

Những điều cần biết về tầm soát ung thư vú

Ung thư vú là gì?

Ung thư vú là ung thư xuất hiện ở vú. Bệnh bắt nguồn từ các tế bào lót ống dẫn (ống dẫn sữa) hoặc tiểu thùy (tuyến sản xuất sữa) và là một trong những loại ung thư được chẩn đoán phổ biến nhất ở Ontario.

Tầm soát ung thư là gì?

Tầm soát ung thư (kiểm tra ung thư) là xét nghiệm được thực hiện ở những người có nguy cơ mắc ung thư nhưng không có triệu chứng và nhìn chung vẫn khỏe mạnh. Chương trình Tầm soát Ung thư Vú tại Ontario (Ontario Breast Screening Program - OBSP) là chương trình tầm soát trên toàn tỉnh nhằm giảm số ca tử vong do ung thư vú thông qua dịch vụ tầm soát định kỳ.

Lợi ích tiềm tàng khi tầm soát ung thư vú

Việc tầm soát ung thư vú định kỳ bằng chụp nhũ ảnh (một loại chụp X-quang) có thể phát hiện ung thư ở giai đoạn sớm, khi đó việc điều trị có nhiều cơ hội thành công hơn và ít chuyên sâu cũng như ít xâm lấn hơn (dễ dàng xử lý hơn). Tầm soát định kỳ cũng giúp giảm nguy cơ tử vong do ung thư vú.

Đối tượng nào cần được khám sàng lọc?

Nữ giới, người mang "hai tâm hồn" của nam và nữ, người chuyển giới và người phi nhị nguyên giới từ 40 đến 74 tuổi đều đủ điều kiện tham gia OBSP nếu họ:

- Không có triệu chứng ung thư vú
- Chưa từng bị ung thư vú
- Chưa cắt bỏ hai bên vú (phẫu thuật cắt bỏ cả hai bên vú)
- Chưa chụp nhũ ảnh khám sàng lọc trong 11 tháng qua
- Là người chuyển giới nữ và đã sử dụng hormone tạo nữ tính trong ít nhất 5 năm liên tiếp

Độ tuổi trung bình có nguy cơ mắc là từ 40 đến 74

Hầu hết những người trong độ tuổi này đều đủ điều kiện tham gia OBSP có thể chụp nhũ ảnh 2 năm một lần.

Nếu quý vị ở độ tuổi từ 40 đến 49, quý vị nên đưa ra quyết định sáng suốt về việc liệu việc tầm soát ung thư vú có phù hợp với mình hay không. Nhìn chung, những người trong nhóm tuổi của quý vị có nguy cơ mắc ung thư vú thấp hơn những người trong độ tuổi từ 50 đến 74 tuổi. Hãy trao đổi với bác sĩ gia đình, điều dưỡng thực hành của quý vị hoặc gọi đến Health811 để được trợ giúp trong việc quyết định xem có nên khám sàng lọc hay không.

Quý vị có đủ điều kiện để tham gia OBSP có Rủi ro Cao không?

Quý vị có thể đủ điều kiện tham gia OBSP có Rủi ro cao nếu quý vị từ 30 đến 69 tuổi và có một số thay đổi về gen (ví dụ: *BRCA1*, *BRCA2*), có nguy cơ mắc ung thư vú cao hơn dựa trên tiền sử sức khỏe gia đình hoặc cá nhân hoặc đã được xạ trị ngực.

Để tìm hiểu thêm, vui lòng trao đổi với bác sĩ gia đình hoặc điều dưỡng thực hành của quý vị hoặc truy cập trang web [Ontario Health \(Cancer Care Ontario\)](https://ontario.ca/health/cancer-care).

Lưu ý: Hãy liên hệ với bác sĩ gia đình hoặc điều dưỡng thực hành của quý vị nếu quý vị nhận thấy bất kỳ thay đổi nào ở ngực, chẳng hạn như khối u hoặc mẩn đỏ kéo dài hoặc những thay đổi ở núm vú. Ngoài ra, ảnh hưởng của việc mang thai hoặc cho con bú có thể khiến các triệu chứng của ung thư vú bị che giấu hoặc bị bỏ qua, vì vậy điều quan trọng là quý vị phải chú ý đến các triệu



chứng. Những thay đổi ở vú không phải lúc nào cũng do ung thư gây ra, nhưng cần phải được kiểm tra ngay.

