

# Ung Thư Hắc Tố Da

## Khái niệm chung

Ung thư hắc tố là một dạng ung thư da nghiêm trọng và thường gặp hơn ở nam giới. Úc có tỷ lệ ung thư hắc tố da cao nhất thế giới. Bệnh này thường xảy ra trên thân người ở nam giới và cẳng chân ở phụ nữ.

Ung thư hắc tố đôi khi trông giống như một đốm nâu hoặc nốt ruồi. Bệnh khởi phát ở các tế bào ở lớp trên của da. Khi các tế bào này bị tổn thương do ánh nắng mặt trời, chúng có thể đột biến, phát triển ngoài tầm kiểm soát và di căn sang các cơ quan khác. Chúng có thể di căn nhanh chóng nếu không được phát hiện sớm.

Ung thư hắc tố có thể bắt đầu ở một vị trí mới hoặc ở một vị trí đã tồn tại. Có nhiều loại ung thư. Bác sĩ đa khoa hoặc bác sĩ chuyên khoa về da của quý vị (bác sĩ da liễu) có thể giúp quý vị tìm hiểu thêm về cách kiểm tra cơ thể và mức độ rủi ro của quý vị. Phương pháp điều trị tùy thuộc vào loại ung thư, liệu nó đã di căn hay chưa và sức khỏe của quý vị. Phương pháp điều trị bao gồm phẫu thuật, hóa trị và xạ trị.

## Bác sĩ đa khoa của tôi sẽ làm gì vào lúc này?

Bác sĩ đa khoa của quý vị có thể giúp quý vị tìm hiểu thêm về ung thư hắc tố và các phương án điều trị. Họ có thể đưa ra lời khuyên về những việc cần làm bây giờ và quý vị có thể tìm sự hỗ trợ ở đâu.

Bác sĩ đa khoa của quý vị có thể kiểm tra da. Việc này có thể bao gồm chụp ảnh các đốm hoặc nốt ruồi để xem liệu chúng có thay đổi theo thời gian hay không. Nếu một đốm hoặc nốt ruồi thay đổi, bác sĩ đa khoa của quý vị có thể chuyển quý vị đến một bác sĩ chuyên khoa để được xét nghiệm và điều trị thêm. Phương pháp điều trị phụ thuộc vào giai đoạn ung thư, kích thước của nó và liệu nó đã di căn hay chưa. Nếu quý vị cần được điều trị, quý vị sẽ được hỗ trợ bởi một nhóm chăm sóc sức khỏe. Bác sĩ đa khoa của quý vị sẽ đóng một vai trò quan trọng trong việc chăm sóc và những lần kiểm tra sức khỏe của quý vị.

## Bác sĩ đa khoa của tôi sẽ làm gì trong tương lai?

Bác sĩ đa khoa của quý vị có thể hỏi thăm quý vị thường xuyên để xem quý vị đang tiến triển như thế nào. Họ có thể theo dõi tình hình tiến triển của quý vị và giúp quản lý kế hoạch chăm sóc trong tương lai của quý vị.

Sau chương trình điều trị của quý vị, bác sĩ đa khoa có thể liên lạc với quý vị để theo dõi các triệu chứng của quý vị và đảm bảo rằng quý vị cảm thấy khỏe hơn.

Họ có thể nói chuyện với quý vị về:

- Cách ngăn ngừa ung thư da tái phát
- Cách kiểm tra da của quý vị để phát hiện các dấu hiệu ung thư da
- Rủi ro từ thành viên trong gia đình

## Tôi có thể làm gì?

Nói chuyện với bác sĩ đa khoa của quý vị về tần suất quý vị nên khám sức khỏe sau khi điều trị. Làm theo lời khuyên của bác sĩ đa khoa về cách chăm sóc da và bảo vệ da để tránh tác hại của ánh nắng mặt trời.

