

Về bệnh ung thư vú

About breast cancer

Vietnamese | English

Breast
Cancer
Network
Australia



Giới thiệu về chúng tôi

Breast Cancer Network Australia (BCNA) là một tổ chức đỉnh ở Úc dành cho tất cả những người bị ảnh hưởng bởi bệnh ung thư vú. Chúng tôi cung cấp một loạt các tài nguyên miễn phí, bao gồm *My Journey Kit (Bộ Dụng Cụ về Hành trình của Tôi)* cho các phụ nữ bị ung thư vú chớm phát và *Hope & Hurdles (Hy vọng & Thử Thách)* dành cho các phụ nữ bị ung thư vú thứ phát. Tạp chí tam cá nguyệt miễn phí của chúng tôi, *The Beacon*, bao gồm các câu chuyện từ những người chia sẻ kinh nghiệm của mình, cũng như thông tin về nhiều vấn đề khác nhau của bệnh ung thư vú. Chúng tôi chào đón và ca ngợi tính đa dạng của các hội viên của mình.

Xin truy cập trang mạng của chúng tôi www.bcna.org.au để biết thêm thông tin hoặc để kết nối với những người khác qua mạng trực tuyến của BCNA.

About us

Breast Cancer Network Australia (BCNA) is the peak organisation for all people affected by breast cancer in Australia. We provide a range of free resources, including the *My Journey Kit* for women with early breast cancer and *Hope & Hurdles* for women with secondary breast cancer. Our free quarterly magazine, *The Beacon*, includes stories from people sharing their experiences, as well as information on a wide range of breast cancer issues. We welcome and celebrate the diversity of our members.

Visit our website www.bcna.org.au for more information or to connect with others through BCNA's online network.

Ở Úc, hầu hết phụ nữ sống sót được bệnh ung thư vú. Phương pháp điều trị ung thư vú hiện nay tốt hơn nhiều so với trước kia và ngày càng có thêm nhiều phụ nữ sống cuộc sống dài lâu và khỏe mạnh sau khi bị ung thư vú. Úc có một trong những tỉ lệ sống sót cao nhất trên thế giới.

In Australia, most women survive breast cancer. Treatment for breast cancer is much better now than it was in the past and more and more women are living long and healthy lives after breast cancer. Australia has one of the highest survival rates in the world.

When I was first diagnosed, I had no idea what I should do. I was in the mist. I had no information about cancer. I didn't expect to get cancer, so I didn't know what questions to ask. – Ming

Trong tập sách này In this booklet

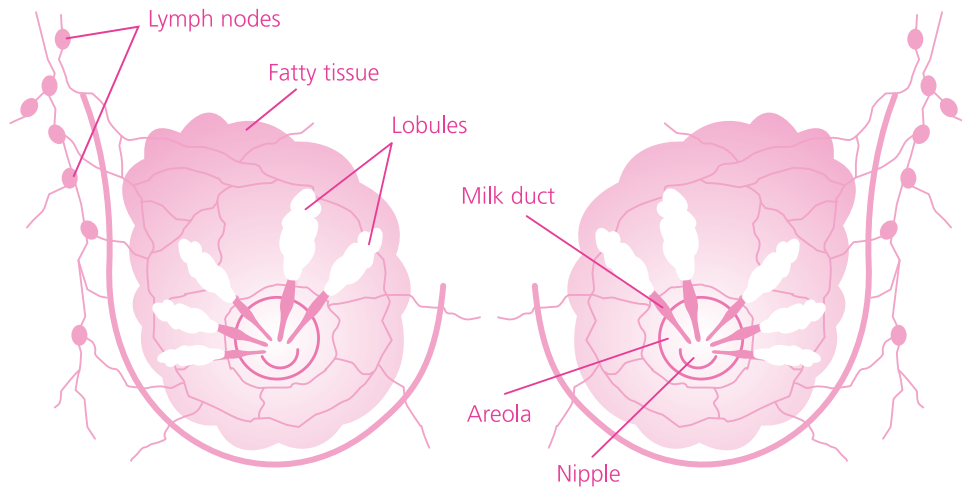
Thông tin giới thiệu về vú About the breast	3
Ung thư là gì? What is cancer?	5
Ung thư vú là gì? What is breast cancer?	5
Nguyên nhân nào gây ung thư vú? What causes breast cancer?	7
Những từ này nghĩa là gì? What do these words mean?	13
Thông tin thêm More information	16

