

કેન્સર અને કોરોનાવાયરસ (કોવિડ)

જો તમને કેન્સર હોય તો આ માહિતી કોરોનાવાયરસ (કોવિડ) વિશે છે. એવી વસ્તુઓ છે જે તમે પોતાને અને બીજા લોકોને કોવિડથી બચાવવા માટે કરી શકો છો. આમાં કોવિડ માટેની રસી વિશે પણ માહિતી છે.

જો તમને આ માહિતી સંબંધિત કોઈ પ્રશ્નો હોય, તો જ્યાં તમે સારવાર લઈ રહ્યા હો ત્યાંના ડોક્ટર અથવા નર્સને પૂછી શકો છો.

તમે મેકમિલન કેન્સર સપોર્ટ (Macmillan Cancer Support) ને અઠવાડિયાના સાત દિવસ, સવારે 8 વાગ્યા થી રાત્રે 8 વાગ્યા સુધી ફ્રી ફોન **0808 808 00 00** પર કોલ કરી શકો છો. અમારી પાસે દુભાષિયા છે, તેથી તમે તમારી ભાષામાં અમારી સાથે વાત કરી શકો છો. જ્યારે તમે અમને ફોન કરો, ત્યારે અમને અંગ્રેજીમાં જણાવો કે તમને કઈ ભાષાની જરૂર છે.

અમારી વેબસાઇટ macmillan.org.uk/coronavirus પર અમારી પાસે કોવિડ પર વધુ માહિતી છે અમારી પાસે macmillan.org.uk/translations પર તમારી ભાષામાં કેન્સર વિશે વધુ માહિતી પણ છે

આ માહિતી નીચેની બાબત વિશે છે:

- કોવિડ શું છે?
- મને કેન્સર હોય તો શું?
- મારી કેન્સરની સારવારનું શું થશે?
- કોવિડની રસી શું છે?
- તમારા માટે યોગ્ય સાર-સંભાળ અને સહયોગ મેળવવો
- મેકમિલન (Macmillan) તમને કેવી રીતે મદદ કરી શકે છે
- તમારી ભાષામાં વધુ માહિતી
- સંદર્ભો અને આભાર

કોવિડ શું છે?

કોવિડને કેટલીક વાર કોવિડ-19 અથવા કોરોનાવાયરસ કહેવામાં આવે છે. તે એક વાયરસ છે. આ વાયરસ તમને ખૂબ બીમાર કરી શકે છે. કેટલાક લોકો તેનાથી મૃત્યુ પામે છે.

લોકોને કોવિડ કેવી રીતે થાય છે?

આ વાયરસ એક વ્યક્તિમાંથી બીજી વ્યક્તિને ફેલાય છે. જો તમે વાયરસ લાગેલો હોય તેવી કોઈ વ્યક્તિના સંપર્કમાં આવો, તો તે તમને થઈ શકે છે. તમને તે જેના પર વાયરસ હોય તેવી કોઈ સપાટીને અડકીને પણ થઈ શકે છે.

કોવિડથી હું કેવું અનુભવીશ?

જો તમને કોવિડ હોય, તો તમે બીમાર હોવ તેવું અનુભવી શકો. તમને આ પણ હોઈ શકે:

- એવી ઉધરસ હોય જે બંધ ન થાય
- ઉચ્ચ તાપમાન (37.5° સેન્ટીગ્રેડ [99.5° ફેરનહાઇટ] થી વધુ) સાથે ગરમી લાગવી અથવા ધ્રુજારી થવી
- સરખી રીતે સૂંઘી ન શકવું અથવા સ્વાદ ન લઈ શકવો.

કેટલાક લોકોને આ પણ થઈ શકે છે:

- હાંફ ચઢવો
- અસહ્ય થાક અને ઉર્જાનો અભાવ
- સ્નાયુમાં દુખાવો અને પીડા
- ખાવાની ઈચ્છા ન થવી અથવા ભૂખ ન લાગવી
- અસહ્ય માથાનો દુખાવો અથવા દુખાવો સામાન્ય કરતાં વધુ સમય સુધી ચાલવો
- ગળું સુકાવું, નાક ભરાઈ જવું અથવા વહેતું નાક
- અતિસાર
- બીમાર હોવાની લાગણી અથવા બીમાર પડવું.

