**MACMILLAN CANCER SUPPORT**

Radiotherapy: Pashto

# راډیوتراپي

دغه معلومات د راډیوتراپۍ په اړه دي.

ټول هغه کلمات چې لاندې یې کرښه ایستل شوې په پای کې د تورو یا لغاتو په لېست کې تشریح شوي دي.
د تورو په لېست کې دا هم څرګنده شوې چې په انګلیسۍ کې به دغه کلمات څنګه وایي.

ګڼ شمېر هغه خلک چې سرطان لري، راډیوتراپي به د خپلې درملنې د برخې په توګه ولري. د راډیوتراپۍ بېلابېل ډولونه شتتون لري. موږ یې په دغو معلوماتو کې عمومي ډولونه تشریح کوو.

ځیني خلک به نورو درملنو ته هم اړتیا ولري، لکه کیموتراپي یا جراحي. موږ همدا راز ستاسو په ژبه کې د دې درملنو په اړه معلومات لرو.

که تاسو د دې معلوماتو په اړه څه پوښتني لرئ، په کوم روغتون کې چې ستاسو درملنه کیږي، هلته د خپل ډاکټر یا نرس څخه پوښتنه وکړئ.

تاسو همدارنګه کولای شئ د Macmillan د سرطان له ملاتړ سره د **0808 808 00 00** وړیا تلفوني شمېرې له لارې 7 ورځې په اونۍ کې، د سهار له 8 بجو څخه د ماښام تر 8 بجو پورې اړیکه ونیسئ. موږ ژباړونکي لرو، نو تاسو کولی شئ چې زموږ سره په خپله ژبه خبرې وکړئ. کله چې موږ ته زنګ وهئ، مهرباني وکړئ موږ ته په انګلیسي کې ووایاست چې کومې ژبې ته اړتیا لرئ.

ستاسو په ژبه کې د سرطان په اړه اضافي معلومات په **macmillan.org.uk/translations** کې شتون لري

## دا معلومات د لاندې مواردو په هکله دي:


- راډیوتراپي څه ته وایي؟
- راډیوتراپي ولې ورکول کیږي؟
- ستاسو د راډیوتراپۍ ټیم
- په خپله درملنه باندې پوهېدل
- راډیوتراپي څېرې ورکول کیږي؟
- د خپلې درملنې پلانول
- د راډیوتراپۍ ډولونه
- د راډیوتراپۍ جانبي عوارض
- ناوخته او اوږدمهاله جانبي اغېزې
- Macmillan څنګه کولای شي له تاسو سره مرسته وکړي
- د تورو لیست
- ستاسو په ژبه کې نور معلومات
- مراجع او منني

## راډیوتراپي څه ته وایي؟

رادیوتراپي د سرطان د درملنې لپاره د وړانګو په نوم د لوړې انرژي وړانګې کاروي. دا په هغه سیمه کې د سرطان حجرې ویجاړوي چیرې چې رادیوتراپي ورکول کیږي. دا کولای شي عامې حجرې هم زیانمنې کړي اما دغه حجرې معمولاً له درملنې وروسته بېرته رغېږي.

## راډیوتراپي ولې ورکول کیږي؟

ګڼ شمېر هغه خلک چې سرطان لري، راډیوتراپي به د خپلې درملنې د برخې په توګه ولري. رادیوتراپي د مختلفو دلیلونو لپاره ورکول کیږي.

**د سرطان درملنه کول**

راډیوتراپي د سرطان د ځینو ډولونو د علاج لپاره ورکول کېدی شي. دا کیدای شي پخپله یا به د سرطان د نورو درملنې لکه کیموتراپي سره ورکړل شي. یا کېدی شي له عملیات مخکې یا وروسته ورکړل شي. له عملیات مخکې، کېدی شي تومور کوچنی کړي. له عملیات وروسته، کولای شي هغه حجرې چې له منځه نه دي تللي ووژني.

**د سرطان له نښو سره د مرستې لپاره**

که چیرې د سرطان درملنه ممکنه نه وي، تاسو ممکن د سرطان نښې د کنټرولولو د مرستې لپاره راډیوتراپي ولرئ. دې ته تسکیني راډیوتراپي وایي.

## ستاسو د راډیوتراپۍ ټیم

**د کلینیکی آنکولوجیسټ مشاور**

دا هغه ډاکټر ته ویل کیږي چې په راډیوتراپۍ سره د سرطان درملنه کوي. دا له تاسو سره د درملنې په پلان جوړولو کې مرسته کوي. تاسو ممکن دوی د درملنې ترمخه، په جریان کې او وروسته ووینئ. تاسو همدارنګه کولای شئ غوښتنه وکړئ چې د ملاقاتو ترمنځ یې ووینئ.

**راډیوګرافر**

د راډیوګرافرانو ټیم مرسته کوي چې خپله درملنه پلان کړئ او د راډیوتراپۍ ماشین چلوي. هغوی همدارنګه د هر ډول جانبي عوارضو یا هغو اندېښنو په اړه چې ممکن تاسو یې ولرئ تاسو ته مشوره درکوي.

**طبي نرسي متخصصین**

د سرطان ډیری مرکزونه د سرطان متخصص نرسان لري. دوی ځینې وختونه د طبي نرس متخصص (CNS) په نوم یادیږي. دا هغه نرسانې دي چې ستاسو د سرطان په ډول کې تخصص لري. تاسو کولای شئ د خپلو هر ډول اندېښنو په اړه له دوی سره خبرې وکړئ. هغوی کولای شي تاسو د درملنې په جریان کې او وروسته له درملنې ملاتړ او معلومات درکړي. هغوی همدرانګه کولای شي د هر ډول جانبي عوارضو په مدیریت کې مرسته وکړي.

**ستاسو کلیدي کارمند**

ستاسو کلیدي کارمند هغه کس دی چې تاسو ورسره اړیکه ونیسئ که تاسو نورو معلوماتو یا ملاتړ ته اړتیا لرئ. عموما، یو راډیوګرافر یا نرس متخصص ستاسو په ټیم کې ستاسو کلیدي کارمند دی. که تاسو ډاډه نه یاست چې ستاسو کلیدي کارمند څوک دی، تاسو په راتلونکي ملاقات کې له یو چا څخه پوښتنه وکړئ.

