

\* ngu ́ n sinh b ́ nh \* cách ngăn ng ́ a \* ph ́ ng pháp truy tìm b ́ nh



Vì v ́ n n ́ c n ́ i trôi, chúng ta đã nghìn d ́ m ra đi, tr ́ i không là tr ́ i x ́ a, đ ́ t không còn là đ ́ t cũ, gió n ́ ng h ́ ng n ́ ng không còn h ́ i h ́ m quen thu ́ c. Gia tài c ́ a chúng ta gi ́ đây ch ́ còn là thân xác s ́ ng n ́ i cõi l ́ c loài; m ́ t hình hài luôn luôn va ch ́ m trong cu ́ c s ́ ng m ́ i b ́ m đ ́ p c ́ n ph ́ i b ́ o tr ́ ng.

Theo s ́ phân hóa c ́ a t ́ o hóa, th ́ tr ́ ng con ng ́ i tha h ́ ng cũng ph ́ i thích nghi v ́ i môi tr ́ ng s ́ ng m ́ i. Tr ́ c đây s ́ ng trong giai đ ́ n chi ́ n tranh, các bà m ́ Vi ́ t Nam là nh ́ ng thi ́ u ph ́ Nam X ́ ng gánh g ́ o nuôi ch ́ ng d ́ y d ́ đàn con. Nay trong hoàn c ́ nh m ́ i, đã đ ́ n lúc các bà c ́ n suy nghĩ đ ́ lo l ́ ng cho thân mình.

## Ung Thở Vú

T&#225;c Gi&#7843;: Dr. Tôn-Th&#225;t H&#225;a  
Th&#7913; Hai, 25 Th&#225;ng 1 N&#259;m 2010 13:53

---

Th&#225;ng kê c&#226;a c&#226;a B&#223; Y T&#223; ti&#223;u bang California, &#223;y ban đăng ký c&#226;a H&#223;i Ung th&#223; Vi&#223;t M&#223; k&#223;t 1988 - 2002, cho bi&#223;t có nh&#223;ng tr&#223;ng h&#223;p ung th&#223; m&#223;i phát hi&#223;n n&#223;ng&#223;i đàn bà trong c&#223;ng đ&#223;ng ng&#223;i Vi&#223;t t&#223;i California đ&#223;c chia ra:

- Ung th&#223; vú: 534
- Ung th&#223; ru&#223;t: 252
- Ung th&#223; ph&#223;i: 244
- Ung th&#223; c&#226;t cung: 140

Th&#225;ng kê c&#226;a liên bang, các ti&#223;u bang và ngay c&#226; S&#223; Y t&#223; c&#226;p t&#223;nh c&#226;a CHLB Đ&#223;c không có đ&#223;c s&#223; li&#223;u dành cho ph&#223;n Vi&#223;t Nam đang c&#223; tr&#223;.

Ng&#223;i đàn bà Vi&#223;t Nam ph&#223;n đông r&#223;t ít ch&#223;u đi khám b&#223;nh, đi ch&#223;p vú hay th&#223; PAP (tìm b&#223;nh ung th&#223; c&#226;t cung) vì m&#223;c c&#226;, s&#223; b&#223; đau, s&#223; đi khám s&#223; "lòì" ra b&#223;nh; th&#223;m chí có ng&#223;i suy nghĩ không b&#223;nh gì t&#223;i sao l&#223;i đi tìm b&#223;nh.

Quan ni&#223;m chung v&#223;n là: bóì ra ma, quét nhà ra rác !!! Và h&#223; đã quên m&#223;t đ&#223;nh lu&#223;t b&#223;t di b&#223;t đ&#223;ch c&#226;a s&#223; sinh t&#223;n: "phòng b&#223;nh h&#223;n ch&#226;a b&#223;nh" - N&#223;u c&#226; 2 năm chúng ta ph&#223;i mang xe h&#223;i đi vào TÜV m&#223;t l&#223;n mà không n&#223; hà gì, r&#223;a mà s&#223;c kho&#223; b&#223;n thân chính mình thì các bà l&#223;i quên! Ngay tr&#223; con c&#226;a th&#223; h&#223; th&#223; 2 ng&#223;i Vi&#223;t sinh s&#223;ng trên n&#223;c Đ&#223;c cũng "đ&#223;c" cha m&#223; quên mang đi ch&#223;ng ng&#223;a đ&#223;nh k&#223;.

Đ&#223;a theo n&#223;n t&#223;n ngành ung th&#223; h&#223;c: m&#223;t s&#223; phát hi&#223;n s&#223;m thì s&#223; ch&#226;a tr&#223; càng đ&#223;, mang l&#223;i k&#223;t qu&#223; t&#223;t đ&#223;p... có th&#223; đ&#223;t n&#223;c luôn.

