



## Sau khi phát hiện mắc ung thư buồng trứng After a diagnosis of Ovarian Cancer

Sau khi phát hiện mắc ung thư buồng trứng, quý vị có thể cảm thấy sốc, bức bối, lo âu hay bối rối. Đây là những phản ứng bình thường. Có thể có ích khi trò chuyện với bác sĩ, gia đình và bè bạn về các lựa chọn điều trị. Hãy tìm kiếm nhiều thông tin quý vị cảm thấy cần đến. Quý vị muốn liên quan nhiều hay ít đến việc ra quyết định điều trị là tùy vào chính quý vị.

Ung thư buồng trứng là ung thư phổ biến thứ chín ở phụ nữ Úc, với hơn 1200 người được phát hiện mắc bệnh mỗi năm. Hiện chưa rõ tại sao một số người mắc phải ung thư này trong khi người khác lại không. Chẩn đoán ung thư buồng trứng có thể khó khăn vì các triệu chứng thường mơ hồ và giống nhiều bệnh phổ biến khác.

### Ung thư buồng trứng được điều trị ra sao?

Có thể có nhiều chuyên viên săn sóc y tế khác nhau giúp săn sóc và điều trị cho quý vị. Tùy thuộc vào giai đoạn ung thư và sức khỏe tổng quát quý vị sẽ nhận được loại điều trị nào. Dù hầu như điều trị nào cũng có phản ứng phụ, hầu hết có thể được chế ngự hiệu quả. Hãy yêu cầu bác sĩ giải thích sẽ có phản ứng phụ nào và cách chế ngự tốt nhất.

Điều trị ung thư buồng trứng đầu tiên thường là **giải phẫu**. Mục tiêu là để xác nhận chẩn đoán, xác định ung thư đã lan đến đâu trong trường hợp phát hiện sớm và loại bỏ càng nhiều khối u càng tốt nếu ung thư đã phát triển. Việc này khiến các điều trị khác như hóa trị và xạ trị hữu hiệu hơn.

**Hóa trị** dùng kết hợp các loại thuốc để tấn công tế bào ung thư và làm chậm hay dừng hẳn không để ung thư phát triển. Hầu hết phụ nữ sẽ được hóa trị trong điều trị, vì nó làm giảm nguy cơ ung thư tái phát.

Hóa trị ung thư buồng trứng thường được cho truyền dịch vào tĩnh mạch ở cánh tay. Bác sĩ chuyên về ung thư phụ khoa hay bác sĩ sẽ giải thích những thuốc hóa trị nào được dùng để chữa ung thư của quý vị. Quý vị sẽ được giải thích về phản ứng phụ, bao lâu có thể cần uống thuốc hóa trị và có thể được hóa trị ở đâu.

**Xạ trị** dùng tia X để diệt tế bào ung thư. Chỉ một số ít phụ nữ mắc ung thư buồng trứng sẽ được xạ trị. Nhóm điều trị sẽ bàn luận với quý vị liệu xạ trị có nên được sử dụng. Xạ trị cũng được dùng để làm giảm quy mô ung thư, xoa dịu nỗi đau, khó chịu hay các triệu chứng khác.

**Liệu pháp ăn uống**, hoặc ăn uống lành mạnh nhiều loại thức ăn khác nhau, sẽ bảo đảm quý vị nhận được những gì cơ thể cần để đối phó với điều trị và phục hồi sau này. Hãy nhớ bàn thảo chế độ ăn uống với chuyên gia dinh dưỡng hay bác sĩ của quý vị.

**Liệu pháp thể dục** có thể giúp quý vị bình phục sau ung thư tốt hơn. Nghiên cứu đã cho thấy tập thể dục đều đặn rất có ích và có thể giảm thiểu phản ứng phụ như mệt mỏi. Hãy trò chuyện với chuyên viên vật lý trị liệu, chuyên viên sinh lý thể dục hay bác sĩ.

### Tình trạng sức khỏe thể chất và tinh thần của tôi ra sao?

- Đừng ngại yêu cầu hỗ trợ về mặt chuyên môn và cảm xúc.
- Xem xét gia nhập nhóm hỗ trợ ung thư.
- Học cách bỏ ngoài tai các 'chuyện khủng khiếp' và lời khuyên không mong muốn.
- Sống ngày qua ngày và nên nhớ mỗi ngày sẽ khác nhau.

Các liệu pháp bổ sung có thể giúp ích bên cạnh các điều trị y khoa và một số liệu pháp đã thật sự cải thiện chất lượng sống hay giảm đau. Không có chứng cứ là các liệu pháp này có thể chữa lành hay ngăn ngừa ung thư. Quan trọng là hãy nhớ một số liệu pháp này chưa được thử nghiệm để xác định phản ứng phụ, có thể tổn kém hay có thể chống lại các điều trị y khoa khác. Hãy cho bác sĩ biết tất cả liệu pháp bổ sung quý vị nghĩ sẽ dùng đến.

**Hãy nhớ liên lạc với bác sĩ nếu quý vị có mối quan tâm hay thắc mắc nào.**

### Có thể lấy thông tin đáng tin cậy ở đâu?

#### Đường dây Trợ giúp của Cancer Council 13 11 20

Thông tin và hỗ trợ dành cho quý vị và gia đình với phí tổn bằng cuộc gọi nội hạt ở mọi nơi ở Úc.

#### Trang mạng của Cancer Council Australia

(có các đường dẫn đến các Cancer Council ở tiểu bang và lãnh thổ)

[www.cancercouncil.com.au](http://www.cancercouncil.com.au)

#### Trung tâm Quốc gia về Ung thư Vú và Buồng trứng

[www.nbocc.org.au](http://www.nbocc.org.au)

#### Mạng lưới Ung thư Buồng trứng Quốc gia

1300 660 334 [www.ovca.org](http://www.ovca.org)

#### Hội Ung thư Phụ khoa

1800 700 288 [www.gcsau.org](http://www.gcsau.org)

Cancer Council trân trọng cảm ơn Trung tâm Quốc gia về Ung thư Vú và Buồng trứng đã giúp thực hiện tờ thông tin này.

#### Dịch vụ Phiên dịch & Biên dịch 13 14 50