

UNG THƯ ĐẠI TRỰC TRÀNG (RUỘT GIÀ HOẶC TRỰC TRÀNG)

Polyp đại trực tràng là sự phát triển bất thường trong đại tràng (ruột già) hoặc trực tràng có thể chuyển thành ung thư nếu không cắt bỏ.

Đối với người Mỹ gốc Á, ung thư ruột già là loại ung thư được chẩn đoán phổ biến thứ hai.¹ Người Mỹ gốc Á là một trong những nhóm người có tỉ lệ tầm soát ung thư ruột già thấp nhất tại Hoa Kỳ, với chỉ 52% cập nhật tình hình tầm soát của họ so với 66% ở người da trắng không phải gốc Tây Ban Nha.²

Nam giới người bản địa Hawaii có tỉ lệ tử vong do ung thư ruột già cao nhất trong tất cả các nhóm dân tộc.³

TRIỆU CHỨNG

Ung thư ruột già không phải lúc nào cũng gây ra các triệu chứng. Nếu có triệu chứng, các triệu chứng này có thể bao gồm:

- Thay đổi thói quen đại tiện
- Có máu trong hoặc trên bề mặt phân
- Tiêu chảy, táo bón hoặc cảm giác không đại tiện được hết
- Đau, nhức hoặc quặn bụng kéo dài
- Sụt cân không rõ nguyên nhân



YẾU TỐ NGUY CƠ

Nguy cơ mắc ung thư ruột già ngày càng tăng lên khi bạn già đi. Các yếu tố nguy cơ khác bao gồm:

- Bệnh viêm ruột mạn tính
- Tiền sử cá nhân hoặc gia đình
- Rối loạn di truyền
- Ít hoạt động thể chất thường xuyên
- Chế độ dinh dưỡng ít trái cây và rau củ
- Thừa cân hoặc béo phì
- Sử dụng thuốc lá và thức uống có cồn

PHÒNG NGỪA VÀ TẦM SOÁT

Giảm cơ hội phát triển bệnh ung thư ruột già bằng cách:

- Gia tăng hoạt động thể chất
- Ăn trái cây và rau củ như sa kê, khoai môn, cải bắp, xoài, đu đủ, cải chíp
- Hạn chế sử dụng thức uống có cồn
- Tránh hút thuốc/xì gà

Nhóm chuyên trách các dịch vụ dự phòng Hoa Kỳ khuyến cáo người trưởng thành từ 45 đến 75 tuổi cần tầm soát ung thư ruột già.

LOẠI XÉT NGHIỆM TẦM SOÁT:

Xét nghiệm phân gồm:

- **Xét nghiệm máu ẩn trong phân Guaiac (gFOBT)** sử dụng chất guaiac hóa học để phát hiện máu trong phân.
 - **Tần suất:** Một năm/lần
- **Xét nghiệm miễn dịch tìm máu ẩn trong phân (FIT)** sử dụng các kháng thể để phát hiện máu trong phân.
 - **Tần suất:** Một năm/lần
- **Xét nghiệm FIT-ADN (xét nghiệm ADN trong phân)** kiểm tra liệu ADN có bị thay đổi và có máu trong phân không.
 - **Tần suất:** Ba năm/lần

Nội soi đại tràng sigma ống mềm kiểm tra liệu có polyp hoặc ung thư bên trong trực tràng và đại tràng dưới không.

- **Tần suất:** 5 năm/lần hoặc 10 năm/lần cùng xét nghiệm FIT hàng năm

Nội soi đại tràng đóng vai trò là một xét nghiệm tiếp theo nếu phát hiện bất kỳ bất thường nào từ một trong các xét nghiệm tầm soát khác.

- **Tần suất:** 10 năm/lần nếu bạn không có nguy cơ ung thư đại trực tràng gia tăng

Nội soi ảo đại tràng dùng các tia X và máy tính để tạo ảnh của toàn bộ đại tràng để bác sĩ phân tích.

- **Tần suất:** 5 năm/lần

Hãy đến thăm khám bác sĩ, Trung tâm y tế công cộng, Trung tâm y tế nông thôn hoặc Trung tâm y tế người Hawaii bản địa nếu bạn có bất kỳ câu hỏi hoặc muốn biết xét nghiệm tầm soát nào là tốt nhất cho mình.

TÀI LIỆU

- Find a Health Center: findahealthcenter.hrsa.gov
- National Cancer Institute Helpline: cancer.gov/help or call 1-800-4-CANCER
- American Cancer Society: cancer.org or call 1-800-ACS-2345