Lúc đầu, khi được chẩn đoán, tôi không biết mình nên làm gì. Tôi thấy như mơ hồ. Tôi không có thông tin gì về bệnh ung thư. Tôi không nghĩ đến chuyện mình lại bị bệnh ung thư, vì vậy tôi không biết hỏi gì. – Ming

About the breast

To understand breast cancer, it helps to know what breasts are like on the inside. Breasts are made up of fatty tissue, lobules and ducts. During breast feeding, milk is made in the lobules. Milk travels through the ducts to the nipple. There is fatty tissue around the lobules and ducts.

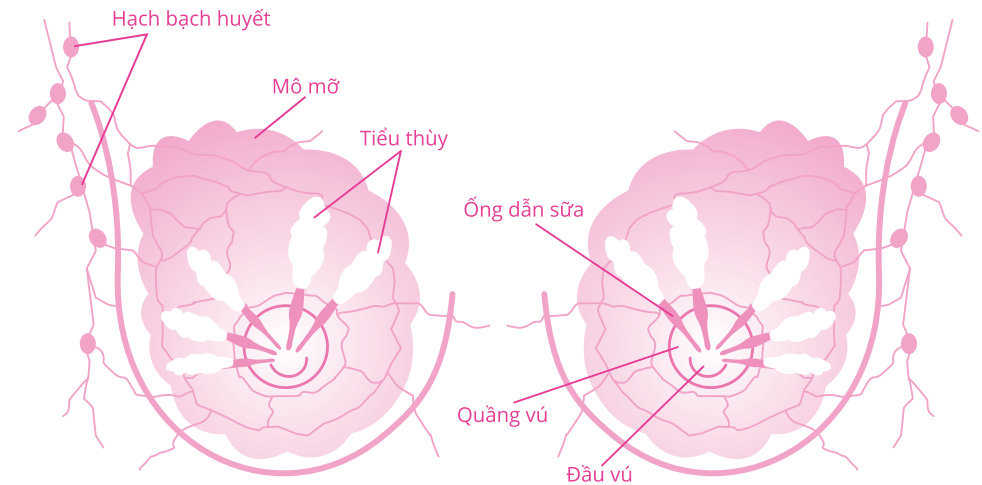
There are also lymph nodes close to the breast in the armpit. Lymph nodes are like filters that clean the blood.



Thông tin giới thiệu về vú

Để hiểu về bệnh ung thư vú, biết vú như thế nào bên trong là điều hữu ích. Vú gồm mô mỡ (fatty tissue), các tiểu thùy (lobules) và các ống dẫn sữa (ducts). Trong suốt thời gian cho con bú, sữa được tạo ra trong các tiểu thùy này. Sữa đi qua các ống dẫn sữa tới đầu vú. Xung quanh các tiểu thùy và ống dẫn sữa là các mô mỡ.

Cũng có cả các hạch bạch huyết trong nách (lymph nodes), gần vú. Các hạch bạch huyết giống như các bộ lọc, làm sạch máu.



What is cancer?

Cancer happens when the body's cells grow in a way that is not normal. These cancer cells spread into the body's healthy tissues. Sometimes a cancer is called a tumour.

What is breast cancer?

Breast cancer is cancer that grows in the breast. There are many different types of breast cancer.

Early breast cancer is cancer that is in the breast tissue. It may also have spread to the lymph nodes near the breast or in the armpit. Early breast cancer is sometimes called invasive breast cancer.

Ductal carcinoma in situ (DCIS) is breast cancer in the milk ducts of the breast. The breast cancer has not spread outside the ducts into the breast tissue. DCIS is sometimes called non-invasive breast cancer.

Lobular carcinoma in situ (LCIS) is breast cancer in the lobules of the breast. The breast cancer has not spread outside the lobules into the breast tissue. LCIS is sometimes called non-invasive breast cancer.

