

العلاج الإشعاعي

تتناول هذه المعلومات موضوع العلاج الإشعاعي.

أي كلمات مُسَطَّرة مشروحة في قائمة الكلمات في نهاية النشرة.
تشمل قائمة الكلمات أيضًا كيفية نطق الكلمات باللغة الإنجليزية.

سيتملقى الكثير من الأشخاص المصابين بالسرطان علاجًا إشعاعيًا كجزء من علاجهم، وهناك أنواع مختلفة من العلاج الإشعاعي. سنشرح الأنواع الرئيسية للعلاج الإشعاعي في نشرة المعلومات هذه.

سيحتاج بعض الأشخاص أيضًا إلى تلقي علاجات أخرى، مثل العلاج الكيميائي أو الجراحة. لدينا أيضًا معلومات بلغتك عن هذه العلاجات.

إذا كانت لديك أي أسئلة عن هذه المعلومات فيمكنك أن توجهها إلى الطبيب أو الممرض المسؤول عن حالتك في المستشفى الذي تتلقى فيه العلاج.

يمكنك أيضًا الاتصال بمؤسسة ماكميلان كanser سابورت (Macmillan Cancer Support) على الرقم الهاتفي المجاني **0808 808 00 00** طوال أيام الأسبوع من الساعة الثامنة صباحًا إلى الساعة الثامنة مساءً. يُرجى العلم بأن لدينا مترجمين، وبالتالي يمكنك التحدث إلينا بلغتك. عندما تتصل بنا، يُرجى إخبارنا باللغة الإنجليزية باللغة التي تحتاج إلى استخدامها.

يمكنك الاطلاع على مزيد من المعلومات عن السرطان بلغتك على الموقع الإلكتروني macmillan.org.uk/translations

تتناول نشرة المعلومات هذه المواضيع التالية:

- ما العلاج الإشعاعي؟
- لماذا يُعطى العلاج الإشعاعي؟
- فريق العلاج الإشعاعي المسؤول عن حالتك
- فهم علاجك
- أين يُعطى العلاج الإشعاعي؟
- وضع خطة علاجك
- أنواع العلاج الإشعاعي
- الآثار الجانبية للعلاج الإشعاعي
- الآثار الجانبية المتأخرة وطويلة المدى
- كيفية تقديم مؤسسة ماكميلان (Macmillan) للمساعدة
- قائمة الكلمات
- المزيد من المعلومات بلغتك
- المراجع والشكر

ما العلاج الإشعاعي؟

يستخدم العلاج الإشعاعي أشعة عالية الطاقة تُسمى الإشعاع لعلاج السرطان، وهو يدمر الخلايا السرطانية في المنطقة المُستهدفة للعلاج الإشعاعي. من الممكن أن يُلحق العلاج الإشعاعي الضرر بالخلايا السليمة أيضًا، ولكنها عادةً ما تتعافى بعد انتهاء العلاج.

لماذا يُعطى العلاج الإشعاعي؟

يتلقّى الكثير من الأشخاص علاجًا إشعاعيًا كجزء من علاج السرطان الذي يخضعون له. يتم إعطاء العلاج الإشعاعي لأسباب مختلفة.

لعلاج السرطان

يمكن إعطاء العلاج الإشعاعي لمحاولة علاج بعض أنواع السرطان، ويمكن إعطاؤه بمفرده أو مع علاجات السرطان الأخرى مثل العلاج الكيميائي. كما يمكن إعطاؤه قبل أو بعد الجراحة. عندما يُعطى قبل الجراحة، فقد يقلص حجم الورم، وعندما يُعطى بعد الجراحة، يمكن أن يعمل على تدمير أي خلايا سرطانية خلفتها الجراحة.

للمساعدة في التخفيف من حدة أعراض السرطان

إذا لم يكن علاج السرطان ممكنًا، فقد تخضع للعلاج الإشعاعي للمساعدة في السيطرة على أعراض السرطان، ويُسمى ذلك العلاج الإشعاعي التلطيفي.

فريق العلاج الإشعاعي المسؤول عن حالتك

استشاري الأورام السريرية

إنه طبيب يُعالج السرطان باستخدام العلاج الإشعاعي، ويساعد في وضع خطة علاجك. قد تزوره قبل وأثناء وبعد تلقي العلاج، كما يمكنك أن تطلب رأيته بين المواعيد المُقرّرة.

فنيو التصوير بالأشعة

يساعد فريق فنيي التصوير بالأشعة في وضع خطة علاجك ويعطونك العلاج الإشعاعي. كما يُفحصون لك المشورة بشأن أي آثار جانبية قد تعاني منها أو أي مخاوف قد تراودك.

أخصائيو التمريض السريري

العديد من مراكز علاج السرطان لديها ممرضون متخصصون في رعاية مرضى السرطان، ويُطلق عليهم أحيانًا أخصائيو التمريض السريري. إنهم ممرضون خبراء في نوع السرطان الذي تعاني منه. يمكنك التحدّث معهم بشأن أي مخاوف تراودك، حيث يمكنهم تقديم الدعم لك وتزويدك بالمعلومات أثناء تلقي علاجك وبعده. كما يمكنهم مساعدتك في التعامل مع أي آثار جانبية.

المختص بالحالة المسؤول عنك

المختص بالحالة المسؤول عنك هو الشخص الذي يجب التواصل معه إذا كنت بحاجة إلى مزيد من المعلومات أو الدعم. عادةً ما يكون أحد فنيي التصوير بالأشعة أو الممرضين المتخصصين في فريق العلاج المسؤول عن حالتك هو المختص بالحالة. إذا لم تكن تعرف المختص بالحالة المسؤول عنك، فاسأل أحد الأشخاص في موعدك التالي.

فهم علاجك

قبل أن تتلقى أي علاج، سيشرح لك الطبيب أو الممرض أو فني التصوير بالأشعة المسؤول عن حالتك المواضيع التالية:

- السبب وراء حاجتك للعلاج.
- معدل تلقي العلاج.
- الآثار الجانبية المحتملة.
- الأعراض التي قد تشعر بها بعد تلقي العلاج.

يجب عدم تلقي أي علاج ما لم تفهم سبب الحصول عليه والأعراض التي قد تعاني منها. سيطلب منك إعطاء الإذن قبل تلقي أي علاج، ويُسمى هذا الإجراء إعطاء الموافقة، وهو عبارة عن إثبات على موافقتك على تلقي العلاج وإدراكك لآثاره الجانبية المحتملة.

من المفضل أن تأخذ معك شخصًا يتحدث لغتك بالإضافة إلى اللغة الإنجليزية، وفي بعض الأحيان، يمكن أن توفر لك المستشفى مترجمًا. يحتاج ذلك عادةً إلى ترتيب مسبق، لذلك إذا كنت بحاجة إلى مترجم، فأبلغ المستشفى قبل الموعد.

أين يُعطى العلاج الإشعاعي؟

يُعطى العلاج الإشعاعي في المستشفى. عادةً تحصل على علاجك كمريض يومي، وهذا يعني أنه يمكنك العودة إلى المنزل بعد تلقي العلاج وأنت لا تحتاج إلى المبيت في المستشفى، ولكن تتطلب بعض أنواع العلاج الإشعاعي الإقامة بالمستشفى لبضعة أيام.

إذا كنت تشعر بالتعب أو تتلقى علاجًا كيميائيًا في الوقت نفسه، فقد تحتاج إلى الإقامة بالمستشفى كمريض داخلي. وفي هذه الحالة، ستذهب إلى قسم العلاج الإشعاعي كل يوم من الجناح الذي تتواجد به. إذا كنت مضطربًا للانتقال لمسافة طويلة للذهاب إلى المستشفى لتلقي العلاج الإشعاعي، فقد تحصل عليه كمريض داخلي.