Tôi được chụp nhũ ảnh như thế nào?

Vui lòng liên hệ với cơ sở thực hiện OBSP để được chụp nhũ ảnh. Để tìm cơ sở, hãy gọi 1.800.668.9304 hoặc truy cập ontariohealth.ca/breastscreeninglocations.

Chụp nhũ ảnh là phương pháp an toàn, miễn phí và quý vị có thể thực hiện mà không cần chỉ định của bác sĩ gia đình hay điều dưỡng thực hành.

Quá trình chụp nhũ ảnh diễn ra như thế nào?

Chụp nhũ ảnh là một xét nghiệm sử dụng tia X để tạo ra hình ảnh (chụp nhũ ảnh) về mô vú.

- Một kỹ thuật viên về X-quang trong y khoa (người được đào tạo để chụp nhũ ảnh) sẽ đặt từng bên vú vào máy chụp nhũ ảnh.
- Một tấm nhựa sẽ từ từ di chuyển xuống để ấn và giữ mô vú ở đúng vị trí. Sẽ có một chút áp lực trong vài giây, nhưng điều này không gây hại cho mô.
- Mỗi lần chụp nhũ ảnh thường mất khoảng 15 phút.

Điều gì xảy ra sau khi chụp nhũ ảnh?

Nếu có kết quả bình thường, quý vị sẽ nhận được thư qua đường bưu điện. Lá thư này cũng sẽ cho quý vị biết khi nào cần kiểm tra lại.

Nếu kết quả bất thường, điều đó không hẳn có nghĩa là quý vị bị ung thư vú, nhưng đồng nghĩa với việc quý vị cần phải làm thêm xét nghiệm. Cơ sở thực hiện OBSP sẽ thông báo cho bác sĩ gia đình hoặc điều dưỡng thực hành của quý vị và có thể giúp quý vị đặt lịch hẹn để xét nghiệm thêm. Nếu không có bác sĩ gia đình hoặc điều dưỡng thực hành, quý vị sẽ được kết nối với người có thể giúp quý vị thực hiện các bước tiếp theo.

Chụp nhũ ảnh không phải là một xét nghiệm hoàn hảo

Quý vị có thể nhận được kết quả bất thường ngay cả khi không bị ung thư, kết quả này được gọi là dương tính giả. Kết quả dương tính giả có thể dẫn đến các xét nghiệm không cần thiết, chẳng hạn như sinh thiết (lấy một mẫu mô nhỏ).

Chụp nhũ ảnh có thể không phát hiện được ung thư, kết quả này được gọi là âm tính giả. Kết quả âm tính giả có thể dẫn tới việc điều trị chậm trễ.

Chụp nhũ ảnh cũng có thể phát hiện ra ung thư mà nếu không thì cũng không gây ra vấn đề sức khỏe, vấn đề này được gọi là chẩn đoán quá mức. Chẩn đoán quá mức có thể dẫn đến phẫu thuật hoặc điều trị không cần thiết.

Tôi có thể làm gì để giảm nguy cơ mắc ung thư vú?

Một số yếu tố rủi ro (những yếu tố có thể làm tăng nguy cơ mắc bệnh) không thể thay đổi được, chẳng hạn như tuổi tác, chiều cao, cấu tạo gen, tình trạng mô vú dày và những thay đổi về hormone trong suốt cuộc đời (ví dụ, có kinh nguyệt sớm hơn hoặc mãn kinh muộn hơn). Tuy nhiên, dưới đây là 4 điều quý vị có thể làm để giảm nguy cơ mắc ung thư vú:

- Tránh hoặc uống ít rượu hơn
- Bỏ thuốc lá hoặc không tiếp xúc với khói thuốc
- Hãy tích cực vận động trong cuộc sống hàng ngày
- Tránh tăng cân ở người trưởng thành

Để biết thêm thông tin về tầm soát ung thư vú, vui lòng truy cập ontariohealth.ca/breast

