



# Nhận biết ung thư vú

Ung thư vú là do các tế bào ống tuyến hoặc tiểu thùy phát triển bất thường. Các tế bào bất thường này phát triển và có khả năng lan sang các bộ phận khác của cơ thể.

## Triệu chứng – Nhận biết ung thư vú

Điều quan trọng đối với phụ nữ ở mọi lứa tuổi là cách nhận biết ung thư vú. Điều này đồng nghĩa quý vị phải quen với hình dáng và cảm giác thông thường của vú, nhờ đó quý vị sẽ dễ dàng nhận thấy bất kỳ thay đổi bất thường nào.

Vú của quý vị liên tục thay đổi. Các giai đoạn tăng trưởng, phát triển và thay đổi chính xảy ra trong thời kỳ dậy thì, mang thai, cho con bú và mãn kinh. Lớn tuổi hơn và những thay đổi trọng lượng cơ thể có thể ảnh hưởng đến hình dạng, kích cỡ và cảm giác của vú.

Vú thường khá săn và điều này có thể là bình thường đối với một số phụ nữ. Vú của quý vị có thể mềm và sần hơn ngay trước kỳ kinh nguyệt.

Vú của quý vị có thể mềm và sần hơn ngay trước kỳ kinh nguyệt. Cùng với tuổi tác, ngực trở nên ít tuyến hơn và ngày càng nhiều mỡ, khiến chúng trở nên mềm mại và ít săn hơn.

### Hãy khám bác sĩ ngay nếu quý vị nhận thấy bất kỳ thay đổi bất thường nào, bao gồm:

- Xuất hiện khối u, cục u hoặc dày lên ở vú hoặc nách.
- Da vú bị thay đổi, chẳng hạn như nhăn nheo, lõm xuống hoặc phát ban
- Đau vú dai dẳng hoặc bất thường
- Tiết dịch từ núm vú, núm vú phát ban hoặc có hình dáng thay đổi
- Hình dáng hoặc kích thước vú thay đổi
- Khu vực có cảm giác khác so với các phần còn lại.

Quý vị cũng có thể yêu cầu bác sĩ khám vú như một phần trong quá trình khám sức khỏe.



Đàn ông cũng cần phải nhận thức được những gì là bình thường đối với mình.

### Hãy khám bác sĩ nếu quý vị có bất kỳ thay đổi bất thường nào như:

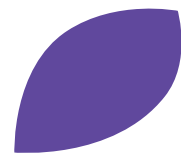
- Khối u không đau gần núm vú (triệu chứng phổ biến nhất)
- Dịch tiết ra từ núm vú
- Thay đổi hình dáng hoặc bề ngoài của núm vú hoặc bầu ngực
- Thay đổi hình dáng hoặc bề ngoài của vú, chẳng hạn như sưng hoặc lõm
- Đau hoặc sưng hạch bạch huyết (các tuyến) dưới cánh tay.

## Tầm soát ung thư vú

Tầm soát ung thư vú (chụp X-quang tuyến vú hoặc chụp nhũ ảnh) có thể phát hiện ung thư ở giai đoạn đầu khi chúng còn quá nhỏ nên quý vị có thể không nhận thấy, hoặc khi quý vị không có bất kỳ triệu chứng nào.

Phụ nữ trong độ tuổi 50-74 được khuyến nghị nên chụp nhũ ảnh hai năm một lần, nhưng phụ nữ từ 40-49 hoặc 75 tuổi trở lên nên trao đổi với bác sĩ xem liệu họ có nên chụp nhũ ảnh không. Chụp nhũ ảnh thường xuyên có thể giúp giảm nguy cơ mắc ung thư vú giai đoạn cuối nhờ phát hiện sớm, đặc biệt ở phụ nữ trong độ tuổi 50-69. Trao đổi với bác sĩ về thời điểm tốt nhất mà quý vị nên bắt đầu tầm soát.