وضع خطة علاجك

قبل أن تبدأ علاجك، يجب التخطيط له. توضع خطة العلاج الإشعاعي بعناية لكل مريض، وهذا للتأكد من أن العلاج يؤتي بالنتيجة المرجوة ولا يُسبب سوى أقل قدر ممكن من الآثار الجانبية. قد يستغرق التخطيط لعلاجك أكثر من زيارة واحدة. سيخبرك فريق العلاج الإشعاعي المسؤول عن حالتك بما يمكن توقعه.

الفحوصات بالأشعة

ستخضع إلى فحص واحد أو أكثر بالأشعة قبل البدء في العلاج، وهذا من شأنه أن يساعد فريق العلاج المسؤول عن حالتك على تحديد مقدار العلاج الإشعاعي الذي تحتاج للخضوع له، كما يساعدهم على تحديد المنطقة التي ستخضع للعلاج الإشعاعي بدقة.

قبل الخضوع للفحص بالأشعة، قد يُطلب منك ارتداء رداء المستشفى. وقد يقوم أحد أعضاء فريق العلاج أيضًا بحقن صبغة في وريدك، حيث يساعد ذلك في الحصول على صورة واضحة من الفحص بالأشعة.

القوالب والأقنعة

قد تحتاج إلى قالب أو قناع خاص بالعلاج الإشعاعي لتلقي علاجك. سيتولى فريق العلاج الإشعاعي المسؤول عن حالتك توفير القالب أو القناع إذا كنت بحاجة إليه. يساعدك القالب أو القناع على البقاء ثابتاً وفي الوضع الصحيح. تُستخدم القوالب للساق أو الذراع أو أي جزء آخر من الجسم، بينما تُستخدم الأقنعة للرأس أو الرقبة.

القالب أو القناع مصنوع من شبكة بلاستيكية، وينبغي تثبيته بإحكام ولكن يجب ألا يسبب الشعور بعدم الراحة، كما أنك لا تضعه إلا لفترات قصيرة. ستحتاج إلى وضع القالب أو القناع في الحالتين التاليتين:

- عند التخطيط لعلاجك.
- عند خضوعك للعلاج.

يمكنك التنفس بصورة طبيعية عند وضع القناع.

قناع العلاج الإشعاعي



العلامات على الجلد

قد يضع أحد أفراد فريق العلاج الإشعاعي المسؤول عن حالتك علامات صغيرة دائمة على جلدك، وهذه العلامات من شأنها أن تُحدّد بدقة الموضع الذي سيخضع للعلاج الإشعاعي. يتم وضع العلامات بنفس طريقة رسم الوشم. لن يتم رسم هذه العلامات إلا بعد الحصول على إذن منك. إذا كنت قلقاً بشأنها أو كان لديك وشم مرسوم بالفعل في المنطقة الخاضعة للعلاج، فأخبر فني التصوير بالأشعة المسؤول عن حالتك.

الخصوصية

يمكن أن يؤثر العلاج الإشعاعي على قدرة المرأة على الحمل وقدرة الرجل على الإنجاب، ويجد الكثير من الأشخاص صعوبة في التعامل مع هذا الموقف. إذا كنت قلقاً بهذا الشأن، فتحدّث مع الطبيب أو الممرض المسؤول عن حالتك قبل بدء العلاج، إذ يمكنهما إخبارك بما يمكن توقعه وذكر طرق لحماية خصوصيتك. قد تجد أيضاً أنه من المفيد التحدّث مع أحد أخصائيي الإرشاد النفسي أو رجال الدين.

منع الحمل

قد ينصح الطبيب المرأة بعدم الحمل والرجل بعدم الإنجاب، وذلك لأن العلاج الإشعاعي يمكن أن يلحق الضرر بالجنين. من المهم استخدام وسائل منع الحمل أثناء العلاج الإشعاعي وعلى مدى بضعة أشهر بعد انتهائه. يمكنك التحدث مع الطبيب أو الممرض المسؤول عن حالتك إذا كنت قلقًا بشأن هذا الأمر.

أنواع العلاج الإشعاعي

توجد أنواع مختلفة من العلاج الإشعاعي:

- العلاج الإشعاعي الخارجي – يُعطى من خارج الجسم باستخدام جهاز العلاج الإشعاعي.
- العلاج الإشعاعي الداخلي – عندما توضع مادة مُشعّة داخل جسمك. يوجد نوعان من العلاج الإشعاعي الداخلي: المعالجة الكثبية والعلاج بالنظائر المُشعّة.

تعتمد طريقة حصولك على العلاج الإشعاعي على الجزء المصاب بالسرطان من الجسم ونوع السرطان. يتم علاج بعض أنواع السرطان بالعلاج الإشعاعي الخارجي والداخلي.

اطلب من الطبيب المسؤول عن حالتك توضيح نوع العلاج الإشعاعي الذي ستخضع له، حتى تتمكن من قراءة الأجزاء المناسبة من نشرة المعلومات هذه.

العلاج الإشعاعي الخارجي باستخدام الإشعاع

إنه العلاج المُتَّبَع عند إعطاء العلاج الإشعاعي من خارج الجسم باستخدام جهاز العلاج الإشعاعي. عادةً ما تخضع لجلسة علاج إشعاعي واحدة يوميًا، وغالبًا ما تأخذ راحة في عطلات نهاية الأسبوع. تُقدّم بعض المستشفيات العلاج في عطلات نهاية الأسبوع أيضًا، مع منح راحة خلال أيام الأسبوع.

سيعتمد عدد جلسات العلاج الإشعاعي التي ستخضع لها على نوع السرطان وحجمه.

لا تستغرق جلسة العلاج الإشعاعي سوى بضع دقائق كل يوم، ولكن قد تحتاج إلى الانتظار لتلقّي العلاج إذا كان المستشفى مزدحمًا. من المفضّل أن تقضي وقت الانتظار في عمل أي شيء، مثل القراءة أو الاستماع إلى الموسيقى.

قبل تلقّي أول جلسة للعلاج الإشعاعي، سيشرح لك فريق العلاج الإشعاعي ما سيحدث، وقد يطلبون منك ارتداء رداء المستشفى. من الطبيعي أن تشعر بالقلق من تلقّي العلاج الإشعاعي، ولكن عادةً ما يصبح الأمر يسيّرًا عندما تتعرّف على فريق العلاج الإشعاعي المسؤول عن حالتك وتدرّك الإجراءات المتبعة.

قد يستغرق تجهيزك في الوضع الصحيح لتلقّي العلاج بعض الوقت. ستحتاج إلى الاستلقاء في وضع ثابت تمامًا، وسيقوم فنيو التصوير بالأشعة بتخفيف الإضاءة، ثم يغادرون الغرفة أثناء إعطاء العلاج الإشعاعي. لا يُسبّب تلقّي العلاج الإشعاعي أي أضرار، وعادةً لا يلامسك جهاز العلاج الإشعاعي.

شخص يخضع للعلاج الإشعاعي الخارجي باستخدام الإشعاع



سيتابعك فنيو التصوير بالأشعة من الغرفة المجاورة، إما من خلال نافذة أو على شاشة، ولن يتمكن أي شخص آخر من رؤيتك. عادةً ما يكون هناك جهاز اتصال داخلي، وبالتالي يمكنك التحدث معهم إذا احتجت إلى ذلك أثناء تلقي العلاج.