Secondary breast cancer is breast cancer that has spread to other parts of the body, such as bones, the liver or the lungs. It is also called advanced or metastatic breast cancer. It is not as common as other types of breast cancer.

Ung thư là gì?

Ung thư xảy ra khi tế bào của cơ thể tăng trưởng theo một cách không bình thường. Các tế bào ung thư này lan vào các mô khỏe mạnh của cơ thể. Đôi khi, ung thư còn được gọi là khối u.

Ung thư vú là gì?

Ung thư vú là u ung thư phát triển ở vú. Có nhiều loại ung thư vú khác nhau.

Ung thư vú chớm phát (early breast cancer) là u ung thư ở mô vú. Nó cũng có thể đã lan đến các hạch bạch huyết gần vú hoặc trong nách. Ung thư vú chớm phát đôi khi còn được gọi là ung thư vú xâm lấn (invasive breast cancer).

Ung thư biểu mô ống dẫn sữa tại chỗ (ductal carcinoma in situ - DCIS) là ung thư vú trong các ống dẫn sữa. Ung thư vú vẫn chưa lan ra ngoài các ống dẫn sữa vào mô vú. DCIS đôi khi được gọi là ung thư vú không xâm lấn (non-invasive breast cancer).

Ung thư vú biểu mô tiểu thùy tại chỗ (lobular carcinoma in situ - LCIS) là ung thư vú trong các tiểu thùy của vú. Ung thư vú vẫn chưa lan ra ngoài các tiểu thùy vào mô vú. LCIS đôi khi được gọi là ung thư vú không xâm lấn.

Ung thư vú thứ phát (secondary breast cancer) là ung thư vú đã lan đến các phần khác của cơ thể, như xương, gan hay phổi. Nó còn được gọi là ung thư vú giai đoạn sau cùng hay ung thư vú di căn (advanced or metastatic breast cancer). Loại này không thường gặp như các loại ung thư vú khác.

What causes breast cancer?

Initially you go through this, 'Why did this happen to me, I'm a good person'. But I got past that and thought, 'it's just bad luck.' – Maria

It is not possible for doctors to know what caused your breast cancer. There are some things that can make your chance of getting breast cancer higher, but they don't mean you will definitely get it. Some of the things that make the chance of getting breast cancer higher are:

- being a woman
- getting older
- having a faulty gene passed on from your mother or father
- having a number of other people in your family who have had breast cancer before they turned 50 years old.

Learning about your breast cancer

After surgery to remove the breast cancer, your surgeon will send the tissue to a pathologist. The pathologist looks at the tissue and writes a pathology report. This report has a lot of information about the breast cancer, including:

- how big it is
- how fast it is growing
- whether it has spread to the lymph nodes
- whether it uses hormones to grow (for example, the female hormone oestrogen)
- whether all the cancer has been removed and if the area around it has any more cancer cells (the 'surgical margin').

Nguyên nhân nào gây ung thư vú?

Ban đầu, bạn đi qua giai đoạn, 'Tại sao nó lại xảy đến với tôi, tôi là người tốt mà'. Nhưng tôi qua được giai đoạn đó và nghĩ, 'chỉ là không may mà thôi.' – Maria

Bác sĩ không thể biết được nguyên nhân nào gây bệnh ung thư vú của quý vị. Có một số điều có thể khiến nguy cơ bị ung thư vú cao hơn, nhưng điều đó không có nghĩa là quý vị nhất định sẽ bị ung thư vú. Một vài trong những điều khiến nguy cơ bị ung thư vú cao hơn gồm:

- là nữ giới
- ngày càng lớn tuổi
- có gen khiếm khuyết được truyền từ mẹ hay bố của quý vị
- có một số người khác trong gia đình quý vị đã bị ung thư vú trước tuổi 50.

