

Radiotherapi

Mae'r wybodaeth hon am radiotherapi.

Ceir esboniad o unrhyw eiriau sydd wedi eu tanlinellu yn y rhestr geiriau ar y diwedd.

Mae'r rhestr geiriau hefyd yn cynnwys sut i ddweud y geiriau yn Saesneg.

Bydd llawer o bobl yn cael radiotherapi fel rhan o'u triniaeth. Mae gwahanol fathau o radiotherapi. Rydym yn egluro'r prif fathau yn yr wybodaeth hon.

Bydd rhai pobl angen triniaethau eraill, fel cemotherapi neu lawfeddygaeth hefyd. Mae gennym hefyd wybodaeth yn Gymraeg am y triniaethau hyn.

Os oes gennych unrhyw gwestiynau am yr wybodaeth hon, gallwch ofyn i'ch meddyg neu nyrs yn yr ysbyty lle rydych yn cael eich triniaeth.

Gallwch hefyd ffonio Cymorth Canser Macmillan ar radffôn **0808 808 00 00**, 7 diwrnod yr wythnos rhwng 8am ac 8pm. Mae gennym gyfieithwyr, gallwch siarad â ni yn eich iaith eich hun. Pan fyddwch yn ein ffonio, dywedwch wrthym yn Saesneg pa iaith yr ydych ei hangen.

Mae mwy o wybodaeth am ganser yn Gymraeg yn [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

Mae'r wybodaeth hon yn trafod:

- Beth yw radiotherapi?
- Pam y rhoddir radiotherapi?
- Eich tîm radiotherapi
- Deall eich triniaeth
- Lle y rhoddir radiotherapi?
- Cynllunio eich triniaeth
- Mathau o radiotherapi
- Sgîl-effeithiau radiotherapi
- Sgîl-effeithiau hwyr a hirdymor
- Sut gall Macmillan helpu
- Rhestr geiriau
- Mwy o wybodaeth yn Gymraeg
- Cyfeiriadau a diolchiadau

Beth yw radiotherapi?

Mae radiotherapi yn defnyddio pelydrau ynni uchel o'r enw ymbelydredd i drin cancer. Mae'n dinistrio celloedd cancer yn yr ardal lle rhoddir y radiotherapi. Gall ddifrodi celloedd normal hefyd, ond fel arfer maent yn gwella ar ôl i'r driniaeth orffen.

Pam y rhoddir radiotherapi?

Mae llawer o bobl yn cael radiotherapi fel rhan o'u triniaeth cancer. Rhoddir radiotherapi am resymau gwahanol.

I wella'r cancer

Gellir rhoi radiotherapi i geisio gwella rhai mathau o ganser. Gellir ei roi ar ei ben ei hun neu gyda thriniaethau cancer eraill fel cemotherapi. Efallai bydd yn cael ei roi cyn neu ar ôl llawfeddygaeth. Cyn llawfeddygaeth, efallai bydd yn gwneud y tiwmor yn llai. Ar ôl llawdriniaeth, gall helpu i ddinistrio unrhyw gelloedd cancer sydd yn weddill.

I helpu gyda symptomau cancer

Os nad yw'n bosibl gwella'r cancer, efallai y cewch radiotherapi i helpu i reoli symptomau'r cancer. Gelwir hyn yn radiotherapi lliniarol.

Eich tîm radiotherapi

Oncolegydd clinigol ymgynghorol

Dyma feddyg sy'n trin cancer gyda radiotherapi. Maent yn helpu i gynllunio eich triniaeth. Efallai y byddwch yn eu gweld cyn, yn ystod ac ar ôl eich triniaeth. Gallwch hefyd ofyn i'w gweld rhwng apwyntiadau.

Radiograffwyr

Mae'r tîm o radiograffwyr yn helpu cynllunio eich triniaethau a rhoi'r radiotherapi i chi. Maent hefyd yn rhoi cyngor i chi am unrhyw sgîl-effeithiau neu bryderon sydd gennych.

Arbenigwyr nyrsio clinigol

Mae gan lawer o ganolfannau cancer nyrsys cancer arbenigol. Weithiau fe'u gelwir yn arbenigwyr nyrsio clinigol (CNS). Dyma nyrsys sy'n arbenigwyr yn y math o ganser sydd gennych. Gallwch siarad gyda nhw ynghylch unrhyw bryderon sydd gennych. Gallant roi cefnogaeth a gwybodaeth i chi yn ystod ac ar ôl eich triniaeth. Gallant hefyd eich helpu i reoli unrhyw sgîl-effeithiau.

Eich gweithiwr allweddol

Eich gweithiwr allweddol yw'r person i gysylltu â nhw os oes angen rhagor o wybodaeth neu gymorth arnoch. Fel arfer, un radiograffydd neu nyrs arbenigol yn eich tîm yw eich gweithiwr allweddol. Os nad ydych yn siŵr pwy yw eich gweithiwr allweddol, gofynnwch i rywun yn ystod eich apwyntiad nesaf.

