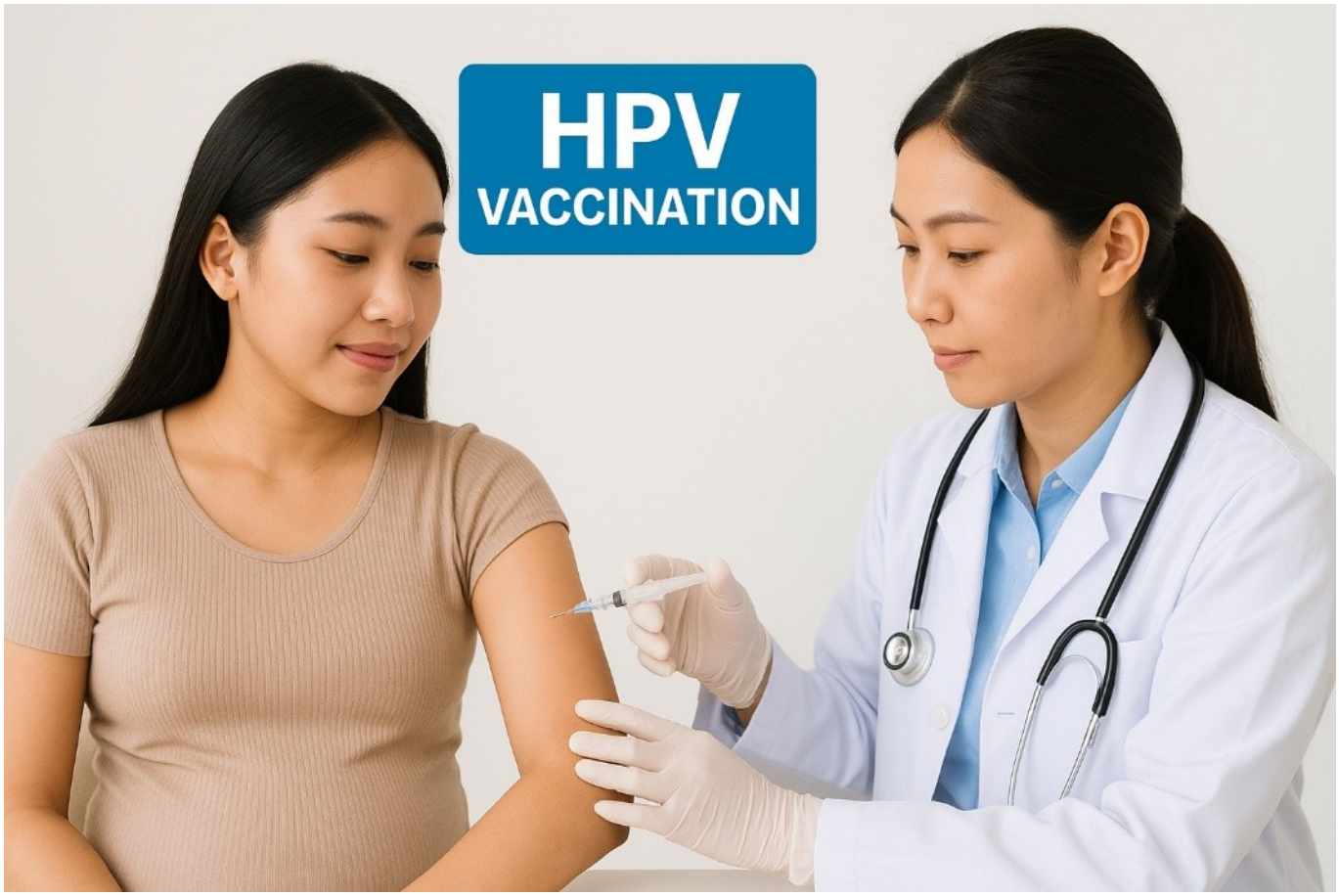
DỰ PHÒNG UNG THƯ CỔ TỬ CUNG – BẢO VỆ SỨC KHỎE PHỤ NỮ NGAY TỪ HÔM NAY

Ung thư cổ tử cung là một trong những bệnh ung thư phụ khoa phổ biến nhất ở phụ nữ Việt Nam, nhưng hoàn toàn có thể phòng ngừa và chữa khỏi nếu được phát hiện sớm. Chủ động tiêm vắc-xin HPV, tầm soát định kỳ và xây dựng lối sống lành mạnh chính là "lá chắn" hiệu quả giúp phụ nữ bảo vệ sức khỏe sinh sản và cuộc sống lâu dài.



