

Kanser tanısı aldıysanız – Hızlı bir kılavuz

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

Altı çizili kelimeler, belgenin sonundaki kelime listesinde açıklanmaktadır. Kelime listesinde, kelimelerin İngilizce dilinde söylenişleri de yer almaktadır.

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 ücretsiz 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:

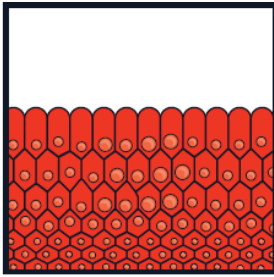
- Kanser nedir?
- Tanıdan sonra ne olur?
- LGBTQ+ bireyseniz
- Karşılaşabileceğiniz sağlık ve sosyal bakım uzmanları Tedavi nasıl planlanır?
- Temel kanser tedavileri
- Sağlık ekibinizle konuşmak
- Kanserle başa çıkmak
- Sizin için doğru bakım ve desteği almak
- Macmillan size nasıl yardımcı olabilir?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

Kanser nedir?

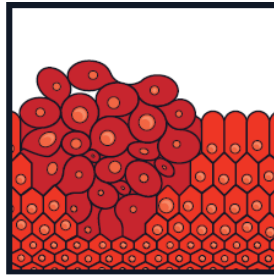
Kanser, vücudumuzdaki hücrelerde başlar. Hücreler, vücuttaki organları ve dokuları oluşturan çok küçük yapı bloklarıdır. Hücreler, ne zaman büyümeleri ve yeni hücreler oluşturmak için ne zaman bölünmeleri gerektiği konusunda vücuttan sinyaller alır. Vücudumuz bu şekilde büyür ve kendisini onarır. Bu 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), vücutta başka bir yere yayılamaz. Genellikle sadece büyümeleri yakındaki organlara baskı yapmaları durumunda sorunlara yol açarlar.

Kanser olan tümörler (kötü huylu tümör) yakınındaki dokuya da sızabilir.

Kanser hücreleri bazen ilk kanserden ayrılır. Kan veya lenfatik sistem aracılığıyla vücudun diğer kısımlarına yayılır. 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?

Sağlık ekibiniz, tedavi seçenekleriniz ve ihtiyaç duyacağınız herhangi bir destek hakkında sizinle konuşacaktır. Size tedavinizin neleri içereceğini ve ne zaman başlayabileceğini anlatacaklardır. Kanser hakkında daha fazla bilgi edinmek için size daha fazla test veya tarama yapılması gerekebilir.

LGBTQ+ bireyseniz

Bu sayfada yer alan bilgiler kanserden etkilenen herkes için yazılmıştır. LGBTQ+ bireyseniz bazı ilave sorularınız olabilir.

Bazı durumlarda sağlık ekibinizin cinsel yöneliminizi veya cinsiyetinizi bilmesi daha iyi desteklendiğinizi hissetmenize yardımcı olur. Aynı zamanda sağlık ekibinizin size ve yakınlarınıza doğru bilgi ve desteği vermesine yardımcı olabilir.

Trans veya non-binary bireyseniz bir sağlık uzmanıyla vücudunuz hakkında konuşmak size zor gelebilir. Bazen hakkında konuşmanın sizi rahatsız edebileceği vücut uzuvları üzerinde testlerin ve tedavilerin yapılması gerekebilir. Hormon alıyorsanız veya cinsiyet uyum sürecinde cerrahi işlemler geçirdiyse sormak isteyebileceğiniz sorular olabilir.

Randevularınıza güvendiğiniz birisiyle birlikte gidin. Refakatçiniz konuşulanları dinleyebilir ve yaşananlarla baş etmenize yardımcı olabilir.

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 kişiye sorumlu kişi veya bağlantı kişisi adı verilebilir. 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 olacaklardır. Bunlar arasında şu gruplar bulunur:

- **Aile hekimi:** Aile hekiminiz evde kaldığınız sürece sağlık bakımınızla ilgilenecektir. 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 değerlendirebilir.
- **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 hekimlerin 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 (ÇDE)

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 değerlendirme konusunda uzman bir doktor.
- **Klinik uzman hemşire (CNS):** Tedavi esnasında bilgi ve destek veren hemşire.
- **Palyatif bakım doktoru:** Semptomların kontrol edilmesine yardımcı olan doktor.

