

রেডিওথেরাপি

এই তথ্য রেডিওথেরাপির বিষয়ে।

নিচে আন্ডারলাইন করা যে কোনো শব্দ শেষ দিকের শব্দ তালিকায় ব্যাখ্যা করা হয়েছে। শব্দ তালিকাটি কিভাবে আপনি শব্দগুলো ইংরেজিতে বলবেন সেটিও অন্তর্ভুক্ত।

ক্যানসার আছে এমন অনেককেই তাদের চিকিৎসার অংশ হিসাবে রেডিওথেরাপি নিতে হবে। অনেক ধরনের রেডিওথেরাপি আছে। এই তথ্যে আমরা প্রধান ধরণগুলো সম্পর্কে ব্যাখ্যা করবো।

কিছু কিছু ব্যক্তির কেমোথেরাপি বা সার্জারির মত অন্যান্য চিকিৎসাও প্রয়োজন হয়। আমাদের কাছে এই চিকিৎসাগুলো সম্বন্ধে বাংলা ভাষায়ও তথ্য আছে।

যদি এই তথ্যের বিষয়ে আপনার কোনো প্রশ্ন থাকে, আপনি যে হাসপাতালে চিকিৎসা করাচ্ছেন সেখানকার ডাক্তার বা নার্সকে জিজ্ঞেস করুন।

এছাড়াও আপনি ম্যাকমিলান ক্যানসার সাপোর্ট (Macmillan Cancer Support)-কে **0808 808 00 00** ফ্রি ফোন নম্বরে, সপ্তাহে 7 দিন, সকাল 8 থেকে রাত 8টা পর্যন্ত কল করতে পারেন। আমাদের দোভাষী আছে, তাই আপনি আমাদের সাথে নিজের ভাষায় কথা বলতে পারেন। যখন আপনি আমাদেরকে কল করবেন, অনুগ্রহ করে ইংরেজিতে আমাদেরকে জানাবেন যে আপনার কোন ভাষা প্রয়োজন।

ক্যানসার সম্পর্কে বাংলা ভাষায় macmillan.org.uk/translations ওয়েবসাইটে আরো তথ্য আছে।

এই তথ্য যে বিষয়ে:

- রেডিওথেরাপি কী?
- কেন রেডিওথেরাপি দেওয়া হয়?
- আপনার রেডিওথেরাপি টিম
- আপনার চিকিৎসা সম্পর্কে বুঝতে পারা
- কোথায় রেডিওথেরাপি দেওয়া হয়?
- আপনার চিকিৎসার পরিকল্পনা করা
- রেডিওথেরাপির ধরনগুলো
- রেডিওথেরাপির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াসমূহ
- বিলম্বিত ও দীর্ঘমেয়াদী পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াসমূহ
- ম্যাকমিলান (Macmillan) কিভাবে সাহায্য করতে পারে
- শব্দ তালিকা
- আপনার ভাষায় আরো তথ্য
- সূত্র ও ধন্যবাদ জ্ঞাপন

রেডিওথেরাপি কী?

ক্যানসারের চিকিৎসা করার জন্য রেডিওথেরাপি রেডিয়েশন নামে পরিচিত উচ্চ-শক্তি রশ্মি ব্যবহার করে। এটা রেডিওথেরাপি দেওয়ার স্থানে ক্যানসারের কোষগুলোকে ধ্বংস করে দেয়। এটি সাধারণ কোষগুলোকেও ধ্বংস করতে পারে, কিন্তু এগুলো সাধারণত চিকিৎসার পরে পূর্বাবস্থায় ফিরে আসে।

কেন রেডিওথেরাপি দেওয়া হয়?

অনেককেই তাদের চিকিৎসার অংশ হিসাবে রেডিওথেরাপি নিতে হবে। বিভিন্ন কারণে রেডিওথেরাপি দেওয়া হয়।

ক্যানসার নিরাময়ের জন্য

কিছু কিছু ধরনের ক্যানসার সারিয়ে তুলতে রেডিওথেরাপি দেওয়া হয়। এটাকে এককভাবে কিংবা কেমোথেরাপির মতন অন্যান্য ক্যানসারের চিকিৎসার সাথে যৌথভাবে দেওয়া যেতে পারে। এটি সার্জারির পূর্বে বা পরে দেওয়া যেতে পারে। সার্জারির পূর্বে দেওয়া হলে, এটি টিউমারটিকে আকারে ছোট করে ফেলতে পারে। সার্জারির পরে দেওয়া হলে, এটি সার্জারির পরে কোনো ক্যানসার কোষ রয়ে গেলে সেগুলোকে ধ্বংস করতে সাহায্য করতে পারে।

ক্যানসারের লক্ষণগুলির বিষয়ে সাহায্য করার জন্য

যদি ক্যানসারকে সারিয়ে তোলা সম্ভব না হয়, তাহলে ক্যানসারের উপসর্গগুলোকে নিয়ন্ত্রণ করতে সহায়তা করার জন্য আপনাকে রেডিওথেরাপি দেওয়া যেতে পারে। একে প্যালিয়েটিভ বা প্রশমনকারী রেডিওথেরাপি বলা হয়।

আপনার রেডিওথেরাপি টিম

কনসালটেন্ট ক্লিনিকাল অফ্লেজিস্ট

ইনি একজন ডাক্তার যিনি রেডিওথেরাপি দিয়ে ক্যানসারের চিকিৎসা করেন। তারা আপনার চিকিৎসার পরিকল্পনা করতে সাহায্য করেন। আপনি আপনার চিকিৎসার আগে, চিকিৎসা চলাকালীন এবং তারপর এনাদের সাথে সাক্ষাৎ করতে পারেন। আপনি তাদের সাথে আপনার দুইটি অ্যাপয়েন্টমেন্টের মাঝখানেও দেখা করতে চাইতে পারেন।

রেডিওগ্রাফার

রেডিওগ্রাফারদের টিম আপনার চিকিৎসার পরিকল্পনা করতে সাহায্য করেন এবং তারা আপনাকে রেডিওথেরাপি দেন। আপনার কোনো পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া বা উদ্বেগ থাকলে সেগুলোর বিষয়েও তারা আপনাকে পরামর্শ দেন।

ক্লিনিক্যাল নার্স বিশেষজ্ঞ

অনেক ক্যানসার সেন্টারে বিশেষজ্ঞ ক্যানসার নার্স আছেন। এনাদের কখনো কখনও ক্লিনিকাল নার্স স্পেশালিস্ট (সিএনএস) নামে সম্বোধন করা হয়। এরা হলেন সেই নার্স যারা আপনার হওয়া ক্যানসারের ধরনের বিষয়ে বিশেষজ্ঞ। আপনার কোনো উদ্বেগ থাকলে আপনি এদের সাথে কথা বলতে পারেন। আপনার চিকিৎসা চলাকালীন সময়ে এবং পরে তারা আপনাকে সহায়তা ও তথ্য দিতে পারেন। তারা যেকোনো পার্শ্ব প্রতিক্রিয়ার ব্যবস্থাপনায় করতেও আপনাকে সাহায্য করতে পারেন।

