

Ung thư là gì?

Thông tin dành cho người bị ảnh hưởng bởi bệnh ung thư.

Chúng tôi chuẩn bị tờ thông tin này để giúp quý vị, gia đình và bạn bè của quý vị hiểu hơn về bệnh ung thư. Quý vị cũng sẽ biết điều gì xảy ra nếu bác sĩ nói cho quý vị biết rằng mình bị ung thư.

Ung thư là gì?

Ung thư là căn bệnh của các tế bào. Tế bào là những khối xây dựng căn bản của cơ thể con người. Cơ thể chúng ta được tạo nên từ nhiều dạng tế bào khác nhau như tế bào xương, da và máu. Cơ thể liên tục tạo ra tế bào mới để giúp chúng ta lớn, thay thế các tế bào đã cũ và làm lành những thương tổn.

Đôi khi tiến trình này bị sai đi, và tế bào trở nên bất thường. Tế bào bất thường tiếp tục phân chia, tạo nên nhiều tế bào bất thường nữa.

Các tế bào bất thường tập hợp với nhau và tạo thành một cái bướu gọi là khối u. Có hai loại khối u:

- **Các U Lành tính** không phải là ung thư. Chúng không lan ra những phần khác của cơ thể.
- **Các U Ác tính** là ung thư. Chúng có thể lan ra các phần khác của cơ thể.

What is cancer?

Information for people affected by cancer.

We prepared this fact sheet to help you and your friends and family understand more about cancer. You will also learn what happens if your doctor tells you that you have cancer.

What is cancer?

Cancer is a disease of the cells. Cells are the basic building blocks of the human body. Our body is made up of lots of different types of cells like bone, skin and blood cells. The body constantly makes new cells to help us grow, replace old cells and heal injuries.

Sometimes this process goes wrong, and the cell becomes abnormal. The abnormal cell keeps dividing, making more abnormal cells.

The abnormal cells can gather together and form a lump called a tumour. There are two kinds of tumours:

- **Benign** tumours are not cancer. They do not spread to other parts of the body.
- **Malignant** tumours are cancer. They can spread to other parts of the body.

Bệnh ung thư bắt đầu như thế nào?

Tế bào bình thường

--->

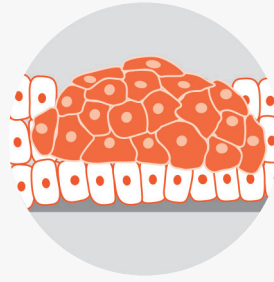
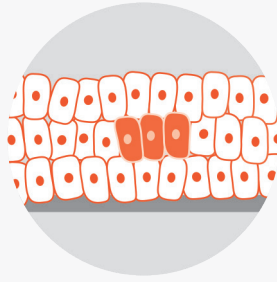
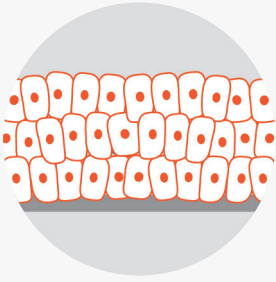
Tế bào bất thường

--->

Các tế bào bất thường
nhân lên

--->

Ung thư ác tính



Tự mọc mạch máu
(Hình thành mạch)

Xâm lấn mô
xung quanh

Ung thư có thể bắt đầu từ đâu?

Vì cơ thể chúng ta được tạo nên từ các tế bào, bệnh ung thư có thể bắt đầu từ bất kỳ nơi nào trên cơ thể. Một số nơi phổ biến để ung thư bắt đầu gồm có da, ruột, vú, tuyến tiền liệt và phổi.

Chỗ mà ung thư bắt đầu gọi là ‘ung thư tiên phát’. Thỉnh thoảng các bác sĩ không thể tìm ra được nơi đầu tiên ung thư xuất hiện. Đây gọi là ‘ung thư không rõ tiên phát’.

Ung thư có thể lan ra không?

Đôi khi các tế bào ung thư di chuyển đến các bộ phận khác của cơ thể. Khi điều này xảy ra, chúng ta thường nói rằng ung thư đã lây lan.

Bệnh ung thư đã lây lan và phát triển thành một khối u ở nơi khác trong cơ thể gọi là ‘ung thư thứ phát’ hoặc ‘ung thư di căn’.

Where can cancer start?

