

স্তন ক্যানসার

এই তথ্যগুলো স্তন ক্যানসার এবং স্তন ক্যানসারের চিকিৎসা সম্পর্কে।

যদি এই তথ্যের বিষয়ে আপনার কোনো প্রশ্ন থাকে, আপনি যে হাসপাতালে চিকিৎসা করাচ্ছেন সেখানকার ডাক্তার বা নার্সকে জিজ্ঞেস করুন।

এছাড়াও আপনি ম্যাকমিলান ক্যানসার সাপোর্ট (Macmillan Cancer Support)-কে

০৪০৪ ৪০৪ ০০ ০০ ফ্রি ফোন নম্বরে, সপ্তাহে ৭ দিন, সকাল ৪ থেকে রাত ৪টা পর্যন্ত কল করতে পারেন। আমাদের দোভাষী আছে, তাই আপনি আমাদের সাথে নিজের ভাষায় কথা বলতে পারেন। যখন আপনি আমাদেরকে কল করবেন, অনুগ্রহ করে ইংরেজিতে আমাদেরকে জানাবেন যে আপনার কোন ভাষা প্রয়োজন।

macmillan.org.uk/translations

ওয়েবসাইটে অন্যান্য ভাষায় ক্যানসার সম্পর্কিত আরো তথ্য আছে

এই তথ্য যে বিষয়ে:

- স্তন
- স্তন ক্যানসার
- কীভাবে চিকিৎসার পরিকল্পনা করা হয়
- আপনার ক্যানসার টিমের সাথে কথা বলা
- আপনার চিকিৎসা সম্পর্কে যেসব প্রশ্ন জিজ্ঞেস করবেন
- স্তন ক্যানসারের চিকিৎসা
- আপনার চিকিৎসার সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া
- অন্যান্য তথ্য
- ফলোআপ
- আপনার জন্য সঠিক পরিচর্যা আর সহায়তা পাওয়া
- ম্যাকমিলান (Macmillan) কীভাবে আপনাকে সাহায্য করতে পারে
- আপনার ভাষায় আরো তথ্য
- সূত্র ও ধন্যবাদ জ্ঞাপন

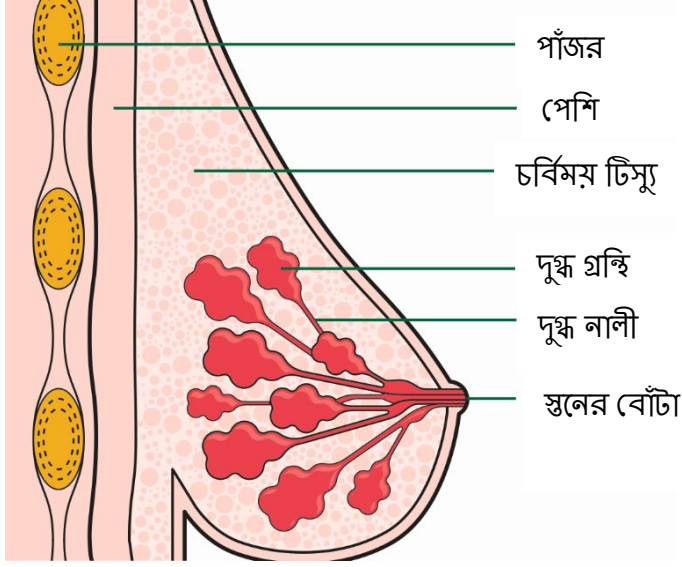
স্তন

স্তন চর্বি ও টিস্যু দিয়ে তৈরি। এছাড়াও এর ভেতরে দুগ্ধগ্রন্থি আছে যেখানে বুকের দুধ তৈরি হয়। দুগ্ধগ্রন্থিগুলি স্তনের বোঁটার সাথে সূক্ষ্ম নালী দিয়ে সংযুক্ত থাকে যাকে বলা হয় দুগ্ধ গ্রন্থি। পুরুষের স্তনের বোঁটার পেছনে অল্প পরিমাণে ব্রেস্ট টিস্যু রয়েছে।

বগলে ব্রেস্ট টিস্যু ও এছাড়া লসিকা গ্রন্থি রয়েছে। লসিকা নোডগুলি হল গ্রন্থি যা গ্রন্থিতন্ত্রের অংশ, যা হল সারা শরীরে নালিকা ও গ্রন্থির একটি নেটওয়ার্ক যা সংক্রমণের সাথে লড়াইয়ে

সাহায্য করে। বুকের হাড়ের কাছে এবং কলারবোনের পেছনে ও লসিকা গ্রন্থি রয়েছে

স্তনের পার্শ্ব দৃশ্য

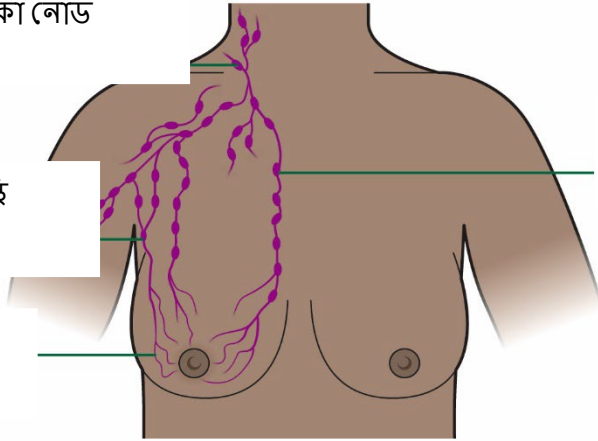


স্তনের পাশের লসিকা গ্রন্থি

কলারবোনের পেছনে লসিকা নোড

বগলের নিচের লসিকা গ্রন্থি

লসিকা নালী



বুকের হাড়ের কাছের লসিকা গ্রন্থি

স্তন ক্যানসার

শরীরের টিস্যু এবং অঙ্গগুলি ছোট ছোট কোষ দিয়ে তৈরি। স্তন ক্যানসার হয় যখন স্তনের কোষগুলো অনিয়ন্ত্রিতভাবে বেড়ে উঠে এবং একটি মাংসপিণ্ডে পরিণত হয় যাকে বলা হয় টিউমার।

যে স্থানে ক্যানসার প্রথম শুরু হয় তাকে বলে প্রাথমিক ক্যানসার। শরীরের যে অংশে ক্যানসার শুরু হয়েছিল প্রাথমিক ক্যানসার সেই স্থানের নামে নামকরণ করা হয় যেমন স্তন ক্যানসার।

কখনো কখনো, স্তনের ক্যানসার কোষগুলি রক্ত ও লসিকাতন্ত্রের মাধ্যমে শরীরের অন্য অংশগুলোয় ছড়িয়ে পড়তে পারে। এটাকে সেকেন্ডারি ক্যানসার বলা হয়।

বিভিন্ন ধরনের স্তন ক্যানসার রয়েছে, কিন্তু সবগুলোর চিকিৎসা একই রকম ভাবে করা হয়। স্তন ক্যানসারে সাধারণত মহিলারা আক্রান্ত হয়। পুরুষদেরও এটি হতে পারে তবে তা বিরল। স্তন ক্যানসার ছোঁয়াচে নয় এবং অন্যদের কাছে ছড়াবে না।

স্তন ক্যানসারের স্টেজ ও গ্রেড

- ক্যানসারের পর্যায় বলতে বোঝায় এটি কতটা বড় এবং এটি ছড়িয়ে পড়েছে কিনা।
- ক্যানসারের শ্রেণী বলতে বোঝায় ক্যানসারটি কত দ্রুত বেড়ে উঠতে পারে।

রিসেপ্টর

কিছু স্তন ক্যানসারের কোষে রিসেপ্টর থাকে। এগুলি হরমোন বা প্রোটিনকে কোষগুলিকে প্রভাবিত করতে দেয়। এগুলি ক্যানসারকে বড় করে তোলে।

