

Mật Độ Mô Vú là gì?

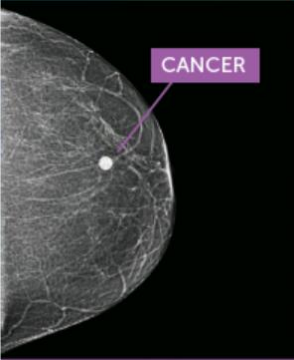
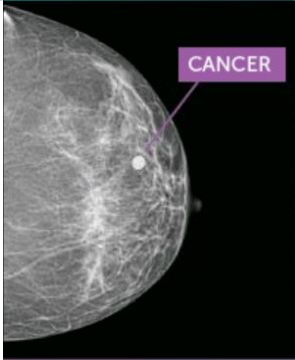
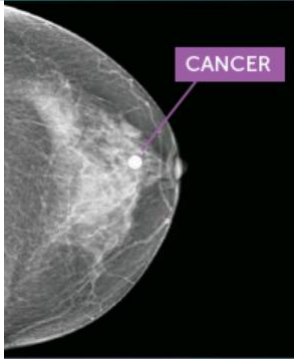
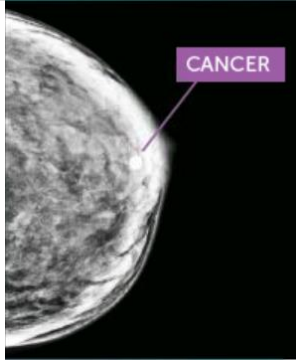
Giải đáp các thắc mắc của quý vị về kết quả và tại sao mật độ mô vú lại quan trọng

Mật độ mô vú là gì?

Vú gồm có hai loại mô chính – mô tuyến sợi và mô mỡ. Mô tuyến sợi trông dày đặc trong hình chụp quang tuyến vú, trong khi mô mỡ thì không. Đa số phụ nữ có cả mô đặc lẫn không đặc (mỡ) trong vú họ. Số lượng mô đặc so với số lượng mô không đặc trong vú thường được gọi là **Mật Độ Mô Vú** của quý vị. Có bất cứ lượng mô vú đặc nào cũng đều bình thường và rất thông thường.

Làm thế nào để tôi biết mình có bao nhiêu mô vú đặc?

Bác sĩ quang tuyến dùng Hệ Thống Phức Trình Hình Chụp Quang Tuyến Vú và Dữ Liệu (BI-RADS) để đo số lượng mô đặc trong vú quý vị. Có thể xem kết quả thăm định BI-RADS trong thư báo kết quả chụp quang tuyến vú của quý vị. Lượng mô vú đặc được ghi trong thư báo kết quả chụp quang tuyến vú. Số lượng mô vú đặc gia tăng theo mỗi mẫu tự:

Loại	BI-RADS A	BI-RADS B	BI-RADS C	BI-RADS D
				
Chi Tiết	Vú quý vị gồm hầu như toàn bộ là mô không đặc (mỡ). 10% phụ nữ có BI-RADS A	Vú quý vị gồm phần chính là mô không đặc (mỡ), với một số chỗ rải rác có mô đặc. 40% phụ nữ có BI-RADS B	Vú quý vị gồm cả mô không đặc (mỡ) và mô đặc. 40% phụ nữ có BI-RADS C	Vú quý vị gồm hầu như toàn bộ là mô đặc. 10% phụ nữ có BI-RADS D
Khó nhìn thấy ung thư hơn trong hình chụp quang tuyến vú khi tăng mật độ mô vú.				

Chỉ có thể nhìn thấy mật độ mô vú trong hình chụp quang tuyến vú và mật độ này không liên quan đến cỡ vú hay cảm giác về vú. Mật độ này thay đổi tùy người và có thể giảm hoặc thay đổi dần dần, nhất là khi phụ nữ lớn tuổi hơn.

Tại sao tôi nên biết mật độ mô vú của mình?

Có hai lý do quan trọng quý vị nên biết mật độ mô vú của mình:

- 1) Kết quả khảo cứu cho thấy khi số lượng mô đặc trong vú gia tăng cũng sẽ tăng mức rủi ro bị ung thư vú. Tuy nhiên mật độ mô vú chỉ có tác động chút ít đối với mức rủi ro chung của quý vị. Quý vị không nên lo lắng nếu mình có mô vú đặc, nhưng quý vị nên nói chuyện với chuyên viên chăm sóc sức khỏe về mức rủi ro bị ung thư vú chung của mình.
- 2) Mô vú đặc có thể làm khó tìm ung thư hơn qua hình chụp quang tuyến vú. Mô vú đặc bình thường nhìn có màu trắng. Những khối u hoặc bướu trong vú nhìn cũng có màu trắng, do đó mô đặc có thể che khuất một số bướu. Đây là lý do tại sao cần phải nói chuyện với chuyên viên chăm sóc sức khỏe nếu quý vị để ý thấy có bất cứ thay đổi gì trong vú mình, ngay cả khi quý vị mới chụp quang tuyến vú có kết quả bình thường.

MUỐN BIẾT THÊM CHI TIẾT: hãy đến www.screeningbc.ca/breast để biết thêm chi tiết và để xem video giáo dục về mật độ mô vú.

MẬT ĐỘ MÔ VÚ: QUÝ VỊ CÓ THỂ

Có thêm những loại thử nghiệm nào cho mô vú đặc hay không?

Hiện nay không có đủ bằng chứng khoa học để đề nghị các loại thử nghiệm khác khi chỉ căn cứ vào mật độ mô vú mà thôi:

- Bằng chứng cho thấy là các loại thử nghiệm khác, chẳng hạn như rọi siêu âm vú, có thể tìm thấy thêm ung thư ở những người có mô vú đặc.
- Tuy nhiên, thử nghiệm siêu âm vú có thể đưa đến nhiều kết quả dương tính lầm. Kết quả dương tính lầm là kết quả thử nghiệm bất bình thường mà sau khi thử nghiệm thêm nữa (có thể gồm cả lấy sinh thiết hoặc giải phẫu) thì kết quả đó là bình thường. Hãy nói chuyện với chuyên viên chăm sóc sức khỏe để xem có nên xét đến việc rọi siêu âm vú hay không.

Nếu tôi có mô vú đặc, tôi có cần chụp quang tuyến vú hay không?

Có. Chụp quang tuyến vú là loại thử nghiệm dò tìm duy nhất được chứng minh giảm bớt mức tử vong vì ung thư vú. Nhiều bước ung thư có thể nhìn thấy được trong hình chụp quang tuyến vú dù quý vị có mô vú đặc.

Ngoài việc chụp quang tuyến vú thường lệ, tôi nên làm gì nữa?



Hãy quen thuộc với vú quý vị

Mọi người, bất luận tuổi tác hay mật độ mô vú, nên quen thuộc với hình dạng và cảm giác về vú của họ. Nếu quý vị thấy có bất cứ thay đổi gì trong vú mình, quý vị nên nói chuyện với chuyên viên chăm sóc sức khỏe, ngay cả khi quý vị mới chụp quang tuyến vú có kết quả bình thường.



Hiểu mức rủi ro bị ung thư vú chung của quý vị

Dù mô vú đặc là một yếu tố rủi ro bị ung thư vú, nếu chỉ có mô vú đặc mà thôi thì không có nghĩa là là quý vị có mức rủi ro “cao” bị bệnh này trong đời mình. Mật độ mô vú thường giảm dần khi tuổi càng cao.



Áp dụng những bước để giảm thiểu mức rủi ro của quý vị

Tuy không có cách nào chắc chắn để ngừa ung thư vú, quý vị vẫn có thể áp dụng một số bước để giảm bớt mức rủi ro bị ung thư vú:

- 1) Duy trì trọng lượng cơ thể khỏe mạnh và một lối sống có vận động cơ thể nhiều.
- 2) Giới hạn tiêu thụ rượu.
- 3) Cho con bú sữa mẹ nếu có thể được.
- 4) Cân nhắc các rủi ro và lợi ích của cách trị liệu bằng kích thích tố cho các triệu chứng mãn kinh.

Quý vị có thể xem thêm chi tiết về cách giảm thiểu mức rủi ro bị ung thư vú của mình tại

www.fiveplus.ca

Có gì khác nữa quyết định mức rủi ro bị ung thư vú của tôi

Ngoài mật độ mô vú, còn có các yếu tố rủi ro khác cần chú ý:

- Tuổi – mức rủi ro của quý vị tăng thêm khi quý vị lớn tuổi hơn.
- Quá trình cá nhân đã bị ung thư vú (tức là quý vị đã từng bị ung thư vú).
- Quá trình bị ung thư vú của một người thân cận bậc nhất trong gia đình (mẹ, con gái, hoặc chị em).
- Một số yếu tố di truyền nào đó biến thể, gồm BRCA1 và BRCA2.

Hãy nói chuyện với chuyên viên chăm sóc sức khỏe về mức rủi ro bị ung thư vú của quý vị. Biết được mức này sẽ giúp quý vị quyết định những bước kế tiếp của mình.

Liên Lạc với Chúng Tôi

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

Điện Thoại: 1-800-663-9203
Email: screening@bccancer.bc.ca
Web: www.screeningbc.ca/breast

Chi tiết cá nhân của quý vị được thu thập vào bảo vệ không cho sử dụng và tiết lộ nếu không có phép, theo Đạo Luật Thông Tin Cá Nhân và, khi thích ứng, Đạo Luật Tự Do Thông Tin và Bảo Vệ Quyền Riêng Tư. Chi tiết này chỉ có thể được sử dụng và tiết lộ như được quy định trong Các Đạo Luật này, và sẽ được sử dụng để quản trị bảo đảm phẩm chất và tiết lộ cho các chuyên viên chăm sóc sức khỏe cung cấp dịch vụ chăm sóc hoặc khi luật đòi hỏi. Quý vị có thể nêu bất cứ thắc mắc nào về việc cơ quan Ung Thư BC thu thập chi tiết với Operations Director, Cancer Screening (địa chỉ: 801 – 686 West Broadway, Vancouver BC V5Z 1G1, web: www.screeningbc.ca hoặc gửi email đến: screening@bccancer.bc.ca). Tài liệu này cũng được in bằng các ngôn ngữ khác kể cả tiếng Punjabi và tiếng Hoa. Hãy đến www.screeningbc.ca để xem bản dịch.