As our body is made up of cells, cancer can start anywhere in the body. Some common places for cancer to start include the skin, bowel, breasts, prostate and lungs.

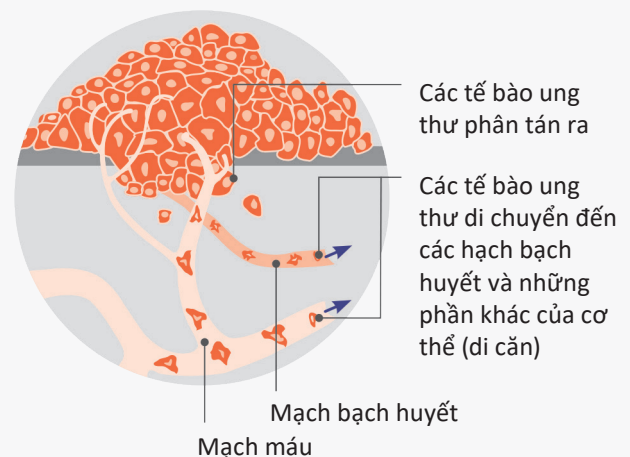
The place where the cancer first starts is called ‘primary cancer’. Sometimes the doctors can’t find where the cancer first started. This is called ‘cancer of unknown primary’.

Can cancer spread?

Sometimes cancer cells move to other parts of the body. When this happens, we usually say that that the cancer has spread.

Cancer that has spread and developed into a tumour somewhere else in the body is called a ‘secondary cancer’ or ‘metastasis’.

Bệnh ung thư lây lan thế nào



Làm thế nào mà quý vị mắc bệnh ung thư?

Bệnh ung thư có thể xảy ra với bất kỳ ai. Một số điều khiến người ta có nguy cơ bị mắc ung thư hơn:

- lớn tuổi (một nửa của tất cả các bệnh ung thư được chẩn đoán là ở người từ 75 tuổi trở lên)
- hút thuốc
- uống quá nhiều rượu bia
- không tập thể dục đủ
- ăn thực phẩm không lành mạnh
- thừa cân
- phơi nắng quá nhiều
- tiền sử gia đình
- một số hóa chất và sợi đá asbestos (amiăng)
- một số vi-rút, chẳng hạn như siêu vi papillo ở người (lây qua đường tình dục).

Bị thương hay căng thẳng không gây ra ung thư.

Ung thư không gây ra do làm người xấu và không có nghĩa là quý vị hay gia đình của quý vị là những người xấu.

Quý vị có thể bị lây ung thư từ người khác không?

Không. Bệnh ung thư không lây. Người ta không thể mắc phải nó từ người khác. Ở gần người bị ung thư thì an toàn.

Nếu quý vị bị ung thư và nghĩ rằng người khác sợ gần quý vị, họ có thể gọi 13 11 20 để nói chuyện với chuyên gia sức khỏe về ung thư và nói về những gì khiến họ lo lắng. Để có thêm thông tin bằng ngôn ngữ của quý vị, hãy gọi 13 14 50.

Bệnh ung thư phổ biến ra sao?

Bệnh ung thư thì phổ biến. Tuy nhiên, nếu được phát hiện sớm thì nhiều bệnh ung thư có thể được bác sĩ chữa khỏi.

How do you get cancer?

Cancer can happen to anybody. Some things put people at a greater risk of getting cancer:

- getting older (half of all cancers are diagnosed in people aged 75 or over)
- smoking tobacco
- drinking too much alcohol
- not doing enough exercise
- eating unhealthy food
- being overweight
- too much sun
- family history
- some chemicals and asbestos
- some viruses, such as the human papillomavirus (spread by sex).

Injury or stress does not cause cancer.

Cancer is not caused by being a bad person and it does not mean that you or your family are bad people.

Can you catch cancer from someone else?

No. Cancer is not contagious. People can't catch it from someone who has it. It is safe to be near someone who has cancer.

If you have cancer and think that people are afraid to be around you, they can call 13 11 20 to speak to a cancer health professional and talk about what worries them. For information in your own language call 13 14 50 and ask to speak to Cancer Council Victoria.

How common is cancer?

Cancer is common. Many cancers can be treated by a doctor if they are found early.

