

Kanser tanısı aldıysanız

Bu broşürdeki bilgiler, kanser olduğunuzu öğrendiğinizde neler beklemeniz gerektiğini, nereden yardım ve destek alabileceğinizi açıklar.

Tanı, bir hastalığınız olup olmadığının anlaşılmasıdır. Kanser tanısı almak sizin için büyük bir şok olabilir. Birçok farklı duyguyu yaşayabilirsiniz. Pek çok kişi başarılı bir şekilde tedavi edilmekte veya kanserle yıllarca yaşayabilmektedir. Size destek olabilecek birçok kişi ve hizmet mevcuttur.

Bu bilgilerle ilgili herhangi bir sorunuz varsa tedavi gördüğünüz hastanedeki doktorunuza veya hemşirenize danışabilirsiniz.

Ayrıca haftanın 7 günü sabah 8'den akşam 8'e kadar **0808 808 00 00** numaralı telefon hattından Macmillan Cancer Support'u arayabilirsiniz. Tercümanlarımız bulunmaktadır, böylece bizimle kendi dilinizde konuşabilirsiniz. Bizi aradığınızda lütfen hangi dilde konuşmak istediğinizi İngilizce olarak belirtin.

macmillan.org.uk/translations adresinde kanserle ilgili diğer dillerde bilgiler bulunmaktadır.

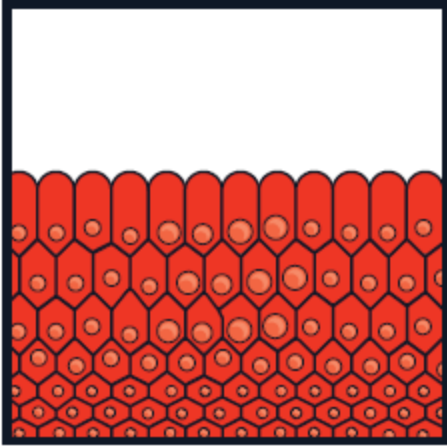
Bu broşürdeki bilgiler şunlar hakkındadır:

- Kanser nedir?
- Tanıdan sonra ne olur?
- LGBTQ+ bireyseniz
- Karşılaşmış olabileceğiniz sağlık ve sosyal bakım uzmanları
- Tedavi nasıl planlanır?
- Temel kanser tedavileri
- Sağlık ekibinizle konuşmak
- Kanserle başa çıkmak
- Sizin için doğru bakım ve desteği almak
- Macmillan size nasıl yardımcı olabilir?
- Kendi dilinizde daha fazla bilgi
- Referanslar ve teşekkür

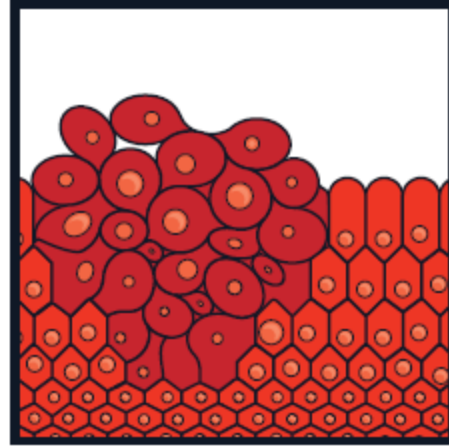
Kanser nedir?

Kanser, vücudumuzdaki hücrelerde başlar. Hücreler, vücuttaki organları ve dokuları oluşturan çok küçük yapı bloklarıdır. Hücreler, ne zaman büyümeleri ve yeni hücreler oluşturmak için ne zaman bölünmeleri gerektiği konusunda vücuttan sinyaller alır. Vücudumuz bu şekilde büyür ve kendisini onarır. Hücreler yaşlanabilir, hasar görebilir veya artık kendilerine ihtiyaç duyulmaz. Böyle bir durum olduğunda hücreler çalışmayı durdurmak ve ölmek üzere vücuttan sinyal alır.

Bazen bu sinyallerde hata oluşabilir ve hücre anormal hâle gelir. Anormal hücre bölünmeye devam edebilir ve daha fazla anormal hücre üretebilir. Bu hücreler, tümör adı verilen bir kitle oluşturur.



Normal hücreler



Tümör oluşturan hücreler

Tüm tümörler kanser değildir. Kanser olmayan tümör (iyi huylu tümör) büyüyebilir, fakat vücutta başka bir yere yayılamaz. Genellikle sadece büyümeleri yakındaki organlara baskı yapmaları durumunda sorunlara yol açarlar.

Kanser olan tümörlere kötü huylu tümör adı verilir. Bu tümörler, yakınındaki dokulara sıçrayabilir. Kanser hücreleri tümörden ayrılırsa kan veya lenfatik sistem aracılığıyla vücudun diğer kısımlarına yayılabilir. Lenfatik sistem, vücut boyunca yayılan tüp ve bezlerden oluşan bir ağıdır.

Yayılan ve vücudun başka bir yerinde tümöre dönüşen kanser hücreleri, ikincil kanser veya metastaz olarak adlandırılır. Bazı kanser türleri kan hücrelerinden başlar. Anormal hücre büyümeleri kanda ve bazen de kemik iliğinde oluşur. Kemik iliği kan hücrelerinin üretildiği yerdir. Bu tür kanserlere bazen kan kanseri adı verilir.

Tanıdan sonra ne olur?

Kanser tanısı konulduktan sonra, bir kanser doktoruyla veya hemşiresiyle görüşerek tedavi planınız hakkında konuşursunuz. Almak istediğiniz tedavi hakkında karar vermenize yardımcı olmak için size bilgi vereceklerdir. Bilgiler size anlayabileceğiniz bir dilde ve biçimde verilmelidir.

Doktor veya hemşire tedavinizin ne zaman başlayabileceğini de açıklayacaktır. İhtiyaç duyabileceğiniz herhangi bir destek hakkında da sizinle konuşabilirler. Kanser hakkında daha fazla bilgi edinmek için size daha fazla test veya tarama yapılması gerekebilir.