&#223; Th&#225;ng kê c&#226;a H&#223;c Vi&#223;n Robert-Koch / Robert-Koch-Institut (RKI) t&#223;i Bá Linh công b&#223;:  
Hàng năm có đ&#223;n 55.000 tr&#223;ng h&#223;p ung th&#223; vú m&#223;i đ&#223;c phát hi&#223;n trên CHLB Đ&#223;c, 80% tr&#223;ng h&#223;p đ&#223;c phát hi&#223;n sau 50 tu&#223;i. M&#223;t đ&#223;m đáng ghi nh&#223;n là:

- S&#223; l&#223;ng nhóm ph&#223;n tr&#223; có m&#223;m gia tăng trong nh&#223;ng năm qua.
- Không ph&#223;i ung th&#223; vú ch&#223; dành riêng cho gi&#223;i ph&#223;n; năm 2002 đã ghi nh&#223;n có 230 ng&#223;i đàn ông đã ch&#223;t vì ung th&#223; vú, v&#223;i m&#223;t s&#223; l&#223;ng r&#223;t th&#223;p.
- Tu&#223;i s&#223;ng c&#226;a ng&#223;i dân Đ&#223;c tăng lên th&#223;y rõ, th&#223;ng kê m&#223;i nh&#223;t "Das deutsche Ärzteblatt", s&#223; 34 - 35 / 2006 đ&#223; s&#223;a l&#223;i cho l&#223;n t&#223;ng k&#223;t sau cùng 1998: tu&#223;i s&#223;ng trung bình c&#226;a n&#223; gi&#223;i là 81,6 tu&#223;i và nam gi&#223;i 76 tu&#223;i. Tu&#223;i s&#223;ng càng cao thì kh&#223; năng nhu&#223;m b&#223;nh ung th&#223; nói chung c&#226;a con ng&#223;i càng tăng. Mu&#223;n ph&#223;n cu&#223;i cu&#223;c đ&#223; đ&#223;c an nh&#223;n kh&#223;e m&#223;nh thì ph&#223;i ngăn ng&#223;a b&#223;nh ho&#223;n, các bà c&#226;n ph&#223;i tìm cho ra b&#223;nh th&#223;t s&#223;m đ&#223; đ&#223;t n&#223;c s&#223; phát tri&#223;n c&#226;n b&#223;nh. Trong năm 2005 có 830.227 m&#223;ng ng&#223;i đã ch&#223;t, phân n&#223;a s&#223; ng&#223;i ch&#223;t là do tai bi&#223;n h&#223; th&#223;ng tu&#223;n hoàn và tim m&#223;ch.

Th ng kê c a Anh Qu c cho th y c 9 ng i đàn bà thì có 1 bà b ung th vú; 4 trong 5 tr ng h p xu t hi n sau 50 tu i và hàng năm có đ n 300 ng i... đàn ông m c ph i b nh này.

C u t o và s thành hình ung th vú: Vú đ c t o thành b i hàng tri u t bào luôn luôn sinh sôi n y n đ thay th nhóm t bào già b phân hóa. B u ung th b t đ u khi có m t t bào sinh s n không đúng theo k ho ch sinh lý, nhóm t bào b nh ho n này s k t h p l i thành m t b u g i là b u ung th . M t khi mà b u ung th đã b t đ u và khi m t s t bào trong b u này t tách r i ra kh i b u m đi tìm m t c quan khác c a c th đ phát tri n thì b u ung th đã di căn (metastase). Đây là m t đ u hi u x u.

Vú bình th ng c a m t ng i đàn bà tr ng thành đ c t o nên do m và các tuy n vú. Nhũ hoa đ c ghép l i do 10 đ n 15 thùy vú. Thùy vú do các nang vú đ ng lên; các nang đ c n i li n v i nhau b ng nh ng ng đ n s a. Nh ng ng đ n này s n i l i v i nhau đ đ vào nu m vú gi ng nh m t chùm nho. L p t bào lót bên trong c a ng đ n và nang vú th ng là n i phát sinh ra ung th . Nang và ng đ n s a n m chen l n trong đ ng m và t o ra hình dáng, s cẩng ph ng và đ c ng hay m m c a đôi nhũ hoa n i sinh ra s a và chuy n s a m đ n đ nuôi con. Th tích (l n hay nh ) c a vú đ c thay đ i tùy theo l ng m k t h p. Tuy không có b p th t riêng, nh ng l ng c a c p vú l i bám trên l p c khá l n c a vùng ng c đ duy trì v trí c a nó.

Các m ch máu đ an ch ng ch t mang th c ăn và kích thích t (hormone) nuôi đ ng b vú; trong th i k có kinh, có thai hay kích đ ng tình đ c thì các m ch máu tr ng lên đ nh n thêm l ng máu làm tăng đ c ng c a vú. Th đ ng và đ l n c a nhũ hoa thay đ i theo chu trình kinh, bi n đ i theo n ng đ c a kích thích t n : tr c h t là "Oestrogen" k ti p là "Gestagen" gi l ng n c trong các mô c a vú tăng thêm l ng máu làm cho c p vú cẩng lên k t qu là các t bào tuy n vú cũng n y sinh nhi u h n. Đây là hi n t ng chu n b cho m t thai nghén n u có; tr ng h p không có s th thai thì vú s tr l i tr ng thái bình th ng. S thay đ i c u trúc vú hàng tháng có th t o nên nh ng h t c ng nh h t cát m n nh li ti, nh ng h t c ng này có th tích l n nh t tr c khi có kinh và th ng bi n m t vào th i k mãn kinh.