Deall eich triniaeth

Cyn i chi gael triniaeth, bydd eich meddyg, nyrs neu radiograffydd yn esbonio:

- pam eich bod ei angen
- pa mor aml y byddwch yn ei gael
- y sgîl-ffeithiau posibl
- sut y gallech deimlo ar ôl y driniaeth.

Ni ddylid rhoi unrhyw driniaeth oni bai eich bod yn deall pam eich bod yn ei gael a sut y gallech deimlo. Bydd gofyn i chi roi eich cydsyniad cyn i chi gael unrhyw driniaeth. Gelwir hyn yn ganiatâd. Mae'n dangos eich bod yn cytuno i gael triniaeth ac yn deall ei sgîl-ffeithiau posibl.

Mae'n syniad da mynd â rhywun gyda chi sy'n siarad eich iaith chi a Saesneg. Weithiau gall yr ysbyty ddarparu cyfieithydd i chi. Fel arfer maent angen trefnu hyn ymlaen llaw. Felly, os ydych angen cyfieithydd, dywedwch wrth yr ysbyty cyn yr apwyntiad.

Lle y rhoddir radiotherapi?

Rhoddir radiotherapi mewn ysbyty. Fel arfer byddwch yn cael eich triniaeth fel claf dydd. Mae hyn yn golygu y gallwch fynd adref ar ôl y driniaeth ac nad oes angen i chi aros dros nos. Gyda rhai mathau o radiotherapi, efallai bydd angen i chi aros yn yr ysbyty am rai dyddiau.

Os ydych chi'n sâl, neu'n cael cemotherapi hefyd, efallai bydd angen i chi aros yn yr ysbyty fel claf mewnol. Os mai dyna fydd yn digwydd, byddwch yn mynd i'r adran radiotherapi o'r ward bob dydd. Os oes rhaid i chi deithio'n bell i'r ysbyty i gael triniaeth radiotherapi, efallai y byddwch yn ei chael fel claf mewnol.

Cynllunio eich triniaeth

Cyn i chi ddechrau ar eich triniaeth mae angen ei chynllunio. Caiff radiotherapi ei gynllunio'n ofalus ar gyfer pob person. Mae hyn er mwyn sicrhau bod y driniaeth yn gweithio gystal ag y gall ac yn achosi cyn lleied â phosibl o sgîl-effeithiau. Gall cynllunio eich triniaeth gymryd mwy nag 1 ymweliad. Bydd eich tîm radiotherapi yn dweud wrthy ch beth i'w ddisgwyl.

Sganiau

Byddwch yn cael 1 neu fwy o sganiau cyn i chi ddechrau triniaeth. Mae hyn yn helpu eich tîm benderfynu faint o radiotherapi rydych ei angen. Mae hefyd yn eu helpu i gynllunio ble yn union i roi'r radiotherapi.

Cyn sgan, efallai y gofynnir i chi newid i goben ysbyty. Efallai bydd rhywun o'r tîm hefyd yn rhoi pigiad gyda llifyn ynddo i chi yn eich gwythïen. Mae hyn yn helpu i gael darlun clir o'r sgan.

Mowldiau a mygydau

Efallai byddwch angen mowld neu fwgwd radiotherapi ar gyfer eich triniaeth. Os byddwch angen un, bydd eich tîm radiotherapi yn ei wneud i chi. Mae mowld neu fwgwd yn eich helpu i aros yn llonydd ac yn yr ystum cywir. Mae mowldiau ar gyfer coes, braich, neu ran arall o'r corff. Mae mygydau ar gyfer y pen neu'r gwddf.

Mae mowld neu fwgwd wedi'i wneud o rwyll blastig. Mae'n ffitio'n dynn, ond ni ddylai fod yn anghyfforddus. Dim ond am gyfnodau byr o amser y byddwch yn ei wisgo. Byddech yn ei wisgo:

- pan fo'ch triniaeth yn cael ei chynllunio
- pan fyddwch yn cael eich triniaeth.

Gallwch anadlu'n normal wrth wisgo mwgwd.

Mwgwd radiotherapi



Marciau ar y croen

Efallai bydd rhywun o'ch tîm radiotherapi yn gwneud marciau bach, parhaol ar eich croen. Mae'r marciau'n dangos yn union ble i roi'r radiotherapi. Gwneir y marciau yn yr un modd â thatŵ. Dim ond gyda'ch caniatâd chi y gwneir y marciau hyn. Os ydych chi'n poeni amdany'n nhw neu os oes gennych chi datŵ eisoes yn yr ardal driniaeth, dywedwch wrth eich radiograffydd.