Tìm hiểu về bệnh ung thư vú của quý vị

Sau phẫu thuật để cắt bỏ u ung thư vú, bác sĩ phẫu thuật của quý vị sẽ gửi mô (tissue) này tới một chuyên viên bệnh lý học. Chuyên viên bệnh lý học sẽ xem xét mô này và viết một báo cáo bệnh học. Báo cáo này có nhiều thông tin về u ung thư vú, bao gồm:

- kích cỡ của u ung thư
- tốc độ tăng trưởng của u ung thư
- ung thư đã lan đến các hạch bạch huyết chưa
- ung thư có tăng trưởng nhờ vào kích thích tố không (ví dụ, kích thích tố sinh dục nữ oestrogen)
- toàn bộ u ung thư đã được cắt bỏ chưa và nếu xung quanh u ung thư còn bất kỳ tế bào ung thư nào không ('bờ phẫu thuật').

You can ask your doctor for a copy of your pathology report to take with you.

The report will be in English and it might have some words that you have never heard before. The meanings of some of these words are on page 13 of this booklet. You can also ask your doctor or nurse to help you understand it. Many women say that it is hard to understand all of the information the doctor tells you.

*When the doctor told me I had breast cancer,
I went numb. I just stood there and stared at him.
When I went home, I was so angry. I just could not believe
what lay in front of me. – Eleni*

Making decisions about treatment

Your doctor uses the information in your pathology report to know how likely it is that the breast cancer may come back, or spread to other parts of the body. This helps your doctor to decide which treatments may be the best for you. All breast cancers are different. Not everyone has the same treatment.

Your treatment will depend on:

- the type of breast cancer you have, and how quickly it is growing
- your age, your general health and what treatments you prefer.

Your doctor will talk with you about the treatments that will be best for you. You will have time to talk to your family before you decide what treatment to have. You can also talk to another doctor, your GP or a nurse if you are unsure.

Quý vị có thể xin bác sĩ của mình một bản báo cáo bệnh học của quý vị để giữ.

Báo cáo này sẽ bằng tiếng Anh và có thể có một số từ ngữ mà quý vị chưa nghe qua bao giờ. Nghĩa của một số các từ này được tìm thấy ở trang 13 của tập sách này. Quý vị cũng có thể nhờ sự giúp đỡ của bác sĩ hay y tá để hiểu báo cáo. Nhiều phụ nữ nói là khó hiểu được tất cả các thông tin bác sĩ nói với họ.

*Khi bác sĩ nói với tôi là tôi bị ung thư vú, tôi tê cứng người. Tôi cứ đứng đờ người và nhìn chăm ông ấy. Khi về nhà, tôi thật tức giận. Tôi thật không thể tin là chuyện đó lại giáng cho tôi.
– Eleni*

Đưa ra quyết định về việc điều trị

Các thông tin trong báo cáo bệnh học của quý vị giúp bác sĩ biết mức độ của khả năng ung thư vú có thể trở lại, hay lan đến các phần khác của cơ thể. Điều này giúp bác sĩ quyết định những điều trị nào có thể tốt nhất cho quý vị. Tất cả các loại ung thư vú đều khác nhau. Không phải ai cũng có cùng một phương pháp điều trị.

Sự điều trị của quý vị sẽ tùy thuộc vào:

- quý vị bị loại ung thư vú nào, và tốc độ tăng trưởng của ung thư
- tuổi tác, sức khỏe tổng quát của quý vị và quý vị chọn các điều trị nào.

Bác sĩ sẽ nói chuyện với quý vị về các điều trị nào sẽ tốt nhất cho quý vị. Quý vị sẽ có thời gian để nói chuyện với gia đình mình trước khi quyết định theo điều trị nào. Quý vị cũng có thể nói chuyện với một bác sĩ khác, bác sĩ toàn khoa (GP) của quý vị hay với một y tá nếu quý vị không chắc chắn.

Having the treatments that your doctor recommends for you will give you the best chance of surviving cancer. Your treatment will also lower the chance of cancer coming back. It is good to remember that most people diagnosed with early breast cancer in Australia survive.

Cancer is not a death sentence – it's not as terrible as you might imagine. Have hope. – Anh

It is important to ask your doctor questions about anything you do not understand. Sometimes this can be hard and you may not know which questions to ask. It can help to write down questions before your visit. It is a good idea to take a family member or friend with you to your appointments. They can ask questions or write notes about what the doctor says.

If you need an interpreter, let your doctor or nurse know when you make your appointments.