Kanserinizi türüne bağlı olarak ÇDE içinde başka kişiler de olabilir.

Sosyal hizmetler ve gönüllü kuruluşlar

Evde yıkanma, giyinme, temizlik veya alışveriş gibi konularda yardıma ihtiyacınız olursa aile hekiminiz veya sizden sorumlu çalışan ile 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?

Kanserinizi türü konusunda uzman olan sağlık ekibiniz tedavinizi planlayacaktır. Şu hususları göz önüne alırlar:

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

Herhangi bir tedaviye başlamadan önce doktorlar iznini (onam) isteyeceklerdir.

Tedavi seçeneklerini anladığınızdan emin olun. Doktorunuz veya hemşireniz, tedavi ile ilgili tüm sorularınızı yanıtlamalıdır. Kanser tedavisi karmaşık olabilir. Bu nedenle birden fazla soru sormanız gerekebilir. Randevularınıza yanınızda bir akrabanızı veya arkadaşınızı götürmeniz faydalı olabilir. Size nelerin anlatıldığını hatırlatmada yardımcı olabilirler. Sormak istediğiniz soruların bir listesini oluşturmak ve bu listeyi randevuya götürmek de işinizi kolaylaştırır. Yanıtları yazarsanız aklınızda tutmanıza gerek kalmaz.

Tedavi konusunda kararlar vermek

Birden fazla muhtemel tedavi seçeneği olabilir. Doktorunuz size bir seçim sunabilir. Kararınızı verebilmeniz için ihtiyaç duyduğunuz tüm bilgileri sağlayacaklardır. Sizin için neyin doğru olduğuna karar vermeden önce aşağıdaki unsurları anlamak önemlidir:

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

Sağlık ekibiniz size seçim yapmak için gerekli zamanı tanıyacaktır. Size karar verme konusunda da yardımcı olabilirler.

Temel kanser tedavileri

Tedavinin amacı, kanseri tedavi etmek veya kontrol altına alarak belirtileri hafifletmektir.

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 yüksek enerjili röntgen ışınları kullanılır.
- **Kemoterapi:** Kanser hücrelerini yok etmek için ilaç kullanılır.
- **Hormon tedavileri:** Bu ilaçlar vücudunuzdaki hormonların faaliyetini değiştirir. Bu da kanserin büyümesini yavaşlatabilir veya durdurabilir.
- **Hedefli tedaviler:** Kanser hücrelerinin büyüme şekline müdahale eden ilaçlar verilir.

Klinik alışmalar

Klinik alışmalar, insanların dâhil olduğu tıbbi araştırma çabalarıdır. Klinik çalışmalarda, mevcut tedavilerden daha etkili olup olmadığını görmek için yeni tedaviler test edilir. Bir alışma, 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.

Yan etkiler

Kanser tedavileri yan etkilere neden olabilir. Bunlar genellikle azaltılabilir ve kontrol altında tutulabilir. Sağlık ekibiniz size bu konuda tavsiyede bulunacaktır. Çoğu yan etki, tedavi bittikten sonra azalarak yok olur.

Sağlık ekibinizle konuşmak

Kanser olmak, endişe verici ve kafa karıştırıcı bir süreçtir. Sağlık ekibinizle konuşmak faydalı olabilir. Çoğu kişi, kendisine ne olacağını ve neden olacağını bildiğinde daha iyi ve kontrolde hisseder.

İnsanlar sıklıkla hastane personelinin sorularını yanıtlayamayacak kadar yoğun olduğunu düşünür. Fakat neler olduğunu ve kanser ile kanser tedavisinin sizi nasıl etkileyebileceğini anlamanız önemlidir. Sağlık alışanları size yardımcı olmak için vardır. Sorularınıza zaman ayıracaklardır. İngilizce anlayamıyor veya konuşamıyorsanız hastane sizin için bir tercüman ayarlayabilir.

Bazı soruları, özellikle de kişisel sorunlarla ilgili olanları sormakta zorlanabilirsiniz. Fakat sağlık ekibiniz size yardımcı olmak için vardır ve bu soruları yanıtlamaya alışkındır.

Size anlatılan şeyleri anlamanız önemlidir. Anlayamadığınız bir konu olursa doktorunuzdan veya hemşirenizden tekrar açıklamasını isteyin.

