạn ung thư của quý vị, cũng như các vấn đề sức khỏe khác mà quý vị có thể gặp phải.

Bệnh bạch cầu cấp tính

Hầu hết các loại bệnh bạch cầu cấp tính là rất nghiêm trọng. Cần phải bắt đầu ngay việc điều trị. Quá trình này thường lâu dài với cường độ cao, và thường kéo dài khoảng 2 năm.

Việc điều trị thường bắt đầu với hóa trị truyền tĩnh mạch (hóa trị IV). Có thể bổ sung các phương pháp điều trị khác, như liệu pháp thuốc nhắm mục tiêu. Phương pháp ghép tế bào gốc có thể được sử dụng sau đợt điều trị đầu tiên.

Việc điều trị cho trẻ em có thể khác với người lớn.

Bệnh bạch cầu mạn tính

Không phải tất cả các loại bệnh bạch cầu mạn tính đều cần được điều trị ngay lập tức. Nếu cần điều trị thì phương pháp hóa trị, liệu pháp thuốc nhắm mục tiêu hoặc ghép tế bào gốc có thể được khuyến nghị.

Hãy nhớ hỏi:

- Tôi bị loại bệnh bạch cầu nào?
- Bệnh ở phân nhóm và giai đoạn nào? Điều đó có nghĩa là gì?
- Bác sĩ đã biết thêm điều gì từ kết quả xét nghiệm của tôi?
- Tôi có cần làm thêm xét nghiệm hoặc kiểm tra tìm chỉ dấu sinh học không?
- Mục tiêu của việc điều trị là gì?
- Các phương pháp điều trị dành cho tôi là gì? Phương pháp nào được cho là tốt nhất cho tôi và tại sao?
- Liệu phương pháp ghép tế bào gốc có hiệu quả với tôi không?
- Có thử nghiệm lâm sàng nào cho loại bệnh bạch cầu của tôi không?

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

Bác sĩ điều trị bệnh bạch cầu cho quý vị có thể là bác sĩ chuyên khoa huyết học (bác sĩ về máu) hoặc bác sĩ chuyên khoa ung thư (bác sĩ ung thư). Tùy thuộc vào loại điều trị quý vị cần, nhóm chăm sóc ung thư có thể bao gồm các bác sĩ, y tá và nhân viên chăm sóc sức khỏe khác nhau.

Ví dụ: nếu quý vị cần hóa trị thì quý vị sẽ trải qua các giai đoạn hoặc chu kỳ điều trị với các xét nghiệm và kiểm tra xen kẽ. Nhóm chăm sóc ung thư sẽ giúp quý vị hiểu được những gì sẽ xảy ra trước, trong và sau mỗi giai đoạn điều trị. Họ 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 sẽ 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 bệnh bạch cầu đều gặp phải các tác dụng phụ giống nhau. Ví dụ: tác dụng phụ của hóa trị khác với tác dụng phụ của liệu pháp nhắm mục tiêu.

Thường thì sẽ có những thay đổi về số lượng tế bào máu của quý vị trong quá trình điều trị bệnh bạch cầu. Điều này có thể khiến quý vị dễ bị nhiễm trùng hơn. Đôi khi quý vị cũng có thể cảm thấy rất yếu ớt và mệt mỏi. Nếu quý vị đang dùng hóa trị liều cao thì điều này có thể làm cho tác dụng phụ trở nên tệ hơn.

Hãy nhớ hỏi:

- Tôi có thể bị các tác dụng phụ nào? Tôi có thể làm gì để khắc phục vấn đề? Theo bác sĩ thì tác dụng phụ có nghiêm trọng không?
- 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?
- Việc điều trị cho tôi sẽ được thực hiện ở đâu? Nếu tôi sẽ phải vào viện thì tôi sẽ ở lại trong bao lâu?
- Liệu tôi có thể tiếp tục thực hiện các hoạt động thường ngày của mình không?
- Tôi cần thực hiện những biện pháp phòng ngừa đặc biệt nào?

Điều gì sẽ xảy ra sau khi điều trị

Sau khi điều trị, bác sĩ sẽ giúp quý vị kiểm soát bất kỳ tác dụng phụ nào mà quý vị có thể gặp phải. Quý vị cũng sẽ được thực hiện nhiều kiểm tra và xét nghiệm để tìm tế bào ung thư bạch cầu.

Đối với một số người, bệnh bạch cầu có thể không biến mất hoàn toàn. Họ 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.

Những người đã từng bị bệnh bạch cầu 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 về lịch trình khám theo dõi thường xuyên để kiểm tra xem bệnh bạch cầu có tái phát hay không.

Hãy nhớ hỏi:

- 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?
- Liệu tôi có cần làm thêm xét nghiệm máu và sinh thiết tủy xương không? Tôi sẽ cần thực hiện việc đó ở mức độ thường xuyên như thế nào?



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.

- Tôi có cần làm các xét nghiệm khác để xem liệu bệnh ung thư có tái phát hoặc để tìm những bất thường trong quá trình điều trị của tôi hay không?
- Có thể xảy ra tác dụng phụ muộn hoặc lâu dài không?
- Tôi có cần làm các xét nghiệm sàng lọc để phát hiện sớm các bệnh ung thư khác không?
- Tôi có thể tìm hồ sơ y tế của mình ở đâu?

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. Điều này bao gồm ăn uống lành mạnh, năng vận động, có được và duy trì cân nặng khỏe mạnh cũng như không hút thuốc. Đôi khi quý vị cũng có thể cảm thấy yếu ớt và mệt mỏi. Việc năng vận động có thể hữu ích. Bệnh bạch cầu có thể khiến quý vị dễ bị nhiễm trùng hơn, vì vậy quý vị sẽ cần phải theo dõi các dấu hiệu và bảo vệ bản thân khỏi những người bị bệnh. Hỏi nhóm chăm sóc ung thư về các dấu hiệu nhiễm trùng cũng như cách kiểm soát mệt mỏi và các triệu chứng khác.

Đối phó với cảm xúc

Việc bị bệnh bạch cầu có thể khiến quý vị cảm thấy bị cô lập, sợ hãi, buồn bã hoặc lo lắng. Những cảm xúc này là điều bình thường, và có những cách để 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 tiếp tục 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. Việc tư vấn hoặc một nhóm hỗ trợ cũng có thể hữu ích. 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.