## په خپله درملنه باندې پوهېدل

مخکې له دې چې درملنه وکړئ، ستاسو ډاکټر، نرس یا راډیوګرافر به تاسو ته لاندې موارد تشریح کړي:

- تاسو ولې اړتیا ورته لرئ
- څو ځله به یې کاروئ
- ممکن جانبي عوارض
- له درملنې وروسته به تاسو څنګه احساس لرئ.

هېڅ ډول درملنه باید ترسره نشي مګر دا چې تاسو په دې وپوهېږئ چې تاسو ولې دغه درملنه کوئ او دا چې تاسو به څنګه احساس ولرئ. له تاسو څخه به د اجازې کولو غوښتنه وشئ مخکې له دې چې تاسو کومه درملنه وکړئ. دې ته د رضایت ورکول وایي. دا ښيي چې تاسو له درملنې سره موافق یاست او د هغې پر ممکنو جانبي اغېزو پوهېږئ.

دا یو ښه نظر دی چې له ځان سره یو څوک بوځئ چې په دواړو ژبو، ستاسو په ژبه او په انګلیسي خبرې کوي. ځینې وختونه روغتون ستاسو لپاره ترجمان چمتو کوي. هغوی معمولاً دا کار باید له مخکې څخه تنظیم کړي. نو که تاسو ترجمان ته اړتیا لرئ، روغتون ته له ملاقات مخکې ووایاست.

## راډیوتراپي چېرې ورکول کېږي؟

راډیوتراپي په روغتون کې ورکول کېږي. تاسو معمولاً خپله درملنه د ورځې د ناروغ په توګه ترسره کوئ. دا په دې مانا ده چې تاسو د شپې له خوا پاتې کېدو ته اړتیا نه لرئ او کولای شئ له خپلې درملنې وروسته خپل کور ته لاړ شئ. د راډیوتراپۍ له ځینو ډولونو سره، تاسو ښايي څو ورځې په روغتون کې پاتې کېدو ته اړتیا ولرئ.

که تاسو روغ نه یاست او همدارنګه کیموتراپي‌لرئ، تاسو ښايي په روغتون کې د بستر ناروغ په توګه پاتې کېدو ته اړ شئ. په دې حالت کې، به تاسو هره ورځ د وارډ د لارې د راډیوتراپي څانګې ته لاړ شئ. که تاسو وغواړئ د راډیوتراپي د درملنې لپاره روغتون ته اوږد سفر وکړئ، تاسو ممکن د داخل بستر ناروغ ته اړتیا ولرئ.

## د خپلې درملنې پلانول

مخکې له دې چې تاسو خپله درملنه پیل کړئ، باید پلان شي. راډیوتراپي د هر شخص لپاره په دقت سره پلان کېږي. دا دې لپاره چې ډاډ حاصل شي چې درملنه په سمه توګه کار کوي او د امکان تر حده یوازې یو څو جانبي اغېزې رامنځ ته کوي. ستاسو د درملنې پلان کول ممکن د یو وار لیدنې څخه ډېر وخت ونیسي. ستاسو د راډیوتراپۍ ټیم به درته ووایي چې څه تمه باید ولرئ.

**د سکن معاینات**

مخکې له دې چې تاسو خپله درملنه پیل کړئ تاسو به یوه یا څو د سکن معایناتو ته اړتیا ولرئ. دا ستاسو له ټیم سره مرسته کوي چې پرېکړه وکړي تاسو څومره راډیوتراپۍ ته اړتیا لرئ. دا همدارنګه له دوی سره مرسته کوي چې په دقیقه توګه دا پلان کړي چې راډیوتراپي په کوم ځای کې ورکړل شي.

د سکین څخه مخکې، ستاسو څخه د روغتون د جامو د بدلولو غوښتنه کېدی شي. د ټیم کوم غړی ممکن تاسو ته رنګ پیچکاری هم درکړي. دا به مرسته وکړي چې سکن څخه یو صاف عکس ترلاسه شي.

**قالبونه او ماسکونه**
تاسو ښایي د خپلې درملنې لپاره قالب یا د رادیوتراپۍ ماسک ته اړتیا ولرئ. که تاسو کوم یو غواړئ، ستاسو د راډیوتراپۍ ټیم به یې درته چمتو کړي. قالب یا ماسک به له تاسو سره مرسته وکړي چې نېغ او په سم موقعیت کې کېښېنئ. قالبونه د پېښي، لاس یا د بدن د نورو اعضاوو لپاره دي. مساکونه د سر یا غاړې لپاره دي.

قالب یا ماسک له پلاستیکي بافت څخه جوړ شوي دي. دا کلک بندېږي اما باید ناراحتوونکی نه وي. تاسو دا یوازې د لنډې مودې لپاره اغوندئ. تاسو به یې هغه مهال واغوندئ کله چې

- ستاسو درملنه پلان کېږي
- کله مو چې درملنه ترسره کېږي.

تاسو د ماسک د اغوستلو پر مهال په عادي توګه کولای شئ ساه واخلئ.

**د راډیوتراپۍ ماسک**

**په پوستکي باندې نښې**
ستاسو د راډیوتراپۍ له ټیم څخه کوم څوک ښایي ستاسو په پوستکي باندې کوچنۍ دایمي نښې وکړي. دغه نښې ښیي چې راډیوتراپي دقیقاً کوم ځای ته ورکړل شي. نښې د ټاټو په شان یو ډول جوړېږي. دا نښې به یوازې ستاسو په اجازه جوړې شي. که تاسو د دوی په اړه اندیښمن یاست یا مخکې د درملنې په ساحه کې ټاټو لرئ، خپل راډیوګرافر ته وواياست.