જો તમને કેન્સર હોય અને તમને તબિયત ખરાબ હોય તેવું લાગે, તો સલાહ લેવા માટે તરતજ તમારા કેન્સર ડોક્ટર અથવા હોસ્પિટલને ફોન કરો.

જો તમને લાગતું હોય કે તમને કોવિડ હોઈ શકે છે, તો તમારે ઘરે જ રહેવું જોઈએ. આ તમને બીજાઓને કોવિડ ફેલાવતા અટકાવવા માટે છે. જો તમને લાગતું હોય કે તમને કોવિડ હોઈ શકે છે, તો તમારા ડોક્ટરને જણાવો.

જો મને કોવિડ હોય તો મને કેવી રીતે ખબર પડશે?

મોટા ભાગના લોકોને કોવિડ ટેસ્ટ કરાવવાની હવે જરૂર પડતી નથી. આને લેટરલ ફ્લો ટેસ્ટ (LFT) કહેવાય છે. તે કેટલાક લોકો માટે મફત છે. આમાં સામેલ છે, જો:

- તમને એવી સ્વાસ્થ્યની સ્થિતિ હોય જેનો અર્થ છે કે તમે નવી કોવિડ સારવાર મેળવી શકો છો
- તમે સારવાર માટે હોસ્પિટલમાં જઈ રહ્યા છો

તમારી હોસ્પિટલ ટીમ તમારી સાથે આની ચર્ચા કરશે. તમે નીચેનામાં ટેસ્ટ મેળવવા વિશે વધુ વાંચી શકો છો:

- ઇંગ્લેન્ડ – વધુ માહિતી માટે www.gov.uk પર જાઓ
- સ્કોટલેન્ડ – વધુ માહિતી માટે www.gov.scot પર જાઓ
- વેલ્સ – વધુ માહિતી માટે www.gov.wales પર જાઓ
- ઉત્તરી આયર્લેન્ડ – વધુ માહિતી માટે www.publichealth.hscni.net પર જાઓ

મને કેન્સર હોય તો શું?

જો તમને કેન્સર હોય, તો જો તમને કોવિડ હોય તો તમે ખૂબ બીમાર જઈ જવાના વધુ જોખમ પર હોઈ શકો છો.

શરીરનો જે ભાગ વાયરસ અને ચેપ સામે લડે છે તેને રોગ પ્રતિકાર પ્રણાલી કહેવામાં આવે છે. કેટલીક પ્રકારના કેન્સર અને તેમની સારવારો તમારી રોગ પ્રતિકાર પ્રણાલીને નબળી બનાવી શકે છે. આનો અર્થ છે કે તમારું શરીર કોવિડ સામે સારી રીતે લડી શકતું નથી.

જો મને કેન્સર હોય તો હું મારી જાતની રક્ષા કેવી રીતે કરી શકું?

એવી કેટલીક બાબતો છે જે તમે પોતાની રક્ષા કરવા માટે કરી શકો:

- જ્યારે તમને કોવિડ રસીઓ ઓફર કરવામાં આવે ત્યારે તે લઈ લેવી.
- તમે જ્યારે બીજા લોકો સાથે હોવ અથવા તમારા ઘરની બહાર હોવ ત્યારે માસ્ક પહેરો. આનાથી તમારું મોઢું અને નાક ઢંકાવા આવશ્યક છે.
- ખૂબ જ ભીડવાળા સ્થળોએ જવાનું ટાળો.
- લોકોની નજીક ન ઊભા રહો અને 2 મીટર દૂર રહેવાનો પ્રયત્ન કરો.
- તમારા હાથ વારંવાર સાફ કરો.
- જો તમે ઘરની અંદર એવા લોકો સાથે હો જે તમારા ઘરમાં ન રહેતા હોય, તો તાજી હવા માટે દરવાજા અને બારીઓ ખુલ્લા રાખો.

