

Xét nghiệm nhỏ này có thể cứu mạng quý vị.



Xét nghiệm sàng lọc ruột:
Điều quý vị cần biết



Một mẫu



Hoàn thành ở nhà



Có kết quả trong
vòng hai tuần

The bowel screening test:
What you need to know: Vietnamese

**Quý vị có
biết lợi ích**
của xét nghiệm sàng
lọc ruột không?

9 trong số 10
người sống sót
sau ung thư ruột
nếu được phát hiện
và điều trị sớm

Xét nghiệm
có thể phát
hiện ung thư
ruột sớm, ngay cả
khi quý vị không
có bất kỳ triệu
chứng nào

Quý vị thực
hiện xét nghiệm
trong sự riêng tư
tại nhà riêng của
quý vị

**Xét nghiệm sàng lọc
ruột nhanh chóng và
dễ sử dụng, chỉ cần
gửi một mẫu nhỏ.**



Xét nghiệm sàng lọc ruột của quý vị

Ung thư ruột là loại ung thư phổ biến thứ ba ở Scotland.

Xét nghiệm sàng lọc ruột có thể tìm thấy ung thư ruột sớm khi thường có thể chữa khỏi.

Nửa triệu người ở Scotland làm xét nghiệm sàng lọc ruột mỗi năm.

Tại sao tôi lại được gửi xét nghiệm sàng lọc ruột này?

Tất cả mọi người ở Scotland từ 50 đến 74 tuổi được gửi một xét nghiệm sàng lọc ruột hai năm một lần. Xét nghiệm nhằm mục đích thu thập các dấu hiệu sớm của ung thư ruột, trước khi mọi người có bất kỳ triệu chứng nào. Nó có thể giúp phát hiện ung thư ở giai đoạn đầu, khi điều trị có nhiều khả năng thành công hơn. Sàng lọc ruột cũng có thể phát hiện những thay đổi khác trong ruột, chẳng hạn như sự tăng trưởng tiền ung thư gọi là polyp.

Xét nghiệm dành cho những người từ 50 tuổi trở đi vì nguy cơ bị ung thư ruột của quý vị cao hơn.

Tôi có thể làm xét nghiệm nếu tôi có tình trạng sức khỏe khác không?

Việc thực hiện xét nghiệm sàng lọc ruột là an toàn nếu quý vị có các tình trạng sức khỏe khác, bao gồm cả bệnh trĩ.

Cũng có thể thực hiện xét nghiệm nếu quý vị đang dùng thuốc, bao gồm chất làm loãng máu, viên sắt hoặc kháng sinh.

Thực tế



- Khoảng 4.000 người ở Scotland bị ung thư ruột mỗi năm.
- Quý vị có khả năng sống sót sau ung thư ruột cao hơn 14 lần nếu điều này được phát hiện sớm.

Làm thế nào tôi thực hiện xét nghiệm?

- Hướng dẫn đầy đủ bằng hình ảnh về cách thực hiện xét nghiệm sàng lọc ruột được đưa vào mặt sau thư của quý vị.
- Lấy nhãn từ mặt trước của thư và dán nhãn vào mặt bên của ống nghiệm có đánh dấu +. Viết ngày quý vị lấy mẫu ở mặt bên kia.
- Mở nắp ống nghiệm để gỡ que. Nhúng đầu que vào mẫu phân, đặt que lại vào ống nghiệm và đảm bảo rằng quý vị vặn nắp ống trở lại.
- Xét nghiệm có thể được thực hiện trong sự riêng tư tại nhà của quý vị và gửi trả lại bằng phong bì trả trước được cung cấp.
- Có một video hướng dẫn từng bước hữu ích cho việc sàng lọc ruột tại nhà. Truy cập **www.nhsinform.scot/bowelscreeningtest**



Sau khi tôi hoàn thành bộ kit xét nghiệm đầu tiên, tôi nghĩ đây có thể là cứu tinh nên tôi cứ làm thôi. Quá trình này cũng chỉ mất vài phút.

(Ajay, 59)

Điều gì xảy ra sau khi tôi hoàn thành xét nghiệm?

Chúng tôi sẽ kiểm tra máu ẩn trong phân của quý vị. Sau đó chúng tôi sẽ gửi kết quả cho quý vị trong vòng hai tuần.

Kết quả sàng lọc ruột có thể là gì?

Có thể có hai kết quả.

