

## NHS breast screening

### Khám nghiệm vú NHS

#### Mục đích của tờ rơi này là gì?

Tờ rơi này cho quý vị biết về khám nghiệm ung thư vú. Tờ rơi này có mục đích giúp quý vị lựa chọn nên tham gia Chương Trình Khám Nghiệm Vú NHS hay không.

#### Khám nghiệm vú trong NHS là gì?

- Khám nghiệm vú bằng cách chụp X quang để phát hiện tế bào ung thư vú khi không thể nhìn thấy hay cảm thấy những tế bào ung thư này vì chúng quá nhỏ.
- Kỹ thuật chụp X quang này được gọi là chụp nhũ ảnh (mammograms).
- Ung thư vú là loại ung thư thường gặp nhất ở phụ nữ và quý vị càng lớn tuổi thì càng có thể bị bệnh này. Khám nghiệm vú giúp giảm bớt tử vong do ung thư vú.

#### Ai được khám nghiệm vú và bao lâu một lần?

Hiện thời chúng tôi mời tất cả các phụ nữ trong độ tuổi từ 50 và 70 đến khám nghiệm vú. Chúng tôi cho khám nghiệm vú mỗi ba năm một lần và quý vị ắt nhận được thư mời đi khám nghiệm đầu tiên trước sinh nhật 53 tuổi của quý vị. Nếu quý vị trên 70 tuổi thì chúng tôi không gửi thư mời cho quý vị, nhưng quý vị vẫn có thể đi khám nghiệm mỗi ba năm một lần. Quý vị chỉ cần gọi điện thoại cho ban khám nghiệm địa phương của quý vị và xin hẹn khám.

Chúng tôi đã bắt đầu mở rộng chương trình của chúng tôi để mời các phụ nữ ở độ tuổi cuối tứ tuần và cho đến 73 tuổi.

Bất kể quý vị đi khám nghiệm vú hay không, nếu quý vị lo lắng về một vấn đề liên quan đến vú, thì nên nói ngay với bác sĩ gia đình của quý vị.

#### Khám nghiệm vú có những lợi ích gì?

- Khám nghiệm định kỳ giúp ngăn ngừa tử vong do ung thư vú.
- Khám nghiệm có thể phát hiện ung thư sớm, trước khi quý vị biết đến sự hiện hữu của bệnh này. Phát hiện ung thư vú càng sớm, thì cơ hội sống sót của quý vị càng cao.
- Nếu phát hiện ung thư vú sớm, trường hợp quý vị cần được phẫu thuật cắt bỏ vú (mastectomy) hoặc hóa trị (chemotherapy) có lẽ ít hơn.

#### Có phải khám nghiệm vú bao giờ cũng phát hiện ra ung thư không?

Không. Một số tế bào ung thư không hiện ra trên nhũ ảnh, và đôi khi không nhận ra được ung thư. Bất kể người xem xét nhũ ảnh có kỹ năng tốt thế nào, sự việc này vẫn có thể xảy ra.

## Khám nghiệm có ngăn ngừa ung thư vú không?

Không. Khám nghiệm chỉ phát hiện ung thư nếu ung thư đã có ở đó, nhưng có thể phát hiện ra ung thư ở giai đoạn đầu.

## Được khám nghiệm có những bất lợi gì?

- Chụp nhũ ảnh có nghĩa vú của quý vị bị phơi nhiễm một lượng nhỏ bức xạ.
- Đôi khi nhũ ảnh trông bình thường, cho dù có ung thư ở đó. Điều này được gọi là kết quả 'âm tính giả' (false negative). Quý vị nên tiếp tục *nhận biết về vú* (breast aware, xem trang 3).
- Đôi khi nhũ ảnh trông không bình thường và quý vị sẽ được gọi trở lại để xét nghiệm thêm, nhưng ung thư không có ở đó. Điều này được gọi là kết quả 'dương tính giả' (false positive).
- Khám nghiệm có thể phát hiện ra ung thư để rồi được chữa trị, nếu không thì suốt cuộc đời quý vị có thể không phát hiện ra ung thư đó.
- Nếu quý vị đi khám nghiệm, quý vị có thể cảm thấy bất thoải mái hoặc lo lắng. Điều này thường thường chỉ trong một khoảng thời gian ngắn thôi.