My daughter came with me to my doctor appointments. This was good because I felt so nervous. She remembered to ask the questions I forgot, then after the appointments she could help me understand what happened. It really does help to take a list of questions to every doctor's appointment. No question is too silly and a list helps you to remember the questions you want to ask. – Delene

The Cancer Council can help answer some of your questions, or help you decide which questions to ask. You can phone the Cancer Council on **13 11 20** or, if you need an **interpreter**, phone **13 14 50**.

Theo những điều trị mà bác sĩ đề nghị cho quý vị sẽ cho quý vị cơ hội tốt nhất để sống sót được bệnh ung thư. Điều trị của quý vị cũng sẽ làm giảm khả năng ung thư trở lại. Điều đáng nhớ là hầu hết những người ở Úc được chẩn đoán bị ung thư vú chớm phát đều sống sót được.

Ung thư không phải là một án tử hình – nó không tồi tệ như quý vị có thể tưởng tượng. Hãy hy vọng. – Anh

Điều quan trọng là hỏi bác sĩ quý vị các câu hỏi về bất kỳ điều gì quý vị không hiểu. Đôi khi, việc này có thể khó khăn và có thể quý vị không biết hỏi gì. Viết xuống các câu hỏi trước khi đến gặp bác sĩ sẽ giúp quý vị. Dẫn theo một người thân hay một người bạn đến các cuộc hẹn của quý vị là điều nên làm. Họ có thể đặt các câu hỏi hoặc ghi chú về những gì bác sĩ nói.

Nếu quý vị cần thông dịch viên, hãy cho bác sĩ hay y tá quý vị biết khi làm cuộc hẹn.

Con gái tôi đã đi cùng tôi đến các cuộc hẹn gặp bác sĩ. Việc này thật tốt bởi tôi cảm thấy quá lo sợ. Cháu nhớ đặt các câu hỏi mà tôi đã quên, rồi sau cuộc hẹn, cháu đã giúp tôi hiểu những gì đã xảy ra. Mang theo một danh sách các câu hỏi đến mọi cuộc hẹn với bác sĩ thật có lợi. Không có câu hỏi nào là quá ngớ ngẩn cả và có sẵn danh sách giúp mình nhớ được các câu hỏi mình muốn hỏi. – Delene

The Cancer Council có thể giúp trả lời một số các câu hỏi của quý vị, hoặc giúp quý vị quyết định nên đặt các câu hỏi nào. Quý vị có thể gọi điện thoại đến the Cancer Council qua số **13 11 20** hoặc nếu cần **thông dịch viên** xin điện thoại số **13 14 50**.

What do these words mean?

Below are some of the words you may see in your pathology report. Your doctor may talk about them when he or she tells you about the type of breast cancer you have and the best treatment for you.

The grade	The grade of the cancer is about how slow or fast the cancer cells are growing. Grade 1 means the cancer is growing slowly. Grade 3 means the cancer is growing faster.
The stage	The stage of the breast cancer is about how big the cancer is and whether it has spread to the lymph nodes or not.
Lymph nodes	Lymph nodes are found all around the body, including the armpit, groin, stomach, chest and neck. The lymph nodes in the armpit (axilla) or near your breast are often the first place that breast cancer will spread outside the breast. Your surgeon will remove one or more lymph nodes during your breast cancer surgery to see if they have any cancer cells in them.
Surgical margin	The surgical margin is the area around the breast cancer that looks like healthy tissue. It gets taken out with the breast cancer during surgery in case there are some tiny cancer cells in the area that cannot be seen. If there are no cancer cells in the healthy looking tissue, it is said to be 'clear'. If the tissue has cancer cells in it, more surgery may be needed to take all of the cancer out.

Những từ này nghĩa là gì?

Dưới đây là một số các từ ngữ quý vị có thể tìm thấy trong báo cáo bệnh học của mình. Bác sĩ quý vị có thể dùng những từ này khi cho quý vị biết quý vị bị ung thư vú loại nào và điều trị tốt nhất cho quý vị.

