



# Sau khi chẩn đoán bị ung thư phổi

Nếu quý vị được thông báo bị ung thư phổi thì có thể quý vị đã được chụp X-quang, chụp cắt lớp và làm sinh thiết (một xét nghiệm lấy một số mẫu mô để kiểm tra tìm ung thư). Những xét nghiệm khác có thể đã được thực hiện trên các tế bào ung thư để tìm một số thay đổi về protein và gen. Quý vị cũng có thể phải thực hiện thêm các hình chụp và những thủ thuật khác để tìm hiểu xem liệu ung thư đã di căn hay chưa. Những kiểm tra này giúp bác sĩ biết được quý vị mắc loại ung thư phổi nào, ung thư đang ở giai đoạn nào và phương pháp điều trị nào có thể hữu ích.

Có nhiều cách để điều trị ung thư phổi, bao gồm phẫu thuật, xạ trị và các loại thuốc như hóa trị, liệu pháp thuốc nhắm mục tiêu hoặc liệu pháp miễn dịch. Trong nhiều trường hợp sẽ cần nhiều hơn một hình thức điều trị. Việc điều trị chủ yếu phụ thuộc vào những thứ như loại và giai đoạn ung thư phổi của quý vị. Các phương pháp điều trị dành cho quý vị cũng phụ thuộc vào kết quả xét nghiệm tế bào ung thư, các vấn đề sức khỏe quý vị có thể gặp phải và lựa chọn cá nhân của quý vị. Bác sĩ sẽ giúp quý vị quyết định phương pháp điều trị nào là tốt nhất cho quý vị.

## Hãy nhớ hỏi:

- Tôi bị loại bệnh ung phổi nào?
- Ung thư phổi của tôi đang ở giai đoạn nào, và điều đó có nghĩa là gì?
- Bác sĩ đã biết thêm điều gì về bệnh ung thư phổi của tôi từ kết quả xét nghiệm?
- Tôi có cần làm thêm xét nghiệm không?
- Phương pháp điều trị nào được cho là tốt nhất cho bệnh ung thư phổi của tôi?
- Các tác dụng phụ có thể có của việc điều trị là gì?

## Quá trình điều trị sẽ diễn ra như thế nào

Nhóm chăm sóc ung thư sẽ giải thích kế hoạch điều trị cho quý vị. Nhóm này có thể bao gồm các bác sĩ, y tá và nhân viên y tế khác nhau, tùy thuộc vào loại điều trị quý vị cần. Ví dụ: nếu quý vị cần xạ trị thì quý vị sẽ làm việc với bác sĩ ung thư chuyên về bức xạ để biết những gì sẽ xảy ra trước, trong và sau khi xạ trị. Nếu quý vị cần các

loại điều trị khác thì bác sĩ hoặc nhóm chăm sóc ung thư của quý vị sẽ giải thích về cách thực hiện, giúp quý vị sẵn sàng cho việc điều trị, theo dõi tình trạng của quý vị và giúp quý vị đối phó với bất kỳ tác dụng phụ nào. Quý vị cũng có thể phải làm xét nghiệm máu, chụp X-quang hoặc chụp cắt lớp vào những thời điểm nhất định để xem phương pháp điều trị đang có tác dụng tốt như thế nào.

Không phải tất cả mọi người trải qua quá trình điều trị ung thư phổi đều sẽ gặp phải các tác dụng phụ giống nhau. Ví dụ: tác dụng phụ của phẫu thuật khác với tác dụng phụ của hóa trị, liệu pháp thuốc nhắm mục tiêu, liệu pháp miễn dịch hoặc xạ trị. Và những người được điều trị bằng phương pháp giống nhau có thể có các tác dụng phụ khác nhau.

## Hãy nhớ hỏi:

- Các phương pháp điều trị dành cho tôi là gì? Phương pháp nào được cho là tốt nhất cho tôi và tại sao?
- Mục tiêu của việc điều trị là gì?
- Tôi có thể gặp phải tác dụng phụ nào và tôi có thể làm gì với chúng?
- Làm cách nào để biết được phương pháp điều trị đang có tác dụng?
- Liệu pháp điều trị này được thực hiện ở mức độ thường xuyên như thế nào và kéo dài bao lâu?
- Tôi cần đến đâu để nhận điều trị, và tôi có thể tự lái xe không?
- Liệu tôi có thể tiếp tục thực hiện các hoạt động thường ngày của mình, như làm việc và tập thể dục không?

## Điều gì sẽ xảy ra sau khi điều trị

Sau khi điều trị, bác sĩ sẽ giúp quý vị đối phó với bất kỳ tác dụng phụ nào mà quý vị có thể vẫn gặp phải. Quý vị cũng sẽ được làm các xét nghiệm thường xuyên để kiểm tra xem bệnh ung thư có tái phát hay không hoặc để kiểm tra xem tình trạng ung thư mới đã bắt đầu ở một bộ phận khác của cơ thể quý vị hay chưa.

Đối với một số người, bệnh ung thư có thể không biến mất hoàn toàn. Họ có thể tiếp tục được điều trị và vẫn cần làm các xét nghiệm để xem việc điều trị có tác dụng tốt như thế nào.