Ffrwythlondeb

Gall radiotherapi effeithio ar eich gallu i ddod yn feichiog neu i wneud rhywun yn feichiog. Mae llawer o bobl yn ei chael yn anodd ymdopi â hyn. Siaradwch â'ch meddyg neu nyrs cyn i'r driniaeth ddechrau os ydych yn poeni am hyn. Gallant ddweud wrthych beth i'w ddisgwyl, ac am ffyrdd i amddiffyn eich ffrwythlondeb. Gall siarad â chwmsler neu arweinydd crefyddol fod o gymorth hefyd.

Atal Cenhedlu

Efallai bydd eich meddyg yn eich cyngori i beidio â dod yn feichiog neu i wneud rhywun yn feichiog. Mae hyn oherwydd gallai radiotherapi niweidio babi sy'n datblygu. Mae'n bwysig defnyddio dull atal cenhedlu yn ystod radiotherapi ac am ychydig fisoedd ar ei ôl. Siaradwch â'ch meddyg neu nyrs os ydych chi'n poeni am hyn.

Mathau o radiotherapi

Mae gwahanol fathau o radiotherapi:

- **Radiotherapi allanol** – a roddir o du allan i'r corff gan beiriant radiotherapi.
- **Radiotherapi mewnol** – pan roddir deunydd ymbelydrol i mewn i'ch corff. Mae dau fath o radiotherapi mewnol: bracitherapi a therapi radioisotôp.

Bydd sut y cewch radiotherapi yn dibynnu ar ble yn y corff mae'r canser a'r math o ganser. Mae rhai mathau o ganser yn cael eu trin â radiotherapi allanol a mewnol

Gofynnwch i'ch meddyg egluro pa fath rydych yn cael, fel y gallwch ddarllen y rhannau cywir o'r wybodaeth hon.

Radiotherapi pelydr allanol

Dyma pryd y rhoddir radiotherapi o du allan i'r corff gan ddefnyddio peiriant radiotherapi. Fel arfer byddwch yn cael 1 sesiwn o radiotherapi y dydd, yn aml gyda seibiant ar y penwythnosau. Mae rhai ysbytai yn rhoi triniaeth ar benwythnosau hefyd, gyda seibiant yn ystod yr wythnos yn lle.

Bydd faint o driniaethau a gewch yn dibynnu ar fath a maint y canser.

Dim ond ychydig funudau bob dydd fydd triniaeth yn cymryd, ond efallai bydd angen i chi aros am eich triniaeth os yw'r ysbyty yn brysur. Fe all helpu i wneud rhywbeth tra byddwch yn aros, fel darllen neu wrando ar gerddoriaeth.

Cyn eich triniaeth gyntaf, bydd y tîm radiotherapi yn egluro beth fydd yn digwydd. Efallai byddant yn gofyn i chi newid i goben ysbyty. Mae'n arferol poeni am gael triniaeth. Ond, fel arfer daw yn haws wrth i chi ddod i adnabod eich tîm radiotherapi a'r hyn sy'n digwydd.

Efallai bydd yn cymryd ychydig o amser i'ch cael yn yr ystum cywir ar gyfer triniaeth. Bydd angen i chi orwedd yn llonydd iawn. Bydd y radiograffwyr yn pylu'r golau. Yna, byddant yn gadael yr ystafell tra bo'r driniaeth yn digwydd. Nid yw cael radiotherapi yn brifo ac fel arfer nid yw'r peiriant radiotherapi yn eich cyffwrdd.

Rhywun yn cael radiotherapi pelydr allanol



Bydd y radiograffwyr yn eich gwyllo o'r ystafell nesaf, naill ai trwy ffenestr neu ar sgrîn. Ni fydd neb arall yn gallu eich gweld. Fel arfer mae intercom, felly gallwch siarad â nhw os oes angen yn ystod eich triniaeth.

Efallai bydd y peiriant yn symud o amgylch eich corff i roi'r driniaeth o wahanol gyfeiriadau. Unwaith bydd y driniaeth drosodd, bydd y radiograffwyr yn dod yn ôl i'r ystafell ac yn eich helpu i lawr o'r peiriant.

Ni fydd y driniaeth yma yn eich gwneud yn ymbelydrol. Mae'n ddiogel i chi fod gyda phobl eraill, gan gynnwys plant, ar ôl eich triniaeth.

Bracitherapi

Mae bracitherapi yn fath o radiotherapi a roddir y tu mewn i'r corff. Fe'i defnyddir yn bennaf i drin canserau yn y prostad, ceg y groth a'r groth. Bydd eich tîm gofal iechyd yn esbonio eich cynllun triniaeth. Gall hyn hefyd gynnwys radiotherapi pelydr allanol cyn neu ar ôl bracitherapi neu driniaethau eraill fel cemotherapi, therapi hormonaidd neu therapi wedi'i dargedu.

