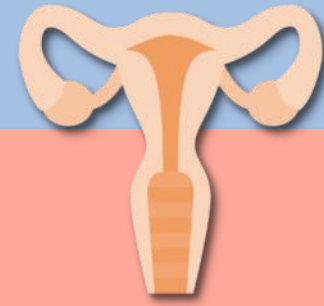


Cancer 101: Cervical



Cancer is the top killer in the community. The first line of defense of cancer is increased knowledge and awareness, especially of the most prevalent cancers affecting us. Cancer 101 is a series in our newsletter that highlights different cancers at greater depth. This educational series will complement the outreach and education that we do in the community. It is not intended to provide specific medical advice. If you have any questions about information you read, please consult your healthcare provider.

Ung thư là nguyên nhân gây tử vong hàng đầu trong cộng đồng người Mỹ gốc Việt. Bước đầu của việc phòng chống là sự nâng cao kiến thức và nhận thức, đặc biệt là những bệnh ung thư phổ biến nhất có ảnh hưởng đến chúng ta. Ung Thư 101 là chương mục trong bản tin định kỳ của Hội Ung Thư Việt Mỹ đề cập đến các bệnh ung thư khác nhau đầy đủ chi tiết. Những thông tin này chỉ dùng cho mục đích nâng cao hiểu biết và sẽ bổ sung cho các chương trình tiếp cận và nâng cao kiến thức Hội làm trong cộng đồng, không nhằm cung cấp tư vấn y tế cụ thể. Nếu quý vị có bất kỳ câu hỏi về thông tin này, xin vui lòng tham khảo với bác sĩ của quý vị.

This year, an estimated 13,000 women will be diagnosed with cervical cancer and each year, more than 12,000 women are diagnosed with invasive cervical cancer and (cancer that has spread from the surface of the cervix to tissue deeper in the cervix or to other body parts) and more than 4,000 die from the disease.

Cervical cancer used to be one of the most common causes of cancer death in women in the United States. Since the introduction of the Pap test (also called a Pap smear) more than 50 years ago, the rate of death from cervical cancer has decreased dramatically.

RISK FACTORS

You might be at an increased risk for cervical cancer if you are a woman who:

- Has the human papilloma virus (HPV), a common sexually transmitted virus
- Began having sex at an early age
- Has had multiple sexual partners
- Does not have a regular Pap test
- Smokes or uses tobacco
- Has used birth control pills for a long time
- Has a weakened immune system, such as those who have human immunodeficiency virus (HIV)
- Is overweight or obese
- Has a close relative (sister or mother) who has had cervical cancer
- Has been exposed to diethylstilbestrol (DES) before birth

SYMPTOMS

Don't wait for symptoms to appear. Get screened according to guidelines. If you do notice any of the following symptoms, talk with your health care professional.

- Increased or unusual discharge from the vagina
- Blood spots or light bleeding at times other than during a normal period
- Menstrual bleeding that lasts longer and is heavier than usual
- Bleeding or pain during or after sex
- Bleeding after menopause



PREVENTION

Avoid infection with HPV by abstaining from sex or, if you do have sex, using condoms the right way every time. Condoms cannot give complete protection against HPV because the virus can infect areas that are not covered by a condom.

Talk with your health care professional about the HPV vaccine. The HPV vaccine protects against the types of HPV that are most likely to cause cancer. It's most effective if a person is vaccinated before becoming sexually active. The three-part vaccine is recommended for girls and boys who are age 11 to 12. Girls may also be vaccinated at age 9 or 10 or get a "catch-up" vaccine up to age 18. Young women age 19 to 26 who have never been vaccinated may also get the vaccine.

Don't smoke. If you do smoke, quit.

EARLY DIAGNOSIS

- Beginning at age 21 until age 29, have a Pap test every three years
- Beginning at age 30 until age 65, have a Pap test and an HPV test every five years. This is the preferred approach, but it is also ok to continue having a Pap test alone every three years.
- If you are at high risk, were exposed to DES before birth or have a weakened immune system, talk to your health care professional about getting screened more often.

If you have had a total hysterectomy, you do not need to continue screening unless the surgery was done as a treatment for cervical cancer or pre-cancer. If you had a hysterectomy that left behind the cervix, continue to follow the guidelines above.

FOR WOMEN ABOVE AGE 65:

- If you are a woman over age 65 and have had regular cervical cancer testing with normal results, you do not need to continue screening for cervical cancer.
- If you have a history of cervical cancer, you should continue to be tested for at least 20 years after diagnosis, even if testing continues past age 65.

TREATMENT

Cervical cancer treatment depends on the type of tumor cells, the stage of the cancer and your medical condition. The most common forms of treatment are surgery, radiation and chemotherapy, used alone or in combination.

SOURCE: Prevent Cancer Foundation

Ung Thư 101: Cổ Tử Cung

Năm nay, ước tính có khoảng 13,000 phụ nữ bị chẩn đoán mắc bệnh ung thư cổ tử cung, và mỗi năm có hơn 12,000 phụ nữ bị chẩn đoán mắc bệnh ung thư cổ tử cung đã lây lan (tế bào ung thư lan rộng từ bề mặt của cổ tử cung đến các mô sâu hơn trong cổ tử cung hoặc đến các bộ phận khác của cơ thể) và có nhiều hơn 4,000 trường hợp tử vong vì bệnh này.

Ung thư cổ tử cung đã từng là một trong những nguyên nhân phổ biến nhất gây nên tử vong cho người phụ nữ tại Hoa Kỳ. Với sự ra đời của xét nghiệm Pap (còn được gọi là Pap smear) hơn 50 năm trước, tỉ lệ tử vong do bệnh ung thư cổ tử cung đã được giảm một cách đáng kể.

NHỮNG YẾU TỐ NGUY CƠ

Bạn có thể có nguy cơ gia tăng bệnh ung thư cổ tử cung nếu bạn là phụ nữ có:

- Siêu vi human papilloma (HPV), còn gọi là siêu vi u nhú ở người, trong người, một loại siêu vi phổ biến lây lan qua đường tình dục
- Bắt đầu quan hệ tình dục ở độ tuổi chưa trưởng thành
- Có nhiều bạn tình
- Không làm xét nghiệm Pap đều đặn
- Hút thuốc hoặc sử dụng thuốc lá
- Sử dụng thuốc ngừa thai trong khoảng thời gian dài
- Có hệ thống kháng thể yếu, như những người có siêu vi HIV trong người (HIV là siêu vi gây nên sự suy yếu cho hệ miễn nhiễm)
- Thừa cân hoặc béo phì
- Có người thân (chị em gái hoặc mẹ), đã bị ung thư cổ tử cung
- Đã tiếp xúc với diethylstilbestrol (DES) trước khi sinh. DES là một loại thuốc bổ sung estrogen cho phụ nữ mang thai để ngăn ngừa sảy thai, khả năng sinh non và các biến chứng khác của thai kỳ.

TRIỆU CHỨNG

Đừng đợi đến khi có triệu chứng xuất hiện. Hãy kiểm tra theo hướng dẫn. Nếu bạn nhận thấy bất kỳ dấu hiệu nào sau đây, hãy nói chuyện với chuyên gia chăm sóc sức khỏe của bạn.

- Có những bất thường tiết ra từ âm đạo
- Có những đốm máu hoặc chảy máu nhẹ ở thời điểm khác ngoài chu kỳ kinh nguyệt
- Máu của kinh nguyệt kéo dài và nhiều hơn bình thường
- Chảy máu hoặc đau khi đang hoặc sau khi quan hệ
- Chảy máu sau khi mãn kinh

NGĂN NGỪA

Tránh lây nhiễm với HPV bằng cách kiêng quan hệ tình dục, nếu có quan hệ hãy dùng bao cao su đúng cách mỗi lần. Bao cao su không thể hoàn toàn bảo vệ chống

lại HPV bởi vì siêu vi có thể lây lan đến những khu vực không được bao cao su bao bọc.