Quan trọng là tham gia những chương trình tầm soát ung thư. Tầm soát ung thư vú, đường ruột và tử cung cứu sống mạng người, bởi vì khi được phát hiện sớm thì ung thư dễ điều trị hơn.

Làm thế nào để có thể tìm ra (chẩn đoán) bệnh ung thư?

Thỉnh thoảng bác sĩ tìm ra bệnh ung thư vì người bệnh cảm thấy không khỏe hoặc có những triệu chứng.

Ung thư có thể được tìm ra khi tầm soát thường lệ. Đó là khi quý vị làm xét nghiệm để kiểm tra sức khỏe của mình.

Điều quan trọng là biết điều gì là bình thường cho cơ thể của mình, và để gặp bác sĩ của quý vị ngay lập tức nếu quý vị nhận thấy những thay đổi như:

- những khối u, những chỗ đau hoặc lở loét không lành được
- những thay đổi trong vú:
 - khối u
 - một vùng bị dày lên
 - rỉ nước bất thường ở núm vú
 - núm vú bị thụt vào trong
 - thay đổi về hình dáng hoặc màu sắc
 - đau
- thay đổi trên da: những nốt ruồi bị thay đổi về hình dáng, kích cỡ hoặc màu sắc, hoặc chảy máu
- bị ho không dứt
- thấy khó thở hoặc thay đổi về giọng nói
- sụt cân dù không cố gắng
- bị buồn nôn hoặc ói mửa mà không hết
- bị tiêu chảy hoặc táo bón không dứt hoặc quý vị không giải thích được
- đối với phụ nữ, mất máu từ âm đạo mà không bình thường, thậm chí đó chỉ là vài vết máu giữa các kỳ kinh hoặc sau khi mãn kinh.
- máu trong phân hoặc nước tiểu của quý vị
- đau nhức cơ thể không giải thích được mà không đỡ hơn.

Nhiều triệu chứng này có thể do những vấn đề sức khỏe phổ biến chứ không phải do ung thư. Tuy nhiên, quý vị nên gặp bác sĩ về bất kỳ thay đổi nào hoặc những triệu chứng không dứt.

It is important to go to cancer screening programs. Screening for breast, bowel and cervical cancer saves lives, because cancer can be found earlier, when it is easier to treat.

How is cancer found (diagnosed)?

Sometimes, doctors find cancer because the person is feeling unwell and has symptoms.

We can also find cancer during routine screening. This is when you have a test to check your health.

It is important to know what is normal for your body, and to see your doctor straight away if you notice changes like:

- lumps, sores or ulcers that don't heal
- breast changes:
 - lumpiness
 - a thickened area
 - unusual nipple discharge
 - a nipple that turns inwards
 - a change in shape or colour
 - pain
- skin changes: moles that change shape, size or colour, or bleed
- a cough that won't go away
- finding it hard to breathe or voice changes
- losing weight without trying
- nausea or vomiting that doesn't go away
- diarrhoea or constipation that doesn't go away or you can't explain
- for women, loss of blood from the vagina that is not normal, even if it's a few spots between periods or after menopause
- blood in your poo or wee
- unexplained pain in the body that does not get better.

Many of these symptoms can be caused by common health problems, not cancer. You should see a doctor about any changes or symptoms that don't go away.

Điều gì xảy ra nếu như tôi bị ung thư?

Bệnh ung thư sẽ không hết nếu không chữa trị. Việc điều trị phụ thuộc vào loại và giai đoạn của bệnh ung thư (nó đã phát triển và lây lan bao nhiêu).

Những điều trị ung thư phổ biến nhất là:

- hóa trị
- xạ trị
- phẫu thuật
- miễn dịch liệu pháp.

Bác sĩ của quý vị sẽ giải thích các lựa chọn. Mỗi người mỗi khác; một số người có hơn một hình thức điều trị.

Nếu được phát hiện sớm thì có thể bệnh ung thư dễ điều trị hơn. Nếu bệnh ung thư không thể được chữa thành công thì quý vị sẽ được điều trị để kiểm soát những triệu chứng. Điều này có thể giảm đau và cải thiện chất lượng cuộc sống của quý vị.

