

Làm thế nào để ngăn ngừa ung thư dạ dày?

Mặc dù chưa biết nguyên nhân chính xác của ung thư dạ dày là gì nhưng chúng ta có thể làm giảm nguy cơ phát triển ung thư dạ dày.

Trên thực tế, ở nhiều nước phát triển, người ta dùng tủ lạnh để lưu trữ và tiêu thụ thực phẩm tươi thay vì thực phẩm bảo quản bằng muối nên tỷ lệ ung thư dạ dày đã giảm đáng kể trong những năm qua.

Đây là những gì bạn có thể làm:

- Ăn nhiều trái cây và rau
- Giảm ăn các thực phẩm hun khói và muối
- Ngừng hút thuốc lá
- Nắm được tiền sử bệnh lý của bạn và tiến hành nội soi dạ dày thường xuyên nếu bạn có tiền sử nhiễm khuẩn *Helicobacter pylori*



Có Những Loại Hình Hỗ Trợ Nào?

CanHOPE là một dịch vụ hỗ trợ và tư vấn ung thư phi lợi nhuận do Trung tâm Ung thư Parkway, Singapore cung cấp. CanHOPE bao gồm một đội ngũ hỗ trợ chăm sóc, hiểu biết và có kinh nghiệm cùng với sự tiếp cận các thông tin toàn diện về một loạt các chủ đề về giáo dục và các hướng dẫn trong điều trị ung thư.

CanHOPE cung cấp:

- Các thông tin ung thư cập nhật cho bệnh nhân bao gồm các cách để ngăn ngừa ung thư, các triệu chứng, nguy cơ, xét nghiệm kiểm tra, chẩn đoán, các phương pháp điều trị và nghiên cứu hiện tại.
- Giới thiệu tới các dịch vụ liên quan đến ung thư, chẳng hạn như các cơ sở xét nghiệm và kiểm tra, các trung tâm điều trị và tư vấn bác sĩ phù hợp.
- Lời khuyên và tư vấn ung thư về chiến lược kiểm soát các tác dụng phụ trong quá trình điều trị, đối mặt với bệnh ung thư, chế độ ăn uống và dinh dưỡng.
- Hỗ trợ tâm lý và tinh thần cho những người bị bệnh ung thư và những người chăm sóc họ.
- Các hoạt động hỗ trợ nhóm, tập trung vào kiến thức, kỹ năng và các hoạt động hỗ trợ để giáo dục và nâng cao nhận thức cho bệnh nhân và những người chăm sóc.
- Các nguồn lực cho các dịch vụ hỗ trợ và phục hồi chức năng
- Các dịch vụ chăm sóc giảm nhẹ để cải thiện chất lượng cuộc sống của các bệnh nhân ung thư giai đoạn tiến triển.

Đội ngũ CanHOPE sẽ đồng hành cùng với bệnh nhân để hỗ trợ và chăm sóc cá nhân, vì họ đang cố gắng chia sẻ một chút hy vọng với tất cả những người mắc bệnh.



Liên hệ các Tư vấn viên CanHOPE:

Đường dây nóng tư vấn ung thư:
(84) 988 155 855
hoặc (84) 8 3823 0092
Email: hanoi@canhope.org
hoặc hcmc@canhope.org
www.canhope.org



Ung thư dạ dày

Ung thư dạ dày là ung thư bắt đầu trong dạ dày ?

