

الآثار الجانبية لعلاجات السرطان

تتناول هذه المعلومات الآثار الجانبية لعلاجات السرطان.

أي كلمات مُسطرة مشروحة في قائمة الكلمات في نهاية النشرة. وتشمل قائمة الكلمات أيضًا نطق الكلمات باللغة الإنجليزية.

إذا كانت لديك أي أسئلة بشأن هذه المعلومات فيمكنك أن توجهها إلى طبيبك أو ممرضك في المستشفى الذي تتلقى فيه العلاج.

يمكنك أيضًا الاتصال بمؤسسة ماكميلان كanser سابورت (Macmillan Cancer Support) على الرقم الهاتفي المجاني **0808 808 00 00** طوال أيام الأسبوع من الساعة 8 صباحًا إلى الساعة 8 مساءً. يُرجى العلم بأن لدينا مترجمين، وبالتالي يُمكنك التحدث إلينا بلغتك. عندما نتصل بنا، يُرجى إخبارنا باللغة الإنجليزية باللغة التي تحتاج إلى استخدامها (قُل "أرابيك").

يُمكنك الاطلاع على مزيد من المعلومات المتعلقة بالسرطان بلغات أخرى على الموقع الإلكتروني macmillan.org.uk/translations

تتطرق هذه المعلومات إلى المواضيع التالية:

- ما هي الآثار الجانبية؟
- علاجات السرطان
- الآثار الجانبية المحتملة
- كيف يُمكن أن تُقدّم لك مؤسسة ماكميلان (Macmillan) المساعدة
- قائمة الكلمات
- المزيد من المعلومات باللغة العربية
- المراجع والشكر

ما هي الآثار الجانبية؟

الآثار الجانبية هي الآثار غير المرغوب فيها الناتجة عن علاج السرطان. على سبيل المثال، فقدان الشعر أو الشعور بالغبثان أو التعب. وتزول معظم الآثار الجانبية بعد انتهاء العلاج.

يمكن أن تكون الآثار الجانبية خفيفة وتستمر لفترة قصيرة. ولكن في بعض الأحيان يمكن أن تؤثر عليك بصورة أكبر.

سوف تعتمد الآثار الجانبية التي تحدث لك على العلاج الذي تتلقاه. وتؤثر العلاجات على كل شخص بشكل مختلف. قد لا يحدث لك سوى عدد قليل من الآثار الجانبية المذكورة هنا. وسوف يخبرك الأطباء أو الممرضون بأية آثار جانبية قد تحدث لك.

علاجات السرطان

هناك أنواع مختلفة من علاجات السرطان.

- الجراحة – يعني ذلك الخضوع لعملية جراحية لاستئصال الورم السرطاني والأنسجة القريبة منه التي قد تحتوي على خلايا سرطانية.
- العلاج الكيميائي – يتم باستخدام أدوية لتدمير الخلايا السرطانية.
- العلاج الإشعاعي – يتم باستخدام أشعة سينية عالية الشدة لتدمير الخلايا السرطانية.
- العلاج الهرموني – علاج يغيّر الهرمونات في جسدك، مما يوقف نمو الخلايا السرطانية.
- العلاج الموجّه – يعتمد على العقاقير التي تستهدف إعاقة مسارات نمو الخلايا السرطانية دون غيرها.
- العلاجات المناعية – تستخدم هذه العلاجات الجهاز المناعي لتدمير الخلايا السرطانية.

الآثار الجانبية المحتملة

خطر العدوى

يُمكن أن يُقلّل العلاج الكيميائي عدد الخلايا البيضاء في دمك. وهذا ما يُطلق عليه قلة العدلات. وفي هذه الحالة تُصبح أكثر عُرضة للإصابة بالعدوى.

اتصل بالمستشفى على الفور على رقم الاتصال، الذي تم إعطاؤه لك، في الحالات التالية:

- إذا ارتفعت درجة حرارتك لتتجاوز 37.5 درجة مئوية (99.5 درجة فهرنهايت) أو لتتجاوز 38 درجة مئوية (100.4 درجة فهرنهايت)، وفقاً لما ينصحك به فريق العلاج الكيميائي الذي يتولى حالتك
- إذا شعرت بالتوعك فجأة، حتى وإن كانت درجة حرارتك عادية
- إذا ظهرت عليك أعراض الإصابة بعدوى، على سبيل المثال:
 - الشعور بالسخونة أو البرودة
 - الشعور بالقشعريرة
 - التهاب الحلق
 - السعال.
 - الإسهال
 - أو الحاجة إلى التبول كثيراً.

