TẠP CHÍ ĐIỆN TỬ
THƯƠNG HIỆU & CÔNG LUẬN

Sức khỏe tưởng chừng bình thường, nhưng sụt cân, vàng da báo hiệu ung thư gan giai đoạn cuối

08:52 21/07/2025

Ung thư gan đang là "kẻ giết người thầm lặng" đáng sợ tại Việt Nam, trở thành loại ung thư phổ biến và gây tử vong hàng đầu. Theo Bác sĩ Hà Hải Nam, Phó trưởng khoa Ngoại bụng 1, Bệnh viện K, năm 2020, ung thư gan chiếm 14.5% trong số hơn 182.000 ca ung thư mới, tương đương 26.000 ca. Mỗi năm, căn bệnh này cướp đi sinh mạng của hơn 25.000 người.

Điều đáng lo ngại nhất là phần lớn bệnh nhân ung thư gan chỉ được phát hiện khi bệnh đã ở giai đoạn muộn. Lúc này, khả năng điều trị cực kỳ hạn chế, và thời gian sống trung bình còn lại chỉ vỏn vẹn vài tháng.



Sức khỏe tưởng chừng bình thường, nhưng sụt cân, vàng da báo hiệu ung thư gan giai đoạn cuối

Mặc dù nguyên nhân chính xác gây bệnh vẫn chưa được xác định rõ, nhiều yếu tố nguy cơ đã được xác nhận. Chúng bao gồm viêm gan B và C, xơ gan, gan nhiễm mỡ, béo phì, lạm dụng rượu bia, tiếp xúc với thực phẩm mốc chứa

aflatoxin, hút thuốc, và môi trường độc hại. Nam giới có nguy cơ mắc bệnh cao hơn nữ giới.

Ung thư gan được mệnh danh là “sát thủ thầm lặng” bởi các triệu chứng ban đầu thường rất mơ hồ và dễ bị bỏ qua. Tuy nhiên, bác sĩ khuyến cáo chúng ta không nên chủ quan nếu xuất hiện một hoặc nhiều dấu hiệu sau:

- **Vàng da kèm ngứa**: Khi gan tổn thương, sắc tố mật bilirubin tích tụ trong máu khiến da và mắt chuyển sang màu vàng. Nhiều trường hợp còn kèm theo tình trạng ngứa dữ dội, đây là dấu hiệu cảnh báo rõ ràng chức năng gan đang suy giảm.

- **Sụt cân không rõ lý do**: Việc giảm cân nhanh chóng, không phải do ăn kiêng hay luyện tập thể thao, là một biểu hiện bất thường. Khi gan mất khả năng hấp thụ và chuyển hóa dưỡng chất, cơ thể sẽ gầy sút nhanh chóng dù chế độ ăn uống vẫn bình thường.

- **Đau âm ỉ vùng sườn phải**: Vị trí của gan nằm ở hạ sườn phải. Người bệnh có thể cảm thấy nặng bụng, tức vùng gan, hoặc thậm chí tự sờ thấy gan to. Nước tiểu chuyển màu vàng sẫm hoặc nâu cũng là dấu hiệu cảnh báo bilirubin đang tăng cao trong cơ thể.

- **Chán ăn, buồn nôn**: Khi gan bị tổn thương, hệ tiêu hóa cũng bị ảnh hưởng. Người bệnh thường thấy chán ăn, đặc biệt là với các món nhiều dầu mỡ, kèm theo cảm giác đầy bụng và buồn nôn kéo dài.

- **Mệt mỏi triền miên**: Cảm giác mệt mỏi không rõ nguyên nhân, dù đã nghỉ ngơi đầy đủ hay không vận động nhiều, cũng là một tín hiệu cần lưu ý. Đây là hậu quả của chức năng gan suy giảm, khiến cơ thể dễ kiệt sức.

Khi ung thư gan tiến triển đến giai đoạn muộn, các biểu hiện sẽ trở nên rõ rệt và nặng nề hơn: bụng chướng to, đau tức hạ sườn phải dữ dội, sụt từ 5–6 kg mỗi tháng, vàng da toàn thân, buồn nôn liên tục, và khó thở. Lúc này, việc điều trị gần như chỉ mang tính hỗ trợ, và tiên lượng sống rất thấp.

Để đối phó với “sát thủ thầm lặng” này, tầm soát định kỳ là chìa khóa sống còn. Các chuyên gia khuyến cáo người dân, đặc biệt là những người có yếu tố nguy cơ cao (như viêm gan B, C, xơ gan, hoặc thường xuyên uống rượu bia), nên siêu âm gan định kỳ mỗi 3–6 tháng, kể cả khi chưa có bất kỳ triệu chứng nào. Phát

hiện sớm giúp tăng hiệu quả điều trị và kéo dài tiên lượng sống đáng kể.

Phòng bệnh bằng cách duy trì lối sống lành mạnh, hạn chế rượu bia, duy trì cân nặng hợp lý, và chủ động tầm soát định kỳ chính là biện pháp hiệu quả nhất để tự bảo vệ mình trước ung thư gan.

Tâm An (t/h)