আপনার কী ওয়ার্কার

আপনার কী ওয়ার্কার হচ্ছেন সেই ব্যক্তি যার সাথে আপনার যোগাযোগ করা উচিত যদি আপনার আরও তথ্য কিংবা সহায়তা দরকার হয়। সাধারণত, আপনার টিমে একজন রেডিওগ্রাফার কিংবা স্পেশালিস্ট নার্স আপনার কী ওয়ার্কার হবেন। আপনার কী ওয়ার্কার কে তা যদি আপনি নিশ্চিতভাবে না জানেন তাহলে আপনার পরবর্তী অ্যাপয়েন্টমেন্টে কাউকে জিজ্ঞাসা করুন।

আপনার চিকিৎসা সম্পর্কে বুঝতে পারা

আপনার কোন চিকিৎসা গ্রহণ করার আগে, আপনার চিকিৎসক, নার্স বা রেডিওগ্রাফার যা যা বর্ণনা করবেন:

- কেন আপনার এটি প্রয়োজন
- কত ঘন ঘন আপনাকে এটি নিতে হবে
- সম্ভাব্য পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াসমূহ
- চিকিৎসা নেবার পর আপনি কেমন বোধ করতে পারেন।

যতক্ষণ পর্যন্ত না আপনি বুঝতে পারছেন আপনি কেন এটি নিচ্ছেন আর আপনি কেমন বোধ করতে পারেন ততক্ষণ পর্যন্ত কোনো চিকিৎসা দেওয়া উচিত নয়। আপনার কোনও চিকিৎসা গ্রহণ করার আগে আপনাকে আপনার অনুমতি দিতে বলা হবে। একে বলা হয় সম্মতি। এটা দেখায় যে আপনি চিকিৎসা নিতে সম্মত আছেন এবং এর সম্ভাব্য পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলো সম্পর্কে বুঝতে পারছেন।

এটি একটি ভালো ব্যাপার যে আপনি আপনার সাথে এমন কাউকে নেবেন যিনি আপনার ভাষা এবং ইংরেজি বলতে পারেন। কখনো কখনো হাসপাতাল আপনার জন্য একজন দোভাষীর ব্যবস্থা করতে পারেন। তাদেরকে সাধারণত আগেই এই ব্যবস্থা করতে হয়। তাই আপনার যদি কোনো দোভাষীর প্রয়োজন হয়, অ্যাপয়েন্টমেন্টের আগেই হাসপাতালকে তা জানাবেন।

কোথায় রেডিওথেরাপি দেওয়া হয়?

রেডিওথেরাপি হাসপাতালে দেওয়া হয়। আপনি সাধারণত একজন ডে পেশেন্ট হিসেবে আপনার চিকিৎসা হিসেবে পাবেন। এর অর্থ হচ্ছে আপনাকে রাতে থাকতে হবে না এবং চিকিৎসা শেষে আপনি বাড়ি ফিরে যেতে পারবেন। কোনো কোনো ধরনের রেডিওথেরাপির ক্ষেত্রে, আপনাকে কয়েকদিনের জন্য হাসপাতালে থাকতে হতে পারে।

যদি আপনি অসুস্থ হন বা আপনি যদি কেমোথেরাপিও নিতে থাকেন, সেক্ষেত্রে আপনাকে হয়তো একজন ইন-পেশেন্ট হিসেবে হাসপাতালে থাকতে হতে পারে। এই ক্ষেত্রে, আপনি প্রত্যেক দিন ওয়ার্ড থেকে রেডিওথেরাপি বিভাগে যাবেন। যদি রেডিওথেরাপি চিকিৎসা গ্রহণ করার জন্য আপনাকে অনেক দূর থেকে হাসপাতাল অবধি যাতায়াত করতে হয় তাহলে আপনি একজন ইন-পেশেন্ট হিসেবে এই চিকিৎসা গ্রহণ করতে পারেন।

আপনার চিকিৎসার পরিকল্পনা করা

আপনার চিকিৎসা শুরু করার আগে, এটি পরিকল্পনা করতে হবে। প্রত্যেক ব্যক্তির জন্য সতর্কতার সাথে রেডিওথেরাপির পরিকল্পনা করা হয়। চিকিৎসাটি যেন যতটা সম্ভব ভালোভাবে কাজ করে এবং যথাসম্ভব কম পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া ঘটায় তা নিশ্চিত করার জন্য এটি করা হয়। আপনার চিকিৎসার পরিকল্পনা তৈরি করার জন্য 1টির চেয়ে বেশি সাক্ষাৎ দরকার হতে পারে। আপনার রেডিওথেরাপি টিম আপনাকে জানাবেন যে কি প্রত্যাশা করা যেতে পারে।

স্ক্যান

আপনার চিকিৎসা শুরু হওয়ার পূর্বে আপনাকে 1টি বা একাধিক স্ক্যান করতে হতে পারে। আপনার কতটুকু রেডিওথেরাপির দরকার এটি আপনার টিমকে তা নির্ধারণ করতে সাহায্য করে। ঠিক কোথায় রেডিওথেরাপি দিতে হবে তা পরিকল্পনা করতেও এটা সাহায্য করে।

স্ক্যানের আগে, আপনাকে একটি হাসপাতালের গাউন পরতে বলা যেতে পারে। এছাড়াও টিমের কোনো ব্যক্তি আপনাকে আপনার শিরায় ড্‌ইয়ের ইঞ্জেকশন দিতে পারেন। এটি স্ক্যান থেকে একটি পরিষ্কার চিত্র পেতে সাহায্য করে।

ছাঁচ ও মুখোশ

আপনার চিকিৎসার জন্য আপনার একটি ছাঁচ বা রেডিওথেরাপি মুখোশের প্রয়োজন হতে পারে। যদি আপনার এটির প্রয়োজন হয়, আপনার রেডিওথেরাপি টিম এটি আপনার জন্য বানাবে। একটি ছাঁচ বা মুখোশ আপনাকে স্থির থাকতে এবং সঠিক অবস্থানে থাকতে সাহায্য করে। ছাঁচগুলি পা, হাত, বা শরীরের অন্য অংশের জন্য তৈরি করা হয়। মুখোশ হল মাথা আর ঘাড়ের জন্য।

ছাঁচ বা মুখোশ প্লাস্টিকের জালের তৈরি। এটা আঁটভাবে ফিট করে কিন্তু তা অস্বস্তিকর হলে চলবে না। আপনি এটি শুধু অল্প সময়ের জন্য পরবেন। আপনি এটি পরবেন:

- যখন আপনার চিকিৎসার পরিকল্পনা করা হচ্ছে
- যখন আপনার চিকিৎসা করা হচ্ছে।

মুখোশ পরে থাকার সময় আপনি স্বাভাবিকভাবে নিঃশ্বাস নিতে পারেন।

একটি রেডিওথেরাপি মুখোশ



ত্বকের উপর চিহ্ন দেয়া

আপনার রেডিওথেরাপি টিমের কেউ আপনার ত্বকে কোনো ছোট, স্থায়ী দাগ এঁকে দিতে পারে। এই দাগগুলি দেখায় যে ঠিক কোথায় রেডিওথেরাপি দিতে হবে। এই দাগগুলি ট্যাটুর মত একই উপায়ে করা হয়। এই চিহ্নগুলো শুধুমাত্র আপনার অনুমতি নিয়ে করা হবে। যদি আপনি এগুলোর বিষয়ে চিন্তিত হন কিংবা চিকিৎসা দেওয়ার স্থানে যদি ইতিমধ্যে আপনার কোনও ট্যাটু থাকে তাহলে আপনার রেডিওগ্রাফরকে সেই বিষয়ে অবহিত করুন।

ফাটিলিটি বা উর্বরতা

রেডিওথেরাপি আপনার গর্ভধারণের ক্ষমতা বা কাউকে গর্ভবতী করার ক্ষমতাকে প্রভাবিত করতে পারে। অনেকের কাছেই এটি মেনে নেয়াটা কঠিন হয়ে পড়ে। আপনি এই ব্যাপারে উদ্বিগ্ন হলে, চিকিৎসা শুরু করার আগে আপনার ডাক্তার বা নার্সের সাথে কথা বলুন। তারা আপনার কী প্রত্যাশা করা উচিত, এবং আপনার ফাটিলিটিকে সুরক্ষিত রাখার উপায় সম্পর্কে আপনাকে বলতে পারেন। একজন কাউন্সেলর বা ধর্মীয় নেতার সাথে কথা বলাটা সহায়ক হতে পারে।

গর্ভনিরোধক

আপনার ডাক্তার হয়তো আপনাকে গর্ভধারণ না করতে বা কাউকে গর্ভবতী না করার পরামর্শ দেবেন। এর কারণ হচ্ছে রেডিওথেরাপি ভ্রূণের বিকাশকে ক্ষতিগ্রস্ত করতে পারে। রেডিওথেরাপি চলাকালীন সময়ে এবং এটি শেষ হওয়ার পর কয়েক মাস পর্যন্ত গর্ভনিরোধক ব্যবহার করা গুরুত্বপূর্ণ। আপনি এই ব্যাপারে উদ্বিগ্ন হলে আপনার ডাক্তার বা নার্সের সাথে কথা বলতে পারেন।

রেডিওথেরাপির ধরনগুলো

বিভিন্ন ধরনের রেডিওথেরাপি আছে:

- **বাহ্যিক রেডিওথেরাপি** – রেডিওথেরাপি মেশিন ব্যবহার করে শরীরের বাইরে থেকে দেওয়া হয়।
- **অভ্যন্তরীণ রেডিওথেরাপি** – যখন একটি তেজস্ক্রিয় সামগ্রী আপনার শরীরের মধ্যে স্থাপন করা হয়। দুই ধরনের অভ্যন্তরীণ রেডিওথেরাপি আছে: ব্র্যাকিথেরাপি ও রেডিওআইসোটোপ থেরাপি।

আপনি কীভাবে রেডিওথেরাপি গ্রহণ করবেন তা নির্ভর করবে যে শরীরের কোন অংশে ক্যানসার আছে এবং সেটা কোন ধরনের ক্যানসার। কিছু কিছু ক্যানসারকে বাহ্যিক এবং আন্তরিক উভয় ধরনের রেডিওথেরাপি দিয়ে চিকিৎসা করা হয়

আপনি কোনো ধরনের রেডিওথেরাপি নিচ্ছেন সেই ব্যাপারে আপনার ডাক্তারকে ব্যাখ্যা করতে বলুন, যাতে আপনি এই তথ্যের সঠিক অংশগুলো পড়তে পারেন।

বাহ্যিক বিম রেডিওথেরাপি

এটা হল যখন রেডিওথেরাপি মেশিন ব্যবহার করে শরীরের বাইরে থেকে রেডিওথেরাপি দেওয়া হয়। আপনার সাধারণত দিনে রেডিওথেরাপির 1টি সেশন হবে, এবং প্রায়শই শনিবার ও রবিবারে বিশ্রাম দেওয়া হবে। কোনো কোনো হাসপাতাল সপ্তাহান্তে চিকিৎসা দেয়, তার বদলে কর্মদিবসগুলোতে বিশ্রাম দেয়।

আপনাকে কতগুলি চিকিৎসা দেওয়া হবে তা নির্ভর করবে ক্যানসারের ধরন এবং আকারের উপর।

চিকিৎসার জন্য প্রতিদিন শুধুমাত্র কয়েক মিনিট সময় লাগে, কিন্তু হাসপাতাল ব্যস্ত থাকলে আপনাকে চিকিৎসার জন্য অপেক্ষা করতে হতে পারে। অপেক্ষা করার সময় কিছু একটা করলে সাহায্য হতে পারে, যেমন পড়া বা গান শোনা।

আপনার প্রথমবার চিকিৎসার আগে, কী ঘটবে তা রেডিওথেরাপি টিম ব্যাখ্যা করবে। তারা আপনাকে হাসপাতালের গাউন পরতে বলতে পারেন। চিকিৎসা নিয়ে চিন্তিত বোধ করাটাই স্বাভাবিক। কিন্তু এটি সাধারণত সময়ের সাথে সাথে সহজ হতে থাকে যখন আপনি কর্মীদেরকে চিনে ফেলেন এবং কী হবে জেনে যান।

আপনাকে চিকিৎসার জন্য সঠিক অবস্থানে নিয়ে যেতে একটু সময় লেগে যেতে পারে। আপনাকে খুব স্থির হয়ে শুয়ে থাকতে হবে। রেডিওগ্রাফাররা আলো কমিয়ে দেবেন। তারপর তারা চিকিৎসা চলার সময় ঘরটি ছেড়ে বেরিয়ে যাবেন। রেডিওথেরাপি নিতে ব্যথা লাগে না এবং সাধারণত রেডিওথেরাপি মেশিন আপনাকে স্পর্শ করে না।

বাহ্যিক বিম রেডিওথেরাপি গ্রহণ করছেন এমন একজন ব্যক্তি



জানালা দিয়ে বা স্ক্রিনের মাধ্যমে, রেডিওগ্রাফারেরা পাশের রুম থেকে আপনাকে পর্যবেক্ষণ করবেন। অন্য কেউ আপনাকে দেখতে পারবেন না। সাধারণত একটি ইন্টারকম থাকে, তাই আপনার চিকিৎসার সময় দরকার হলে আপনি তাদের সাথে কথা বলতে পারেন।

বিভিন্ন দিক থেকে চিকিৎসা দেয়ার জন্য মেশিনটিকে আপনার শরীরের চার দিকে ঘুরানো যেতে পারে। চিকিৎসা শেষ হয়ে যাবার পর, রেডিওগ্রাফাররা আপনার রুমে ফিরে আসবেন এবং আপনাকে মেশিন থেকে নামতে সাহায্য করবেন।

এই চিকিৎসা আপনাকে তেজস্ক্রিয় করবে না। আপনার চিকিৎসার পরে আপনার জন্য শিশু সহ অন্য ব্যক্তিদের সঙ্গে থাকা নিরাপদ।