LGBTQ+ bireyseniz

LGBTQ+ lezbiyen, gey, biseksüel, transseksüel ve queer kelimelerinin baş harflerinden oluşan bir kısaltmadır. Aynı zamanda diğer romantik ve cinsel yönelimleri ve toplumsal cinsiyet kimliklerini de kapsamaktadır.

LGBTQ+ bireyseniz bunu doktorunuzla veya hemşirenizle paylaşmak zorunda değilsiniz. Ancak bu sizin önemli bir parçanız olabilir. Aynı zamanda kanser ekibinizin size ve yakınlarınıza doğru bilgi ve desteği vermesine yardımcı olabilir.

Sizin için önemli olan her şeyi kanser ekibinizle paylaşabilirsiniz. Endişelendiğiniz bir konu varsa bunu ekibinize bildirin. Size yardımcı olabilirler.

Ekibiniz sizinle ilgili tüm bilgileri gizlilikle ele almalıdır. Yalnızca alacağınız bakımla ilgili olarak gerekli olan durumlarda bu bilgileri diğer sağlık çalışanlarıyla paylaşabilirler. İzniniz olmadan cinsel yöneliminizi veya transseksüel (trans) statünüzü paylaşmamalıdır.

LGBTQ+ olmak ve kanser hakkında daha fazla bilgi için lütfen [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations) adresinde kendi dilinizde "LGBTQ+ bireyler ve kanser" bilgi formumuza bakın.

Karşılaşmış olabileceğiniz sağlık ve sosyal bakım uzmanları

Kanser olduğunuzda farklı birçok sağlık ve sosyal bakım uzmanıyla karşılaşabilirsiniz.

Esas irtibat kişisi

Sağlık ekibinizden birisi esas iletişim kuracağınız kişi olmalıdır. Bu kişi sizden sorumlu çalışan olabilir ve genellikle uzman hemşiredir. Size bu kişinin adı ve iletişim bilgileri verilecektir. Sorularınız varsa veya bir görüş almak istiyorsanız size yardımcı olabilir.

Yerel bölgenizde

Evde olduğunuz zamanlarda bakımınıza yardımcı olabilecek profesyoneller mevcuttur. Hastane ekibinizle iletişimde olacaksınız. Bunlar arasında şu gruplar bulunur:

- **Aile hekimi (GP):** Aile hekimi genel sağlık sorunlarını tedavi eden bir doktordur. Aile hekimleri genellikle yerel bir merkezde çalışır. İngilizcede bu tür merkezlerin farklı isimleri olabilir. Bu merkezlere "GP practice" (Aile hekimliği kliniği), "GP surgery" (Aile hekimliği muayenehanesi) veya "medical centre" (sağlık merkezi) denebilir. Belirtelerinizi ve yaşadığınız yan etkileri yönetmenize yardımcı olabilir ve gerektiğinde bir uzman görmeniz için randevu ayarlayabilirler. Evde size yardımcı olmak için gerekli hizmetleri ayarlayabilir ve vermeniz gereken herhangi bir tedavi kararını sizinle birlikte değerlendirebilirler.
- **Topluluk ve bölge hemşireleri:** Bu hemşireler sizi evde ziyaret edebilir. Size ve bakımınızı üstlenen herhangi birine bakım ve destek sağlayabilir. Aile hekiminiz sizin için bu hemşirelerle iletişime geçecektir.
- **Pratisyen hemşire:** Bazı aile hekimlerinin yanında kendileriyle birlikte çalışan hemşireler bulunmaktadır. Pratisyen hemşireler size açıklamalarda bulunabilir ve test için kan almak veya yaralara pansuman yapmak gibi işlemler yapabilir.

Hastane ekibi

Hastanede bulunan çok disiplinli ekip (ÇDE) tedavinizi ve bakımınızı yönetecektir. Bu, sağlık ve sosyal hizmet uzmanlarından oluşan bir gruptur. Bu grup aşağıdaki uzmanlardan bazılarını veya tümünü içerebilir:

- **Cerrah:** Ameliyatı yapan doktor.
- **Onkolog:** Kanseri hastalığını tedavi eden doktor.
- **Hematolog:** Kanla ilgili hastalıkları tedavi eden doktor.
- **Radyolog:** Röntgen ve taramaları değerlendiren uzman bir doktor.
- **Klinik uzman hemşire (CNS):** Tedavi esnasında bilgi ve destek veren hemşire.
- **Palyatif bakım doktoru:** Semptomların kontrol edilmesine ve yaşamın sonu bakımının verilmesine yardımcı olan doktor.

Kanserinizin türüne bağlı olarak ekibinizde başka kişiler de olabilir.

Sosyal hizmetler ve gönüllü kuruluşlar

Evde yıkanma, giyinme, temizlik veya alışveriş gibi konularda yardıma ihtiyacınız olursa aile hekiminizle veya sizden sorumlu çalışanla konuşun. Sizi bir sosyal hizmet uzmanına yönlendirebilirler. Sosyal hizmet uzmanı, pratik veya maddi konularda yardımcı olabilir. Bölgenizde size yardımcı olabilecek başka kuruluşlar da olabilir.

Tedavi nasıl planlanır?

Çok disiplinli ekibiniz (ÇDE) size en uygun olduğunu düşündükleri tedavi seçeneklerini değerlendirir. Şu hususları göz önüne alırlar:

- Kanserin türü
- Kanserin büyüklüğü ve yayılıp yayılmadığı
- Genel sağlık durumunuz
- Varsa tedavi kılavuzları
- Tercihleriniz ve sizin için önemli konular

Bunun ardından genellikle tedavi seçenekleriniz hakkında konuşmak için kanser doktorunuzla ve hemşirenizle görüşürsünüz. İziniz veya onayınız olmadan hiçbir tıbbi tedavi uygulanamaz. Başka bir dil konuşuyorsanız şunları teklif etmeliler:

- **Profesyonel bir tercüman:** Tercümanlar, doktorunuzun size söylediği ve sizin de ona söylemek istediğiniz her şeyi tercüme eder. Tercüman istiyorsanız mümkün olan en kısa sürede aile hekimi kliniğinize veya hastanenize bildirin. NHS, aile üyeleriniz veya arkadaşlarınız yerine her zaman profesyonel tercümanlar kullanılmalıdır. Bu sayede yakınlarınız sizi kararlarınızda desteklemek için yanınızda olmaya odaklanabilir. Bu aynı zamanda önemli bilgilerin yanlış aktarılma riskini de azaltır.
- **Tercüme edilmiş sağlık bilgileri:** Sağlık ekibiniz, sağlık ve bakım hizmetleri hakkında size anladığınız bir dilde ve biçimde yazılı bilgi vermelidir.