- **হরমোন** - কিছু স্তন ক্যানসারে এস্ট্রোজেন হরমোনের জন্য রিসেপ্টর রয়েছে। এগুলোকে বলা হয় এস্ট্রোজেন-রিসেপ্টর পজিটিভ (ইআর পজিটিভ) স্তন ক্যানসার। ইআর পজিটিভ স্তন ক্যানসারের জন্য হরমোনাল থেরাপি নামে চিকিৎসাগুলি ভালো কাজ করে। প্রোজেস্টেরন নামে হরমোনের জন্য স্তন ক্যানসারের রিসেপ্টর থাকতে পারে।
- **প্রোটিনসমূহ** – কিছু স্তনের ক্যানসারে কোষের উপরিতলে খুব বেশি এইচইআর2 প্রোটিন থাকে। এগুলোকে বলা হয় এইচইআর2 পজিটিভ স্তন ক্যানসার। আপনার ডাক্তার হয়ত আপনাকে টার্গেট করা থেরাপি নামে চিকিৎসা দিতে পারেন।

ট্রিপল নেগেটিভ স্তন ক্যানসার

যেইসব স্তন ক্যানসারে হরমোন বা প্রোটিনের জন্য কোনো রিসেপ্টর নেই তাদেরকে বলা হয় ট্রিপল নেগেটিভ স্তন ক্যানসার।

আছে এমন প্রতি 5টি স্তন ক্যানসারের মধ্যে 1টি (20%) ট্রিপল নেগেটিভ স্তন ক্যানসার হয়। এটি কম বয়সী মহিলাদের বেশি হয়। আপনার ডাক্তার বা নার্স এই ব্যাপারে আপনাকে আরও বেশি বলতে পারবেন।

কীভাবে চিকিৎসার পরিকল্পনা করা হয়

আপনার স্বাস্থ্যসেবা দল আপনার সবচেয়ে ভালো চিকিৎসার জন্য পরিকল্পনা করতে মিলিত হবেন। এরপর আপনার ডাক্তার বা নার্স আপনার সাথে কথা বলবেন:

- ক্যানসারের স্টেজ ও গ্রেড
- ক্যানসারটির হরমোন ও প্রোটিন রিসেপ্টর আছে কিনা
- আপনার সাধারণ স্বাস্থ্য

- চিকিৎসা ও সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া
- পাওয়া যায় এমন চিকিৎসা সম্পর্কে আপনার মনোভাব।

আপনার স্বাস্থ্যসেবা টিমের সাথে কথা বলা

আপনার ডাক্তারের সাথে যেকোনো চিকিৎসা নিয়ে কথা বলাটা গুরুত্বপূর্ণ। আপনার সাথে কথা বলার পর, আপনার চিকিৎসক আপনাকে একটি ফরমে স্বাক্ষর করতে বলবেন যা দেখাবে আপনি এই চিকিৎসার অর্থ সম্পর্কে বুঝতে পেরেছেন এবং এটা করাতে সম্মতি দিচ্ছেন। একে বলা হয় সম্মতি দেওয়া। আপনি এতে সম্মতি না দেওয়া পর্যন্ত আপনাকে চিকিৎসা দেওয়া হবে না।

বাংলা এবং ইংরেজি দুটি ভাষাই বলতে পারেন এমন কাউকে আপনার সাথে নিয়ে যাওয়া ভালো। অথবা আপনার হাসপাতাল আপনার জন্য একজন দোভাষীর ব্যবস্থা করতে পারে। আপনার দোভাষীর প্রয়োজন হলে আপনার নার্সকে জানান।

আপনার চিকিৎসা সম্পর্কে যেসব প্রশ্ন জিজ্ঞেস করবেন

- আমার রোগনির্ণয়ের অর্থ কী?
- ক্যানসারটির স্টেজ ও গ্রেড কী?
- আমার চিকিৎসা কেমন হবে?
- প্রতিটি চিকিৎসার সুবিধা, ঝুঁকি ও পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াগুলো কী কী?
- চিকিৎসা আমার দৈনন্দিন জীবনকে প্রভাবিত করবে কি?
- আমি কেমন বোধ করছি সেই বিষয়ে কার সাথে আমি কথা বলতে পারি?

আপনার ক্যানসার নির্ণিত হওয়ার বিষয়ে আপনার ভাষায় আমাদের কাছে আরো তথ্য রয়েছে।

স্তন ক্যানসারের চিকিৎসা

স্তন ক্যানসারের চিকিৎসার মধ্যে অন্তর্ভুক্ত রয়েছে:

- অপারেশন (সার্জারি)
- ওষুধ (কেমোথেরাপি, হরমোনাল থেরাপি, টার্গেটেড থেরাপি)
- রেডিওথেরাপি।

অনেকেই একাধিক চিকিৎসা নিয়ে থাকেন, যেমন অপারেশন এবং তারপর রেডিওথেরাপি। এছাড়া আপনার অপারেশনের আগে বা পরে অন্য চিকিৎসা হতে পারে যেমন কেমোথেরাপি বা টার্গেট করা থেরাপি।

যদি আপনার ট্রিপল নেগেটিভ স্তন ক্যানসার হয়, তাহলে আপনাকে ইমিউনোথেরাপি নামে চিকিৎসা দেওয়া হতে পারে। ইমিউনোথেরাপি চিকিৎসা হল ওষুধ যা ক্যানসারের চিকিৎসার জন্য রোগ প্রতিরোধ ব্যবস্থাকে সাহায্য করে।

অপারেশন

স্তন ক্যানসারের জন্য সবচেয়ে সাধারণ চিকিৎসা হচ্ছে ক্যানসার অপসারণের জন্য অপারেশন করা। চিকিৎসক ক্যানসার ও এর আশেপাশের কিছু সুস্থ টিস্যু অপসারণ করেন। ক্যানসারটির আকৃতি, এটি স্তনের কোথায় অবস্থিত এবং আপনি কি চান তার উপর ভিত্তি করে অপারেশনটি করা হয়।

ডাক্তার আপনার সাথে কথা বলতে পারেন এগুলো বাদ দেওয়ার জন্য:

- ক্যানসার এবং তার আশেপাশে কিছু সুস্থ টিস্যু (ব্যাপক স্থানীয় এক্সিশন)
- সম্পূর্ণ স্তন (মাস্টেকটমি)।

অপারেশনের সময় কিছু কিছু ব্যক্তি স্তনের নতুন আকার (স্তনের রিকনস্ট্রাকশন) তৈরি করার জন্য অস্ত্রোপচার করেন। অন্যরা হয়ত তা কোন পরবর্তী সময়ে করানো বেছে নিতে পারেন। আপনি যে নানা রকম উপায়ে এটি করা যায় সেই বিষয়ে আপনার চিকিৎসকের সাথে কথা বলতে পারেন।

আপনি যদি পুনর্গঠন না করান, আপনার নার্স আপনাকে ব্রা এর ভেতরে রাখার জন্য একটি কৃত্রিম স্তন (প্রস্বেসিস) দিতে পারেন। প্রস্বেসিস বিভিন্ন আকৃতিতে এবং স্কিন টোনে হয়।

লসিকা গ্রন্থি চেক করা

অপারেশনের সময়, ডাক্তার সাধারণত কিছু লসিকা গ্রন্থি অপসারণ করেন। তারা যেই পাশে ক্যানসার আছে সেই হাতের নিচের অংশ থেকে এগুলো অপসারণ করেন। লসিকা গ্রন্থিগুলি চেক করা হয় তাতে ক্যানসার আছে কি না তা দেখার জন্য। আপনার আরো চিকিৎসার প্রয়োজন আছে কিনা সে বিষয়ে সিদ্ধান্ত নিতে এটি চিকিৎসকদের সাহায্য করে। ডাক্তার বা নার্স ব্যাখ্যা করবেন কিভাবে লসিকা গ্রন্থিগুলি বাদ দেওয়া হয়।

যদি কোনো লসিকা গ্রন্থিতে ক্যানসার থেকে থাকে, তাহলে সবকটি লসিকাগ্রন্থি অপসারণের জন্য আপনার একটি অপারেশন করার প্রস্তাব দেওয়া হতে পারে বা আপনাকে সার্জারির পরিবর্তে লসিকাগ্রন্থিগুলোতে রেডিওথেরাপি অফার করা হতে পারে।

সার্জারিটি কিভাবে পরিকল্পনা করা হয়েছে এবং অপারেশনের পর কী আশা করা যায় সেই বিষয়ে আমাদের কাছে বাংলায় আরো তথ্য আছে।