**د زېږون قابلیت**
راډیوتراپي ښایي ستاسو د امېندوارۍ پر وړتیا اغېز وکړي یا بل څوک امېندواره کړئ. ګڼ شمېر خلک له دې سره په تعامل کې ستونزمن ګڼي. که تاسو په دې اړه اندېښنه لرئ، مخکې له دې چې درملنه مو پیل شي، له خپل ډاکټر یا نرس سره خبرې وکړئ. هغوی کولای شي تاسو ته ووايي چې څه تمه باید ولرئ او دا چې څنګه خپله ګټورتیا خوندي وساتئ. له مشاور یا مذهبي مشر سره خبرې کوم هم ښایي ګټور وي.

**د امېندوارۍ مخنيوی**
ستاسو ډاکټر به تاسو ته ووايي چې د درملنې په جريان کې ځان يا کوم بل څوک مه امېندواره کوئ. دا ځکه چې راډيوتراپي کېدی شي د ودې په حال کې ماشوم ته زيان اړوي. دا مهمه ده چې د راډيوتراپۍ په جريان کې او څو مياشتې وروسته د امېندوارۍ ضد درمل/وسايل وکاروئ. که تاسو په دې اړه اندېښنه لرئ، کولای شئ له خپل ډاکټر يا نرس سره خبرې وکړئ.

## د راډيوتراپۍ ډولونه

د راډيوتراپۍ بېلابېل ډولونه شتتون لري.

- **بهرنۍ راډيوتراپي** – د راډيوتراپۍ د ماشين په واسطه د بدن له باندې څخه ورکول کېږي.
- **داخلي راډيوتراپي** – کله چې راډيو اکټيف مواد ستاسو په بدن کې اچول کېږي. داخلي راډيوتراپي دوه ډولونه لري: براکي تراپي او راډيو ايزوتوپ تراپي.

ستاسو د راډيوتراپۍ ښکاره کول پدې پورې اړه لري چې سرطان په بدن کې چيرې او څه ډول دی. ځينې سرطانونه د بهرنی او داخلي راديوتراپي پواسطه درملنه کيږي

له خپل ډاکټر څخه پوښتنه وکړئ چې تاسو به يې کوم ډول ولرئ ترڅو تاسو وکولای شئ د دغو معلوماتو سمې برخې ولولئ.

**د بهرني بيم راډيوتراپي**
دا هغه مهال وي کله چې راډيوتراپي د راډيوتراپۍ له ماشين څخه په استفادې سره له بدن څخه د باندې ورکول کېږي. تاسو معمولا په ورځ کې يو راډيوتراپۍ سيشن لرئ، ډيری وختونه د اونۍ په پای کې د آرام سره. ځينې روغتونونه د اونۍ د پای په رخصتيو کې هم درملنه کوي، چې بيا ناروغ د اونۍ په جريان کې استراحت کوي.

د درملنې تعدا چې تاسو يې کوئ د سرطان په ډول او اندازه پورې اړه لري.

درملنه هره ورځ يوازې څو دقيقې وخت نيسي اما که چېرې روغتون مصروف وي تاسو بايد د خپلې درملنې لپاره انتظار وکړئ. دا مرسته کوي چې تاسو د انتظار په وخت کې ځينې کارونه ترسره کړئ، لکه مطالعه کول يا موسيقي اورېدل.

ستاسو له لومړۍ درملنې مخکې، د راډيوتراپۍ ټيم به تاسو ته تشريح کړي چې څه به پېښېږي. دوی ممکن له تاسو څخه وغواړي چې د روغتون جامې بدلې کړي. د درملنې د ترسره کولو په اړه اندېښنه لرل عام دي. اما کله چې تاسو خپل د راډيوتراپۍ ټيم وپېژنئ او په دې پوه شئ چې څه پېښېږي، هر څه ستاسو لپاره آسانه کېږي.

دا ښايي يو څه وخت ونيسي چې تاسو د درملنې لپاره په سم موقف کې برابر کړي. تاسو بايد ډېر آرام وغځېږئ. راډيوګرافران به څراغونه تت کړي. کله چې درملنه ترسره کېږي هغوی به له اطاق څخه ووځي. د راډيوتراپۍ ترسره کول درد نه لري او د راډيوتراپۍ ماشين معمولاً ستاسو بدن نه لمس کوي.

**څوک چې د بهرني بیم راډیوتراپي لري**

راډیوګرافران به تاسو د څنګ له اطاق څخه څاري، یا د کړکۍ له لارې یا پر سکرین باندې. نور هېڅوک نشي کولای تاسو وویني. دلته عموما یو انټرکام سته، که تاسو د درملنې پرمهال اړتیا ولرئ تاسو کولای شئ له دوی سره خبرې وکړئ.

ماشین ښايي ستاسو د بدن په شاوخوا حرکت وکړي ترڅو له مختلفو جهتونو څخه ستاسو درملنه وکړي. کله چې درملنه پای ته ورسېږي، راډیوګرافران به بېرته اطاق ته راشي او له تاسو سره به مرسته وکړي چې له ماشین څخه ښکته شئ.

دغه درملنه به تاسو راډيو اکټيف نکړي. دا به ستاسو لپاره خوندي وي چې له نورو خلکو سره واوسېږئ، لکه ماشومان له درملنې وروسته.

**براکي تراپي**
Brachytherapy یو ډول راډیوتراپي ده چې د بدن دننه ورکول کیږي. دا په عمده توګه د پروستاټ، رحم او په رحم کې د سرطان د درملنې لپاره کارول کیږي. ستاسو د روغتیا پاملرنې ټیم به ستاسو د درملنې پلان تشریح کړي. پدې کې کیدلای شي بهرنی بیم رادیوتراپي یا نورې درملنې لکه کیموتراپي، هورمونول درملنه یا هدف شوي درملنه د برچيتراپی څخه مخکې یا وروسته شامل وي.

Brachytherapy راډيو اکټيفسرچينې کاروي چې ستاسو په بدن کې سرطان ته نږدې ځای پر ځای کیږي. کله چې دا ستاسو بدن ته اچول کیږي، تاسو به د انستېزی په واسطه بې هوښه کیږئ. یا ښايي تاسو د درد وژونکې پیچکارۍ وکړئ.