Cấp độ (the grade)	Cấp độ của ung thư là về sự tăng trưởng chậm hay nhanh của các tế bào ung thư. Cấp độ 1 (grade 1) nghĩa là ung thư đang tăng trưởng chậm. Cấp độ 3 (grade 3) nghĩa là ung thư đang tăng trưởng nhanh hơn.
Giai đoạn (the stage)	Giai đoạn của ung thư vú là về u ung thư lớn thế nào và nó đã lan đến các hạch bạch huyết hay chưa.
Hạch bạch huyết (lymph nodes)	Hạch bạch huyết được tìm thấy ở khắp nơi trong cơ thể, bao gồm ở nách, bẹn/háng, bao tử, ngực và cổ. Hạch bạch huyết trong nách (ở nách) hoặc gần vú của quý vị thường là chỗ đầu tiên ung thư vú sẽ lan đến. Trong cuộc phẫu thuật ung thư vú, bác sĩ phẫu thuật quý vị sẽ lấy ra một hoặc nhiều hơn hạch bạch huyết để xem trong các hạch này có bất kỳ tế bào ung thư nào không.
Bờ phẫu thuật (surgical margin)	Bờ phẫu thuật là khu vực quanh u ung thư vú, trông như mô khỏe mạnh. Nó được lấy ra cùng với u ung thư vú trong cuộc phẫu thuật phòng khi có một số tế bào ung thư rất nhỏ trong khu vực này mà không thể nhìn thấy được. Nếu trong mô trông khỏe mạnh không có tế bào ung thư, thì đây được gọi là 'sạch'. Nếu mô này có các tế bào ung thư trong đó, thì có thể cần có phẫu thuật thêm để lấy ra hết tất cả tế bào ung thư.

What do these words mean?

Hormone receptors	When breast cancer cells have hormone receptors on them it means that hormones called oestrogen and/or progesterone make them grow. These cancers are called 'hormone receptor positive' breast cancers. About two out of three women with breast cancer have this sort of breast cancer. This is also called oestrogen-positive (ER+) breast cancer.
HER2	If the cancer is HER2-positive, it means it has higher than normal levels of the HER2 protein and this can make the cancer cells divide and grow.
Triple negative	Triple negative breast cancers have no hormone or HER2 receptors. This means that neither oestrogen, progesterone nor the HER2 protein help the cancer to grow.

Những từ này nghĩa là gì?

Thụ thể kích thích tố (hormone receptors)	Khi các tế bào ung thư vú có các thụ thể kích thích tố, điều này có nghĩa là các kích thích tố được gọi là oestrogen và/hoặc progesterone khiến tế bào ung thư tăng trưởng. Các loại ung thư này được gọi là ung thư vú 'thụ thể kích thích tố dương tính'. Khoảng hai trong ba phụ nữ bị ung thư vú có loại ung thư vú này. Nó còn được gọi là ung thư vú oestrogen dương tính (ER+)
HER2	Nếu ung thư là HER2-dương tính (HER2-positive), điều này có nghĩa là nó có độ đậm HER2 cao hơn bình thường và điều này có thể khiến tế bào ung thư phân chia và tăng trưởng.
Bộ ba âm tính (triple negative)	Ung thư vú bộ ba âm tính không có các thụ thể kích thích tố hay HER2. Điều này có nghĩa là oestrogen, progesterone cũng như chất đậm HER2 không giúp ung thư tăng trưởng.

More information

Breast Cancer Network Australia (BCNA) is the peak organisation for Australians affected by breast cancer. We have more information about breast cancer in a number of languages, including English.

Phone BCNA on **1800 500 258**

If you need an **interpreter**, phone **13 14 50**.

Visit our website **www.bcna.org.au**

Thông tin thêm

Breast Cancer Network Australia (BCNA) là một tổ chức đỉnh dành cho người dân Úc bị ảnh hưởng bởi bệnh ung thư vú. Chúng tôi có thêm thông tin về ung thư vú bằng một số ngôn ngữ, kể cả tiếng Anh.

Điện thoại BCNA qua số **1800 500 258**

Nếu quý vị cần **thông dịch viên**, xin điện thoại số **13 14 50**.

Truy cập trang mạng của chúng tôi **www.bcna.org.au**

sussan

Breast Cancer Network Australia
acknowledges the assistance of
Sussan in producing this booklet.