Mae bracitherapi yn defnyddio ffynonellau ymbelydrol sy'n cael eu gosod yn eich corff ger y cancer. Efallai byddwch yn cysgu o dan anaesthetic cyffredinol pan gaiff ei roi i mewn. Neu efallai y byddwch yn cael pigiad lladd poen.

Efallai y byddwch yn cael eich triniaeth ac yn mynd adref ar yr un diwrnod neu efallai y byddwch yn aros yn yr ysbyty. Mae hyn yn dibynnu ar y math o fracitherapi a gewch. Yn ystod eich triniaeth yn yr ysbyty efallai y byddwch ar eich pen eich hun yn yr ystafell driniaeth am beth amser tra rhoddir y radiotherapi. Mae hyn er mwyn amddiffyn eraill oddi wrth y driniaeth. Dywedwch wrth eich tîm os ydych yn bryderus am hyn fel y gallant helpu. Byddant yn egluro pa mor hir bydd eich triniaeth yn cymryd.

Cyn gynted ag y bydd y ffynhonnell yn cael ei thynnu o'ch corff, nid oes unrhyw risg i bobl o'ch cwmpas. Nid ydych yn ymbelydrol.

Ar gyfer rhai mathau o fracitherapi, ni chaiff y ffynhonnell ei thynnu allan. Mae'n ddiogel i chi fod o amgylch y rhan fwyaf o bobl eraill. Efallai bydd eich tîm yn gofyn i chi osgoi cyswllt agos gyda phlant neu bobl sy'n feichiog. Byddant yn dweud wrthy ch am ba mor hir y bydd angen i chi wneud hyn.

Bydd eich tîm yn rhoi gwybodaeth i chi am eich triniaeth i'w chario gyda chi ar bob adeg.

Therapi radioisotôp

Mae hwn yn fath o radiotherapi a roddir y tu mewn i'r corff. Rydych yn cael hylif ymbelydrol:

- trwy'r geg fel diod neu gapsiwla
- neu fel pigiad i wythïen.

Mae celloedd canser yn amsugno'r hylif mwy nag y mae celloedd normal yn gwneud. Mae hyn yn dinistrio'r celloedd canser.

Ar ôl triniaeth mae hylifau eich corff ychydig yn ymbelydrol. Byddant yn dychwelyd i fod yn normal yn raddol. Bydd eich tîm yn rhoi cyfarwyddiadau i chi ynghylch defnyddio'r toiled a glanhau unrhyw hylifau corff a gollwyd yn ddiogel. Efallai byddant yn gofyn i chi osgoi cyswllt agos gyda phlant neu bobl sy'n feichiog. Byddant yn dweud wrthy ch am ba mor hir y bydd angen i chi wneud hyn.

Os bydd angen i chi aros yn yr ysbyty am eich triniaeth, efallai y gofynnir i chi aros ar eich pen eich hun yn eich ystafell drwy'r amser. Dywedwch wrth eich tîm os ydych yn bryderus am hyn fel y gallant helpu.

Sgîl-ffeithiau radiotherapi

Mae radiotherapi yn effeithio ar bawb yn wahanol. Ychydig iawn o sgîl-ffeithiau a gaiff rhai pobl tra bydd eraill yn cael mwy. Rydym yn disgrifio'r sgîl effeithiau mwyaf cyffredin yma. Mae'n annhebygol y byddwch yn cael pob un o'r rhain.

Cyn eich triniaeth, bydd eich tîm radiotherapi yn siarad gyda chi am ba sgîl-ffeithiau y gallech eu cael. Gofynnwch unrhyw gwestiynau sydd gennych iddynt. Dywedwch wrth eich tîm os ceuwch unrhyw sgîl-ffeithiau yn ystod triniaeth. Gallant roi cyngor neu feddyginiaethau i'ch helpu. Os ydych yn teimlo'n sâl pan fyddwch gartref, ffoniwch yr ysbyty.

Blinder

Efallai byddwch yn teimlo'n flinedig iawn yn ystod triniaeth ac am wythnosau neu fisoddd ar ôl iddi orffen. Gall teithio i'r ysbyty bob dydd eich gwneud hyd yn oed yn fwy blinedig. Ceisiwch roi amser i chi'ch hun orffwys.

Mae'n bwysig gwneud ychydig o ymarfer corff ysgafn bob dydd os medrwch. Gallai mynd am dro bach roi mwy o egni i chi.

Teimlo'n sâl

Gall triniaeth wneud i chi deimlo'n sâl neu fod yn sâl. Mae hyn yn fwy tebygol os ydych yn cael triniaeth yn agos at eich bol neu'r ymennydd. Gall eich tîm triniaeth roi meddyginiaeth i chi i'ch helpu i'ch atal rhag teimlo'n sâl.