- **Không cần xét nghiệm thêm nữa.** Hầu hết mọi người đều có kết quả này. Nghĩa là không có máu, hay chỉ một lượng máu rất nhỏ, được tìm thấy trong mẫu của quý vị. Kết quả này không đảm bảo rằng quý vị không bị ung thư ruột, hoặc quý vị sẽ không phát triển ung thư ruột trong tương lai. Quý vị sẽ nhận được một xét nghiệm khác trong hai năm nữa. Thay đổi có thể xảy ra giữa lần sàng lọc ruột này và lần tiếp theo. Quý vị nên nói chuyện với bác sĩ của mình nếu quý vị nhận thấy bất kỳ thay đổi nào được liệt kê trên trang 6.
- **Cần làm thêm xét nghiệm..** Kết quả này có nghĩa là lượng máu tìm thấy trong mẫu phân của quý vị vượt quá giới hạn sàng lọc. Không có nghĩa là quý vị bị ung thư ruột nhưng chúng ta cần phải làm nhiều hơn để tìm ra nguyên nhân gây chảy máu.

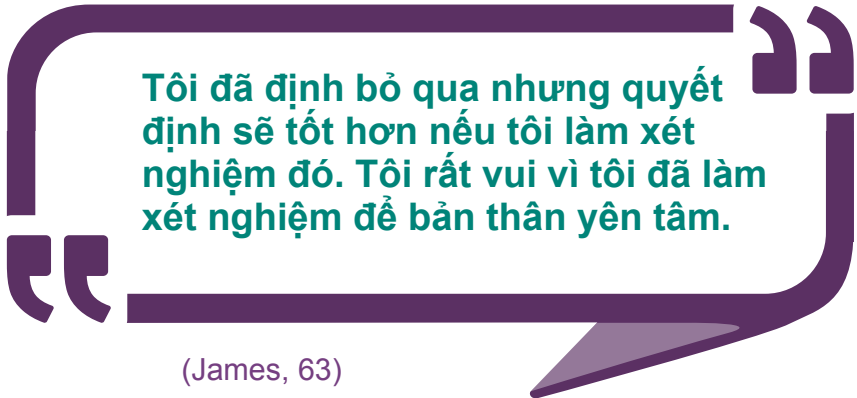
Điều gì xảy ra sau khi tôi có kết quả của mình?

Hầu hết mọi người sẽ không cần điều tra thêm nữa. Nếu lượng máu trong mẫu phân của quý vị vượt quá giới hạn sàng lọc, quý vị sẽ được chuyển đến Ban Sức khỏe để xác định loại hình kiểm tra sức khỏe nào tốt nhất cho quý vị.

Đối với hầu hết mọi người, đây sẽ là soi ruột già. Nếu quý vị được mời tham gia soi ruột già, quý vị sẽ nhận được thông tin về những lợi ích và rủi ro của thủ tục trước cuộc hẹn.

Xét nghiệm này phát hiện hầu hết các bệnh ung thư ruột, chứ nó không tìm thấy tất cả các bệnh ung thư ruột. Điều này là do xét nghiệm tìm máu, và không phải tất cả các bệnh ung thư đều chảy máu. Chúng tôi sẽ gửi cho quý vị một xét nghiệm hai năm một lần cho đến khi quý vị 75 tuổi. Sau đó, quý vị có thể yêu cầu xét nghiệm bằng cách liên hệ với Trung tâm Sàng lọc ruột Scotland (xem trang 9).

Để biết thêm thông tin về ý nghĩa của kết quả xét nghiệm sàng lọc ruột của quý vị, hãy truy cập **www.nhsinform.scot/bowelscreening**



Tôi đã định bỏ qua nhưng quyết định sẽ tốt hơn nếu tôi làm xét nghiệm đó. Tôi rất vui vì tôi đã làm xét nghiệm để bản thân yên tâm.

(James, 63)

Có phải máu trong mẫu phân của tôi có nghĩa là tôi bị ung thư ruột không?

Không.

