

## شیمی‌درمانی

این اطلاعات درباره شیمی‌درمانی است.

توضیحات مربوط به هر کلمه‌ای که زیر آن خط کشیده شده است در آخر در فهرست واژگان ارائه شده است. در این فهرست واژگان، تلفظ کلمات به زبان انگلیسی نیز آورده شده است.

بسیاری از افراد مبتلا به سرطان به‌عنوان بخشی از درمان خود، تحت شیمی‌درمانی قرار خواهند گرفت.

همچنین برخی از افراد، تحت درمان‌های دیگری از قبیل جراحی، پرتودرمانی، درمان‌های هدفمند یا سایر داروهای ضدسرطان قرار می‌گیرند. پزشکان در بیمارستان با شما درباره روش درمانی‌تان صحبت خواهند کرد. ما همچنین اطلاعاتی به زبان شما در مورد این درمان‌ها داریم.

اگر در مورد این اطلاعات سؤالی دارید، از پزشک، پرستار یا داروساز خود در بیمارستانی که در آن تحت درمان هستید، پرسید.

همچنین می‌توانید از طریق خط رایگان **0808 808 00 00** با «پشتیبانی سرطان مک‌میلان» (Macmillan Cancer Support) 7 روز هفته، 8 صبح تا 8 شب تماس بگیرید. ما مترجمان شفاهی داریم، بنابراین می‌توانید به زبان خودتان با ما صحبت کنید. وقتی با ما تماس می‌گیرید، لطفاً به زبان انگلیسی به ما بگویید که به کدام زبان نیاز دارید.

در [macmillan.org.uk/translations](http://macmillan.org.uk/translations) اطلاعات بیشتری درباره سرطان به زبان‌های دیگر وجود دارد

### این اطلاعات درباره موارد زیر است:

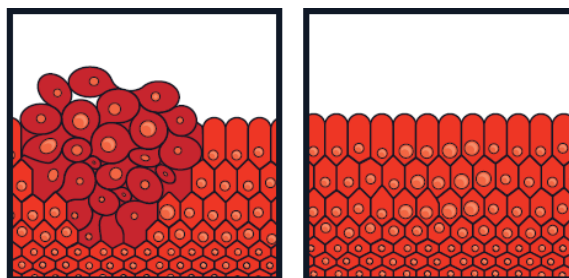
- سرطان چیست؟
- شیمی‌درمانی چیست؟
- چه موقع از شیمی‌درمانی استفاده می‌شود؟
- انجام شیمی‌درمانی
- آشنا شدن با جزئیات درمان
- آزمایشات پیش از درمان
- کجا تحت درمان قرار خواهید گرفت؟
- درمان چه مدت طول می‌کشد؟
- تغییرات در برنامه درمانی شما
- عوارض جانبی
- اطلاعات مهم دیگر
- دریافت مراقبت و حمایت مناسب برای شما
- مک‌میلان (Macmillan) چه کمکی می‌تواند به شما کند
- فهرست واژگان
- اطلاعات بیشتر به زبان شما
- منابع و تقدیر و تشکر

## سرطان چیست؟

سرطان در سلول‌های بدن ما آغاز می‌شود. سلول‌ها اجزای ریز سازنده اندام‌ها و بافت‌های بدن هستند. سلول‌ها سیگنال‌هایی از بدن دریافت می‌کنند که به آنها می‌گوید چطور رشد کنند و تقسیم یا تکثیر شوند. رشد و تکثیر سلول‌ها سبب رشد و ترمیم آسیب‌های بدن می‌شود. این سلول‌ها می‌توانند قدیمی، آسیب‌دیده یا دیگر مورد نیاز نباشند. هنگامی که این اتفاق می‌افتد، سلول سیگنالی از بدن دریافت می‌کند که کار را متوقف کند و بمیرد.

گاهی در روند ارسال این دستور (سیگنال) مشکلی رخ می‌دهد و فعالیت سلول غیرعادی می‌شود. این سلول غیرعادی ممکن است فرآیند تقسیم (تکثیر) را ادامه دهد که در این صورت تعداد سلول‌های غیرعادی افزایش چشمگیری می‌یابد. اینها می‌توانند توده‌ای به نام تومور ایجاد کنند.

### سلول‌های طبیعی سلول‌ها در حال شکل دادن یک تومور



چنین نیست که همه تومورها سرطانی باشند. تومور غیرسرطانی (خوش‌خیم) ممکن است بزرگ شود ولی نمی‌تواند به دیگر نقاط بدن گسترش یابد. تومور غیرسرطانی فقط در صورتی مشکل‌ساز می‌شود که رشد آن سبب تحمیل فشار به اندام‌های مجاور شود.

تومور سرطانی (بدخیم) ممکن است به بافت مجاور نفوذ کند.

سلول‌های سرطانی گاهی اوقات از تومور سرطانی اولیه جدا می‌شوند و از طریق خون یا سیستم لنفاوی به سایر قسمت‌های بدن منتقل می‌شوند. سلول‌های سرطانی که گسترش می‌یابند و در جایی دیگر در بدن به تومور تبدیل می‌شوند، سرطان ثانویه نامیده می‌شود.

### شیمی‌درمانی چیست؟

داروهای شیمی‌درمانی به سلول‌های سرطانی آسیب می‌رسانند به طوری که می‌میرند. سلول‌های سالم هم ممکن است در این روند آسیب ببینند، اما آنها معمولاً خودشان ترمیم می‌یابند.

شیمی‌درمانی را می‌توان به روش‌های مختلف انجام داد. شما در درمان خود ممکن است یک یا چند دارو دریافت کنید. بیشتر داروهای شیمی‌درمانی از طریق خون حمل می‌شوند. این بدان معنی است که آنها می‌توانند به سلول‌های سرطانی در هر نقطه از بدن برسند.

## چه موقع از شیمی‌درمانی استفاده می‌شود؟

می‌توان شیمی‌درمانی را به‌تنهایی یا همراه با انواع درمان‌های دیگر مانند درمان‌های هدفمند، عمل جراحی یا پرتودرمانی استفاده کرد. شیمی‌درمانی ممکن است به طرق ذیل ارائه شود:

- به عنوان درمان اصلی برای انواع خاصی از سرطان
- قبل از درمان‌های دیگر به منظور کوچکتر کردن سرطان
- هم‌زمان با درمان‌های دیگر
- بعد از درمان‌های دیگر در راستای تلاش برای ممانعت از عود سرطان
- در صورتی که امکان درمان وجود نداشته باشد، به منظور کمک به بهتر شدن حال فرد یا طولانی شدن مدت زنده ماندن فرد

از شیمی‌درمانی گاهی اوقات برای درمان بیماری‌هایی که سرطان نیستند نیز استفاده می‌شود.

## انجام شیمی‌درمانی

شما معمولاً شیمی‌درمانی خود را در چند جلسه درمانی انجام خواهید داد. هر جلسه پس از چند روز استراحت است که در طول آن شیمی‌درمانی نشده‌اید این را دوره درمانی می‌نامند. تعداد دفعات آن به نوع سرطان شما بستگی دارد. دکتر سرطان با شما درباره تعداد دوره‌هایی که نیاز دارید صحبت خواهد کرد.