## Tôi đi khám nghiệm ở đâu?

Tùy theo quý vị sinh sống ở đâu, khám nghiệm vú thường được thực hiện tại một bệnh xá, bệnh viện địa phương hoặc một ban khám nghiệm lưu động. Trong thư mời của quý vị sẽ cho biết quý vị cần đi đến đâu. Nếu quý vị cần được giúp đỡ (thí dụ như quý vị là người dùng xe lăn) hoặc buổi hẹn của quý vị không thuận tiện, xin hãy gọi điện thoại cho ban khám nghiệm đó.

## Việc gì xảy ra khi khám nghiệm vú?

Khám nghiệm vú chỉ do nữ nhân viên thực hiện. Quý vị chỉ phải cởi quần áo xuống đến thắt lưng. Khi quý vị đi khám nghiệm xin đừng dùng phấn rôm (talcum powder).

Nữ nhân viên chụp nhũ ảnh cho quý vị sẽ hỏi quý vị một vài câu hỏi và sẽ giải thích những gì sẽ xảy ra. Nhân viên đó sẽ lần lượt đặt một bên vú giữa hai cái đĩa đặc biệt trên máy chụp nhũ ảnh và chụp hai tấm hình của mỗi bên vú. Vú của quý vị cần được ép chặt giữa hai cái đĩa này trong vài giây để chụp nhũ ảnh được rõ.

Chụp nhũ ảnh mất vài phút. Chuyển khám nghiệm vú của quý vị mất tổng cộng khoảng nửa tiếng đồng hồ.

## Chụp nhũ ảnh có làm đau không?

Đa số phụ nữ cảm thấy không dễ chịu khi chụp nhũ ảnh. Một số phụ nữ thì cảm thấy đau, nhưng chỉ trong vài giây thôi. Rất ít phụ nữ thấy đau trong thời gian lâu hơn như vậy.

## Tôi lấy được kết quả ở đâu?

Thư cho biết kết quả của quý vị sẽ được gửi về địa chỉ nhà của quý vị nội trong hai tuần. Bác sĩ gia đình của quý vị cũng sẽ được báo kết quả của quý vị.

## Tôi chụp nhũ ảnh có thể nhận được kết quả gì?

Đa số phụ nữ có kết quả khám nghiệm bình thường (nhũ ảnh cho thấy không có dấu hiệu ung thư). Tuy nhiên, điều này không có nghĩa quý vị không thể bị ung thư vú, cho nên quý vị vẫn nên *nhận biết về vú* (xem trang 3).

Khoảng một trong 20 phụ nữ được gọi trở lại vì nhũ ảnh của họ cho thấy cần xét nghiệm thêm. Trường hợp này xảy ra thường xuyên hơn đối với các phụ nữ chụp nhũ ảnh lần đầu tiên. Điều này thông thường là vì chúng tôi không có các nhũ ảnh khác để so sánh. Những gì trông bất thường trên nhũ ảnh đầu tiên của quý vị có thể hoàn toàn bình thường đối với quý vị.

Chúng tôi có thể xét nghiệm nhiều hơn, kể cả chụp nhũ ảnh thêm, soi siêu âm (ultrasound scan) hoặc sinh thiết bằng kim (needle biopsy). Sinh thiết bằng kim là phương pháp lấy một ít mẫu tế bào (chúng tôi có thể dùng phương pháp gây mê tại chỗ để làm điều này). Chúng tôi thực hiện các việc xét nghiệm này để biết rõ quý vị có bị ung thư vú hay không.

## Nếu tôi được báo là bị ung thư vú thì sao?

Quý vị sẽ được chăm sóc bởi một ban ung thư vú chuyên khoa. Họ sẽ nói chuyện với quý vị về chẩn đoán của quý vị, những trợ giúp quý vị có thể nhận được và các lựa chọn về chữa trị của quý vị. Đa số bệnh ung thư được phát hiện thông qua khám nghiệm vú đều có thể chữa trị thành công, nhưng không phải bao giờ cũng được như vậy.