قد يتحرك الجهاز حول جسمك لإعطاء العلاج من اتجاهات مختلفة، وبمجرد انتهاء العلاج سيعود فنيو التصوير بالأشعة إلى الغرفة ويساعدونك على النزول من فوق الجهاز.

لن يجعلك هذا النوع من العلاج مُشعًا، ومن الآمن أن تتواجد مع أشخاص آخرين، بمن فيهم الأطفال، بعد تلقي العلاج الإشعاعي.

المعالجة الكثيية

المعالجة الكثيية عبارة عن نوع من العلاج الإشعاعي يُعطى داخل الجسم، وتُستخدم بشكل رئيسي لعلاج سرطانات البروستاتا وعنق الرحم والرحم. سيشرح لك فريق الرعاية الصحية المسؤول عن حالتك خطة علاجك. قد يشمل ذلك أيضًا العلاج الإشعاعي الخارجي باستخدام الإشعاع قبل المعالجة الكثيية أو بعدها أو غيرها من العلاجات الأخرى مثل العلاج الكيميائي أو العلاج الهرموني أو العلاج الموجّه.

تستخدم المعالجة الكثيية مصادر مُشعّة توضع في جسمك بالقرب من الجزء المصاب بالسرطان، وقد تكون نائمًا تحت تأثير التخدير الكلي عند وضعها، أو قد تأخذ حقنة مُسكّنة للألم.

قد تتلقّى علاجك وتعود إلى المنزل في نفس اليوم أو قد تقيم في المستشفى، هذا يعتمد على نوع المعالجة الكثيية التي تتلقّاها. قد تمكث بمفردك في غرفة العلاج لبعض الوقت أثناء تلقي جلسة العلاج الإشعاعي في المستشفى، ويهدف هذا الإجراء لحماية الآخرين من العلاج. أخبر فريق العلاج المسؤول عن حالتك بشأن أي مخاوف تراودك حتى يتمكنوا من تقديم المساعدة. كما أنهم سيخبرونك بالمدة التي يستغرقها العلاج.

بمجرد إزالة المصدر المُشعّ من جسمك، لا يصبح هناك خطر على الأشخاص المحيطين بك، حيث إنك لم تعدّ مُشعًا.

لا تتم إزالة المصدر المُشعّ في بعض أنواع المعالجة الكثيفة، ومن الأمان أن تتواجد بالقرب من أشخاص آخرين. قد يطلب منك فريق العلاج المسؤول عن حالتك تجنب الاتصال المباشر مع الأطفال أو النساء الحوامل، وسيخبرونك بالمدة التي يجب أن تلتزم خلالها بذلك.

سيُقدّم لك فريق العلاج المسؤول عن حالتك معلومات عن علاجك ويجب عليك الاحتفاظ بها في جميع الأوقات.

العلاج بالنظائر المُشعّة

هذا عبارة عن نوع من العلاج الإشعاعي يُعطى داخل الجسم. يتم إعطاؤك سائل مُشعّ بأحد الشكلين التاليين:

- في شكل شراب أو كبسولات عن طريق الفم.
- في شكل حقن في الوريد.

تستقبل الخلايا السرطانية هذا السائل أكثر من الخلايا السليمة، وهذا من شأنه تدمير كافة الخلايا السرطانية.

بعد العلاج تكون سوائل جسمك مُشعّة قليلاً، ولكنها ستعود إلى طبيعتها تدريجياً. سيُقدّم لك فريق العلاج المسؤول عن حالتك تعليمات بشأن استخدام المراض وتنظيف أي من سوائل الجسم المنسكبة بشكل آمن. قد يطلبون منك تجنب الاتصال المباشر مع الأطفال أو النساء الحوامل، وسيخبرونك بالمدة التي يجب أن تلتزم خلالها بذلك.

إذا تعيّن عليك الإقامة في المستشفى لتلقّي العلاج، فقد يُطلب منك المكوث في غرفتك بمفردك طوال الوقت. أخبر فريق العلاج المسؤول عن حالتك بشأن أي مخاوف تراودك حتى يتمكنوا من تقديم المساعدة.

الآثار الجانبية للعلاج الإشعاعي

يختلف تأثير العلاج الإشعاعي باختلاف الأشخاص. فقد يعاني بعض الأشخاص من آثار جانبية قليلة جداً، بينما يعاني البعض الآخر من العديد من الآثار الجانبية. نسرّد هنا الآثار الجانبية الأكثر شيوعاً، ومن غير المرجّح أن تعاني من كل هذه الآثار الجانبية.

قبل البدء في علاجك، سيُحدّث معك فريق العلاج الإشعاعي المسؤول عن حالتك عن الآثار الجانبية التي قد تعاني منها. اطرح عليهم أي أسئلة قد تخطر ببالك. أخبر فريق العلاج المسؤول عن حالتك إذا ظهرت عليك أي آثار جانبية أثناء تلقّي العلاج، حيث يمكنهم إعطاؤك المشورة أو أدوية لمساعدتك. إذا شعرت بتوعك أثناء التواجد في المنزل، فاتصل بالمستشفى.

التعب

قد تشعر بالتعب الشديد أثناء تلقّي العلاج ولمدة أسابيع أو أشهر بعد الانتهاء منه، وقد يزيد الانتقال إلى المستشفى كل يوم من شعورك بالتعب. حاول أن تمنح نفسك وقتاً للراحة.

من المهم أن تمارس بعض التمارين الخفيفة كل يوم إذا استطعت ذلك. يمكن أن يمنحك المشي لفترة قصيرة مزيداً من الطاقة.

الشعور بالغثيان

قد يتسبّب العلاج في شعورك بالغثيان أو إصابتك بالغثيان، ويصبح هذا الأمر أكثر شيوعاً إذا كنت تتلقّي العلاج في جزء قريب من البطن أو الدماغ. يمكن أن يعطيك فريق العلاج المسؤول عن حالتك دواءً لتجنّب الشعور بالغثيان.

تناول الطعام والشراب

في بعض الأحيان قد لا ترغب في تناول الطعام. إذا حدث لك هذا، حاول أن تتناول وجبات خفيفة صغيرة بصفة دورية بدلاً من الوجبات الكبيرة. إذا كنت تعاني من مشاكل في تناول الطعام، فمن المهم إبلاغ فريق العلاج الإشعاعي المسؤول عن حالتك، حيث سيقدّمون لك المشورة.

العناية ببشرتك

قد يصبح الجلد في المنطقة الخاضعة للعلاج:

- أحمر.
- أغمق.
- مُتقرِّحًا أو مُصابًا بحكة.

إذا لاحظت مثل هذه التغيرات ببشرتك، فأبلغ فريق العلاج الإشعاعي المسؤول عن حالتك على الفور، حيث يمكنهم تقديم المشورة والعلاج لك.

فيما يلي بعض النصائح المفيدة:

- ارتدِ ملابس فضفاضة مصنوعة من الألياف الطبيعية مثل القطن.
- اغسل بشرتك باستخدام الصابون وجفّفها عن الطريق التريبت برفق.
- تجنّب حك بشرتك.
- لا تستخدم أدوات شديدة السخونة مثل الكمادات الساخنة.
- لا تستخدم الكمادات الباردة ما لم يخبرك فريق العلاج المسؤول عن حالتك أن من الممكن استخدامها.
- تجنّب الحلاقة باستخدام الماء ومعجون الحلاقة.
- تجنّب استخدام كريمات أو منتجات إزالة الشعر، بما في ذلك الشمع وأجهزة إزالة الشعر بالليزر.
- اسأل فريق العلاج الإشعاعي المسؤول عن حالتك عن إمكانية استخدام المُرطِّبات أو مُزيلات العرق على البشرة.
- احم بشرتك من أشعة الشمس.

