

Tầm soát ung thư ruột



Ung thư ruột (còn được gọi là ung thư đại trực tràng) là một trong những bệnh ung thư được chẩn đoán phổ biến nhất ở nam giới và phụ nữ Queensland.

Khoảng 5% đàn ông và 3% phụ nữ sẽ mắc ung thư ruột trước 75 tuổi. Ung thư ruột phổ biến hơn ở những người trên 50 tuổi, nhưng nó có thể xảy ra ở mọi lứa tuổi. Ung thư ruột là ung thư ở bất kỳ phần nào của ruột già (đại tràng hoặc trực tràng). Nó đôi khi còn được gọi là ung thư đại trực tràng. Nó cũng có thể được gọi là ung thư ruột kết, tùy thuộc vào ung thư bắt đầu ở đâu.

Nguyên nhân và yếu tố Rủi ro

Chúng ta chưa biết được nguyên nhân chính xác gây ung thư ruột. Tuy nhiên, nghiên cứu cho thấy những người có một số yếu tố nguy cơ nhất định có nhiều khả năng mắc ung thư ruột. Nếu quý vị thuộc nhóm có nguy cơ cao hơn, hãy thảo luận các phương án với chuyên gia y tế hoặc bác sĩ của mình.

Các yếu tố rủi ro

- **Trên 50 tuổi** – hầu hết những người mắc bệnh ung thư ruột đều ở độ tuổi trên 50 và nguy cơ mắc bệnh cũng gia tăng theo tuổi tác.
- **Polyp (Tăng sinh tế bào bất thường)** – tiền sử có polyp trong ruột.
- **Bệnh đường ruột** - những người mắc bệnh viêm ruột, chẳng hạn như bệnh Crohn, hoặc viêm loét đại tràng, có nguy cơ mắc bệnh cao hơn đáng kể.
- **Các yếu tố về lối sống** – thừa cân, chế độ ăn nhiều thịt đỏ hoặc thịt chế biến sẵn như xúc xích Ý hoặc giăm bông, uống rượu và hút thuốc.
- **Tiền sử bệnh gia đình** – một số ít bệnh ung thư ruột có tính chất di truyền trong gia đình. Nếu một hoặc nhiều thành viên trực hệ trong gia đình quý vị (chẳng hạn như cha mẹ hoặc anh chị em ruột) bị ung thư ruột, điều đó có thể làm tăng nguy cơ mắc bệnh của quý vị.
- **Tiền sử các căn bệnh khác** – có chẩn đoán ung thư ruột, ung thư buồng trứng hoặc nội mạc tử cung (tử cung) trước đây có thể làm tăng nguy cơ mắc ung thư ruột.
- **Rối loạn di truyền hiếm gặp** – một số ít bệnh ung thư ruột có liên quan đến gen di truyền (đa polyp tuyến gia đình (FAP) và hội chứng Lynch). Những gen bị rối loạn này gây ra một số nhỏ (khoảng 5-6%) các ca ung thư ruột.
- **Tăng mức insulin** hoặc bệnh tiểu đường loại 2.

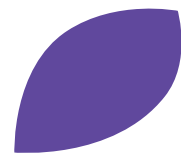
Triệu chứng và phát hiện bệnh sớm

Trong giai đoạn đầu, ung thư ruột có thể không xuất hiện triệu chứng. Tầm soát rất quan trọng, giúp tăng cơ hội chẩn đoán sớm. Tuy nhiên, nhiều người bị ung thư ruột có xuất hiện triệu chứng.