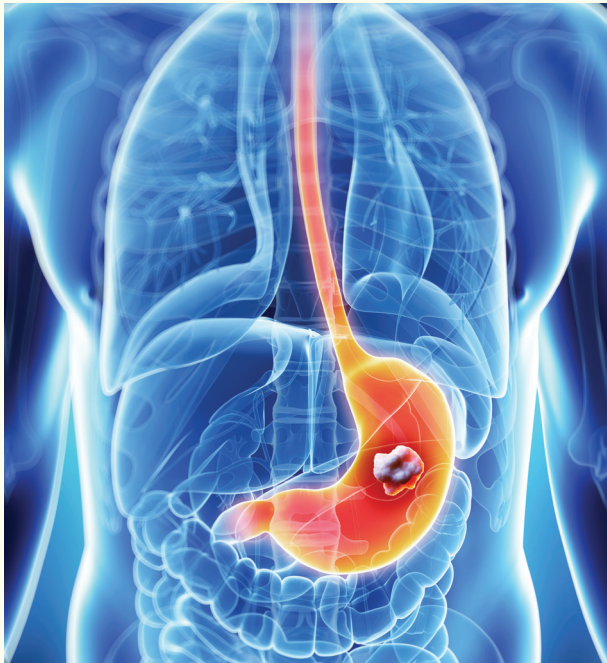


www.parkwaycancercentre.com



Ung thư dạ dày là gì?

Ung thư dạ dày là ung thư bắt đầu từ trong dạ dày. Trên toàn thế giới, ung thư dạ dày là nguyên nhân chủ yếu đứng thứ hai gây tử vong do ung thư ở cả nam và nữ giới. Bệnh đặc biệt phổ biến ở khu vực Đông Á. Ở Singapore, đây là bệnh ung thư phổ biến thứ sáu ở nam giới, nguy cơ mắc bệnh này chiếm tỉ lệ 1 trên 50 trong đời. Ở phụ nữ Singapore, nó là loại ung thư phổ biến thứ tám. Ung thư dạ dày cướp đi khoảng 300 sinh mạng mỗi năm tại Singapore.



Nguyên nhân gây ra?

Trong khi các nguyên nhân chính xác của ung thư dạ dày vẫn chưa được biết, các yếu tố có thể làm tăng nguy cơ mắc ung thư dạ dày bao gồm:

- Ăn nhiều thức ăn hun khói và mặn
- Ăn ít trái cây và rau
- Tiền sử gia đình bị ung thư dạ dày
- Nhiễm khuẩn *Helicobacter pylori*, một loại vi khuẩn sống trong niêm mạc nhầy của dạ dày
- Viêm dạ dày mãn tính hay viêm dạ dày kéo dài
- Thiếu máu ác tính nghĩa là giảm các tế bào hồng cầu do ruột không thể hấp thụ vitamin B12 bình thường
- Hút thuốc

Các triệu chứng của ung thư dạ dày?

Ung thư dạ dày có ít hoặc không có triệu chứng trong các giai đoạn đầu nên khó phát hiện sớm.

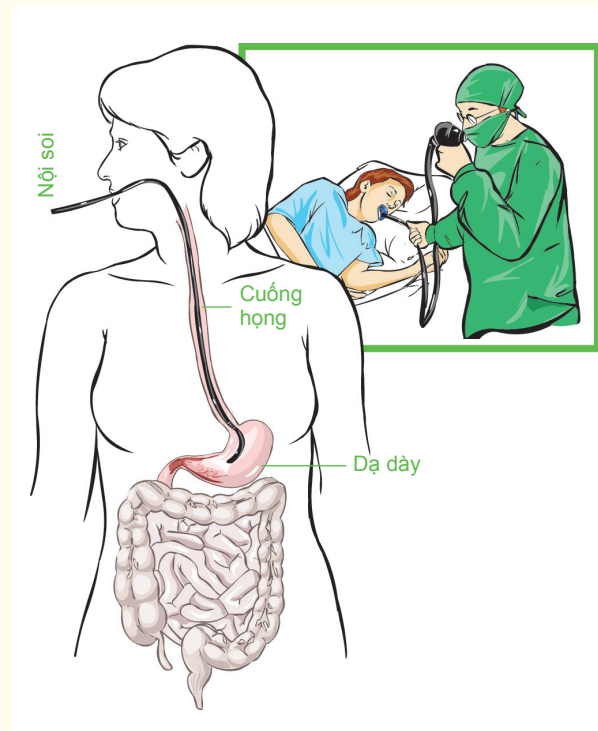
Một bệnh nhân có thể bị mất cảm giác ngon miệng, sụt cân không rõ nguyên nhân và đau bụng mạn tính. Tuy nhiên, đau dạ dày hoặc rối loạn tiêu hóa (đau hoặc khó chịu ở vùng bụng trên) là một triệu chứng rất phổ biến và hầu hết là do các bệnh thông thường như trào ngược acid hoặc viêm dạ dày. Do vậy, nhiều người, ngay cả các bác sĩ, có thể khi đó không nghĩ ngờ đó là ung thư dạ dày.