تساقط الشعر

ستفقد الشعر من المنطقة التي تخضع للعلاج الإشعاعي من جسمك فقط. يشعر بعض الأفراد بالحزن بسبب فقدان الشعر. إذا كنت قلقًا بشأن ذلك، فمن المفيد التحدّث مع الطبيب أو الممرض المسؤول عن حالتك.

عادةً ما ينمو الشعر مرةً أخرى بعد انتهاء العلاج. في بعض الأحيان ينمو مرةً أخرى بكثافة أو لون مختلفين عن ذي قبل. وقد يستغرق الأمر عدة أشهر لينمو مرةً أخرى، ويعتمد ذلك على جرعة العلاج الإشعاعي التي تتلقاها.

التغيرات في دمك

في بعض الأحيان يمكن أن يُقلّل العلاج الإشعاعي من عدد خلايا الدم الطبيعية الموجودة في الدم. قد يقوم فريق العلاج الإشعاعي المسؤول عن حالتك بالترتيب لعمل فحوصات دم للتحقق من عدد خلايا الدم لديك. يحتاج بعض الأشخاص إلى تلقّي العلاج إذا كان مستوى بعض أنواع خلايا الدم لديهم منخفضًا للغاية.

أبلغ فريق العلاج المسؤول عن حالتك دائمًا إذا كنت تعاني من كدمات أو نزيف ولا تعرف السبب. ويشمل ذلك ما يلي:

- نزيف الأنف.
- نزيف اللثة.
- بقع حمراء أو أرجوانية صغيرة على الجلد قد تبدو وكأنها طفح جلدي.
- غزارة الطمث.
- وجود دم في البول أو البراز.

يجب أن تتصل أيضًا بفريق العلاج الإشعاعي المسؤول عن حالتك على الفور في الحالات التالية:

- إذا تجاوزت درجة حرارتك 37.5 درجة مئوية (99.5 فهرنهايت) أو قلت عن 36 درجة مئوية (96.8 فهرنهايت).
- إذا شعرت بالتوعك فجأة، حتى إن كانت درجة حرارتك طبيعية.
- إذا ظهرت عليك أعراض الإصابة بعدوى، ويشمل ذلك ما يلي:
 - الشعور بالقشعريرة والرعشة.
 - التهاب الحلق.
 - سعال.
 - ضيق في التنفس.
 - الإسهال.
 - الحاجة إلى التبول كثيرًا، أو عدم الراحة عند التبول.

الإسهال

من الشائع أن تعاني من البراز اللين أو الإسهال إذا كنت تتلقى العلاج بالقرب من منطقة الحوض. وقد تحتاج إلى الذهاب إلى الحمام بمعدل أكبر من المعتاد. من المهم أن تشرب الكثير من السوائل. يمكن للطبيب أو الممرض المسؤول عن حالتك إخبارك بأفضل السوائل التي يجب احتساؤها. أبلغ فريق العمل في المستشفى إذا كنت تعاني من الإسهال أو ألم بمنطقة البطن، حيث يمكن أن يعطوك أقرصًا للتغلب على هذه الأعراض.

مشاكل في التبول

يمكن أن يسبب تلقي العلاج في جزء قريب من المثانة آثارًا جانبية، ويشمل ذلك ما يلي:

- إخراج البول (التبول) بمعدل أكبر من المعتاد.
- التبول أثناء الليل.
- شعور بالحرقان عند التبول (على غرار عدوى البول).
- الشعور بعدم القدرة على الانتظار عند الرغبة في التبول.
- وجود دم في البول.
- تسرب قطرات من البول (سلس البول).

أخبر فريق العلاج الإشعاعي المسؤول عن حالتك دائمًا إذا عانيت من أي آثار جانبية أثناء تلقي العلاج أو بعده. قد يكون من المفيد شرب الكثير من السوائل.

أخبر الطبيب أو الممرض المسؤول عن حالتك على الفور إذا عانيت من أي مما يلي:

- ازدادت الأعراض التي تعاني منها سوءًا.
- ارتفعت درجة حرارتك.
- شعرت بعدم القدرة على التبول.

في بعض الأحيان يتسبب العلاج الإشعاعي لسرطان البروستاتا أو سرطان القضيب في حدوث صعوبة التبول. إذا حدث ذلك، فقد تحتاج إلى تناول دواء لعلاج هذه الحالة، أو قد يتم وضع أنبوب (قسطرة) في مثانتك لفترة قصيرة.

قرحة الفم

إذا كنت تتلقى العلاج بمنطقة الرأس أو الرقبة، فقد تُصاب بتقرحات الفم، وقد يؤدي ذلك إلى صعوبة في البلع. من المهم أن تعتني بفمك أثناء تلقي العلاج، وسيوضح لك فريق العلاج المسؤول عن حالتك كيفية القيام بذلك. وقد يكون من المفيد تجنب ما يلي:

- التدخين.
- شرب الكحول.
- المأكولات شديدة السخونة.

من المهم إبلاغ الطبيب أو الممرض المسؤول عن حالتك إذا عانيت من التهاب أو قرح في الفم، حيث يمكنهما إعطائك غسولاً للفم ومُسكّنات للألم للحدّ من الأعراض.

الآثار الجانبية المتأخرة وطويلة المدى

يتم التخطيط للعلاج الإشعاعي بعناية، وقد أصبحت العلاجات أكثر دقة. يتيح ذلك لفريق العلاج المسؤول عن حالتك علاج السرطان مع إحداث أقل قدر ممكن من الضرر لأجزاء الجسم الأخرى.

ولكن لا يزال من المحتمل أن تعاني من آثار جانبية، والتي...

- لا تتحسن بعد العلاج – وتُسمى هذه بالآثار الجانبية طويلة المدى.
- تبدأ فقط بعد شهور أو سنوات من انتهاء العلاج – وتُسمى هذه بالآثار الجانبية المتأخرة.

قد يزداد هذا الاحتمال إذا كنت تخضع أيضاً لعلاجات أخرى، مثل العلاج الكيميائي.

قبل أن تقرر الخضوع لعلاج السرطان، سيشرح لك فريق العلاج المسؤول عن حالتك احتمالات إصابتك بهذه الآثار الجانبية.

الحصول على الرعاية والدعم المناسبين لك

إذا كنت مصاباً بالسرطان ولا تتحدث الإنجليزية، فقد تشعر بالقلق من أن يؤثر ذلك على علاج السرطان الذي تتلقاه والرعاية التي تحصل عليها. ولكن يجب أن يقدم لك فريق الرعاية الصحية المتابع لحالتك الرعاية والدعم والمعلومات التي تلبي احتياجاتك.

نعلم أنه في بعض الأحيان قد يواجه الأشخاص تحديات إضافية في الحصول على الدعم المناسب. على سبيل المثال، إذا كنت تعمل أو إذا كانت لديك عائلة، فقد يكون من الصعب إيجاد الوقت للذهاب إلى مواعيد المستشفى. قد تراودك أيضاً مخاوف بشأن المال وتكاليف التنقل. كل هذا يمكن أن يكون مرهقاً ومن الصعب التعامل معه.

ولكن المساعدة متوفرة. يمكن أن يقدم خط الدعم المجاني لدينا **0808 808 00 00** المشورة بلغتك فيما يتعلق بوضعك. يمكنك التحدث إلى الممرضين والمرشدين الماليين ومستشاري حقوق الرعاية ومستشاري دعم العمل.