Sağlık ekibinize soracağınız sorular

Aşağıda sağlık ekibinize sormak isteyebileceğiniz bazı sorular yer almaktadır. Soruların hepsi sizin için geçerli olmayabilir.

- 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?
- Tedavi ne kadar etkili olacak?
- Hissettiklerim hakkında kiminle konuşabilirim?
- Aklıma daha sonra gelen sorular için kiminle konuşabilirim?
- Dini veya manevi isteklerim var, bunlar karşılanacak mı?

Kanserle başa çıkmak

Duyularınız

Kanser olduğunuz söylendiğinde çok farklı duygulara sahip olmak yaygındır. Şok olmuş, korkmuş, endişeli, kızgın veya üzgün hissedebilirsiniz. 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.
- Konut kredileri, emekli aylıkları, sigortalar, kredi temini ve tasarruflar hakkındaki sorularınızda size yardımcı olabiliriz.
- Kanser neden olduğu 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 değişiklikler

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

Kanser tanısı sonrasında bazı kişiler dini inançların ve manevi duyguların daha fazla farkına varır. Güçlü dini inançları olan kişiler sıklıkla bunu çok faydalı bulur. Bazı insanlar ise inançlarını sorgulayabilir.

Bazı kişiler ibadet veya meditasyonda huzur bulur. Birçok kişi, diğer insanların kendileri için dua ettiğini bilmeyi faydalı bulur.

Neye inandığınızdan emin olmasanız bile bir din görevlisi, papaz, rahip, haham veya başka bir dini lider ile konuşabilirsiniz. Manevi ve dini liderler yardımcı olmaya alışkındır ve iç rahatlığı bulmanızı sağlayabilirler.

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 bizi arayabilirler.

Sizin için doğru bakım ve desteği almak

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

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

Ancak yardım almanız mümkün. **0808 808 00 00** numaralı ücretsiz destek hattımız size durumunuzla ilgili olarak kendi dilinizde önerilerde bulunabilir. Hemşirelerin yanı sıra maddi işler, sosyal haklar ve iş destek danışmanlarıyla konuşabilirsiniz.

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

Macmillan size nasıl yardımcı olabilir?

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

Macmillan Destek Hattı

Tercümanlarımız bulunmaktadır, böylece bizimle kendi dilinizde konuşabilirsiniz. Sadece konuşmak istediğiniz dili İngilizce olarak bize belirtin. 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.

İnternet üzerinden sohbet

Bize internet üzerinden bir sohbet mesajı göndererek tercüman istediğinizi belirtebilirsiniz. Bize konuşmak istediğiniz dili İngilizce olarak söyleyin. Sizinle iletişime geçecek birisini bulacağız. İnternet sitesindeki sayfalarda görüntülenen "Chat to us" (Bizimle sohbet edin) düğmesine tıklayın. **macmillan.org.uk/talktous** adresini de ziyaret edebilirsiniz.

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 mobil merkezlerde bulunmaktadır. Bunlardan birini ziyaret ederek ihtiyaç duyduğunuz bilgileri alabilir ve birisiyle yüz yüze görüşebilirsiniz. Size en yakın merkezi

macmillan.org.uk/informationcentres adresinden 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** adresinden veya **0808 808 00 00** numaralı telefonda bizi arayarak bulabilirsiniz.

Çevrim İçi Macmillan Topluluğu

Kanserden etkilenen diğer kişilerle çevrim içi olarak **macmillan.org.uk/community** üzerinden konuşabilirsiniz. Gece veya gündüz, günün her saatinde erişebilirsiniz.

Deneyimlerinizi paylaşabilir, sorular sorabilir veya başka kişilerin gönderilerini okuyabilirsiniz.