Tr ng h p ng i đàn bà ti p t c dùng thu c có kích thích t n hay c th v n t s n xu t thì các h t m n đó v n t n t i. Y h c hi n t i có th phân bi t 100% nh ng ph n vú bi n đ ng ung th v i nh ng thay đ i sinh lý c a b vú.

**Khái quát v căn b nh ung th (\*)**

M i ng i trong chúng ta đ u có mang trong mình nh ng m m m ng th t bé nh c a m t lo i ung th nào đó, tuy nhiên nh s đ kháng t t c a c th nên ch ng ung th ch a có c h i phát sinh ra thành kh i u c a con b nh nan y mà thôi. Nh ng m m bé nh xiu này (microtumeurs) là nh ng t bào trong giai đ o n "ti n ung th " đ c nhìn th y nh xét nghi m c a khoa t ch c b nh lý h c (histopathologie) qua nh ng b nh nhân đã ch t b i nh ng nguyên nhân khác ngoài ung th ra. Các b ph n c th có mang đ u hi u ti n ung th nh ng ch a b c phát thành b nh th ng đ c th y:

vú chi ́ m 98%,  
tuy ́n giáp tr ́ng 40%,  
ti ́n li ́t tuy ́n 30%.

đ ́a đ ́n nh ́n xét sau: s ́ ng ́ ́i m ́c b ́nh ung th ́ th ́p h ́n t ́ s ́ ng ́ ́i có mang s ́n trong c ́ th ́ t ́ bào ti ́n ung th ́ nh ́ nh ́ng y ́u t ́ sinh s ́ng h ́ng ngày.

**T ́i sao có hi ́n t ́ ́ng n ́y?**

Có r ́t nhi ́u nguyên nhân đ ́a đ ́n ch ́ng ung th ́ ch ́ng h ́n nh ́ hóa ch ́t đ ́c, khối thu ́c lá, tia phóng x ́, tia t ́ ngo ́i m ́t tr ́i, các th ́c ă, các gia v ́ ... đây ch ́ là m ́t trong h ́ng hà sa s ́ nguyên nhân t ́ bên ngoài – "y ́u t ́ ngo ́i". Chúng ta còn ph ́i k ́ đ ́n y ́u t ́ bên trong c ́ th ́ ... – "y ́u t ́ n ́i" -, m ́i ngày có hàng t ́ t ́ bào đ ́c phân chia đ ́ t ́o thành nhóm t ́ bào m ́i đ ́ thay th ́ cho nhóm t ́ bào ch ́t.

Trong chu trình phân chia ph ́c t ́p c ́a t ́ bào n ́u có m ́t s ́ l ́ch l ́c nào đó, ví d ́ t ́ m ́t nhi ́m s ́c th ́, không đ ́c hoàn ch ́nh thì có th ́ s ́ có m ́t s ́ t ́ bào sinh ra ngoài phát tri ́n trong chu trình sinh lý sinh s ́n h ́n đ ́n thành nh ́ng t ́ bào ti ́n ung th ́ (précancéreuses), cu ́i cùng chúng tìm cách đ ́nh v ́ t ́i m ́t ch ́n nào trong c ́ th ́. Đ ́ t ́o thành m ́t kh ́i u các t ́ báo ti ́n ung th ́ ph ́i c ́n nuôi d ́ng b ́i m ́t h ́ th ́ng m ́ch máu li ti tân sinh (angiogénèse).

Th ́i gian ti ́m ́n lâu dài tr ́c khi các t ́ bào ti ́n ung th ́ ban đ ́u có th ́ s ́ tr ́ thành m ́t kh ́i u ung th ́. Đây là giai đ ́n vô cùng thu ́n l ́i đ ́ các ph ́ng pháp tr ́ li ́u có th ́ ngăn ch ́n và phá v ́ s ́ phát tri ́n c ́a h ́ th ́ng m ́ch máu m ́i sinh li ti đ ́ nuôi kh ́i u. Kh ́i u có th ́ lo ́i hi ́n (bénin) ho ́c lo ́i d ́ (malin). Lo ́i hi ́n thì ch ́ đ ́ng đ ́ t ́i m ́t ch ́, còn lo ́i d ́ r ́t nguy hi ́m vì nó phát tri ́n r ́t nhanh và còn đi xa h ́n đ ́n nh ́ng c ́ quan khác n ́a, đó là s ́ di căn (métastase).

Thay đ ́i n ́p s ́ng ki ́u "xôi th ́t" nh ́ dinh d ́ng đ ́m b ́c, nuôi d ́ng c ́ th ́ b ́ng rau qu ́ t ́ ́i là đi ́u hy v ́ng ngăn ch ́n s ́ xu ́t hi ́n ch ́ng ung th ́. Chính m ́t s ́ các ch ́t sinh h ́c th ́c v ́t (phytochimiques) ch ́a trong rau qu ́ s ́ tác đ ́ng nh ́ nh ́ng vũ khí bén nh ́n đ ́ ngăn ch ́n và phá v ́ h ́ th ́ng m ́ch máu nu ́i d ́ng ch ́ng ung th ́ khi chúng đang còn trong giai đ ́n m ́i phát sinh.

