

Time to screen

BreastScreen Aotearoa

Tiếng Việt (Vietnamese)

Tầm soát ung thư vú

Tham gia BreastScreen Aotearoa

TimeToBreastScreen.nz

Tầm soát ung thư vú và ung thư

Tầm soát ung thư vú nghĩa là chụp nhũ ảnh 2 năm một lần để kiểm tra các dấu hiệu của ung thư vú, loại ung thư thường gặp nhất ở phụ nữ New Zealand.

Tầm soát cứu tính mạng bạn bằng cách phát hiện ung thư vú trước khi xuất hiện bất kỳ triệu chứng nào. Hầu hết các trường hợp ung thư vú đều có thể chữa khỏi nếu được phát hiện và điều trị sớm trước khi phát triển hoặc lan rộng.

Chụp nhũ ảnh là gì?

Chụp nhũ ảnh là một loại thủ thuật chụp X quang. Đó là hình ảnh kỹ thuật số cho thấy phần bên trong vú của bạn để kiểm tra xem có dấu hiệu ung thư vú hay không.



Trong quá trình chụp nhũ ảnh, mỗi bên vú được ép chặt giữa hai tấm nhận ảnh tối đa trong một phút để có thể chụp được hình ảnh rõ nét. Bạn sẽ được yêu cầu cởi bỏ quần áo từ thắt lưng trở lên và được cung cấp áo choàng hoặc áo khoác để mặc.

Chụp nhũ ảnh được thực hiện tại các phòng khám và phòng khám di động trên khắp New Zealand. Bất kỳ ai đủ điều kiện đều sẽ được tự động mời ghi danh và được miễn phí tham gia.

Phát hiện sớm là biện pháp bảo vệ tốt nhất.

Scan the QR code to access available translations of BSA brochures into languages other than English and formats including Braille, audio, Large Print, Easy Read and NZSL.

SỐ ĐIỆN THOẠI MIỄN CƯỚC

0800 270 200

BreastScreen Aotearoa là gì?

BreastScreen Aotearoa là một chương trình tầm soát ung thư vú toàn quốc miễn phí kiểm tra các dấu hiệu ung thư vú.

Hiện tại, chương trình toàn quốc này cung cấp dịch vụ chụp nhũ ảnh (chụp X quang vú) miễn phí 2 năm một lần cho phụ nữ đủ điều kiện mà không có triệu chứng ung thư vú.

Tham gia BreastScreen Aotearoa và đặt lịch chụp nhũ ảnh

Nếu bạn đủ điều kiện và sắp đến lúc chụp nhũ ảnh với BreastScreen Aotearoa, bạn sẽ nhận được thư mời qua email, tin nhắn hoặc thư giấy. Bạn có thể ghi danh và đặt lịch:

- trực tuyến bằng cách sử dụng **liên kết cá nhân hóa bảo mật** trong thư mời của bạn, hoặc
- gọi số điện thoại miễn cước **0800 270 200**.

Nếu bạn nghĩ mình đủ điều kiện nhưng chưa nhận được thư mời, vui lòng báo cho chúng tôi bằng cách gọi số điện thoại miễn cước hoặc điền biểu mẫu ghi danh có sẵn trên trang **TimeToBreastScreen.nz**

Tôi có đủ điều kiện không?

Bạn đủ điều kiện tham gia BreastScreen Aotearoa nếu bạn:

- là phụ nữ từ 45 đến 69 tuổi, hoặc đủ điều kiện cho độ tuổi mở rộng đến 74 tuổi
- không có triệu chứng ung thư vú
- chưa chụp nhũ ảnh trong 12 tháng qua
- không mang thai
- được hưởng các dịch vụ y tế công cộng ở New Zealand[1]
- không có tế bào ung thư vú trong ít nhất 5 năm.

Nếu bạn không đủ điều kiện, hãy nói chuyện với bác sĩ hoặc nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe về nguy cơ mắc ung thư vú của mình. Ngoài ra, hãy chú ý đến bất kỳ dấu hiệu nào của ung thư vú và trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe càng sớm càng tốt nếu bạn nhận thấy những thay đổi ở ngực.

Nếu bạn đang cho con bú, vui lòng thông báo cho nhà cung cấp dịch vụ tầm soát khi đặt lịch hẹn.