Bwyta ac yfed

Weithiau ni fyddwch eisiau bwyta. Os yw hyn yn digwydd, ceisiwch gael byrbrydau bach yn rheolaidd yn hytrach na phrydau mawr. Os ydych yn cael problemau gyda bwyta mae'n bwysig eich bod yn dweud wrth eich tîm radiotherapi. Byddant yn rhoi cyngor i chi.

Edrych ar ôl eich croen

Gallai'r croen yn yr ardal sy'n cael ei thrin ddod yn:

- goch
- tywyllach
- dolurus neu yn cosi.

Os oes gennych newidiadau i'ch croen fel y rhain, dywedwch wrth eich tîm radiotherapi ar unwaith.

Gallant roi cyngor a thriniaethau i chi.

Dyma ambell awgrym a allai helpu:

- gwisgwch ddrillad llac wedi'u gwneud o ffibrau naturiol, fel cotwm
- golchwch eich croen yn ysgafn gyda sebon a dŵr a'i sychu'n ysgafn
- peidiwch â rhwbio'r croen
- peidiwch â gosod pethau poeth iawn fel pad gwresogi
- peidiwch â defnyddio padiau oeri oni bai bod eich tîm yn dweud wrthy'ch ei fod yn iawn gwneud hynny
- peidiwch ag eillio gyda rasel a dŵr
- peidiwch â defnyddio eli neu gynnyrch tynnu blew, gan gynnwys cwyr a thriniaeth laser
- gofynnwch i'ch tîm radiotherapi os gallwch ddefnyddio hufen lleithio neu ddiaroglydd ar y croen
- amddiffynnwch y croen rhag yr haul.

Colli gwallt

Dim ond o'r rhan corff lle cewch driniaeth y byddwch yn colli gwallt. Mae rhai pobl yn ofidus am golli gwallt. Os ydych yn poeni am hyn, gall siarad â'ch meddyg neu nyrs helpu.

Fel arfer mae'n tyfu'n ôl ar ôl i'r driniaeth ddod i ben. Weithiau mae'n tyfu yn ôl â theimlad neu liw gwahanol nag o'r blaen. Gall gymryd rhai misoedd i dyfu'n ôl, yn dibynnu ar y dos radiotherapi rydych yn ei gael.

Newidiadau yn eich gwaed

Weithiau gall radiotherapi leihau nifer y celloedd gwaed normal yn eich corff. Efallai bydd eich tîm radiotherapi yn trefnu profion gwaed ar eich cyfer i wirio nifer y celloedd gwaed sydd gennych. Mae rhai pobl angen triniaeth os yw lefel mathau penodol o gelloedd gwaed yn rhy isel.

Dywedwch wrth eich tîm bob amser os oes gennych gleisiau neu os ydych yn gwaedu ac nid ydych yn gwybod pam. Mae hyn yn cynnwys:

- gwaedlif o'r trwyn
- deintgig yn gwaedu
- smotiau bach coch neu biws ar y croen sy'n edrych yn debyg i frech
- mislif trwm
- gwaed yn eich dŵr neu garthion

Dylech hefyd gysylltu â'ch tîm radiotherapi **yn syth** os:

- yw eich tymheredd yn mynd dros 37.5°C (99.5°F) neu'n is na 36°C (96.8°F)
- ydych yn teimlo'n wael yn sydyn, hyd yn oed os yw eich tymheredd yn normal
- oes gennych symptomau haint – gall hyn gynnwys:
 - teimlo'n rhylllyd a chrynedig
 - dolur gwddf
 - peswch
 - yn fyr o wynt
 - dolur rhydd
 - angen pi-pi llawer, neu anghysur pan fyddwch chi'n pi-pi.

Dolur rhydd

Mae'n beth cyffredin cael carthion gwlyb (pŵ) neu ddolur rhydd os ydych yn cael triniaeth gerllaw eich pelfis. Efallai byddwch angen defnyddio'r toiled yn amlach nag arfer. Mae'n bwysig yfed digon o hylif. Gall eich meddyg neu nyrs ddweud wrthych beth sydd orau i'w yfed. Dywedwch wrth y staff yn yr ysbyty os oes gennych ddolur rhydd neu boen bol (yn yr abdomen). Gallant roi tabledi i chi i helpu.

Problemau gyda phasio dŵr

Gall triniaeth ger y bledren achosi sgîl-ffeithiau fel:

- pasio dŵr (pi-pi) yn amlach nag arfer
- pasio dŵr yn ystod y nos
- teimlad o losgi pan fyddwch chi'n pasio dŵr (tebyg i haint wrin)
- teimlad nad ydych yn gallu aros pan fyddwch angen pasio dŵr
- gwaed yn eich dŵr
- Colli ychydig o ddŵr (anymataliaeth).