عادةً ما تعود خلايا الدم البيضاء إلى المعدل الطبيعي قبل دورة علاجك التالية. وستخضع لاختبار دم قبل تلقّي المزيد من العلاج الكيميائي. وإذا كانت أعداد خلايا الدم البيضاء لديك لا تزال منخفضة، فقد يؤخر طبيبك العلاج لفترة قصيرة.

قد يؤثر العلاج الإشعاعي على خلايا الدم البيضاء ويزيد من خطر الإصابة بالعدوى لدى بعض الأشخاص. إلا أن ذلك يتوقف على جرعة العلاج التي تتناولها والمنطقة الخاضعة للعلاج من جسمك. سيمدك الطبيب أو الممرّض بمزيد من التوضيح.

يمكن أن تجعلك الجراحة أكثر عُرضة للإصابة بالعدوى بسبب الجرح الذي تخلفه العملية الجراحية في الجلد. والجلد هو جزء من الحماية الطبيعية للجسم ضد البكتيريا الخارجية التي تهاجم الجسم. وربما تزيد احتمالية تعرّضك للإصابة بعدوى في مكان الجرح.

من المهم أن تُخبر طبيبك على الفور إذا ما ارتفعت درجة حرارة جرحك أو أصبح متورمًا أو مؤلمًا أو إذا شعرت بالتوعك.

إذا كان طبيبك يعتقد أنك أصبت بعدوى، فقد تحتاج إلى مضادات حيوية. وقد يتم إعطاؤك هذه المضادات الحيوية على هيئة أقراص أو حقن في الوريد بالذراع أو اليد.

الأنيميا

يمكن أن تُقلّل علاجات السرطان من عدد خلايا الدم الحمراء في دمك. وبالتالي إذا انخفض عدد هذه الخلايا، فقد تشعر بالتعب وبضيق في التنفس. أبلغ طبيبك أو ممرّضك إذا كنت تشعر بمثل هذه الأعراض. وقد يتطلب الأمر إعطائك المزيد من خلايا الدم الحمراء. وهذا ما يسمى نقل الدم.

الكدمات والنزيف

قد يُقلّل علاج السرطان عدد الصفائح الدموية في دمك. أبلغ طبيبك إذا كانت لديك أية كدمات أو نزيف. وهذا يشمل نزيف الأنف ونزيف اللثة وبقع الدم والطفح الجلدي. وقد تستدعي حالات بعض المرضى إعطائهم المزيد من الصفائح الدموية.

تساقط الشعر

قد يتسبب العلاج الكيميائي في سقوط أو ضعف شعر رأسك. إلا أنه ليست كل أدوية العلاج الكيميائي تسبّب تساقط الشعر. فبعض هذه الأدوية لا يسبّب سوى تساقط القليل من الشعر. وقد تتسبّب أدوية أخرى في سقوط كل الشعر.

إذا تساقط شعرك، فإن ذلك سيحدث عادةً بعد بدء العلاج بمدة تتراوح من أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع. وفي بعض الأحيان يمكن أن يحدث ذلك في غضون أيام قليلة من بدء العلاج. يمكنك أن تسأل عن الحصول على شعر مستعار.

وعادةً ما ينمو شعرك مرة أخرى على مدار بضعة أشهر بمجرد الانتهاء من العلاج. في البداية قد يصبح شعرك أكثر تجعدًا أو قد يتغيّر لونه. ولكنه عادةً ما يعود إلى حالته التي كان عليها قبل العلاج.

وقد يتسبّب العلاج الإشعاعي أيضًا في سقوط الشعر. سوف تفقد الشعر من المنطقة التي تتعرض للعلاج الإشعاعي فقط. وإذا كنت تتلقى العلاج بمنطقة الرأس، فقد تفقد بعض الشعر من رأسك. وإذا كنت تتلقين علاجًا إشعاعيًا للثدي، فقد يسقط الشعر الموجود تحت الإبطين.

قد يجعل العلاج الهرموني شعرك أقل كثافة.

وقد يكون من المزعج جدًا أن تفقد شعرك. ولكن سينمو شعرك عادةً مرة أخرى بعد انتهاء العلاج. يمكن أن يعطيك ممرّضك بعض النصائح حول التعامل مع سقوط الشعر.