NHS, bu hizmetleri ücretsiz sunar.

Sormak istediğiniz soruların bir listesini randevunuza götürebilirsiniz. Faydalı buluyorsanız yanıtları yazabilirsiniz. Böylelikle aklınızda tutmanıza gerek kalmaz.

Tedavi konusunda kararlar vermek

Ekibiniz, tedavi planınız hakkında karar vermenize yardımcı olmak için size bilgi ve destek verecektir. Karar vermeden önce birden fazla görüşmeye ihtiyaç duyabilirsiniz. Kanser tedavileri karmaşık olabilir ve endişeli olduğunuzda yeni bilgileri anlamak zordur. Anlayamadığınız bir konu olursa doktorunuzdan veya hemşirenizden bunu tekrar açıklamasını isteyin.

Birden fazla muhtemel tedavi seçeneği olabilir. Doktorunuz size bir seçim sunabilir. Sizin için neyin doğru olduğuna karar vermeden önce aşağıdaki unsurları anlamak önemlidir:

- Her tedavinin içerdikleri
- Olası yan etkiler
- Her tedavinin avantajları ve dezavantajları

Bunları düşünmek çok fazla gelebilir. Genellikle bazı şeyleri düşünmek için biraz vakit isteyebilirsiniz. Acil tedavi edilmesi gereken bir kanserinizi varsa bu mümkün olmayabilir.

Temel kanser tedavileri

Tedavinin amacı, kanseri tedavi etmek, kontrol altına almak veya belirtilerini hafifletmek olabilir.

Tedavinizin türü, kanser türüne ve durumunuza bağlı olacaktır. Birden fazla tedavi görebilirsiniz. Kanser tedavileri arasında şunlar yer alabilir:

- **Ameliyat:** Kanser kitlesi ameliyatla alınır.
- **Radyoterapi:** Kanser hücrelerini yok etmek için vücudun belirli bir bölgesine yüksek enerjili röntgen ışınları verilir.
- **Kanser ilaçları:** Vücuttaki kanser hücrelerini yok etmek için farklı ilaç türleri kullanılır. Bunlar kemoterapi, hedefe yönelik tedavi veya immünoterapi adı verilen ilaçları içerebilir.
- **Hormon tedavileri:** Bu ilaçlar vücuttaki hormonların faaliyetini değiştirir. Bu da kanserin büyümesini yavaşlatabilir veya durdurabilir.

Klinik çalışmalar

Klinik çalışmalar, insanların dâhil olduğu tıbbi araştırma çabalarından biridir. Bu çalışmalar, hangi tedavilerin en güvenli ve etkili olduğunu gösterir. Bir çalışma, yeni bir ilacın test edilmesini veya bir tedaviyi uygulamanın yeni bir yöntemini test etmeyi içerebilir.

Katılabileceğiniz herhangi bir klinik çalışma mevcutsa doktorunuz size bu çalışma hakkında bilgi verecektir. Bir çalışmaya katılmamayı tercih edebilirsiniz. Size durumunuza uygun standart tedavi ve bakım sunulmaya devam edilecektir.

Yan etkiler

Kanser tedavileri yan etkilere neden olabilir. Örneğin bazı tedaviler saç dökülmesine, mide bulantısına veya hâlsizliğe sebep olabilir. Yan etkiler genellikle azaltılabilir ve kontrol altında tutulabilir. Kanser ekibiniz size bu konuda tavsiyede bulunacaktır. Çoğu yan etki tedavi bittikten sonra iyileşir.

Sağlık ekibinizle konuşmak

Tedavinize dair birçok sorunuz olabilir. Kanser doktorunuzla, hemşirenizle veya sağlık ekibinizden başka biriyle konuşmak, neler olduğunu ve nedenini anlamanıza yardımcı olabilir. Sağlık ekibiniz, sizinle ilgilenen tüm doktorları, hemşireleri ve diğer sağlık çalışanlarını içerir. Bu kişilerin görevi, size ihtiyacınız olan bakımı ve desteği bulmanıza destek olmaktır.

Randevular ve ekibinizle konuşma fırsatınız kısa olabilir. Zamanınızı en iyi şekilde değerlendirebilmeniz için hazırlıklı olmanız faydalı olur. Randevunuzdan önce sorularınızı yazmayı faydalı bulabilirsiniz.

Sorulması zor veya utanç verici gelen sorularınız olabilir. Sağlık çalışanlarının her türlü soruya alışkın olduklarını ve yardımcı olmaktan mutluluk duyacaklarını unutmayın.

Randevularınıza yanınızda aile üyelerinizden birini, bir arkadaşınızı veya bakıcınızı getirmeyi faydalı bulabilirsiniz. Bu kişiler not alabilir ve söylenenleri hatırlamanıza yardımcı olabilirler.

Sağlık ekibinizin tedaviye ilişkin görüşlerinizi anlamasını sağlamakta zorlanıyorsanız başka bir kişi sizin adınıza konuşabilir. Sizin adınıza konuşan kişiye destekçi denir.

Bir arkadaşınızın veya aile üyenizin bu şekilde yardımcı olmasını tercih edebilirsiniz. Birleşik Krallık'ta nerede yaşadığınıza bağlı olarak farklı kuruluşlar destekçilik konusunda yardım ve tavsiye verebilir.

Destekçiler NHS ile ilişkili değildir. Size şu konularda yardımcı olabilirler:

- Tedaviniz konusunda hissettikleriniz hakkında konuşmak ve karar vermek
- Tedavi hakkındaki görüşlerinizin ve isteklerinizin ekibiniz tarafından anlaşılmasını sağlamak

Aşağıdaki kuruluşlar sağlık hizmetleri hakkında bilgi ve destek sunabilir.

Bölgemizdeki destekçilik hizmetleri hakkında güncel bilgilere sahip olabilirler:

- The Patients Association. www.patients-association.org.uk adresini ziyaret edebilir veya 0800 345 7115 numaralı telefonda ücretsiz hatlarını arayabilirsiniz.
- İngiltere'de veya Galler'de Patient Advice and Liaison Service (PALS). <http://www.nhs.uk/service-search/other-health-services/patient-advice-and-liaison-services-pals> adresini ziyaret edebilir veya kanser ekibinize veya aile hekiminize sorarak ya da NHS 111'i arayarak bir PALS ofisi bulabilirsiniz.
- İskoçya'da Patient Advice and Support Service. www.pass-scotland.org.uk adresini ziyaret edebilir veya yerel Vatandaş Danışma Bürosunu ziyaret ederek ya da 0800 917 2127 numaralı telefonu arayarak ulaşabilirsiniz.
- Kuzey İrlanda'da Patient and Client Council. www.pcc-ni.net adresini ziyaret edebilir, yerel ofislerini ziyaret edebilir veya 0800 917 0222 numaralı telefonda ücretsiz hatlarını arayabilirsiniz.

Sağlık ekibinize soracağınız sorular

Aşağıda sağlık ekibinize sormak isteyebileceğiniz bazı sorular yer almaktadır.

- Aldığım tanı ne anlama geliyor?
- Kanseri ne kadar ilerlemiş?
- Tedavim neleri içerecek?
- Her bir tedavinin faydaları, riskleri ve yan etkileri nelerdir?
- Tedavi günlük yaşamımı nasıl etkileyecek?
- Tedavinin hedefi nedir?
- Hissettiklerim hakkında kiminle konuşabilirim?
- Aklıma daha sonra gelen soruları kime sorabilirim?
- Kültürel, dinî veya maneviyatla ilgili bir isteğim var. Bunu ekibimle nasıl paylaşabilirim?

Kanserle başa çıkmak

Duygularınız

Kanser olduğunuz söylendiğinde çok farklı duygulara ve endişelere sahip olmak yaygındır. Bunlarla başa çıkmak zor olabilir. Hisler söz konusu olduğunda doğru veya yanlış diye bir şey yoktur. Nasıl hissettiğinizi anlatmak genellikle faydalı olur.

Nereden destek alabilirsiniz?

- **Macmillan** – Size yardımcı olabileceğimiz her konu için aşağıdaki **Macmillan size nasıl yardımcı olabilir?** bölümüne göz atın.
- **Danışmanlar** – Bir danışman, kendinizi güvende hissedebileceğiniz bir yerde duygularınız hakkında ve bunlarla başa çıkabileceğiniz yöntemleri bulma konusunda konuşarak size yardımcı olabilir. Danışmanlık almak istiyorsanız kanser doktorunuza veya aile hekiminize bunu belirtin.
- **Destek grupları** – Kanserli diğer kişilerle konuşmak yardımcı olabilir. Doktorunuza veya hemşirenize bölgenizdeki grupları sorun veya şu adresi ziyaret edin: macmillan.org.uk/supportgroups

Para, çalışma ve seyahat

Kanser, işinizi veya maddi durumunuzu etkilediyse Macmillan'ın size yardımcı olabileceği birçok yöntem bulunmaktadır. Bu sorunların herhangi biri hakkında konuşmak için **0808 808 00 00** numaralı telefonda bizi arayın.

- Hak kazanabileceğiniz yardımları size anlatabiliriz ve bunlara başvurmanıza yardımcı olabiliriz. Yardım aldığınızda devlet, masrafları karşılamaya yönelik ödeme yapar.
- Konut kredileri, emekli aylıkları, sigortalar, kredi temini ve tasarruflar hakkındaki sorularınızda size yardımcı olabiliriz.
- Kanser nedeniyle ekstra masraflarla başa çıkmanıza yardımcı olmak için yardım ödemeleri de sunuyoruz.
- Kanser hastalığınız işinizi etkilediyse size bilgi ve öneriler sunabiliriz.
- Kanseriniz varsa seyahat konusunda bilgi verebiliriz.

Fiziksel deęişiklikler

Bazen kanser veya kanser tedavileri, vücudunuzun görüntüsünü veya işleyişini etkileyebilir. Doktorunuz veya hemşireniz size bu konuda ve yardım edilebilecek hususlarda tavsiye verebilir. Biz de size bilgi verebiliriz. **0808 808 00 00** numaralı telefonda bizi arayın.

Tamamlayıcı terapiler

Bunlar, meditasyon veya rahatlama gibi daha iyi hissetmenize yardımcı olabilecek diğer terapilerdir. Bu terapiler kanseri tedavi etmez. Uygulamak istediğiniz diğer terapileri her zaman doktorunuza söylemelisiniz.

Din ve maneviyat

Pek çok insan hastalık sırasında inançlarının kendilerine duygusal destek ve güç sağladığını hisseder. Kanser tanısı sonrasında bazı kişiler dinî inançların ve manevi duyguların daha fazla farkına varır. Bazı insanlar ise inançlarını sorgulayabilir.

Düşünceleriniz ve duygularınız hakkında güvendiğiniz biriyle konuşmak yardımcı olabilir. Dindar değilseniz bile bir din görevlisiyle veya dinî liderle konuşabilirsiniz. Bu kişiler genellikle iyi dinleyicilerdir. Duygularınızı ve düşüncelerinizi anlamlandırmanıza yardımcı olabilirler. Belirsizlikle başa çıkmaya ve çalkantıda olan insanlarla ilgilenmeye alıştırlar. Aile hekiminiz, uzman hemşireniz veya kanser doktorunuz da konuşabileceğiniz dindar olmayan bir danışman veya din görevlisi bulmanıza yardımcı olabilir.