શીલ્ડ રાખવું

રોગચાળાની શરુઆતમાં કેટલાક લોકોને શીલ્ડ પહેરવા કહેવામાં આવ્યું હતું. આનો અર્થ હતો કે આખો સમય ઘરની અંદર રહેવું અને બીજા લોકોથી દૂર રહેવું. એ કેટલાક એવા રોગો ધરાવતા લોકોની રક્ષા કરવા માટે હતું જેઓને કોરોનાવાયરસ થઈ જાય, તો તેઓ અતિશય બીમાર થઈ જાય તેવી શક્યતા હતી.

સરકારની સલાહ એ છે કે લોકોને હવે શીલ્ડ રાખવાની જરૂર નથી. પરંતુ તમારે હજી પણ સચેત રહેવું જોઈએ અને પોતાની રક્ષા કરવી જોઈએ. આમાં રસીઓ લેવી અને તમારા સ્થાનિક વિસ્તાર માટેના કોઈપણ માર્ગદર્શનને ધ્યાનમાં રાખવાનો સમાવેશ થાય છે. નવીનતમ નિયમો તમે ઇન્ટરનેટ પરથી મેળવી શકશો. તમને નિયમો અને સલાહો જુદી-જુદી ભાષાઓ અને ફોર્મેટમાં મળી શકશે.

નીચેના દેશોમાં પોતાને કેવી રીતે સુરક્ષિત રાખવા તે અંગે માર્ગદર્શન માટે સરકારી વેબસાઇટની મુલાકાત લો:

- ઈંગ્લેન્ડ
- સ્કોટલેન્ડ
- વેલ્સ
- ઉત્તરી આયર્લેન્ડ

હું મારી પોતાની સંભાળ કેવી રીતે રાખી શકું?

જો તમને કેન્સર હોય, તો તે તમારા આરોગ્યની સંભાળ રાખો તે ખરેખર મહત્વનું છે. તમારી રોગ પ્રતિકારક પ્રણાલીને મજબૂત કરવાના કેટલાક માર્ગો છે. આ તમને કેન્સરનો વધુ સારું રીતે સામનો કરવામાં મદદરૂપ થઈ શકે છે. આમ કરવું સૌથી સારું રહેશે:

- આરોગ્યપ્રદ ખાવ
- વધુ પ્રમાણમાં પાણી પીઓ અથવા અન્ય પ્રવાહી લો.
- તમારા શરીરને ગતિશીલ રાખો
- પૂરતો આરામ મેળવો
- તમે કેવું અનુભવી રહ્યા છો તેના વિશે બીજા લોકો સાથે વાત કરો.

અમારી પાસે તમારી ભાષામાં આરોગ્યપ્રદ ખાવા વિશે વધુ માહિતી અહીં છે

[macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

મારી કેન્સરની સારવારનું શું થશે?

તમે પરીક્ષણો, સ્કેન અથવા કેન્સરની સારવાર વિશે ચિંતિત હોઈ શકો છો. પરંતુ તમારે આ બધુ તેના આયોજન પ્રમાણે કરાવવું જોઈએ. જો તમે આ બાબતે ચિંતિત હો તો તમે તમારા ડોક્ટર અથવા નર્સ સાથે વાત કરી શકો છો.

તમે હોસ્પિટલ અથવા ક્લિનિકમાં પરીક્ષણો અથવા સારવાર કરાવો તે પહેલાં કોવિડ માટે તમારું પરીક્ષણ કરવામાં આવી શકે છે.

જો તમે કેન્સરની સારવાર મેળવી રહ્યા હો, તો તમને રસી લેવા બાબતે ચિંતા હોઈ શકે. રસીઓ લેવી સુરક્ષિત છે. તમારા ડોક્ટર તમારી સાથે તે લેવાના સૌથી સારા સમય બાબતે વાત કરી શકે છે. જો તમે કેન્સરની કેટલીક સારવારો લઈ રહ્યા હોવ, તો શક્ય છે કે રસીઓ એટલી સારી રીતે કામ ન કરે. તેમ છતાં તે તમને કોવિડથી બચાવવામાં મદદરૂપ થશે.