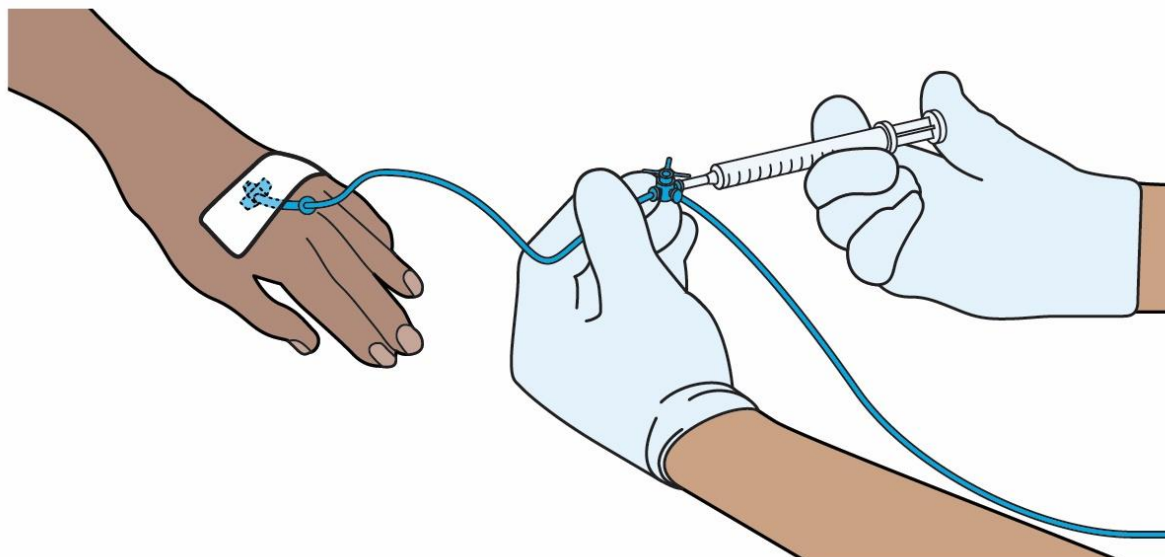
داروهای شیمی‌درمانی می‌تواند به روش‌های مختلفی ارائه شود. آنها را می‌توان به روش‌های ذیل ارائه کرد:

- به صورت تزریق یا قطره در رگ
- به صورت قرص یا کپسول‌های خوراکی
- با تزریق زیر پوست
- با تزریق به عضله
- با تزریق به مایع اطراف ستون فقرات (شیمی‌درمانی داخل نخاعی)
- به یک ناحیه مانند مثانه
- برای برخی سرطان‌های پوست به صورت کرم.

## انجام شیمی‌درمانی به صورت تزریق وریدی

بیشتر داروهای شیمی‌درمانی به صورت وریدی ارائه می‌شوند. معمولاً از طریق یک لوله کوچک به نام آنژیوکت داده می‌شوند. پرستار آنژیوکت را وارد رگ دست یا بازوی شما می‌کند. پرستار سپس آنژیوکت را به یک کیسه مایع یا سرنگ حاوی داروی شیمی‌درمانی وصل می‌کند. آنژیوکت قبل از رفتن به خانه، خارج می‌شود.

## یک آنژیوکت:



داروی شیمی‌درمانی نیز می‌تواند از طریق لوله‌ای در بازو یا سینه‌تان ارائه شود. یک خط در بازوی شما یک خط PICC نامیده می‌شود. یک خط در قفسه سینه شما یک خط مرکزی نامیده می‌شود. این خط در طول درمان داخل رگ می‌ماند. اگر به این نوع از تزریق نیاز داشته باشید پرستارستان درباره آن با شما صحبت خواهد کرد.

## یک خط مرکزی:





بسیاری از مردم از این نگران هستند که شیمی‌درمانی دردناک خواهد بود یا هنگامی که تحت شیمی‌درمانی قرار می‌گیرند احساس متفاوتی خواهند داشت. ارائه داروی شیمی‌درمانی از طریق وریدی نباید دردناک باشد، بنابراین در صورت احساس درد مراتب را فوراً به اطلاع پرستار خود برسانید.

گاهی اوقات، برای تزریق شیمی‌درمانی در خانه از یک پمپ قابل حمل می‌توان استفاده کرد.

#### شیمی‌درمانی کردن با قرص

قرص‌های شیمی‌درمانی را می‌توان در منزل مصرف کرد. فقط برخی از انواع شیمی‌درمانی به صورت قرص هستند. مهم است که به یاد داشته باشید که آنها هنوز هم می‌توانند عوارض جانبی داشته باشند.

#### آشنا شدن با جزئیات درمان

قبل از آنکه تحت درمان قرار بگیرید، پزشک، پرستار یا داروساز موارد ذیل را توضیح خواهد داد:

- دلیل نیاز شما به این درمان
- هر چند وقت یکبار تحت درمان قرار خواهید گرفت
- عوارض جانبی احتمالی
- اینکه پس از درمان ممکن است اوضاع و احوالتان چگونه باشد.

قبل از آگاهی از اینکه چرا تحت درمان قرار می‌گیرید و ممکن است اوضاع و احوالتان چگونه باشد، هیچ درمانی نباید صورت گیرد. از شما درخواست خواهد شد یک فرم را امضاء کنید که نشان می‌دهد با این درمان موافقت و عوارض جانبی آن را درک کرده‌اید. این فرم را رضایت‌نامه می‌نامند.

توصیه می‌شود یک نفر را که هم به زبان شما و هم به انگلیسی مسلط است همراه خود ببرید. بیمارستان ممکن است مترجم شفاهی داشته باشد، اما سعی کنید در صورت تمایل به داشتن یک مترجم، از قبل درخواست دهید.

بسیاری از مردم از فکر انجام شیمی‌درمانی نگران هستند. مطرح کردن هر سؤالی درباره درمانتان نزد پزشک، پرستار یا داروسازتان می‌تواند کمک کند.

## آزمایشات پیش از درمان

قبل از شروع درمان شاید لازم باشد تعدادی آزمایش انجام دهید. این آزمایشات به پزشکان کمک می‌کند تا بررسی کنند آیا وضعیت شما برای شروع درمان به اندازه کافی مطلوب است یا خیر. اینها معمولاً شامل آزمایش خون و شاید بررسی کلیه‌ها یا قلب شما می‌شود. گاهی اوقات، شاید لازم باشد عکسبرداری اشعه ایکس یا اسکن انجام دهید. همچنین قد و وزن شما اندازه‌گیری خواهد شد. اگر احتمال بارداری وجود دارد، ممکن است از شما خواسته شود که تست بارداری بدهید.

قبل از هر درمان، ممکن است از شما یک آزمایش خون گرفته شود. این کار شاید در روز درمان یا یکی دو روز قبل از آن انجام شود. پزشک یا پرستار شما نتایج آزمایش خون شما را بررسی کرده و درباره وضعیت حال شما از آخرین درمان می‌پرسد.

### کجا تحت درمان قرار خواهید گرفت؟

شما معمولاً در یک بخش مراقبت روزانه یا یک بخش بیمارستان تحت درمان قرار خواهید گرفت. بعضی وقتها می‌توانید در خانه درمان را دریافت کنید. شما می‌توانید با پزشک، پرستار یا داروساز خود درباره محلی که تحت درمان قرار خواهید گرفت صحبت کنید. حائز اهمیت است که از ایمن بودن مکان برای انجام این کار مطمئن شوید. ممکن است لازم باشد برای درمان خود سفر کنید. اگر برای رفتن به بیمارستان یا پرداخت هزینه سفر به محل درمان به کمک نیاز دارید، با پرستار خود صحبت کنید.

