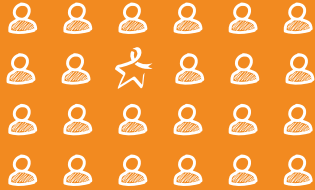


QUÝ VỊ CÓ BIẾT?

Cứ 24 bệnh nhân thì có 1 người mắc ung thư đại tràng.



Tỷ lệ mắc ung thư đại tràng ở nam giới và phụ nữ là ngang nhau.



Cứ 5 bệnh nhân thì có 1 người được chẩn đoán mắc bệnh dưới 54 tuổi.



✓ur:

Trao đổi với bác sĩ của quý vị để tìm ra phương án xét nghiệm phù hợp nhất.

**TRANG BỊ KIẾN THỨC.
THỰC HIỆN SÀNG LỌC.**

GET YOUR REAR IN GEAR®



Get Your Rear in Gear®, Tour de Tush®, and Caboose Cup™ là các sự kiện gây quỹ nổi bật của Hiệp Hội Ung Thư Đại Tràng. Được tổ chức thường niên tại gần 40 thành phố, số tiền quỹ quyên góp sẽ được cộng đồng địa phương sử dụng để xây dựng các chương trình sàng lọc, nâng cao nhận thức và hỗ trợ bệnh nhân.

Tìm sự kiện gần nơi quý vị sinh sống trên trang coloncancercoalition.org/events

Để có thêm thông tin về ung thư đại tràng, vui lòng truy cập:

coloncancercoalition.org

Chung tay giúp chúng tôi nâng cao nhận thức bằng cách nhấn thích, chia sẻ và theo dõi trang của chúng tôi.



Get Your Rear in Gear® and Tour de Tush® are registered trademarks of the Colon Cancer Coalition. Caboose Cup™ is a trademark of the Colon Cancer Coalition 2023.

SÀNG LỌC UNG THƯ ĐẠI TRÀNG: 101

**Trang bị kiến thức.
Thực hiện sàng lọc.
Bỏ qua sự ngại ngùng.**



coloncancercoalition.org

PHƯƠNG ÁN SÀNG LỌC

Xét nghiệm phân tại nhà

Những xét nghiệm này nhằm xác định trong phân của người bệnh có máu và/hoặc tế bào bất thường không. Bộ xét nghiệm được gửi bưu điện hoặc trả lại cho đơn vị chăm sóc sức khỏe của quý vị. Nếu phát hiện có máu hoặc các yếu tố bất thường, cần tiến hành nội soi đại tràng.

- Xét Nghiệm Hóa Miễn Dịch Phân (FIT): hàng năm
- Xét Nghiệm Máu Tiềm Ẩn Trong Phân (FOBT) Độ Nhạy Cao: hàng năm
- Xét Nghiệm DNA Trong Phân: 3 năm một lần

Trung tâm y tế

Trong quá trình thăm khám, bác sĩ của quý vị sẽ kiểm tra xem trong đại tràng và trực tràng của quý vị có polyp hay bằng chứng mắc ung thư không. Nội soi đại tràng thường được coi là tiêu chuẩn vàng vì thủ thuật này cũng có thể ngăn chặn ung thư bằng cách loại bỏ polyp khi phát hiện có polyp. Trước khi tiến hành những kiểm tra này, người bệnh cần thực hiện rửa toàn bộ đại tràng (chuẩn bị). Lấy máu để tìm xem có bằng chứng mắc ung thư trong máu không và được khuyến nghị áp dụng cho những bệnh nhân có nguy cơ mắc bệnh trung bình, những người không thể hoặc không muốn tiến hành nội soi đại tràng hoặc xét nghiệm phân.

- Nội soi đại tràng: 10 năm một lần với kết quả bình thường*
- Nội soi ảo khung đại tràng: 5 năm một lần*
- Nội soi đại tràng sigma linh hoạt: từ 5 năm trở lên một lần
- Xét nghiệm máu**

**Bác sĩ của quý vị có thể đưa ra khuyến cáo khác về thời điểm tiến hành sàng lọc trực quan dựa trên tiền sử sức khỏe và các kết quả trước đó của quý vị.*

+Nếu khi nội soi đại tràng có phát hiện polyp hoặc mô bất thường, cần tiến hành kiểm tra toàn bộ đại tràng.

*** Trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe chính của quý vị và công ty bảo hiểm để xác định xét nghiệm này có phù hợp với quý vị không. Khi có kết quả bất thường sẽ cần tiến hành nội soi đại tràng.*

Lưu ý về polyp đại trực tràng tiến triển.