કોવિડની રસી શું છે?

રસી એવી દવા છે, જે તમને બીમારીઓથી સુરક્ષિત રાખે છે. એ મહત્વનું છે કે તમે કોવિડની રસી મેળવો કારણકે આ તમને તમારી રોગ પ્રતિકારક પ્રણાલીનું રક્ષણ કરવામાં મદદરૂપ થશે. આનો અર્થ છે કે તમે કોવિડના કારણે વધુ બીમાર થાઓ તેની શક્યતા ઓછી છે.

જો તમને કેન્સર હોય, તો તમારે તમને ઓફર કરવામાં આવે ત્યારે રસી મેળવી લેવી જોઈએ. આ એટલા માટે છે કારણ કે જો તમને કોવિડ થાય તો તમે ખૂબ જ અસ્વસ્થ થઈ શકો છો. ડોક્ટરોએ રસીઓનું પરીક્ષણ કરીને સુનિશ્ચિત કર્યું છે કે તે ઉપયોગ માટે સુરક્ષિત છે.

તમારા ડોક્ટર તમને જણાવશે કે તમે ક્યારે રસી લઈ શકો છો. એ મહત્વનું છે કે તમે તમારા ડોક્ટર તમને કહે ત્યારે રસી લઈ લો.

હું મારી રસી કેવી રીતે મેળવીશ?

કોઈ ડોક્ટર અથવા નર્સ તમને તમારા બાહુ પર ઇન્જેક્શન (જેબ) રૂપે રસી આપશે.

હું રસી મેળવી લઉં ત્યાર પછી શું થશે?

તમે રસી લઈ લો ત્યાર પછી પણ તમારે કાળજી રાખવી પડશે. રસી તમને કોવિડ થવાથી બચાવી ન પણ શકે. પરંતુ તેણે તમને ખૂબ જ અસ્વસ્થ થતા અટકાવવા જોઈએ. તમારી રસી મેળવ્યા પછી પણ સુરક્ષિત રહેવા માટે તમારે આ માહિતીમાં જણાવેલા નિયમોનું પાલન કરવાનું રહેશે.

તમારા માટે યોગ્ય સાર-સંભાળ અને સહયોગ મેળવવો

જો તમને કેન્સર હોય અને તમે અંગ્રેજી બોલતા નથી, તો તમને ચિંતા થઇ શકે છે કે આનાથી તમારી કેન્સરની સારવાર અને સાર-સંભાળ પર અસર પડશે. પરંતુ તમારી આરોગ્ય સંભાળ ટીમે તમારી જરૂરિયાતો પૂર્ણ કરતી હોય તેવી સંભાળ, સપોર્ટ અને માહિતી તમને ઓફર કરવી જોઇએ.

અમને ખબર છે કે ક્યારેક લોકોને યોગ્ય સહાયતા મેળવવામાં વધારાનાં પડકારોનો સામનો કરવો પડી શકે છે. ઉદાહરણ તરીકે, જો તમે કામ કરતા હોવ અથવા પરિવાર ધરાવતા હોવ તો હોસ્પિટલની એપોઇન્ટમેન્ટ માં જવા માટે સમય ફાળવવાનું મુશ્કેલ બની શકે છે. તમને નાણા અને પરિવહન ખર્ચાઓ વિશે પણ ચિંતાઓ હોઇ શકે છે. આ બધું તણાવપૂર્ણ હોઇ શકે છે અને નિરાકરણ મેળવવું મુશ્કેલ હોઇ શકે છે.

પરંતુ મદદ ઉપલબ્ધ છે. અમારી મફત સપોર્ટ લાઇન **0808 808 00 00** તમારી પરિસ્થિતિ વિશે તમારી ભાષામાં સલાહ ઓફર કરી શકે છે. તમે નર્સો, નાણાકીય માર્ગદર્શકો, સુખાકારી અધિકારોનાં સલાહકાર અને વર્ક સપોર્ટ સલાહકાર સાથે વાત કરી શકો છો.