### درمان چه مدت طول می‌کشد؟

شما معمولاً می‌توانید داروی شیمی‌درمانی را به عنوان یک «بیمار سرپایی» به داخل رگ دریافت کنید. این بدان معناست که شما نیازی ندارید شب بستری شوید و می‌توانید بعد از درمان به خانه بروید. این کار بین نیم ساعت تا چند ساعت طول خواهد کشید. شاید برای برخی افراد لازم باشد مدت کوتاهی در بیمارستان بمانند.

دوره درمان شما معمولاً چندین ماه طول خواهد کشید. این بستگی به نوع سرطان شما دارد.

### تغییرات در برنامه درمانی شما

پزشکان شما از تست‌ها برای بررسی اثر درمان در بدن استفاده می‌کنند. گاهی اوقات ممکن است لازم باشد درمان شما به تأخیر بیفتد یا تغییر یابد تا به بدن شما زمانی برای بهبودی داده شود. پزشک در این باره با شما صحبت خواهد کرد.

### عوارض جانبی

داروهای شیمی‌درمانی می‌توانند عوارض جانبی داشته باشند که موجب شود احساس ناخوشایندی داشته باشید. دلیل این امر این است که آنها روی سلول‌های سالم بدن شما تأثیر می‌گذارند. بیشتر عوارض جانبی پس از پایان درمان بهبود می‌یابد، اما ممکن است برخی از آنها طولانی‌تر شوند. پزشک، پرستار یا داروساز در مورد هر گونه عوارض جانبی که ممکن است دچار شوید با شما صحبت خواهد کرد.

داروهای مختلف باعث بروز عوارض مختلفی می‌شوند. برخی افراد دچار عوارض جانبی خیلی کمی می‌شوند و برخی ممکن است عوارض بیشتری را تجربه کنند.

عوارض جانبی شایع را در اینجا شرح می‌دهیم. بعید است که به تمامی این عوارض دچار شوید. در صورت ابتلا به هرگونه عارضه جانبی که در اینجا ذکر نشده است، یا در صورت داشتن هرگونه سؤال درباره عوارض جانبی، با پزشک یا پرستار خود صحبت کنید.

پرستارستان شماره تلفن‌هایی را در اختیار شما قرار خواهد داد تا در صورتی که احساس ناخوشی کردید یا نیاز به راهنمایی داشتید با بیمارستان تماس بگیرید. شما می‌توانید هر زمان از روز یا شب تماس بگیرید. این شماره‌ها را در تلفن موبایل خود ذخیره کنید یا در جای مطمئنی نگهداری کنید.

## عفونت

شیمی‌درمانی می‌تواند تعداد گلبول‌های سفید خون شما را کاهش دهد. این حالت نوتروپنی نامیده می‌شود. در نتیجه احتمال ابتلای شما به عفونت بیشتر خواهد شد.

چنانچه علائم ذیل را داشتید فوراً با استفاده از شماره تماسی که در اختیاران گذاشته‌اند با بیمارستان تماس بگیرید:

- درجه دمای بالای 37.5 درجه سانتیگراد (99.5 درجه فارنهایت)
- ناگهان احساس ناخوشی می‌کنید، حتی اگر دمای بدنتان عادی است
- دمای بدن شما به زیر 36 درجه سانتیگراد (96.8 درجه فارنهایت) می‌رسد.
- بروز علائم عفونت از قبیل:

- احساس داغی یا سرما
- احساس لرز
- گلودرد
- سرفه یا احساس تنگی نفس
- اسهال
- نیاز به ادرار کردن زیاد

گلبول‌های سفید شما معمولاً قبل از درمان بعدی به مقدار عادی بر می‌گردند. قبل از اینکه تحت داروی شیمی‌درمانی بیشتری قرار بگیرید از شما یک آزمایش خون گرفته خواهد شد. اگر هنوز تعداد گلبول‌های خون شما کم باشد، پزشک ممکن است درمان را برای مدت کوتاهی به تعویق بیندازد.

گاهی اوقات ممکن است برای کمک به مغز استخوان جهت تولید بیشتر گلبول‌های سفید خون، دارویی تحت عنوان G-CSF به شما تزریق شود.

## کم‌خونی

شیمی‌درمانی می‌تواند تعداد گلبول‌های قرمز خون را کاهش دهد. این حالت ممکن است باعث ایجاد احساس خستگی و تنگی نفس شود. در صورت داشتن چنین احساسی مراتب را به اطلاع پزشک خود برسانید. ممکن است نیاز باشد به شما گلبول قرمز خون تزریق شود (انتقال خون). یا ممکن است پزشک به شما داروهایی بدهد که به بدن شما کمک کند تا گلبول‌های قرمز بیشتری بسازد.

## کیبوی و خون‌ریزی

شیمی‌درمانی می‌تواند تعداد پلاکت‌ها را در خون کاهش دهد. پلاکت‌ها سلول‌هایی هستند که به انعقاد خون کمک می‌کنند. در صورت داشتن هرگونه کیبوی یا خون‌ریزی مراتب را به اطلاع پزشک یا پرستار خود برسانید. این شامل خون دماغ، خون‌ریزی از لثه، لکه بینی یا تحریک‌های پوستی می‌شود. برخی افراد ممکن است به تزریق پلاکت اضافی نیاز داشته باشند.

## خستگی

احساس خستگی زیاد یک عارضه جانبی رایج است. اغلب نزدیک به پایان درمان بدتر می‌شود. ممکن است پس از اتمام درمان برای مدتی طول بکشد. سعی کنید تا جایی که نیاز دارید استراحت کنید. انجام ورزش و نرمش سبک، مثل پیاده روی‌های کوتاه می‌تواند به بهبود این وضعیت کمک کند. اگر احساس خواب‌الودگی می‌کنید، از رانندگی و کار با ماشین‌آلات خودداری کنید.

## احساس بیماری یا بیماری

در صورت انجام شیمی‌درمانی ممکن است احساس بیماری کنید. پزشکتان ممکن است برای کمک به بهبود حالتان داروهای ضدتهوع به شما تجویز کند. آنها را دقیقاً آن‌طور که پزشک، پرستار یا داروساز توضیح داده است مصرف کنید. اگر هنوز هم حالت تهوع یا استفراغ دارید، هرچه سریعتر با بیمارستان تماس بگیرید. آنها می‌توانند شما را راهنمایی کنند و دارو را به دارویی که برای شما بهتر عمل می‌کند تغییر دهند.

## ریزش مو

بسیاری از مردم این عارضه جانبی را بسیار ناراحت‌کننده می‌دانند. همه داروهای شیمی‌درمانی باعث ریزش مو نمی‌شوند. برخی از داروها باعث ریزش مقدار کمی از مو می‌شود. برخی دیگر ممکن است باعث ریزش کل مو شما شوند. این می‌تواند شامل موهای بدن نیز باشد. پزشک یا پرستار شما به شما توضیح خواهند داد که چه اتفاقی ممکن است رخ دهد. آنها همچنین می‌توانند در مورد نحوه مراقبت از مو و پوست سرتان راهنمایی‌های لازم را به شما ارائه دهند. شما همچنین می‌توانید در مورد گرفتن کلاه گیس یا اکستنشن سؤال بپرسید.