Tiêm vắc-xin HPV cho người dân tại cơ sở y tế

Theo thống kê của Tổ chức Ung thư Toàn cầu (GLOBOCAN), Việt Nam hiện có khoảng 39,1 triệu phụ nữ trên 15 tuổi đang có nguy cơ mắc ung thư cổ tử cung. Chỉ tính riêng năm 2020, trung bình mỗi ngày có 11 ca mắc mới và 6 trường hợp tử vong vì căn bệnh này. Ung thư cổ tử cung hiện là nguyên nhân tử vong hàng đầu trong các bệnh ung thư sinh dục ở nữ giới, chỉ đứng sau ung thư vú.

Tuy nhiên, điều đáng mừng là bệnh hoàn toàn có thể được phát hiện sớm, điều trị

hiệu quả, và phòng ngừa nếu phụ nữ chủ động chăm sóc sức khỏe định kỳ và thực hiện các biện pháp dự phòng phù hợp.

HPV – “Thủ phạm” chính gây ung thư cổ tử cung

Nguyên nhân hàng đầu dẫn đến ung thư cổ tử cung là nhiễm vi rút gây u nhú ở người (HPV – Human Papillomavirus). Vi rút này lây truyền chủ yếu qua đường tình dục, với hơn 100 týp khác nhau, trong đó 8 týp nguy cơ cao (16, 18, 45, 33, 51, 58, 31, 52) chịu trách nhiệm cho hơn 96% các trường hợp ung thư cổ tử cung.

Thông thường, cơ thể có thể tự loại bỏ HPV sau một thời gian ngắn. Nhưng nếu nhiễm dai dẳng, vi rút có thể gây biến đổi tế bào cổ tử cung, hình thành tổn thương tiền ung thư và tiến triển thành ung thư sau nhiều năm.

Phát hiện sớm – cơ hội vàng để chữa khỏi

Ở giai đoạn đầu, ung thư cổ tử cung thường không có triệu chứng rõ ràng. Khi bệnh tiến triển, người phụ nữ có thể xuất hiện các dấu hiệu như ra máu âm đạo bất thường, đau vùng chậu hoặc tiết dịch kéo dài có mùi lạ.

Nhiều người vì chủ quan, e ngại hoặc bận rộn mà không đi khám phụ khoa định kỳ, dẫn đến việc phát hiện bệnh muộn. Trong khi đó, tầm soát định kỳ bằng xét nghiệm Pap smear hoặc HPV test có thể phát hiện sớm những biến đổi bất thường ở tế bào, giúp điều trị kịp thời và giảm đến 90% nguy cơ tiến triển thành ung thư.

Bác sĩ tư vấn sức khỏe sinh sản cho phụ nữ

Ba cấp độ dự phòng toàn diện

Hiện nay, Việt Nam triển khai chương trình phòng chống ung thư cổ tử cung theo ba cấp độ dự phòng:

Ở cấp độ đầu tiên, phụ nữ được khuyến khích tiêm vắc-xin HPV – biện pháp hiệu quả nhất giúp ngăn ngừa nguy cơ ngay từ đầu. Việc tiêm phòng được khuyến nghị cho trẻ em gái và phụ nữ từ 9–26 tuổi, tốt nhất trước khi có quan hệ tình dục. Bên cạnh đó, việc duy trì lối sống lành mạnh, quan hệ tình dục an toàn, không hút thuốc, hạn chế rượu bia cũng đóng vai trò quan trọng trong bảo vệ sức khỏe sinh sản.

Dự phòng cấp hai tập trung vào sàng lọc và phát hiện sớm. Phụ nữ từ 21–65 tuổi nên tầm soát định kỳ bằng xét nghiệm Pap smear hoặc HPV test mỗi 3–5 năm một lần. Việc phát hiện sớm giúp điều trị đơn giản, ít tốn kém và mang lại hiệu quả cao.

Ở cấp độ thứ ba, các trường hợp ung thư xâm lấn được phát hiện sớm sẽ được điều trị triệt để, giúp giảm tỷ lệ tử vong và cải thiện chất lượng cuộc sống cho người bệnh.

Hướng tới loại trừ ung thư cổ tử cung

Theo Mục tiêu quốc gia về kiểm soát ung thư cổ tử cung của Bộ Y tế, đến năm 2025, Việt Nam phấn đấu đạt 60% phụ nữ từ 30–54 tuổi được sàng lọc định kỳ, và 25% trẻ em gái cùng phụ nữ được tiêm vắc-xin HPV.

Ung thư cổ tử cung không chỉ là câu chuyện y học, mà còn là thông điệp về sự chủ động chăm sóc bản thân của mỗi người phụ nữ. Chỉ cần bắt đầu từ hôm nay – tiêm vắc-xin, đi tầm soát định kỳ, duy trì lối sống lành mạnh – phụ nữ Việt Nam hoàn toàn có thể bảo vệ tương lai của mình và người thân yêu khỏi căn bệnh này.

PHÒNG ĐIỀU DƯỠNG

Nguồn tham khảo: *Bộ Y tế Việt Nam, Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), GLOBOCAN, Hội Ung thư Phụ khoa Quốc tế (IGCS).*