পৃষ্ঠা 7 মোট 18 ম্যাকমিলান (Macmillan) ফ্যাক্ট শিট 2022: রেডিওথেরাপি

ব্র্যাকিথেরাপি

ব্র্যাকিথেরাপি হচ্ছে এক ধরনের রেডিওথেরাপি যা শরীরের ভিতরে দেওয়া হয়। এটাকে প্রধানত প্রোস্টেট, সার্ভিক্স এবং গর্ভের ক্যানসারগুলোর চিকিৎসা করার জন্য ব্যবহার করা হয়। আপনার স্বাস্থ্যসেবা টিম আপনাকে আপনার চিকিৎসা পরিকল্পনার ব্যাখ্যা দিবেন। এতে হয়তো ব্র্যাকিথেরাপির আগে কিংবা পরে বাহ্যিক বিম রেডিওথেরাপি কিংবা কেমোথেরাপি, হরমোনাল থেরাপি বা টার্গেটেড থেরাপির মতন অন্যান্য চিকিৎসা অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে।

ব্র্যাকিথেরাপি তেজস্ক্রিয় উৎসসমূহ ব্যবহার করে যেগুলোকে আপনার শরীরের মধ্যে ক্যানসারের কাছে দেওয়া হয়। যখন এটি লাগানো হয়, তখন আপনি সাধারণ অনুভূতিনাশকের অধীনে ঘুমিয়ে থাকতে পারেন। বা আপনি বেদনানাশক ইনজেকশন নিতে পারেন।

আপনি হয়তো একই দিনে চিকিৎসা গ্রহণ করার পর নিজের বাসায় ফিরে যেতে পারেন কিংবা আপনাকে হাসপাতালে থাকতে হতে পারে। এটা নির্ভর করে যে আপনি কোন ধরনের ব্র্যাকিথেরাপি গ্রহণ করছেন। হাসপাতালে আপনার চিকিৎসার সময়, রেডিওথেরাপি দেওয়ার সময় আপনি সাধারণত কিছু সময়ের জন্য ঘরে একলা থাকবেন। চিকিৎসা থেকে অন্যদেরকে সুরক্ষিত রাখার জন্য এটা করা হয়। এটার জন্য আপনার উদ্বেগ হলে আপনার টিমকে বলুন যাতে তারা সাহায্য করতে পারেন। তারা ব্যাখ্যা করবেন যে আপনার চিকিৎসা শেষ হতে কত দিন সময় নেবে।

আপনার শরীর থেকে উৎসটিকে অপসারণ করার পর, আপনার আশেপাশের লোকের জন্য কোনও ঝুঁকি থাকবে না। আপনি নিজে তেজস্ক্রিয় নন।

কোনো কোনো ধরনের ব্র্যাকিথেরাপির ক্ষেত্রে, উৎসটিকে খুলে নেওয়া হয় না। বেশির ভাগ ব্যক্তির সাথে আপনার মেলামেশা নিরাপদ হতে পারে। আপনার টিম হয়তো শিশু বা গর্ভবতী মানুষের সাথে আপনাকে ঘনিষ্ঠভাবে মিশতে বারণ করবেন। তারা আপনাকে জানাবেন যে কতদিন তা করতে হবে।

আমাদের টিম আপনার চিকিৎসার বিষয়ে আপনাকে তথ্য প্রদান করবে যা আপনার সব সময় নিজের সাথে রাখা উচিত।

রেডিওআইসোটোপ থেরাপি

এটা হচ্ছে এক ধরনের রেডিওথেরাপি যা শরীরের ভিতরে দেওয়া হয়। আপনি একটি তেজস্ক্রিয় তরল পদার্থ গ্রহণ করেন:

- মুখ দিয়ে পানীয় বা ক্যাপসুল হিসেবে
- শিরায় ইনজেকশনের মাধ্যমে।

ক্যানসার কোষগুলি সাধারণ কোষগুলির চেয়ে বেশি তরল পদার্থ গ্রহণ করে। এটি ক্যানসার কোষগুলিকে ধ্বংস করে।

চিকিৎসার পরে আপনার শরীরের তরল পদার্থগুলো হালকাভাবে তেজস্ক্রিয় থাকে। এটা ধীরে ধীরে স্বাভাবিক হয়ে যাবে। টয়লেট ব্যবহার আর কোনো টুইয়ে পড়া শারীরিক তরল নিরাপদে পরিষ্কার করার বিষয়ে আমাদের টিম আপনাকে নির্দেশনা দেবে। তারা হয়তো শিশু বা গর্ভবতী মানুষদের সাথে আপনাকে ঘনিষ্ঠভাবে মিশতে বারণ করবেন। তারা আপনাকে জানাবেন যে কতদিন তা করতে হবে।

যদি আপনার চিকিৎসা গ্রহণ করার জন্য আপনাকে হাসপাতালে থাকতে হয়, তাহলে হয়তো আপনাকে সব সময় একা আপনার রুমে থাকতে বলা হতে পারে। এটার জন্য আপনার উদ্বেগ হলে আপনার টিমকে বলুন যাতে তারা সাহায্য করতে পারেন।

রেডিওথেরাপির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াসমূহ

রেডিওথেরাপি প্রত্যেকের উপরেই ভিন্নভাবে প্রভাব ফেলে। কিছু কিছু ব্যক্তির অন্যান্যদের তুলনায় খুব কম পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া হয়ে থাকে। আমরা এখানে সবচেয়ে সাধারণ পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলো বর্ণনা করবো। আপনার সবগুলোই হবার সম্ভাবনা কম।

আপনার চিকিৎসা করার আগে, আপনার রেডিওথেরাপি টিম আপনার কোন ধরনের পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া হতে পারে সে সম্পর্কে আপনাকে বলবেন। আপনার কোনো প্রশ্ন থাকলে তাদেরকে জিজ্ঞাসা করুন। যদি চিকিৎসার সময় আপনার কোনো পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হয়, আপনার টিমকে বলুন। তারা আপনাকে উপদেশ বা ওষুধ দিয়ে সহায়তা করতে পারবেন। যদি আপনি বাসায় থাকার সময় অসুস্থ বোধ করেন, হাসপাতালে কল করুন।

ক্লান্তি

চিকিৎসা চলাকালীন সময়ে এবং এটি শেষ হবার পরে কয়েক সপ্তাহ বা মাস ধরে আপনি খুব ক্লান্ত বোধ করতে পারেন। প্রতিদিনই হাসপাতালে আসা আপনাকে আরও ক্লান্ত করে তুলতে পারে। নিজেকে বিশ্রাম করার সময় দিন।

যদি আপনি পারেন সেক্ষেত্রে প্রতিদিন কিছু হালকা ব্যায়াম করাটা আপনার জন্য গুরুত্বপূর্ণ। অল্প একটু হাঁটাহাঁটি করা আপনাকে আরও শক্তি দিতে পারে।