تاسو کولای شئ خپله درملنه وکړئ او په هماغه ورځ کور ته ولاړ شئ یا تاسو ممکن په روغتون کې پاتې شئ. دا د بریکیتراپۍ په یو ډول پورې اړه لري چې تاسو یې لرئ. تاسو به درملنې پر مهال د یوه څه مودې لپاره چې راډیوتراپۍ ترسره کېږي، د درملنې په اطاق کې یوازې یاست. دا د دې لپاره چې نور خلک له درملنې خوندي وي. که تاسو په دې اړه اندېښنه لرئ خپل ټیم ته وواياست ترڅو هغوی له تاسو سره مرسته وکړي. هغوی به تاسو دا تشریح کړي چې ستاسو درملنه څومره وخت نیسي.

هرڅومره چې ژر سرچینه ستاسو له بدن څخه لرې شي، ستاسو شاوخوا خلکو ته هیڅ خطر نشته. تاسو راډیو اکټیو نه یاست.

د براکي تراپۍ د ځینو ډولونو لپاره، پیوند نه ایسته کېږي. له ډېرو نورو خلکو سره یو ځای اوسېدل به ستاسو لپاره خوندي وي. ستاسو ډاکټر ښایي له تاسو څخه غوښتنه وکړي چې له ماشومانو او امېندواره ښځو سره له نږدې څخه تماس مه لرئ. هغوی به تاسو ته ووايي چې د څومره مودې لپاره باید دا کار وکړئ.

ستاسو ټیم به ستاسو د درملنې په اړه معلومات درکړي چې هر یې له ځان سره لېږدوئ.

**راډیو ایزوتوپ تراپي**

دغه د راډیوتراپۍ یو ډول دی چې د بدن دننه ورکول کیږي. تاسو راډیواکټیو مایع لرئ:

- په خوله کې د څښاک یا کپسول په توګه
- په رګ کې د تزریق په توګه

سرطاني حجرې د عادي حجرو په پرتله ډېره کچه مایعات اخلي. چې په دې سره سرطاني حجرې له منځه وړي.

له درملنې وروسته، ستاسو د بدن مایعات یو څه راډیواکټیف کېږي. هغوی به بېرته په تدریجي ډول عادي حالت ته راوګرځي. ستاسو ټیم به تاسو ته له تشناب څخه د استفادې او په خوندي ډول د بدن د تویې شوو مایعاتو د پاکولو په اړه لارښوونې درکړي. هغوی ښایي له تاسو څخه غوښتنه وکړي چې له ماشومانو او امېندواره ښځو سره له نږدې څخه تماس مه لرئ. هغوی به تاسو ته ووايي چې د څومره مودې لپاره باید دا کار وکړئ.

که هغوی تاسو ته ووايي چې باید په روغتون کې پاتې شئ، له تاسو ښایي غوښتنه وشي چې په خپل اطاق کې د ټولې مودې لپاره یوازې پاتې شئ. که تاسو په دې اړه اندېښنه لرئ خپل ټیم ته وواياست ترڅو هغوی له تاسو سره مرسته وکړي.

## د راډیوتراپۍ جانبي عوارض

راډیوتراپي په هر چا باندې په متفاوت ډول اغېز کوي. ځینې خلک ډېر لږ جانبي عوارض لري په داسې حال کې چې ځینې نور بیا ډېر جانبي عوارض لري. موږ دلته تر ټولو عام جانبي عوارض تشریح کوو. د دې احتمال نشته چې تاسو دغه ټول جانبي عوارض ولرئ.

له درملنې مخکې، ستاسو د راډیوتراپۍ ټیم به له تاسو سره خبرې وکړئ چې تاسو کېدی شي کوم ډول جانبي عوارض ولرئ. هر ډول پوښتنه چې لرئ له هغوی څخه یې وپوښتئ. که د درملنې په جریان کې هر ډول جانبي عوارض درته پیدا کېږي، خپل ټیم ته وواياست. هغوی کولای شي د مرستې لپاره مشورې یا درمل درکړي. که تاسو کله چې کور کې یاست د ناروغۍ احساس کوئ، روغتون ته زنګ ووهئ.

**ستړیا**

تاسو ښایي د درملنې په جریان کې او له درملنې وروسته د څلورو اونیو یا میاشتو لپاره ډېر د ستړیا احساس وکړئ. هره ورځ روغتون ته سفر کولای شي ستاسو ستړیا لا ډېره کړي. یو څه دمه وکړئ.

که کولی شئ ډېره مهمه ده چې هر ورځ لږ ورزش وکړئ. لنډه فاصله پلې تګ کېدی شي تاسو ته انرژي درکړي.

**د ناروغۍ احساس لرل**
درملنه کولی شي تاسو ته د ناروغۍ احساس درکړي یا ناروغ شئ. دا ډیر احتمال لري که تاسو معدې یا دماغ ته نږدې علاج وکړئ ستاسو د درملنې ټیم به د دې لپاره چې د ناروغۍ احساس مو کم شي، تاسو ته درمل درکړي.

**خوړل او څښل**
ځینې وختونه تاسو ښایي ونه غواړئ خوراک وکړئ. کچیرې داسې وشي، د دې پرځای چې ډیره ډوډۍ وخورئ کوښښ وکړئ چې په منظم ډول یو څه خواړه وخورئ. که تاسو په خوړلو کې ستونزه لرئ، دا مهمه ده چې خپل د راډیوتراپۍ ټیم ته ووایاست. هغوی به تاسو ته مشوره درکړي.

**خپل پوستکي ته پاملرنه کول**
د هغې ساحې پوستکی چې درملنه یې کیږي ښایي په لاندې ډول تغیر وکړي:

- سور شي
- تور شي
- سوزش یا خارښت ولري.

که تاسو په خپل پوستکي کې دا ډول تغیرات لرئ، په سملاسي توګه خپل د راډیوتراپۍ ټیم ته ووایاست.
هغوی کولای شي تاسو ته مشوره او درملنې درکړي.