Chúng có thể bao gồm:

- Máu trong phân (phân) hoặc trên giấy vệ sinh
- Thay đổi thói quen đại tiện, chẳng hạn như tiêu chảy, táo bón hoặc đi tiêu ít hơn, thường xuyên hơn
- Bề ngoài hoặc tính nhất quán của phân có sự thay đổi (ví dụ: phân hẹp hơn hoặc có chất nhầy trong phân)
- Cảm giác đầy hoặc chướng bụng (dạ dày) hoặc cảm giác bất thường ở trực tràng, thường xảy ra khi đi tiêu
- Cảm giác ruột không rỗng hoàn toàn
- Giảm cân không rõ nguyên nhân
- Suy nhược hoặc mệt mỏi
- Đau trực tràng hoặc hậu môn
- Khối u ở trực tràng hoặc hậu môn
- Đau bụng hoặc sưng tấy
- Số lượng hồng cầu thấp (thiếu máu), có thể gây mệt mỏi và suy nhược
- Một triệu chứng hiếm khi xảy ra, tắc ruột.

Có nhiều yếu tố có thể gây ra những thay đổi trong chức năng của ruột, và điều đó không có nghĩa quý vị mắc ung thư ruột. Tuy nhiên, nếu bị chảy máu dù ít hay nhiều cũng là dấu hiệu bất thường, và quý vị nên đi khám bác sĩ.



Tầm soát ung thư ruột

BỘ XÉT NGHIỆM TÌM MÁU ẨN TRONG PHÂN (FOBT)

Hội đồng Ung thư Queensland khuyến nghị tất cả công dân từ 50 tuổi trở lên nên sàng lọc ung thư ruột bằng xét nghiệm tìm máu ẩn trong phân (FOBT) hai năm một lần. FOBT là dụng cụ tầm soát hiệu quả nhất giúp phát hiện các dấu hiệu sớm của bệnh ung thư ruột trong dân số.

FOBT được dùng để phát hiện máu ẩn trong phân. Chương trình Tầm soát Ung thư Ruột Quốc gia (NBCSP) gửi cho những người đủ điều kiện một bộ dụng cụ tầm soát ung thư ruột nhanh chóng và dễ dàng qua đường bưu điện. Trong bộ dụng cụ này đã có sẵn bộ xét nghiệm FOBT. Quý vị có thể làm xét nghiệm ngay tại nhà.

Tất cả công dân Úc đủ điều kiện trong độ tuổi từ 50 đến 74 (không có triệu chứng) được mời khám tầm soát ung thư ruột hai năm một lần. Chương trình NBCSP nhằm mục đích giảm tỉ lệ tử vong do ung thư ruột thông qua phát hiện sớm.

Nếu quý vị không đủ điều kiện theo chương trình tầm soát quốc gia, quý vị vẫn có thể làm xét nghiệm. Hãy liên hệ với bác sĩ để thảo luận về các phương án tầm soát dành cho mình. Bác sĩ gia đình có thể yêu cầu làm Xét nghiệm Máu ẩn trong Phân (FOBT), xét nghiệm này đủ điều kiện nhận trợ cấp Medicare. Hầu hết các phòng xét nghiệm đều nhận thanh toán thông qua medicare (bulk bill) cho xét nghiệm này.

Các phương án khác để có bộ dụng cụ này:

- Một số hiệu thuốc có sẵn bộ dụng cụ FOBT và quý vị có thể mua mà không cần kê toa.
- Một số dịch vụ khám bệnh hoặc tổ chức y tế cung cấp các tùy chọn mua bộ dụng cụ này trực tuyến.

Hãy trao đổi với bác sĩ về việc sử dụng FOBT trước khi mua.

Giảm nguy cơ mắc bệnh ung thư ruột

Một số hoạt động giúp giảm nguy cơ mắc ung thư ruột, bao gồm:

- vận động cơ thể
- duy trì cân nặng khỏe mạnh
- bỏ không ăn thịt đã qua chế biến, chẳng hạn như xúc xích Ý hoặc giăm bông
- bớt ăn thịt đỏ
- uống rượu ít hơn
- không hút thuốc
- ăn các loại ngũ cốc nguyên hạt, chất xơ và thực phẩm làm từ sữa.

Trao đổi với bác sĩ về việc có nên dùng aspirin hay không, loại thuốc này cho thấy giúp làm giảm nguy cơ mắc ung thư ruột.