বমি-বমিভাব অনুভব করা

চিকিৎসার কারণে আপনার মধ্যে বমনেচ্ছা দেখা দিতে পারে কিংবা আপনি বমি করতে পারেন। চিকিৎসাটি পেটের কিংবা মস্তিষ্কের কাছাকাছি হলে সেক্ষেত্রে এরকমটি হওয়া আরো সাধারণ। আপনার বমনেচ্ছার অনুভূতি বন্ধ করতে আপনার চিকিৎসা টিম আপনাকে ওষুধ দিতে পারেন।

খাওয়া ও পান করা

কখনও কখনও আপনি খেতে নাও চাইতে পারেন। যদি সেরকমটি হয়, সেক্ষেত্রে বেশি খাবার খাওয়ার বদলে নিয়মিতভাবে অল্প অল্প করে খাবার খাওয়ার চেষ্টা করুন। যদি আপনার খাওয়া নিয়ে কোনো সমস্যা হয় তাহলে তা আপনার রেডিওথেরাপি টিমকে জানানো গুরুত্বপূর্ণ। তারা আপনাকে পরামর্শ দেবেন।

আপনার ত্বকের যত্ন নেওয়া

চিকিৎসা করা জায়গার ত্বক হতে পারে:

- লাল
- আরো কালো
- ব্যথা বা চুলকানিময়।

যদি আপনার ত্বকে এই ধরনের পরিবর্তন থাকে, অবিলম্বে আপনার রেডিওথেরাপি টিমকে জানান।

তারা আপনাকে পরামর্শ এবং চিকিৎসা দিতে পারবেন।

এখানে কিছু পরামর্শ দেওয়া আছে যা সাহায্য করতে পারে:

- সুতির মত প্রাকৃতিক আঁশ থেকে তৈরি আলগা পোশাক পরুন
- সাবান এবং পানি দিয়ে আপনার ত্বক আলতোভাবে ধোবেন এবং তারপর তা সাবধানে হাত দিয়ে চেপে শুকাবেন
- ত্বক ঘষবেন না
- হিটিং প্যাডের মতন খুব বেশি গরম জিনিস দেবেন না
- কুলিং প্যাড ব্যবহার করবেন না যদি না আপনার টিম তা ব্যবহার করার অনুমতি দেয়
- দাড়ি ভিজিয়ে কামাবেন না
- লেজার ট্রিটমেন্ট এবং মোম সহ হেয়ার-রিমুভিং ক্রিম বা পণ্য ব্যবহার করবেন না
- আপনার রেডিওথেরাপি টিমকে জিজ্ঞাসা করুন যে আপনি ত্বকে ময়শ্চারাইজার বা ডিওডোরেন্ট ব্যবহার করতে পারবেন কিনা
- ত্বক রোদ থেকে সুরক্ষিত রাখুন।

চুল পড়ে যাওয়া

আপনার শরীরের শুধুমাত্র যে জায়গায় চিকিৎসা দেওয়া হয়েছে সেই এলাকার চুল পড়ে যাবে। কিছু কিছু ব্যক্তি চুল পড়ে যাওয়ার বিষয়ে বিপর্যস্ত বোধ করেন। যদি আপনি এই ব্যাপারে উদ্বিগ্ন হন, সেক্ষেত্রে আপনার ডাক্তার বা নার্সের সাথে কথা বলাটা সাহায্য করতে পারে।

সাধারণত চিকিৎসা শেষ হবার পরে চুল আবার ফিরে আসে। কখনও কখনও এটা আগের চেয়ে আলাদা টেক্সচার বা রঙের হয়। আপনি রেডিওথেরাপির কোন ডোজ গ্রহণ করেছেন তার উপর নির্ভর করে আবার চুল হতে বেশ কয়েক মাস লাগতে পারে।

আপনার রক্তে পরিবর্তন হওয়া

কখনো কখনো রেডিওথেরাপি আপনার রক্তে স্বাভাবিক রক্ত কোষের পরিমাণ কমিয়ে দিতে পারে। আপনার রক্তকোষের সংখ্যা পরীক্ষা করতে আপনার রেডিওথেরাপি টিম হয়তো আপনার জন্য রক্ত পরীক্ষার ব্যবস্থা করতে পারেন। যদি কিছু নির্দিষ্ট ধরনের রক্তকোষের সংখ্যা খুব কমে যায় তাহলে কিছু কিছু ব্যক্তির চিকিৎসার প্রয়োজন হয়।

যদি আপনার কালশিরে পড়ে বা রক্তপাত হয় যার কারণ আপনি জানেন না, তাহলে সব সময় তা আপনার টিমকে জানাবেন। এর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত রয়েছে:

- নাক দিয়ে রক্ত পড়া
- মাড়ি দিয়ে রক্ত পড়া
- ত্বকে ছোট্ট লাল বা বেগুনি দাগ পড়া যা ফুসকুড়ির মতো দেখা যায়
- মাসিকের সময় বেশি রক্তপাত
- আপনার মলের বা প্রস্রাবের সাথে রক্ত আসা

আপনার অবশ্যই **অবিলম্বে** আপনার রেডিওথেরাপি টিমের সাথে যোগাযোগ করা উচিত যদি:

- আপনার তাপমাত্রা 37.5 ডিগ্রি সেলসিয়াস (99.5 ডিগ্রি ফারেনহাইট) এর উপরে কিংবা 36 ডিগ্রি সেলসিয়াস (96.8 ডিগ্রি ফারেনহাইট) এর কম হলে।
- আপনার শরীরের তাপমাত্রা স্বাভাবিক থাকা সত্ত্বেও, হঠাৎ করে আপনার খারাপ লাগতে শুরু করে
- আপনার মধ্যে সংক্রমণের লক্ষণ আছে - এতে অন্তর্ভুক্ত রয়েছে:
 - কাঁপুনি অনুভব করা এবং কাঁপা
 - গলায় ব্যথা
 - কাশি হওয়া
 - শ্বাস নিতে কষ্ট হওয়া
 - ডায়রিয়া
 - মাত্রাধিক প্রস্রাব করার প্রয়োজন, প্রস্রাব করার সময় অস্বস্তিবোধ করা।

ডায়রিয়া

যদি আপনার শ্রোণিচক্রের কাছাকাছি চিকিৎসা দেওয়া হয় সেক্ষেত্রে পাতলা পায়খানা বা ডায়রিয়া হওয়াটা কমন একটি বিষয়। আপনার সাধারণ সময়ের চেয়ে আরও বেশি করে টয়লেট ব্যবহার করার প্রয়োজন হতে পারে। প্রচুর পরিমাণে তরল জাতীয় পদার্থ পান করা জরুরি। আপনার ডাক্তার কিংবা নার্স আপনাকে বলতে পারেন যে সেরা পানীয় কী। আপনার ডায়রিয়া বা পেটে ব্যথা হলে হাসপাতালের কর্মীদেরকে বলুন। সাহায্য করার জন্য তারা আপনাকে ট্যাবলেট দিতে পারেন।

প্রস্রাবে সমস্যা হওয়া

মূত্রাশয়ের কাছে চিকিৎসা গ্রহণের কারণে নিম্নবর্ণিত পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া দেখা দিতে পারে:

- স্বাভাবিকের চেয়ে বেশি বার প্রস্রাব করা (মূত্র ত্যাগ করা)
- রাতের বেলায় প্রস্রাব করা
- প্রস্রাব করার সময় জ্বালাভাব (মূত্র সংক্রমণের সমান)
- প্রস্রাব পেলে একেবারেই অপেক্ষা না করতে পারার মতন অনুভূতি
- আপনার মূত্রে রক্ত
- ফোঁটা ফোঁটা হয়ে প্রস্রাব পড়া (নিয়ন্ত্রণ না থাকা)

যদি চিকিৎসার সময় বা পরে আপনার কোনো পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হয়, সর্বদা আপনার রেডিওথেরাপি টিমকে বলুন। প্রচুর পরিমাণে তরল জাতীয় পদার্থ পান করাটা সাহায্য করতে পারে।

আপনার ডাক্তার বা নার্সকে তাৎক্ষণিকভাবে বলুন যদি:

- আপনার উপসর্গগুলো আরও খারাপ হয়ে যায়
- আপনার উচ্চ তাপমাত্রা হয়
- আপনার মনে হয় যে আপনি প্রস্রাব করতে পারছেন না।

প্রোস্টেট বা পুরুষাঙ্গে ক্যানসারের জন্য রেডিওথেরাপি দেয়া হলে কখনো কখনো মূত্রত্যাগ করতে সমস্যা হতে পারে। যদি এমনটি হয়, তাহলে সাহায্য করার জন্য আপনাকে হয়তো ওষুধ নিতে হতে পারে। কিংবা স্বল্পমেয়াদের জন্য আপনার মূত্রাশয়ে একটি নলী (ক্যাথিটার) দেওয়া যেতে পারে।

মুখের ভিতর ক্ষত

আপনার মাথা বা ঘাড়ের যদি আপনি চিকিৎসা নেন, সেক্ষেত্রে আপনার মুখের ভিতরে হয়তো ক্ষত হতে পারে। এর ফলে গিলে খাওয়া কঠিন হতে পারে। চিকিৎসা চলাকালীন সময়ে আপনার মুখের যত্ন নেওয়া গুরুত্বপূর্ণ। কিভাবে এটা করতে হয় আপনার টিম তা আপনাকে দেখাবেন। যেগুলো এড়িয়ে চললে সাহায্য হতে পারে সেগুলো হচ্ছে:

- ধূমপান করা
- মদ্যপান করা
- খুব গরম খাবার খাওয়া।

আপনার মুখে ক্ষত হয়েছে বলে মনে হলে বা যদি আপনার মুখে ঘা হয় তাহলে ডাক্তার বা নার্সদেরকে বলা গুরুত্বপূর্ণ। সাহায্য করতে তারা আপনাকে মাউথওয়াশ এবং ব্যথানাশক ওষুধ দিতে পারেন।

বিলম্বিত ও দীর্ঘমেয়াদী পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াসমূহ

রেডিওথেরাপিকে খুবই সাবধানে পরিকল্পিত করা হয় এবং সময়ের সাথে চিকিৎসাগুলো আরও নিখুঁত হয়ে চলেছে। এটা আপনার টিমকে সুযোগ দেয় যাতে ক্যানসারের চিকিৎসা করার পাশাপাশি শরীরের অন্যান্য অংশগুলোকে যেন যতটা সম্ভব ক্ষতি করা হয়।

তবে এখনও সম্ভাবনা রয়েছে যে আপনি এমন পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াসমূহ অনুভব করবেন যা:

- চিকিৎসা গ্রহণের পরে সেরে উঠবে না - এগুলোকে দীর্ঘমেয়াদী পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া বলা হয়
- বছ মাস বা বছর পরে শুরু হয় - এগুলোকে বিলম্বিত প্রতিক্রিয়া বলা হয়।

যদি আপনি কেমোথেরাপির মতন অন্য চিকিৎসা ও গ্রহণ করছেন তাহলে এই ঝুঁকিটি বেড়ে যায়।

ক্যানসারের চিকিৎসা করানোর সিদ্ধান্ত গ্রহণের পূর্বে আপনার টিম আপনাকে এই সমস্ত পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া উন্নত হওয়া সম্পর্কে ব্যাখ্যা দিবেন।

আপনার জন্য সঠিক পরিচর্যা আর সহায়তা পাওয়া

যদি আপনার ক্যানসার হয়ে থাকে আপনি ইংরেজি বলতে না পারেন, আপনি হয়ত উদ্বিগ্ন হবেন যে এটা আপনার ক্যানসার চিকিৎসা আর পরিচর্যাকে প্রভাবিত করবে। কিন্তু আপনার স্বাস্থ্যসেবা টিম আপনাকে আপনার প্রয়োজনীয় পরিচর্যা, সহায়তা আর তথ্য প্রদান করবেন।

আমরা জানি যে কখনো কখনো মানুষ সঠিক সহায়তা পেতে অতিরিক্ত সমস্যার সম্মুখীন হন। উদাহরণস্বরূপ, যদি আপনি কাজ করেন বা আপনার পরিবার থাকে, তাহলে আপনার হাসপাতালের অ্যাপয়েন্টমেন্টে যাওয়ার সময় পাওয়া কঠিন হয়ে পড়তে পারে। অর্থ আর যাতায়াতের খরচের বিষয়েও আপনার চিন্তা থাকতে পারে। এই সব বিষয় চাপের সৃষ্টি করতে পারে আর এর মোকাবিলা করা কঠিন হতে পারে।

কিন্তু সহায়তা পাওয়া যায়। আমাদের বিনামূল্যের সহায়তার লাইন **0808 808 00 00** আপনার ভাষায় আপনার পরিস্থিতি সম্বন্ধে পরামর্শ দিতে পারে। আপনি নার্স, আর্থিক নির্দেশনা প্রদানকারী, কল্যাণের অধিকারের পরামর্শদাতা আর কাজের সহায়তার পরামর্শদাতাদের সাথে কথা বলতে পারেন।

এছাড়া আমরা ক্যানসার থাকা ব্যক্তিদের ম্যাকমিলান গ্র্যান্ট (Macmillan Grants) প্রদান করি। এগুলি এক সময়ের অর্ধ মেটানো যা হাসপাতালে পার্কিং, যাতায়াতের খরচ, শিশু পরিচর্যা বা উত্তাপনের বিল মেটানোর মত বিষয়গুলিতে ব্যবহার করা যেতে পারে।

ম্যাকমিলান (Macmillan) কিভাবে আপনাকে সাহায্য করতে পারে

ম্যাকমিলান(Macmillan)-এ, আমরা জানি যে ক্যানসার নির্ণয় হওয়া কিভাবে সব কিছুকে প্রভাবিত করতে পারে, এবং আমরা আপনাকে সহায়তা করার জন্য এখানে আছি।

ম্যাকমিলান সাপোর্ট লাইন (Macmillan Support Line)