রেডিওথেরাপি

রেডিওথেরাপি উচ্চ-শক্তির এক্স-রে ব্যবহার করে ক্যানসার কোষগুলিকে ধ্বংস করে। এটি সাধারণ কোষগুলোকেও ধ্বংস করতে পারে, কিন্তু এগুলো সাধারণত চিকিৎসার পরে পূর্বাবস্থায় ফিরে আসে।

প্রায় ক্ষেত্রেই অপারেশনের পর ক্ষত শুকিয়ে গেলে রেডিওথেরাপি দেয়া হয়। রেডিওথেরাপি ক্যানসার পুনরায় ফিরে আসার ঝুঁকি কমিয়ে দিতে পারে। স্থানীয়ভাবে বড় করে কাটার পর, সাধারণত স্তনের বাকি টিস্যুগুলোতে রেডিওথেরাপি দেয়া হয়। কখনো কখনো, পুরো স্তন বাদ দেওয়ার পর আপনার রেডিওথেরাপি করা হতে পারে। স্তন ক্যানসারের জন্য রেডিওথেরাপি সাধারণত 5 দিন ধরে প্রতিদিন দেওয়া হয়। কখনো কখনো তা 15 দিনের বেশি দেওয়া হয়।

বগলের নিচে থাকা বাকি লসিকাগ্রন্থিগুলোর চিকিৎসার জন্যও আপনাকে রেডিওথেরাপি দেয়া হতে পারে।

রেডিওথেরাপি এবং আপনার হতে পারে এমন কিছু পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সম্পর্কে বাংলায় আমাদের কাছে আরো তথ্য আছে

কেমোথেরাপি

কেমোথেরাপিতে ক্যানসারের কোষগুলোকে ধ্বংস করার জন্য ক্যানসার-বিরোধী ওষুধ ব্যবহার করা হয়। ওষুধগুলো সাধারণত শিরার মধ্যে বা ট্যাবলেট হিসেবে দেয়া হয়। কেমোথেরাপি স্তন ক্যানসার ফিরে আসার ঝুঁকি কমাতে সাহায্য করতে পারে।

আপনার ডাক্তার আপনাকে কেমোথেরাপি করার পরামর্শ দিতে পারেন যদি:

- ক্যানসারটি খুব বড় হয়
- ক্যানসার লসিকা গ্রন্থিগুলিতে ছড়িয়ে পড়ে থাকে
- ক্যানসার উচ্চতর গ্রেডের হয়
- আপনার ট্রিপল নেগেটিভ স্তন ক্যানসার হয়ে থাকে
- আপনার এইচইআর2 পজিটিভ স্তন ক্যানসার হয়ে থাকে।

ক্যানসারের আকৃতি ছোট করার জন্য কেউ কেউ অপারেশনের আগেও কেমোথেরাপি নিয়ে থাকেন। এর মানে হতে পারে যে সেক্ষেত্রে ছোট অপারেশনের প্রয়োজন হয়।

কেমোথেরাপির ওষুধগুলোর কারণে পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সৃষ্টি হতে পারে যার ফলে আপনি অসুস্থ বোধ করতে পারেন। বিভিন্ন ধরনের ওষুধের কারণে বিভিন্ন ধরনের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হতে পারে, যার মধ্যে রয়েছে:

- সংক্রমিত হওয়ার সম্ভাবনা বেড়ে যাওয়া
- ক্লান্ত বোধ করা
- বমনেচ্ছা কিংবা বমি করা
- ডায়রিয়া - সাধারণের থেকে বেশি পায়খানা (মল) হওয়া, বা পাতলা বা পানির মত মল।
- কোষ্ঠকাঠিন্য - সাধারণের মত ঘনঘন পায়খানা (মল) না হওয়া।
- মুখের ভিতর ক্ষত
- চুল পড়ে যাওয়া।

আপনার হতে পারে এমন পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সম্পর্কে এবং আপনি কিভাবে তা নিয়ন্ত্রণ করতে পারেন সেই বিষয়ে আপনার ডাক্তার আপনার সাথে কথা বলতে পারেন। বেশিরভাগ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ওষুধের মাধ্যমে নিয়ন্ত্রণ করা সম্ভব। কেমোথেরাপি শেষ হয়ে যাওয়ার পর বেশিরভাগ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া চলে যায়।

কেমোথেরাপি এবং আপনার হতে পারে এমন কিছু পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সম্পর্কে বাংলায় আমাদের কাছে আরো তথ্য আছে

হরমোন থেরাপি

আপনার যদি এস্ট্রোজেন-রিসেপ্টর পজিটিভ (ইআর পজিটিভ) ক্যানসার থাকে তাহলে সাধারণত আপনাকে হরমোনাল থেরাপি দেয়া হবে। যখন স্তন ক্যানসারের চিকিৎসার জন্য ব্যবহৃত হয়, হরমোনাল থেরাপি এস্ট্রোজেন এর লেভেল কমিয়ে দেয় বা ক্যানসার কোষের সাথে এর সংযুক্তি বন্ধ করে দেয়। সাধারণত সার্জারি বা কেমোথেরাপির পরে হরমোনাল থেরাপি শুরু করা হয় এবং এটি কয়েক বছর পর্যন্ত চলে।

হরমোনাল থেরাপি ক্যানসার পুনরায় ফিরে আসার ঝুঁকিকে কমিয়ে দিতে সাহায্য করে। এছাড়া এটি আপনার অন্য স্তনে স্তনের ক্যানসার হওয়ার ঝুঁকি কমাতে সাহায্য করে। কখনো কখনো ক্যানসারটিকে আকারে ছোট করতে এবং ম্যাস্টেকটমি এড়াতে হরমোনাল থেরাপির ওষুধ দেওয়া হয়। আপনার ভিন্ন ভিন্ন ওষুধ থাকতে পারে, যেমন ট্যামোক্সিফেন, লেট্রোজোল বা এনাসট্রোজোল। যে ওষুধগুলির উপর আপনার নির্ভর করতে হবে:

- আপনার মেনোপজ বা রজোবন্ধ হয়েছে কিনা
- ক্যানসার পুনরায় ফিরে আসার ঝুঁকি
- পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াগুলো কিভাবে আপনাকে প্রভাবিত করতে পারে।

হরমোনাল থেরাপির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার মধ্যে রয়েছে:

- হঠাৎ করে গরম অনুভব করা ও ঘাম হওয়া
- অস্থিসন্ধিতে ব্যথা
- যৌনাকাঙ্ক্ষা হ্রাস পাওয়া।

ডিম্বাশয় কাজ বন্ধ করে দেয়া

মেনোপজ হল যখন মহিলাদের শরীর হরমোন তৈরি করা বন্ধ করে দেয় এবং তার মাসিক রজঃস্রাব বন্ধ হয়ে যায় (গর্ভাশয় থেকে রক্ত এবং টিস্যুর মাসিক নিঃসরণ)

যদি আপনার মেনোপজ না হয়ে গিয়ে থাকে, তাহলে আপনার ডিম্বাশয়ের কাজ করা বন্ধ করা হল আপনার ইস্ট্রোজেনের স্তর কমানোর আরেকটি উপায়। ডিম্বাশয় হল সেই অঙ্গ যেখানে ইস্ট্রোজেন তৈরি হয়। দুটি চিকিৎসা আছে যা এটি করতে পারে:

- ওভারিয়ান সাপ্রেসন, যা ডিম্বাশয়ের ইস্ট্রোজেন তৈরি বন্ধ করে দেয় এবং এক অস্থায়ী মেনোপজ নিয়ে আসে।
- ওভারিয়ান অ্যাবলেশন, যা ওভারিগুলি বাদ দিয়ে দেয় এবং স্থায়ীভাবে মেনোপজ নিয়ে আসে।

আপনাকে সাধারণত এই চিকিৎসাগুলির একটির সাথে হরমোন দ্বারা চিকিৎসা দেওয়া হবে।

যদি আপনাকে ডিম্বাশয়ের কাজ বন্ধ করা এই চিকিৎসাগুলির কোনটি দেওয়া হয়, তাহলে আপনার ডাক্তার আপনাকে আরো তথ্য দেবেন এবং আপনার থাকা যে কোন প্রশ্নের উত্তর দেবেন।

আপনি যদি আপনার সন্তান জন্মদানের সক্ষমতা নিয়ে চিন্তিত হন, চিকিৎসা শুরুর আগে আপনার চিকিৎসকের সাথে কথা বলুন।