## Sau khi khám nghiệm, nhũ ảnh của tôi sẽ được xử lý như thế nào?

- Chúng tôi sẽ giữ nhũ ảnh của quý vị trong thời gian ít nhất là tám năm.
- Chúng tôi bắt đầu sử dụng kỹ thuật chụp nhũ ảnh số. Chúng tôi xem hình chụp nhũ ảnh trên màn hình máy vi tính và sẽ lưu trữ các hình này dưới dạng một hồ sơ máy vi tính.
- Chúng tôi xem lại định kỳ những hồ sơ khám nghiệm của chúng tôi để chắc chắn cung cấp một dịch vụ tốt cho quý vị. Các nhân viên trong các bộ phận khác của dịch vụ y tế có thể cần xem hồ sơ của quý vị để đảm bảo thực hiện được điều này.
- Chương trình khám nghiệm của chúng tôi kiểm toán (kiểm tra) định kỳ những kết quả khám nghiệm và các việc làm theo dõi. Nếu quý vị muốn biết kết quả của những lần kiểm toán này, hãy liên lạc ban khám nghiệm của quý vị.
- Nếu quý vị cần thêm thông tin về việc lưu trữ hồ sơ của NHS, quý vị có thể gọi điện thoại cho NHS Direct theo số **0845 4647**.

## Nhận biết về vú

Quý vị có thể bị ung thư vú bất cứ lúc nào. Sự việc này có thể xảy ra trong thời gian giữa các buổi hẹn khám nghiệm vú. Nhận biết về vú có nghĩa là hiểu biết về cơ thể của chính quý vị để có thể sớm phát hiện thay đổi về vú nếu có. Những điều quan trọng nhất mà quý vị cần biết về sự nhận biết về vú là tình trạng bình thường của quý

vị là như thế nào và báo ngay cho bác sĩ gia đình của quý vị biết một khi quý vị nhận thấy có sự thay đổi nào đó.

Những thay đổi trong vú quý vị có thể không nguy hại gì, nhưng quý vị nên đi kiểm xét ngay. Dưới đây là những điều quý vị cần lưu ý:

- bất kỳ khối u, chỗ dày lên hoặc gò ghề;
- hình dạng thay đổi, như là da nhăn nheo hoặc có nút tròn như đồng tiền;
- khó chịu hoặc cảm thấy đau; và
- núm vú tiết dịch, có chỗ da nổi đỏ mà không lành, hoặc núm vú thay đổi vị trí (hướng về một phía khác hoặc bị co vào).

Nếu quý vị nhận thấy có bất kỳ thay đổi nào trong vú của quý vị mà không phải là bình thường đối với quý vị, hãy nói ngay với bác sĩ gia đình của quý vị.

### Một số thống kê mà quý vị có thể cảm thấy hữu ích

Dưới đây là một số thống kê về phụ nữ trong tuổi khám nghiệm tại Vương Quốc Anh. Những thống kê này được trích từ dữ liệu của Chương Trình Khám Nghiệm Ung Thư Vú NHS tại Anh và hồ sơ đăng ký ung thư. Những con số này hiện giờ là sự ước đoán đúng nhất nhưng có thể thay đổi theo thời gian.

- Ung thư vú là bệnh ung thư thường thấy nhất ở phụ nữ. Tại Vương Quốc Anh mỗi năm có khoảng 46.000 trường hợp ung thư vú. Cứ 10 phụ nữ bị ung thư vú thì có 8 người ở độ tuổi 50 và cao hơn.
- Tại Vương Quốc Anh mỗi năm có khoảng 12.000 phụ nữ chết vì bệnh ung thư vú.
- Trong số cứ 14.000 phụ nữ được khám nghiệm định kỳ trong thời gian 10 năm, thì có một phụ nữ có thể bị bệnh ung thư vú mà sẽ chết vì bức xạ khi chụp nhũ ảnh.
- Khoảng 8 người trong số 1.000 phụ nữ được khám nghiệm bị phát hiện mắc ung thư vú.
- Trong số những người này, hai người được cho biết họ bị ung thư ở giai đoạn đầu, được gọi là ung thư ống dẫn sữa tại chỗ (ductal carcinoma in situ, gọi tắt là DCIS). Chúng tôi không rõ trường hợp DCIS nào sẽ trở thành nguy hại, cho nên chúng tôi chữa trị cho những phụ nữ này.
- Nếu khám nghiệm phát hiện quý vị bị ung thư thì quý vị sẽ được chữa trị. Đa số phụ nữ được chữa trị phối hợp bằng các cách khác nhau.
- Quý vị có thể được phẫu thuật. Nếu khám nghiệm cho thấy bị ung thư, khoảng 7 người trong số 10 phụ nữ sẽ được phẫu thuật cắt khối u (cắt bỏ những mô bị ảnh hưởng) bằng xạ trị (radiotherapy). Khoảng 3 người trong số 10 phụ nữ sẽ được phẫu thuật cắt bỏ vú và được tái tạo vú (breast reconstruction).