Nói chuyện với một y tá về ung thư bằng ngôn ngữ của quý vị

Để có thêm thông tin và hỗ trợ bằng ngôn ngữ riêng của quý vị, hãy gọi 13 14 50. Yêu cầu thông dịch viên liên lạc Cancer Council Victoria ở 13 11 20 để nói chuyện với y tá chuyên về ung thư. Y tá được đào tạo về bệnh ung thư có thể lắng nghe những lo lắng của quý vị, cung cấp những thông tin thêm và kết nối quý vị với những dịch vụ địa phương.

Dịch vụ này dành cho bất kỳ ai bị ảnh hưởng bởi bệnh ung thư, gồm có gia đình, người chăm sóc và bạn bè. Dịch vụ có sẵn với chi phí của một cuộc gọi địa phương (trừ điện thoại di động).

Hãy hỏi một bản miễn phí các nguồn tài liệu khác bằng ngôn ngữ của quý vị:

- Chăm sóc người bệnh ung thư
- Ăn tốt trong điều trị ung thư
- Mệt mỏi và bệnh ung thư
- Học cách thư giãn khi bạn bị ung thư
- Hành trình hồi phục

What happens if I have cancer?

Cancer won't go away without treatment. The treatment depends on the type and stage of the cancer (how much it has grown and spread).

The most common cancer treatments are:

- chemotherapy
- radiotherapy
- surgery
- immunotherapy.

Your doctor will explain the options. Each person is different; some people have more than one type of treatment.

If the cancer is found early, it may be easier to treat. If we can't treat the cancer, it is possible that your doctor will give you a treatment to make you feel better (by controlling your symptoms). With these types of treatment, you might feel less pain and have a better life.

Speak with a cancer nurse in your language

For more information and support in your own language, call 13 14 50. Ask the interpreter to contact Cancer Council Victoria on 13 11 20 to talk with a cancer nurse. Trained cancer nurses can listen to your concerns, provide additional information and put you in touch with local services.

This service is for anyone affected by cancer, including families, carers and friends. It is available for the cost of a local call (except from mobiles).

Ask for a free copy of other resources in your language:

- Caring for someone with cancer
- Eating well during treatment
- Fatigue and cancer
- Learning to relax when you have cancer
- On the road to recovery

Lời cảm ơn

Được tài trợ bởi Dry July Foundation.

Thông tin này được dựa vào chuyên môn của các bác sĩ làm việc trong lĩnh vực và kinh nghiệm của người tiêu dùng. Thông tin trong tờ này được lấy từ các nguồn thông tin của Cancer Council Australia. Tờ thông tin này đã được bình duyệt bởi Dr Karen Taylor, Bác sĩ Chuyên ngành Ung thư Hóa trị, GenesisCare Radiation Oncology, Vic.; Cecilia Barling, người tiêu dùng; Clem Byard, 13 11 20 Cancer Council Victoria.

Ghi chú dành cho người đọc

Luôn tham vấn bác sĩ của quý vị về những vấn đề ảnh hưởng đến sức khỏe của quý vị. Tờ thông tin này được chủ định như là một giới thiệu chung và không thay thế cho lời khuyên chuyên môn về y tế, pháp lý và tài chính. Thông tin về bệnh ung thư liên tục được cập nhật và chỉnh sửa bởi các cộng đồng về y khoa và nghiên cứu. Mặc dù đã cẩn thận để đảm bảo tính chính xác tại thời điểm xuất bản, Cancer Council Australia và tất cả các thành viên miễn trừ tất cả trách nhiệm đối với bất kỳ thương tổn, mất mát hoặc hư hại nào xảy ra do việc sử dụng hoặc dựa vào thông tin cung cấp trong tờ thông tin này.

Acknowledgements

Funded by Dry July Foundation.

This information is based on the expertise of clinicians who work in the area and consumer experience. Information for this fact sheet has been drawn from Cancer Council Australia information resources. This fact sheet was reviewed by Dr Karen Taylor, Radiation Oncologist, GenesisCare Radiation Oncology, Vic.; Cecilia Barling, consumer; Clem Byard, 13 11 20 Cancer Council Victoria.

Note to reader

Always consult your doctor about matters that affect your health. This fact sheet is intended as a general introduction and is not a substitute for professional medical, legal or financial advice. Information about cancer is constantly being updated and revised by the medical and research communities. While all care is taken to ensure accuracy at the time of publication, Cancer Council Australia and its members exclude all liability for any injury, loss or damage incurred by use of or reliance on the information provided in this fact sheet.