

عوارض جانبی درمان سرطان

این اطلاعات در مورد عوارض جانبی درمان سرطان است.

تمامی واژگانی که زیرشان خط کشیده شده در انتهای این بخش و در فهرست واژگان تشریح شده‌اند. در این فهرست واژگان، تلفظ کلمات به زبان انگلیسی نیز آورده شده است.

اگر درباره این اطلاعات سوالی دارید، از پزشک یا پرستار خود در بیمارستانی که در آن تحت درمان هستید، بپرسید.

شما همچنین می‌توانید 7 روز هفته از ساعت 8 صبح تا 8 شب، با بخش پشتیبانی سرطان مک میلان (Macmillan Cancer Support) و از طریق شماره رایگان **0808 808 00 00** 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 اطلاعات بیشتری درباره سرطان به زبان‌های دیگر وجود دارد.

این اطلاعات درباره موارد زیر است:

- عوارض جانبی چیست؟
- درمان‌های سرطان
- عوارض جانبی احتمالی
- 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

عوارض جانبی چیست؟

عوارض جانبی عوارض ناخواسته درمان سرطان هستند. به عنوان مثال، ریزش مو، حالت تهوع یا خستگی. اکثر عوارض جانبی پس از درمان از بین می‌روند.

عوارض جانبی می‌تواند خفیف باشد و برای مدت کوتاهی باقی بماند. اما گاهی اوقات می‌توانند بیشتر روی شما تاثیر بگذارند.

عوارض جانبی به درمان شما بستگی دارد. درمان‌ها می‌توانند روی هر فرد تأثیر متفاوتی بگذارند. ممکن است شما فقط تعدادی از عوارض جانبی ذکر شده در اینجا را داشته باشید. پزشکان یا پرستاران شما در مورد هر گونه عوارض جانبی‌ای که ممکن است داشته باشید، به شما خواهند گفت.

درمان‌های سرطان

انواع مختلفی از درمان سرطان وجود دارد.

- **جراحی** – به معنای انجام عمل جراحی برای برداشتن تومور و بافت‌های مجاور است که ممکن است حاوی سلول‌های سرطانی باشد.
- **شیمی‌درمانی** - برای از بین بردن سلول‌های سرطانی از داروها استفاده می‌کند.
- **پرتودرمانی** – از اشعه ایکس قوی برای از بین بردن سلول‌های سرطانی استفاده می‌کند.
- **درمان هورمونی** – هورمون‌ها را در بدن شما تغییر می‌دهد که می‌تواند رشد سرطان را متوقف کند.
- **درمان هدفمند** – از داروهایی استفاده می‌کند که روش خاصی که سلول‌های سرطانی رشد می‌کنند را هدف قرار می‌دهند.
- **ایمنی‌درمانی‌ها** – از سیستم ایمنی برای از بین بردن سلول‌های سرطانی استفاده می‌کنند.

عوارض جانبی احتمالی

خطر عفونت

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

اگر شرایط زیر را داشتید فوراً با استفاده از شماره تماسی که در اختیارتان گذاشته‌اند به بیمارستان تلفن کنید:

- دمای بدن شما بسته به راهنمایی‌هایی که گروه شیمی‌درمانی کرده است، از 37.5 درجه سانتیگراد (99.5 درجه فارنهایت) یا از 38 درجه سانتیگراد (100.4 درجه فارنهایت) بالاتر رفته باشد

- ناگهان احساس ناخوشی می‌کنید، حتی اگر دمای بدنتان عادی است

- بروز علائم عفونت از قبیل:

- احساس داغی یا سرما
- احساس لرز
- گلودرد
- سرفه
- اسهال
- نیاز به دفع زیاد ادرار

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

پرتودرمانی می‌تواند **گلبول‌های سفید خون** را تحت تأثیر قرار دهد و خطر عفونت را در برخی افراد افزایش دهد. اما بستگی به دوز مصرفی شما و اینکه کدام قسمت از بدن شما تحت درمان است دارد. پزشک یا پرستار شما بیشتر توضیح خواهند داد.

جراحی می‌تواند احتمال ابتلای شما به عفونت را افزایش دهد زیرا باعث شکستگی در پوست می‌شود. پوست بخشی از محافظت طبیعی بدن در برابر باکتری‌های خارج از بدن است. ممکن است احتمال بیشتری برای ابتلای شما به عفونت در **محل زخم** وجود داشته باشد.