دلته ځینې مهم ټکي شته چې ښایي ګټور وي:

- د کتان په څېر له فایبر څخه جوړې آزادې جامې واغوندئ
- خپل پوستکی په ملایم، بې عطره صابون او اوبو سره په آرمۍ سره ومینځئ او په آرمۍ سره یې وچ وکړئ
- پوستکی مو مه موښئ
- ډیر ګرم شیان مه کاروئ، لکه د تودوخې پیډ
- د کولنګ د پیډونو څخه کار مه اخلئ مګر دا چې ستاسو ټیم سمه وګڼي.
- خریلي ځای مه لمدوئ
- د واکس او لایزر درملنې په څېر د وېښتو د لرې کولو کریمونه یا محصولات مه کاروئ
- د راډیوتراپۍ له ټیم څخه پوښتنه وکړئ چې ایا کولای شئ په خپل پوستکي باندې له مرطوب کوونکي یا بوی لرې کوونکي وکاروئ
- خپل پوستکی له لمر څخه وساتئ.

**د ویښتانو رژیدل**
تاسو به یوازې د بدن له هغې ساحې څخه وېښتان له لاسه ورکوئ چې درملنه یې کیږي. ځینې خلک د وېښتانو د له لاسه ورکولو په اړه اندېښنه لري. که تاسو په دې اړه اندېښنه لرئ، له خپل ډاکټر یا نرس سره خبرې کول به ګټور وي.

دا معمولا د درملنې تر پای ته رسیدو وروسته بیا وده کوي. ځینې وختونه دا د پخوا په پرتله مختلف جوړښت یا رنګ تولیدوي. دا ستاسو د راډیوتراپۍ په خوراک پورې اړه لري، دا ممکن څو میاشتې وخت ونیسي ترڅو بیرته وده وکړي.

**ستاسو په وینه کې تغیرات**
ځینې وختونه راډیوتراپي ستاسو په بدن کې د وینې حجرې کمولی شي. ستاسو د راډیوتراپۍ ټیم ښایي ستاسو لپاره د وینې آزموینې ترتیب کړي ترڅو د وینو د حجرو تعداد چې تاسو یې لرئ مشخص کړي. ځینې کسان د درملنې ته اړتیا لري، که یې د وینې د ځانګړو حجرو کچه خورا ډېره کمه وي.

که پړسوب یا خونریزي لرئ او په دلیل یې نه پوهیږئ، همېشه خپل ټیم ته ووایاست. په دې کې لاندې نښې نښانې موجودې دي:

- د پوزې وینې کېدل
- وینه لرونکي لاړې
- په پوستکي باندې کوچني سره یا ارغواني داغونه چې ښایي د بخار په څېر ښکاره شي.
- درنې دورې
- ستاسو په تشو یا ډکو بولو کې وینه

د لاندې مواردو په صورت کې هم باید تاسو په **سملاسي توګه د راډیوتراپۍ له ټیم سره اړیکه ونیسئ:**

- ستاسو تودوخه د37.5°C (99.5°F) لوړېږي یا تر 36°C (96.8°F) ښکته کېږي
- کله چې تاسو په ناڅاپي ډول ناروغه کېږي، حتی که د بدن د حرارت درجه مو عادي وي
- تاسو د عفونت نښې نښانې لرئ- په دې کې شاملېږي:
  - د لړزې او ښورېدو احساس لرل
  - د ستوني التهاب
  - ټوخی
  - ساه لنډي
  - اسهال
  - د ډېر ادرار دفعه کولو اړتیا، یا د ادرارو د دفعې پر مهال ناآرامي.

**اسهال**
که تاسو خپلې لګن خاسرې ته نږدې درملنه لرئ، دا عامه ده چې غایطه مواد (ډکې میتیازې) مو رقیقې وی یا اسهال ولرئ. تاسو ښایي له معمول څخه ډېر تشناب ته د تګ اړتیا ولرئ. دا ډېره مهمه ده چې په کافي اندازه مایعات وڅښئ. ستاسو ډاکټر یا نرس کولای شي تاسو ته ووایي چې څه شی د څښاک لپاره تر ټولو ښه دي. که تاسو اسهال یا د ګېډې (نس) درد لرئ، د روغتون کامندانو ته ووایاست. دوی کولی شي تاسو ته د مرستې لپاره تابلېت درکړي.

**د ادرار په کولو کې ستونزې**
د مثانې سره نږدې په درملنې کولو سره جانبي عوارض پیدا کېږي، لکه:

- له معمول څخه ډېر میتیازې کول
- د شپې لخوا ادرار کول
- د ادرار په وخت کې د سوزش احساس کول (لکه د ادرارو انتان درلودل)
- داسې احساس چې کله تاسو ادرار ته اړتیا لرئ نو ځان نشئ کنټرولولی
- په ادرار کې مو وینه لرئ
- بې اختیاره د ادرار وتل (د ادرار بې نظمي)

که د درملنې په جریان یا وروسته کې هر ډول جانبي عوارض درته پیدا کېږي، خپل د راډیوتراپۍ ټیم ته ووایاست. د ډېرو مایعاتو څښل ښایي مرسته وکړي.

ډاکټر یا نرس ته په سملاسي توګه ووایاست که چېرې

- ستاسو نښې بدتره شوي
- لوړه تبه لرئ
- احساس کوئ ادرار نشئ کولای.

د پروستات یا تناسلي آلې د سرطان لپاره راډیوتراپي ځیني وختونه د ادرار خارجول ستونزمنوي. که دا پیښ شي، تاسو ممکن درمل ته اړتیا ولرئ چې مرسته کوي. یا تاسو ممکن یو تیوب (کیتیټر) د لنډ وخت لپاره مثانه ته واچوئ.

**د ستوني درد**

که تاسو د خپل سر یا غاړې درملنه کوئ، ستاسو خوله ښایي وخوږیږي. دا کېدی شي د خوړو په تېرولو کې ستونزې رامنځ ته کړي. دا ډېره مهمه ده چې د درملنې په جریان کې خپلې خولې ته پاملرنه وکړئ. ستاسو ټیم به درته وښیي چې دا کار څنګه وکړئ. دا کولای شي د لاندې مواردو په مخنیوي کې مرسته وکړي:

- سګرټ څکول
- الکول څکل
- ډېر ګرم خواړه

که چیرې مو خوله درد کوي یا د خولې زخم لرئ، دا مهمه ده چې خپل ډاکټر یا نرس ته ووایاست. هغوی کولای شي د مرستې لپاره د خولې مینځونکی او درد وژونکي درمل درکړي.