Kelime listesi

Kelime	İngilizce	İngilizcede söylenişi	Anlamı
Hücreler	Cells	Sells	Vücudumuzdaki organları ve dokuları oluşturan çok küçük yapı blokları.
İyi huylu	Benign	Binayn	Kanser olmayan ve vücutta başka bir yere yayılamayan vücuttaki kitle.
Kötü huylu	Malignant	Malignint	Kanser olan ve vücudun başka yerlerine yayılabilen kitle.
Lenfatik sistem	Lymphatic system	Limpatik sistim	Vücudunuz boyunca yayılan tüp ve bezlerden oluşan bir ağ. Bağışıklık sisteminin bir parçasıdır. Bu sistem enfeksiyonlarla savaşır ve doku ve organlarındaki sıvıyı dışarı aktarır.
Metastaz	Metastasis	Metastasis	Kanserin vücutta ilk başladığı yerden yayılan ikincil bir tümör.
Palyatif bakım	Palliative care	Paliativ keir	Tedavi edilemeyen kanseri olan bir kişiye verilen bakımdır. Bu bakım, kanseri küçültmeye veya semptomları azaltmaya ve kişiyi daha da rahatlamaya yönelik bir tedaviyi içerebilir.
Sağlık ekibi	Healthcare team	Heltkeir tim	Sizinle ilgilenecek doktorlardan, hemşirelerden veya diğer uzmanlardan oluşan ekip.
Sorumlu çalışan	Key worker	Kiy vorkır	Bu kişi, ana irtibat kişinizdir. İletişim bilgileri sizde olmalıdır. Sorularınızı yanıtlayabilir ve farklı konularda size kimin yardımcı olabileceğini söyleyebilir.

Tanı	Diagnosis	Diyagnozis	Tanı, doktorunuzun belirtilerimize hangi hastalık veya sorunun yol açtığını tespit etmiş olmasıdır.
Tanı almış	Diagnosed	Diyagnozd	Kanser tanısı aldıysanız, doktorunuz kanser olduğunuzu tespit etmiş demektir.
Tümör	Tumour	Tüümur	Tümör, anormal şekilde büyüyen bir hücre grubudur. Anormal hücreler çoğalmaya devam eder ve bir kitle oluşturur.
Yan etkiler	Side effects	Sayt effekt	Kanser tedavisinin istenmeyen etkileridir. Örneğin saç dökülmesi, mide bulantısı veya halsizlik bunlara dâhildir. Çoğu yan etki, tedavi bittikten sonra ortadan kalkar.
Yardımlar	Benefits	Benefits	Giderleri karşılamaya yönelik devletin size yaptığı ödeme.

Kendi dilinizde daha fazla bilgi

Aşağıdaki konularda kendi dilinizde hazırlanmış bilgilere sahibiz:

Kanser türleri <ul style="list-style-type: none">• Meme kanseri• Kalın bağırsak kanseri• Akciğer kanseri• Prostat kanseri Tedaviler <ul style="list-style-type: none">• Kemoterapi• Radyoterapi• Ameliyat	Kanserle başa çıkmak <ul style="list-style-type: none">• Kanser ve koronavirüs• Kanser hastası olarak sosyal yardım talebinde bulunmak• Beslenme sorunları ve kanser• Yaşamın sonu• Sağlıklı beslenme• Kanser olduğunuzda maliyetlere yönelik yardım• Kanser tanısı aldıysanız – Hızlı bir kılavuz• Sepsis ve kanser• Kanser tedavisinin yan etkileri• Yorgunluk (bitkinlik) ve kanser
--	--

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 tercüme edilmiştir.

Bu broşürde yer alan bilgiler, Macmillan'ın **Kanser kılavuzu** broşürünü esas almaktadır. Size bu belgenin bir nüshasını gönderebiliriz, ancak broşürün tamamı İngilizce dilinde hazırlanmıştır.

Bu bilgiler ilgili uzmanlar tarafından gözden geçirilmiştir ve Baş Tıbbi Editörümüz olan Danışman Tıbbi Onkolog ve Macmillan Baş Tıbbi Editörü Profesör Tim Iveson 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

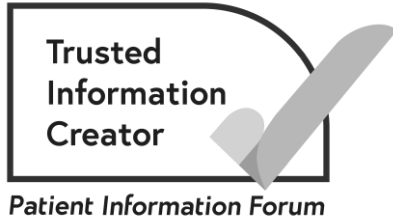
MAC15916_Turkish

İçeriğin gözden geçirilme tarihi: 2021

Planlanan bir sonraki gözden geçirme tarihi: 2024

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

© Macmillan Cancer Support 2021, İngiltere ve Galler (261017), İskoçya (SC039907) ve Man Adasında (604) tescilli bir hayır kurumudur. Kuzey İrlanda'da da faaliyet göstermektedir. 2400969 şirket numarasıyla İngiltere ve Galler'de tescilli, garanti ile sınırlı şirket. Man Adası şirket numarası 4694F'dir. Kayıtlı merkez: 89 Albert Embankment, Londra SE1 7UQ.



