

## Tự Khám Dò Tìm Cổ Tử Cung

Quý vị giữ quyền chủ động khám dò tìm.

**Hầu như tất cả những trường hợp ung thư cổ tử cung đều do HPV gây ra. Tin mừng là ung thư cổ tử cung gần như hoàn toàn có thể phòng ngừa được.**

### Siêu vi khuẩn papillomavirus ở người (HPV) là gì?

HPV là một loại siêu vi khuẩn thông thường truyền nhiễm qua đường tiếp xúc tình dục. Trường hợp này gồm đụng chạm thân mật, làm tình bằng miệng, âm đạo và hậu môn.

Đa số mọi người đều sẽ bị nhiễm HPV vào lúc nào đó trong đời mà không hề hay biết. Thông thường không thấy có triệu chứng gì. Đa số những trường hợp nhiễm HPV đều không gây ra bất cứ vấn đề gì và sẽ tự động bị cơ thể tổng khứ trong vòng 2 năm.

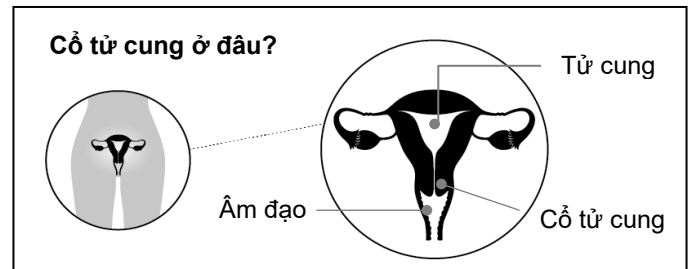
Nhưng đôi khi có một số loại HPV nào đó không tự hết và có thể khiến các tế bào ở cổ tử cung trở thành dị thường. Các tế bào dị thường này dần dần có thể trở thành tế bào ung thư.

### Tại sao cần phải khám dò tìm cổ tử cung?

Có thể xảy ra các thay đổi tế bào đưa đến ung thư cổ tử cung mà quý vị không hay biết.

Khám dò tìm có thể giúp:

- Tìm xem quý vị có bị rủi ro phát sinh các tế bào dị thường hay không. Tìm và điều trị sớm các tế bào dị thường có thể giúp phòng ngừa ung thư.
- Tìm ra ung thư ở giai đoạn đầu khi có nhiều chọn lựa điều trị hơn.



**Hãy giữ một vai trò chủ động về sức khỏe của quý vị. Tự khám dò tìm cổ tử cung giúp quý vị có thể tự dò tìm ung thư cổ tử cung, ở bất cứ chỗ nào mà quý vị cảm thấy an toàn và thoải mái.**

Tự khám dò tìm cổ tử cung gồm thử nghiệm tìm HPV. Thử nghiệm HPV là tìm loại siêu vi khuẩn gây ung thư cổ tử cung. Loại thử nghiệm này có thể tìm ra những người dễ có rủi ro bị HPV gây ra các thay đổi tế bào dị thường.

### Ai nên tự khám dò tìm cổ tử cung?

Bất cứ người nào có cổ tử cung, gồm phụ nữ và những người TTGD (Hai Linh Hồn, chuyển giới và đa giới), từ 25 đến 69 tuổi, nên khám dò tìm thường lệ để tìm ung thư cổ tử cung.

Quý vị có thể ngưng khám dò tìm cổ tử cung khi đến 69 tuổi nếu quý vị vẫn luôn luôn có kết quả bình thường khi thử Pap. Hãy hỏi chuyên viên chăm sóc sức khỏe nếu trước đây quý vị đã được điều trị về các tế bào tiền ung thư.

Quý vị nên khám dò tìm thường lệ nếu:

- Quý vị đã chủng ngừa HPV
- Quý vị đã có bất cứ loại tiếp xúc tình dục nào với một người khác thuộc bất cứ giới tính nào; và/hoặc
- Quý vị đã tắt kinh.

Không khám dò tìm cổ tử cung nếu:

- Quý vị có bất cứ triệu chứng nào, chẳng hạn như xuất huyết khi chưa đến kỳ kinh.
- Quý vị có thai hoặc dùng một khí cụ nâng đỡ tử cung. Hãy đến chuyên viên chăm sóc sức khỏe để hỏi về các chọn lựa khám dò tìm cổ tử cung và khi nào dò tìm.
- Quý vị đã được cắt bỏ cổ tử cung (chẳng hạn như giải phẫu cắt bỏ toàn bộ tử cung). Hãy hỏi chuyên viên chăm sóc sức khỏe xem có còn cần khám dò tìm cổ tử cung hay không.