અમે કેન્સર ધરાવતા લોકોને મેકમિલન અનુદાન (Macmillan Grants) પણ ઓફર કરીએ છીએ. આ એક વખતની ચૂકવણીઓ છે જેનો ઉપયોગ હોસ્પિટલ પાર્કિંગ, યાત્રા ખર્ચાઓ, બાળસંભાળ અથવા ડીટિંગ બિલો જેવી વસ્તુઓ માટે કરી શકાય છે.

મેકમિલન (Macmillan) તમને કેવી રીતે મદદ કરી શકે છે

મેકમિલન (Macmillan) પર, અમને ખબર છે કે કેન્સર નું નિદાન કેવી રીતે બધી વસ્તુઓને અસર કરી શકે છે, અને અમે તમને સહાય કરવા માટે અહીં છીએ.

મેકમિલન સપોર્ટ લાઇન (Macmillan Support Line)

અમે દુભાષિયા ધરાવીએ છીએ, જેથી તમે અમારી સાથે તમારી ભાષામાં વાત કરી શકો છો. તમે જે ભાષાનો ઉપયોગ કરવા માંગો છો, ફક્ત તે અમને અંગ્રેજીમાં જણાવો. અમે તબીબી પ્રશ્નોમાં મદદ કરી શકીએ છીએ, નાણાકીય સપોર્ટ વિશે તમને માહિતી આપી શકીએ છીએ, અથવા તમને વાત કરવા માટે કોઇની જરૂર હોય તો તે તમને સાંભળવા ત્યાં રહી શકે છે. મફત, ગોપનીય ફોન લાઇન સપ્તાહમાં 7 દિવસ, સવારનાં 8 વાગ્યાથી રાત્રિનાં 8 વાગ્યા સુધી ખુલ્લી છે. અમને **0808 808 00 00** પર કોલ કરો.

વેબ ચેટ

તમે અમને તમે દુભાષિયા ઇચ્છો છો તેવું કહેતો વેબ ચેટ સંદેશ મોકલી શકો છો. તમને જરૂર હોય તે ભાષા અમને અંગ્રેજીમાં કહો, અને તમારો સંપર્ક કરવા અમે કોઇ વ્યક્તિની વ્યવસ્થા કરીશું.

વેબસાઇટ પરનાં પેજ પર દેખાતા 'અમારી સાથે ચેટ કરો' બટન પર ક્લિક કરો. અથવા

macmillan.org.uk/talktous પર જાઓ

મેકમિલન (Macmillan) વેબસાઇટ

અમારી વેબસાઇટ કેન્સર વિશેની ઘણી માહિતી અંગ્રેજીમાં ધરાવે છે. અન્ય ભાષાઓમાં પણ વધુ માહિતી macmillan.org.uk/translations પર રહેલી છે

અમે માત્ર તમારા માટે ભાષાંતરની પણ વ્યવસ્થા કરી શકીએ છીએ. તમને શું જરૂર છે તે અમને કહેવા માટે અમને cancerinformationteam@macmillan.org.uk પર ઇમેઇલ કરો.

માહિતી કેન્દ્રો

અમારા માહિતી અને સહાયતા કેન્દ્રો હોસ્પિટલો, પુસ્તકાલયો અને મોબાઇલ કેન્દ્રોમાં સ્થિત છે. તમને જરૂર હોય તેવી માહિતી મેળવવા તેમાંથી કોઇ એકની મુલાકાત લો અને કોઇ વ્યક્તિ સાથે સુબરૂમાં વાત કરો. તમારું સૌથી નજીકનું કેન્દ્ર macmillan.org.uk/informationcentres પર શોધો અથવા અમને **0808 808 00 00** પર કોલ કરો.