আমাদের দোভাষী আছে, তাই আপনি আমাদের সাথে আপনার ভাষায় কথা বলতে পারেন। আপনি যে ভাষাটি ব্যবহার করতে চান, শুধু তার নাম ইংরেজিতে আমাদেরকে বলুন। আমরা চিকিৎসার বিষয়ের প্রশ্নগুলিতে সাহায্য করতে পারি, আর্থিক সহায়তা সম্বন্ধে আপনাকে তথ্য দিতে পারি, বা আপনার যদি কারোর সাথে কথা বলার প্রয়োজন হয় তখন শোনার জন্য সেখানে থাকতে পারি। আমাদের বিনামূল্যের, গোপনীয় ফোন লাইন সপ্তাহে 7 দিন, সকাল 8 টা থেকে 8 টা পর্যন্ত খোলা থাকে। আমাদেরকে **0808 808 00 00** নম্বরে কল করুন।

ওয়েব চ্যাট

আপনি আমাদের একটি ওয়েব চ্যাট বার্তা পাঠাতে পারেন এটা জানিয়ে যে আপনার একজন দোভাষীর প্রয়োজন। ইংরেজি ভাষায় আমাদের জানান যে আপনার কি ভাষার প্রয়োজন, আর অমরা কাউকে আপনার সাথে যোগাযোগ করার ব্যবস্থা করব। 'আমাদের সাথে চ্যাট করুন' বোতামটিতে ক্লিক করুন, যা ওয়েবসাইটের নানা জায়গায় পৃষ্ঠাগুলিতে দেখতে পাবেন। বা macmillan.org.uk/talktous-তে যান

ম্যাকমিলান (Macmillan) ওয়েবসাইট

আমাদের ওয়েবসাইটে ইংরেজিতে ক্যানসার বিষয়ে অনেক তথ্য আছে।
macmillan.org.uk/translations -এ এছাড়া অন্যান্য ভাষায় আরো তথ্য আছে

এছাড়া আমরা শুধু আপনার জন্য অনুবাদের ব্যবস্থা করতে পারি। এখানে আমাদের ইমেইল করুন: cancerinformationteam@macmillan.org.uk আর আমাদের বলুন আপনার কোন তথ্য প্রয়োজন।

তথ্য কেন্দ্র

আমাদের তথ্য এবং সহায়তা কেন্দ্রগুলো হাসপাতাল, লাইব্রেরি এবং মোবাইল কেন্দ্র ভিত্তিক। আপনার প্রয়োজনীয় তথ্য পেতে আর কারোর সাথে মুখোমুখি কথা বলতে এর একটিতে যান। macmillan.org.uk/informationcentres ওয়েবসাইটে আপনার সবচেয়ে নিকটস্থ কেন্দ্র খুঁজে বের করুন বা আমাদেরকে **0808 808 00 00** নম্বরে কল করুন।

লোকাল সাপোর্ট গ্রুপ

সাপোর্ট গ্রুপে আপনি ক্যানসারে আক্রান্ত অন্যান্য লোকজনের সাথে কথা বলতে পারেন। macmillan.org.uk/supportgroups-এ আপনার এলাকার সাপোর্ট গ্রুপগুলির বিষয়ে জেনে নিন বা **0808 808 00 00** নম্বরে আমাদের কল করুন।

ম্যাকমিলান (Macmillan) অনলাইন কমিউনিটি

আপনি একই ধরনের পরিস্থিতিতে থাকা ব্যক্তিদের সাথে macmillan.org.uk/community-এ কথা বলতে পারেন। আপনি দিনে বা রাতে যে কোনো সময়ে এর সাথে যোগাযোগ করতে পারেন। আপনার অভিজ্ঞতাগুলো শেয়ার করুন, প্রশ্ন করুন, বা কেবল লোকজনের পোস্ট পড়ুন।

শব্দ তালিকা

Word (target language)	In English	How to say in English transliteration) (of English word	Meaning
কেমোথেরাপি	Chemotherapy	কেমোথেরাপি	ক্যানসারের একটি চিকিৎসা যা ক্যানসারের কোষগুলোকে মারার জন্য ওষুধ ব্যবহার করে।
কোষ	Cell	সেল	ছোট-ছোট নির্মাণ খণ্ড যা আমাদের শরীরের অঙ্গ ও টিসুর নির্মাণ করে।
গর্ভ	Womb	উমড	শরীরের মধ্যে পেটের নিচের অংশ অবস্থিত একটি গোলাকার অঙ্গ। গর্ভধারণ করলে আপনার শিশু এখানে বাড়ে। সার্ভিক্স আছে এমন সকল লোকের মধ্যে রয়েছেন মহিলারা, ট্রান্স পুরুষ এবং যারা জন্মের সময় মহিলা ছিলেন।
গর্ভনিরোধক	Contraceptive	কনট্রাসেপশন	ওষুধ বা ডিভাইসসমূহ যা গর্ভধারণ প্রতিরোধ করে।
জরায়ুমুখ (সার্ভিক্স)	Cervix	সার্ভিক্স	জরায়ুমুখ হচ্ছে গর্ভের প্রবেশদ্বার। এটা শরীরের মধ্যে যোনির উপর অবস্থিত থাকে। জরায়ুমুখ আছে এমন লোকের মধ্যে অন্তর্ভুক্ত রয়েছেন মহিলা, ট্রান্স পুরুষ এবং এমন সব লোক যারা জন্মের সময় মহিলা ছিলেন।
টিউমার	Tumour	টিউমার	কোষের গোষ্ঠী যা অস্বাভাবিকভাবে বাড়ছে। অস্বাভাবিক কোষগুলো একটানা সংখ্যাবৃদ্ধি করতে থাকে এবং একটি পিণ্ডের আকার নেয়।
ডায়রিয়া	Diarrhea	ডায়রিয়া	যখন আপনার নরম বা জলময় পায়খানা হয়। আপনার সাধারণের চেয়ে বেশি ঘন-ঘন কিংবা খুবই দ্রুত মলত্যাগ করতে হতে পারে। আপনার পেটে ব্যথা