### Tại sao tôi nên nghĩ đến việc tự khám dò tìm?

- Khám dò tìm là để tìm HPV, loại siêu vi khuẩn gây ra thay đổi cho tế bào cổ tử cung đưa đến ung thư cổ tử cung.
- Quý vị không cần phải gặp chuyên viên chăm sóc sức khỏe hay khám bằng mỏ vịt (khung chậu)
- Quý vị có thể tự khám trong chỗ riêng tư ở nhà hoặc, nếu muốn, tại phòng mạch của chuyên viên chăm sóc sức khỏe.
- Cách khám thật dễ dàng và không đau; quý vị dùng một que nhỏ như Q-tip để quẹt lấy mẫu thử từ trong âm đạo.
- Cách lấy mẫu này miễn phí.
- Thử nghiệm HPV rất chính xác. Nhờ mức chính xác cao độ nên nếu kết quả thử nghiệm của quý vị cho thấy là không có HPV, quý vị có thể chờ 5 năm nữa mới thử lại tiếp.

## Tôi có sẽ thử nghiệm đúng cách hay không? Có đau không?

Cách thử này thật dễ và đúng lẽ thì không đau. Quý vị lấy một mẫu thử bằng cách quẹt một que nhỏ bên trong âm hộ; không cần vào đút vào quá sâu. Nếu theo đúng chỉ dẫn trong bộ thử này là quý vị thử đúng cách. Mẫu thử nghiệm do quý vị tự lấy vẫn chính xác như mẫu thử do chuyên viên chăm sóc sức khỏe lấy.

## Kết quả thử nghiệm của tôi sẽ có nghĩa gì?

- **Nếu không tìm thấy HPV:** Quý vị không cần khám dò tìm lại trong 5 năm tới. Rất khó để quý vị có các tế bào dị thường ở cổ tử cung.
- **Nếu tìm thấy HPV:** Tùy theo kết quả thử nghiệm, quý vị có thể cần thử Pap hoặc soi cổ tử cung (một phương thức y khoa để khám cổ tử cung kỹ hơn). Trường hợp này không có nghĩa là quý vị đang hoặc sẽ bị ung thư. Kết quả này có nghĩa là quý vị cần được chuyên viên chăm sóc sức khỏe khám thêm.

### Ung Thư Cổ Tử Cung Phát Triển Như Thế Nào:

Không phải trường hợp nhiễm HPV nào cũng gây ra ung thư. Nếu sẽ trở thành ung thư cổ tử cung thì thường phải sau 15 đến 20 năm. Đa số những trường hợp nhiễm siêu vi khuẩn này sẽ tự hết mà không gây ra vấn đề gì.

Thử Nghiệm HPV: Tìm xem có bị nhiễm HPV hay không	Thử Pap: Tìm xem có thay đổi tế bào dị thường và/hoặc HPV hay không
<ul style="list-style-type: none"><li>• Tự khám dò tìm HPV dùng cách thử nghiệm HPV để tìm HPV trong âm đạo.</li><li>• Thử nghiệm HPV không cần mẫu thử lấy từ cổ tử cung.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Chuyên viên chăm sóc sức khỏe lấy mẫu tế bào từ cổ tử cung để thử Pap.</li><li>• Các mẫu tế bào này sẽ được xem xét để tìm xem có bất cứ thay đổi gì và/hoặc có HPV hay không. Những gì sẽ được thử nghiệm còn tùy theo tuổi tác và quá trình sức khỏe của quý vị.</li></ul>

## Tôi có nên chủng ngừa HPV hay không?

Nói chung, bất cứ người nào từ 9 tuổi trở nên đều nên chủng ngừa loại này. Thuốc chủng này rất hiệu quả để bảo vệ chống lại những loại HPV gây ra hầu hết các loại ung thư cổ tử cung. Hãy tìm hiểu thêm tại: [immunizebc.ca/hpv](http://immunizebc.ca/hpv).