- Quý vị có thể được hóa trị (chemotherapy). Khoảng 2 người trong số 10 phụ nữ bị phát hiện mắc ung thư vú sau khám nghiệm được chữa bằng hóa trị.
- Trong số cứ 400 phụ nữ được khám nghiệm định kỳ trong thời gian 10 năm, số người bị chết vì ung thư vú sẽ giảm bớt một người. Điều này có nghĩa là tại Anh mỗi năm có khoảng 1.400 phụ nữ tránh được tử vong do ung thư vú.

## Thông tin và trợ giúp thêm

Nếu có bất cứ câu hỏi gì, quý vị có thể:

- nói với bác sĩ gia đình của quý vị
- liên lạc ban khám nghiệm địa phương của quý vị
- truy cập vào trang mạng của Chương Trình Khám Nghiệm Ung Thư Vú NHS tại [www.cancerscreening.nhs.uk](http://www.cancerscreening.nhs.uk)
- liên lạc NHS Choices bằng cách truy cập vào [www.nhs.uk](http://www.nhs.uk)
- liên lạc NHS Direct bằng điện thoại số **0845 4647**
- tải xuống tờ rơi Nhận Biết Về Vú NHS (NHS Be Breast Aware) tại [www.cancerscreening.nhs.uk/breastscreen/publications/be-breast-aware.html](http://www.cancerscreening.nhs.uk/breastscreen/publications/be-breast-aware.html)
- liên lạc Health Talk Online tại [www.healthtalkonline.org](http://www.healthtalkonline.org)
- liên lạc Cancer Research UK bằng điện thoại số **0808 800 4040** hoặc bằng cách truy cập vào [info.cancerresearchuk.org](http://info.cancerresearchuk.org)
- liên lạc Breakthrough Breast Cancer bằng điện thoại số **08080 100 200** hoặc bằng cách truy cập vào [breakthrough.org.uk](http://breakthrough.org.uk)
- liên lạc Breast Cancer Care bằng điện thoại số **0808 800 6000** hoặc bằng cách truy cập vào [www.breastcancercare.org.uk](http://www.breastcancercare.org.uk).

Phát hành bởi Bộ Y Tế phối hợp với Chương Trình Khám Nghiệm Vú NHS, với sự cố vấn và hỗ trợ của Tập Thể Nghiên Cứu Giáo Dục Chăm Sóc Sơ Cấp của Hội Nghiên Cứu Ung Thư Vương Quốc Anh (the Cancer Research UK Primary Care Education Research Group)

© Crown copyright 2010  
403722 1p Dec10  
Produced by COI for the Department of Health  
Last updated 2010

Nội dung của tài liệu này có thể được sao chép cho mục đích sử dụng cá nhân hoặc nội bộ dùng mà không cần có sự cho phép chính thức hoặc đóng lệ phí.

Nếu cần thêm bản in của ấn phẩm này, hãy truy cập vào [www.orderline.dh.gov.uk](http://www.orderline.dh.gov.uk) và nhắc đến *403722/Breast Screening* hoặc liên lạc:

DH Publications Orderline

Điện thoại: 0300 123 1002

Minicom: 0300 123 1003 (8giờ sáng đến 6giờ chiều, Thứ Hai đến Thứ Sáu)

Các phiên bản ngôn ngữ khác có sẵn tại

[www.cancerscreening.nhs.uk/breastscreen/publications/ia-02.html](http://www.cancerscreening.nhs.uk/breastscreen/publications/ia-02.html)

[www.cancerscreening.nhs.uk](http://www.cancerscreening.nhs.uk)