

LẠC NỘI MẠC NÔNG (Superficial Endometriosis)

Tờ thông tin này nhằm giúp bạn hiểu lạc nội mạc nông là gì, bạn cần những xét nghiệm nào và ý nghĩa của việc được chẩn đoán.

Lạc nội mạc nông là gì?

Lạc nội mạc nông (SE) là dạng lạc nội mạc tử cung phổ biến nhất, chiếm khoảng 80% tất cả các chẩn đoán lạc nội mạc tử cung. SE hình thành như một tổn thương nông dọc theo phúc mạc (lớp màng lót khoang bụng). Giống như các dạng lạc nội mạc tử cung khác, SE có thể dẫn đến đau bụng khi có kinh, đau khi giao hợp, đau khi đi tiểu và vô sinh.

Nguyên nhân gây lạc nội mạc tử cung – Nó bắt đầu như thế nào?

Nguồn gốc của lạc nội mạc tử cung, bao gồm cả SE, hiện đang còn tranh cãi và khá phức tạp. Giả thuyết được chấp nhận rộng rãi nhất vẫn là “dòng chảy ngược”, nghĩa là máu kinh nguyệt chảy ngược vào trong khoang chậu, cho phép các tế bào bám vào và phát triển thành các tổn thương. Tuy nhiên, giả thuyết này đã bị chỉ trích vì hầu hết, nếu không nói là tất cả phụ nữ đều từng bị tình trạng dòng chảy ngược. Các nghiên cứu gần đây đề xuất cơ chế đa nguồn gốc, cho rằng có thể môi trường mà tế bào được tiếp xúc trong quá trình dòng chảy ngược, như là môi trường viêm nhiễm hoặc một môi trường cơ quan miễn dịch bất thường, thúc đẩy tế bào bám vào và phát triển. Các giả thuyết khác bao gồm nguồn gốc phôi thai (Müllerian), trong đó lạc nội mạc tử cung có thể phát triển trong quá trình phát triển phôi hoặc các tế bào có khả năng thích ứng với trạng thái phôi thai (chuyển sản). Bất kể nguồn gốc là gì, người ta đã thừa nhận rằng các dạng lạc nội mạc tử cung khác nhau có thể có những nguyên nhân đặc trưng riêng biệt.

SE được chẩn đoán như thế nào?

Tiêu chuẩn vàng hiện nay để chẩn đoán lạc nội mạc tử cung vẫn là nội soi ổ bụng chẩn đoán, sau đó là xác nhận mô học. Quá trình này bao gồm một vết mổ nhỏ gần rốn, sau đó khí sẽ được sử dụng để làm phồng bụng và đưa ống nội soi (có gắn máy quay) vào để quan sát trong bụng.

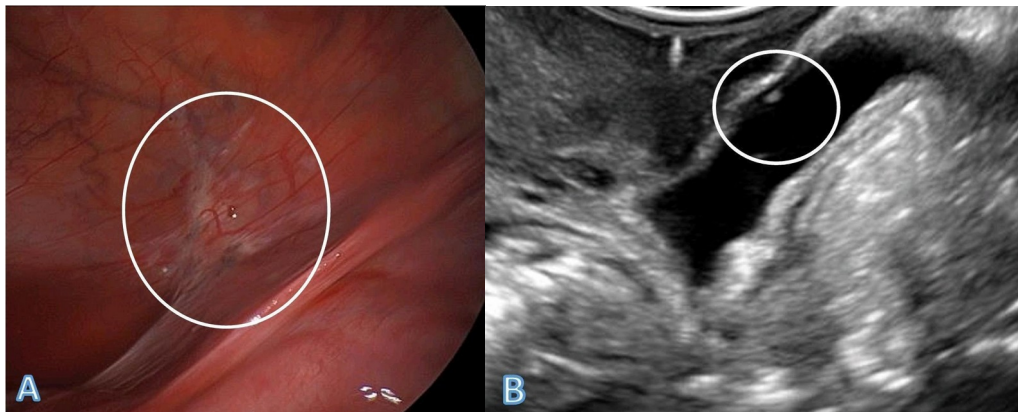
Các kỹ thuật và phương thức chẩn đoán khác bao gồm chụp cộng hưởng từ (MRI) và siêu âm (US), cho phép chẩn đoán ít xâm lấn hơn nhưng hiệu quả tương đương đối với một số phân nhóm lạc nội mạc tử cung như lạc nội mạc tử cung sâu và lạc nội mạc tử cung ở buồng trứng. Tuy nhiên, các phương pháp này vẫn còn những hạn chế đối với chẩn đoán SE do tổn thương nằm nông, gây khó khăn cho việc đánh giá bằng siêu âm.

Một số kỹ thuật mới đang được áp dụng, bao gồm thủ thuật siêu âm bơm nước đánh giá vùng túi cùng douglas (saline-infusion sonoPODography) trong đó nước được đưa vào tử cung ra vùng chậu để đánh giá các tổn thương nhỏ tinh tế hơn như là SE.

Tuy nhiên, hiện nay để chẩn đoán xác định SE chủ yếu dựa vào nội soi ổ bụng.

SE trông như thế nào?