Nói chuyện với chuyên viên chăm sóc sức khỏe của bạn về tiêm phòng ngừa HPV. Thuốc chủng ngừa HPV bảo vệ chống lại HPV có nhiều khả năng gây ra ung thư. Và hiệu quả nhất nếu bạn được tiêm thuốc chủng ngừa trước khi bắt đầu có quan hệ tình dục. Thuốc chủng ngừa ba phần được khuyến khích dùng cho trẻ em gái và trai trong độ tuổi 11 đến 12. Những trẻ em gái cũng có thể được tiêm thuốc chủng ngừa từ lúc 9 hoặc 10 tuổi, hoặc là nhận thuốc chủng ngừa “bắt kịp” lên đến tuổi 18. Những người phụ nữ trẻ tuổi từ 19 đến 26 chưa bao giờ được tiêm phòng ngừa cũng có thể tiêm thuốc chủng ngừa.

Đừng hút thuốc. Nếu bạn đang hút thuốc hãy từ bỏ.

PHÁT HIỆN SỚM

Bắt đầu từ 21 tuổi đến 29 tuổi, nên làm xét nghiệm Pap mỗi ba năm.

Bắt đầu từ 30 tuổi đến 65 tuổi, nên làm xét nghiệm Pap và HPV mỗi năm một lần. Đây là phương pháp được khuyến khích nhiều, nhưng nó cũng tốt khi tiếp tục làm một mình xét nghiệm Pap mỗi ba năm.

Nếu bạn có nguy cơ mắc bệnh cao do tiếp xúc thuốc DES trước khi sinh hoặc có hệ thống miễn nhiễm yếu, hãy nói với chuyên viên chăm sóc sức khỏe của bạn về việc xét nghiệm truy tìm bệnh thường xuyên.

Nếu bạn đã phẫu thuật cắt bỏ hết tử cung, bạn không cần tiếp tục làm xét nghiệm truy tìm bệnh trừ khi phẫu thuật được thực hiện như là một điều trị cho ung thư cổ tử cung hoặc tiền ung thư. Nếu bạn đã phẫu thuật cắt bỏ tử cung còn để lại cổ tử cung thì tiếp tục làm theo những hướng dẫn trên.

DÀNH CHO PHỤ NỮ TRÊN 65 TUỔI

Nếu bạn trên 65 tuổi, và thường xuyên làm xét nghiệm truy tìm ung thư cổ tử cung, bạn sẽ không cần tiếp tục làm xét nghiệm truy tìm bệnh. Nếu bạn có tiền sử của bệnh ung thư cổ tử cung, bạn nên tiếp tục làm xét nghiệm truy tìm bệnh ít nhất 20 năm sau khi được chẩn đoán, ngay cả khi xét nghiệm tiếp tục sau 65 tuổi.

ĐIỀU TRỊ

Điều trị ung thư cổ tử cung phụ thuộc vào loại tế bào khối u, giai đoạn của bệnh ung thư, và tình trạng sức khỏe của bạn. Phương pháp phổ biến nhất để điều trị bệnh ung thư là phẫu thuật, xạ trị, và hóa trị, các phương pháp này được sử dụng riêng rẽ hoặc được kết hợp với nhau.

NGUỒN TÀI LIỆU: Hội Phòng Chống Ung Thư (Prevent Cancer Foundation)



Please call VACF at 714.741.5805 or email info@vacf.org for more details about cervical cancer or other cancers.

Xin quý vị liên lạc Hội Ung Thư Việt Mỹ tại 714.751.5805 hoặc info@vacf.org để biết thêm chi tiết về ung thư cổ tử cung hoặc những ung thư khác.