التعب

جميع علاجات السرطان يمكن أن تجعلك تشعر بالتعب. وغالبًا ما يزداد سوءًا مع اقتراب نهاية العلاج. ويمكن أن يستمر الشعور بالتعب لعدة أسابيع بعد انتهاء العلاج.

حاول أن تحصل على أكبر قدر من الراحة التي تحتاجها. كما أن ممارسة بعض التمارين الرياضية الخفيفة مثل المشي لمسافات قصيرة تفيد في مثل هذه الحالة.

التهاب الفم والقرح

يمكن لبعض علاجات السرطان أن تجعل فمك متقرحًا أو جافًا. وقد تلاحظ وجود تقرحات صغيرة. حاول أن:

- تناول قدرًا كبيرًا من السوائل
 - تُنظّف أسنانك بلطف بواسطة فرشاة أسنان ناعمة
 - تتجنّب الأطعمة الحارة والغنية بالتوابل.
- تُبلغ طبيبك أو ممرّضك إذا كنت تشعر بأن فمك متقرح. فسوف يتحققان من إصابتك بعدوى أم لا. وبإمكانهما وصف غسول أو دواء لمساعدتك.

الشعور بالغثيان أو الإصابة بالغثيان

قد يجعلك علاج السرطان تشعر بالغثيان أو القيء. سوف يعطيك طبيبك دواءً لمنع الغثيان أو السيطرة عليه.

إذا استمر لديك الشعور بالغثيان، أخبر طبيبك أو ممرضك. فبإمكانهما وصف أدوية أخرى تأتي بنتيجة أفضل بالنسبة لك.

فقدان الشهية

يفقد بعض الناس شهيتهم أثناء فترة علاج السرطان. فإذا حدث لك هذا، حاول أن تتناول وجبات خفيفة صغيرة بصفة دورية بدلاً من الوجبات الكبيرة. وإذا كنت تواجه مشاكل مع الأكل، من المهم أن تُبلغ فريق العمل بالمستشفى. فسوف يقدمون لك النصح حول تحسين شهيتك والحفاظ على وزن صحي.

تغيرات التذوق

قد تلاحظ وجود تغيرات في مذاق الطعام. ويشعر بعض الناس بطعم معدني غريب أو بطعم مرّ في الفم. يمكن المساعدة في التغلب على ذلك من خلال مصّ بعض الحلوى ذات النكهة أو حبوب النعناع الخالية من السكر. وعادةً ما يعود التذوق الطبيعي بعد انتهاء العلاج.

الإمساك

يمكن أن تُسبب بعض علاجات السرطان الإمساك. وكذلك من الممكن أن يحدث الإمساك بفعل أدوية أخرى، مثل المسكنات أو الأدوية المضادة للقيء. إلا أن شرب الكثير من السوائل وتناول الأطعمة التي تحتوي على الكثير من الألياف وممارسة التمارين الرياضية الخفيفة قد يكون مفيداً. أما إذا كنت لا تزال تعاني من الإمساك، فقد تحتاج إلى تناول دواء يُسمى المُلّين. ويُمكنك الحصول عليه من طبيبك.

الإسهال

يمكن أن تسبب بعض علاجات السرطان، وغيرها من الأدوية مثل المضادات الحيوية الإسهال. من المهم أن تشرب الكثير من السوائل إذا حدث ذلك. أخبر طبيبك إذا كنت تعاني من الإسهال. حيث يمكن أن يعطيك أدوية لمساعدتك.

تغيرات الجلد

قد يؤثر علاج السرطان سلبيًا على بشرتك. وربما تعاني من بعض المشاكل الجلدية التالية، حسب العلاج الذي تخضع له. هناك أشياء يمكنك القيام بها للعناية ببشرتك.

جفاف الجلد أو تغير لونه:

- حاول أن تستخدم كريمًا مرطبًا خاليًا من العطور. استشر طبيبك قبل استخدام الكريمات إذا كنت تتلقى العلاج الإشعاعي.
- استخدم ماكينة حلاقة كهربائية بدلاً من الحلاقة باستخدام الماء. فهذا سيقفل من خطر الإصابة بجروح في الجلد.

الحساسية لأشعة الشمس:

- احرص على حماية نفسك عند التعرض لأشعة الشمس. استخدم كريم حماية من الشمس بعامل حماية من الشمس (SPF) لا يقل عن 30.
- احرص على ارتداء قبعة أو وشاح على رأسك.
- احرص على ارتداء ملابس فضفاضة مصنوعة من القطن أو الألياف الطبيعية الأخرى.