Sống một lối sống lành mạnh sẽ giúp quý vị giữ sức khỏe trong quá trình điều trị:

- Ăn một chế độ ăn uống lành mạnh
- Giữ huyết áp của quý vị trong phạm vi bình thường
- Hạn chế uống rượu bia và bỏ thuốc lá
- Duy trì cân nặng ở mức tốt cho sức khỏe
- Ngủ tám tiếng mỗi đêm
- Giảm căng thẳng
- Khám định kỳ với bác sĩ đa khoa của quý vị

## Bảo vệ trước nắng mặt trời

Để được bảo vệ tốt nhất, hãy sử dụng tất cả năm bước SunSmart:

1. Mặc quần áo che kín
2. Bôi kem chống nắng phổ rộng, chống nước có SPF 30 (hoặc cao hơn)
3. Đội mũ/nón
4. Tìm bóng râm
5. Đeo kính râm

# Ung Thư Hắc Tố Da

## Có những sự hỗ trợ nào?

Nếu bác sĩ đa khoa của quý vị chuyển quý vị đến một bác sĩ chuyên khoa ung thư, quý vị có thể đến một trong những trung tâm ung thư địa phương sau đây. Nhân viên tại các trung tâm này sẽ chăm sóc và hỗ trợ quý vị trong quá trình điều trị.

- Dịch vụ Ung thư của Bệnh viện Liverpool: Điện thoại **8738 5211**
- Dịch vụ Ung thư của Bệnh viện Campbelltown: Điện thoại **4634 3000**
- Dịch vụ Ung thư của Bệnh viện Bankstown Lidcombe: Điện thoại **9722 8606**
- Phòng khám Ung bướu Bệnh viện Bowral and District: Điện thoại **4861 0200**
- Trung tâm Ung bướu và Truyền dịch trong Ngày Bệnh viện Tư Southern Highlands: Điện thoại **4862 9470**
- Trung tâm Trị liệu Ung thư Macarthur: Điện thoại **4634 4300**

Các bác sĩ chuyên khoa tư cũng là một lựa chọn. Hãy yêu cầu bác sĩ đa khoa của quý vị chuyển quý vị.



## Tôi có thể hỏi bác sĩ của mình những câu hỏi nào?

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Tôi làm thế nào để biết ung thư đã di căn hay chưa?     | <input type="checkbox"/> Tôi có cần phẫu thuật không?                    |
| <input type="checkbox"/> Các thành viên trong gia đình của tôi có nguy cơ không? | <input type="checkbox"/> Tôi nên tránh những hoạt động nào?              |
| <input type="checkbox"/> Tôi có những phương án điều trị nào?                    | <input type="checkbox"/> Bao lâu thì tôi nên đến gặp bác sĩ để tái khám? |



## Tôi có thể tìm hiểu thêm ở đâu?

- Ung thư Úc (Cancer Australia) – Ung thư hắc tố Da: [canceraustralia.gov.au](http://canceraustralia.gov.au)
- Hội đồng Ung thư Úc (Cancer Council Australia) – Ung thư hắc tố Da: Điều gì Sẽ Xảy ra: [cancerpathways.org.au](http://cancerpathways.org.au)
- Viện Ung thư hắc tố Da Úc (Melanoma Institute Australia): [melanoma.org.au](http://melanoma.org.au)
- Viện Ung thư Quốc gia (National Cancer Institute) – Ung thư Da (Bao gồm Ung thư hắc tố): [cancer.gov](http://cancer.gov)
- Từ Hội đồng Ung thư NSW (Cancer Council NSW):
  - Chỗ ở cho bệnh nhân ung thư và người chăm sóc: [cancercouncil.com.au](http://cancercouncil.com.au)
  - Kiểm tra để Phát hiện Ung thư Da: [cancercouncil.com.au](http://cancercouncil.com.au)
  - Ung thư hắc tố Da: [cancercouncil.com.au](http://cancercouncil.com.au)
  - Tờ thông tin về cách chống nắng (Sun-smart): [cancercouncil.com.au](http://cancercouncil.com.au)

Thông tin này dành cho người đã nhận được chẩn đoán từ bác sĩ của họ. Thông tin không được thiết kế để dùng cho việc chẩn đoán tình trạng bệnh hoặc thay thế cho việc chăm sóc y tế lâu dài

Tờ thông tin Danh mục Nguồn lực Y tế được xác nhận bởi Ủy ban Cố vấn Cộng đồng thuộc Mạng lưới Y tế Cơ bản Tây Nam Sydney và các bác sĩ đa khoa tại địa phương

**phn**  
SOUTH WESTERN  
SYDNEY

An Australian Government Initiative