સ્થાનિક સપોર્ટ જૂથો

સપોર્ટ જૂથ પર, તમે કેન્સરથી અસરગ્રસ્ત થયેલ અન્ય વ્યક્તિ સાથે વાત કરી શકો છો. તમારા વિસ્તારમાં સપોર્ટ જૂથો macmillan.org.uk/supportgroups પર શોધો અથવા અમને **0808 808 00 00** પર કોલ કરો.

મેકમિલન ઓનલાઇન સમુદાય (Macmillan Online Community)

તમે કેન્સરથી અસરગ્રસ્ત થયેલા અન્ય લોકો સાથે macmillan.org.uk/community પર પણ વાત કરી શકો છો. તમે તેને દિવસ કે રાત્રિનાં કોઇપણ સમયે એક્સેસ કરી શકો છો. તમે તમારા અનુભવો શેર કરી શકો છો, પ્રશ્નો પૂછી શકો છો, અથવા ફક્ત લોકોની પોસ્ટ વાંચી શકો છો.

તમારી ભાષામાં વધુ માહિતી

આ મુદ્દાઓ વિશે તમારી ભાષા માં અમે માહિતી ધરાવીએ છીએ:

કેન્સરના પ્રકારો	કેન્સરનો સામનો કરવો
<ul style="list-style-type: none">સ્તન કેન્સરસર્વાઇકલ કેન્સરમોટા આંતરડાનું કેન્સરફેફસાંનું કેન્સરપ્રોસ્ટેટ કેન્સર	<ul style="list-style-type: none">જો તમને કેન્સર હોવાનું નિદાન કરવામાં આવ્યું હોય – એક ત્વરિત માર્ગદર્શિકાખોરાક સંબંધી સમસ્યાઓ અને કેન્સરજીવનનો અંતનાણાંકીય સહાય - લાભોનાણાંકીય સહાય - ખર્ચ માટે સહાયઆરોગ્યપ્રદ આહાર લેવોથાક લાગવો (થકાવટ) અને કેન્સરકેન્સરની સારવારની આડ અસરોપોતાની જાતની મદદ કરવા માટે તમે શું કરી શકો છો
સારવારો <ul style="list-style-type: none">ક્રિમોથેરેપીરેડિયોથેરેપીસર્જરી	

આ માહિતી જોવા માટે, macmillan.org.uk/translations પર જાઓ

સંદર્ભો અને આભાર

આ માહિતી મેકમિલન કેન્સર સપોર્ટ (Macmillan Cancer Support) ની કેન્સર માહિતી વિકાસ ટીમ (Cancer Information Development team) દ્વારા લખવામાં અને સંપાદિત કરવામાં આવી છે. એક અનુવાદ કંપની દ્વારા તેનું ભાષાંતર કરવામાં આવ્યું છે.

સમાવેશ કરાયેલ માહિતી મેકમિલન (Macmillan) [કેન્સર અને કોરોનાવાયરસ](https://www.macmillan.org.uk/coronavirus) વિશે [macmillan.org.uk/coronavirus](https://www.macmillan.org.uk/coronavirus) પરની ઓનલાઇન માહિતી પર આધારિત છે.

આ માહિતી ની સમીક્ષા સંબંધિત નિષ્ણાતો દ્વારા કરવામાં આવી છે અને ડૉ. ટિમ આઈવેસન (Dr Tim Iveson), કન્સલ્ટન્ટ મેડિકલ ઓન્કોલોજિસ્ટ અને મેકમિલન (Macmillan) ચીફ મેડિકલ સંપાદક અને રોઝી લોફ્ટસ (Rosie Loftus), મેકમિલન (Macmillan) ચીફ મેડિકલ ઓફિસ દ્વારા મંજૂર કરવામાં આવી છે.