نقدم أيضاً منح ماكميلان (Macmillan) للأشخاص المصابين بالسرطان. هذه المنح عبارة عن مدفوعات تُدفع لمرة واحدة ويمكن استخدامها لبعض الأمور مثل صف السيارات في المستشفى أو تكاليف السفر أو رعاية الأطفال أو فواتير التدفئة.

كيف يُمكن أن تُقدِّم لك مؤسسة ماكميلان (Macmillan) المساعدة

في مؤسسة ماكميلان (Macmillan)، نعلم كيف يمكن أن يؤثر تشخيص الإصابة بالسرطان على كل شيء، ونحن متواجدون لنقدِّم لك الدعم.

خط دعم مؤسسة ماكميلان (Macmillan)

يُرجى العلم بأن لدينا مترجمين، وبالتالي يمكنك التحدُّث إلينا بلغتك. ما عليك سوى إخبارنا، باللغة الإنجليزية، باللغة التي ترغب في استخدامها. يمكننا المساعدة في الإجابة عن الأسئلة الطبية، أو تزويدك بمعلومات عن الدعم المالي، أو التواجد للإصغاء إليك إذا كنت بحاجة إلى شخص ما للتحدُّث معه. يعمل الخط الهاتفي المجاني الذي يتسم بالخصوصية طوال أيام الأسبوع، من الساعة 8 صباحًا حتى 8 مساءً. اتصل بنا على الرقم الهاتفي **0808 808 00 00**.

الرددشة على الويب

يمكنك أن ترسل إلينا رسالة دردشة على الويب تخبرنا فيها بأنك تحتاج إلى مترجم. أخبرنا، باللغة الإنجليزية، باللغة التي تحتاج إلى استخدامها، وسنقوم بالترتيب مع أحد الأشخاص للتواصل معك. انقر على زر "الرددشة معنا"، الذي يظهر على الصفحات عبر الموقع الإلكتروني. أو تفضّل زيارة الرابط **macmillan.org.uk/talktous**.

الموقع الإلكتروني لمؤسسة ماكميلان (Macmillan)

يحتوي موقعنا الإلكتروني على الكثير من المعلومات عن السرطان باللغة الإنجليزية. تتوفر أيضًا المزيد من المعلومات بلغات أخرى على الرابط **macmillan.org.uk/translations**.

ويمكننا أيضًا ترتيب ترجمات لك فقط. راسلنا على عنوان البريد الإلكتروني **cancerinformationteam@macmillan.org.uk** لتخبرنا بما تحتاج إليه.

مراكز المعلومات

تقع مراكز المعلومات والدعم الخاصة بنا في المستشفيات والمكتبات والمراكز المتنقلة. تفضّل زيارة أحد هذه المراكز للحصول على المعلومات التي تحتاج إليها والتحدُّث مع شخص ما وجهًا لوجه. ابحث عن أقرب مركز لك من خلال الرابط **macmillan.org.uk/informationcentres** أو اتصل بنا على الرقم الهاتفي **0808 808 00 00**.

مجموعات الدعم المحلي

في إحدى مجموعات الدعم، يمكنك التحدُّث مع أشخاص آخرين مصابين بالسرطان. اطّلع على معلومات عن مجموعات الدعم في منطقتك من خلال الرابط **macmillan.org.uk/supportgroups** أو اتصل بنا على الرقم الهاتفي **0808 808 00 00**.

مجتمع ماكميلان (Macmillan) على الإنترنت

يمكنك أيضًا التحدُّث إلى أشخاص آخرين مصابين بالسرطان عبر الإنترنت من خلال الرابط **macmillan.org.uk/community** ويمكنك الاتصال في أي وقت من النهار أو الليل. يمكنك مشاركة تجاربك أو طرح الأسئلة أو قراءة منشورات الأشخاص الآخرين فحسب.

قائمة الكلمات

المعنى	كيفية النطق باللغة الإنجليزية (كتابة الكلمة بأحرف اللغة العربية حسب نطقها باللغة الإنجليزية)	باللغة الإنجليزية	الكلمة (اللغة المستهدفة)
ورم غير سرطاني لا يمكنه الانتشار إلى أي عضو آخر من أعضاء الجسم.	/بناين/	Benign	الورم الحميد
قوالب بناء دقيقة تُشكّل أعضاء الجسم وأنسجته.	/سيلز/	Cells	الخلايا
عنق الرحم هو المدخل إلى الرحم. ويقع داخل الجسم أعلى المهبل. يوجد عنق الرحم في أجسام النساء والرجال المتحولين جنسياً ومن يصنّفون كإناث عند الولادة.	/سيرفكس/	Cervix	عنق الرحم
علاج للسرطان تُستخدَم فيه الأدوية لتدمير الخلايا السرطانية.	/كيميواثيرابي/	Chemotherapy	العلاج الكيميائي
أدوية أو أجهزة تمنع الحمل.	/كونتراسبشن/	Contraception	وسائل منع الحمل
يحدث عند القضاء على كل الخلايا السرطانية بحيث لا يبقى أي منها في الجسم.	/كيبورد/	Cured	الشفاء
إخراج براز لين أو مائي. وقد تحتاج للذهاب إلى الحمام بمعدل أكبر المعتاد أو بشكل مُلح للغاية، وقد يكون ذلك مصحوباً بالألم في البطن.	/دايريا/	Diarrhoea	الإسهال
شبكة من الأوعية والغدد في تمتد جميع أنحاء الجسم وتعمل على مكافحة العدوى.	/ليمفاتك سيستم/	Lymphatic system	الجهاز الليمفاوي
ورم سرطاني يمكن أن ينتشر في جميع أجزاء الجسم.	/ماليجننت/	Malignant	الورم الخبيث
المنطقة الواقعة بين الوركين وأسفل السرة.	/بلفيس/	Pelvis	الحوض
غدة صغيرة داخل الجسم. وتوجد بالقرب من المثانة. توجد البروستاتا في أجسام الرجال والنساء المتحولين جنسياً ومن يصنّفون كذكور عند الولادة.	/بروستيت/	Prostate	البروستاتا
إذا كان أحد العناصر مُشعاً، فهذا معناه أنه يُصدر إشعاعاً.	/ريديوأكتيف/	Radioactive	مُشعّ
قيام الأطباء بأخذ صورة للجزء الداخلي من جسمك.	/سكان/	Scan	الفحص بالأشعة

آثار غير مرغوب فيها ناتجة عن علاج السرطان. على سبيل المثال، فقدان الشعر أو الشعور بالعيثان أو التعب. تزول معظم الآثار الجانبية بعد انتهاء العلاج.	/سايد إفتس/	Side effects	الآثار الجانبية
الخضوع لعملية جراحية.	/سيرجري/	Surgery	الجراحة
مجموعة من الخلايا التي تنمو بطريقة غير طبيعية، وتستمر الخلايا غير الطبيعية في التكاثر حتى تتشكل كتلة.	/تومور/	Tumour	الورم
ممر داخل الجسم. يقع مدخل المهبل بين الساقين. يوجد <u>عنق الرحم</u> أعلى المهبل، ويؤدي إلى <u>الرحم</u> . يوجد المهبل في أجسام النساء والرجال المتحولين جنسيًا ومن يصنفون كإناث عند الولادة.	/فجينا/	Vagina	المهبل
عضو كروي الشكل داخل الجسم يقع في منطقة البطن السفلية. وهو المكان الذي ينمو فيه الجنين أثناء فترة الحمل. يوجد عنق الرحم في أجسام النساء والرجال المتحولين جنسيًا ومن يصنفون كإناث عند الولادة.	/وومب/	Womb	الرحم