اگر قرار باشد که موهای شما دچار ریزش شوند، این حالت معمولاً 2 تا 3 هفته پس از شروع درمان اتفاق می‌افتد. گاهی اوقات می‌تواند ظرف چند روز اتفاق بیافتد. معمولاً پس از اتمام درمان طی چند ماه موها دوباره رشد می‌کنند. ممکن است بتوانید با استفاده از چیزی به نام خنک‌کننده پوست سر یا کلاه سرد ریزش مو را کاهش دهید. این باعث می‌شود که دمای پوست شما در طول درمان کاهش یابد. هر کسی نمی‌تواند خنک‌کننده پوست سر داشته باشد، اما می‌توانید نظر پرستار خود را در مورد مفید بودن یا نبودن آن برای خود بپرسید.

## بیوست

شیمی‌درمانی می‌تواند باعث **بیوست** شود. نوشیدن مایعات زیاد، خوردن غذاهایی با مقدار فیبر بالا و انجام نرمش سبک، می‌تواند کمک کند. اگر همچنان بیوست دارید، ممکن است لازم باشد داروی ملین مصرف کنید. پزشک شما می‌تواند این داروها را به شما ارائه دهد.

## اسهال

شیمی‌درمانی می‌تواند باعث **اسهال** نیز بشود. اگر احتمال وقوع این حالت در درمان شما وجود داشته باشد پزشک یا پرستار، شما را از این موضوع مطلع خواهد ساخت. همچنین به شما خواهند گفت که در صورت وقوع این حالت چه زمانی با بیمارستان تماس بگیرید. داروهایی وجود دارند که می‌توانند کمک کنند. در صورت داشتن اسهال، مهم است که مایعات زیادی بنوشید.

## زخم دهان

ممکن است دهان شما زخم یا خشک شود یا ممکن است متوجه زخم‌های کوچک شوید. نوشیدن مایعات زیاد و شستن ملایم دندان‌ها با یک مسواک نرم می‌تواند کمک‌کننده باشد.

تلاش کنید از خوردن غذاهای داغ و تند که باعث سوزش دهان شما می‌شود خودداری نمایید. اگر آفت دهانی دارید مراتب را به پزشک یا پرستار خود اطلاع دهید. آنها وجود عفونت را بررسی خواهند کرد و ممکن است برای کمک به بهبود این وضعیت به شما دهان‌شویه یا دارو ارائه دهند.

## از دست دادن اشتها

برخی افراد اشتهای خود را از دست می‌دهند. ممکن است این حالت چند روز یا بیشتر طول بکشد. اگر فکر می‌کنید که به اندازه کافی غذا نمی‌خورید یا اگر وزن کم دارید، با پزشک یا پرستار خود صحبت کنید. آنها می‌توانند راه‌هایی را برای افزایش اشتهای شما و حفظ وزن مناسب پیشنهاد کنند.

## تغییر طعم

ممکن است متوجه شوید که طعم غذا متفاوت است. برخی افراد یک طعم عجیبی را در دهان خود احساس می‌کنند. مکیدن آبنبات‌های بدون قند یا قرص‌های نعناعی ممکن است کمک‌کننده باشد. حس چشایی شما معمولاً بعد از پایان درمان به حالت عادی باز خواهد گشت.

## اثرات روی اعصاب

برخی از داروهای شیمی‌درمانی می‌توانند به برخی از اعصاب بدن آسیب برسانند. این می‌تواند باعث بی‌حسی، سوزن‌سوزن شدن یا درد شود. این احساس معمولاً در انگشتان و انگشتان پا شروع می‌شود. در صورت بروز این حالت پزشک خود را مطلع سازید. این حالت معمولاً پس از پایان درمان بهبود می‌یابد. بهبود این حالت برای بعضی از افراد، ممکن است مدت زمان طولانی‌تری طول بکشد.

**مهم است که به محض احساس ناخوشی یا مشاهده هرگونه عوارض جانبی وخیم، حتی اگر در اینجا ذکر نشده است، مراتب را فوراً به اطلاع پزشک خود برسانید.**



## اطلاعات مهم دیگر

### لخته‌های خون

هم سرطان و هم شیمی‌درمانی می‌توانند احتمال ایجاد لخته خون را افزایش دهند. لخته شدن خون می‌تواند باعث مشکلات زیر شود:

- درد، قرمزی یا تورم در بازو یا پا
- تنگی نفس یا سرفه
- درد قفسه سینه.

اگر هرکدام از این علائم را مشاهده کردید فوراً با پزشک خود تماس بگیرید. لخته خون بسیار جدی است ولی پزشک شما می‌تواند با تجویز داروهای آن را درمان کند. پزشک یا پرستار شما می‌توانند اطلاعات بیشتری درباره این موضوع به شما بدهند.

### بعضی از داروها

ممکن است شیمی‌درمانی را تحت تأثیر قرار دهند یا زمانی که تحت درمان هستید مضر باشند. این شامل داروهایی می‌شود که می‌توانید در یک فروشگاه یا از یک داروساز خریداری کنید. در مورد داروهایی که برایتان تجویز شده یا می‌خرید، از جمله ویتامین‌ها، داروهای گیاهی و درمان‌های مکمل، به پزشک سرطان خود اطلاع دهید.

### باروری

درمان شما ممکن است بر توانایی شما در باردار شدن یا باردار کردن فردی تأثیر بگذارد. اگر در این مورد نگران هستید، قبل از شروع درمان با پزشک یا پرستار خود صحبت کنید.

### پیشگیری از بارداری

پزشک به شما توصیه می‌کند که در طول درمان باردار نشوید یا کسی را باردار نکنید. شیمی‌درمانی ممکن است به جنین درحال رشد آسیب برساند. استفاده از روش‌های پیشگیری از بارداری در طول درمان بسیار مهم است.

### رابطه جنسی

اگر در چند روز اول پس از شیمی‌درمانی رابطه جنسی دارید، باید از کاندوم یا مانع مورد استفاده در دندان‌پزشکی‌ها استفاده کنید. این کار برای محافظت از شریک زندگی شما از داروهای شیمی‌درمانی است. اگر نگران این مسئله هستید، با پزشک یا پرستار خود صحبت کنید.

### شیردهی

در طول درمان یا مدتی پس از آن نباید شیردهی کنید. این به این دلیل است که شیمی‌درمانی می‌تواند از طریق شیر مادر به نوزاد منتقل شود.

### درمان پزشکی و دندانپزشکی

اگر به هر دلیلی غیر از سرطان، نیاز به رفتن به بیمارستان دارید، همیشه به پزشکان و پرستاران بگویید که شیمی‌درمانی می‌کنید. نام پزشک سرطان خود را به آنها بگویید تا بتوانند راهنمایی بخواهند.

اگر فکر می‌کنید به معالجات دندانپزشکی نیاز دارید با پزشک متخصص سرطان یا پرستار خود صحبت کنید. همیشه به دندانپزشک خود بگویید که شیمی‌درمانی می‌کنید.

### واکسیناسیون

واکسیناسیون می‌تواند خطر ابتلا به برخی عفونت‌ها را کاهش دهد. پزشکان معمولاً توصیه می‌کنند که افراد مبتلا به سرطان واکسن آنفولانزا و واکسن کرونا را تزریق کنند. اینها هر دو واکسن غیرفعال هستند که می‌توانند به کاهش خطر عفونت کمک کنند. افرادی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند، می‌توانند این واکسن‌ها را بزنند، زیرا واکسن زنده نیستند.

اگر سیستم ایمنی بدن شما ضعیف است، باید از واکسیناسیون زنده خودداری کنید. این به این دلیل است که آنها می‌توانند باعث حال بد شما شوند.