احمرار الجلد أو التهابه:

- لا تستخدم الصابون أو الكريمات المحتوية على العطور.
- استخدم فقط مزيلات العرق أو الكريمات أو الصابون الذي ينصح به طبيبك.

الطفح الجلدي أو الحكّة:

- تحدّث إلى طبيبك أو ممرضك. فبإمكانهما وصف الأدوية أو الكريمات التي تساعدك.
- احرص على الاستحمام في البانيو أو تحت الدُش بالمياه الفاترة بدلاً من الساخنة.
- تجنّب حك المنطقة المصابة بالتهيج. حافظ على أظفرك نظيفة وقصيرة.

تقرح جلد اليدين والقدمين:

- إذا حدث هذا، فأخبر طبيبك على الفور. فربما يحتاج الطبيب إلى تعديل علاجك.
- اسأل طبيبك عن الكريمات التي قد تساعدك.
- حافظ على يديك وقدميك بارديتين.
- تجنّب تعريض بشرتك للماء الساخن.
- لا ترتدي الجوارب أو الأحذية أو القفازات الضيقة.

التغيرات الهرمونية

قد تؤثر بعض علاجات السرطان سلبيًا على هرموناتك. إذا كانت هناك احتمالية لأن تعاني من الآثار الجانبية الهرمونية، فسوف يبلغك أطباؤك بذلك قبل العلاج. قد تكون الآثار الجانبية الهرمونية مؤقتة أو دائمة.

يمكن أن تشمل الأعراض:

- الهبات الساخنة والتعرق
- ألم الثدي (لدى الرجال)
- زيادة الوزن
- ترقق العظام
- انخفاض الرغبة الجنسية
- العجز الجنسي (لدى الرجال)
- تغييرات في مواعيد الحيض (لدى النساء)
- جفاف المهبل (لدى النساء).

كيفية التصرف

- بالنسبة لملابسك وأغطية السرير، استخدم عدة طبقات رقيقة. وهذا يعني أنه بإمكانك ارتداؤها أو خلعها عند الحاجة عندما تشعر بهبات ساخنة.
- احرص على الاستحمام في البانيو أو تحت الدش بالمياه الفاترة أو الباردة بدلاً من الساخنة.
- قد تساعد بعض العلاجات التكميلية في تقليل الأعراض، ولكن استشر طبيبك قبل بدء هذه العلاجات.
- بالنسبة للرجال، توجد أدوية وأجهزة يمكن أن تساعد في التغلب على العجز الجنسي.
- بالنسبة للنساء، قد تكون هناك أدوية يمكن أن تساعد في تخفيف بعض الأعراض. تحدّث إلى طبيبك بخصوص هذا الشأن.
- حاول ممارسة نشاط بدني، على سبيل المثال المشي. حيث يمكنه أن يساعد في الحفاظ على عظامك قوية.

من المهم أن تُبلغ الطبيب أو الممرّض بأي أثر جانبي لديك. حيث يمكنهما أن يقدمًا لك النصيحة. فغالبًا ما تكون هناك أشياء يمكن أن تساعد.

كيف يُمكن أن تُقدِّم لك مؤسسة ماكميلان (Macmillan) المساعدة

تتواجد مؤسسة ماكميلان (Macmillan) لتقديم المساعدة لك ولعائلتك. يُمكنك الحصول على الدعم من خلال:

- **خط دعم ماكميلان (Macmillan) (0808 808 00 00).** يُرجى العلم بأن لدينا مترجمين، وبالتالي يُمكنك التحدُّث إلينا بلغتك. ما عليك سوى إخبارنا، باللغة الإنجليزية، باللغة التي ترغب في استخدامها. يسرنا الرد على استفساراتك الطبية أو تقديم المعلومات عن الدعم المالي أو التحدُّث معك عن المشاعر التي تراودك. خط الهاتف متاح طوال أيام الأسبوع من الساعة 8 صباحًا إلى الساعة 8 مساءً.
- **الموقع الإلكتروني لمؤسسة ماكميلان (Macmillan) (macmillan.org.uk).** يحتوي موقعنا على الكثير من المعلومات باللغة الإنجليزية عن السرطان والتعايش معه. يُمكنك الاطِّلاع على مزيد من المعلومات بلغات أخرى على الموقع الإلكتروني macmillan.org.uk/translations
- **خدمات المعلومات والدعم.** في خدمة المعلومات والدعم، يُمكنك التحدُّث إلى مُتخصِّص دعم السرطان والحصول على معلومات كتابية. ابحث عن أقرب مركز من خلال الموقع الإلكتروني macmillan.org.uk/informationcentres أو اتصل بنا. قد يوجد مركز في المستشفى الذي تُعالج به.
- **مجموعات الدعم المحلي –** في إحدى مجموعات الدعم، يُمكنك التحدُّث مع أشخاص آخرين مصابين بالسرطان. ابحث عن مجموعة قريبة منك من خلال الموقع الإلكتروني macmillan.org.uk/supportgroups أو اتصل بنا.
- **مجتمع ماكميلان (Macmillan) على الإنترنت –** يُمكنك أيضًا التحدُّث إلى أشخاص آخرين مصابين بالسرطان عبر الإنترنت على الموقع الإلكتروني macmillan.org.uk/community

قائمة الكلمات

الكلمة	الكلمة باللغة الإنجليزية	طريقة النطق باللغة الإنجليزية	المعنى
الإمساك	Constipation	كونستيبيشن	صعوبة أو ألم عند إخراج الفضلات (التبرز)، وقد تقل عدد مرات ذهابك إلى الحمام عن المعتاد، أو ربما يكون البراز صلبًا أو متكتلاً.
الإسهال	Diarrhoea	داياريا	إخراج براز لين أو مائي. وقد تحتاج للذهاب إلى الحمام أكثر من المعتاد أو بشكل مُلح للغاية، وقد يكون ذلك مصحوبًا بالألم في البطن.
الجراحة	Surgery	سيرجوري	علاج للسرطان يعني الخضوع لعملية جراحية.
خلايا الدم الحمراء	Red blood cells	رد بلود سيلز	خلايا تنقل الأوكسجين إلى جميع أجزاء الجسم. وإذا انخفض عدد هذه الخلايا، فقد تشعر بالتعب وبضيق في التنفس.
خلايا الدم البيضاء	White blood cells	وايت بلود سيلز	الخلايا التي تكافح العدوى. وهي جزء من جهاز المناعة.
الصفائح الدموية	Platelets	بليتليتس	خلايا تساعد الدم على التجلط.
العدوى	Infection	إنفيكشن	عندما تصيب البكتيريا جسمك وتسبب مرضًا.
العلاج الإشعاعي	Radiotherapy	راديو ثيرابي	علاج للسرطان تُستخدم فيه الأشعة السينية عالية الشدة لتدمير الخلايا السرطانية.
العلاجات التكميلية	Complementary therapies	كومبليمنتاري ثيرابي	علاجات أو أنشطة يمكنها أن تساعدك على الشعور بتحسّن، مثل العلاجات العشبية أو التدليك. إلا أن هذه العلاجات لا تُعالج السرطان.
العلاج الكيميائي	Chemotherapy	كيمو ثيرابي	علاج للسرطان تُستخدم فيه الأدوية لتدمير الخلايا السرطانية.
العلاج الهرموني	Hormonal therapy	هورمونال ثيرابي	علاج للسرطان يغير الهرمونات في جسدك، مما يوقف نمو الخلايا السرطانية.
المضادات الحيوية	Antibiotics	أنتي بيوتيكس	دواء يُعالج الإصابة بالعدوى.
مكان الجرح	Wound site	ووند سايت	جرح في الجلد نتيجة عملية جراحية.
نقص عدد كرات الدم البيضاء	Neutropenia	نيوتروبينيا	نقص عدد خلايا الدم البيضاء الموجودة في الدم. وفي هذه الحالة تُصبح أكثر عُرضة للإصابة بالعدوى.