টার্গেটেড থেরাপি

যদি ক্যানসারটি এইচইআর2 পজিটিভ হয়, তাহলে আপনার চিকিৎসক আপনাকে ট্রাস্টুজুমাব দিতে পারেন। এটি টার্গেটেড থেরাপি নামক ওষুধগুলোর অন্তর্ভুক্ত। এগুলি হল ওষুধ যা ক্যানসার কোষগুলিকে আক্রমণ করে। ট্রাস্টুজুমাব এইচইআর2 প্রোটিনকে ক্যানসার কোষের বৃদ্ধিতে সাহায্য করা প্রতিরোধ করে। আপনি সাধারণত প্রতি তিন সপ্তাহে একবার করে এক বছর ধরে ট্রাস্টুজুমাব নেবেন। এটা কেমোথেরাপির সাথে বা একলাই দেওয়া হতে পারে। এটা হতে পারে সার্জারি এবং রেডিওথেরাপির আগে বা পরে।

আপনাকে হয়তো ট্রাসটুজুমাব, আরেকটি টার্গেট করা চিকিৎসার ওষুধ পার্টুজুমাব (Perjeta®) এবং একটি কেমোথেরাপির সাথে একত্রে দেওয়া হতে পারে।

এছাড়া অন্য ধরনের টার্গেট করা চিকিৎসা আছে যা কখনো কখনো দেওয়া হতে পারে।

পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াগুলি সাধারণত অত্যন্ত মৃদু হয়। আপনি কোন ওষুধ গ্রহণ করছেন তার উপর ভিত্তি করে এগুলি আলাদা হতে পারে। সাধারণ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াগুলিতে অন্তর্ভুক্ত:

- মাথা ব্যথা
- উচ্চ তাপমাত্রা (জ্বর) এবং কাঁপুনি
- অসুস্থ বোধ করা।

কোনো কোনো ক্ষেত্রে, ট্রাসটুজুমাব এবং পার্টুজুমাব হৃদযন্ত্রকে প্রভাবিত করতে পারে। চিকিৎসার আগে ও চিকিৎসাকালীন সময়ে আপনার হৃদযন্ত্র পরীক্ষা করা হবে।

বাইফসফোনেটস

বাইফসফোনেটস হল সেই ওষুধগুলি যা প্রথম স্তরের স্তন ক্যানসারে ব্যবহার করা যেতে পারে:

- আপনার হাড়গুলিকে চিকিৎসাগুলির প্রভাব থেকে বাঁচাতে
- স্তনের ক্যানসার পুনরায় ফিরে আসার ঝুঁকিকে কমিয়ে দিতে।

কিছু হরমোন দ্বারা চিকিৎসা এবং কেমোথেরাপির ওষুধ পূর্বেই মেনোপজ আনতে পারে। পূর্বেই মেনোপজ হাড় সরু হয়ে যাওয়ার ঝুঁকিকে বাড়িয়ে দেয় (অস্টিওপোরোসিস)। আপনার হাড় সরু হয়ে যাওয়ার ঝুঁকি থাকলে বা যদি আপনার হাড় ইতিমধ্যেই সরু হয়ে গিয়ে থাকে তাহলে আপনার ডাক্তার বাইফসফোনেটস প্রেসক্রাইব করতে পারেন।

আপনার যদি প্রাথমিক স্তরে স্তনের ক্যানসার হয়ে থাকে, তাহলে বাইফসফোনেট তা আপনার হাড়ে ছড়িয়ে পড়া আটকাতে পারে। আপনাকে 3 থেকে 5 বছর বাইফসফোনেটস গ্রহণ করতে হবে। এই চিকিৎসা সাধারণত তখনই দেওয়া হয় যদি আপনার ক্যানসার ফিরে আসার উচ্চতর ঝুঁকি থাকে। আপনার ডাক্তার বা নার্স আপনাকে আরও তথ্য দিতে পারেন।

আপনার চিকিৎসার সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া

কেমোথেরাপি, রেডিওথেরাপি আর সার্জারির সাধারণ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার বিষয়ে আমাদের কাছে আপনার ভাষায় আরো তথ্য আছে।

নিচে আরো কিছু পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া দেয়া আছে যেগুলো স্তন ক্যানসারের চিকিৎসাকালীন সময় বা চিকিৎসা শেষ হওয়ার পরে আপনার হতে পারে।

স্তনে পরিবর্তন

স্তনে সার্জারি ও রেডিওথেরাপির ফলে এর পরিবর্তন ঘটতে পারে, যার মধ্যে রয়েছে:

- স্তনটি যে রকম দেখা যায় ও অনুভব করা যায়
- স্তনে ও বগলে ব্যথা
- চিকিৎসাকৃত পাশে আপনি হাত ও ঘাড় কতটা নাড়াতে পারেন।

অপারেশনের পরে, সেখানে একটি দাগ থাকবে। সময়ের সাথে সাথে এটি সাধারণত কম দেখা যাবে। সম্প্রসারণ ও দাগটি ম্যাসাজ করার মাধ্যমে এর উন্নতি হতে পারে।

রেডিওথেরাপির পরে, আপনার স্তনের ত্বক আরো কালো ও আরো সংবেদনশীল হয়ে পড়তে পারে। এই জায়গাটাটি ঢেকে রাখা এবং উচ্চ সূর্যরশ্মি সুরক্ষা ফ্যাক্টর (এসপিএফ) যুক্ত সানস্ক্রীণ ব্যবহার করাটা গুরুত্বপূর্ণ- যা হল সানস্ক্রিন পণ্যগুলিতে সুরক্ষার স্তর। অন্তত SPF30 থাকা সানস্ক্রিন হল সেরা। আরো পরামর্শের জন্য আপনার চিকিৎসক বা নার্সকে বলুন।

যদি আপনি আপনার স্তনগুলির চেহারা বা স্পর্শে কোন পরিবর্তন পান, শ্রেয় হবে যদি আপনি তা আপনার ডাক্তার বা স্পেশালিস্ট নার্স দ্বারা পরীক্ষা করিয়ে নেন।

লিম্ফোএডেমা

শরীরের ভেতরে জমে ওঠা তরলের কারণে ফুলে থাকা অংশকে বলা হয় লিম্ফোএডেমা। স্তন ক্যানসারের অপারেশনের পর কিছু কিছু ব্যক্তির এটি হতে পারে। বেশিরভাগ ক্ষেত্রে এটি হাতকে আক্রান্ত করে। ফোলাটি ব্যায়াম, বিশেষ ব্যালেন্স এবং ম্যাসাজের মাধ্যমে কমানো যায়। আপনার যদি হাতে বা তালুতে ফোলা থাকে, আপনার নার্সকে বলুন। যত তাড়াতাড়ি লিম্ফোএডেমা শনাক্ত করা যায়, এর চিকিৎসা করা তত সহজ হয়।

লিম্ফোএডেমার ঝুঁকি কমানোর জন্য:

- আপনার ত্বকের যত্ন নিন। একটি ত্বকের ক্রীম ব্যবহার করুন এবং কাটা বা আঁচড় এড়িয়ে চলুন।
- সক্রিয় থাকুন ও ব্যায়াম করুন। এটি লিম্ফ ফ্লুইডকে শরীরে প্রবাহিত হতে সহায়তা করে।
- স্বাস্থ্যকর ওজন বজায় রাখুন।

হাড়ের পরিবর্তন

কিছু হরমোনাল থেরাপি হাড়কে সরু করে ফেলে। আপনার ডাক্তার হয়ত আপনার হাড়গুলি পরীক্ষা করতে একটি স্ক্যান (আপনার শরীরের ভিতরের একটি চিত্র) ব্যবহার করতে পারেন। এরপরে, আপনার হাড়ের সুরক্ষার জন্য আপনাকে চিকিৎসা দেয়া হতে পারে।

মনোযোগ ও স্মৃতিশক্তির সমস্যা

স্তন ক্যানসারের চিকিৎসার পর, মনোযোগ দেয়া এবং মনে রাখাটা আপনার কাছে কঠিন মনে হতে পারে। এই পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সাধারণত মৃদু হয় এবং প্রায়শই চিকিৎসার এক বছরের মধ্যে ভালো হয়ে যায়। আপনি এই ব্যাপারে উদ্বিগ্ন হলে আপনার ডাক্তার বা নার্সের সাথে কথা বলুন।