Đối với mỗi 500 người làm xét nghiệm, chỉ có 10 người cần phải điều tra thêm. **Trong số 10 người này, chỉ có một người bị ung thư ruột.**

Nếu lượng máu mà chúng tôi tìm thấy trong mẫu phân của quý vị vượt quá giới hạn sàng lọc thông thường, chúng tôi sẽ cần tìm hiểu nguyên nhân gây ra tình trạng này. Chúng tôi thường làm điều này bằng cách sử dụng nội soi ruột già. Chúng tôi sẽ viết thư để nói với quý vị về chuyện này. Nội soi ruột già liên quan đến việc đưa một ống mỏng, dẻo vào ruột của quý vị để kiểm tra ruột. Nội soi ruột già sẽ được thực hiện trong bệnh viện. Đây thường là một cuộc hẹn ngoại trú, vì vậy quý vị không cần phải ở lại bệnh viện quá vài giờ. Trước khi đến bệnh viện, quý vị sẽ cần phải làm sạch ruột. Quý vị sẽ được hướng dẫn rõ ràng về cách thực hiện việc này trước cuộc hẹn.

Nếu quý vị được mời tham gia nội soi ruột già, quý vị sẽ nhận được thông tin về những lợi ích và rủi ro của thủ tục trước cuộc hẹn.



9 trên 10 người sẽ sống sót nếu ung thư ruột được phát hiện và điều trị sớm.

Xét nghiệm có tìm thấy tất cả ung thư ruột không?

Không. Xét nghiệm sẽ phát hiện được hầu hết các trường hợp ung thư ruột nhưng không thể tìm thấy tất cả. Xét nghiệm tìm máu ẩn trong phân của quý vị và không phải tất cả ung thư đều chảy máu. Đây là lý do tại sao ngoài việc thực hiện xét nghiệm mỗi lần quý vị được mời, điều quan trọng là phải chú ý đến các triệu chứng của ung thư ruột.

Các dấu hiệu và triệu chứng của ung thư ruột bao gồm:

- chảy máu nhiều lần từ hậu môn hoặc máu trong phân của quý vị
- một thay đổi gần đây trong thói quen đi tiêu của quý vị (tần suất quý vị đi vệ sinh) tiếp tục trong hơn bốn tuần mà không trở lại bình thường
- phân lỏng hoặc vừa lỏng vừa táo bón (bản thân táo bón ít có khả năng nghiêm trọng hơn)
- đau bụng nghiêm trọng không khỏi, đặc biệt là sau khi ăn, kết hợp với giảm cân mà không cố gắng
- lúc nào quý vị cũng thấy mệt mỏi.

Hãy trao đổi với bác sĩ đa khoa của quý vị nếu ...

quý vị nhận thấy bất kỳ thay đổi nào ở trên hoặc bất kỳ thay đổi nào khác không bình thường với quý vị.

Tôi có thể làm gì để giảm nguy cơ bị ung thư ruột không?

Có.

Ngoài việc làm xét nghiệm kiểm tra ruột, quý vị có thể thử:

- ăn một chế độ ăn lành mạnh:
 - bao gồm nhiều ngũ cốc nguyên hạt, đậu, hạt đậu, trái cây và rau quả
 - hạn chế thịt đỏ, thực phẩm chế biến và thực phẩm giàu đường hoặc chất béo (như đồ uống có đường)
- vận động nhiều hơn
- duy trì cân nặng khỏe mạnh
- uống ít cồn hơn – không uống rượu hơn để phòng ngừa ung thư – truy cập www.alcohol-focus-scotland.org.uk để biết thêm thông tin
- ngừng hút thuốc – nếu quý vị hút thuốc, hãy gọi **Quit Your Way** miễn phí ở số **0800 84 84 84** hoặc truy cập www.quityourway.scot để giúp quý vị bỏ thuốc
- Nói cho bác sĩ đa khoa của quý vị biết nếu quý vị lo lắng về thói quen đi tiêu của mình.

Quý vị có thể tìm thêm thông tin về sống lành mạnh bằng cách truy cập www.nhsinform.scot/healthy-living

Điều gì sẽ xảy ra với thông tin chi tiết của tôi?

NHS Scotland sẽ lưu giữ thông tin sàng lọc cá nhân của quý vị, bao gồm kết quả xét nghiệm, trong môi trường an toàn được NHS Scotland phê duyệt. Tất cả nhân viên NHS phải giữ kín thông tin cá nhân của quý vị, có nghĩa là thông tin này chỉ được chia sẻ với các nhân viên khác có liên quan đến việc chăm sóc quý vị.

Chúng tôi thường xuyên xem lại dịch vụ sàng lọc của mình để đảm bảo chúng tôi cung cấp dịch vụ tốt nhất có thể. Chúng tôi sử dụng thông tin từ sàng lọc để xác định các lĩnh vực cần cải thiện và đảm bảo dịch vụ đáp ứng các tiêu chuẩn đã thỏa thuận. Chỉ những nhân viên được ủy quyền và chuyên gia chăm sóc sức khỏe thích hợp mới có quyền truy cập thông tin này.