Hãy nhớ nói với bác sĩ của quý vị hoặc một người nào đó trong nhóm chăm sóc ung thư nếu quý vị có các tác dụng phụ mà không biến mất sau khi điều trị hoặc có bất kỳ triệu chứng mới nào.

Quý vị cũng có thể gặp khó khăn trong việc đối phó với những thay đổi của cơ thể sau khi điều trị. Ví dụ: phổi của quý vị có thể không hoạt động tốt như lúc trước. Nếu tình trạng khó thở hạn chế những gì quý vị có thể làm thì hãy hỏi nhóm chăm sóc ung thư xem liệu pháp phục hồi chức năng phổi hay liệu pháp phổi có thể hữu ích hay không.

Ngay cả khi quý vị đã kết thúc điều trị và có thể cảm thấy ổn thì điều quan trọng là phải hỏi nhóm chăm sóc ung thư của quý vị về lịch trình khám theo dõi thường xuyên để kiểm tra xem bệnh ung thư phổi có tái phát hay không.

### Hãy nhớ hỏi:

- Tôi cần gặp nhóm chăm sóc ung thư ở mức độ thường xuyên như thế nào?
- Tôi có cần làm xét nghiệm để xem liệu bệnh ung thư có tái phát hoặc để tìm những bất thường trong quá trình điều trị của tôi hay không?
- Tôi có cần làm bất kỳ xét nghiệm sàng lọc nào, chẳng hạn như chụp nhũ ảnh hay nội soi đại tràng, để phát hiện sớm các bệnh ung thư thông thường khác không?
- Tôi có cần kế hoạch tái khám sau khi điều trị không?
- Tôi có nên để ý đến các tác dụng phụ muộn hoặc lâu dài từ việc điều trị không?
- Bác sĩ có cho rằng liệu pháp phục hồi chức năng phổi hay liệu pháp phổi có thể hữu ích cho tôi hay không?
- Thời điểm tôi cần và cách thức để tôi liên lạc với nhóm chăm sóc ung thư của tôi?
- Tôi có thể tìm hồ sơ y tế của mình ở đâu sau khi điều trị?

Để biết thông tin về bệnh ung thư, sự trợ giúp hàng ngày và nguồn hỗ trợ, hãy gọi cho Hiệp hội Ung thư Hoa Kỳ (American Cancer Society) theo số **1-800-227-2345** hoặc vào trang web của chúng tôi tại **cancer.org/lungcancer**. Chúng tôi luôn ở đây khi quý vị cần.



cancer.org | 1.800.227.2345

## Giữ gìn sức khỏe

Có những việc quý vị có thể làm để giữ cho mình khỏe mạnh trong và sau khi điều trị ung thư phổi. Việc bỏ hút thuốc có thể giúp cho một số người bị bệnh ung thư phổi sống lâu hơn. Ăn uống điều độ, năng động, đạt được và giữ cân nặng hợp lý, và tránh rượu bia có thể giúp ích cho quý vị. Việc tránh tiếp xúc với khói thuốc và khí radon ở trong nhà và nơi làm việc của quý vị cũng rất quan trọng. Những điều này có thể giúp giảm nguy cơ mắc bệnh ung thư phổi mới hoặc các bệnh ung thư khác.

Hãy nhớ đi khám sàng lọc để phát hiện các loại ung thư khác và tiếp tục được kiểm tra để tìm các vấn đề sức khỏe khác. Trao đổi với bác sĩ của quý vị về kế hoạch khám sàng lọc và xét nghiệm phù hợp với quý vị.

## Đối phó với cảm xúc

Việc bị ung thư phổi có thể khiến quý vị cảm thấy sợ hãi, buồn bã hoặc lo lắng. Cho dù quý vị có hút thuốc hay không thì quý vị có thể cảm thấy tội lỗi hoặc bị phán xét vì mắc ung thư phổi. Việc xuất hiện những cảm xúc này là điều bình thường, và có những cách giúp quý vị đối phó với chúng.

- Đừng cố gắng đối phó với cảm xúc của quý vị một mình. Nói về cảm xúc của quý vị, bất kể chúng là gì.
- Không có vấn đề gì nếu quý vị thỉnh thoảng cảm thấy buồn hoặc chán nản, nhưng hãy báo cho nhóm chăm sóc ung thư biết nếu quý vị có những cảm xúc này trong hơn một vài ngày.
- Làm những việc quý vị yêu thích như là đi xem phim, ra ngoài ăn tối, dành thời gian ngoài trời hoặc tham gia một sự kiện thể thao, nếu bác sĩ cho phép.
- Nhờ giúp đỡ với các công việc như nấu ăn và dọn dẹp.

Quý vị có thể nên liên lạc với bạn bè, gia đình hoặc với các lãnh đạo hay nhóm tôn giáo. Một số người cảm thấy việc nói chuyện với những người khác mà đã trải qua những điều tương tự là hữu ích. Việc đó có thể được thực hiện thông qua một nhóm hỗ trợ. Những người khác có thể thấy hữu ích khi nhận được sự tư vấn. Nói cho nhóm chăm sóc ung thư biết quý vị đang cảm thấy như thế nào. Họ có thể giúp quý vị tìm được nguồn hỗ trợ phù hợp.



VIETNAMESE  
©2022, American Cancer Society, Inc.  
Số 080815-Sửa đổi 8/22

bbb.org/charity