ওজন বেড়ে যাওয়া

স্তন ক্যানসারের চিকিৎসার পর, আপনার ওজন বেড়ে যেতে পারে। হরমোনাল থেরাপি বা স্টেরয়েডের কারণে এটি হতে পারে। স্টেরয়েড হল কেমোথেরাপি আরো ভালোভাবে কাজ করার জন্য ও পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া নিয়ন্ত্রণ করার জন্য সহায়ক ওষুধ। কিছু চিকিৎসা মেনোপজ শুরু করতে পারে যার কারণেও ওজন বৃদ্ধি ঘটতে পারে। আপনার নার্স ও চিকিৎসক আপনাকে স্বাস্থ্যকর খাবার এবং ব্যায়ামের বিষয়ে পরামর্শ দিতে পারেন।

দেহিতে পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াসমূহ

কখনো কখনো ব্যক্তিদের তাদের স্তনের ক্যানসারের চিকিৎসার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হয় যা তাদের চিকিৎসা শেষ হওয়ার কয়েক মাস বা বছর পরে দেখা দেয়। এগুলিতে দেহিতে পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াসমূহ বলে।

আপনার ডাক্তার আপনাকে বলতে পারবেন যে আপনার স্তন ক্যানসারের চিকিৎসা থেকে কোনো দেহিতে পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হতে পারে কি না। কিভাবে কোনো দেহি করে হওয়া প্রভাবের ব্যবস্থাপনা করা যায় এরা আপনাকে তা বলতে পারেন। এছাড়া তারা আপনাকে বলতে পারেন যে কী কী লক্ষণ এবং উপলক্ষের দিকে নজর রাখতে হবে আর আপনার কোন চিন্তা হলে আপনি কী করবেন।

অন্যান্য তথ্য

গর্ভনিরোধক

স্তন ক্যানসারের চিকিৎসার পর 2 বছর পর্যন্ত আপনাকে গর্ভধারণ না করার পরামর্শ দেয়া হবো আপনার ডাক্তার আপনাকে হরমোন থাকা গর্ভনিরোধক (গর্ভধারণ আটকাতে ওষুধ বা যন্ত্র) ব্যবহার না করতে পরামর্শ দেবেন। এতে অন্তর্ভুক্ত বডি এবং কিছু কয়েল। আপনি এমন কয়েল যেগুলোতে হরমোন নেই এবং প্রতিবন্ধক গর্ভনিরোধক যেমন কনডম বা ক্যাপ ব্যবহার করতে পারেন। আপনার নার্স আপনাকে এই ব্যাপারে পরামর্শ দিতে পারেন।

যদি আপনি ট্যামোক্সিফেন গ্রহণ করছেন তাহলে আপনার গর্ভধারণ করা উচিত নয়। এর কারণ হচ্ছে তা ভ্রূণের বিকাশকে ক্ষতিগ্রস্ত করতে পারে। আপনি কোনো ওষুধ নেওয়া বন্ধ করার আগে আপনার ক্যানসারের ডাক্তারের সাথে কথা বলুন।

যদি আপনি চিকিৎসার পরে হরমোনাল থেরাপি গ্রহণ করছেন এবং গর্ভধারণ করতে চান, তাহলে আপনার ক্যানসার ডাক্তার বা নার্সের সাথে কথা বলুন। তারা আপনার সাথে বিভিন্ন বিকল্পের বিষয়ে কথা বলতে পারেন।

হরমোন রিপ্লেসমেন্ট থেরাপি

হরমোন রিপ্লেসমেন্ট থেরাপি (c) হল চিকিৎসা যা প্রাকৃতিক হরমোন প্রতিস্থাপন করে যখন শরীর যথেষ্ট পরিমাণে হরমোন উৎপাদন করে না। স্তন ক্যানসার হওয়ার পর চিকিৎসকেরা HRT নেয়ার পরামর্শ দেন না। এইচআরটি-তে এস্ট্রোজেন রয়েছে যা স্তন ক্যানসারের কোষকে বেড়ে উঠতে উৎসাহ দেয়।

কিন্তু আপনার যদি মেনোপজের মারাত্মক লক্ষণ দেখা যায় এবং অন্য আর কিছুই সাহায্য না করে, তাহলে আপনার চিকিৎসক এর প্রেসক্রিপশন দিতে পারেন। আপনার ডাক্তার সম্ভাব্য ঝুঁকির ব্যাপারে আপনার সাথে কথা বলবেন।

ফলোআপ

আপনার চিকিৎসা শেষ হওয়ার পর, আপনার নিয়মিত চেক-আপ ও ম্যামোগ্রাম করা হবো। কখনো কখনো, নিয়মিত অ্যাপয়েন্টমেন্টের পরিবর্তে, আপনি যদি কোনো কিছু নিয়ে চিন্তিত হন তাহলে আপনাকে আপনার বিশেষজ্ঞের সাথে যোগাযোগ করতে বলা হবো। আপনার স্তন ক্যানসারের নার্স আপনার ফলো আপের বিষয়ে আপনাকে ব্যাখ্যা করবেন।

আপনার অনুভূতি

আপনার ক্যানসার আছে এটা শোনার পর আপনার বিধ্বস্ত লাগতে পারে। আপনার বিভিন্ন রকম আবেগ অনুভূত হতে পারে। ঠিক বা ভুল করে অনুভব করা বলে কিছু নেই। এর সঙ্গে মানিয়ে চলার জন্য অনেক রকম উপায় রয়েছে। খুব কাছের বন্ধু বা আত্মীয়ের সাথে কথা বলাটা সহায়ক হতে পারে। আপনার ডাক্তার বা নার্সও সহায়তা করতে পারেন।

আপনার জন্য সঠিক পরিচর্যা আর সহায়তা পাওয়া

আপনার যদি ক্যানসার হয় এবং আপনি ইংরেজিতে কথা না বলতে পারেন, তাহলে এটি আপনার ক্যানসারের চিকিৎসা এবং যত্নকে প্রভাবিত করবে ভেবে আপনি উদ্ভিগ্ন হতে পারেন। কিন্তু আপনার স্বাস্থ্যসেবা দল আপনাকে যত্ন, সহায়তা এবং তথ্য প্রদান করবে যা আপনার চাহিদা পূরণ করে।

আমরা জানি যে কখনও কখনও লোকেরা সঠিক সমর্থন পাওয়ার ক্ষেত্রে অতিরিক্ত সমস্যার মুখোমুখি হতে পারে। উদাহরণস্বরূপ, আপনি যদি কাজ করেন বা আপনার পরিবার থাকে তবে হাসপাতালে অ্যাপয়েন্টমেন্টে যাওয়ার জন্য সময় বের করা কঠিন হতে পারে। অর্থ আর যাতায়াতের খরচের বিষয়েও আপনার চিন্তা থাকতে পারে। এই সমস্ত কিছু চাপ সৃষ্টি করতে পারে এবং এগুলির সাথে মানিয়ে নেওয়া কঠিন হতে পারে।

আমরা ক্যানসারে আক্রান্ত ব্যক্তিদের ম্যাকমিলান অনুদান (Macmillan Grants) অফার করি। এইগুলি হল এককালীন অর্থপ্রদান যা হাসপাতালের পার্কিং, ভ্রমণের খরচ, শিশুর যত্ন বা হিটিংয়ের বিলের মতো জিনিসগুলির জন্য ব্যবহার করা যেতে পারে।

আমাদের বিনামূল্যের সহায়তার লাইন 0808 808 00 00 থেকে আপনি নিজের ভাষায় আপনার পরিস্থিতি সম্বন্ধে পরামর্শ পেতে পারেন। আপনি নার্স, আর্থিক নির্দেশনা প্রদানকারী, কল্যাণের অধিকারের পরামর্শদাতা আর কাজের সহায়তার পরামর্শদাতাদের সাথে কথা বলতে পারেন।

ম্যাকমিলান (Macmillan) কীভাবে আপনাকে সাহায্য করতে পারে

ম্যাকমিলান (Macmillan)-এ আমরা জানি ক্যানসার নির্ণয় হলে কীভাবে সব কিছু প্রভাবিত হতে পারে, এবং আমরা আপনাকে সহায়তা করার জন্য এখানে আছি।

Macmillan সাপোর্ট লাইন

আমাদের দোভাষী আছে, তাই আপনি আমাদের সাথে আপনার ভাষায় কথা বলতে পারেন। আপনি যে ভাষাটি ব্যবহার করতে চান, শুধু তার নাম ইংরেজিতে আমাদেরকে বলুন। আমরা চিকিৎসার বিষয়ের প্রশ্নগুলিতে সাহায্য করতে পারি, আর্থিক সহায়তা সম্বন্ধে আপনাকে তথ্য দিতে পারি, বা আপনার যদি কারোর সাথে কথা বলার প্রয়োজন হয় তখন শোনার জন্য সেখানে থাকতে পারি। আমাদের বিনামূল্যের, গোপনীয় ফোন লাইন সপ্তাহে 7 দিন, সকাল 8 টা থেকে রাত 8 টা পর্যন্ত খোলা থাকে। আমাদের 0808 808 00 00 নম্বরে কল করুন।

ম্যাকমিলান (Macmillan) ওয়েবসাইট

আমাদের ওয়েবসাইটে ইংরেজিতে ক্যানসার বিষয়ে অনেক তথ্য আছে।

macmillan.org.uk/translations

-এ এছাড়া অন্যান্য ভাষায় আরো তথ্য আছে

এছাড়াও আমরা শুধু আপনার জন্য অনুবাদের ব্যবস্থা করতে পারি। এখানে আমাদের ইমেইল করুন: cancerinformationteam@macmillan.org.uk আর আমাদের বলুন আপনার কোন তথ্য প্রয়োজন।

তথ্য কেন্দ্র

আমাদের তথ্য এবং সহায়তা কেন্দ্রগুলো হাসপাতাল, লাইব্রেরি এবং মোবাইল কেন্দ্র ভিত্তিক। আপনার প্রয়োজনীয় তথ্য পেতে আর কারোর সাথে সামনাসামনি কথা বলতে এর একটিতে যান। macmillan.org.uk/informationcentres ওয়েবসাইটে আপনার সবচেয়ে নিকটস্থ কেন্দ্র খুঁজে বের করুন বা আমাদেরকে 0808 808 00 00 নম্বরে কল করুন।

লোকাল সাপোর্ট গ্রুপ

সাপোর্ট গ্রুপে আপনি ক্যানসারে আক্রান্ত অন্যান্য লোকজনের সাথে কথা বলতে পারেন। macmillan.org.uk/supportgroups-এ আপনার এলাকার সাপোর্ট গ্রুপগুলির বিষয়ে জেনে নিন বা 0808 808 00 00 নম্বরে আমাদের কল করুন।

ম্যাকমিলান (Macmillan) অনলাইন কমিউনিটি

আপনি একই ধরনের পরিস্থিতিতে থাকা ব্যক্তিদের সাথে macmillan.org.uk/community-এ কথা বলতে পারেন। আপনি দিনে বা রাতে যে কোনো সময়ে এতে যোগাযোগ করতে পারেন। আপনি এখানে নিজের অভিজ্ঞতাগুলো শেয়ার করতে পারেন, প্রশ্ন করতে পারেন, বা কেবল লোকজনের পোস্ট পড়তে পারেন।

আপনার ভাষায় আরো তথ্য

এই বিষয়গুলো সম্বন্ধে আমাদের কাছে আপনার ভাষায় তথ্য আছে:

ক্যানসারের মোকাবিলা করা

- ক্যানসার এবং করোনাভাইরাস
- যুক্তরাজ্যে ক্যানসারের পরিচর্যা
- আপনার ক্যানসার হলে বেনেফিটগুলি দাবি করা
- খাবার খাওয়ার সমস্যা এবং ক্যানসার
- জীবনের অবসান
- শরণার্থী এবং আশ্রয়প্রার্থী মানুষদের জন্য স্বাস্থ্যসেবা
- স্বাস্থ্যকর খাদ্যাভ্যাস
- আপনার ক্যানসার হলে খরচে সাহায্য
- যদি আপনার ক্যানসার রোগনির্ণয় হয়
- LGBTQ+ ব্যক্তি এবং ক্যানসার

- সেপসিস এবং ক্যানসার

- ক্যানসার চিকিৎসার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াগুলি
- ক্লাস্তি (অবসন্নতা) এবং ক্যানসার

ক্যানসারের ধরন

- স্তন ক্যানসার
- সার্ভিক্যাল ক্যানসার
- বৃহদান্তের ক্যানসার
- ফুসফুসের ক্যানসার
- প্রোস্টেট ক্যানসার

চিকিৎসাসমূহ

- কেমোথেরাপি
- রেডিওথেরাপি
- সার্জারি

এই তথ্য দেখতে, macmillan.org.uk/translations

-এ যান

সূত্র ও ধন্যবাদ জ্ঞাপন

এই সকল তথ্য রচনা ও সম্পাদনা করেছে ম্যাকমিলান (Macmillan) ক্যানসার সাপোর্ট -এর ক্যানসার তথ্য উন্নয়ন (Cancer Information Development) দল। একটি অনুবাদ কোম্পানি কর্তৃক এটি বাংলা ভাষায় অনূদিত হয়েছে।

আমাদের ওয়েবসাইটে ইংরেজিতে লভ্য স্তন সম্পর্কিত বিষয়বস্তুর উপর ভিত্তি করে, এখানে দেওয়া তথ্যগুলি সরবরাহ করা হয়েছে।

প্রাসঙ্গিক বিশেষজ্ঞদের দ্বারা এই তথ্যের পর্যালোচনা করা হয়েছে এবং এটাকে ম্যাকমিলানের সেন্টার অব ক্লিনিকাল এক্সপারটিজ-এর সদস্যদের দ্বারা অনুমোদন করা হয়েছে।

সেই সব ক্যানসার আক্রান্ত ব্যক্তিদেরও ধন্যবাদ জানাচ্ছি যারা এই তথ্য পর্যালোচনা করেছেন।

আমাদের সকল তথ্য প্রাপ্ত সেরা প্রমাণের ভিত্তিতে নেওয়া হয়েছে। আমাদের ব্যবহার করা উৎসগুলোর বিষয়ে আরো তথ্যের জন্য অনুগ্রহ করে

cancerinformationteam@macmillan.org.uk-এ আমাদের সাথে যোগাযোগ করুন

বিষয়বস্তুর পর্যালোচনা: 2023 আগামী পরিকল্পিত পর্যালোচনা: 2026

MAC15135_Bengali

আমরা যে তথ্য প্রদান করি তা সঠিক এবং আপ-টু-ডেট কিনা তা নিশ্চিত করার জন্য আমরা সর্বাত্মক প্রচেষ্টা করি তবে আপনার পরিস্থিতি অনুসারে বিশেষজ্ঞ পেশাদার পরামর্শের বিকল্প হিসাবে এটির উপর নির্ভর করা উচিত নয়। আইনের অনুমোদিত পরিসরে, ম্যাকমিলান (Macmillan) এই প্রকাশনা বা তাতে অন্তর্ভুক্ত কিংবা উল্লিখিত কোনও তৃতীয় পক্ষের তথ্য বা ওয়েবসাইটের তথ্য ব্যবহারের সম্পর্কে কোনও দায়-দায়িত্ব গ্রহণ করে না।

© Macmillan Cancer Support 2023. ইংল্যান্ড ও ওয়েলস (261017), স্কটল্যান্ড (SC039907) এবং আইল অব ম্যান (604)-এ নিবন্ধিত দাতব্য প্রতিষ্ঠান। এছাড়া নর্দার্ন আয়ারল্যান্ডেও কাজ করে। রেজিস্টার্ড অফিস: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ।



Breast cancer

This information is about breast cancer and treatments for breast cancer.

If you have any questions about this information, ask your doctor or nurse at the hospital where you are having treatment.

You can also call Macmillan Cancer Support on freephone **0808 808 00 00**, 7 days a week, 8am to 8pm. We have interpreters, so you can speak to us in your own language. When you call us, please tell us in English which language you need.

