

Рак и коронавирус (COVID)

Этот бюллетень посвящен проблеме коронавируса (COVID) в контексте онкологических заболеваний. Существует ряд мер, с помощью которых вы можете защитить себя и окружающих от коронавируса. Здесь мы также расскажем о вакцинах от коронавируса.

При возникновении каких-либо вопросов в отношении данной информации вы можете обратиться к врачу или медсестре в своей больнице.

Вы также можете позвонить в Службу поддержки Макмиллан Кэнсер Саппорт (Macmillan Cancer Support) по бесплатному номеру **0808 808 00 00** в любой день недели с 8:00 до 20:00. У нас работают устные переводчики, поэтому вы сможете общаться с нами по-русски. Когда будете звонить, сообщите по-английски, на каком языке вы хотели бы поговорить.

Более подробная информация о коронавирусе представлена на нашем веб-сайте macmillan.org.uk/coronavirus Дополнительная информация на тему рака на русском языке размещена на веб-сайте macmillan.org.uk/translations

Темы нашего бюллетеня:

- Что такое коронавирус?
- Что делать, если у меня рак?
- Что будет с моим лечением от рака?
- Что такое вакцина от коронавируса?
- Получение надлежащего ухода и поддержки
- Как вам может помочь служба Макмиллан (Macmillan)
- Дополнительная информация на русском языке
- Литература и благодарность

Что такое коронавирус?

Коронавирус, или COVID-19, — это вирусная инфекция. Она может вызвать тяжелую болезнь, которая в некоторых случаях приводит к летальному исходу.

Как люди заражаются коронавирусом?

Вирус передается от человека к человеку. Заражение может произойти, если вы находитесь рядом с инфицированным человеком. Также можно заразиться, прикоснувшись к поверхности, на которой находится вирус.

Как коронавирус отражается на самочувствии?

Коронавирус может вызывать ухудшение самочувствия. Возможные симптомы:

- непрекращающийся кашель;
- жар или озноб с высокой температурой (выше 37,5°C [99,5°F]);
- нарушение обоняния или вкусовых ощущений.

У некоторых людей также может быть:

- одышка;
- необъяснимая усталость и слабость;
- боли или ломота в мышцах;
- отсутствие аппетита или чувства голода;
- необычная или более продолжительная головная боль, чем обычно;
- боль в горле, заложенность носа или насморк;
- диарея;
- тошнота или рвота.

Если у вас рак и вы плохо себя чувствуете, незамедлительно обратитесь за консультацией к своему онкологу или в больницу.

Если вы думаете, что инфицированы коронавирусом, вы должны оставаться дома. Это необходимо, чтобы не заразить коронавирусом других людей. Если вы подозреваете, что у вас коронавирус, сообщите об этом своему врачу.

Как я узнаю, что у меня коронавирус?

Большинству людей больше не нужно сдавать тест на коронавирус. Они называются экспресс-тестами на антигены (LFT). Для некоторых людей они бесплатны, в частности, если:

- ваше состояние здоровья требует получения новых препаратов от коронавируса;
- вы ложитесь в больницу на лечение.

Сотрудники больницы обсудят это с вами. Подробнее о тестировании:

- [Англия: дополнительная информация размещена на сайте www.gov.uk](http://www.gov.uk)
- [Шотландия: дополнительная информация размещена на сайте www.gov.scot](http://www.gov.scot)
- [Уэльс: дополнительная информация размещена на сайте www.gov.wales](http://www.gov.wales)
- [Северная Ирландия: дополнительная информация размещена на сайте www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net)

Что делать, если у меня рак?

Если у вас рак, при коронавирусе может возрасти риск серьезного ухудшения самочувствия.

Система организма, которая противостоит вирусам и инфекциям, называется иммунной системой. Некоторые виды рака и способы их лечения могут ослабить вашу иммунную систему. Это означает, что ваш организм, возможно, не сможет бороться с коронавирусом.

Как мне защитить себя, если у меня рак?

Вы можете предпринять ряд мер, чтобы защитить себя:

- Делайте прививки от коронавируса, когда вам их предлагают.
- В присутствии других людей и находясь вне дома, носите маску. Она должна прикрывать рот и нос.
- Избегайте слишком людных мест.
- В присутствии других людей соблюдайте дистанцию, желательно 2 метра.
- Часто мойте руки.
- Если вы находитесь в помещении с людьми, которые не проживают с вами, держите двери и окна открытыми, чтобы обеспечить приток свежего воздуха.