If you are diagnosed with cancer – a quick guide

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

Any words that are underlined are explained in the word list at the end. The word list also includes how to say the words in English.

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 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:

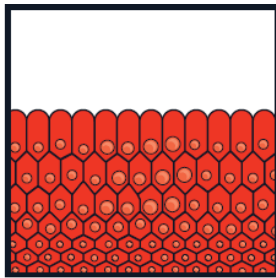
- What is cancer?
- What happens after diagnosis?
- If you are LGBTQ+
- Health and social care professionals you might meet
- How treatment is planned
- The main cancer treatments
- Talking to your healthcare team
- Coping with cancer
- Getting the right care and support for you
- How Macmillan can help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

What is cancer?

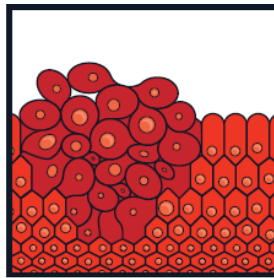
Cancer starts in the cells in our body. Cells are tiny building blocks that make up the body's organs and tissues. Cells receive signals from the body, telling them when to grow and when to divide to make new cells. This is how our bodies grow and heal. These cells can become old, damaged or no longer 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 (a malignant tumour) can grow into nearby tissue.

Cancer cells sometimes break away from the first cancer and travel through the blood or lymphatic system to other parts of 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?

Your healthcare team should talk to you about your treatment options and about any support you need. They will tell you what your treatment will involve and when it can start. You may need to have some more tests or scans to find out more about the cancer.

If you are LGBTQ+

The information on this page is written for everyone affected by cancer. If you are LGBTQ+, you may have additional questions.

Sometimes it can help you feel better supported if your healthcare team know your sexual orientation or gender. And it may help your healthcare team give the right information and support to you and the people closest to you.

If you are trans (transgender) or non-binary, talking to a health professional about your body may be difficult. Sometimes, tests or treatment may involve parts of the body you find upsetting to talk about. You may also have questions if you take hormones or have had gender-affirming surgeries.

Try to take someone you trust to your appointments. They can listen and help you cope with what is happening.

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 a key worker or link worker. 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** – Your GP looks after your health while you are at home. 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 (MDT)

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 is trained to look 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.

There may be other people in the MDT 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 healthcare team, who are experts in your type of cancer, will plan your treatment. They will think about:

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

Doctors need your permission (consent) before you have any treatment.

Make sure you understand the treatment options. Your doctor or nurse should answer any questions you have about the treatment. Cancer treatment can be complicated so you may need to ask questions more than once. It might help to take a relative or friend to appointments with you. They can help you remember what was said. It might also help to make a list of questions that you want to ask and take it to your appointment. You can write down the answers so you remember them.

Making decisions about treatment

There might be more than one possible treatment. Your doctor may offer you a choice. They will give you all the information you need to make your decision. 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.

Your healthcare team will give you time to choose. They can also help you with the decision.

The main cancer treatments

The aim of treatment is to cure the cancer, or control it and 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
- **chemotherapy** – drugs are used to destroy cancer cells
- **hormonal therapies** – these drugs change the activity of hormones in your body, which can slow down or stop the cancer from growing.
- **targeted therapies** – these drugs interfere with the way cancer cells grow.

Clinical trials

Clinical trials are medical research studies involving people.. They test new treatments to see if they are more effective than current treatments. 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.

Side effects

Cancer treatments can cause side effects. These can often be reduced and managed. Your healthcare team will give you advice. Most side effects gradually go away after treatment finishes.

Talking to your healthcare team

Having cancer can be a worrying and confusing time. Talking to your healthcare team can help. Many people feel better and more in control when they know what is happening to them and why.

People often feel that hospital staff are too busy to answer their questions. But it is important for you to understand what is happening and how the cancer and its treatment might affect you. The staff are there to help you. They should make time for your questions. If you do not understand or speak English well, the hospital can arrange an interpreter for you.

You might find some questions difficult to ask, especially if they are about personal issues. But your healthcare team are there to help and they are used to answering these questions.

It is important that you understand what you are told. If you do not understand, ask the doctor or nurse to explain again.

Questions to ask your healthcare team

Here are some questions you may want to ask your healthcare team. They may not all be relevant for you.