Đ ́c bác sĩ báo tin là đ ́nh ra b ́nh ung th ́ vú, ph ́n đ ́ng các b ́nh nhân đã t ́ h ́i: "Tr ́i ́i đ ́t h ́i... t ́i r ́ng tôi v ́ng ph ́i cái ch ́ng nan y này !!! Ch ́n đ ́t ́i... tôi đã làm gì không ph ́i v ́i ông bà cha m ́ !!!". R ́i than thân trách ph ́n khóc h ́n..., r ́i t ́i h ́n,...

## Ung Thử Vú

T&#225;c Gi&#7843;: Dr. Tôn-Th&#225;t H&#225;a  
Th&#7913; Hai, 25 Th&#225;ng 1 N&#259;m 2010 13:53

---

Th&#225;t ra, đây không có gì là lạ i lạ m hay là s&#225; ki&#225;p c&#225;a con ng&#225;i... Chính ngay y h&#225;c hi&#225;n t&#225;i v&#225;n ch&#225;a tìm ra đ&#225;c c&#225;u tr&#225;i i 100%, ... y h&#225;c ch&#225; nói đ&#225;c: m&#225;t khi t&#225; bào sinh s&#225;n không theo chu trình sinh lý bình th&#225;ng mà t&#225; phân chia ra m&#225;t cách vô tr&#225;t t&#225; ... Khi s&#225; phát tri&#225;n c&#225;a t&#225; bào không ki&#225;m soát đ&#225;c thì hàng tri&#225;u hàng t&#225; bào s&#225; đ&#225;c sinh ra trong c&#225;nh h&#225;n đ&#225;n và c&#225;u k&#225;t l&#225;i thành m&#225;t kh&#225;i b&#225;u ung th&#225;.

### ▢ Nh&#225;ng y&#225;u t&#225; có &#225;nh h&#225;ng đ&#225;n phát sinh ra b&#225;nh:

▢ Tuổi i là y&#225;u t&#225; &#225;nh h&#225;ng nhi&#225;u nh&#225;t:

- Tuổi i &#225;p tu&#225;i 30: 1 / 1.900 ng&#225;i
- Tuổi i &#225;p tu&#225;i 40: 1 / 200
- Tuổi i &#225;p tu&#225;i 50: 1 / 50
- Tuổi i &#225;p tu&#225;i 60: 1 / 23
- Tuổi i &#225;p tu&#225;i 70: 1 / 15
- Trên 70 tu&#225;i : 1 / 9

### ▢ T&#225; l&#225; m&#225;c b&#225;nh gi&#225;m xu&#225;ng:

- Khi sinh n&#225; nhi&#225;u con
- Làm m&#225; lúc còn tr&#225;i
- Thời gian cho con bú s&#225;a càng lâu càng t&#225;t

### ▢ T&#225; l&#225; nhu&#225;m b&#225;nh tăng lên khi:

- Kinh nguy&#225;t: b&#225;t đ&#225;u có kinh k&#225; s&#225;m và tu&#225;i mãn kinh tr&#225;i.
- Thu&#225;c ng&#225;a thai: dùng thu&#225;c ng&#225;a thai có kh&#225; năng tăng nh&#225; s&#225; phát sinh ra b&#225;nh, c&#225; th&#225; s&#225; bình th&#225;ng tr&#225;i i sau khi ng&#225;ng thu&#225;c.
- Ch&#225;ng phì m&#225;p: ph&#225;i duy trì tr&#225;ng l&#225;ng, cân nh&#225;c ch&#225; đ&#225; ăn u&#225;ng và t&#225;p th&#225; d&#225;c. L&#225;ng m&#225;t tăng lên ph&#225;n l&#225;n n&#225;m &#225; vùng b&#225;ng đ&#225;a đ&#225;n r&#225;i lo&#225;n bi&#225;n đ&#225;ng c&#225;a c&#225; th&#225;, làm n&#225;ng đ&#225; Insuline trong máu tăng lên, do đó l&#225;ng Oestrogene cũng tăng theo, r&#225;t nguy hi&#225;m cho ng&#225;i đàn bà &#225; tu&#225;i b&#225; kinh.
- R&#225;u ch&#225;: m&#225;i ngày "nh&#225;u" 0,3 lít r&#225;u vang, hay 0,6 lít bia = 25 gram r&#225;u thì kh&#225; năng v&#225;ng b&#225;nh nh&#225;ng 31%; l&#225;ng r&#225;u tăng lên 100 gr thì t&#225; s&#225; v&#225;ng b&#225;nh lên đ&#225;n 270%. Các chuyên gia quy&#225;t là 4% t&#225;ng s&#225; ung th&#225; vú gi&#225;m xu&#225;ng khi các bà không u&#225;ng r&#225;u; nguy hi&#225;m h&#225;n khi ng&#225;i đàn bà nghi&#225;n c&#225; 2 th&#225;: r&#225;u và thu&#225;c lá.
- B&#225;nh lý gia đình: có m&#225; hay ch&#225; em ru&#225;t th&#225;t đã b&#225; ung th&#225; vú, m&#225;t khi m&#225; hay ch&#225; em ru&#225;t b&#225; ung th&#225; đ&#225;i 50 tu&#225;i thì kh&#225; năng v&#225;ng b&#225;nh khá cao.
- M&#225;t khi đã b&#225; ung th&#225; vú thì có đà tái phát.
- Thu&#225;c tr&#225; b&#225;nh có ch&#225;a kích thích t&#225; - hormone: còn trong th&#225;i th&#225;i k&#225; nghi&#225;n c&#225;u.