المزيد من المعلومات باللغة العربية

لدينا معلومات باللغة العربية عن المواضيع التالية:

التعامل مع السرطان	أنواع السرطان
<ul style="list-style-type: none">• إذا أثبت التشخيص إصابتك بالسرطان - دليل سريع• مشاكل التغذية والسرطان• نهاية الحياة• الدعم المالي - الإعانات• الدعم المالي - المساعدة في التكاليف• التغذية الصحية• التعب (الإعياء) والسرطان• الآثار الجانبية لعلاجات السرطان• ما يُمكنك القيام به لمساعدة نفسك	<ul style="list-style-type: none">• سرطان الثدي• سرطان الأمعاء الغليظة• سرطان الرئة• سرطان البروستاتا
	العلاجات
	<ul style="list-style-type: none">• العلاج الكيميائي• العلاج الإشعاعي• الجراحة

للاطلاع على هذه المعلومات، يُرجى زيارة الموقع الإلكتروني macmillan.org.uk/translations

المراجع والشكر

تمت كتابة وتحريير هذه المعلومات بواسطة فريق تطوير معلومات السرطان بمؤسسة ماكميلان كانسر سابورت (Macmillan Cancer Support). وتمت ترجمتها إلى اللغة العربية بواسطة شركة ترجمة.

تستند المعلومات الواردة في هذه النشرة إلى كتيب ماكميلان (Macmillan) المُعنون الآثار الجانبية لعلاجات السرطان. يُمكننا أن نُرسل لك نسخة منه، ولكن الكتيب الكامل متوفّر باللغة الإنجليزية فقط.

تمت مراجعة هذه المعلومات من قِبل خبراء مختصين واعتمادها بواسطة رئيس المحررين الطبيين، الدكتور تيم إيفيسون، استشاري طب الأورام ورئيس المحررين الطبيين بمؤسسة ماكميلان (Macmillan).

كما نتوجه بالشكر إلى الأشخاص المصابين بالسرطان الذين راجعوا هذه المعلومات.

تستند كل معلوماتنا إلى أفضل الأدلة المُتاحة. لمزيد من المعلومات عن المصادر التي نستخدمها، يُرجى التواصل معنا عبر البريد الإلكتروني cancerinformationteam@macmillan.org.uk

MAC14364_Arabic

مراجعة المحتوى: 2020

المراجعة التالية المُخطط لها: 2023

نحن نبذل قصارى جهدنا لضمان تحري الدقة في المعلومات التي نُقدّمها، ولكن لا ينبغي الاعتماد عليها لتقديم صورة تعكس الوضع الحالي للأبحاث الطبية التي تتغير باستمرار. إذا كنت قلقاً بشأن صحتك فيجب عليك استشارة طبيبك. لا تتحمل مؤسسة ماكميلان (Macmillan) المسؤولية عن أي خسائر أو أضرار تنشأ عن أي خطأ في هذه المعلومات أو في المعلومات الخاصة بأي جهة خارجية، مثل المعلومات الواردة بالمواقع الإلكترونية التي نشير إليها من خلال الروابط.

© ماكميلان كانسر سابورت (Macmillan Cancer Support) 2020. مؤسسة خيرية مُسجّلة في إنجلترا وويلز (261017) واسكتلندا (SC039907) وجزيرة أيل أوف مان (604). يقع المكتب المُسجّل في 89 ألبرت إيمانكمنت، لندن SE1 7UQ.



Patient Information Forum

Side effects of cancer treatment

This information is about the side effects of cancer treatment.

Any words that are underlined are explained in the word list at the end. The word list also includes the pronunciation of the words in English.

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 (say "Arabic").

There is more cancer information in other languages at macmillan.org.uk/translations

This information is about:

- What are side effects?
- Treatments for cancer
- Possible side effects
- How Macmillan can help you
- Word list
- More information in [Arabic]
- References and thanks

What are side effects?

Side effects are unwanted effects of cancer treatment. For example, hair loss, feeling sick or tiredness. Most side effects go away after treatment finishes.

Side effects can be mild and last for a short time. But sometimes they can affect you more.

The side effects you get will depend on your treatment. Treatments can affect each person differently. You may only have a few of the side effects mentioned here. Your doctors or nurses will tell you about any side effects you may have.

Treatments for cancer

There are different types of cancer treatment.

- Surgery – this means having an operation to remove the tumour and nearby tissues that may contain cancer cells.
- Chemotherapy – this uses drugs to destroy cancer cells.
- Radiotherapy – this uses strong x-rays to destroy cancer cells.
- Hormonal therapy – this changes hormones in your body, which can stop cancer from growing.
- Targeted therapy – this uses drugs that target the specific way that cancer cells grow.
- Immunotherapies – these use the immune system to destroy cancer cells.

Possible side effects

Risk of infection

Chemotherapy can reduce the number of white blood cells in your blood. This is called neutropenia. This makes you more likely to get an infection.