اگر زخم شما داغ، متورم یا دردناک شد یا احساس ناخوشایندی داشتید، باید فوراً به پزشک خود اطلاع دهید.

اگر پزشک فکر می‌کند که شما عفونت دارید، ممکن است به آنتی‌بیوتیک نیاز داشته باشید. ممکن است آنتی‌بیوتیک‌ها را به صورت قرص یا تزریق در رگ بازو یا دست خود مصرف کنید.

کم‌خونی

درمان‌های سرطان می‌توانند تعداد گلبول‌های قرمز خون را کاهش دهند. اگر این عدد کم باشد، ممکن است احساس خستگی و تنگی نفس کنید. در صورت داشتن چنین احساسی مراتب را به اطلاع پزشک خود برسانید. ممکن است نیاز داشته باشید که گلبول قرمز اضافی به شما داده شود. به این عمل انتقال خون می‌گویند.

کبودی و خون‌ریزی

درمان‌های سرطان می‌تواند تعداد پلاکت‌ها را در خون شما کاهش دهد. اگر کبودی یا خون‌ریزی داشتید به پزشک خود اطلاع دهید. این شامل خون دماغ، خون‌ریزی از لثه، لکه‌های خونی یا کپیرهای پوستی می‌شود. برخی افراد ممکن است به تزریق پلاکت اضافی نیاز داشته باشند.

ریزش مو

شیمی‌درمانی می‌تواند باعث ریزش یا نازک شدن موهای سر شما شود. همه داروها باعث ریزش موهای شما نمی‌شوند. برخی از داروها فقط باعث ریزش موی کمی می‌شوند. برخی دیگر ممکن است باعث ریزش کل موی شما شوند.

اگر موهای شما ریزش کند، معمولاً دو تا سه هفته پس از شروع درمان اتفاق می‌افتد. گاهی اوقات می‌تواند ظرف چند روز اتفاق بیفتد. می‌توانید در مورد گرفتن کلاه‌گیس یا تکه‌مو بپرسید.

معمولاً پس از اتمام درمان شما، طی چند ماه دوباره رشد می‌کند. در ابتدا ممکن است موهای شما فر باشد یا رنگ متفاوتی داشته باشد. اما معمولاً به حالت قبل از درمان بازمی‌گردد.

پرتودرمانی نیز می‌تواند باعث ریزش مو شود. فقط موهای ناحیه‌ای از بدن خود را از دست می‌دهید که تحت درمان است. اگر در حال انجام درمان بر روی سر خود هستید، ممکن است مقداری از موهای سر خود را از دست بدهید. اگر در حال درمان پستان خود هستید، ممکن است موهای زیر بغل شما بریزد.

درمان هورمونی ممکن است باعث نازک شدن موهای شما شود.

ریزش موهایتان می‌تواند بسیار ناراحت‌کننده باشد. اما موهای شما معمولاً بعد از درمان دوباره رشد می‌کنند. پرستار شما می‌تواند توصیه‌هایی در مورد مقابله با ریزش مو به شما بکند.

خستگی

تمام درمان‌های سرطان می‌توانند باعث ایجاد احساس خستگی در شما شوند. اغلب در اواخر درمان بدتر می‌شود. ممکن است چند هفته پس از پایان درمان ادامه یابد.

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.

زخم دهان و آفت

برخی از درمان‌های سرطان می‌توانند دهان شما را زخم یا خشک کنند. ممکن است متوجه آفت‌های کوچک شوید. سعی کنید:

- مایعات زیاد بنوشید
- با یک مسواک نرم، دندان‌های خود را به آرامی تمیز کنید
- از غذاهای تند و ادویه‌دار پرهیز کنید.

اگر دهان شما زخم است به پزشک یا پرستار خود اطلاع دهید. آنها عفونت را بررسی خواهند کرد. آنها ممکن است برای کمک به شما دهان‌شویه یا دارو بدهند.

حالت تهوع یا استفراغ

درمان سرطانی می‌تواند باعث شود شما احساس تهوع کنید یا تهوع داشته باشید (استفراغ). برای پیشگیری یا کنترل تهوع، پزشک به شما دارو می‌دهد.

اگر باز هم احساس تهوع می‌کنید، به پزشک یا پرستار خود اطلاع دهید. آنها می‌توانند داروهای دیگری را امتحان کنند که ممکن است برای شما بهتر عمل کنند.