1 Để biết thêm thông tin về những người có thể nhận dịch vụ chăm sóc sức khỏe cá nhân và hỗ trợ người khuyết tật được chính phủ tài trợ tại New Zealand, truy cập tewhatuora.govt.nz/corporate-information/our-health-system/eligibility-for-publicly-funded-health-services

Mở rộng độ tuổi tầm soát ung thư vú

BreastScreen Aotearoa đang mở rộng độ tuổi tầm soát ung thư vú miễn phí, bắt đầu với phụ nữ từ 70 đến 74 tuổi.

Vào tháng 10 hàng năm, phạm vi độ tuổi sẽ được mở rộng thêm một năm cho đến khi tất cả phụ nữ đủ điều kiện từ 70 đến 74 tuổi đều có thể tham gia chương trình. Chương trình này sẽ được triển khai đầy đủ vào tháng 10 năm 2029.

Toàn bộ New Zealand

(trừ Nelson và Marlborough)

Từ tháng 10 năm 2025, bạn đủ điều kiện:

- được chụp nhũ ảnh miễn phí 2 năm một lần cho đến khi bạn 75 tuổi, nếu bạn tròn 70 tuổi vào hoặc sau ngày 1 tháng 10 năm 2025.
- hưởng một lần tầm soát cuối cùng ở tuổi 74, nếu bạn từ 70 đến 74 tuổi trước ngày 1 tháng 10 năm 2025.

Nelson và Marlborough

Từ tháng 10 năm 2024, nếu bạn sống ở Nelson và Marlborough, bạn đủ điều kiện:

- được chụp nhũ ảnh miễn phí 2 năm một lần cho đến khi bạn 75 tuổi, nếu bạn tròn 70 tuổi vào hoặc sau ngày 1 tháng 10 năm 2024.
- hưởng một lần tầm soát cuối cùng ở tuổi 74, nếu bạn từ 70 đến 74 tuổi trước ngày 1 tháng 10 năm 2024.

Truy cập **TimeToBreastScreen.nz** hoặc gọi số điện thoại miễn cước **0800 270 200** để tìm hiểu thêm về những thay đổi này.

Đó là lựa chọn của bạn

Bạn có thể chọn tham gia BreastScreen Aotearoa hay không. Bạn có thể rút khỏi chương trình bất cứ lúc nào. Bạn cũng có thể tham gia lại bất cứ lúc nào, miễn là bạn còn đủ điều kiện.

Nếu bạn quyết định không tham gia chương trình, bạn hoặc cơ sở chăm sóc sức khỏe của bạn vẫn có thể sắp xếp chụp nhũ ảnh, nhưng có thể không được miễn phí và kết quả sẽ không được ghi nhận với BreastScreen Aotearoa.

Để giúp bạn quyết định, thông tin chi tiết hơn được cung cấp trong tài liệu này và trực tuyến tại **TimeToBreastScreen.nz**. Bạn cũng có thể nói chuyện với bác sĩ, y tá hoặc nhà cung cấp dịch vụ hauora hoặc gọi số điện thoại miễn cước **0800 270 200**.

Nếu bạn cần hỗ trợ để sắp xếp hoặc tham dự cuộc hẹn, chúng tôi có thể trợ giúp, với các lựa chọn về các chuyên gia chăm sóc sức khỏe là người Māori hoặc người Đảo Thái Bình Dương có sẵn ở một số khu
vực. Tìm hiểu về **Dịch vụ Hỗ trợ Tầm soát** tại **info.health.nz/keeping-healthy/cancer-screening/screening-support-services-in-aotearoa-new-zealand**

Những điều bạn cần biết

Tầm soát có thể cứu tính mạng bạn

Chụp nhũ ảnh sẽ giúp phát hiện ung thư sớm nhất có thể bằng cách hiển thị những thay đổi bên trong vú trước khi bạn có thể cảm nhận. Bạn có nhiều khả năng sống sót trước căn bệnh ung thư vú hơn, và việc điều trị có thể dễ dàng hơn, nếu ung thư được phát hiện sớm và khối u còn nhỏ.

Ở New Zealand, phụ nữ được phát hiện mắc ung thư vú thông qua tầm soát ít có khả năng tử vong vì căn bệnh này hơn so với những người được phát hiện bị ung thư vú mà không tham gia chương trình tầm soát. Tầm soát đã giảm số ca tử vong do ung thư vú xuống một phần ba[2].

Đa số những người mắc ung thư vú không có tiền sử gia đình mắc bệnh này. Vì vậy, điều quan trọng là phải nhận biết bất kỳ thay đổi nào ở ngực và nên chụp nhũ ảnh định kỳ bất kể tiền sử gia đình như thế nào. Nếu bạn có tiền sử gia đình mắc bệnh này, bạn có thể có nguy cơ cao hơn một chút.

Nguy cơ mắc ung thư vú cũng tăng theo tuổi tác.

Giảm thời gian điều trị

Phát hiện ung thư vú sớm có nghĩa là điều trị dễ dàng hơn, sử dụng các phương pháp mà người bệnh có thể dễ dàng thích nghi hơn. Điều này đặc biệt quan trọng đối với phụ nữ lớn tuổi, những người có thể mắc các bệnh lý nghiêm trọng khác cần phải kiểm soát.

Một phương pháp đã được chứng minh để phát hiện ung thư

Với phụ nữ tham gia tầm soát, chụp nhũ ảnh phát hiện được 8 hoặc 9 trên 10 trường hợp ung thư.

Điều quan trọng là cần quan sát các thay đổi giữa các lần chụp nhũ ảnh và trao đổi ngay với cơ sở chăm sóc sức khoẻ về bất kỳ thay đổi mới nào.

Một số loại ung thư có thể không gây hại cho bạn

Chụp nhũ ảnh có thể phát hiện các khối u ung thư vú nhỏ mà bạn sẽ không thể phát hiện được nếu không tầm soát. Một số loại ung thư này có thể không bao giờ phát triển đến mức đủ để đe dọa tính mạng. Với một số ít phụ nữ lớn tuổi mắc các bệnh lý nghiêm trọng khác, một số loại ung thư vú được phát hiện qua tầm soát sẽ không gây hại trong suốt quãng đời còn lại.

Vì không thể biết trước loại ung thư nào sẽ gây hại, nên mọi khối u ung thư được phát hiện sẽ được đề xuất điều trị. Bạn có thể thảo luận về các phương án điều trị với bác sĩ chuyên khoa của mình.

2 tewhatuora.govt.nz/publications/cohort-and-case-control-analyses-of-breast-cancer-mortality-breastscreen-aotearoa-1999-2011/

Chụp nhũ ảnh không phát hiện được tất cả các loại ung thư

Chụp nhũ ảnh có thể bỏ sót một số loại ung thư, và ung thư có thể phát triển giữa các buổi hẹn tầm soát. Hình ảnh chụp nhũ ảnh có thể trông bình thường ngay cả khi ung thư đang phát triển trong vú. Nhìn chung, ung thư vú ở phụ nữ lớn tuổi dễ phát hiện hơn do sự khác biệt trong mô vú.

Mô vú dày đặc có thể khiến việc phát hiện ung thư vú trở nên khó khăn hơn. Health New Zealand | Te Whatu Ora đang xem xét việc sử dụng trí tuệ nhân tạo để đo mật độ mô vú trong tương lai.

Điều quan trọng là bạn nên dành thời gian để tìm hiểu hình dạng và cảm giác bình thường của ngực mình.

Một số dấu hiệu của ung thư vú có thể bao gồm:

- một cục u mới ở vú hoặc nách
- thay đổi hình dạng hoặc kích thước vú
- thay đổi da vú như lõm, nhăn nheo hoặc dày lên
- thay đổi ở núm vú, chẳng hạn như núm vú thụt vào trong, loét hoặc tình trạng mới bị ngứa
- tiết dịch hoặc chảy máu ở núm vú
- tình trạng đỏ kéo dài
- đau vú không thuyên giảm.

Nếu bạn nhận thấy bất kỳ dấu hiệu nào trong số này, đừng chờ đến lần chụp nhũ ảnh tiếp theo, hãy đến khám tại cơ sở chăm sóc sức khỏe càng sớm càng tốt.

Bức xạ

Giống như tất cả các thủ thuật chụp X quang khác, chụp nhũ ảnh cũng khiến bạn tiếp xúc với một lượng bức xạ rất nhỏ, nhưng điều này khó có thể gây hại.

Đau đớn và lo lắng

Tầm soát ung thư vú có thể gây khó chịu hoặc đau đớn cũng như lo lắng cho một số phụ nữ. Bạn có thể mang theo người hỗ trợ hoặc thành viên gia đình nếu muốn có người ở bên cạnh trước và sau khi chụp nhũ ảnh.

Hãy nói chuyện với bác sĩ, y tá hoặc nhà cung cấp dịch vụ hauora của bạn về tầm soát ung thư vú và tìm thêm thông tin tại **TimeToBreastScreen.nz**

Time to screen BreastScreen Aotearoa

Health New Zealand
Te Whatu Ora

Te Kāwanatanga o Aotearoa
New Zealand Government

This resource is available from **healthed.govt.nz** or your local Authorised Provider. Revised September 2026. **HE10113-VIE**