### Cách đ&#225;nh b&#225;nh

M ́ t kh ́ i ni ́ m t ́ ng qu ́ t: tr ́ c khi đ ́ n phòng m ́ ch bác sĩ gia đ ́nh hay l ́ y h ́ n v ́ i ng ́ i th ́ y thu ́ c chuyên khoa, nh ́ ng nghi v ́ n sau đ ́y ph ́ i đ ́ c tr ́ l ́ i r ́ r ́ng:

- B ́ u đ ́ đ ́ c nh ́ n đ ́ n hay đ ́ng còn trong giai đ ́o n truy tìm.
- B ́ u tìm th ́ y thu ́ c lo ́ i hi ́ n hay đ ́
- B ́ u đ ́ng n ́ m trong ph ́ n nào c ́ a c ́ th ́
- Tình tr ́ ng s ́ c kh ́ e t ́ ng qu ́ t c ́ a b ́ nh nh ́n
- B ́ u m ́ i phát hi ́ n đ ́ng còn ́ n đ ́ nh t ́ i ch ́ hay là đ ́ di căn (metastase)
- V ́ i l ́ i ch ́ a b ́ nh thích h ́ p nào s ́ mang l ́ i nhi ́ u l ́ i ích cho ng ́ i b ́ nh.

M ́ t s ́ ch ́ a tr ́ s ́ mang đ ́ n k ́ t qu ́ t ́ đ ́ p khi s ́ ch ́ n đ ́o ́n b ́ nh chính xác. Kh ́ m t ́ ng qu ́ t c ́ th ́ ng ́ i b ́ nh: m ́ t cu ́ c đ ́m tho ́ i v ́ i ng ́ i th ́ y thu ́ c, ng ́ i đ ́ n kh ́ m n ́n trình bày r ́ r ́ng:

- nh ́ p đ ́ c ́ n đ ́u,
- n ́ i b ́ nh ́ c nh ́ i,
- nh ́ ng b ́ nh đ ́ có t ́ tr ́ c và c ́ n b ́ nh hi ́ n t ́ i đ ́ giúp cho các bác sĩ ch ́ a tr ́ ch ́ n đ ́ ng đ ́ c nh ́ ng bi ́ n ch ́ ng có th ́ x ́ y ra.

Mu ́ n có m ́ t s ́ đ ́ u tr ́ chu đ ́o ng ́ i th ́ y thu ́ c c ́ n ph ́ i n ́ m v ́ ng tình hình t ́ ng qu ́ t chính xác c ́ a thân ch ́ . Đ ́y là v ́ n đ ́ then ch ́ t mà cũng là nh ́ c đ ́ m c ́ a b ́ nh nh ́n ng ́ i ngo ́ i qu ́ c nói chung khi trình bày t ́ t c ́ n ́ i khó kh ́n c ́ a b ́ nh ho ́ n v ́ i m ́ t ng ́ i th ́ y thu ́ c không cùng ngôn ng ́ và chính ngay ng ́ i th ́ y thu ́ c cũng không có nhi ́ u thì gi ́ đ ́ tìm hi ́ u s ́ tr ́n tr ́ và l ́ ng nghe n ́ i kh ́ đ ́u c ́ a ng ́ i b ́ nh.

Có nh ́ ng chi ti ́ t nh ́ nh ́ t mà ng ́ i b ́ nh cho là không c ́ n thi ́ t, nh ́ ng chính nó l ́ i là nh ́ ng phát hi ́ n b ́ ích cho ng ́ i th ́ y thu ́ c.

- Th ́ máu: đ ́ xác đ ́nh l ́ n n ́ a tình tr ́ ng t ́ ng qu ́ t c ́ a ng ́ i b ́ nh và ho ́ t đ ́ ng sinh lý c ́ a m ́ t vài c ́ quan: ví d ́ gan, th ́ n.
- T ́ t c ́ nh ́ ng đ ́ u hi ́ u th ́u l ́ m đ ́ c s ́ giúp cho ng ́ i th ́ y thu ́ c s ́ a so ́ n đ ́o n đ ́ ng k ́ ti ́ p, ví d ́ ph ́ ng pháp gây mê... khi c ́ n đ ́ n.

Tìm ra b ́ nh s ́ m kh ́ năng lành b ́ nh r ́ t cao: b ́ u đ ́ng giai đ ́o n ch ́ m n ́ thì có đ ́ n 98% b ́ nh nh ́n s ́ ng trên 5 năm sau khi ph ́ u thu ́ t. S ́ ph ́ i c ́ nh "b ́i ra ma, quét nhà ra r ́t" các bà, các cô ph ́ i d ́ t kho ́t lo ́ i b ́ t t ́ ng trên và luôn nh ́ r ́ ng phòng b ́ nh h ́ n là ch ́ a b ́ nh. Sinh s ́ ng trên n ́ c Đ ́ c cũng n ́n t ́ n đ ́ ng t ́ i đ ́a phát tri ́ n y h ́ c, các s ́ b ́ o hi ́ m s ́ c kho ́ đ ́ th ́ ng nh ́ t hoàn tr ́ 100%, t ́ n phí lên t ́ i 3,8

triệu u Euro cho chi phí ngăn chặn con bệnh tác quái:

- Khám phòng mạch: 10a tuối 30 khám một lần trong 1 năm.
- Chụp hình: từ 59 - 69 tuối đi chụp hình vú cắt lát (CT - ordinateur tomographie) cứ 2 năm 1 lần. Với lứa tuổi chụp hình vú có thể đến 90 % trường hợp tìm ra ung thư trong giai đoạn còn sớm. Chụp hình quang tuyến, cắt lát vú giúp cho sự chẩn đoán bệnh khá chính xác.
- Siêu âm - Sonographie - : một số trường hợp bệnh, bệnh u không nhìn thấy được qua phương pháp chụp hình ví dụ tuyến vú che lấp khuất, siêu âm cũng đóng vai trò quan trọng để xác định bệnh. Trong khi siêu âm vú, người bác sĩ có thể tìm xem những cấu trúc quan trọng bệnh trên để xem bệnh đã di căn chưa, ví dụ lá gan. Siêu âm có nhiệm vụ đi tìm:
  - \* không có bệnh nguy hiểm đi sau nhiệm vụ siêu âm,
  - \* không đau đớn
  - \* không bệnh nhiễm xạ chụp hình quang tuyến.
- Chụp hình phóng xạ: cần thiết để chẩn đoán bệnh, 10a chẩn đoán cách gây mê, quan trọng nhất là để xác định 100% có sự di căn đến hai lá phổi chưa.
- Sinh thiết - Biopsie - : ít nguy hiểm, bệnh kim chích dò vào phần vú bệnh nghi ngờ sau đó mang đi thử nghiệm mô học. Đây là một cách tìm bệnh chính xác nhất để xác định bệnh u hay do trường hợp khi bàn đến cách chữa bệnh thu hẹp men hay mở rộng.

- Yếu tố sinh bệnh - Gentest - : Trung tâm nghiên cứu ung thư vú - Brustzentrums der Charité / Universitätsklinikum Berlin - có khả năng tìm kiếm yếu tố sinh bệnh gia truyền BRCA1 và BRCA2 - Breast Cancer - (mã, chứng hay đã có tiền căn ung thư vú). Dùng hiệu quả phát hiện rất sớm trong máu để truy nguyên ra bệnh.

- Người Việt chúng ta thường nói: thường ai không bệnh thường thân, các cô và các bà hàng tháng nên tự khám lấy vú của mình theo cách hướng dẫn sau đây:
- Khi còn kinh nguyệt: tự khám vú vào một thời điểm nhất định, tốt nhất là ngay sau khi mãn kinh. Trong giai đoạn mãn kinh nên chọn một ngày nhất định trong tháng, để khỏi quên lấy ngày sinh nhật chúng ta...
  - Dùng ngón tay trái ngón trỏ: kiểm soát để kiểm tra và hình dạng của vú, chú trọng khi có sự thay đổi lớp da: đỏ hồng hay u lồi; núm vú có lỗ lõm bất thường không, có sưng sùi không, có nốt cứng chầy ra không...
  - Hai tay đặt sau cổ để ngón tay trái: so sánh 2 vú phải trái, trường hợp có bệnh vú nên rất khó để nhìn được phần dưới bên trong vú.
  - Dùng tay để tự khám lấy các phần vú để chiếu nhau: có đau đớn không, có nhúc nhích không, có sự thay đổi cấu trúc của mô không... (mở miệng: lấy đầu ngón tay trái của mình đá vào bên trong của má, lấy tay sờ tay của mô ngoài má). Sau cùng khám 2 nách để kiểm soát những cấu trúc u hạch nhỏ nhỏ...: hình dáng và kích thước.
  - Một khi các cô các bà không chắc chắn vào khám nghiệm hay đã tìm thấy một cái gì lạ ngoài sự bình thường... thì nên đến phòng mạch của các bác sĩ chuyên khoa. Nếu đây các bà, các cô sợ

## Ung Th Vú

T&#225;c Gi&#7843;: Dr. Tôn-Th t H a  
Th&#7913; Hai, 25 Th&#225;ng 1 N&#259;m 2010 13:53

---

đ c ch đ n hay cung c p tài li u c n thi t. M t vài phòng m ch có c mô hình vú gi đ các cô các bà t n n và h c h i đ i s h ng đ n c a các nhà chuyên môn.

### Ung th c t cung

Đ có m t s so sánh khá chính xác gi a ng i b n x và nhóm ng i di dân, tài li u c a Vi n Ung Th Qu c Gia cho th y: t i Hoa K hàng năm có đ n 13.000 tr ng h p ung th c t cung m i đ c tìm th y và 4.600 tr ng h p ch t do b nh gây ra, tính trung bình 3 ng i trong s 100.000, đ ng hàng th 3 c a nh ng ung th ph n . S ng i ch t do b nh gây gi m xu ng r t đáng k sau khi tìm ra đ c ph ng pháp đ nh b nh s m t 1940 qua ph ng pháp Papanicolaou (Pap test).