Chúng tôi có thể sử dụng thông tin này để nghiên cứu, giáo dục và đào tạo. Nếu điều này xảy ra, chúng tôi sẽ xóa thông tin cá nhân của quý vị.

Quý vị có quyền liên quan đến việc truy cập và sử dụng thông tin sức khỏe cá nhân của quý vị. Để biết thêm thông tin về quyền của quý vị hoặc cách NHS sử dụng thông tin cá nhân của quý vị hãy truy cập:

www.nhsinform.scot/confidentiality và www.nhsinform.scot/data-protection

Chọn không tham gia chương trình sàng lọc ruột

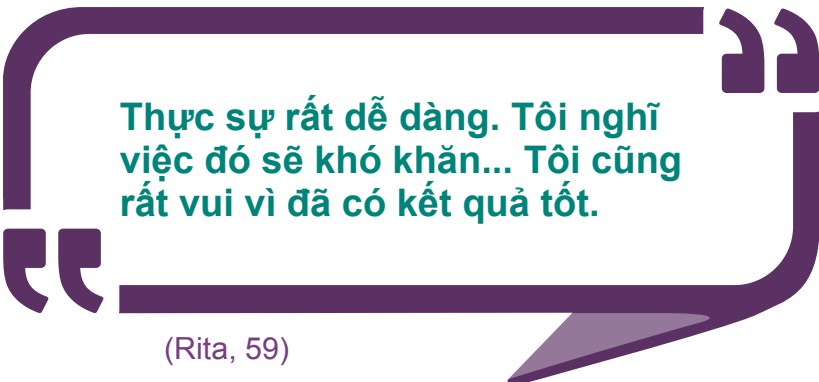
Quý vị được quyền lựa chọn có thực hiện sàng lọc hay không. Nếu quý vị quyết định rằng quý vị không muốn được sàng lọc và không muốn nhận thêm lời mời nào nữa, quý vị có thể chọn không tham gia. Điều này có nghĩa là quý vị sẽ không được mời tham gia sàng lọc ruột trong tương lai.

Chọn không tham gia là điều cần suy nghĩ cẩn thận. Điều đó có thể có nghĩa là nếu tình trạng bệnh của quý vị được sàng lọc trong tương lai thì các dấu hiệu ban đầu có thể bị bỏ sót. Quý vị có thể muốn thảo luận bất kỳ mối quan ngại nào với bác sĩ đa khoa hoặc người nào đó từ Trung tâm Sàng lọc ruột Scotland (xem trang đối diện).

Tôi có thể tìm thêm thông tin hoặc đặt câu hỏi về xét nghiệm ở đâu?

Các cố vấn tại Trung tâm Sàng lọc ruột Scotland rất vui lòng trả lời mọi câu hỏi của quý vị và họ sẽ tôn trọng quyền riêng tư của quý vị.

- Gọi đến đường dây trợ giúp bảo mật miễn phí tại số **0800 0121 833** (điện thoại văn bản **18001 0800 0121 833**)
- Email: **TAY.scottishbowelscreening@nhs.scot**
- Quý vị cũng có thể truy cập trực tuyến và vào trang: **www.nhsinform.scot/bowelscreening**



Thực sự rất dễ dàng. Tôi nghĩ việc đó sẽ khó khăn... Tôi cũng rất vui vì đã có kết quả tốt.

(Rita, 59)



Bản dịch



Bản dễ đọc



Ngôn ngữ ký
hiệu Anh



Bản ghi âm



Bản in Khổ
rộng



Chữ nổi
Braille

Để biết thêm thông tin, hoặc để nhận bản dịch và các định dạng khác:



www.nhsinform.scot/bowelscreening



phs.otherformats@phs.scot



0131 314 5300



Quét tôi

Public Health Scotland (Cơ quan Sức khỏe Cộng đồng Scotland) là cơ quan quốc gia của Scotland nhằm cải thiện và bảo vệ sức khỏe và hạnh phúc của người Scotland.

© Public Health Scotland 2023

OGL

Ấn phẩm này được cấp phép để sử dụng lại theo giấy phép Chính phủ Mở v3.0. Để biết thêm thông tin, hãy truy cập

www.publichealthscotland.scot/ogl

www.publicscotland.scot