Самоизоляция

В начале пандемии некоторым людям была рекомендована самоизоляция. Это означало, что они должны были оставаться дома и не контактировать с окружающими. Такая мера должна была защитить людей с определенными заболеваниями, самочувствие которых в случае инфицирования коронавирусом могло бы серьезно ухудшиться.

Согласно рекомендациям правительства, людям больше не нужно самоизолироваться. Но вы все равно должны быть осторожны и защищать себя. К таким мерам относятся вакцинация и выполнение рекомендаций, разработанных для вашего региона. Актуальные правила можно найти в Интернете. Вам должна быть предоставлена возможность получать правила и рекомендации на разных языках и в разных форматах.

Посетите правительственные веб-сайты, чтобы узнать, как обеспечить свою безопасность в:

- [Англии](#)
- [Шотландии](#)
- [Уэльсе](#)
- [Северной Ирландии](#)

Как мне о себе позаботиться?

Если у вас рак, крайне важно следить за своим здоровьем. Существуют способы укрепить свою иммунную систему. Это может помочь вам лучше справляться с лечением рака. Лучшее, что вы можете сделать:

- питайтесь правильно;
- пейте много воды или других напитков;
- много двигайтесь;
- хорошо отдыхайте;
- говорите о своих чувствах с другими людьми.

Дополнительная информация на русском языке на тему здорового питания размещена на сайте macmillan.org.uk/translations.

Что будет с моим лечением от рака?

Вы можете переживать из-за анализов, снимков или лечения рака, но вы должны следовать всем назначениям согласно плану. Об этом можно поговорить с врачом и медсестрой.

Вы можете пройти тест на коронавирус перед обследованием или лечением в больнице или клинике.

Если вы проходите лечение от рака, вакцинация может вызывать у вас беспокойство. Вакцины безопасны. Ваш врач расскажет о том, когда лучше всего сделать прививку. Если вы проходите лечение от рака, вакцины могут быть менее эффективными. Тем не менее, они помогут защитить вас от коронавируса.

Что такое вакцина от коронавируса?

Вакцина — это препарат, который помогает уберечься от той или иной болезни. Важно сделать прививки от коронавируса, поскольку они помогут вашей иммунной системе защитить вас. Это снижает вероятность серьезного ухудшения самочувствия в случае инфицирования коронавирусом.

Если у вас рак, вам следует сделать прививку, когда вам ее предлагают, потому что в случае заражения коронавирусом вам может стать очень плохо. Безопасность вакцин проверена врачами.

Ваш врач сообщит, когда вы сможете получить вакцину. Важно сделать прививку именно тогда, когда вам скажет врач.

Как я получу вакцину?

Врач или медсестра введут вам вакцину в виде инъекции (укола) в плечо.

Что происходит после вакцинации?

После вакцинации следует по-прежнему соблюдать осторожность. Вакцина может не предотвратить заболевание коронавирусом, но поможет вам легче перенести болезнь. После вакцинации вы по-прежнему должны соблюдать описанные здесь правила, чтобы беречь свое здоровье.

Получение надлежащего ухода и поддержки

Если вы не говорите по-английски, вы можете беспокоиться, что это повлияет на ваше лечение от рака и уход. Но ваша медицинская группа предложит вам уход, поддержку и информацию, отвечающие вашим потребностям.

Мы знаем, что иногда люди могут столкнуться с дополнительными трудностями при получении необходимой поддержки. Например, если вы работаете или у вас есть семья, найти время для посещения приемов в больнице может оказаться трудно. Вы также можете беспокоиться о деньгах и транспортных расходах. Все это может быть стрессом, с которым трудно справиться.

Но помощь можно получить. На нашей бесплатной линии поддержки **0808 808 00 00** можно получить консультацию на вашем языке о вашей ситуации. Вы можете обратиться к медсестрам, финансовым консультантам, консультантам по социальным правам и консультантам по трудовой поддержке.

Мы также предоставляем гранты службы Макмиллан (Macmillan) для людей с онкологическими заболеваниями. Это единовременные выплаты, которые можно использовать для оплаты парковки в больнице, транспортных расходов, ухода за детьми или счетов за отопление.

Как вам может помочь служба Макмиллан (Macmillan)

В службе Макмиллан (Macmillan) мы знаем, как диагноз рака может повлиять на все, и мы готовы оказать вам поддержку.

Служба поддержки Макмиллан (Macmillan)

У нас работают устные переводчики, поэтому вы сможете общаться с нами по-русски. Просто сообщите нам по-английски, на каком языке вы хотели бы поговорить. Мы можем помочь с медицинскими вопросами, предоставить вам информацию о финансовой поддержке или выслушать, если вам нужно с кем-то поговорить. Бесплатная конфиденциальная телефонная служба работает 7 дней в неделю с 8:00 до 20:00. Позвоните нам по номеру **0808 808 00 00**.