Nếu polyp được loại bỏ trong quá trình nội soi đại tràng, hãy hỏi bác sĩ về việc tiến hành sàng lọc sớm hơn hoặc thường xuyên hơn cho bản thân quý vị và người thân thể hệ thứ nhất (cha mẹ, anh chị em và con cái). Sàng lọc sớm hơn và thường xuyên hơn có thể được khuyến nghị.

LỜI KHUYÊN KHI NỘI SOI ĐẠI TRÀNG

Không có phương án sàng lọc nào hiệu quả hơn nội soi đại tràng trong việc phát hiện và phòng ngừa ung thư đại tràng. Hãy làm theo ba bước sau đây để giảm căng thẳng và giúp cho quá trình nội soi đại tràng của quý vị thoải mái hơn.

1. Lên kế hoạch.



Phần tệ nhất khi thực hiện nội soi đại tràng có thể là việc quý vị phải nhắc điện thoại lên để đặt lịch hẹn. Hãy nhớ rằng quý vị có thể cần nghỉ phép vào ngày chuẩn bị và vào ngày nội soi chính thức.



Lời khuyên thêm: Hãy đặt lịch nội soi đại tràng vào sáng Thứ Hai, khi đó quý vị có thể thực hiện các hoạt động chuẩn bị vào Chủ Nhật và chỉ phải nghỉ phép một ngày. Và hãy đặt lịch tiến hành nội soi đầu tiên vào buổi sáng vì quý vị sẽ phải nhịn ăn và muốn được ăn sớm nhất có thể sau khi nội soi!



2. Chuẩn bị.

Đại tràng sạch sẽ giúp việc phát hiện và loại bỏ polyp dễ dàng hơn. Hãy chắc chắn quý vị làm theo chỉ dẫn của bác sĩ và làm rõ bất kỳ điểm nào chưa rõ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe trước đó.

Trong hầu hết các trường hợp, làm sạch đường tiêu hóa có nghĩa là quý vị chỉ ăn thực phẩm trắng trong vài ngày trước đó và áp dụng chế độ ăn chất lỏng trong vào ngày ngay trước khi nội soi. Hãy tích trữ trong bếp những thực phẩm như:

- gạo trắng, mì ống và bánh mì
- khoai tây nghiền (không có vỏ)
- hoa quả và rau củ đóng hộp
- nước hoa quả trong (táo là tốt nhất)
- Thạch (nhưng tránh thạch màu đỏ, cam hoặc tím)
- nước giải khát trong (ví dụ như Sierra Mist hoặc 7-up, nhiều phòng khám thậm chí còn cho phép bệnh nhân uống root beer (bia nhẹ làm từ rễ cây))!
- cà phê và trà (không sữa hoặc kem)
- nước dùng



Lời khuyên thêm: Quý vị nên hạn chế ăn thịt, trái cây và rau tươi trong vài ngày trước đó đảm bảo quá trình chuẩn bị theo chỉ dẫn của bác sĩ có hiệu quả và tác dụng nhanh chóng.

Bác sĩ sẽ kê thuốc nhuận tràng dạng lỏng. Để giúp thuốc dạng lỏng đi xuống ruột:

- Bảo quản lạnh thuốc dạng lỏng
- Uống qua ống hút đặt phía sau miệng
- Ngậm kẹo cứng hoặc chanh để át bớt vị thuốc



Lời khuyên thêm: Nếu hướng dẫn pha thuốc với một loại đồ uống khác (ví dụ như Gatorade), đừng pha thuốc với vị ưa thích của quý vị - quý vị sẽ không còn thích vị đó nữa!

Quý vị nên ở gần phòng vệ sinh vào ngày chuẩn bị. Nhiều người thấy thoải mái khi dùng khăn ẩm hơn so với dùng giấy vệ sinh trong quá trình này.



Lời khuyên thêm: Thoa kem trị trĩ (hoặc thậm chí là thuốc mỡ trị hăm tã) trước khi bắt đầu chuẩn bị để bảo vệ da quý vị và giảm bớt cảm giác khó chịu. Sau đó thoa lại mỗi khi cần.

3. Thả lỏng.



Quý vị cần giữ tâm trạng thoải mái vào ngày xét nghiệm. Quý vị càng căng thẳng, quá trình xét nghiệm càng ít thoải mái. Đừng ngại đặt câu hỏi về thuốc an thần, quá trình xét nghiệm hoặc giảm cảm giác khó chịu.

Sau khi nội soi, hãy hỏi về kết quả. Sau đó hỏi thêm về thời điểm quý vị cần tiến hành nội soi đại tràng lần tiếp theo hoặc quý vị có cần thực hiện thêm bước nào không.



Lời khuyên thêm: Quý vị cần đi cùng bạn hoặc người thân. Họ sẽ giúp quý vị thư giãn và có thể cùng quý vị đi ăn sau khi tiến hành xét nghiệm. Quý vị sẽ cảm thấy đói!