## ناوخته او اوږدمهاله جانبي اغېزې

رادیوتراپي په احتیاط سره پلان شوې او درملنه ورځ تر بلې دقیق کیږي. پداسې حال کې چې د بدن نورو برخو ته د امکان تر حده لږ زیان رسوي دا ستاسو ټیم ته اجازه ورکوي ترڅو د سرطان درملنه وکړي.

مګر لاهم ممکن یو خطر موجود وي چې تاسو به داسې جانبي عوارض ولرئ چې:

- د درملنې وروسته ښه نه شئ- دې ته اوږدمهاله جانبي اغېزې ویل کیږي
- یوازې میاشتې یا کلونه وروسته پیل کیږي - دې ته ناوخته اغېزې ویل کیږي.

که تاسو نورې درملنې هم ولرئ، لکه کیموتراپي دا خطر ممکن لوړ وي.

مخکې له دې چې تاسو د سرطان درملنې لپاره پریکړه وکړئ، ستاسو ټیم به ستاسو د دې جانبي عوارضو پراختیا خطر تشریح کړي.

## د خپل ځان لپاره مناسب مراقبت او ملاتړ ترلاسه کول

که تاسو سرطان لرئ او په انګلیسي ژبه خبرې نه کوئ، تاسو ښایي اندیښنه ولرئ چې دا به ستاسو د سرطان په درملنه او مراقبت باندې اغېز وکړي. اما ستاسو د روغتیاپالنې ټیم باید تاسو ته داسې مراقبت، ملاتړ او معلومات وړاندې کړي چې ستاسو اړتیاوې پوره کړي.

موږ پوهیږو چې ځیني وختونه خلک ښایي د سم ملاتړ په ترلاسه کولو کې له اضافي ننګونو سره مخ شي. د بېلګې په توګه، که تاسو کار کوئ یا کورنی لرئ نو دا به سخته وي چې د روغتون ملاقاتونو ته د تګ لپاره وخت ولرئ. تاسو همدارنګه ښایي د پیسو او د ترانسپورتي لګښتونو په اړه اندېښنه ولرئ. دغه ټول شیان سټرېس رامنځ ته کوي او مبارزه ورسره سخته ده.

اما مرسته شتون لري. زموږ د مرستې وړیا تلفوني کرښه **0808 808 00 00** کولای شي ستاسو د وضعیت په هکله، ستاسو په ژبه، تاسو ته لارښووني وړاندې کړي. تاسو کولای شئ له نرسانو، مالي لارښوونکو، د هوساینې د حقونو له مشاورینو او د کار د ملاتړ له مشاورینو سره خبرې وکړئ.

موږ همدارنګه په سرطان باندې د اخته کسانو لپاره د Macmillan بلاعوضه مرستې وړاندې کوو. دغه یو ځلي تادیات دي چې د روغتون د پارکېنګ، سفري لګښتونو، د ماشوم د مراقبت یا د ګرمولو د بېلونو په شان شیانو لپاره استفاده ورڅخه کیږي.

## Macmillan څنګه کولای شي له تاسو سره مرسته وکړي

په Macmillan کې، موږ پوهیږو چې د سرطان تشخیص څنګه کولای شي په هر څه باندې اغېز وکړي، او موږ دلته ستاسو د مرستې لپاره یو.

**د Macmillan د ملاتړ مرکز تلفوني کرښه**
موږ ژباړونکي لرو، نو تاسو کولای شئ له موږ سره په خپله ژبه باندې خبرې وکړئ. یوازې موږ ته په انګلیسي ژبه د هغې ژبې په هکله ووایاست چې تاسو خبرې پرې کوئ. موږ کولای شو د طبي پوښتو په برخه کې له تاسو سره مرسته وکړو، د مالي مرسته په هکله معلومات درکړو، او که غواړئ له چا سره خبرې وکړئ، موږ ستاسو غوښتنو ته غوږ ونیسو. د تلفون وړیا او محرمه کرښه په اونۍ کې 7 ورځې د سهار له 8 بجو د شپې تر 8 بجو پورې پرانېستې ده. موږ ته په **0808 808 00 00** شمېره زنګ ووهئ

**وېب چېټ**
تاسو کولای شئ موږ ته د وېب چېټ پیغام واستوئ او موږ ته ووایاست چې ژباړن ته اړتیا لرئ. موږ ته په انګلیسي کې د هغې ژبې په هکله ووایاست چې اړتیا ورته لرئ، او زموږ کس به له تاسو سره اړیکنه ونیسي. په ' Chat to us' بټنه باندې کلیک وکړئ چې د وېب پاڼې په ټولو پاڼو باندې ځرګندیږي. یا **macmillan.org.uk/talktous** ته لاړ شئ

**د Macmillan وېب پاڼه**
زموږ وېب پاڼه د سرطان په هکله په انګلیسي ژبه ډېر معلومات لري. همدارنګه په نورو ژبو باندې هم په **macmillan.org.uk/translations** کې معلومات شتون لري

موږ همدارنګه کولای شو یوازې ستاسو لپاره د ژباړې خدمات وړاندې کړو. د هغه څه په اړه چې اړتیا ورته لرئ، موږ ته په **cancerinformationteam@macmillan.org.uk** باندې برېښنالیک واستوئ.

**د معلوماتو مرکز**
زموږ د معلوماتو او ملاتړ مرکزونه په روغتونونو، کتابتونونو او د تلفون په مرکزونو کې دي. د اړتیا وړ معلوماتو د ترلاسه کولو لپاره زموږ یوه معلوماتي مرکز ته مراجعه وکړئ او مخامخ له یو چا سره خبرې وکړئ. خپل تر ټولو نږدې مرکز په **macmillan.org.uk/informationcentres** کې ومومئ یا موږ ته په **0808 808 00 00** شمېره زنګ ووهئ.