અમારી બધી માહિતી ઉપલબ્ધ શ્રેષ્ઠ પુરાવા પર આધારિત છે. અમારા દ્વારા ઉપયોગ કરતાં સ્ત્રોત વિશે વધુ માહિતી માટે, કૃપા કરીને cancerinformationteam@macmillan.org.uk પર અમારો સંપર્ક કરો

MAC18794_ Gujarati

સામગ્રીની સમીક્ષા કરવામાં આવી: 2022

આગામી આયોજિત સમીક્ષા: 2024

અમે જે માહિતી પૂરી પાડીએ છીએ તે સચોટ અને અદ્યતન છે તેની ખાતરી કરવા માટે અમે તમામ પ્રયાસો કરીએ છીએ પરંતુ તમારી પરિસ્થિતિને અનુરૂપ નિષ્ણાત વ્યાવસાયિક સલાહના વિકલ્પ તરીકે તેના પર આધારિત રહેવું જોઈએ નહીં. અત્યાર સુધી કાયદા દ્વારા પરવાનગી આપવામાં આવી છે, તેમ મેકમિલન આ પ્રકાશનમાં સમાવિષ્ટ કોઈપણ માહિતી અથવા તેમાં સમાવિષ્ટ અથવા તેમાં સંદર્ભિત તૃતીય પક્ષની માહિતી અથવા વેબસાઇટ ના ઉપયોગના સંબંધમાં જવાબદારી સ્વીકારવામાં આવી નથી.

© મેકમિલન કેન્સર સપોર્ટ (Macmillan Cancer Support) 2022, ઇંગ્લેન્ડ અને વેલ્શ (261017), સ્કોટલેન્ડ (SC039907) અને આઇલ ઓફ મેન (604) માં રજિસ્ટર્ડ થયેલી ચેરિટી. ઉત્તરી આયર્લેન્ડમાં પણ કાર્યરત છે. ગેરંટીથી મર્યાદિત કંપની, ઇંગ્લેન્ડ અને વેલ્શમાં રજિસ્ટર થયેલી કંપની નંબર 2400969. આઇલ ઓફ મેન કંપની નંબર 4694F. રજિસ્ટર્ડ ઓફિસ: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ. VAT નં.: 668265007



Cancer and coronavirus (covid)

This information is about coronavirus (covid) if you have cancer. There are things you can do to protect yourself and other people from covid. There is also information about covid vaccines.

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.

We have more information about covid on our website at macmillan.org.uk/coronavirus We also have more cancer information in your language at macmillan.org.uk/translations

This information is about:

- What is covid?
- What if I have cancer?
- What will happen to my cancer treatment?
- What is the covid vaccine?
- Getting the right care and support for you
- How Macmillan can help you
- More information in your language
- References and thanks

What is covid?

Covid is sometimes called COVID-19 or coronavirus. It is a viral infection. This virus can make you very ill. Some people die from it.

How do people get covid?

The virus spreads from person to person. You can get it if you are near someone with the virus. You can also get it by touching a surface that has the virus on it.

How will covid make me feel?

If you have covid, you may feel unwell. You might:

- have a cough that does not stop
- feel hot or shivery with a high temperature (over 37.5°C [99.5°F])
- not be able to smell or taste properly.

Some people may also have:

- shortness of breath
- unexplained tiredness and lack of energy
- muscle aches or pains
- not wanting to eat or not feeling hungry
- a headache that's unusual or longer lasting than usual
- a sore throat, stuffy or runny nose
- diarrhoea
- feeling sick or being sick.

If you have cancer and feel unwell, call your cancer doctor or hospital right away for advice.

If you think you might have covid you must stay at home. This is to stop you spreading covid to others. Tell your doctor if you think you might have covid.

How will I know if I have covid?

Most people no longer need to take a covid test. These are called lateral flow tests (LFTs). They are free for some people. This includes if:

- you have a health condition that means you can have new covid treatments
- you are going into hospital for treatment

Your hospital team will discuss this with you. You can read more about getting tests in:

- [England – visit www.gov.uk to find out more](http://www.gov.uk)
- [Scotland – visit www.gov.scot to find out more](http://www.gov.scot)
- [Wales – visit www.gov.wales to find out more](http://www.gov.wales)
- [Northern Ireland – visit www.publichealth.hscni.net to find out more](http://www.publichealth.hscni.net)

What if I have cancer?

If you have cancer, you may be more at risk of becoming very ill if you have covid.