Đây là lý do chính tại sao thường phát hiện ung thư dạ dày. Các triệu chứng ít phổ biến hơn của ung thư dạ dày và thường xuất hiện trong các giai đoạn nặng hơn bao gồm nôn mửa và đại tiện phân đen, đó là một dấu hiệu của chảy máu.

Ung thư dạ dày được chẩn đoán ra sao?

Các xét nghiệm để chẩn đoán ung thư dạ dày bao gồm:

- **Nội soi dạ dày** - Đây là xét nghiệm thường được thực hiện đối với ung thư dạ dày. Trong xét nghiệm này, bác sĩ đặt một ống nội soi (một ống mềm dài có máy ảnh và đèn sáng ở cuối ống) vào miệng và xuống dạ dày. Điều này cho phép bác sĩ nhìn được vào bên trong dạ dày.



- **Sinh thiết** - Xét nghiệm này được thực hiện trong quá trình nội soi dạ dày. Khi sinh thiết, bác sĩ sẽ lấy một mẫu mô nhỏ từ một vùng trông bất thường của dạ dày, và sau đó một bác sĩ khác quan sát dưới kính hiển vi.
- **Chẩn đoán hình ảnh của dạ dày** - Các chẩn đoán hình ảnh như chụp cắt lớp vi tính (CT) và siêu âm tạo ra các hình ảnh bên trong của cơ thể để xem ung thư đã lan rộng ra những cơ quan khác hay chưa.

Các bác sĩ cũng sẽ kiểm tra khuẩn *Helicobacter pylori*. Có thể thực hiện theo các cách khác nhau, bao gồm kiểm tra hơi thở, xét nghiệm máu, và các xét nghiệm khác.

Ung thư dạ dày được điều trị ra sao?

Ung thư dạ dày thường được điều trị thông qua hoặc kết hợp các phương pháp sau đây:

- **Phẫu thuật** - Đây là phương pháp hiệu quả duy nhất để chữa khỏi ung thư dạ dày. Khi phẫu thuật bác sĩ có thể cắt bỏ một phần hoặc toàn bộ dạ dày. Thậm chí ở một số bệnh nhân bị ung thư dạ dày nặng không thể chữa khỏi, phẫu thuật được thực hiện để giảm các biến chứng của bệnh ung thư như làm tắc nghẽn hoặc chảy máu do khối u.
- **Xạ trị** - Sau khi phẫu thuật, xạ trị có thể được tiến hành cùng với hóa trị để tiêu diệt các tàn dư rất nhỏ của ung thư mà không thể nhìn thấy và loại bỏ trong quá trình phẫu thuật. Ở những bệnh nhân ung thư dạ dày nặng, xạ trị có thể có ích nhằm giảm tắc nghẽn. Xạ trị cũng có thể được sử dụng để cầm máu từ các khối u không thể phẫu thuật được.
- **Hóa trị** - Hóa trị sử dụng các loại thuốc để giúp tiêu diệt tế bào ung thư và thu nhỏ kích thước của khối u. Phương pháp này có thể được thực hiện một mình hoặc kết hợp với xạ trị sau phẫu thuật. Cũng có thể sử dụng hóa trị để làm giảm các triệu chứng hoặc kéo dài cuộc sống cho những bệnh nhân bị ung thư dạ dày nặng mà không thể phẫu thuật được.
- **Liệu pháp đích** - Khoảng 1 trong 5 ca ung thư dạ dày có quá nhiều một loại protein thúc đẩy tăng trưởng gọi là HER2 trên bề mặt của các tế bào ung thư. Các khối u có mức độ HER2 tăng được gọi là HER2-dương tính. Một kháng thể nhân tạo nhắm vào protein HER2, được hóa trị liệu có thể giúp một số bệnh nhân ung thư dạ dày tiến triển, HER2 dương tính sống lâu hơn so với chỉ dùng hóa trị.