المزيد من المعلومات بلغتك

لدينا معلومات بلغتك عن المواضيع التالية:

التعامل مع السرطان	أنواع السرطان
<ul style="list-style-type: none">• السرطان وفيروس كورونا• المطالبة بالإعانات عند الإصابة بالسرطان• مشاكل التغذية والسرطان• نهاية الحياة• التغذية الصحية• المساعدة في النفقات عند الإصابة بالسرطان• إذا أثبت التشخيص إصابتك بالسرطان – دليل سريع• الآثار الجانبية لعلاجات السرطان• التعب (الإعياء) والسرطان• ما يُمكنك القيام به لمساعدة نفسك	<ul style="list-style-type: none">• سرطان الثدي• سرطان عنق الرحم• سرطان الأمعاء الغليظة• سرطان الرئة• سرطان البروستاتا
	العلاجات
	<ul style="list-style-type: none">• العلاج الكيميائي• العلاج الإشعاعي• الجراحة

للاطلاع على هذه المعلومات، يُرجى زيارة الموقع الإلكتروني macmillan.org.uk/translations

المراجع والشكر

تمت كتابة وتحريير هذه المعلومات بواسطة فريق تطوير معلومات السرطان بمؤسسة ماكميلان كanser سابورت (Macmillan Cancer Support). وتمت ترجمتها إلى لغتك بواسطة شركة ترجمة.

تستند المعلومات الواردة في نشرة المعلومات هذه إلى كتيب ماكميلان (Macmillan) فهم العلاج الإشعاعي. يُمكننا أن نُرسل لك نسخة منه، ولكن الكتيب الكامل متوفر باللغة الإنجليزية فقط.

تمت مراجعة هذه المعلومات من قِبَل خبراء مختصين واعتمدها بواسطة ديفيد جيليجان، كبير المحررين الطبيين واستشاري الأورام السريرية لدينا.

كما نتوجه بالشكر إلى الأشخاص المصابين بالسرطان الذين راجعوا هذه المعلومات.

لمزيد من المعلومات عن المصادر التي نستخدمها، يُرجى التواصل معنا تستند كل معلوماتنا إلى أفضل الأدلة المتاحة. cancerinformationteam@macmillan.org.uk عبر البريد الإلكتروني

نحن نبذل جهدًا مضنيًا لضمان دقة وحداثة المعلومات التي نقدمها، ولكن لا ينبغي الاعتماد عليها كبديل للمشورة المهنية المتخصصة التي تتناسب مع وضعك الخاص. في حدود ما يسمح به القانون، لا تتحمل مؤسسة ماكميلان (Macmillan) المسؤولية فيما يتعلق باستخدام أي من المعلومات الواردة في هذا المنشور أو المعلومات الخاصة بجهة أخرى، أو المواقع الإلكترونية المُضمَّنة أو المشار إليها فيه.

© ماكميلان كانسر ساپورت (Macmillan Cancer Support) 2022، مؤسسة خيرية مسجلة في إنجلترا وويلز (261017) واسكتلندا (SC039907) وجزيرة مان (604). وتعمل أيضًا في أيرلندا الشمالية. شركة محدودة بالضمان، شركة مسجلة في إنجلترا وويلز برقم 2400969. شركة مسجلة في جزيرة مان برقم 4694F. عنوان المكتب المسجل: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ. رقم ضريبة القيمة المضافة: 668265007





Radiotherapy

This information is about radiotherapy.

Any words that are underlined are explained in the word list at the end.

The word list also includes how to say the words in English.

Many people with cancer will have radiotherapy as part of their treatment. There are different types of radiotherapy. We explain the main types in this information.

Some people will also need other treatments, such as chemotherapy or surgery. We also have information in your language about these treatments.

If you have any questions about this information, ask your doctor or nurse at the hospital where you are having treatment.

You can also call Macmillan Cancer Support on freephone **0808 808 00 00**, 7 days a week, 8am to 8pm. We have interpreters, so you can speak to us in your own language. When you call us, please tell us in English which language you need.

There is more cancer information in your language at [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

This information is about:

- What is radiotherapy?
- Why is radiotherapy given?
- Your radiotherapy team
- Understanding your treatment
- Where is radiotherapy given?
- Planning your treatment
- Types of radiotherapy
- Side effects of radiotherapy
- Late and long-term side effects
- How Macmillan can help
- Word list
- More information in your language
- References and thanks

What is radiotherapy?

Radiotherapy uses high-energy rays called radiation to treat cancer. It destroys cancer cells in the area where the radiotherapy is given. It can damage normal cells too, but they usually recover after treatment finishes.

Why is radiotherapy given?

Many people have radiotherapy as part of their cancer treatment. Radiotherapy is given for different reasons.

To cure the cancer

Radiotherapy can be given to try to cure some types of cancer. It may be given on its own or with other cancer treatments such as chemotherapy. It may be given before or after surgery. Before surgery it may make the tumour smaller. After surgery, it can help destroy any cancer cells left behind.

To help with cancer symptoms

If curing the cancer is not possible, you may have radiotherapy to help control the symptoms of the cancer. This is called palliative radiotherapy.

Your radiotherapy team

Consultant clinical oncologist

This is a doctor who treats cancer with radiotherapy. They help plan your treatment. You may see them before, during and after your treatment. You can also ask to see them between appointments.

Radiographers

The team of radiographers help to plan your treatments and give you the radiotherapy. They also give you advice about any side effects or worries that you may have.

Clinical nurse specialists

Many cancer centres have specialist cancer nurses. They are sometimes called a clinical nurse specialist (CNS). They are nurses who are experts in the type of cancer you have. You can talk to them about any concerns you have. They can give you support and information during and after your treatment. They can also help you manage any side effects.

Your key worker

Your key worker is the person to contact if you need more information or support. Usually, one radiographer or specialist nurse in your team is your key worker. If you are not sure who your key worker is, ask someone at your next appointment.

Understanding your treatment

Before you have treatment, your doctor, nurse or radiographer will explain:

- why you need it
- how often you will have it
- the possible side effects
- how you may feel after the treatment.

No treatment should be given unless you understand why you are having it and how you may feel. You will be asked to give your permission before you have any treatment. This is called consent. It shows that you agree to treatment and understand its possible side effects.

It is a good idea to take someone with you who speaks your language and English. Sometimes the hospital can provide an interpreter for you. They usually need to arrange this in advance. So if you need an interpreter, tell the hospital before the appointment.

Where is radiotherapy given?

Radiotherapy is given in hospital. You usually have your treatment as a day patient. This means you can go home after the treatment and you do not need to stay overnight. With some types of radiotherapy, you may need to stay in hospital for a few days.

If you are unwell or also having chemotherapy, you may need to stay in hospital as an inpatient. In this case, you will go to the radiotherapy department each day from the ward. If you have to travel a long way to the hospital for radiotherapy treatment you may have it as an inpatient.

Planning your treatment

Before you start your treatment, it needs to be planned. Radiotherapy is planned carefully for each person. This is to make sure the treatment works as well as it can and causes as few side effects as possible. Planning your treatment may take more than 1 visit. Your radiotherapy team will tell you what to expect.

Scans

You will have 1 or more scans before you start treatment. This helps your team decide how much radiotherapy you need. It also helps them plan exactly where to give the radiotherapy.