The parts of the body that fight viruses and infections are called the immune system. Some types of cancer and their treatments can weaken your immune system. This means your body may not fight the covid virus well.

How can I protect myself if I have cancer?

There are things you can do to protect yourself:

- Get covid vaccines when they are offered to you.
- Wear a mask when you are with other people or outside your house. This must cover your mouth and nose.
- Avoid very busy places.
- Do not stand close to people and try to stay 2 metres apart.
- Clean your hands often.
- If you are indoors with people who are not in your household, keep doors and windows open for fresh air.

Shielding

At the start of the pandemic, some people were told to shield. This meant staying indoors at all times and staying away from other people. It was to protect people with certain illnesses who might become very unwell if they had coronavirus.

Government advice is that people no longer need to shield. But you should still be careful and protect yourself. This includes having vaccines and checking any guidance for your local area. You can get the latest rules on the internet. You should be able to get the rules and advice in different languages and formats.

Visit government websites for guidance on how to keep yourself safe in:

- [England](#)
- [Scotland](#)
- [Wales](#)
- [Northern Ireland](#)

How can I take care of myself?

It is really important to look after your health if you have cancer. There are ways to make your immune system stronger. This can help you cope better with cancer treatment. The best things to do are:

- eat healthily
- drink lots of water or other fluids
- keep moving your body
- get enough rest
- talk about how you are feeling to other people.

We have more information about healthy eating in your language at [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

What will happen to my cancer treatment?

You might be worried about having tests, scans or cancer treatment. But you should have these as planned. Talk to your doctor and nurse if you are worried about this.

You may be tested for covid before you have tests or treatment in a hospital or clinic.

You might be worried about getting a vaccine if you are having cancer treatment. It is safe to have the vaccines. Your doctor can talk to you about the best time to have them. The vaccines may not work as well if you are having some cancer treatments. But they will still help to protect you from covid.

What is the covid vaccine?

A vaccine is a medicine that helps to keep you safe from an illness. It is important that you get covid vaccines as these will help your immune system to protect you. This means that you are less likely to get very unwell with covid.

If you have cancer, you should have the vaccine when it is offered. This is because you may become very unwell if you get covid. Doctors have tested the vaccines to make sure they are safe to use.

Your doctor will tell you when you can get your vaccine. It is important to get the vaccine when your doctor tells you.

How will I get my vaccine?

A doctor or nurse will give you the vaccine as an injection (jab) in your arm.

What happens after I get the vaccine?

You will still need to be careful after you have had the vaccine. The vaccine may not stop you having covid. But it should stop you becoming very unwell. You must still follow the rules in this information to stay safe after getting your vaccine.

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](https://www.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](https://www.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

More information in your language

We have information in your language about these topics:

Types of cancer <ul style="list-style-type: none">• Breast cancer• Cervical cancer• Large bowel cancer• Lung cancer• Prostate cancer Treatments <ul style="list-style-type: none">• Chemotherapy• Radiotherapy• Surgery	Coping with cancer <ul style="list-style-type: none">• If you are diagnosed with cancer – a quick guide• Eating problems and cancer• End of life• Financial support – benefits• Financial support – help with costs• Healthy eating• Tiredness (fatigue) and cancer• Side effects of cancer treatment• 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 by a translation company.

The information included is based on Macmillan's online information about [cancer and coronavirus](#) at macmillan.org.uk/coronavirus

This information has been reviewed by relevant experts and approved by Dr Tim Iveson, Consultant Medical Oncologist and Macmillan Chief Medical Editor and Rosie Loftus, Macmillan Chief Medical Officer.

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

MAC18794_Gujarati

Content reviewed: 2022

Next planned review: 2024

We make every effort to ensure that the information we provide is accurate but it should not be relied upon to reflect the current state of medical research, which is constantly changing. If you are concerned about your health, you should consult your doctor. Macmillan cannot accept liability for any loss or damage resulting from any inaccuracy in this information or third-party information, such as information on websites to which we link.

© Macmillan Cancer Support 2022. Registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Registered office 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.