Aile, arkadaşlar ve bakıcılar için destek

Size yakın kişiler de bilgiye ve desteğe ihtiyaç duyarlar. Kanser destek uzmanlarımız, akrabalarınız ve arkadaşlarınız da dâhil olmak üzere kanserden etkilenen herkese yardıma hazırdır. **0808 808 00 00 numaralı** telefonda bizi arayabilirler.

Bakıcı, yardım olmaksızın idare edemeyen bir akrabasına veya arkadaşına kanser konusunda ücret almadan destek veren kişidir. Kişisel bakım konusunda size yardımcı olabilir, duygusal destek verebilir veya ev işi konusunda yardımcı olabilir. Birisi sizinle ilgilenerek yardımcı oluyorsa o kişinin de destek alması önemlidir. Bu kişiler için birçok yardım mevcuttur.

Bu konuda doktorunuzla veya hemşirenizle konuşmaları gerekmektedir. Ayrıca **0808 808 00 00** numaralı telefonda Macmillan'ı arayabilirler.

Sizin için doğru bakım ve desteği almak

Kanser hastasıysanız ve İngilizce konuşmuyorsanız bunun kanser tedavinizi ve bakımını etkileyeceğinden endişe edebilirsiniz. Ancak sağlık ekibinizin ihtiyaçlarınızı karşılayacak bakımı, desteği ve bilgileri size vermesi gerekir.

İnsanların bazen doğru desteği alma konusunda daha fazla zorlukla karşılaşabileceğini biliyoruz. Örneğin çalışıyorsanız veya aileniz varsa hastane randevularına gitmek için zaman bulmakta zorlanabilirsiniz. Para ve ulaşım maliyetleri hakkında da endişelenebilirsiniz. Bütün bunlar stres yaratabilir ve bunlarla baş etmesi zor olabilir.

Kanser hastalarına Macmillan Yardımları sunmaktayız. Bunlar hastanede park ücretlerini ödemek, seyahat masraflarını, çocuk bakımı veya ısınma harcamalarını karşılamak üzere kullanılacak tek seferde yapılan ödemelerdir.

0808 808 00 00 numaralı ücretsiz destek hattımız üzerinden size durumunuzla ilgili olarak kendi dilinizde önerilerde bulunabiliriz. Hemşirelerin yanı sıra maddi işler, sosyal haklar ve iş destek danışmanlarıyla konuşabilirsiniz.

Macmillan size nasıl yardımcı olabilir?

Macmillan olarak kanser tanısının her şeyi nasıl etkileyebileceğini biliyoruz ve size yardımcı olmak için yanınızdayız.

Macmillan Destek Hattı

Tercümanlarımız bulunmaktadır, böylece bizimle kendi dilinizde konuşabilirsiniz. Tek yapmanız gereken konuşmak istediğiniz dili İngilizce olarak bize belirtmeniz. Tıbbi sorularınızı yanıtlamaya yardımcı olabilir, maddi destek konusunda bilgi verebilir veya birisiyle konuşmak isterseniz sizi dinlemek için yanınızda olabiliriz. Ücretsiz ve gizli telefon hattı haftanın 7 günü sabah 8'den akşam 8'e kadar açıktır. **0808 808 00 00** numaralı telefonda bizi arayın.

Macmillan internet sitesi

İnternet sitemizde kanserle ilgili pek çok bilgi yer almaktadır.

macmillan.org.uk/translations adresinde diğer dillerde de pek çok bilgi yer almaktadır.

Size özel tercüme yapılmasını da sağlayabiliriz. Neye ihtiyacınız olduğunu bize bildirmek için cancerinformationteam@macmillan.org.uk adresine bir e-posta gönderin.

Bilgi merkezleri

Bilgi ve destek merkezlerimiz hastanelerde, kütüphanelerde ve toplum merkezlerinde bulunmaktadır. Bunlardan birini ziyaret ederek ihtiyaç duyduğunuz bilgileri alabilir ve birisiyle yüz yüze görüşebilirsiniz. Size en yakın merkezi macmillan.org.uk/informationcentres adresini ziyaret ederek veya **0808 808 00 00** numaralı telefonda bizi arayarak bulabilirsiniz.

Yerel destek grupları

Bir destek grubunda kanserden etkilenen diğer kişilerle konuşabilirsiniz. Bölgenizdeki destek gruplarını [macmillan.org.uk/supportgroups](https://www.macmillan.org.uk/supportgroups) adresini ziyaret ederek veya **0808 808 00 00** numaralı telefondan bizi arayarak bulabilirsiniz.

Çevrim İçi Macmillan Topluluğu

Kanserden etkilenen diğer kişilerle çevrim içi olarak [macmillan.org.uk/community](https://www.macmillan.org.uk/community) üzerinden konuşabilirsiniz. Gece veya gündüz, günün her saatinde erişebilirsiniz. Deneyimlerinizi paylaşabilir, sorular sorabilir veya başka kişilerin gönderilerini okuyabilirsiniz.

Kendi dilinizde daha fazla bilgi

Aşağıdaki konularda kendi dilinizde hazırlanmış bilgilere sahibiz:

Kanserle başa çıkmak

- Kanser ve koronavirüs
- Birleşik Krallık'ta kansere yönelik bakım
- Kanser hastası olarak sosyal yardım talebinde bulunmak
- Beslenme sorunları ve kanser
- Yaşamın sonu
- Mülteciler ve sığınma talebinde bulunan kişiler için sağlık hizmetleri
- Sağlıklı beslenme
- Kanser olduğunuzda maliyetlere yönelik yardım
- Kanser tanısı aldıysanız
- LGBTQ+ bireyler ve kanser
- Kan zehirlenmesi ve kanser

- Kanser tedavisinin yan etkileri
- Yorgunluk (bitkinlik) ve kanser

Kanser türleri

- Meme kanseri
- Rahim ağzı kanseri
- Kalın bağırsak kanseri
- Akciğer kanseri
- Prostat kanseri

Tedaviler

- Kemoterapi
- Radyoterapi
- Ameliyat

Bu bilgileri görmek için lütfen [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations) adresini ziyaret edin.