Dywedwch wrth eich tîm radiotherapi bob amser os cewch unrhyw sgîl-ffeithiau yn ystod neu ar ôl eich triniaeth. Gallai yfed mwy o hylif helpu.

Dywedwch wrth y meddyg neu nyrs yn syth os

- yw eich symptomau yn gwaethygu
- oes gennych dymheredd uchel
- ydych yn teimlo na allwch basio dŵr.

Mae radiotherapi ar gyfer canser y brostad neu'r pidyn weithiau yn ei gwneud yn anodd pasio wrin. Os bydd hyn yn digwydd, efallai y bydd angen i chi gael meddyginiaeth sy'n helpu. Neu efallai y bydd tiwb (cathetr) yn cael ei roi yn y bledren am gyfnod byr.

Ceg ddolurus

Os ydych yn cael triniaeth i'ch pen neu wddf, efallai bydd eich ceg yn dod yn ddolurus. Gallai hyn ei gwneud hi'n anodd llyncu. Mae'n bwysig edrych ar ôl eich ceg yn ystod triniaeth. Bydd eich tîm yn dangos i chi sut i wneud hyn. Fe all helpu i osgoi:

- ysmegu
- yfed alcohol
- bwyd poeth iawn.

Mae'n bwysig dweud wrth y meddyg neu nyrs os yw eich ceg yn teimlo'n ddolurus neu os oes gennych friwiau ceg. Gallant roi golch ceg i chi a phoen laddwyr i helpu.

Sgîl-ffeithiau hwyr a hirdymor

Caiff radiotherapi ei gynllunio'n ofalus ac mae triniaethau'n dod yn fwyfwy cywir. Mae hyn yn caniatáu i'ch tîm drin y canser tra'n gwneud cyn lleied o niwed â phosibl i rannau eraill o'r corff.

Ond efallai y bydd risg o hyd y byddwch yn cael sgîl-ffeithiau:

- nad ydynt yn gwella ar ôl triniaeth - gelwir y rhain yn sgîl-ffeithiau hirdymor
- sydd ond yn dechrau fisoedd neu flynyddoedd yn ddiweddarach – gelwir y rhain yn effeithiau hwyr.

Gall y risg hon fod yn uwch os ydych hefyd yn cael triniaethau eraill, fel cemotherapi.

Cyn i chi benderfynu cael triniaeth canser, bydd eich tîm yn esbonio eich risg o ddatblygu'r sgîl-effeithiau hyn.

Cael y gofal a'r cymorth cywir i chi

Os oes gennych ganser a ddim yn siarad Saesneg, efallai eich bod yn poeni y bydd hyn yn effeithio ar eich triniaeth a'ch gofal canser. Ond dylai eich tîm gofal iechyd gynnig gofal, cymorth a gwybodaeth i chi sy'n bodloni'ch anghenion.

Gwyddom y gall pobl wynebu heriau ychwanegol weithiau wrth gael y cymorth cywir. Er enghraifft, os ydych yn gweithio neu os oes gennych deulu, gall fod yn anodd dod o hyd i amser i fynd i apwyntiadau ysbyty. Efallai y bydd gennych bryderon hefyd am arian a chostau cludiant. Gall hyn i gyd fod yn straen ac yn anodd ymdopi ag ef.

Ond mae help ar gael. Gall ein llinell gymorth am ddim **0808 808 00 00** gynnig cyngor, yn eich iaith, am eich sefyllfa. Gallwch siarad â nyrsys, pobl sy'n cynnig canllawiau ariannol, cynghorwyr hawliau lles a chynghorwyr cymorth gwaith.

Rydym hefyd yn cynnig Grantiau Macmillan i bobl â chanser. Mae'r rhain yn daliadau untro y gellir eu defnyddio ar gyfer pethau fel parcio mewn ysbyty, costau teithio, gofal plant neu filiau gwresogi.

Sut y gall Macmillan eich helpu chi

Yn Macmillan, rydym yn gwybod sut y gall diagnosis canser effeithio ar bopeth, ac rydym yma i'ch cefnogi.

Llinell Gymorth Macmillan

Mae gennym ni gyfieithwyr, felly gallwch chi siarad â ni yn eich iaith. Dywedwch wrthym, yn Saesneg, yr iaith rydych am ei defnyddio. Gallwn helpu gyda chwestiynau meddygol, rhoi gwybodaeth i chi am gymorth ariannol, neu fod yno i wrando os oes angen rhywun i siarad â chi. Mae'r llinell ffôn gyfrinachol am ddim ar agor 7 diwrnod yr wythnos, 8am i 8pm. Ffoniwch ni ar **0808 808 00 00**.