## سفر

اگر قصد دارید در طول درمان به خارج از کشور سفر کنید، با پزشک یا پرستار خود صحبت کنید. ممکن است نتوانید واکسن‌های خاصی را بزنید. آنها همچنین بررسی خواهند کرد که آیا پرواز برای شما ایمن است یا خیر.

به یاد داشته باشید که در آفتاب از پوست خود مراقبت بیشتری کنید. بعضی از داروهای شیمی‌درمانی می‌توانند احتمال سوختگی پوست را بیشتر کنند.

## کار در طول شیمی‌درمانی

ممکن است لازم باشد در طول شیمی‌درمانی از کار خود مرخصی بگیرید. بعضی از مردم باید به دلایل مالی به کار کردن ادامه دهند. پزشک یا پرستارتان راهنمایی‌های لازم را به شما ارائه می‌دهد و شما را از خدمات پشتیبانی موجود مطلع خواهند ساخت. ما در مورد کار و سرطان و مطالبه مزایا در صورت عدم توانایی انجام کار، اطلاعاتی در اختیار داریم.

## دریافت مراقبت و حمایت مناسب برای شما

اگر سرطان دارید و انگلیسی صحبت نمی‌کنید، ممکن است نگران باشید که این موضوع بر درمان و مراقبت مربوط به سرطان شما تأثیر بگذارد. اما تیم مراقبت از سلامت شما باید مراقبت، پشتیبانی و اطلاعاتی را به شما ارائه دهد که نیازهای شما را برآورده کند.

ما می‌دانیم که گاهی ممکن است افراد برای دریافت حمایت مناسب با چالش‌های اضافی روبه‌رو شوند. برای مثال، اگر شما کار می‌کنید یا خانواده دارید، پیدا کردن زمان برای رفتن به قرار ملاقات‌های بیمارستان دشوار است. همچنین ممکن است نگران پول و هزینه‌های حمل‌ونقل باشید. همه اینها می‌تواند استرس‌زا باشد و کنار آمدن با آنها سخت است.

اما کمک در دسترس است. خط پشتیبانی رایگان ما **0808 808 00 00** می‌تواند به زبان شما، درباره وضعیت شما، مشاوره ارائه دهد. می‌توانید با پرستاران، راهنمایان مالی، مشاوران حقوق رفاهی و مشاوران پشتیبانی کار، صحبت کنید.

ما همچنین به افراد مبتلا به سرطان «کم‌هزینه مک‌میلان (Macmillan)» می‌دهیم. این‌ها پرداخت‌هایی یکباره هستند که می‌توانند برای مواردی مانند پارکینگ بیمارستان، هزینه‌های سفر، مراقبت از کودک یا قبوض گرمایشی استفاده شوند.

## مک‌میلان (Macmillan) چه کمکی می‌تواند به شما کند

در مک‌میلان (Macmillan)، ما می‌دانیم که تشخیص سرطان چگونه می‌تواند بر همه چیز تأثیر بگذارد، و ما اینجا هستیم تا از شما حمایت کنیم.

### در خط پشتیبانی مک‌میلان (Macmillan)

ما مترجم داریم، بنابراین می‌توانید به زبان خود با ما صحبت کنید. فقط زبانی را که می‌خواهید استفاده کنید به زبان انگلیسی به ما بگویید. ما می‌توانیم در مورد سؤالات پزشکی کمک کنیم، اطلاعاتی در مورد حمایت مالی به شما بدهیم، یا اگر نیاز به صحبت کردن با شخصی دارید، در آنجا باشیم تا به شما گوش دهیم. این خط تلفن رایگان و محرمانه 7 روز هفته، 8 صبح تا 8 شب باز است. با ما با شماره **0808 808 00 00** تماس بگیرید.

### وب چت

شما می‌توانید یکپیام وب چت‌برای ما ارسال کنید و بگویید که مترجم می‌خواهید. به زبان انگلیسی، زبانی را که نیاز دارید به ما بگویید و ما ترتیبی خواهیم داد که شخصی با شما تماس بگیرد. روی دکمه «چت با ما» کلیک کنید که در صفحات سراسر وبسایت ظاهر می‌شود. یا به [macmillan.org.uk/talktous](http://macmillan.org.uk/talktous) بروید

### وب سایت مک‌میلان (Macmillan)

وب سایت ما اطلاعات زیادی به زبان انگلیسی در مورد سرطان دارد. همچنین اطلاعات بیشتری به زبان‌های دیگر در [macmillan.org.uk/translations](http://macmillan.org.uk/translations) وجود دارد

ما همچنین می‌توانیم خدمات ترجمه را فقط برای خودتان ترتیب دهیم. از طریق [cancerinformationteam@macmillan.org.uk](mailto:cancerinformationteam@macmillan.org.uk) به ما ایمیل بزنید تا به ما بگویید به چه چیزی نیاز دارید.

#### مراکز اطلاعاتی

مراکز اطلاعاتی و پشتیبانی ما در بیمارستان‌ها، کتابخانه‌ها و مراکز سیار مستقر هستند. برای دریافت اطلاعات مورد نیاز خود به یکی از آنها مراجعه کنید و با یک نفر رو در رو صحبت کنید. نزدیکترین مرکز به خود را در [macmillan.org.uk/informationcentres](http://macmillan.org.uk/informationcentres) بیابید یا با شماره **0808 808 00 00** تماس بگیرید.

#### گروه‌های حمایتی محلی

در یک گروه حمایتی، می‌توانید با سایر افراد مبتلا به سرطان صحبت کنید. در [macmillan.org.uk/supportgroups](http://macmillan.org.uk/supportgroups) در مورد گروه‌های حمایتی در منطقه خود اطلاعات کسب کنید یا با ما با شماره **0808 808 00 00** تماس بگیرید.

#### انجمن آنلاین مک‌میلان (Macmillan)

همچنین می‌توانید با سایر افراد مبتلا به سرطان به صورت آنلاین در [macmillan.org.uk/community](http://macmillan.org.uk/community) صحبت کنید. می‌توانید در هر زمانی از روز یا شب به آن دسترسی داشته باشید. می‌توانید تجربیات خود را به اشتراک بگذارید، سوال بپرسید یا فقط پست‌های افراد را بخوانید.

## فهرست واژگان

معنی	تلفظ انگلیسی	به زبان انگلیسی	لغات
هنگامی که مدفوع شما نرم یا آبدار است. ممکن است بیشتر از حالت معمول یا بسیار فوری به دستشویی رفتن نیاز پیدا کنید. همچنین ممکن است درد شکمی داشته باشد.	دایرِیا	Diarrhoea	اسهال
توده‌ای در بدن که سرطانی است و می‌تواند در سراسر بدن گسترش یابد.	مِلیگنِنت	Malignant	بدخیم
یک روش درمانی که در آن از اشعه‌هایی با انرژی بالا برای از بین بردن سلول‌های سرطانی استفاده می‌شود.	ریدیوتراپی	Radiotherapy	پرتودرمانی
گلبول‌هایی هستند که به انعقاد خون کمک می‌کنند.	پلیتِلِتس	Platelets	پلاکت‌های خونی
گروهی از سلول‌ها که به صورت غیرطبیعی رشد می‌کنند. سلول‌های غیرطبیعی تکثیر می‌یابند و یک توده تشکیل می‌دهند.	تومور	Tumour	تومور
یک لوله نازک که وارد رگی در بازوی شما می‌شود. برای تزریق داروی شیمی‌درمانی استفاده می‌شود. انتهای دیگر آن خارج از بدن باقی می‌ماند.	پی‌آی‌سی‌سی‌سی لاین	PICC line	خط PICC
یک لوله نازک که وارد رگی در قفسه سینه شما می‌شود. برای تزریق داروی شیمی‌درمانی استفاده می‌شود. انتهای دیگر آن خارج از بدن باقی می‌ماند.	سینترال لاین	Central line	خط مرکزی
توده‌ای در بدن که سرطانی نیست و نمی‌تواند به هر جای دیگر در بدن گسترش یابد.	بِناین	Benign	خوش‌خیم
وقتی هیچ سلول سرطانی در بدن باقی نمانده است.	کی‌یورد	Cured	درمان‌شده
بلوک‌های ساختمانی بسیار کوچکی هستند که اندام‌ها و بافت‌های بدن را تشکیل می‌دهند.	سِلز	Cells	سلول‌ها
شبکه‌ای از عروق و غدد در سراسر بدن که به مبارزه با عفونت کمک می‌کند.	لیمفَتیک سیستم	Lymphatic system	سیستم لنفاوی