Contact the hospital straight away on the contact number you've been given if:

- your temperature goes over 37.5°C (99.5°F) or over 38°C (100.4°F), depending on the advice given by your chemotherapy team
- you suddenly feel unwell, even with a normal temperature
- you have symptoms of an infection, such as:
 - feeling hot or cold
 - feeling shaky
 - a sore throat
 - a cough
 - diarrhoea
 - needing to pass urine a lot.

Your white blood cells usually return to normal before your next treatment. You will have a blood test before having more chemotherapy. If your white blood cells are still low, your doctor may delay your treatment for a short time.

Radiotherapy can affect the white blood cells and increase the risk of infection in some people. But it depends on the dose you have and which part of your body is being treated. Your doctor or nurse will explain more.

Surgery can make you more likely to get an infection because it causes a break in the skin. The skin is part of the body's natural protection against bacteria outside the body. You may be more likely to get an infection at the wound site.

It is important to tell your doctor straight away if your wound becomes hot, swollen, painful, or if you feel unwell.

If your doctor thinks you have an infection, you may need antibiotics. You may have these as tablets or as an injection into a vein in your arm or hand.

Anaemia

Cancer treatments can reduce the number of red blood cells in your blood. If the number is low, you may feel tired and breathless. Tell your doctor or nurse if you feel like this. You may need to be given extra red blood cells. This is called a blood transfusion.

Bruising and bleeding

Cancer treatments can reduce the number of platelets in your blood. Tell your doctor if you have any bruising or bleeding. This includes nosebleeds, bleeding gums, blood spots or rashes on the skin. Some people may need to be given extra platelets.

Hair loss

Chemotherapy can make the hair on your head fall out or get thinner. Not all drugs make your hair fall out. Some drugs make only a little bit of hair fall out. Others can make all of your hair fall out.

If your hair falls out, it usually happens two to three weeks after starting treatment. Sometimes it can happen within a few days. You can ask about getting a wig or hairpiece.

It usually grows back over a few months, once you have finished treatment. At first your hair may be curlier or a different colour. But it usually returns to what it was like before treatment.

Radiotherapy can also cause hair loss. You will only lose hair from the area of your body having treatment. If you are having treatment to your head, you may lose some hair from your head. If you are having treatment to your breast, the hair under your arm might fall out.

Hormonal therapy may make your hair become thinner.

It can be very upsetting to lose your hair. But your hair will usually grow back after treatment. Your nurse can give you advice about coping with hair loss.

Tiredness

All cancer treatments can make you feel tired. This is often worse towards the end of treatment. It can last for some weeks after treatment finishes.

Try to get as much rest as you need. It helps to also do some gentle exercise such as short walks.

Sore mouth and ulcers

Some cancer treatments can make your mouth sore or dry. You may notice small ulcers. Try to:

- drink lots of fluids
- clean your teeth gently with a soft toothbrush
- avoid hot and spicy foods.

Tell your doctor or nurse if your mouth is sore. They will check for infection. They may give you mouthwashes or medicine to help.

Feeling sick or being sick

Cancer treatment can make you feel sick or be sick (vomit). Your doctor will give you medicine to prevent or control sickness.

If you still feel sick, tell your doctor or nurse. They can try other medicines that may work better for you.

Loss of appetite

Some people lose their appetite during cancer treatment. If this happens, try having regular small snacks rather than large meals. If you are having problems eating, it is important to tell the hospital staff. They will give you advice on improving your appetite and keeping to a healthy weight.

Taste changes

You may notice that food tastes different. Some people get a strange metal or bitter taste in their mouth. Sucking on flavoured sugar-free sweets or mints may help. Normal taste usually comes back after treatment finishes.

Constipation

Some cancer treatments can cause constipation. Other medicines can also cause constipation, like painkillers or anti-sickness drugs. Drinking lots of fluids, eating foods with lots of fibre, and doing some gentle exercise can help. If you still have constipation, you may need to take a medicine called a laxative. Your doctor can give this to you.

Diarrhoea

Some cancer treatments, and other medicines like antibiotics, can cause diarrhoea. It is important to drink plenty of fluids if this happens. Tell your doctor if you have diarrhoea. They can give you medicines to help.

Skin changes

Cancer treatments can affect your skin. Depending on your treatment, you may have some of the following skin problems. There are things you can do to look after your skin.

Dry or discoloured skin:

- Try using an unperfumed moisturiser. Check with your doctor before using creams if you are having radiotherapy.
- Use an electric razor instead of wet shaving. This will reduce the risk of cuts.