بی‌اشتهایی

برخی از افراد، در طول درمان سرطان، اشتهای خود را از دست می‌دهند. اگر چنین موردی اتفاق افتاد، سعی کنید وعده‌های غذایی معمولی کم‌حجم را به جای وعده‌های غذایی حجیم امتحان کنید. اگر در خوردن غذا مشکل دارید، باید به کارکنان بیمارستان اطلاع دهید. آنها توصیه‌هایی در مورد بهبود اشتها و حفظ وزن مناسب به شما می‌کنند.

تغییر حس چشایی

شاید احساس کنید طعم غذاها عوض شده است. برخی افراد یک طعم عجیب فلزی یا تلخ در دهان خود احساس می‌کنند. مکیدن آب نبات‌های طعم دار بدون قند یا قرص‌های نعناع می‌تواند مفید واقع شود. حس چشایی شما معمولاً بعد از پایان درمان به حالت عادی باز خواهد گشت.

یبوست

برخی از درمان‌های سرطان می‌تواند باعث یبوست شود. سایر داروها نیز می‌توانند باعث یبوست شوند، مانند مسکن‌ها یا داروهای ضدتهوع. نوشیدن مایعات زیاد، خوردن غذاهای حاوی فیبر زیاد و انجام برخی ورزش‌های ملایم می‌تواند کمک‌کننده باشد. اگر همچنان یبوست دارید، ممکن است لازم باشد داروی ملین مصرف کنید. پزشک می‌تواند این را به شما بدهد.

اسهال

برخی از درمان‌های سرطان و سایر داروها مانند آنتی‌بیوتیک‌ها می‌توانند باعث اسهال شوند. اگر این اتفاق افتاد نوشیدن زیاد مایعات مهم است. اگر اسهال دارید به پزشک خود بگویید. آنها برای رفع آن به شما دارو می‌دهند.

تغییرات پوستی

درمان‌های سرطان می‌تواند روی پوست شما تأثیر بگذارد. بسته به نوع درمان، ممکن است برخی از مشکلات پوستی زیر را داشته باشید. کارهایی وجود دارد که می‌توانید برای مراقبت از پوست خود انجام دهید.

پوست خشک یا بی‌رنگ‌شده:

- سعی کنید از یک مرطوب‌کننده بدون عطر استفاده کنید. اگر پرتودرمانی می‌کنید، قبل از استفاده از کرم‌ها با پزشک خود مشورت کنید.
- به جای اصلاح خیس، از ریش‌تراش برقی استفاده کنید. خطر بریدگی را کاهش خواهد داد.

حساسیت به نور خورشید:

- اگر زیر آفتاب می‌روید، از خود محافظت کنید. از یک کرم ضدآفتاب با فاکتور محافظتی (SPF) حداقل 30 استفاده کنید.
- کلاه یا روسری روی سر خود بگذارید
- لباس‌های گشادی بپوشید که از پنبه یا سایر الیاف طبیعی بافته شده‌اند.

قرمزی یا زخم پوست:

- از صابون‌ها و کرم‌هایی که حاوی عطر هستند استفاده نکنید.
- فقط از بوزداها، کرم‌ها یا صابون‌های توصیه‌شده توسط پزشک استفاده کنید.

کھیر یا خارش:

- با پزشک یا پرستار خود صحبت کنید. آنها می‌توانند برای کمک، دارو یا کرم بدهند.
- به جای حمام آب گرم، حمام یا دوش ولرم بگیرید.
- محل خارش را نخارانید. ناخن‌های خود را تمیز و کوتاه نگه دارید.

زخم پوست دست و پا:

- اگر این اتفاق افتاد، فوراً به پزشک خود اطلاع دهید. ممکن است نیاز باشد درمان شما را سازگار کنند.
- از پزشک خود در مورد کرم‌هایی سؤال کنید که ممکن است کمک کنند.
- دست و پای خود را خنک نگه دارید.
- از آب داغ پرهیز کنید.
- جوراب، کفش یا دستکش تنگ نپوشید.

تغییرات هورمونی

برخی از درمان‌های سرطان می‌تواند بر هورمون‌های شما تأثیر بگذارد. اگر احتمال داشته باشد که عوارض جانبی هورمونی داشته باشید، پزشکان قبل از درمان به شما اطلاع خواهند داد. عوارض جانبی هورمونی ممکن است موقت یا دائمی باشد.

علائم آن می‌تواند شامل این موارد باشند:

- گرگرفتگی و تعریق
- حساس شدن پستان (در مردان)
- افزایش وزن
- کاهش تراکم استخوان
- کاهش تحریک جنسی
- ناتوانی جنسی (در مردان)
- تغییرات قاعدگی (در زنان)
- خشکی واژن (در زنان).

کاری که می‌توانید انجام دهید

- برای لباس و ملحفه تخت خود از چند لایه نازک استفاده کنید. این یعنی اگر گرگرفتگی دارید، می‌توانید آنها را بردارید یا دریاورید و در صورت نیاز بگذارید یا بپوشید.
 - به جای حمام و دوش آب داغ، حمام و دوش آب ولرم یا سرد بگیرید.
 - برخی از درمان‌های مکمل ممکن است به کاهش علائم کمک کنند، اما قبل از مصرف آنها، با پزشک خود مشورت کنید.
 - برای مردان، داروها و وسایلی وجود دارد که می‌تواند به مقابله با ناتوانی جنسی کمک کند.
 - برای زنان، ممکن است داروهایی وجود داشته باشد که بتواند به برخی علائم کمک کند. با پزشک خود در این مورد صحبت کنید.
 - سعی کنید فعالیت بدنی داشته باشید، مثلاً پیاده‌روی کنید. می‌تواند به قوی نگه داشتن استخوان‌های شما کمک کند.
- مهم است که هر گونه عارضه جانبی را به پزشک یا پرستار خود گزارش کنید. آنها می‌توانند شما را راهنمایی کنند. اغلب چیزهایی وجود دارد که می‌تواند کمک کند.

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 حمل و نقل باشید. همه اینها می‌تواند استرس‌زا باشد و کنار آمدن با آنها سخت است.

اما کمک در دسترس است. خط پشتیبانی رایگان ما **00 00 808 0808** 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 «کمک هزینه مک‌میلان (Macmillan)» می‌دهیم. این‌ها پرداخت‌هایی یکبار ه 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.

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 شماره **0808 808 00 00** با ما تماس بگیرید.

وب چت

شما می‌توانید یکوب چت برای ما ارسال کنید و بگویید یک 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 بروید

وب سایت مکمیلان (Macmillan)

وب سایت ما اطلاعات زیادی به زبان انگلیسی در مورد سرطان دارد. همچنین اطلاعات بیشتری به زبان های دیگر در macmillan.org.uk/translations وجود دارد

ما همچنین می‌توانیم ترجمه‌ها را فقط برای خودتان ترتیب دهیم. از طریق 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 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 در مورد گروه‌های حمایتی در منطقه خود اطلاعات کسب کنید یا با ما 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 صحبت کنید. می‌توانید در هر زمانی از روز یا شب به آن دسترسی داشته باشید. می‌توانید تجربیات خود را به اشتراک بگذارید، سؤال بپرسید یا فقط پست‌های افراد را بخوانید.

فهرست واژگان

واژگان	به زبان انگلیسی	تلفظ انگلیسی	معنی
اسهال	Diarrhoea	دایه‌ریا	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.
آنتی‌بیوتیک‌ها	Antibiotics	آنتی‌بایاتیکس	دارویی که عفونت را درمان می‌کند
پرتودرمانی	Radiotherapy	ریدیوتراپی	یکی از انواع درمان سرطان که از اشعه ایکس قوی برای از بین بردن سلول‌های سرطانی استفاده می‌کند.
پلاکت‌های خونی	Platelets	پلیت‌لِتس	گلبول‌هایی هستند که به انعقاد خون کمک می‌کنند.
درمان‌های مکمل	Complementary therapies	کامپلیمنتری تِر‌اپیز	درمان‌ها یا فعالیت‌هایی که می‌توانند به شما کمک کنند احساس بهتری داشته باشید، مانند درمان‌های گیاهی یا ماساژ. آنها سرطان را درمان نمی‌کنند.
شیمی‌درمانی	Chemotherapy	کموثرِاپی	نوعی درمان سرطان که در آن از دارو برای از بین بردن سلول‌های سرطانی استفاده می‌شود.
عفونت	Infection	اینفِکِشِن	وقتی باکتری وارد بدن شما می‌شود و باعث بیماری می‌شود.
گلبول‌های قرمز خون	Red blood cells	رد بلاَد سیلز	سلول‌هایی که اکسیژن را در سراسر بدن حمل می‌کنند. اگر این عدد کم باشد، ممکن است احساس خستگی و تنگی نفس کنید
نوتروپنی	Neutropenia	نوتروپِنیا	وقتی گلبول سفید کافی در خون ندارید. در نتیجه احتمال ابتلای شما به عفونت بیشتر خواهد شد.
هورمون‌درمانی	Hormonal therapy	هورمونال تِر‌اپی	یکی از انواع درمان سرطان که هورمون‌ها را در بدن شما تغییر می‌دهد و می‌تواند از رشد سرطان جلوگیری کند.
یبوست	Constipation	کانستی‌پِشِن	زمانی که تخلیه روده (مدفوع) برایتان سخت یا دردناک است. ممکن است مثل معمول دستشویی نروید، یا مدفوع شما ممکن است سفت و قلنبه شود.

عمل جراحی	Surgery	سیرجری	یکی از درمان‌های سرطان که به معنای عمل کردن است.
گلبول‌های سفید خون	White blood cells	وایت بلاد سیلز	سلول‌هایی که با عفونت مبارزه می‌کنند. بخشی از سیستم ایمنی هستند.
محل زخم	Wound site	ووند سائیت	بریدگی پوستی که روی آن عمل انجام شده است.

اطلاعات بیشتر به زبان فارسی

ما در مورد این موضوعات به زبان شما اطلاعاتی داریم:

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

برای مشاهده این اطلاعات، به 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 ارائه‌شده بر اساس «کتابچه مک‌میلان (Macmillan)» **عوارض جانبی درمان سرطان** 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، پروفیسور تیم آیوسون، مشاور سرطان‌شناس پزشکی و ویرایشگر 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. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره منابعی که ما مورد استفاده قرار می‌دهیم، از طریق آدرس cancerinformationteam@macmillan.org.uk با ما تماس بگیرید

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 ثبت‌شده 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 ثبت‌شده: Albert Embankment, London SE1 7UQ 89



Side effects of cancer treatment

This information is about the side effects of cancer treatment.

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

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

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

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

This information is about:

- What are side effects?
- Treatments for cancer
- Possible side effects
- Getting the right care and support for you
- How Macmillan can help you
- Word list
- More information in your language
- References and thanks

What are side effects?

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

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

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

Treatments for cancer

There are different types of cancer treatment.

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

Possible side effects

Risk of infection

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

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

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

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

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

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

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

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

Anaemia

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

Bruising and bleeding

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

Hair loss

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

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

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

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

Hormonal therapy may make your hair become thinner.

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

Tiredness

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

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

Sore mouth and ulcers

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

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

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

Feeling sick or being sick

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

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

Loss of appetite

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

Taste changes

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

Constipation

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

Diarrhoea

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

Skin changes

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

Dry or discoloured skin:

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

Sensitivity to sunlight:

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

Red or sore skin:

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

Rashes or itching:

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

Sore skin on the hands and feet:

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

Hormonal changes

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

Symptoms can include:

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

What you can do

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

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

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
Antibiotics	Medicine that treats an <u>infection</u>
Chemotherapy	A cancer treatment that uses drugs to kill cancer cells.
Complementary therapies	Treatments or activities that can help you feel better, like herbal treatments or massage. They do not treat cancer.
Constipation	When you find it difficult or painful to empty your bowels (poo). You might not be going as often as usual, or your poo might be hard and lumpy.
Diarrhoea	When you have soft or watery poo. You might need the toilet more than usual or very urgently. You may also have tummy pain.
Hormonal therapy	A cancer treatment that changes hormones in your body, which can stop cancer from growing.
Infection	When bacteria gets into your body and causes an illness.
Neutropenia	When you do not have enough white blood cells. This makes you more likely to get an infection.
Platelets	Cells that help the blood to clot.
Radiotherapy	A cancer treatment that uses strong x-rays to destroy cancer cells.
Red blood cells	Cells that carry oxygen around the body. If the number is low, you may feel tired and breathless
Surgery	A cancer treatment that means having an operation.
White blood cells	Cells that fight infection. They are part of the immune system.
Wound site	The cut in the skin where an operation was done.

More information in 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>Living 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 **Side effects of cancer treatments**. We can send you a copy, but the full booklet is only available in English.

This information has been reviewed by relevant experts and approved by our Chief Medical Editor, 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

MAC14364 _Farsi

Content reviewed: 2020

Next planned review: 2023

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.