Sgwrs we

Gallwch anfon neges sgwrs we atom yn dweud yr hoffech gael cyfieithydd. Dywedwch wrthym, yn Saesneg, yr iaith sydd ei hangen arnoch, a byddwn yn trefnu i rywun gysylltu â chi. Cliciwch ar y botwm 'Sgwrsio â ni', sy'n ymddangos ar dudalennau ar draws y wefan. Neu ewch i [macmillan.org.uk/talktous](https://www.macmillan.org.uk/talktous)

Gwefan Macmillan

Mae ein gwefan yn cynnwys llawer o wybodaeth yn Saesneg am ganser. Mae mwy o wybodaeth hefyd mewn ieithoedd eraill ar [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

Gallwn hefyd drefnu cyfieithiadau ar eich cyfer chi yn unig. E-bostiwch ni ar cancerinformationteam@macmillan.org.uk a dywedwch beth rydych ei angen.

Canolfannau gwybodaeth

Mae ein canolfannau gwybodaeth a chymorth wedi eu lleoli mewn ysbytai,

llyfrgelloedd a chanolfannau symudol. Ymwelwch ag un i gael yr wybodaeth sydd ei hangen arnoch a siaradwch â rhywun wyneb yn wyneb. Cewch hyd i'ch canolfan agosaf ar macmillan.org.uk/informationcentres neu ffoniwch ni ar **0808 808 00 00**.

Grwpiau cefnogaeth lleol

Mewn grŵp cefnogaeth, gallwch siarad â phobl eraill wedi'u heffeithio gan ganser. Gallwch ddysgu am grwpiau cefnogaeth yn eich ardal ar macmillan.org.uk/supportgroups neu ffoniwch ni ar **0808 808 00 00**.

Cymuned Ar-lein Macmillan

Gallwch hefyd siarad â phobl eraill sydd wedi'u heffeithio gan ganser ar-lein ar macmillan.org.uk/community Gallwch gael mynediad iddo ar unrhyw adeg o'r dydd neu'r nos. Gallwch rannu'ch profiadau, gofyn cwestiynau, neu ddarllen yr hyn mae pobl wedi eu postio.

Rhestr geiriau

Gair Cymraeg	Yn Saesneg	Sut i'w ddweud yn Saesneg (trawslythreniad o'r gair Saesneg)	Ystyr
Anfalaen	Benign	Be-nain	Lwmp yn y corff nad yw'n ganser ac na all ledaenu i unrhyw ran arall o'r corff.
Atal Cenhedlu	Contraception	Cont-ra-sep-shyn	Cyffuriau neu ddyfeisiadau sy'n atal beichiogrwydd.
Ceg y groth	Cervix	Syr-fics	Ceg y groth yw'r fynedfa i'r <u>groth</u> . Mae tu mewn i'r corff ar dop <u>y wain</u> . Mae pobl sydd â cheg y groth yn cynnwys merched, dynion traws a phobl a neilltuwyd yn ferched adeg eu genedigaeth.
Celloedd	Cells	Sels	Y blociau adeiladu bach sy'n llunio organau a meinwe ein corff.
Cemotherapi	Chemotherapy	Ci-mo-ther-ypi	Triniaeth canser sy'n defnyddio cyffuriau i ladd celloedd canser.
Dolur Rhydd	Diarrhoea	Dai-yr-îa	Pan fydd eich pŵ yn feddal neu'n ddyfrllyd. Efallai byddwch angen y toiled yn

			amlach neu ar frys. Efallai bydd gennych boen bol hefyd.
Gwellhad	Cured	Ciw-yrd	Pan nad oes unrhyw gelloedd canser ar ôl yn y corff.
Llawfeddygaeth	Surgery	Syr-jy-ri	Cael llawdriniaeth.
Malaen	Malignant	Mal-ig-nynt	Lwmp yn y corff sy'n ganser ac a all ledaenu o amgylch y corff.

Pelfis	Pelvis	Pel-fis	Yr ardal rhwng eich cluniau ac o dan eich botwm bol.
Prostad	Prostate	Pros-têt	Chwarren fach y tu mewn i'r corff. Mae wrth ymyl y bledren. Mae pobl sydd â phrostat yn cynnwys dynion, merched traws a phobl a neilltuwyd yn ddyinion adeg eu genedigaeth.
Sgan	Scan	Sgan	Pan fo meddygon yn cymryd llun o du mewn eich corff.
Sgîl-effeithiau	Side effects	Said eff-ects	Effeithiau digroeso triniaeth canser. Er enghraifft, colli gwallt, teimlo'n sâl neu flinedig. Mae'r rhan fwyaf o sgîl-effeithiau'n mynd ar ôl i'r driniaeth ddod i ben.
System Lymffatig	Lymphatic system	Lim-ffat-ic sus-tym	Rhwydwaith o lestri a chwarennau ledled y corff sy'n helpu i ymladd haint.
Tiwmor	Tumour	Tiw-myr	Grŵp o gelloedd sy'n tyfu mewn ffordd annormal yw tiwmor. Mae'r celloedd annormal yn lluosogi ac yn ffurfio lwmp.
Y Groth	Womb	Ŵm	Organ grwn tu mewn y corff yn ardal rhan isaf y bol. Dyma ble mae babi'n tyfu os ydych yn feichiog. Mae pobl sydd â chroth yn cynnwys merched,