عمل جراحی	Surgery	سرچری	تحت عمل قرار گرفتن.
عوارض جانبی	Side effects	ساید افکتس	اثرات ناخواسته درمان سرطان. به عنوان مثال، ریزش مو، احساس درد یا خستگی. اکثر عوارض جانبی پس از درمان از بین می‌روند.
گلبول‌های سفید خون	White blood cells	وایت بلاد سیلز	سلول‌هایی در خون ما که با عفونت مبارزه می‌کنند.
گلبول‌های قرمز خون	Red blood cells	رد بلاد سیلز	سلول‌های خون ما که اکسیژن را در سراسر بدن حمل می‌کنند.
یبوست	Constipation	کانستی‌پیشن	وقتی مدفوع کردن برای شما سخت یا دردناک می‌شود. ممکن است مثل معمول دستشویی نروید، یا مدفوع شما ممکن است سفت و قلنبه شود.

### اطلاعات بیشتر به زبان شما

ما در مورد این موضوعات به زبان شما اطلاعاتی داریم:

انواع سرطان	زندگی با سرطان
<ul style="list-style-type: none"> <li>سرطان پستان</li> <li>سرطان روده بزرگ</li> <li>سرطان ریه</li> <li>سرطان پروستات</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>سرطان و ویروس کرونا</li> <li>دریافت هزینه‌ها از بیمه، زمانی که سرطان دارید</li> <li>مشکلات خوردن و سرطان</li> <li>پایان زندگی</li> <li>تغذیه سالم</li> <li>کمک هزینه‌ها، در صورت ابتلا به سرطان</li> <li>اگر سرطان در شما تشخیص داده شود - یک راهنمای سریع</li> <li>عفونت و سرطان</li> <li>عوارض جانبی درمان سرطان</li> <li>خستگی و سرطان</li> </ul>
<p><b>درمان‌ها</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>شیمی‌درمانی</li> <li>پرتودرمانی</li> <li>عمل جراحی</li> </ul>	

برای مشاهده این اطلاعات، به [macmillan.org.uk/translations](http://macmillan.org.uk/translations) بروید

## منابع و تقدیر و تشکر

این اطلاعات توسط «تیم توسعه اطلاعات مرتبط با بخش پشتیبانی سرطان مک‌میلان» (Macmillan Cancer Support) تهیه و ویرایش شده است. توسط یک شرکت ترجمه ترجمه شده است.

اطلاعات ارائه شده بر اساس «کتابچه مک‌میلان (Macmillan)»، درک شیمی درمانی است. ما می‌توانیم یک نسخه از آن را برایتان ارسال کنیم، اما کتابچه کامل فقط به زبان انگلیسی در دسترس است.

این اطلاعات توسط کارشناسان مربوطه بررسی شده و توسط سردبیر ارشد پزشکی ما، پروفسور تیم آیوسون، مشاور سرطان‌شناس پزشکی و سردبیر ارشد پزشکی مک‌میلان (Macmillan) تأیید شده است.

با سپاس فراوان از تمامی افرادی که مبتلا به سرطان بودند و این مقاله را مورد بررسی قرار دادند.

تمام اطلاعات ما بر اساس بهترین شواهد موجود است. جهت کسب اطلاعات بیشتر در مورد منابعی که استفاده می‌کنیم، لطفاً با ما از طریق وبسایت [bookletfeedback@macmillan.org.uk](mailto:bookletfeedback@macmillan.org.uk) ارتباط برقرار نمایید.

MAC12464\_Farsi

بررسی محتوا: 2022

بررسی برنامه‌ریزی شده بعدی: 2025

ما تمام تلاش خود را برای ارائه اطلاعات دقیق و روزآمد به کار می‌بینیم ولی این اطلاعات را نمی‌توان جایگزین معتبری برای توصیه‌های حرفه‌ای کارشناسان درباره شرایط خاص شما دانست. تا جایی که قانون اجازه بدهد، مک‌میلان (Macmillan) در قبال استفاده از اطلاعات این نشریه یا اطلاعات یا وبسایت‌های متفرقه که در نشریه درج یا معرفی شده‌اند، مسئولیتی ندارد.

© Macmillan Cancer Support 2022، مؤسسه خیریه ثبت شده در انگلستان و ولز (261017)، اسکاتلند (SC039907) و جزیره (604) Man. همچنین در ایرلند شمالی فعالیت دارد. یک شرکت با مسئولیت محدود، ثبت شده در انگلستان و ولز با شماره شرکت 2400969. شماره شرکت جزیره من 4694F. نشانی دفتر ثبت شده: لندن SE1 7UQ، آلبرت ایمباکمنت، شماره 89



## Chemotherapy

This information is about chemotherapy.

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.

Many people with cancer will have chemotherapy as part of their treatment.

Some people also have other treatments such as surgery, radiotherapy, targeted therapies or other anti-cancer drugs. The doctors at the hospital will talk to you about your treatment. We also have information in your language about these treatments.

If you have any questions about this information, ask your doctor, nurse or pharmacist 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 is chemotherapy?
- When is chemotherapy used?
- Having chemotherapy
- Understanding your treatment
- Tests before treatment
- Where will you have treatment?
- How long does treatment take?
- Changes to your treatment plan
- Side effects
- Other important information
- Getting the right care and support for you
- How Macmillan can help you
- Word list
- More information in your language

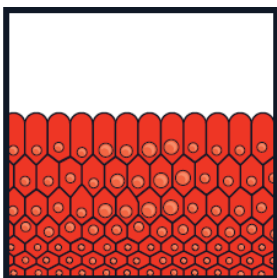
- References and thanks

## What is cancer?

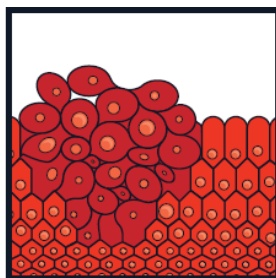
Cancer starts in the cells in our body. Cells are tiny building blocks that make up the body's organs and tissues. Cells receive signals from the body, telling them when to grow and when to divide to make new cells. This is how our bodies grow and heal. These cells can become old, damaged or no longer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

## What is chemotherapy?

Chemotherapy drugs damage cancer cells so that they die. Healthy cells can also be damaged but they will usually repair themselves.

