



Sau khi được chẩn đoán bị ung thư tuyến tụy



Ung thư tuyến tụy là bệnh ung thư bắt đầu ở tuyến tụy. Tuyến tụy là một cơ quan nội tạng nằm phía sau dạ dày. Cơ quan này giúp tiêu hóa thức ăn và kiểm soát đường huyết. Nếu quý vị được thông báo bị ung thư tuyến tụy thì có thể quý vị đã làm các chụp chiếu, xét nghiệm máu 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 tụy nào, ung thư đang ở giai đoạn nào và phương pháp điều trị nào có thể hữu ích.

Điều trị ung thư tuyến tụy

Có nhiều cách để điều trị ung thư tuyến tụy, bao gồm cả phẫu thuật. Việc điều trị sẽ phụ thuộc vào loại và giai đoạn ung thư tuyến tụy của quý vị cũng như vị trí ung thư. Các phương pháp điều trị dành cho quý vị cũng sẽ phụ thuộc vào kết quả xét nghiệm tế bào ung thư, sức khỏe cũng như mong muốn cá nhân của quý vị.

Phẫu thuật thường được thực hiện nếu ung thư có thể được loại bỏ một cách an toàn. Khi loại bỏ một khối u, một phần tuyến tụy đôi khi cũng bị cắt bỏ. Việc cắt bỏ toàn bộ tuyến tụy là trường hợp hiếm gặp. Nếu ung thư đã di căn sang các cơ quan nội tạng khác thì những cơ quan đó cũng có thể bị cắt bỏ.

Phương pháp điều trị khác có thể bao gồm loại bỏ, bức xạ và các loại thuốc như hóa trị, liệu pháp thuốc nhắm mục tiêu hoặc liệu pháp miễn dịch. Trong nhiều trường hợp sẽ cần nhiều hơn một phương pháp điều trị. Bác sĩ sẽ giúp quý vị quyết định phương pháp điều trị nào là tốt nhất cho quý vị.

Hãy nhớ hỏi:

- Mục tiêu của việc điều trị là gì?
- Tôi bị loại bệnh ung thư tuyến tụy nào?
- Ung thư tuyến tụy của tôi đang ở giai đoạn nào, và 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 không?
- Tôi có cần phẫu thuật không? Ung thư có thể được loại bỏ hoàn toàn không?

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

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 cần xạ trị thì sẽ làm việc với bác sĩ ung thư chuyên về bức xạ. Bác sĩ này sẽ cho quý vị biết những gì sẽ xảy ra trước, trong và sau khi xạ trị. 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 tụy đều 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 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:

- Tôi có cần phương pháp điều trị ngoài phẫu thuật không? 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?

Điều gì sẽ xảy ra sau khi điều trị

Đối với một số người, bệnh ung thư tuyến tụy 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.

Các xét nghiệm có thể cho thấy rằng tốt nhất là quý vị nên dừng hẳn việc điều trị hoặc nghỉ một thời gian. Nếu vậy thì quý vị sẽ được làm các xét nghiệm thường xuyên để kiểm tra xem bệnh ung thư có tái phát hoặc có xuất hiện ung thư mới ở một bộ phận khác của cơ thể hay không.

Quý vị có thể phải đối mặt với những thay đổi của cơ thể sau khi điều trị. Một phần tuyến tụy và các cơ quan nội tạng khác có thể cần được cắt bỏ. Điều này có thể làm thay đổi cách hoạt động của tuyến tụy. Quý vị có thể gặp phải vấn đề về tiêu hóa thức ăn hoặc kiểm soát đường huyết. Quý vị có thể cần làm xét nghiệm đường huyết hoặc dùng insulin hay các loại thuốc khác. Hãy nhớ hỏi bác sĩ về những điều sẽ xảy ra và liệu có cần dùng bất kỳ loại thuốc nào khác không. Và báo cho bác sĩ biết nếu quý vị gặp phải bất kỳ vấn đề nào.

Những người đã từng bị ung thư tuyến tụy 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 của quý vị về lịch trình khám theo dõi thường xuyên để kiểm tra xem bệnh ung thư tuyến tụy có tái phát hay không.

Hãy nhớ hỏi:

- Tôi có thể lấy bản sao tóm tắt quá trình điều trị của mình 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 tầm soát nào, chẳng hạn như chụp nhũ ảnh hay 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?



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 dùng insulin hoặc tuân theo một chế độ ăn uống đặc biệt 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 làm giảm nguy cơ bị ung thư tuyến tụy. Có được và duy trì cân nặng khỏe mạnh, ăn uống lành mạnh, năng vận động và tránh rượu bia cũng có thể giúp quý vị luôn khỏe mạnh và giảm nguy cơ mắc ung thư tuyến tụy mới hoặc các bệnh ung thư khác.

Đối phó với cảm xúc

Việc bị ung thư tuyến tụy có thể khiến quý vị cảm thấy 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. Dịch vụ tư vấn cũng có thể giúp ích. Một số người cảm thấy việc nói chuyện với những người khác mà đã trải qua những điều tương tự là hữu ích. 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.