There is more cancer information in other languages at [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

This information is about:

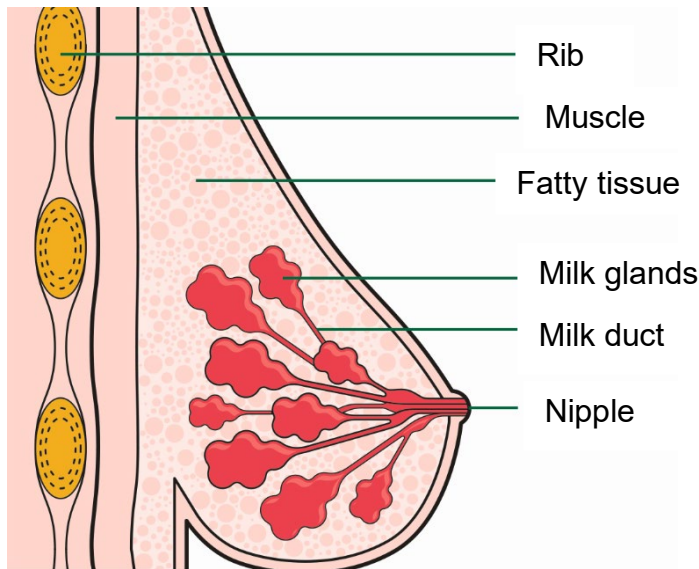
- The breasts
- Breast cancer
- How treatment is planned
- Talking to your cancer team
- Questions to ask about your treatment
- Treatments for breast cancer
- Possible side effects of your treatment
- Other information
- Follow up
- Getting the right care and support for you
- How Macmillan can help you
- More information in your language
- References and thanks

The breasts

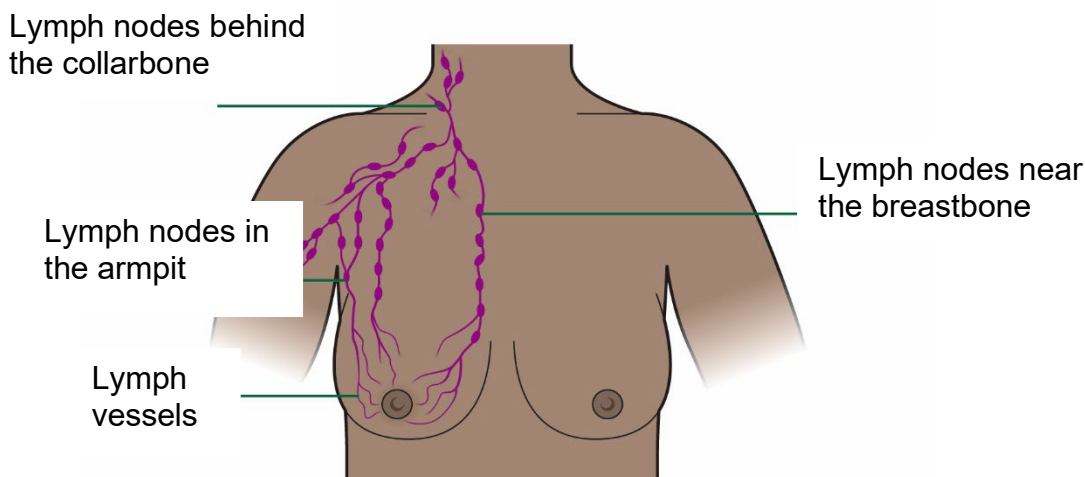
The breasts are made of fat and tissue. They also have milk glands, which are where breast milk is made. The milk glands are connected to the nipple by fine tubes called milk ducts. Men have a small amount of breast tissue behind the nipple.

There is breast tissue in the armpits, and also lymph nodes. The lymph nodes are glands that are part of the lymphatic system, a network of vessels and glands throughout the body that helps to fight infection. There are also lymph nodes near the breastbone and behind the collarbones.

Side view of the breast



The lymph nodes near the breasts



Breast cancer

Body tissue and organs are made up of tiny cells. Breast cancer happens when cells in the breast grow in an uncontrolled way and form a lump called a tumour.

The place where the cancer first begins to grow is the primary cancer. The primary cancer is named after the place in the body where it started, for example breast cancer.

Sometimes, breast cancer cells spread to other parts of the body through the blood and lymphatic system. This is called secondary breast cancer.

There are different types of breast cancer, but they are treated in similar ways. Breast cancer mainly affects women. Men can also have it, but this is rare.

Breast cancer is not infectious and cannot be passed on to other people.

Stages and grades of breast cancer

- The stage of a cancer means how big it is and if it has spread.
- The grade of a cancer means how quickly the cancer may grow.

Receptors

Some breast cancer cells have receptors. These allow hormones or proteins to affect the cell. They can make the cancer grow.

- **Hormones** – Some breast cancers have receptors for the hormone oestrogen. These are called oestrogen-receptor positive (ER positive) breast cancers. Treatments called hormonal therapies work well for ER positive breast cancer. Breast cancers may also have receptors for the hormone progesterone.
- **Proteins** – Some breast cancers have too much of the protein HER2 on the surface of the cells. They are called HER2 positive breast cancers. Your doctor may give you treatment called targeted therapies.

Triple negative breast cancer

Breast cancer that does not have receptors for hormones or proteins is called triple negative breast cancer.

1 in 5 breast cancers (20%) are triple negative breast cancer. It is more common in younger women. Your doctor or nurse can tell you more about this.

How treatment is planned

Your healthcare team will meet to plan the best treatment for you. Your doctor or nurse will then talk to you about:

- the stage and grade of the cancer
- if the cancer has hormone or protein receptors
- your general health
- the treatments and possible side effects
- what you think about the available treatments.

Talking to your healthcare team

It is important to talk about any treatment with your doctor. After talking with you, your doctor will usually ask you to sign a form to show that you understand what the treatment means and that you agree to having it. This is called giving your consent. You will not be given treatment unless you have agreed to it.

It is a good idea to take someone with you who can speak both your language and English. Or your hospital can arrange an interpreter for you. Let your nurse know if you need one.

Questions to ask about your treatment

- What does my diagnosis mean?
- What is the stage and grade of the cancer?
- What will my treatment be?
- What are the benefits, risks and side effects of each treatment?
- Will the treatment affect my daily life?
- Who can I talk to about how I am feeling?

We have more information in your language about being diagnosed with cancer.

Treatments for breast cancer

Treatments for breast cancer include:

- an operation (surgery)
- drugs (chemotherapy, hormonal therapy, targeted therapy)
- radiotherapy.

Many people have more than one type of treatment, such as an operation and then radiotherapy. You may also have treatments such as chemotherapy or targeted therapy before or after an operation.

If you have triple negative breast cancer you may be offered treatment called immunotherapy. Immunotherapy treatments are drugs that help the immune system to treat cancer.

An operation

An operation to remove the cancer is a common treatment for breast cancer. The doctor removes the cancer and some healthy tissue around it. The operation you have depends on the size of the cancer, where it is in the breast and what you prefer.

The doctor may talk to you about having an operation to remove:

- the cancer and some healthy breast tissue around it (wide local excision)
- the whole breast (mastectomy).

Some people also have surgery to make a new breast shape (breast reconstruction) during the operation. Others choose to have this done at a later time. You can speak to your doctor about the different ways of doing this.

If you do not have reconstruction, your nurse can give you an artificial breast (prosthesis) to put inside your bra. The prosthesis comes in different sizes and skin tones.

Checking the lymph nodes

During the operation, the doctor will usually remove some lymph nodes. They remove them from under your arm on the side of the cancer. The lymph nodes are checked to see if they have cancer in them. It helps the doctor decide if you need more treatment. The doctor or nurse will explain how the lymph nodes are removed.

If any of the lymph nodes contain cancer, you may be offered an operation to remove the remaining lymph nodes. Or you may be offered radiotherapy to the lymph nodes instead of surgery.

We have more information in your language about how surgery is planned and what to expect after the operation.

Radiotherapy

Radiotherapy uses high-energy x-rays to destroy the cancer cells. It can damage normal cells too, but these usually repair when treatment ends.

You often have radiotherapy after an operation once the wound has healed. Radiotherapy can reduce the risk of the cancer coming back. After a wide local excision, you usually have radiotherapy to the remaining breast tissue. Occasionally, you may have radiotherapy after having the whole breast removed. Radiotherapy for breast cancer is usually given every day for 5 days. Sometimes it is given over 15 days.