Referanslar ve teşekkür

Bu broşürdeki bilgiler, Macmillan Cancer Support'un Kanser Bilgi Geliştirme ekibi tarafından yazılmış ve düzenlenmiştir. Bir tercüme şirketi tarafından Türkçeye tercüme edilmiştir.

Bu belgedeki bilgiler, internet sitemizde İngilizce dilinde mevcut tedavi kararları içeriğimize dayanmaktadır.

Bu bilgiler ilgili uzmanlar tarafından gözden geçirilmiş ve Macmillan'ın Klinik Uzmanlık Merkezi üyeleri tarafından onaylanmıştır.

Ayrıca bu bilgileri gözden geçiren kanserden etkilenmiş herkese teşekkür ederiz.

Sunduğumuz tüm bilgiler mevcut en iyi kanıtlara dayanmaktadır. Kullandığımız kaynaklara yönelik daha fazla bilgi için lütfen bizimle iletişime geçin:

cancerinformationteam@macmillan.org.uk

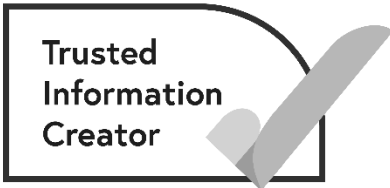
**İçeriğin gözden geçirilme tarihi: 2023 Bir sonraki planlı gözden geçirme tarihi:
2026**

MAC15916_Turkish

Sağladığımız bilgilerin doğru ve güncel olmasından emin olmak için her türlü çabayı göstermekteyiz, ancak bu bilgiler, bir uzmanın durumunuzu göz önünde bulundurarak verdiği tavsiyelerin yerine geçmemelidir. Yasaların izin verdiği ölçüde, Macmillan bu yayında yer alan bilgilerin veya üçüncü tarafların sağladığı bilgilerin veya dâhil edilen veya aktarılan internet sitesinin kullanımına yönelik herhangi bir yükümlülüğü kabul etmemektedir.

Bu bilgileri faydalı bulacağınızı umuyoruz. Herhangi bir sorunuz olursa telefonla kendi dilinizde size bilgi ve destek sağlayabiliriz. Hizmetlerimiz ücretsizdir. **0808 808 00 00** numaralı telefondan (hafta içi her gün, sabah 9 ile akşam 8 arası) bizi arayın ve İngilizce olarak tercih ettiğiniz dili belirtin.

© Macmillan Cancer Support 2023. İngiltere ve Galler (261017), İskoçya (SC039907) ve Man Adası'nda (604) tescilli hayır kurumu. Kuzey İrlanda'da da faaliyet göstermektedir. Kayıtlı merkez 89 Albert Embankment, Londra, SE1 7UQ.



Patient Information Forum

If you are diagnosed with cancer

This information is about what to expect when you find out you have cancer, and where to get help and support.

A diagnosis means finding out if you have an illness or not. Being diagnosed with cancer can be a huge shock. You may be feeling lots of different emotions. Many people are treated successfully or able to live with cancer for many years. There are lots of people and services that can support you.

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 **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 other languages at [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

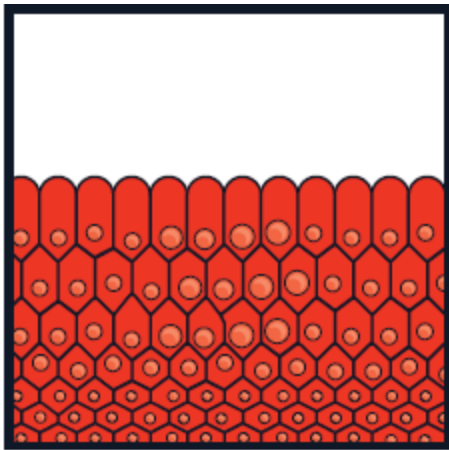
This information is about:

- What is cancer?
- What happens after diagnosis?
- If you are LGBTQ+
- Health and social care professionals you might meet
- How treatment is planned
- The main cancer treatments
- Talking to your healthcare team
- Coping with cancer
- Getting the right care and support for you
- How Macmillan can help you
- More information in your language
- References and thanks

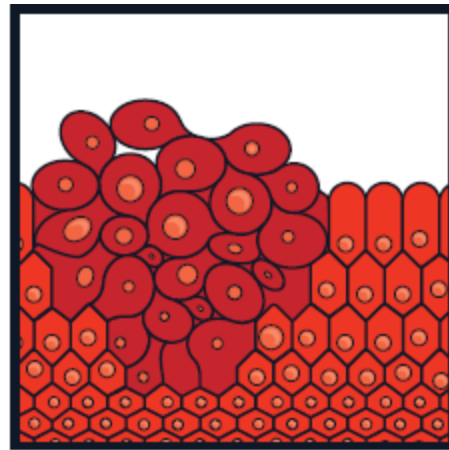
What is cancer?

Cancer starts in the cells in our body. Cells are tiny building blocks that make up the body's organs and tissues. Cells receive signals from the body, telling them when to grow and when to divide to make new cells. This is how our bodies grow and heal. Cells can become old, damaged or no longer needed. When this happens, the cell gets a signal from the body to stop working and die.

Sometimes these signals can go wrong, and the cell becomes abnormal. The abnormal cell may keep dividing to make more and more abnormal cells. These can form a lump, called a tumour.



Normal cells



Cells forming a tumour

Not all tumours are cancer. A tumour that is not cancer (a benign tumour) may grow, but it cannot spread to anywhere else in the body. It usually only causes problems if it grows and presses on nearby organs.

A tumour that is cancer is called a malignant tumour. It can grow into nearby tissue. It can also spread around the body if cancer cells break away and travel through the blood or lymphatic system. The lymphatic system is network of tubes and glands throughout the body.