Chemotherapy can be given in different ways. You may have one or more drugs during your treatment. Most chemotherapy drugs are carried in the blood. This means they can reach cancer cells anywhere in the body.



## When is chemotherapy used?

Chemotherapy can be used on its own or with other types of treatment such as targeted therapies, surgery or radiotherapy. It can be given:

- as the main treatment for certain types of cancer
- before other treatments, to make the cancer smaller
- at the same time as other treatments
- after other treatments, to try to stop the cancer coming back
- to help someone feel better or live longer, if the cancer cannot be cured.

Chemotherapy is also sometimes used to treat conditions that are not cancer.

## Having chemotherapy

You will usually have your chemotherapy as a course of treatment sessions. Each session is followed by some rest days when you have no chemotherapy. This is called a **cycle** of treatment. The number of cycles you have depends on what type of cancer you have. Your cancer doctor will talk to you about how many cycles you need.

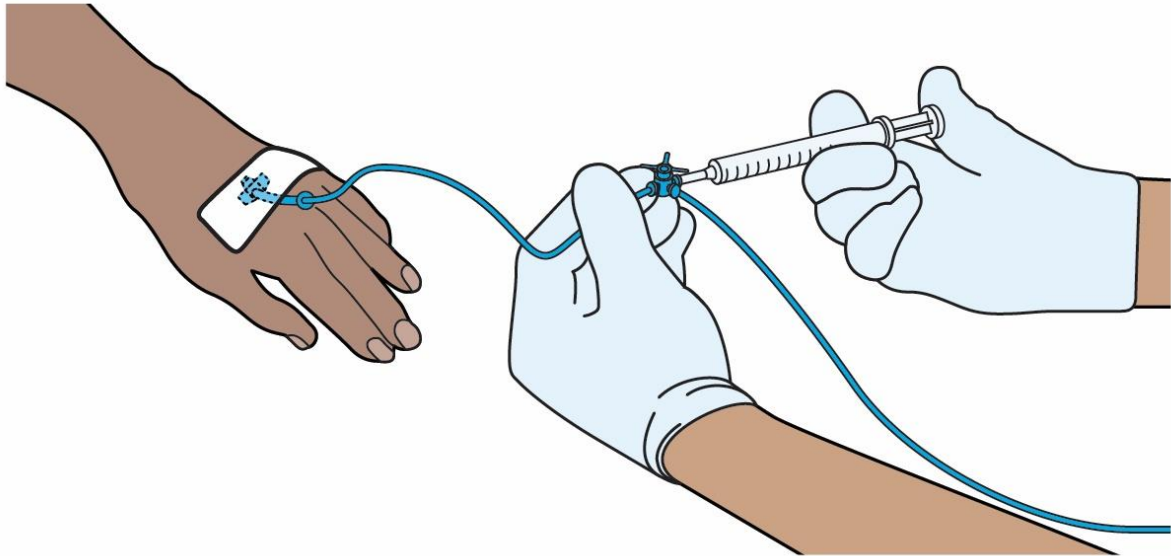
Chemotherapy drugs can be given in different ways. They can be given:

- as an injection or drip into a vein
- as tablets or capsules
- by injection under the skin
- by injection into a muscle
- by injection into the fluid around the spine (intrathecal chemotherapy)
- into an area such as the bladder
- as a cream for some skin cancers.

### Having chemotherapy into a vein

Most chemotherapy drugs are given into a vein. They are usually given through a small tube called a cannula. The nurse will put the cannula into a vein in your hand or arm. The nurse will then connect the cannula to either a fluid bag or a syringe with chemotherapy inside. The cannula will be taken out before you go home.

### A cannula:



Chemotherapy can also be given through a tube in your arm or chest. A line in your arm is called a PICC line. A line in your chest is called a central line. The line stays in during your treatment. Your nurse will talk to you about this if you need one.

### A central line:



## A PICC line:



Many people worry that chemotherapy will be painful, or that they will feel different when it is being given. Having chemotherapy into a vein should not be painful, so tell your nurse straight away if it hurts.

Sometimes, a portable pump can be used to give chemotherapy at home.

### **Having chemotherapy as tablets**

Chemotherapy tablets can be taken at home. Only some types of chemotherapy are tablets. It is important to remember that they can still have side effects.

### **Understanding your treatment**

Before you have treatment, your doctor, nurse or pharmacist will explain:

- why you need it
- how often you will have it
- the possible side effects
- how you may feel after the treatment.

No treatment should be given unless you understand why you are having it and how you may feel. You will be asked to sign a form to show that you agree to the treatment and understand its possible side effects. This is called a consent form.

It is a good idea to take someone with you who speaks both your language and English. The hospital may have interpreters, but try to ask for one in advance if you would like one.

Many people are worried at the thought of having chemotherapy. It can help to ask your doctor, nurse or pharmacist any questions you have about your treatment.

## Tests before treatment

You may need some tests before starting your treatment. These help the doctors check that you are well enough to have your treatment. These usually include blood tests and maybe checks of your kidneys or heart. Sometimes, you may need to have x-rays or scans. You will also have your height and weight measured. If you could be pregnant, you may be asked to take a pregnancy test.

Before each treatment, you may have a blood test. This may be on the day of your treatment or a day or two before. Your doctor or nurse will check your blood results and ask you how you have felt since your last treatment.

## Where will you have treatment?

You usually have treatment in a day unit or a hospital ward. Sometimes you can have it at home. You can talk to your doctor, nurse or pharmacist about where you will have treatment. It is important to make sure that this is the safest place for you to have it. You may need to travel for your treatment. Talk to your nurse if you need help getting to hospital or if you need help with the cost of travelling there.

## How long does treatment take?

You can usually have chemotherapy into a vein as a 'day patient'. This means you do not need to stay overnight and you can go home after the treatment. Treatment may take from half an hour to a few hours. Some people may need to stay in hospital for a short time.

Your course of treatment will usually last for a few months. This will depend on what type of cancer you have.

## Changes to your treatment plan

Your doctors use tests to check the effect of the treatment on your body. Sometimes your treatment may need to be delayed or changed to give your body time to recover. Your doctor will talk to you about this.

## Side effects

Chemotherapy drugs can cause side effects that make you feel unwell. This is because they affect healthy cells in your body. Most side effects will get better after treatment ends, but some can last longer. Your doctor, nurse or pharmacist will talk to you about any side effects you may get.

Different drugs cause different side effects. Some people have very few side effects while others may have more.

We describe the most common side effects here. It is unlikely that you will get all of these. If you notice any side effects which are not listed here, or if you have any questions about side effects, ask your doctor, nurse or pharmacist.

**Your nurse will give you telephone numbers so you can call the hospital if you feel unwell or need advice. You can call any time of the day or night. Save these numbers in your phone or keep them somewhere safe.**

## **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)
- you suddenly feel unwell, even with a normal temperature
- your temperature goes below 36°C (96.8°F).
- you have symptoms of an infection, such as:
  - feeling hot or cold
  - feeling shaky
  - a sore throat
  - a cough or feeling short of breath
  - diarrhoea
  - needing to pee 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.

Sometimes you may have injections of a drug called G-CSF to help your bone marrow make more white blood cells.

## **Anaemia**

Chemotherapy can reduce the number of red blood cells in your blood. This can make you feel tired and breathless. Tell your doctor or nurse if you feel like this. You may need to be given extra red blood cells (blood transfusion). Or your doctor may give you drugs to help your body make more red blood cells.