			ও হতে পারে।
তেজস্ক্রিয়	Radioactive	রেডিওঅ্যাকটিভ	যদি কোনও কিছু তেজস্ক্রিয় হয়, তাহলে তার মানে হল যে সেটা রেডিয়েশন রিলিজ করে।
নিরাময়	Cure	কিয়ার	শরীরে যখন আর কোনও ক্যানসারের কোষ বাকি থাকে না।
পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া	Side effects	সাইড ইফেক্টস	ক্যানসার চিকিৎসার অবাঞ্ছিত প্রভাবসমূহ। উদাহরণস্বরূপ, চুল পড়া, বমনেচ্ছা বা ক্লান্তি। চিকিৎসা শেষ হওয়ার পর বেশিরভাগ পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলো চলে যায়।
পেলভিস অর্থাৎ শ্রোণীচক্র	Pelvis	পেলভিস	আপনার নিতম্বের মাঝে ও আপনার পেটের নাভির নিচে অবস্থিত স্থান।
প্রোস্টেট	Prostate	প্রোস্টেট	শরীরের মধ্যে অবস্থিত একটি ছোট গ্রন্থি। এটা মূত্রাশয়ের কাছে অবস্থিত। প্রোস্টেট আছে এমন লোকের মধ্যে রয়েছেন পুরুষ, ট্রান্স মহিলা এবং জন্মের সময় পুরুষ ছিলেন এমন সব মানুষ।
বিনাইন	Benign	বিনাইন	শরীরের মধ্যে একটি পিণ্ড যা ক্যানসার নয় এবং যেটা শরীরের মধ্যে অন্যান্য কোনও স্থানে ছড়াতে পারে না।
ম্যালিগনেন্ট	Malignant	ম্যালিগনেন্ট	শরীরের মধ্যে একটি পিণ্ড যা ক্যানসার এবং যেটা শরীরের অন্যান্য স্থানে ছড়াতে পারে।
যোনি	Vagina	ভ্যাজাইনা	শরীরের মধ্যে একটি পথ। যোনির প্রবেশদ্বার পায়ের মাঝে থাকে। যোনির উপরে অবস্থিত থাকে জরায়ুমুখ, যার পর থাকে গর্ভ। যোনি আছে এমন সকল লোকের মধ্যে আছেন মহিলা, ট্রান্স পুরুষ এবং যারা জন্মের সময় মহিলা ছিলেন।

লিম্ফ্যাটিক সিস্টেম	Lymphatic System	লিম্ফ্যাটিক সিস্টেম	সারা শরীরে ধমনী ও গ্রন্থির নেটওয়ার্ক যা সংক্রমণের বিরুদ্ধে লড়াইতে সহায়তা করে।
সার্জারি	Surgery	সার্জারি	অপারেশন করানো।
স্ক্যান	Scan	স্ক্যান	যখন ডাক্তাররা আপনার শরীরের অভ্যন্তরীণ অঙ্গের ছবি নেন।

বাংলা ভাষায় আরো তথ্য আছে

এই বিষয়গুলো সম্বন্ধে আমাদের কাছে আপনার বাংলা ভাষায় তথ্য আছে:

<p>ক্যানসারের ধরন</p> <ul style="list-style-type: none"> • স্তন ক্যানসার • সার্ভিক্যাল ক্যানসার • বৃহদন্ত্রের ক্যানসার • ফুসফুসের ক্যানসার • প্রোস্টেট ক্যানসার <p>চিকিৎসাসমূহ</p> <ul style="list-style-type: none"> • কেমোথেরাপি • রেডিওথেরাপি • সার্জারি 	<p>ক্যানসারের মোকাবিলা করা</p> <ul style="list-style-type: none"> • ক্যানসার এবং করোনাভাইরাস • আপনার ক্যানসার হলে বেনেফিটগুলি দাবি করা • খাবার খাওয়ার সমস্যা এবং ক্যানসার • জীবনের অবসান • স্বাস্থ্যকর খাদ্যাভ্যাস • আপনার ক্যানসার হলে খরচে সাহায্য • যদি আপনার ক্যানসার নির্ণয় হয়ে থাকে - একটি চটজলদি নির্দেশিকা • ক্যানসার চিকিৎসার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াগুলো • ক্লাস্ট্রি (অবসন্নতা) এবং ক্যানসার • নিজেসে সাহায্য করার জন্য আপনি কী করতে পারেন
---	---

এই তথ্য দেখতে, macmillan.org.uk/translations -এ যান

সূত্র ও ধন্যবাদ জ্ঞাপন

এই সকল তথ্য রচনা ও সম্পাদনা করেছে ম্যাকমিলান (Macmillan) ক্যানসার সাপোর্ট -এর ক্যানসার তথ্য উন্নয়ন (Cancer Information Development) দল। একটি অনুবাদ কোম্পানি এটি বাংলায় অনুবাদ করেছে।

এই তথ্য ম্যাকমিলানের (Macmillan) পুস্তিকা **রেডিওথেরাপি সম্পর্কে বুঝতে পারা (Understanding radiotherapy)**-এর ভিত্তিতে অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে। আমরা আপনাকে একটি কপি পাঠাতে পারি, কিন্তু সম্পূর্ণ পুস্তিকাটি শুধু ইংরেজিতে পাওয়া যায়।

এই তথ্য প্রাসঙ্গিক বিশেষজ্ঞেরা পর্যালোচনা করেছেন, এবং আমাদের সিনিয়র মেডিক্যাল সম্পাদক, ডক্টর ডেভিড গিলিগান, কনসালটেন্ট ক্লিনিকাল অঙ্কোলোজিস্ট তা অনুমোদন করেছেন।

সেই সব ক্যানসার আক্রান্ত ব্যক্তিদেরও ধন্যবাদ জানাচ্ছি যারা এই তথ্য পর্যালোচনা করেছেন।

আমাদের সকল তথ্য প্রাপ্ত সেরা প্রমাণের ভিত্তিতে নেওয়া হয়েছে। আমাদের ব্যবহার করা উৎসগুলোর বিষয়ে আরো তথ্যের জন্য অনুগ্রহ করে

cancerinformationteam@macmillan.org.uk ঠিকানায় আমাদের সাথে যোগাযোগ করুন

বিষয়বস্তুর পর্যালোচনা: আগস্ট 2022

পরবর্তী পর্যালোচনার জন্য পরিকল্পিত

সময়সূচী: আগস্ট 2025

MAC12465_Bengali

আমাদের কর্তৃক সরবরাহকৃত তথ্যাদি যাতে সঠিক এবং হালনাগাদ হয় তা নিশ্চিত করার জন্য আমরা সকল প্রচেষ্টা করি তবে আপনার নির্দিষ্ট পরিস্থিতি অনুযায়ী একজন বিশেষজ্ঞ কর্তৃক প্রদান করা পেশাদার পরামর্শের বিকল্প হিসেবে এই তথ্যের উপর নির্ভর করা উচিত নয়। যতদূর আইন দ্বারা অনুমোদিত থাকে, ম্যাকমিলান (Macmillan) এই প্রকাশনা বা তাতে অন্তর্ভুক্ত কিংবা উল্লিখিত কোনও তৃতীয় পক্ষের তথ্য বা ওয়েবসাইটের তথ্য ব্যবহারের সম্পর্কে কোনও দায়-দায়িত্ব গ্রহণ করে না।

© ম্যাকমিলান ক্যানসার সাপোর্ট (Macmillan Cancer Support) 2022, ইংল্যান্ড ও ওয়েলস (261017), স্কটল্যান্ড, (SC039907) এবং আয়েল অব ম্যান (604)-এ নিবন্ধিত দাতব্য প্রতিষ্ঠান। এছাড়া নর্দার্ন আয়ারল্যান্ডেও কাজ করে।

গ্যারান্টিবদ্ধ একটি লিমিটেড কোম্পানি, ইংল্যান্ড ও ওয়েলস-এ নিবন্ধিত যার কোম্পানি নম্বর 2400969। আইল অব ম্যান যার কোম্পানি নম্বর 4694F রেজিস্টার্ড অফিস: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ. ভ্যাট নম্বর: 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_Bengali

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