Cancer cells that spread and develop into a tumour somewhere else in the body are called a secondary cancer or a metastasis. Some types of cancer start from blood cells. Abnormal cells can build up in the blood, and sometimes the bone marrow. The bone marrow is where blood cells are made. These types of cancer are sometimes called blood cancers.

What happens after diagnosis?

After a cancer diagnosis, you meet a cancer doctor or nurse to talk about your treatment plan. They will give you information to help you make a decision about the treatment you want. You should be given the information in a language and format that you can understand.

The doctor or nurse will also explain when your treatment may start. They can talk to you about any support you need. You may need to have some more tests or scans to find out more about the cancer.

If you are LGBTQ+

LGBTQ+ means lesbian, gay, bisexual, transgender and queer people. It also includes other romantic or sexual attractions and gender identities.

You do not have to tell your cancer doctor or nurse if you are LGBTQ+. But it may be an important part of who you are. It may help your cancer team give the right information and support to you and the people close to you.

You can tell your cancer team anything that is important to you. If there is something you are worried about, tell them so they can help.

Your team should treat all information about you confidentially. They may only share information with other healthcare professionals when it is needed for your care. They should not share your sexual orientation or transgender (trans) status without your permission.

For more information about being LGBTQ+ and having cancer, please see our 'LGBTQ+ people and cancer' fact sheet in your language at macmillan.org.uk/translations

Health and social care professionals you might meet

When you have cancer, you may meet lots of different health and social care professionals.

Your main contact

You should have a main contact person in your healthcare team. They may be called your key worker and they are usually a specialist nurse. You will be given their name and contact details. If you have questions or need advice, they can help.

In your local area

There are professionals who can help look after you while you are at home. They will be in contact with your hospital team. They include:

- **GP (General Practitioner)** – Your GP is a doctor who treats general health conditions. GPs usually work in a local centre. In English, this type of centre can have different names. It may be called a [GP practice], [GP surgery] or [medical centre]. They can help you manage symptoms and side effects and arrange for you to see specialists if needed. They can arrange services to help you at home and talk to you about any treatment decisions you need to make.
- **Community and district nurses** – These nurses can visit you at home and give care and support to you and anyone looking after you. Your GP can contact them for you.
- **Practice nurse** – Some GP practices have nurses who work alongside the GP. A practice nurse can help explain things to you and might do things like take blood tests or put dressings on wounds.

Hospital team

At hospital, a multidisciplinary team (MDT) will manage your treatment and care. This is a group of health and social care professionals. The group might include some or all of these people:

- **Surgeon** – a doctor who does operations.
- **Oncologist** – a doctor who treats cancer.
- **Haematologist** – a doctor who treats blood problems.
- **Radiologist** – a doctor who looks at x-rays and scans.
- **Clinical nurse specialist (CNS)** – a nurse who gives information and support during treatment.
- **Palliative care doctor** – a doctor who helps with symptom control and end-of-life care.

There may be other people in the team depending on the type of cancer you have.

Social services and voluntary organisations

If you need help at home, for example with washing, dressing, cleaning or shopping, speak to your GP or main contact. They may refer you to a social worker. A social worker can help with practical and financial problems. There may also be other organisations in your area that could help.

How treatment is planned

Your multidisciplinary team (MDT) will discuss the treatment options they think are best for you. They will think about:

- the type of cancer
- the size of the cancer and whether it has spread
- your general health
- any treatment guidelines
- your preferences and what is important to you.

After this, you usually meet your cancer doctor and nurse to talk about your treatment options. No medical treatment can be given without your permission or consent. If you use another language, they should offer:

- **Professional interpreter** - Interpreters translate everything your doctor says to you, and everything you want to say back. If you would like an interpreter, tell your GP practice or hospital as soon as possible. The NHS should always use professional interpreters, rather than your family or friends. This means your family can focus on being there to support you to make a decision. It also means there is less risk of getting important information wrong.
- **Translated health information** - Your healthcare team should give you written information about health and care services in a language and format that you understand.

These services are free in the NHS.

You can also take a list of questions that you want to ask to your appointment. If it is helpful, you can write down the answers so you remember them.

Making decisions about treatment

Your team give you information and support to help you make a decision about your treatment plan. You may need more than 1 meeting before you decide. Cancer treatments can be complex, and it is hard to understand new information when you are anxious. If you do not understand, ask your doctor or nurse to explain it again.

There might be more than one possible treatment. Your doctor may offer you a choice. Before you decide what is right for you, it is important to understand:

- what each treatment involves
- the possible side effects
- the benefits and disadvantages of each treatment.

This can be a lot to think about. You can usually take some time to think things over. This may not be possible if you have a cancer that needs to be treated urgently.

The main cancer treatments

The aim of your treatment may be to cure the cancer, or to control it or to relieve its symptoms.

The type of treatment you have will depend on the cancer and your situation. You may have more than one treatment. Cancer treatments can include:

- **surgery** – the cancer is removed in an operation
- **radiotherapy** – high-energy x-rays are used to destroy cancer cells in an area of the body
- **cancer drugs** – different types of drugs are used to destroy cancer cells throughout the body. These may include drugs called chemotherapy, targeted therapy or immunotherapy.
- **hormonal therapies** – drugs that change the activity of hormones in the body are used to slow down or stop the cancer from growing.

Clinical trials

Clinical trials are a type of medical research involving people. They show which treatments are most effective and safe. A trial might involve testing a new drug or testing a new way of giving treatment.

If there are any trials that you can take part in, your doctor will talk to you about them. You can choose not to take part in a trial. You will still be offered the standard treatment and care for your situation.

Side effects

Cancer treatments can cause side effects. For example, some treatments may cause hair loss, feeling sick or tiredness. Side effects can often be reduced and managed. Your cancer team will give you advice. Most side effects get better after treatment finishes.

Talking to your healthcare team

You may have lots of questions about your treatment. Talking to your cancer doctor, nurse or someone else in your healthcare team can help you understand what is happening and why. Your healthcare team includes any doctors, nurses or other healthcare professionals that look after you. They are there to help you find the care and support you need.

Appointments and other chances to speak with your team can be short. To make the best use of your time, it is good to be prepared. It may help to write down your questions before your appointment.

You may have questions that feel difficult or embarrassing to ask. Remember healthcare professionals are used to all kinds of questions and are happy to help.

You may find it helpful to bring someone with you to appointments, such as a family member, friend or carer. They may also be able to take notes and help you to remember what is said.

If you find it hard to get your healthcare team to understand your views on treatment, someone might be able to speak on your behalf. A person who speaks on your behalf is called an advocate.

You may choose to have a friend or family member to help in this way. Or, depending on where you live in the UK, different organisations can give help and advice about advocacy.

Advocates are independent of the NHS. They can help you to:

- talk about how you feel about your treatment and to make decisions
- get your views and wishes about treatment understood by your team.

The following organisations can offer information and support about healthcare. They may have up to date information about advocacy services in your area:

- The Patients Association. Visit www.patients-association.org.uk or call their helpline free on 0800 345 7115.
- In England or Wales, the Patient Advice and Liaison Service (PALS). Visit www.nhs.uk/service-search/other-health-services/patient-advice-and-liaison-services-pals Or you can find a PALS office by asking your cancer team or GP or by phoning NHS 111.
- In Scotland, the Patient Advice and Support Service. Visit www.pass-scotland.org.uk Or you can find them by visiting your local Citizens Advice Bureau or by phoning 0800 917 2127
- In Northern Ireland, the Patient and Client Council. Visit www.pcc-ni.net You can visit one of their local offices or call their helpline free on 0800 917 0222.

Questions to ask your healthcare team

Here are some questions you may want to ask your healthcare team.

- What does my diagnosis mean?
- How advanced is the cancer?
- What will my treatment involve?
- What are the benefits, risks and side effects of each treatment?
- How will the treatment affect my daily life?
- What is the aim of the treatment?
- Who can I talk to about how I am feeling?
- Who can I speak to if I think of questions later?
- I have cultural, religious or spiritual wishes – how do I let my team know?

Coping with cancer

Your emotions

It is common to have many different emotions and worries when you are told you have cancer. These can be difficult to cope with. There is no right or wrong way to feel. Talking about how you feel can often help.

Where to get support:

- **Macmillan** – See the **How Macmillan can help you** section below for all the ways we can help.
- **Counsellors** – A counsellor can help you talk about and find ways to deal with your feelings in a place where you feel safe. Ask your cancer doctor or GP if you would like counselling.
- **Support groups** – Talking to other people who have cancer may help. Ask your doctor or nurse about groups in your area, or visit [macmillan.org.uk/supportgroups](https://www.macmillan.org.uk/supportgroups)

Money, work and travel

There are many ways Macmillan can help if cancer has affected your job or finances. Call us on **0808 808 00 00** to talk about any of these issues.

- We can tell you about benefits you might be entitled to and help you apply for them. Benefits are when money is paid to you by the government to help you with costs.
- We can help you with questions about mortgages, pensions, insurance, borrowing and savings.
- We provide grants – payments to help you cope with extra costs caused by cancer.
- We can give you information and advice if cancer has affected your work.
- We can give you information about travelling if you have cancer.

Physical changes

Sometimes, cancer or cancer treatments can affect the way your body looks or works. Your doctor or nurse can give you advice about this and what can help. We can also give you information – call us on **0808 808 00 00**.

Complementary therapies

These are other therapies that may help you feel better, such as meditation or relaxation. These therapies do not treat cancer. You should always tell your cancer doctor about any other therapies you want to use.

Religion and spirituality

Many people find their faith offers them emotional support and strength during an illness. After a cancer diagnosis, some people become more aware of religious or spiritual feelings. Other people may question their faith.

You may find it helpful to talk through your thoughts and feelings with someone you trust. You can speak to a chaplain or religious leader even if you are not religious. They are usually good listeners and may be able to help you work out your thoughts and feelings. They are used to dealing with uncertainty and being with people who are distressed. Your GP, specialist nurse or cancer doctor may also be able to help you find a non-religious counsellor or pastoral carer to talk to.

Support for family, friends and carers

People close to you may also need information or support. Our cancer support specialists are here to help everyone affected by cancer, including your relatives and friends. They can call us on **0808 808 00 00**.

A carer is someone who gives unpaid support to a relative or friend with cancer who could not manage without this help. They might help with personal care, give emotional support or help with housework. If someone is helping to look after you, it is important they get support too. There is lots of help available for them. They should talk to your doctor or nurse about this or call Macmillan on **0808 808 00 00**.

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.

We 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.

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.

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**.

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 community 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](https://www.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.

More information in your language

We have information in your language about these topics:

Coping with cancer

- Cancer and coronavirus
- Cancer care in the UK
- Claiming benefits when you have cancer
- Eating problems and cancer
- End of life
- Healthcare for refugees and people seeking asylum
- Healthy eating
- Help with costs when you have cancer
- If you are diagnosed with cancer
- LGBTQ+ people and cancer
- Sepsis and cancer

- Side effects of cancer treatment
- Tiredness (fatigue) and cancer

Types of cancer

- Breast cancer
- Cervical cancer
- Large bowel cancer
- Lung cancer
- Prostate cancer

Treatments

- Chemotherapy
- Radiotherapy
- Surgery

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 this language by a translation company.

The information included is based on our treatment decisions content available in English on our website.

This information has been reviewed by relevant experts and approved by members of Macmillan's Centre of Clinical Expertise.

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

Content reviewed: 2023 Next planned review: 2026

MAC15916_ **Turkish**

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. As 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.

We hope you find this information helpful. If you have any questions, we can give you information and support by telephone in your language. Our services are free. Just call us on **0808 808 00 00** (Monday-Friday, 9am to 8pm) and ask in English for your preferred language.

© Macmillan Cancer Support 2023. Registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Also operating in Northern Ireland. Registered office 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