Ch s ng i ph n nhu m b nh:

- Ng i M da tr ng: 8,1 / 100.000
- Ng i M da đen : 11.0 / 100.000

M t đ i m đáng ghi nh n trong b ng s p h ng c a Vi n Thông Kê Qu c Gia (the statistics of the National Institute) thì ng i ph n Vi t Nam m c b nh nh ng 5 l n h n nhóm ng i M da tr ng.

### Y u t sinh b nh

Y u t liên h đ n ti n ung th và ung th c t cung:

- S hi n di n vi rút - human papillomavirus infection (HPV)
- Liên h tình d c v i nhi u đ i t ng
- Liên h tình d c s m
- Sinh nhi u con
- S c đ kháng th p
- B nh HIV
- Thu c lá
- Có b nh da li u trong ti n s
- Dùng thu c ng a thai trên 12 năm
- M c sinh s ng th p
- Th c ăn thi u dinh đ ng, thi u Vitamine
- Dùng các lo i thu c gi m s c đ kháng c a c th .

Nh ng y u t nh h ng: không ch u áp đ ng cách ngăn ng a ví đ :

- 20% ng i đàn bà sinh s ng trên đ t M không ch u đi khám âm đ o
- có đ n 50% các bà b ung th c t cung phát hi n tr , đã ch a m t l n trong đ i khám c t cung.



## Ung Thở Vú

T&#225;c Gi&#7843;: Dr. Tôn-Th&#225;t H&#225;a  
Th&#7913; Hai, 25 Th&#225;ng 1 N&#259;m 2010 13:53

---

- đ&#228;i v&#228;i ng&#228;i đàn bà Vi&#228;t Nam còn có thêm nh&#228;ng ghi nh&#228;n sau đ&#228;y:
- \* Theo phong t&#228;c t&#228;p quán, văn hóa và giáo d&#228;c gia đ&#228;nh ng&#228;i ph&#228;n Vi&#228;t Nam không quen nói đ&#228;n tình d&#228;c, b&#228;nh t&#228;t b&#228; ph&#228;n sinh d&#228;c, ph&#228;n đ&#228;ng không đi th&#228; PAP đ&#228;u đ&#228;n...
- \* sinh con đ&#228;u lòng khá s&#228;m
- \* nhi&#228;u con
- \* cu&#228;c s&#228;ng xã h&#228;i th&#228;p
- \* thi&#228;u dinh du&#228;ng, không đ&#228;y đ&#228; Vitamin
- \* đ&#228;nh m&#228; trùng âm đ&#228;o và c&#228;t t&#228;cung
- \* trong âm m&#228;n có vi rút human papillomavirus infection (HPV)

▢ Nh&#228;ng đ&#228;u chú ý tr&#228;c khi đi th&#228; PAP

- th&#228; PAP vào kho&#228;ng ngày th&#228; 110 - 20 sau khi b&#228;t đ&#228;u có kinh
- tránh giao h&#228;p trong 1 - 2 ngày
- không b&#228;m r&#228;a, bôi kem, nh&#228;t thu&#228;c vào âm đ&#228;o 2 ngày tr&#228;c khi khám.

Vì s&#228;c kh&#228;e c&#228;a b&#228;n thân mình, quý Bà quý Cô nên m&#228;nh đ&#228;n đ&#228;n các bác sĩ chuyên khoa. L&#228;u ý 95% ph&#228;n b&#228; ung th&#228; vú đ&#228;u s&#228;ng sót và g&#228;n nh&#228; 100% các tr&#228;ng h&#228;p ung th&#228; c&#228;t t&#228;cung có th&#228; ch&#228;a kh&#228;i n&#228;u phát hi&#228;n s&#228;m.

### L&#228;c n&#228;i m&#228;c t&#228;cung

L&#228;c n&#228;i m&#228;c t&#228;cung là gì?: là m&#228;t căn b&#228;nh mà các l&#228;p niêm m&#228;c t&#228;cung - Endometrium - s&#228;ng đ&#228;a vào nh&#228;ng c&#228; quan khác c&#228;a c&#228; th&#228;, không nh&#228;ng sinh ra nh&#228;ng c&#228;n đau đ&#228;n h&#228;t s&#228;c khó ch&#228;u cho các bà các cô mà còn có th&#228; làm m&#228;t kh&#228; năng làm m&#228;. V&#228;n đ&#228; đáng nói là r&#228;t ít ng&#228;i phát hi&#228;n ra căn b&#228;nh tr&#228;c m&#228;t th&#228;i k&#228; nh&#228;ng 5 năm...

Đó là cũng là nguyên nhân c&#228;a nhi&#228;u hi&#228;n t&#228;ng khác trong chu k&#228; kinh nh&#228; là: kinh ra quá nhi&#228;u, đau b&#228;ng đ&#228; đ&#228;i, ch&#228;y máu b&#228;t th&#228;ng, đau khung x&#228;ng ch&#228;u, tiêu ch&#228;y, đ&#228;i ti&#228;n khó kh&#228;n quanh chu trình kinh; đau hay khó ch&#228;u trong hay sau khi giao h&#228;p, b&#228;ng s&#228;ng ph&#228;ng, hoa m&#228;t choáng váng... N&#228;i m&#228;c t&#228;cung cũng có th&#228; đ&#228;i l&#228;c đ&#228;n bu&#228;ng tr&#228;ng, &#228;ng đ&#228;n tr&#228;ng, ru&#228;t non ru&#228;t già th&#228;m chí bám vào ph&#228;i, niêm m&#228;c mũi và c&#228; b&#228; não.