## **Bruising and bleeding**

Chemotherapy can reduce the number of platelets in your blood. Platelets are cells that help the blood to clot. Tell your doctor or nurse 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.

## **Tiredness**

Feeling very tired is a common side effect. It is often worse towards the end of treatment. It can last for some time after your treatment finishes. Try to get as much rest as you need. It helps to also do some gentle exercise such as short walks. If you feel sleepy, do not drive or operate machines.

### **Feeling sick or being sick**

You might feel sick if you have chemotherapy. Your doctor may give you anti-sickness drugs (medicine) to help. Take them exactly as your doctor, nurse or pharmacist explains to you. If you still feel sick, contact the hospital as soon as possible. They can give you advice and change the medicine to one that works better for you.

### **Hair loss**

Many people find this side effect very upsetting. Not all chemotherapy drugs make your hair fall out. Some drugs make some hair fall out. Others can make all of your hair fall out. This can include body hair too. Your doctor or nurse will explain what might happen. They can also give you advice on how to look after your hair and scalp. You can also ask about getting a wig or hairpiece.

If your hair falls out, it usually happens 2 to 3 weeks after starting treatment. Sometimes it can happen within a few days. Hair usually grows back over a few months once you finish treatment.

You may be able to reduce hair loss by using something called scalp cooling or a cold cap. This lowers the temperature of your scalp during treatment. Not everyone can have scalp cooling, but you can ask your nurse whether it would be useful for you.

### **Constipation**

Chemotherapy can cause constipation. Drinking lots of fluids, eating foods with lots of fibre, and taking gentle exercise can help. If you still have constipation, you may need to take a medicine called a laxative. Your doctor can give these to you.

### **Diarrhoea**

Chemotherapy can also cause diarrhoea. Your doctor or nurse will tell you if this might happen with your treatment. They will also tell you when you should contact the hospital if this happens. There are medicines that can help. It is important to drink plenty of fluids if you have diarrhoea.

### **Sore mouth**

Your mouth may become sore or dry, or you may notice small ulcers. Drinking lots of fluids and cleaning your teeth gently with a soft toothbrush can help.

Try to avoid hot and spicy foods that can irritate your mouth. Tell your doctor or nurse if your mouth feels sore. They will check for infection and may give you a mouthwash or medicine to help.

### **Loss of appetite**

Some people lose their appetite. This may last a few days or longer. If you think you are not eating enough, or if you are losing weight, talk to your doctor or nurse. They can suggest ways to increase your appetite and keep to a healthy weight.

### **Taste changes**

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

### **Effects on the nerves**

Some chemotherapy drugs can damage some nerves in the body. This can cause numbness, tingling or pain. This feeling usually starts in the fingers and toes. Tell your doctor or nurse if this happens. This usually improves after treatment has finished. For some people, it can last longer.

**It's important to let your doctor know straight away if you feel unwell or have any severe side effects, even if they're not mentioned here.**

### **Other important information**

#### **Blood clots**

Both cancer and chemotherapy can increase the chance of developing a blood clot. A blood clot can cause:

- pain, redness or swelling in an arm or leg
- breathlessness or coughing
- chest pain.

Contact your doctor straight away if you have any of these symptoms. A blood clot is serious but your doctor can treat it with drugs. Your doctor or nurse can give you more information.

#### **Other medicines**

Some medicines can affect chemotherapy or be harmful when you are having it. This includes medicines you can buy in a shop or chemist. Tell your cancer doctor about any drugs you are prescribed or buy, including vitamins, herbal drugs and complementary therapies.

#### **Fertility**

Your treatment may affect your ability to get pregnant or make someone pregnant. If you are worried about this, talk to your doctor or nurse before treatment starts.

#### **Contraception**

Your doctor will advise you not to become pregnant or make someone pregnant during treatment. The chemotherapy may harm a developing baby. It is important to use contraception during your treatment.

#### **Sex**

If you have sex within the first couple of days of having chemotherapy, you need to use a condom or a dental dam. This is to protect your partner from the chemotherapy drugs. Talk to your doctor or nurse if you are worried about this.

#### **Breastfeeding**

You should not breastfeed during treatment or for some time after. This is because chemotherapy could be passed to a baby through breast milk.

#### **Medical and dental treatment**

If you need to go into hospital for any reason other than cancer, always tell the doctors and nurses that you are having chemotherapy. Tell them the name of your cancer doctor so they can ask for advice.

Talk to your cancer doctor or nurse if you need dental treatment. Always tell your dentist you are having chemotherapy.

### **Vaccinations**

Vaccinations can reduce your risk of getting certain infections. Doctors usually recommend that people with cancer have a flu vaccination and a coronavirus vaccination. These are both inactivated vaccinations that can help reduce the risk of infection. People with weak immune systems can have these, as they are not live vaccinations.

If your immune system is weak, you need to avoid live vaccinations. This is because they can make you unwell.

### **Travel**

Talk to your doctor or nurse if you are planning to travel abroad during treatment. You may not be able to have certain vaccines. They will also check if it is safe for you to fly.

Remember to take extra care in the sun. Some chemotherapy drugs can make your skin more likely to burn.

### **Working during chemotherapy**

You may need to take time off work during chemotherapy. Some people need to keep working for financial reasons. Your doctor or nurse can give you advice and tell you about support that is available. We have information about work and cancer and about claiming benefits if you cannot work.

## **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

<b>Word</b>	<b>Meaning</b>
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.
Central line	A thin tube that goes into a vein in your chest. It is used to give chemotherapy. One end stays outside the body.
Constipation	When you find it difficult or painful to poo. You might not be going as often as usual, or your poo might be hard and lumpy.
Cured	When there are no cancer cells left in the body.
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.
Lymphatic system	A network of vessels and glands throughout the body that helps to fight infection.
Malignant	A lump in the body that is cancer and can spread around the body.
PICC line	A thin tube that goes into a vein in your arm. It is used to give chemotherapy. One end stays outside the body.
Platelets	Cells that help the blood to clot.
Radiotherapy	A cancer treatment that uses high-energy x-rays to kill cancer cells.
Red blood cells	Cells in our blood that carry oxygen around the body.
Side effects	Unwanted effects of cancer treatment. For example, hair loss, feeling sick or tiredness. Most side effects go away after treatment finishes.
Surgery	Having an operation.
Tumour	A group of cells that are growing in an abnormal way. The abnormal cells keep multiplying and form a lump.
White blood cells	Cells in our blood that fight infection.

## More information in your language

We have information in your language about these topics:

<p><b>Types of cancer</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Breast cancer</li><li>• Large bowel cancer</li><li>• Lung cancer</li><li>• Prostate cancer</li></ul> <p><b>Treatments</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Chemotherapy</li><li>• Radiotherapy</li><li>• Surgery</li></ul>	<p><b>Living with cancer</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Cancer and coronavirus</li><li>• Claiming benefits when you have cancer</li><li>• Eating problems and cancer</li><li>• End of life</li><li>• Healthy eating</li><li>• Help with costs when you have cancer</li><li>• If you're diagnosed with cancer – A quick guide</li><li>• Sepsis and cancer</li><li>• Side effects of cancer treatment</li><li>• Tiredness (fatigue) and cancer</li></ul>
---	---

To see this information, go to [macmillan.org.uk/translations](https://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 **Understanding chemotherapy**. 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 [bookletfeedback@macmillan.org.uk](mailto:bookletfeedback@macmillan.org.uk)

MAC12464\_Farsi

Content reviewed: 2022

Next planned review: 2025

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 2022. 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.