- 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?
- How effective will treatment be?
- Who can I talk to about how I am feeling?
- Who can I speak to if I think of questions later?
- I have religious or spiritual wishes – will these be met?

Coping with cancer

Your emotions

It is common to have many different emotions when you are told you have cancer. You may feel shocked, scared, worried, angry or depressed. 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

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.
- 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

After a cancer diagnosis, some people become more aware of religious beliefs or spiritual feelings. People with a strong religious faith often find this very helpful. Other people may question their faith.

Some people find comfort in prayer or meditation. Many people find it helpful knowing that other people are praying for them.

You can talk to a chaplain, minister, priest, rabbi or other religious leader even if you are not sure about what you believe. Spiritual and religious leaders are used to helping, and you may find peace of mind.

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.

But help is available. Our free support line **0808 808 00 00** can offer advice, in your language, about your situation. You can speak to nurses, financial guides, welfare rights advisers and work support advisers.

We also offer Macmillan Grants to people with cancer. These are one-off payments that can be used for things like hospital parking, travel costs, childcare or heating bills.

How Macmillan can help you

At Macmillan, we know how a cancer diagnosis can affect everything, and we are here to support you.

Macmillan Support Line

We have interpreters, so you can speak to us in your language. Just tell us, in English, the language you want to use. We can help with medical questions, give you information about financial support, or be there to listen if you need someone to talk to. The free, confidential phone line is open 7 days a week, 8am to 8pm. Call us on **0808 808 00 00**.

Web chat

You can send us a web chat message saying you would like an interpreter. Tell us, in English, the language you need, and we will arrange for someone to contact you. Click on the 'Chat to us' button, which appears on pages across the website. Or go to **macmillan.org.uk/talktous**

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**

We can also arrange translations just for you. Email us at **cancerinformationteam@macmillan.org.uk** to tell us what you need.

Information centres

Our information and support centres are based in hospitals, libraries and mobile centres. Visit one to get the information you need and speak with someone face to face. Find your nearest centre at **macmillan.org.uk/informationcentres** or call us on **0808 808 00 00**.

Local support groups

At a support group, you can talk to other people affected by cancer. Find out about support groups in your area at **macmillan.org.uk/supportgroups** or call us on **0808 808 00 00**.

Macmillan Online Community

You can also talk to other people affected by cancer online at **macmillan.org.uk/community** You can access it at any time of day or night. You can share your experiences, ask questions, or just read through people's posts.

Word list

Word	Meaning
Benefits	Money paid to you by the government to help you with costs.
Benign	A lump in the body that is not cancer and cannot spread to anywhere else in the body.
Cells	The tiny building blocks that make up the organs and tissues of our body.
Diagnosed	If you are diagnosed with cancer, it means your doctor has found that you have cancer.
Diagnosis	A diagnosis is when your doctor finds out what illness or problem is causing your symptoms.
Healthcare team	The team of doctors, nurses and other professionals that will look after you.
Key worker	This person is your main point of contact. You should have their contact details. They can answer your questions and tell you who can help with different things.
Lymphatic system	A network of tubes and glands throughout the body. It is part of the immune system. The system fights infections and drains fluid out of our tissue and organs.
Malignant	A lump in the body that is cancer and can spread around the body.
Metastasis	A secondary tumour that has spread from where the cancer first started in the body.
Palliative care	Care given to someone with a cancer that cannot be cured. This may include treatment to shrink the cancer or to reduce symptoms and make someone more comfortable.
Side effects	Unwanted effects of cancer treatment. For example, hair loss, feeling sick or tiredness. Most side effects go away after treatment finishes.
Tumour	A tumour is a group of cells that are growing in an abnormal way. The abnormal cells keep multiplying and form a lump.

More information in your language

We have information in your language 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">• Cancer and coronavirus• Claiming benefits when you have cancer• Eating problems and cancer• End of life• Healthy eating• Help with costs when you have cancer• If you're diagnosed with cancer – A quick guide• Sepsis and cancer• Side effects of cancer treatment• Tiredness (fatigue) and cancer
---	---

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 **The cancer guide**. 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, Professor 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

MAC15916_Turkish

Content reviewed: 2021

Next planned review: 2024

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 2021, registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Also operating in Northern Ireland. A company limited by guarantee, registered in England and Wales company number 2400969. Isle of Man company number 4694F. Registered office: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ