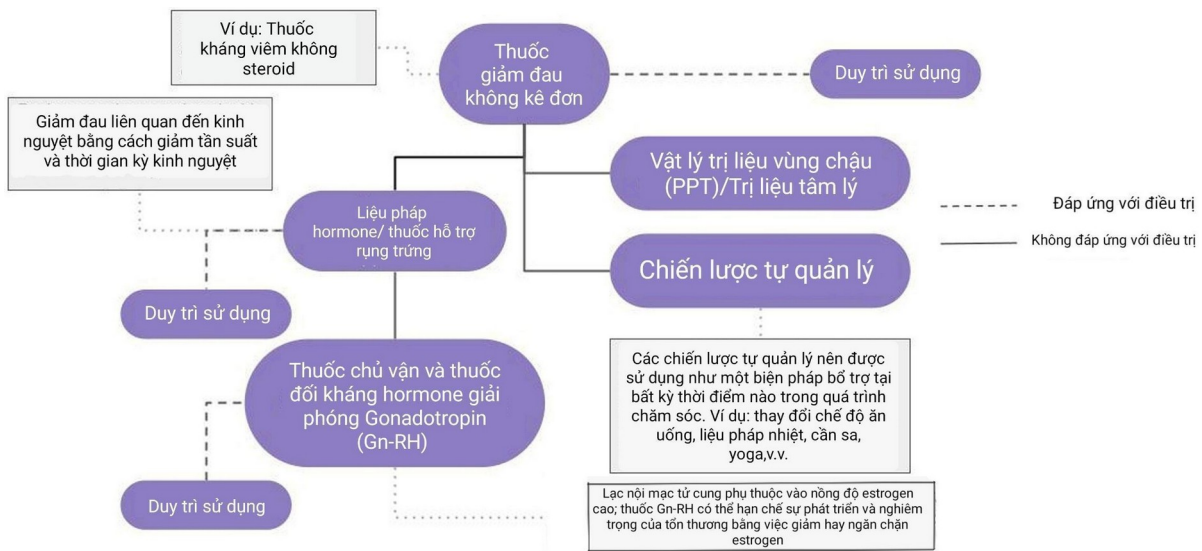
Hình A thể hiện SE qua nội soi. Các tổn thương điển hình có thể nhìn thấy dọc theo thành ngoài của tử cung/phúc mạc và có thể có màu đỏ, đen hoặc trắng/ trong. Nội soi ổ bụng giúp quan sát trực tiếp, trong đó bác sĩ có thể đánh giá toàn bộ vùng chậu theo từng phần một.



Để so sánh, Hình B là hình ảnh siêu âm qua âm đạo (TVS) của SE. Khi đánh giá SE thông qua siêu âm, bác sĩ sẽ tìm kiếm các vùng hoặc phần phản âm dày (sáng) nhô ra, thường biểu hiện điển hình dưới dạng những nhú nhỏ. Để xác định những vùng này, bác sĩ có thể thực hiện “nghiệm pháp rung lắc” (jiggle test), bao gồm việc đẩy nhẹ đầu dò để phát hiện các tổn thương.

Các lựa chọn điều trị cho SE là gì?

Hiện tại không có cách chữa trị cho lạc nội mạc tử cung, mặc dù một số dạng thuốc, liệu pháp, phẫu thuật và chiến lược tự quản lý cho phép cải thiện triệu chứng và cải thiện chất lượng cuộc sống. Điều trị bằng phẫu thuật nội soi có thể được khuyến cáo, nhưng các chiến lược điều trị không xâm lấn có thể được thực hiện (sơ đồ bên dưới). Hai nguyên tắc điều trị quan trọng bao gồm 1) Hiểu tất cả các cơ chế gây đau vùng chậu và 2) bệnh nhân tự chủ trong việc lựa chọn phương pháp điều trị. Thực tế ở nhiều người cần phải sử dụng nhiều phương pháp điều trị cùng một lúc (ví dụ: NSAID, vật lý trị liệu, liệu pháp hormone và liệu pháp phẫu thuật).



Chiến lược tự quản lý:

- Thay đổi chế độ ăn uống
- Liệu pháp nhiệt
- Các hoạt động xã hội
- Ngủ
- Tập thể dục
- Yoga
- Cần sa
- Hỗ trợ xã hội
- Quản lý công việc và học tập
- Giáo dục bản thân và hỗ trợ
- Thư giãn và chánh niệm
- Chấp nhận
- Liệu pháp cam kết
- Áp dụng thái độ tích cực

Tương lai cho chẩn đoán SE?

Hiện nay, những nỗ lực đang được thực hiện để phát triển và cải thiện các phương thức nhằm chẩn đoán SE nhanh chóng và ít xâm lấn hơn. Các kỹ thuật mới, chẳng hạn như siêu âm bơm nước đánh giá vùng túi cùng douglas giúp cải thiện độ tương phản nhằm chẩn đoán SE bằng siêu âm. Tương tự, các dấu hiệu sinh học hiện đang được nghiên cứu trên toàn thế giới, làm tăng thêm hy vọng về một phương thức chẩn đoán mới cho SE và lạc nội mạc tử cung nói chung.

Tôi nên hỏi những câu hỏi nào khác?

- Phương pháp điều trị nào phù hợp nhất với loại bệnh và triệu chứng của tôi?
- Phương pháp điều trị của tôi ảnh hưởng như thế nào đến chất lượng cuộc sống?
- Bạn có cảm thấy thoải mái với phương thức điều trị hoặc chẩn đoán được sử dụng không?
- Có còn những lựa chọn nào khác không?
- Tôi có những sự hỗ trợ nào (từ cộng đồng, gia đình, bạn bè, v.v.)?
- Có những lựa chọn điều trị nào dựa trên khả năng sinh sản cho tôi?

Cập nhật lần cuối: tháng 5 năm 2022