			dynion traws a phobl a neilltuwyd yn ferched adeg eu genedigaeth.
Ymbelydrol	Radioactive	Rei-dio ac-tif	Os yw rhywbeth yn ymbelydrol, mae'n golygu ei fod yn rhyddhau ymbelydredd.
Y Wain	Vagina	Fy-jai-na	Llwybr tu mewn y corff. Mae'r fynedfa i'r wain rhwng y coesau. Ar dop y wain mae <u>ceg y groth</u> , sydd yna'n arwain at y <u>groth</u> . Mae pobl sydd â gwain yn cynnwys merched, dynion traws a phobl a neilltuwyd yn ferched adeg eu genedigaeth.

Mwy o wybodaeth yn Gymraeg

Mae gennym wybodaeth yn Gymraeg am y pynciau hyn:

<p>Mathau o ganser</p> <ul style="list-style-type: none"> • Canser y fron • Canser ceg y groth • Canser y coluddyn mawr • Canser yr ysgyfaint • Canser y brostad <p>Triniaethau</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cemotherapi • Radiotherapi • Llawfeddygaeth 	<p>Ymdopi â chanser</p> <ul style="list-style-type: none"> • Canser a'r coronafeirws • Hawlio budd-daliadau pan mae gennych chi ganser • Problemau bwyta a chanser • Diwedd oes • Bwyta'n iach • Help gyda chostau pan fydd gennych chi ganser • Os cewch ddiagnosis o ganser – Canllaw cyflym • Sgîl-effeithiau triniaeth cancer • Blinder (lludded) a chanser • Yr hyn y gallwch ei wneud i helpu'ch hun
--	---

I weld yr wybodaeth hon, ewch i [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

Cyfeiriadau a diolchiadau

Mae'r wybodaeth hon wedi ei hysgrifennu a'i golygu gan dîm Datblygu Gwybodaeth Canser Cymorth Canser Macmillan. Mae wedi cael ei chyfieithu i'r Gymraeg gan gwmni cyfieithu.

Mae'r wybodaeth yn y daflen ffeithiau hon yn seiliedig ar lyfryn Macmillan **Understanding radiotherapy**. Gallwn anfon copi atoch chi, ond mae'r llyfryn llawn ar gael yn Saesneg yn unig.

Mae'r wybodaeth hon wedi ei hadolygu gan arbenigwyr perthnasol a'i chymeradwyo gan ein Uwch Olygydd Meddygol, David Gilligan, Oncolegydd Ymgynghorol.

Diolch hefyd i'r bobl sydd wedi eu heffeithio gan ganser a adolygodd yr wybodaeth hon.

Mae'n holl wybodaeth yn seiliedig ar y dystiolaeth orau sydd ar gael. Am ragor o wybodaeth am y ffynonellau a ddefnyddiwn, cysylltwch â ni yn **cancerinformationteam@macmillan.org.uk**

MAC12465_Welsh

Adolygwyd y cynnwys: Awst 2022

Adolygiad arfaethedig nesaf: Awst 2025

Rydym yn gwneud pob ymdrech i sicrhau bod yr wybodaeth a ddarparwn yn gywir ac yn gyfredol ond ni ddylid dibynnu arni yn lle cyngor proffesiynol arbenigol sydd wedi'i deilwra i'ch sefyllfa. Cyn belled ag y caniateir gan y gyfraith, nid yw Macmillan yn derbyn atebolrwydd mewn perthynas â defnyddio unrhyw wybodaeth a gynhwysir yn y cyhoeddiad hwn neu wybodaeth trydydd parti neu wefannau sydd wedi'u cynnwys neu y cyfeirir atynt ynddo.

© Cymorth Canser Macmillan 2022, elusen gofrestredig yng Nghymru a Lloegr (261017), Yr Alban (SC039907) ac Ynys Manaw (604). Hefyd yn gweithredu yng Ngogledd Iwerddon. Cwmni cyfyngedig trwy warant, wedi ei gofrestru yng Nghymru a Lloegr rhif cwmni 2400969. Rhif cwmni Ynys Manaw 4694F. Swyddfa gofrestredig: 89 Albert Embankment, Llundain, SE1 7UQ. Rhif TAW: 668265007



Patient Information Forum

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_Welsh

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