You may also have radiotherapy to the armpit to treat any remaining lymph nodes.

We have more information in your language about radiotherapy and some of the side effects you may have.

Chemotherapy

Chemotherapy uses anti-cancer drugs to destroy cancer cells. The drugs are usually given into a vein or taken as a tablet. Having chemotherapy can help to reduce the risk of breast cancer coming back.

Your doctor may advise you to have chemotherapy if:

- the cancer is large
- the cancer has spread to the lymph nodes
- the cancer is a higher grade
- you have triple negative breast cancer
- you have HER2 positive breast cancer.

Some people may also have chemotherapy before surgery to shrink a cancer. This may mean a smaller operation is needed.

Chemotherapy drugs can cause side effects that make you feel unwell. Different drugs can cause different side effects, including:

- being more likely to get an infection
- feeling tired
- feeling sick or being sick
- diarrhoea - passing more stool (poo) than usual, or loose or watery stool
- constipation – not able to pass stool (poo) as often as usual
- a sore mouth
- hair loss.

Your doctor can talk to you about the side effects you may have and how to manage them. Most side effects can be controlled with drugs. Most side effects go away when chemotherapy is over.

We have more information in your language about chemotherapy and some of the side effects you may have.

Hormonal therapy

If you have an oestrogen-receptor positive (ER positive) cancer you will usually have hormonal therapy. When used to treat breast cancer, hormonal therapies lower the level of oestrogen or stop it attaching to the cancer cells. You usually start hormonal therapy after surgery or chemotherapy and have it for a few years.

Hormonal therapy helps reduce the risk of the breast cancer coming back. It also helps reduce the risk of getting a new breast cancer in your other breast. Sometimes hormonal therapy drugs are given before surgery to shrink a cancer and avoid a mastectomy. You may have different drugs, such as tamoxifen, letrozole or anastrozole. The drugs you have depend on:

- whether you have been through the menopause
- the risk of the cancer coming back
- how the side effects are likely to affect you.

Side effects of hormonal therapy include:

- hot flushes and sweats
- joint pain
- low sex drive.

Stopping the ovaries from working

The menopause is when a woman's body stops producing hormones and her menstrual periods stop (monthly discharge of blood and tissue from the womb).

If you have not been through the menopause, stopping your ovaries from working is another way to lower your oestrogen levels. The ovaries are the organs where oestrogen is made. There are two treatments that can do this:

- ovarian suppression, which stops the ovaries making oestrogen and causes a temporary menopause
- ovarian ablation, which removes the ovaries and causes a permanent menopause.

You will usually have hormonal therapy with one of these treatments.

If you are offered either of these treatments to stop your ovaries working, your doctor will give you more information and answer any questions you may have.

If you are worried about your fertility, talk with your doctor before you start treatment.

Targeted therapy

If the cancer is HER2 positive, your doctor may give you trastuzumab. This belongs to a group of drugs called targeted therapies. These are drugs that attack cancer cells. Trastuzumab stops the HER2 protein from making the cancer cells grow. You usually have trastuzumab every three weeks for a year. It may be given with chemotherapy, or on its own. This can be before or after surgery and radiotherapy.

You may have trastuzumab with another targeted therapy drug called pertuzumab (Perjeta®) and chemotherapy.

There are also other types of targeted therapy that may sometimes be given.

The side effects are usually mild. They may be different depending on which drug you are taking. Common side effects include:

- a headache
- a high temperature (fever) and chills
- feeling sick.

Occasionally, trastuzumab and pertuzumab can affect the heart. You will have tests to check your heart before and during treatment.

Bisphosphonates

Bisphosphonates are drugs that may be used in early breast cancer to:

- help protect your bones from the effects of treatments
- reduce the risk of breast cancer coming back.

Some hormonal therapy and chemotherapy drugs can cause an early menopause. An early menopause increases the risk of bone thinning (osteoporosis). Your doctor may prescribe bisphosphonates if you are at risk of bone thinning, or if you already have thinning bones.

If you have early breast cancer, bisphosphonates can sometimes lower the risk of it spreading to the bone. You have bisphosphonates for 3 to 5 years. This treatment is usually given if you have a higher risk of the cancer coming back. Your doctor or nurse can give you more information.

Possible side effects of your treatment

We have more information in your language about common side effects of chemotherapy, radiotherapy, and surgery.

Here are some other side effects that you may have during and after breast cancer treatment.

Changes to the breast

Surgery and radiotherapy to the breast can cause changes, including:

- how the breast looks and feels
- pain in the breast and under the arm
- how much you can move the arm and shoulder on the treated side.

After an operation, there will be a scar. This will usually become less visible over time. Stretching and massaging the scar can improve this.

After radiotherapy, the skin of your breast may be darker and more sensitive. It is important to cover the area and use sunscreen with a high Sun Protection Factor (SPF) - this is the level of protection in sunscreen products. Sunscreen with at least SPF 30 is best. Ask your nurse or doctor for more advice.

If you notice changes to the appearance or feel of your breasts, it is best to have them checked by your doctor or specialist nurse.

Lymphoedema

Lymphoedema is swelling caused by fluid building up in the body. Some people may have this after an operation for breast cancer. It is most likely to affect an arm. The swelling can be reduced by exercise, special bandages, and massage. Tell your nurse if you have swelling in your arm or hand. The earlier lymphoedema is diagnosed, the easier it is to treat.

To reduce the risk of lymphoedema:

- Look after your skin. Use a skin cream and avoid cuts or scratches.
- Keep active and exercise. This helps lymph fluid move around the body.
- Keep to a healthy weight.

Bone changes

Some hormonal therapies can thin the bones. Your doctor may use a scan (a picture of the inside of your body) to check your bones. After this, you may be given treatment to protect your bones.

Concentration and memory problems

After breast cancer treatment, you may find it harder to concentrate and remember things. This side effect is usually mild and often gets better within a year of finishing treatment. Talk to your doctor or nurse if you are worried about this.

Weight gain

After breast cancer treatment, you might gain weight. This may be because of treatments like hormonal therapy or steroids. Steroids are drugs that can help chemotherapy work better and control side effects. Some treatments can start the menopause which can also cause weight gain. Your nurse or doctor can give you advice about healthy eating and exercise.

Late side effects

Sometimes people get side effects from breast cancer treatment that occur months or years after their treatment has ended. These are called late side effects.

Your doctor can tell you if your treatment for breast cancer could lead to a late side effect. They can tell you how to help manage any late effects. They can also tell you what signs and symptoms to look for and what to do if you have any worries.

Other information

Contraception

You may be advised to avoid getting pregnant for 2 years after breast cancer treatment. Your doctor will advise you not to use contraception (drugs or devices that prevent pregnancy) that contains hormones. This includes the pill and some coils.

You can use coils that do not contain hormones, and barrier contraception such as condoms or the cap. Your nurse can give you advice about this.

If you are taking tamoxifen you must not get pregnant. This is because it may harm a developing baby. Talk to your cancer doctor before you stop taking any medicines.

If you are taking hormonal therapy after treatment and want to get pregnant, talk to your cancer doctor or nurse. They can talk through your options with you.

Hormone replacement therapy

Hormone replacement therapy (HRT) is treatment that replaces hormones when the body does not make enough. Doctors do not recommend HRT after having breast cancer. HRT contains oestrogen which could encourage breast cancer cells to grow.

But if you have severe symptoms of the menopause and nothing else has helped, your doctor may prescribe it. Your doctor will talk to you about the possible risks.

Follow up

After your treatment has finished, you may have regular check-ups and mammograms. Sometimes, instead of routine appointments, you will be asked to contact your specialist if there is anything you are worried about. Your breast cancer nurse will explain your follow up to you.

Your feelings

You may feel overwhelmed when you are told you have cancer. You may have many different emotions. There is no right or wrong way to feel. There are many ways to cope with this. Talking to a close friend or relative may help. Your doctor or nurse can help too.

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 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.

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 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](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 breast 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

MAC15135_ Bengali

We make every effort to ensure that the information we provide is accurate and up-to-date but it should not be relied upon as a substitute for specialist professional advice tailored to your situation. So far as is permitted by law, Macmillan does not accept liability in relation to the use of any information contained in this publication or third-party information or websites included or referred to in it.

© Macmillan Cancer Support 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.



Patient Information Forum