Before a scan, you may be asked to change into a hospital gown. Someone from the team may also give you an injection of dye into a vein. This helps get a clear picture from the scan.

Moulds and masks

You may need a mould or radiotherapy mask for your treatment. If you need one, your radiotherapy team will make it for you. A mould or mask helps you stay still and in the correct position. Moulds are for a leg, arm, or other body part. Masks are for the head or neck.

A mould or mask is made of a plastic mesh. It fits tightly but it should not be uncomfortable. You only wear it for short periods of time. You would wear it:

- when your treatment is being planned
- when you have your treatment.

You can breathe normally while you are wearing a mask.

A radiotherapy mask



Marks on the skin

Someone from your radiotherapy team may make small, permanent marks on your skin. The marks show exactly where to give the radiotherapy. The marks are made in the same way as a tattoo. These marks will only be made with your permission. If you are worried about them or already have a tattoo in the treatment area, tell your radiographer.

Fertility

Radiotherapy can affect your ability to get pregnant or make someone pregnant. Many people find this difficult to deal with. If you are worried about this, talk to your doctor or nurse before treatment starts. They can tell you what to expect and about ways to protect your fertility. Speaking to a counsellor or religious leader may also be helpful.

Contraception

Your doctor may advise you not to become pregnant or make someone pregnant. This is because radiotherapy may harm a developing baby. It is important to use contraception during and for a few months after radiotherapy. You can talk to your doctor or nurse if you are worried about this.

Types of radiotherapy

There are different types of radiotherapy:

- **External radiotherapy** – given from outside the body by a radiotherapy machine.
- **Internal radiotherapy** – when a radioactive material is put into your body. There are two types of internal radiotherapy: brachytherapy and radioisotope therapy.

How you have radiotherapy will depend on where the cancer is in the body and the type of cancer. Some cancers are treated with both external and internal radiotherapy

Ask your doctor to explain which type you are having, so you can read the right parts of this information.

External beam radiotherapy

This is when radiotherapy is given from outside the body using a radiotherapy machine. You usually have 1 session of radiotherapy a day, often with a rest at the weekends. Some hospitals give treatment at the weekends too, with a rest during the week instead.

How many treatments you have will depend on the type and size of the cancer.

Treatment only takes a few minutes each day, but you may need to wait for your treatment if the hospital is busy. It can help to do something while you wait, like read or listen to music.

Before your first treatment, the radiotherapy team will explain what will happen. They may ask you to change into a hospital gown. It is normal to feel worried about having treatment. But it usually gets easier as you get to know your radiotherapy team and what happens.

It may take a little while to get you in the correct position for treatment. You will need to lie very still. The radiographers will dim the lights. Then they will leave the room while the treatment happens. Having radiotherapy does not hurt and the radiotherapy machine does not usually touch you.

Someone having external beam radiotherapy



The radiographers will watch you from the next room, either through a window or on a screen. No one else will be able to see you. There is usually an intercom, so you can talk to them if you need to during your treatment.

The machine may move around your body to give the treatment from different directions. Once the treatment is over, the radiographers will come back into the room and help you down from the machine.

This treatment will not make you radioactive. It is safe for you to be with other people, including children, after your treatment.

Brachytherapy

Brachytherapy is a type of radiotherapy given inside the body. It is mainly used to treat cancers in the prostate, cervix and womb. Your healthcare team will explain your treatment plan. This may also involve external beam radiotherapy before or after brachytherapy or other treatments such as chemotherapy, hormonal therapy or targeted therapy.

Brachytherapy uses radioactive sources that are placed in your body near the cancer. You may be asleep under a general anaesthetic when it is put in. Or you may have painkiller injections.

You may have your treatment and go home on the same day or you may stay in hospital. This depends on the type of brachytherapy you have. During your treatment in hospital you may be alone in the treatment room for some time while the radiotherapy is given. This is to protect others from the treatment. Tell your team if you are worried about this so they can help. They will explain how long your treatment will take.

As soon as the source is removed from your body, there is no risk to people around you. You are not radioactive.

For some types of brachytherapy, the source is not removed. It is safe for you to be around most other people. Your team may ask you to avoid close contact with children or people who are pregnant. They will tell you how long you need to do this.

Your team will give you information about your treatment to carry with you at all times.

Radioisotope therapy

This is a type of radiotherapy given inside the body. You have a radioactive liquid:

- by mouth as a drink or capsules
- as an injection into a vein.

Cancer cells take in the liquid more than normal cells do. This destroys the cancer cells.

After treatment your body fluids are slightly radioactive. This will gradually return to normal. Your team will give you instructions about using the toilet and cleaning up any spilled body fluids safely. They may ask you to avoid close contact with children or people who are pregnant. They will tell you how long you need to do this.

If you need to stay in hospital for your treatment, you may be asked to stay alone in your room all the time. Tell your team if you are worried about this so they can help.

Side effects of radiotherapy

Radiotherapy affects everyone differently. Some people have very few side effects while others have more. We describe the most common side effects here. It is unlikely that you will get all of these.

Before your treatment, your radiotherapy team will talk to you about which side effects you may get. Ask them any questions you may have. Tell your team if you have any side effects during treatment. They can give you advice or medicines to help. If you feel unwell when you are at home, call the hospital.

Tiredness

You may feel very tired during treatment and for weeks or months after it finishes. Travelling to hospital each day can make you even more tired. Try to allow yourself time to rest.

It is important to do some gentle exercise each day if you can. A short walk may give you more energy.

Feeling sick

Treatment can make you feel sick or be sick. This is more likely if you have treatment near the tummy or the brain. Your treatment team can give you medicine to help to stop you feeling sick.

Eating and drinking

Sometimes you may not want to eat. If this happens, try having regular small snacks rather than large meals. If you are having problems with eating it is important to tell your radiotherapy team. They will give you advice.

Looking after your skin

The skin in the area that is treated may get:

- red
- darker
- sore or itchy.

If you have skin changes like these, tell your radiotherapy team straight away. They can give you advice and treatments.

Here are some tips that may help:

- wear loose-fitting clothes made from natural fibres, such as cotton
- wash your skin gently with soap and water and gently pat it dry
- do not rub the skin
- do not apply very hot things such as a heating pad
- do not use cooling pads unless your team tells you it is ok
- do not wet shave
- do not use hair-removing creams or products, including wax and laser treatment
- ask your radiotherapy team if you can use moisturisers or deodorants on the skin
- protect the skin from the sun.

Hair loss

You only lose hair from the area of your body where you have treatment.. Some people feel upset about losing hair. If you are worried about it, talking to your doctor or nurse can help.

It usually grows back after treatment finishes. Sometimes it grows back a different texture or colour than before. It may take several months to grow back, depending on the dose of radiotherapy you have.

Changes in your blood

Sometimes radiotherapy can lower the number of normal blood cells in your blood. Your radiotherapy team may arrange blood tests for you to check the number of blood cells you have. Some people need treatment if the level of certain types of blood cells is too low.

Always tell your team if you have bruising or bleeding and you do not know why. This includes:

- nosebleeds
- bleeding gums
- tiny red or purple spots on the skin that may look like a rash
- heavy periods
- blood in your pee or poo

You should also contact your radiotherapy team **straight away** if:

- your temperature goes over 37.5°C (99.5°F) or below 36°C (96.8°F)
- you suddenly feel unwell, even with a normal temperature
- you have symptoms of an infection – this can include:
 - feeling shivery and shaky
 - a sore throat
 - a cough
 - breathlessness
 - diarrhoea
 - needing to pee a lot, or discomfort when you pee.

