

## 2. Chụp quang tuyến vú là gì?

- ✘ Chụp quang tuyến vú là chụp hình quang tuyến ở ngực.
- ✘ Cách tốt nhất để tìm bệnh ung thư vú là thường xuyên chụp quang tuyến vú.

## 3. Tôi nên chụp quang tuyến vú thường xuyên như thế nào?

- ✘ Các đề nghị tiêu chuẩn là:
  - ✘ Trong tuổi 40-49: nên hỏi bác sĩ
  - ✘ Trong tuổi 50-74: mỗi 2 năm
  - ✘ Tuổi 75 và lớn hơn: nên hỏi bác sĩ
- ✘ Nếu quý vị có thắc mắc về khi nào bắt đầu và mức độ thường xuyên để chụp quang tuyến vú, xin nói chuyện với bác sĩ của quý vị.

## 4. Nhận thức về vú

- ✘ Quý vị nên biết cảm giác bình thường của ngực quý vị ra sao, nhờ đó khi vú có gì khác thường quý vị sẽ biết ngay.
- ✘ Nếu quý vị cảm thấy có một khối u hoặc sưng ở vú hoặc dưới nách, quý vị nên đi khám bác sĩ càng sớm càng tốt.

### Tôi có thể tìm hiểu thêm ở đâu?

- ✘ Văn phòng Sức khỏe Phụ nữ thuộc Sở Y tế Công cộng Quận Los Angeles:  
<http://publichealth.lacounty.gov/owh/index.htm>
- ✘ Viện Ung thư Quốc gia (National Cancer Institute):  
<http://www.cancer.gov/>

Được tài trợ để tưởng niệm  
Rosalind M. Nelson

## Tôi có thể làm xét nghiệm Pap hoặc chụp hình vú ở đâu?

Nếu quý vị có bảo hiểm y tế, bảo hiểm Medi-Cal hoặc Medicare, hãy gọi cho bác sĩ của quý vị.

Nếu quý vị không có bảo hiểm y tế,  
xin gọi cho

**Văn phòng Sức khỏe Phụ nữ**  
thuộc Sở Y tế Công cộng Quận Los Angeles,  
để được cung cấp dịch vụ miễn phí hoặc với  
lệ phí thấp gần nơi quý vị cư ngụ.

**1-800-793-8090**

Nhân viên tổng đài nói tiếng Armenia, tiếng Quảng Đông, tiếng Anh, tiếng Đại Hàn, tiếng Quan Thoại, tiếng Tây Ban Nha và tiếng Việt



## Làm thế nào để tôi luôn khỏe mạnh?

Quý vị có thể làm giảm nguy cơ bị ung thư vú và ung thư cổ tử cung bằng cách **luôn hoạt động, ăn uống đúng cách, không hút thuốc và đi khám đúng thời hạn.**



# Hãy chủ động trong việc giữ gìn sức khỏe!

## Hãy chống lại ung thư cổ tử cung và ung thư vú

### Xét nghiệm Pap, chích ngừa HPV và chụp quang tuyến vú

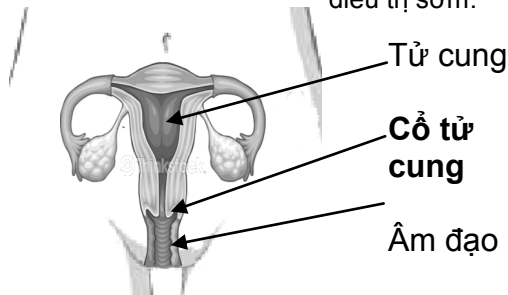


# Hãy chủ động trong việc giữ gìn sức khỏe!

## Ung thư cổ tử cung và xét nghiệm Pap

### 1. Ung thư cổ tử cung là gì?

- Ung thư cổ tử cung là tình trạng cổ tử cung bị ung thư. Cổ tử cung là phần dưới cùng của tử cung, ở phía trên của âm đạo.
- Ung thư cổ tử cung có thể trở nên nghiêm trọng và chết người nếu không được phát hiện và điều trị sớm.



### 2. Làm thế nào để tôi được xét nghiệm ung thư cổ tử cung?

- Bác sĩ khám cổ tử cung của quý vị để tìm bệnh ung thư hoặc tìm những dấu hiệu ung thư phát hiện sớm, nếu có, bằng xét nghiệm Pap đơn giản.

### 3. Ung thư cổ tử cung có ngăn ngừa được không?

- Có!  
Phụ nữ làm xét nghiệm Pap thường xuyên khó bị ung thư cổ tử cung.



### 4. Tôi nên làm xét nghiệm Pap thường xuyên như thế nào?

- Quý vị nên hỏi bác sĩ. Các đề nghị tiêu chuẩn cho xét nghiệm Pap là:
  - Trong tuổi 21 - 65: mỗi ba năm
  - Phụ nữ tuổi từ 65 tuổi trở lên chưa từng được khám để tìm bệnh ung thư căn tử Pap
  - Phụ nữ tuổi từ 20 tuổi trở xuống không cần thử Pap



### 5. Nguyên nhân gây ung thư cổ tử cung là gì?

- Ung thư cổ tử cung là do siêu vi human papilloma (hay HPV) gây ra. Nhiễm trùng HPV lây qua đường tình dục. HPV cũng có thể gây ra những mụn cóc ở bộ phận sinh dục và gây các loại bệnh ung thư khác.

### 6. Nhiễm trùng HPV có thường xảy ra không?

- Việc này rất thường xảy ra. Khoảng một nửa trong số những người lớn sẽ bị nhiễm HPV trong một khoảng thời gian nào đó trong cuộc đời.

### 7. Làm sao có thể ngăn ngừa nhiễm HPV?

- Thuốc chủng ngừa HPV là phương pháp quan trọng để giảm nguy cơ nhiễm HPV và ung thư cổ tử cung.

### 8. Lúc nào tốt nhất để chích ngừa HPV?

- Thuốc chủng ngừa hiệu quả nhất nếu được chích trước khi quan hệ tình dục lần đầu.
- Thiếu niên nam nữ nên chủng ngừa trong độ tuổi từ 9 đến 18 tuổi.
- Phụ nữ và đàn ông cũng nên chủng ngừa đến độ tuổi 26.
- Hỏi bác sĩ về việc được chích ngừa.



## Ung thư vú và chụp quang tuyến vú

### 1. Sự thật về ung thư vú.

- Ung thư vú là chứng ung thư thường xảy ra ở phụ nữ.
- Mọi phụ nữ đều có nguy cơ bị ung thư vú ngay cả khi gia đình họ không có ai mắc bệnh.
- Phụ nữ ngày càng lớn tuổi, nguy cơ bị ung thư vú càng tăng.
- Khi ung thư vú được phát hiện và điều trị sớm, thường chứng bệnh được trị dứt hẳn.