**د ملاتړ محلي ګروپونه**
د ملاتړ په ګروپ کې، تاسو کولا شئ له نورو هغو خلکو سره خبرې وکړئ چې له سرطان څخه اغېزمن شوي دي. په خپله سیمه کې د ملاتړ د ګروپونو په هکله په **macmillan.org.uk/supportgroups** کې معلومات ولولئ یا موږ ته په **0808 808 00 00** شمېره زنګ ووهئ.

**د Macmillan آنلاین ټولنه**
تاسو همدارنګه کولای شئ په آنلاین ډول له نورو هغو خلکو سره چې د سرطان له امله اغېزمن شوي دي د **macmillan.org.uk/community** له لارې خبرې وکړئ چې تاسو کولای شئ د شپې یا ورځې په هر وخت کې لاسرسی ورته ولرئ. تاسو کولای شئ خپلې تجربې شریکې کړئ، پوښتنې وکړئ، یا فقط د خلکو د پوستونو له لارې معلومات ولولئ.

# د تورو لیست

| کلمه (پښتو) | په انګلیسي | په انګلیسي کې څنګه ووایاست (د انګلیسي کلمې تلفظ) | مانا |
|---|---|---|---|
| بې ضرره | Benign | بینن | په بدن کې یوه غده چې سرطاني نه ده او په بدن کې بل ځای ته نه انتقالیږي. |
| حجرې | Cells | سیلز | د خښتو په شان کوچنی تختې چې زموږ د بدن غړي او انساج تشکیلوي. |
| رحم | Cervix | سیرویکس | سرویکس د رحم د ننوتلو لاره ده. دا د ښځې په بدن کې د واژن د پاسه دی. هغه کسان چې سرویکس لري عبارت دي له ښځینه، دوه جنسیته وو نارینه او ښځو او هغو نرښځیان څخه چې د زیږون پر مهال ښځې زیږیدلې وي. |
| کیموتراپي | Chemotherapy | کیموتراپی | د سرطان داسي درملنه چې له درملو څخه په استفادې سره سرطاني حجرې له منځه وړي. |
| د امېندوارۍ مخنیوی | Contraception | کانټراسیپشن | درمل او وسایل چې امیندواري ودروي |
| تداوي شوی | Cured | کیورډ | کله چې ستاسو په بدن کې سرطاني حجرې پاتې نشي. |
| اسهال | Diarrhoea | ډیارهویا | کله چې تاسو نرم او اوبه لرونکي غایطه مواد لرئ. تاسو ښایي له معمول ډېر یا په عاجله توګه تشناب ته اړتیا ولرئ. تاسو همدارنګه ښایي د ګېډې درد ولرئ. |
| لمفاتیک سیستم | Lymphatic system | لیمپاټک سیستم | په ټول بدن کې د رګونو او غدو یوه شبکه ده چې د انتاناتو سره په مبارزې کې مرسته کوي. |
| مهلک | Malignant | مالیګنانټ | په بدن کې یوه غده ده چې سرطاني ده او ټول بدن ته پراخیدلی شي. |
| لګن خاصره | Pelvis | پیلوس | ستاسو د ورنونو او ستاسو د نو لاندې ترمنځ ساحه. |
| پروستات | Prostate | پروسټاټ | په بدن کې یوه کوچنۍ غده. دا مثانې ته نږدې ده. هغه خلک چې پروستات لري عبارت دي له نارینه وو، دوه جنسیته ښځې او هغو نارینه وو څخه چې د زیږون پر مهال نارینه زیږیدلي وي. |
| راډیواکټیف | Radioactive | راډیو اکټیف | که کوم څه راډیواکټیف وي، دا په دې مانا ده چې شعاع خپروي. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| سکېن | Scan | سکن | کله چې ډاکټران ستاسو د بدن د دننه برخې انځور اخلي. |
| جانبي عوارض | Side effects | سایډ ایفیکټس | د سرطان د درملنې غیرمطلوبې اغېزې د بېلګې په توګه، د وېښتو توېېدل، د ناروغتیا یا ستړیا احساس لرل. ډېری جانبي عوارض د درملنې له پای ته رسېدو وروسته له منځه ځي. |
| جراحي عملیات | Surgery | سرجری | د عملیاتو لرل |
| تومور | Tumour | ټومور | د داسې حجرو ګروپ دی چې په غیر عادي توګه وده کوي. غیر عادي حجرې ډېرولو ته دوام ورکوي او غده تشکیلوي. |
| واجینا یا فرج | Vagina | ویجینا | بدن ته دننه یوه لاره. د فرج خوله ستاسو د پښو په منځ کې ده.<br>د فرج د پاسه د رحم خوله ده، چې بیا رحم ته تللې ده. هغه خلک چې فرج لري عبارت دي له ښځو، دوه جنسیته نارینه وو او هغه کسان چې د زیږون پر مهال ښځې زیږېدلې وي. |
| زیلانځ | Womb | وامب | یو ګردی غړی د بدن دننه د ټیټې ګېډې په ساحه کې. دا هغه ځای دی چې هلته ماشوم لوېږي کله چې تاسو امېندواره یاست. هغه خلک چې سرویکس لري عبارت دي له ښځو، دوه جنسیته نارینه او هغه ښځې چې د زیږون پر مهال نارینه زیږېدلې وي. |

## ستاسو په ژبه کې نور معلومات

موږ د دغو موضوعاتو په هکله ستاسو په ژبه کې معلومات لرو:

| د سرطان ډولونه | له سرطان سره تعامل کول |
|---|---|
| • د سینې سرطان<br>• د ستونې سرطان<br>• د لویو کولمو سرطان<br>• د سږي سرطان<br>• د پروستات سرطان<br>**درملنې**<br>• کیموتراپي<br>• رادیوتراپي<br>• جراحي عملیات | • سرطان او کرونا وایروس<br>• د ګټو غوښتنه کله چې سرطان لرئ<br>• د خوړلو ستونزې او سرطان<br>• د ژوند پای<br>• سالم خوراک کول<br>• د سرطان په دوران کې د مصارفو مرسته<br>• که ستاسو سرطان تشخیص شوی وی - لنډه لارښوونه<br>• د سرطان د درملنې جانبي عوارض<br>• ستړیا (ستوماني) او سرطان<br>• څنګه خپل د ځانه سره مرسته کولای شئ |

د دغو معلوماتو د کتلو لپاره، **macmillan.org.uk/translations** ته مراجعه وکړئ

## مراجع او مننې

دغه معلومات د Macmillan د سرطان د ملاتړ د سرطان د معلوماتي پراختیا د ټیم په واسطه لیکل او تحریر شوي دي. دا د ژباړې شرکت لخوا ستاسو په ژبه ژباړل شوی.