C&#228; vào chu trình kinh, l&#228;c mô cũng s&#228;ng lên và ch&#228;y máu, máu m&#228;c k&#228;t trong c&#228; th&#228; n&#228;i đ&#228;ng "đ&#228;n h&#228;c" r&#228;i sau đó v&#228; ra t&#228;o nên nh&#228;ng ch&#228;t kích đ&#228;ng các mô chung quanh, t&#228;o thành s&#228;o, t&#228;o ra nh&#228;ng kh&#228;i u lành tính phá h&#228;y nh&#228;ng l&#228;p mô liên k&#228;t các c&#228; quan. Ng&#228;i b&#228;nh có th&#228; th&#228;y đau l&#228;ng, đau b&#228;ng hay ch&#228;y máu tùy b&#228; ph&#228;n c&#228; th&#228; ch&#228;a nhóm niêm m&#228;c t&#228;cung đ&#228;n trú ng&#228;.

### S&#228;ch&#228;n đoán

S&#228; đ&#228;n h&#228; b&#228;nh khó kh&#228;n vì c&#228;n đau xu&#228;t hi&#228;n nh&#228; bi&#228;u hi&#228;u cho m&#228;t k&#228; "kinh r&#228;i" thông th&#228;ng ph&#228;i đi khám các bác sĩ s&#228;n khoa nhi&#228;u l&#228;n m&#228;i kh&#228;i nguyên ra đ&#228;c. Đ&#228;a vào các kh&#228;i u &#228; s&#228;o

gây nên, do đó ỉ c n ỉ m ỉ c khó mà phát hi ỉ n qua siêu âm, ch ỉ p quang tuy ỉ n, chi ỉ u hình c ỉ ng h ỉ ỉ ng t ỉ t ỉ n, ch ỉ p CT c ỉ t ỉ p ho ỉ c ki ỉ m tra khung x ỉ ỉ ng ch ỉ u.

B ỉ ng ph ỉ ỉ ng pháp soi ỉ b ỉ ng - laparoscopy - s ỉ tìm b ỉ nh r ỉ t chính xác và qua ph ỉ ỉ ng pháp m ỉ n ỉ i soi các chuyên gia đ ỉ t ch ỉ y các ph ỉ n b ỉ b ỉ nh, có m ỉ t nhi ỉ u tr ỉ ỉ ng h ỉ p khó ph ỉ i m ỉ b ỉ ng đ ỉ c ỉ t b ỉ đ ỉ , s ỉ a ỉ i các v ỉ t s ỉ o ỉ các c ỉ quan n ỉ i t ỉ ng khác. Đây là ỉ i ch ỉ a tr ỉ đ ỉ t h ỉ n b ỉ nh.

Có nh ỉ ng tr ỉ ỉ ng h ỉ p n ỉ ng ph ỉ i c ỉ t b ỉ c ỉ hai bu ỉ ng tr ỉ ng - có khi ph ỉ i c ỉ t đ ỉ con. Tr ỉ ỉ ng h ỉ p nh ỉ thì dùng thu ỉ c làm t ỉ t kinh t ỉ m th ỉ i hay dùng thu ỉ c tránh thai, c ỉ th ỉ s ỉ có nh ỉ ng ph ỉ n ỉ ng t ỉ t h ỉ n giúp cho s ỉ đ ỉ u tr ỉ đ ỉ dàng. M ỉ t đ ỉ n thu ỉ c khá ph ỉ thông và h ỉ u hi ỉ u cho ng ỉ ỉ i b ỉ nh này là có con vì nh ỉ ng tri ỉ u ch ỉ ng s ỉ bi ỉ n m ỉ t khi mang thai.

Có đ ỉ n 40% s ỉ b ỉ nh nhân ỉ c n ỉ i m ỉ c t ỉ cung không th ỉ làm m ỉ .

Bên c ỉ nh đó đ ỉ gi ỉ m b ỉ t các tri ỉ u ch ỉ ng và nh ỉ ng c ỉ n đau cũng nên tăng c ỉ ỉ ng Viatamine và các khoáng ch ỉ t cho c ỉ th ỉ ; h ỉ n h ỉ p Viatmine B, Calci, Magnê đ ỉ u r ỉ t t ỉ t cho nh ỉ ng ng ỉ ỉ i ch ỉ u đ ỉ ng căn b ỉ nh này. Các ph ỉ ỉ ng pháp gia truy ỉ n nh ỉ ch ỉ m c ỉ u hay b ỉ m huy ỉ t có th ỉ gi ỉ m c ỉ n đau gay g ỉ t... ỉ

ỉ ỉ ỉ (\*) đ ỉ a theo cu ỉ n *les Aliments contre le cancer - nh ỉ ng th ỉ c ph ỉ m ngăn ng ỉ a ch ỉ ng ung th ỉ c ỉ a Prof. Richard Béliveau, Ph.D & Denis Gingras Ph.D. - ỉ l' Hopital Sainte-Justine – Montréal.*