Diarrhoea

It is common to have loose stools (poo) or diarrhoea if you have treatment near your pelvis. You may need to use the toilet more often than usual. It is important to drink plenty of fluids. Your doctor or nurse can tell you what is best to drink. Tell the staff at the hospital if you have diarrhoea or tummy (abdominal) pain. They can give you tablets to help.

Problems with passing urine

Treatment near the bladder can cause side effects such as:

- passing urine (peeing) more often than usual
- passing urine during the night
- a burning feeling when you pass urine (similar to a urine infection)
- a feeling that you are not able to wait when you need to pass urine
- blood in your urine
- leaking small amounts of urine (incontinence).

Always tell your radiotherapy team if you have any side effects during or after your treatment. Drinking more fluids may help.

Tell the doctor or nurse straight away if

- your symptoms get worse
- you have a high temperature
- you feel you cannot pass urine.

Radiotherapy for prostate or penis cancer sometimes makes it difficult to pass urine. If this happens, you may need to have medication that helps. Or you may have a tube (catheter) put into the bladder for a short time.

Sore mouth

If you have treatment to your head or neck, your mouth may get sore. This may make swallowing difficult. It is important to look after your mouth during treatment. Your team will show you how to do this. It can help to avoid:

- smoking
- drinking alcohol
- very hot food.

It is important to tell the doctor or nurse if your mouth feels sore or if you have mouth ulcers. They can give you mouthwashes and painkillers to help.

Late and long-term side effects

Radiotherapy is carefully planned and treatments are becoming more and more accurate. This allows your team to treat the cancer while doing as little damage as possible to other parts of the body.

But there may still be a risk you will have side effects that:

- do not get better after treatment – these are called long-term side effects
- only start months or years later – these are called late effects.

This risk may be higher if you are also having other treatments, such as chemotherapy.

Before you decide to have cancer treatment, your team will explain your risk of developing these side effects.

Getting the right care and support for you

If you have cancer and do not speak English, you may be worried that this will affect your cancer treatment and care. But your healthcare team should offer you care, support and information that meets your needs.

We know that sometimes people may face extra challenges in getting the right support. For example, if you work or have a family it can be hard to find time to go to hospital appointments. You might also have worries about money and transport costs. All of this can be stressful and hard to cope with.

But help is available. Our free support line **0808 808 00 00** can offer advice, in your language, about your situation. You can speak to nurses, financial guides, welfare rights advisers and work support advisers.

We also offer Macmillan Grants to people with cancer. These are one-off payments that can be used for things like hospital parking, travel costs, childcare or heating bills.

How Macmillan can help you

At Macmillan, we know how a cancer diagnosis can affect everything, and we are here to support you.

Macmillan Support Line

We have interpreters, so you can speak to us in your language. Just tell us, in English, the language you want to use. We can help with medical questions, give you information about financial support, or be there to listen if you need someone to talk to. The free, confidential phone line is open 7 days a week, 8am to 8pm. Call us on **0808 808 00 00**.

Web chat

You can send us a web chat message saying you would like an interpreter. Tell us, in English, the language you need, and we will arrange for someone to contact you. Click on the 'Chat to us' button, which appears on pages across the website. Or go to **macmillan.org.uk/talktous**

Macmillan website

Our website has lots of information in English about cancer. There is also more information in other languages at **macmillan.org.uk/translations**

We can also arrange translations just for you. Email us at **cancerinformationteam@macmillan.org.uk** to tell us what you need.

Information centres

Our information and support centres are based in hospitals, libraries and mobile centres. Visit one to get the information you need and speak with someone face to face. Find your nearest centre at **macmillan.org.uk/informationcentres** or call us on **0808 808 00 00**.

Local support groups

At a support group, you can talk to other people affected by cancer. Find out about support groups in your area at [macmillan.org.uk/supportgroups](https://www.macmillan.org.uk/supportgroups) or call us on **0808 808 00 00**.

Macmillan Online Community

You can also talk to other people affected by cancer online at [macmillan.org.uk/community](https://www.macmillan.org.uk/community). You can access it at any time of day or night. You can share your experiences, ask questions, or just read through people's posts.

Word list

Word	Meaning
Benign	A lump in the body that is not cancer and cannot spread to anywhere else in the body.
Cells	The tiny building blocks that make up the organs and tissues of our body.
Cervix	The cervix is the entrance to the <u>womb</u> . It is inside the body at the top of the <u>vagina</u> . People who have a cervix include women, trans men and people assigned female at birth.
Chemotherapy	A cancer treatment that uses drugs to kill cancer cells.
Contraception	Drugs or devices that prevent pregnancy.
Cured	When there are no cancer cells left in the body.
Diarrhoea	When you have soft or watery poo. You might need the toilet more than usual or very urgently. You may also have tummy pain.
Lymphatic system	A network of vessels and glands throughout the body that helps to fight infection.
Malignant	A lump in the body that is cancer and can spread around the body.
Pelvis	The area between your hips and below your belly button.
Prostate	A small gland inside the body. It is near the bladder. People who have a prostate include men, trans women and people assigned male at birth.
Radioactive	If something is radioactive, it means it releases radiation.
Scan	When doctors take a picture of the inside of your body.
Side effects	Unwanted effects of cancer treatment. For example, hair loss, feeling sick or tiredness. Most side effects go away after treatment finishes.

Surgery	Having an operation.
Tumour	A group of cells that are growing in an abnormal way. The abnormal cells keep multiplying and form a lump.
Vagina	A passageway inside the body. The entrance to the vagina is between the legs. At the top of the vagina is the <u>cervix</u> , which then leads to the <u>womb</u> . People who have a vagina include women, trans men and people assigned female at birth
Womb	A round organ inside the body in the lower tummy area. It is where a baby grows if you are pregnant. People who have a cervix include women, trans men and people assigned female at birth

More information in your language

We have information in your language about these topics:

<p>Types of cancer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Breast cancer • Cervical cancer • Large bowel cancer • Lung cancer • Prostate cancer <p>Treatments</p> <ul style="list-style-type: none"> • Chemotherapy • Radiotherapy • Surgery 	<p>Coping with cancer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cancer and coronavirus • Claiming benefits when you have cancer • Eating problems and cancer • End of life • Healthy eating • Help with costs when you have cancer • If you're diagnosed with cancer – A quick guide • Side effects of cancer treatment • Tiredness (fatigue) and cancer • What you can do to help yourself
---	---

To see this information, go to [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

References and thanks

This information has been written and edited by Macmillan Cancer Support's Cancer Information Development team. It has been translated into your language by a translation company.

The information included is based on the Macmillan booklet **Understanding radiotherapy**. We can send you a copy, but the full booklet is only available in English.

This information has been reviewed by relevant experts and approved by our Senior Medical Editor, David Gilligan, Consultant Clinical Oncologist.

Thanks also to the people affected by cancer who reviewed this information.

All our information is based on the best evidence available. For more information about the sources we use, please contact us at **cancerinformationteam@macmillan.org.uk**

MAC12465_Arabic

Content reviewed: August 2022

Next planned review: August 2025

We make every effort to ensure that the information we provide is accurate and up-to-date but it should not be relied upon as a substitute for specialist professional advice tailored to your situation. So far as is permitted by law, Macmillan does not accept liability in relation to the use of any information contained in this publication or third party information or websites included or referred to in it.

© Macmillan Cancer Support 2022, registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Also operating in Northern Ireland. A company limited by guarantee, registered in England and Wales company number 2400969. Isle of Man company number 4694F. Registered office: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ. VAT no: 668265007