Веб-чат

Вы можете отправить нам сообщение в веб-чате о том, что вам нужен переводчик. Сообщите на английском языке, какой язык вам нужен, и мы предоставим вам переводчика. Щелкните кнопку «Пообщаться с нами», которая появляется на страницах всего сайта. Или посетите веб-страницу macmillan.org.uk/talktous

Сайт Макмиллан (Macmillan)

На нашем сайте есть много информации про рак на английском языке. Материалы на разных языках также можно найти на веб-странице macmillan.org.uk/translations

Мы также можем предоставить вам перевод. Напишите нам по адресу cancerinformationteam@macmillan.org.uk и сообщите, что вам нужно.

Информационные центры

Наши центры информации и поддержки расположены в больницах, библиотеках и мобильных центрах. Посетите их для получения необходимой информации и личного разговора. Чтобы найти ближайший к вам информационный центр, посетите нашу веб-страницу macmillan.org.uk/informationcentres или позвоните нам по телефону **0808 808 00 00**.

Местные группы поддержки

В группе поддержки можно пообщаться с другими людьми, которые столкнулись с раком. Узнайте о группах поддержки в вашем регионе на веб-сайте macmillan.org.uk/supportgroups или позвоните нам по телефону **0808 808 00 00**.

Онлайн-сообщество Макмиллан (Macmillan)

. В любое время суток вы можете пообщаться с людьми, которые столкнулись с раком, на странице macmillan.org.uk/community. Вы можете делиться своим опытом, задавать вопросы или просто читать чужие сообщения.

Дополнительная информация на русском языке

У нас имеется информация на русском языке по следующим темам:

<p>Виды онкологических заболеваний</p> <ul style="list-style-type: none">• Рак молочной железы• Рак шейки матки• Рак толстого кишечника• Рак легких• Рак предстательной железы <p>Способы лечения</p> <ul style="list-style-type: none">• Химиотерапия• Лучевая терапия• Хирургическая операция	<p>Как справиться с раком</p> <ul style="list-style-type: none">• Если вам диагностировали рак: краткое руководство• Проблемы с приемом пищи и рак• Конец жизни• Финансовая поддержка — пособия• Финансовая поддержка — помощь в расходах• Здоровое питание• Усталость (хроническая усталость) и рак• Побочные эффекты лечения рака• Как вы можете помочь себе
---	---

Данная информация размещена на странице [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations).

Литература и благодарность

Данный бюллетень составлен и отредактирован информационной рабочей группой Макмиллан Кэнсер Саппорт (Macmillan Cancer Support). Он переведен переводческой компанией.

Содержащаяся здесь информация основана на онлайн-материалах Макмиллан (Macmillan) на тему [рака и коронавируса](https://www.macmillan.org.uk/coronavirus), размещенных на веб-сайте [macmillan.org.uk/coronavirus](https://www.macmillan.org.uk/coronavirus).

Данная информация проверена соответствующими специалистами и утверждена главным медицинским редактором Макмиллан (Macmillan), онкологом-консультантом доктором Тимом Айвсоном и главным врачом Макмиллан (Macmillan) Роузи Лофтас.

Вся представленная информация основана на наиболее актуальных имеющихся данных. Более подробную информацию об используемых нами источниках можно получить, обратившись по адресу cancerinformationteam@macmillan.org.uk.

MAC18794_ Russian

Последняя редакция: 2022 г.

Следующее обновление запланировано на 2024 г.

Мы прилагаем максимум усилий, чтобы предоставлять вам точную информацию, однако она не может заменить профессиональную консультацию специалиста с учетом особенностей вашей ситуации. Макмиллан (Macmillan) в максимально разрешенной законодательством степени не несет ответственности в связи с использованием какой бы то ни было информации, содержащейся в данном бюллетене, а также сторонней информации или сайтов, включенных или упоминающихся в нем.

© Макмиллан Кэнсер Саппорт (Macmillan Cancer Support) 2022 — благотворительная организация, зарегистрированная в Англии и Уэльсе (261017), Шотландии (SC039907) и на острове Мэн (604). Организация также работает в Северной Ирландии. Компания с ограниченной ответственностью, зарегистрированная в Англии и Уэльсе под номером 2400969. Номер компании на острове Мэн 4694F. Юридический адрес: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ. № плательщика НДС: 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_Russian

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.