BreastScreen Australia là chương trình chụp nhũ ảnh toàn quốc miễn phí dành cho phụ nữ trên 40 tuổi. Những phụ nữ đủ điều kiện sẽ được khám tầm soát hai năm một lần tại một trong 500 địa điểm trên toàn quốc. Tầm soát ung thư vú thông qua chương trình này dành cho những phụ nữ không nhìn thấy hoặc cảm thấy bất kỳ thay đổi nào đối với vú của mình. Để đặt lịch hẹn tại cơ sở dịch vụ BreastScreen Australia gần nhất, hãy gọi đến số 13 20 50. Nếu nhận thấy vú có bất kỳ thay đổi nào, quý vị nên trao đổi với bác sĩ. Có thể có những xét nghiệm khác phù hợp hơn với quý vị.



## Các yếu tố rủi ro

Nguyên nhân gây ung thư vú phần lớn chưa được biết. Không chắc là có một nguyên nhân duy nhất và có thể có một vài yếu tố kết hợp với nhau gây ung thư. Có một số yếu tố có thể làm tăng nguy cơ mắc ung thư vú; tuy nhiên, mọi người đều có khả năng mắc bệnh.

Ngoài ung thư da không hắc tố, ung thư vú là loại ung thư phổ biến nhất ở phụ nữ Úc. Mặc dù nó có thể xảy ra ở mọi lứa tuổi, nhưng lại phổ biến hơn ở phụ nữ trên 40.

### Có một số yếu tố nguy cơ đối với phụ nữ, bao gồm:

- Các yếu tố cá nhân
  - > Lớn tuổi; mô vú dày đặc theo quan sát trên hình chụp nhũ ảnh
- Các yếu tố về lối sống
  - > thừa cân hoặc tăng cân sau mãn kinh; uống rượu bia mỗi ngày
  - > không hoạt động thể chất
- Các yếu tố sức khỏe
  - > sử dụng liệu pháp hormone thời kỳ mãn kinh (MHT) có chứa cả estrogen và progesterone
  - > uống thuốc trong thời gian dài
  - > dùng diethylstilboestral (DES) trong thời kỳ mang thai
  - > xạ trị vùng ngực vì ung thư hạch Hodgkin
  - > mắc chứng tăng sản ống động mạch không điển hình hoặc bệnh tăng sinh không điển hình
  - > có chẩn đoán mắc LCIS hoặc DCIS trước đây
- Các yếu tố liên quan đến vấn đề sinh sản
  - > bắt đầu có kinh lần đầu dưới 12 tuổi
  - > trên 30 tuổi khi sinh con đầu lòng
  - > không sinh con
  - > không cho con bú
  - > mãn kinh sau 55 tuổi
- Các yếu tố tiền sử gia đình
  - > tiền sử gia đình mắc bệnh ung thư vú và/hoặc một loại ung thư buồng trứng ở những người thân trực hệ (ví dụ: mẹ, chị gái) ở cùng một nhánh gia đình, đặc biệt nếu được chẩn đoán khi còn trẻ.

Nam giới cũng có thể được chẩn đoán mắc ung thư vú, mặc dù rất hiếm. Khoảng 1% các ca ung thư vú được chẩn đoán ở nam giới.

### Các yếu tố nguy cơ đối với nam giới bao gồm:

- Yếu tố cá nhân
  - > Lớn tuổi
- Các yếu tố sức khỏe
  - > hội chứng di truyền hiếm gặp có tên là hội chứng Klinefelter. Nam giới mắc hội chứng này có ba nhiễm sắc thể giới tính (XXY) thay vì hai (XY) như bình thường
- Các yếu tố tiền sử gia đình
  - > tiền sử gia đình có nhiều người thân trực hệ (nam hoặc nữ) bị ung thư vú BRCA2
  - > người thân được chẩn đoán mắc bệnh ung thư vú ở độ tuổi dưới 40
  - > vài người thân bị ung thư buồng trứng hoặc ung thư ruột kết
- Di truyền gen đột biến BRCA1 hoặc BRCA2.

Người chuyển giới và đa giới tính cũng có thể mắc ung thư vú. Phụ nữ chuyển giới đang dùng thuốc tăng nội tiết tố nữ và giảm nội tiết tố nam có thể làm tăng nguy cơ mắc ung thư vú. Đàn ông chuyển giới đã phẫu thuật cắt bỏ vú vẫn có nguy cơ mắc ung thư vú. Điều này có thể do một lượng nhỏ mô vú có thể còn sót lại sau phẫu thuật.