شامل شوي معلومات د Macmillan د کتابګوټي په اساس دي چې **د رادیوتراپۍ د پېژندې** په اړه دی. موږ کولای شو تاسو ته یوه کاپي واستوو، اما بشپړ کتابګوټی یوازې په انګلیسي ژبه شتون لري.

د دغو معلوماتو بیا کتنه د اړونده متخصصینو له خوا ترسره شوې ده او د لوړ پوړي طبي کره کتونکي، ډاکټر ډېوېډ ګېلایګان، مشاور آنکولوجېسټ په واسطه تصویب شوي دي.

له هغو خلکو څخه ډېره مننه چې د سرطان له امله اغېزمن شوي دي او د دغو معلوماتو بیاکتنه یې کړې ده.

د هغو سرچنو په هکله د ډېرو معلوماتو لپاره چې موږ یې زموږ ټول معلومات د غوره شته شواهدو په اساس دي. کاروو، په مهربانۍ سره له موږ سره **د** cancerinformationteam@macmillan.org.uk له لارې اړیکه ونیسئ

MAC12465_Pashto

| |
|---|
| محتوی بیا کتل شوې: د اګست 2022 |
| راتلونکي پلان شوي بیاکتنه: 2025 |

موږ هره هڅه کوو ترڅو ډاډ ترلاسه کړو چې هغه معلومات چې موږ یې چمتو کوو دقیق او وروستي معلومات دي اما دا باید ستاسو د وضعیت سره سم د مسلکي مشورې د بدیل په توګه ونه کارول شي. تر هغه ځایه چې د قانون لخوا اجازه ورکړل شوې، Macmillan په دې خپرونه کې د هر هغه معلوماتو د کارولو یا د دریمې ډلې د معلوماتو یا د وېب پاڼې د شاملو معلومات یا راجع شویو معلوماتو مسؤلیت نه مني.

د Macmillan سرطان ملاتړ2022، په انګلستان او ویلز (261017)، سکاټلینډ (SC039907) او آئل آف مین (604) کې ثبت شوې خیریه موسسه. همداراز په شمالی ایرلنډ کې فعالیت کوي. د ضمانت په واسطه محدوده شوې کمپني، چې په انګلستان او ویلز کې په 2400969 شمېره ثبت شوې ده. آئیلز آف من کمپني نمبر 4694F. ثبت شوی دفتر: Albert Embankment, London SE1 7UQ. VAT 89 شمېره: 668265007.

Trusted Information Creator

Patient Information Forum

Radiotherapy: Pashto

# 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**

## 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.

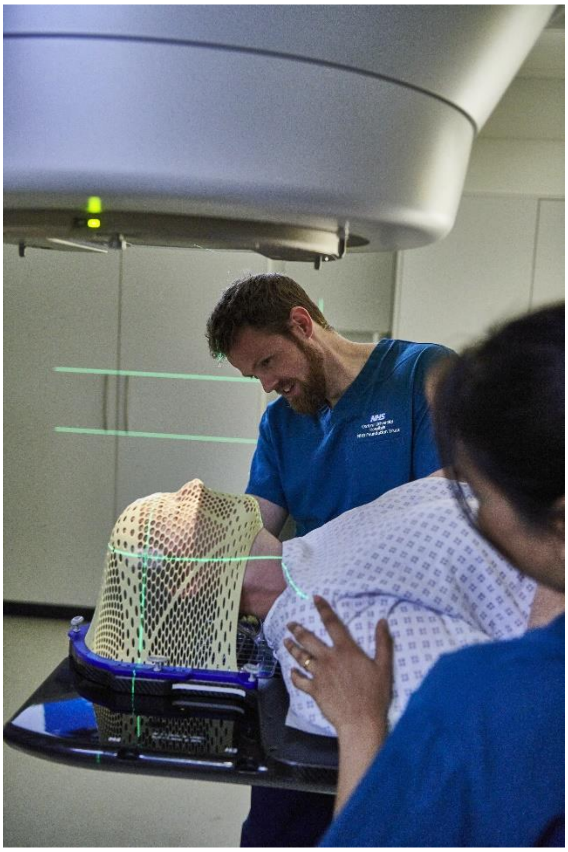
**Moulds and masks**
You may need a mould or radiotherapy mask for your treatment. If you need one, your radiotherapy team will make it for you. A mould or mask helps you stay still and in the correct position. Moulds are for a leg, arm, or other body part. Masks are for the head or neck.

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** 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** 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 womb. It is inside the body at the top of the vagina. 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.<br>At the top of the vagina is the cervix, which then leads to the womb. 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:

| Types of cancer | Coping with cancer |
|---|---|
| • Breast cancer<br>• Cervical cancer<br>• Large bowel cancer<br>• Lung cancer<br>• Prostate cancer<br>**Treatments**<br>• Chemotherapy<br>• Radiotherapy<br>• Surgery | • Cancer and coronavirus<br>• Claiming benefits when you have cancer<br>• Eating problems and cancer<br>• End of life<br>• Healthy eating<br>• Help with costs when you have cancer<br>• If you're diagnosed with cancer – A quick guide<br>• Side effects of cancer treatment<br>• Tiredness (fatigue) and cancer<br>• What you can do to help yourself |

To see this information, go to **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_Pashto

| 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

Trusted Information Creator
Patient Information Forum