### Làm thế nào để khám dò tìm

1. **Lấy một bộ tự khám dò tìm.** Nếu quý vị hội đủ điều kiện, hãy đặt lấy một bộ thử nghiệm trên mạng ([screeningbc.ca/cervix](http://screeningbc.ca/cervix)) hoặc gọi điện thoại số (1-877-702-6566). Bộ thử nghiệm này sẽ được gửi cho quý vị qua đường bưu điện trong một gói bình thường, không có dấu hiệu.
2. **Lấy mẫu thử nghiệm.** Hãy theo đúng chỉ dẫn trong bộ này. Loại thử này không đau và rất dễ thực hiện. Quý vị cũng có thể nhờ một chuyên viên chăm sóc sức khỏe giải thích hoặc hướng dẫn cho quý vị cách lấy mẫu thử nghiệm hoặc họ có thể lấy mẫu thử cho quý vị.
3. **Gửi lại bộ này để thử nghiệm.** Hãy bỏ bộ thử đã hoàn tất vào thùng thư bưu điện gần quý vị nhất vào ngày lấy mẫu thử. Chúng tôi sẽ gửi thư thông báo kết quả cho quý vị từ 4 đến 6 tuần sau khi quý vị gửi lại bộ này. Quý vị cũng có thể xem kết quả của mình trên mạng tại: [healthgateway.gov.bc.ca](http://healthgateway.gov.bc.ca).

Nếu quý vị không muốn tự khám dò tìm hoặc có bất cứ triệu chứng gì, xin hẹn thử Pap với một chuyên viên chăm sóc sức khỏe. Hãy đến [screeningbc.ca/cervix](http://screeningbc.ca/cervix) để tìm một phòng ngoại chẩn gần quý vị.

### Những điều cần chú ý:

- Nếu quý vị bị xuất huyết sau khi làm tình, trước khi đến kinh kỳ hoặc sau khi tắt kinh; âm hộ tiết ra nhiều chất dịch hơn; đau ở khung chậu hoặc đau khi làm tình, đừng tự khám dò tìm. Hãy nói chuyện với một chuyên viên chăm sóc sức khỏe. Điều quan trọng là xem xét các triệu chứng này – dù kết quả dò tìm của quý vị vẫn bình thường.
- Kết quả có HPV có thể gây lo lắng. Kết quả này không có nghĩa là quý vị đang bị hoặc sẽ bị ung thư cổ tử cung. Đa số sẽ hết bị nhiễm HPV, và không phải người nào bị nhiễm HPV cũng đều sẽ bị ung thư.
- Khám dò tìm có thể gây ra căng thẳng, điều trị không cần thiết, hoặc có thể có các ảnh hưởng dài hạn đến thai nhi trong tương lai (sinh non hoặc sinh con nhẹ cân).
- Không có loại thử nghiệm dò tìm nào là hoàn hảo. Kết quả của quý vị có thể là không tìm thấy HPV dù quý vị có các tế bào tiền ung thư hoặc ung thư cổ tử cung. Hoặc kết quả có thể cho thấy có HPV, dù các tế bào cổ tử cung của quý vị vẫn bình thường.

### Liên Lạc Với Chúng Tôi

BC Cancer Cervix Screening  
801-686 West Broadway  
Vancouver, BC V5Z 1G1

Điện Thoại: 1-877-702-6566  
Email: [screening@bccancer.bc.ca](mailto:screening@bccancer.bc.ca)  
Web: [www.screeningbc.ca/cervix](http://www.screeningbc.ca/cervix)

**RỢI TÔI**



Chúng tôi thu thập và bảo vệ dữ kiện cá nhân của quý vị để không bị sử dụng và tiết lộ trái phép. Theo Đạo Luật Bảo Vệ Dữ Kiện Cá Nhân và, khi thích ứng, Đạo Luật Tự Do Thông Tin và Bảo Vệ Quyền Riêng Tư. Dữ kiện này chỉ có thể được sử dụng và tiết lộ theo quy định của Các Đạo Luật đó, và sẽ được sử dụng để quản trị việc bảo đảm phẩm chất và tiết lộ cho các chuyên viên chăm sóc sức khỏe có tham gia vào dịch vụ chăm sóc hoặc khi luật đòi hỏi. Nếu có thắc mắc về việc Cơ Quan Ung Thư BC thu thập dữ kiện, quý vị có thể liên lạc với Operations Director, Cancer Screening (Giám Đốc Hoạt Động, Khám Dò Tìm Ung Thư (địa chỉ: 801 – 686 West Broadway, Vancouver BC V5Z 1G1, web: [www.screeningbc.ca](http://www.screeningbc.ca) hoặc email: [screening@bccancer.bc.ca](mailto:screening@bccancer.bc.ca)).