Sensitivity to sunlight:

- Protect yourself if you go out in the sun. Use a suncream with a sun protection factor (SPF) of at least 30.
- Wear a hat or scarf on your head
- Wear loose clothes made of cotton or other natural fibres.

Red or sore skin:

- Do not use soaps or creams that contain perfume.
- Only use deodorants, creams or soaps recommended by your doctor.

Rashes or itching:

- Speak to your doctor or nurse. They can provide medicines or creams to help.
- Have lukewarm baths or showers rather than hot ones.
- Don't scratch the itchy area. Keep your nails clean and short.

Sore skin on the hands and feet:

- If this happens, tell your doctor straight away. They may need to adjust your treatment.
- Ask your doctor about creams that might help.
- Keep your hands and feet cool.
- Avoid hot water.
- Don't wear tight socks, shoes or gloves.

Hormonal changes

Some cancer treatments can affect your hormones. If you are likely to have hormonal side effects, your doctors will tell you before your treatment. Hormonal side effects may be temporary or permanent.

Symptoms can include:

- hot flushes and sweats
- breast tenderness (in men)
- weight gain
- bone thinning
- lowered sex drive
- impotence (in men)
- changes to menstruation (in women)
- vaginal dryness (in women).

What you can do

- For your clothes and bed linen, use several thin layers. This means you can take them off and put them on as needed if you have hot flushes.
- Have lukewarm or cool baths and showers instead of hot ones.
- Some complementary therapies may help reduce symptoms but check with your doctor before taking these.
- For men, there are medicines and devices that can help deal with impotence.
- For women, there may be medicines that can help with some symptoms. Talk to your doctor about this.
- Try to be physically active, for example walking. It can help to keep your bones strong.

It is important to mention any side effect you have to your doctor or nurse. They can give you advice. There are often things that can help.

How Macmillan can help you

Macmillan is here to help you and your family. You can get support from:

- **The Macmillan Support Line (0808 808 00 00).** 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 answer medical questions, give you information about financial support, or talk to you about your feelings. The phone line is open 7 days a week, 8am to 8pm.
- **The Macmillan website (macmillan.org.uk).** Our site has lots of English information about cancer and living with cancer. There is more information in other languages at macmillan.org.uk/translations
- **Information and support services.** At an information and support service, you can talk to a cancer support specialist and get written information. Find your nearest centre at macmillan.org.uk/informationcentres or call us. Your hospital might have a centre.
- **Local support groups** – At a support group you can talk to other people affected by cancer. Find a group near you at macmillan.org.uk/supportgroups or call us.
- **Macmillan Online Community** – You can also talk to other people affected by cancer online at macmillan.org.uk/community

Word list

Word	In English	How to say in English	Meaning
	Antibiotics		Medicine that treats an <u>infection</u>
	Chemotherapy		A cancer treatment that uses drugs to kill cancer cells.
	Complementary therapies		Treatments or activities that can help you feel better, like herbal treatments or massage. They do not treat cancer.
	Constipation		When you find it difficult or painful to empty your bowels (poo). You might not be going as often as usual, or your poo might be hard and lumpy.
	Diarrhoea		When you have soft or watery poo. You might need the toilet more than usual or very urgently. You may also have tummy pain.
	Hormonal therapy		A cancer treatment that changes hormones in your body, which can stop cancer from growing.
	Infection		When bacteria gets into your body and causes an illness.
	Neutropenia		When you do not have enough white blood cells. This makes you more likely to get an infection.
	Platelets		Cells that help the blood to clot.
	Radiotherapy		A cancer treatment that uses strong x-rays to destroy cancer cells.

	Red blood cells		Cells that carry oxygen around the body. If the number is low, you may feel tired and breathless
	Surgery		A cancer treatment that means having an operation.
	White blood cells		Cells that fight infection. They are part of the immune system.
	Wound site		The cut in the skin where an operation was done.

More information in [Arabic]

We have information in [Arabic] about these topics:

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

To see this information, go to [macmillan.org.uk/translations](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 by a translation company.

The information included is based on the Macmillan booklet Side effects of cancer treatments. We can send you a copy, but the full booklet is only available in English.

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

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**

MAC14364 _Arabic

Content reviewed: 2020

Next planned review: 2023

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

© Macmillan Cancer Support 2020. Registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Registered office 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.



Patient Information Forum