MACMILLAN CANCER SUPPORT

Chemotherapy: Pashto

کیموتراپي

دغه معلومات د کیموتراپۍ په اړه دي.

ټول هغه کلمات چې تر لاندې یې کرښه ایستل شوې په پای کې د تورو یا لغاتو په لېست کې تشریح شوي دي. د تورو یا لغاتو په لېست کې دا هم ورکړل شوي چې په انګلیسي کې به دغه کلمات څنګه وایئ.

ګڼ شمېر هغه خلک چې سرطان لري، کیموتراپي به د خپلې درملنې د برخې په توګه ولري.

ځینې خلک نورې درملنې هم لري لکه جراحي، راډیوتراپي، د هدف ور درملنې یا نور د سرطان ضد درمل. په روغتون کې ډاکټران به له تاسو سره ستاسو د درملنې په هکله خبرې وکړي. موږ هم د دغو درملنو په هکله ستاسو په ژبه کې معلومات لرو.

که تاسو د دې معلوماتو په اړه څه پوښتنې لرئ، په کوم روغتون کې چې ستاسو درملنه کیږي، هلته د خپل ډاکټر نرس، یا فارمسیسټ څخه پوښتنه وکړئ.

تاسو همدارنګه کولای شئ د Macmillan د سرطا ن د ملاتړ وړیا تلفوني شمېرې **0808 808 00 00** ته 7 ورځې په اونۍ کې د سهار له 8 بجو څخه د ماښام تر 8 بجو پورې زنګ ووهئ. موږ ژباړونکي لرو، نو تاسو کولی شئ چې زموږ سره په خپله ژبه خبرې وکړئ. کله چې تاسو موږ ته زنګ وهئ، موږ ته په انګلیسي ژبه ووایاست چې کومې ژبې ته اړتیا لرئ.

په نورو ژبو کې هم د سرطان په اړه معلومات په **macmillan.org.uk/translations** کې شتون لري

دا معلومات د لاندې مواردو په هکله دي:

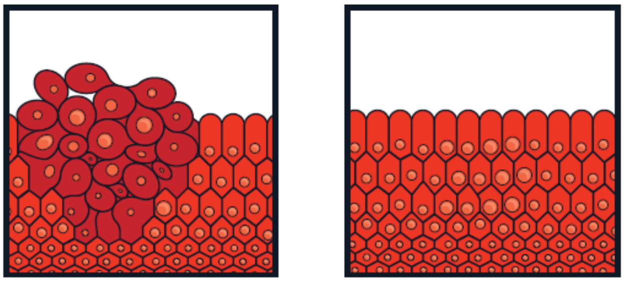
- سرطان څه ته وایي؟
- کیموتراپي څه ته وایي؟
- له کیموتراپۍ څخه کله استفاده کیږي؟
- د کیموتراپۍ کول
- په خپله درملنه باندې پوهېدل
- له درملنې مخکې آزموینې
- تاسو به چېرته درملنه کوئ؟
- درملنه څومره وخت نیسي؟
- ستاسو د درملنې په پلان کې تغیر
- جانبي عوارض
- نور مهم معلومات
- د خپل ځان لپاره د سمې پاملرنې او ملاتړ ترلاسه کول
- Macmillan څرنګه له تاسو سره مرسته کولی شي
- د تورو لیست
- اضافي معلومت ستاسو په ژبه کې
- حوالې او مننه

سرطان څه ته وايي؟

سرطان زموږ د بدن په حجرو کې پیلیږي. حجرې کوچنی ساختماني تختې دي چې د بدن غړي او انساج تشکیلوي. حجرې له بدن څخه سګنالونه ترلاسه کوي، او ورته وايي چې کله وده وکړي او کله سره ووېشل شي ترڅو نوي حجرې رامنځ ته کړي. ستاسو بدن په دې ډول وده کوي او رغیږي. دغه حجرې کېدی شي زړې شي، زیانمنې شي یا نور ورته اړتیا پیدا نشي. کله چې داسې څه پېښیږي، حجرې له بدن څخه سیګنال ترلاسه کوي چې کار بند کړي او مړې شي.

ځینې وختونه دغه سیګنالونه سم عمل نه کوي، او حجرې غیر عادي حالت غوره کوي. دغه غیرعادي حجرې ښايي سره ووېشل شي او په دې توګه لا ډېرې غیرعادي حجرې رامنځ ته کړي. دغه حجرې کولای شي د تومور په نامه غده رامنځ ته کړي.

عادي حجرې داسې — **حجرې چې تومور تشکیلوي**



ټولو تومورونه سرطان نه دي. هغه تومور چې سرطان نه وي (سلیم تومور) ښايي وده وکړي، اما نشي کولای د بدن بلې برخې ته انتقال شي. دا ډول تومور معمولاً که چېرې وده وکړي یوازې ستونزه رامنځ ته کوي او د بدن نږدې غړو باندې فشار راولي.

هغه تومور چې سرطان وي (مضر تومور) کېدی شي په نږدې انساجو کې وده کړو.

ځینې وختونه، د سرطان حجرې له لومړي سرطان څخه بېلیږي او د وینې او لنفاوي سیستم له لارې د بدن نورو برخو ته خپریږي. د سرطان هغه حجرې چې د بدن کوم بل ځای ته انتقالیږي او وده کوي د ثانوي حجرو په نامه یادیږي.

کیموتراپي څه ته وايي؟

د کیموتراپی درمل سرطاني حجرو ته زیان اړوي ترڅو مړې شي. سالمې حجرې هم کېدی شي زیانمنې شي اما هغوی معمولاً بېرته خپله رغیږي.

کیموتراپي په مختلفو ډولونو سره تطبیق کېدی شي. تاسو کېدی شي د خپلې درملنې په جریان کې یو یا دوه ډوله درمل وکاروئ. د کیموتراپی ډېرې ډولونه په وینه کې لېږدول کیږي. دا په دې مانا چې هغوی د بدن په هره برخه کې سرطاني حجرو ته ځان رسوي.

له کیموتراپۍ څخه کله استفاده کېږي؟

له کیموتراپۍ څخه کېدی شي پخپله یا له نورو درملو سره یو ځای استفاده وشي لکه د هدف وړ درملنې، جراحي عملیات یا راډیوتراپي. کېدی شي په لاندې طریقو تطبیق شي:

- د سرطان د مختلفو ډولونو لپاره د اصلي درملنې په توګه
- له نورو درملنو مخکې، ترڅو سرطان کوچنی کړي
- له نورو درملنو سره په ورته وخت کې
- له نورو درملنو وروسته، ترڅو کوښښ وشي چې سرطان بېرته راونګرځي
- له یو چا سره مرسته کول چې ښه احساس وکړي اوږد ژوند ولري، که چېرې د سرطان درملنه نه کېږي.

کیموتراپي همدارنګه په داسې شرایطو کې هم کارول کېږي چې سرطان نه وي تشخیص شوی.

د کیموتراپۍ کول

تاسو به معمولاً کیموتراپي د خپلې درملنې د جریان په موده کې ولرئ. د درملنې له هرې جلسې وروسته به د څو ورځو لپاره استراحت کوئ چې په دې ورځو کې کیموتراپي نشته. دې ته د درملنې **دوارن** وايي. د درملنې دوران په دې پورې اړه لري چې تاسو کوم ډول سرطان لرئ. ستاسو د سرطان ډاکټر به تاسو ته ووايي چې تاسو د درملنې څو دورو ته اړتیا لرئ.

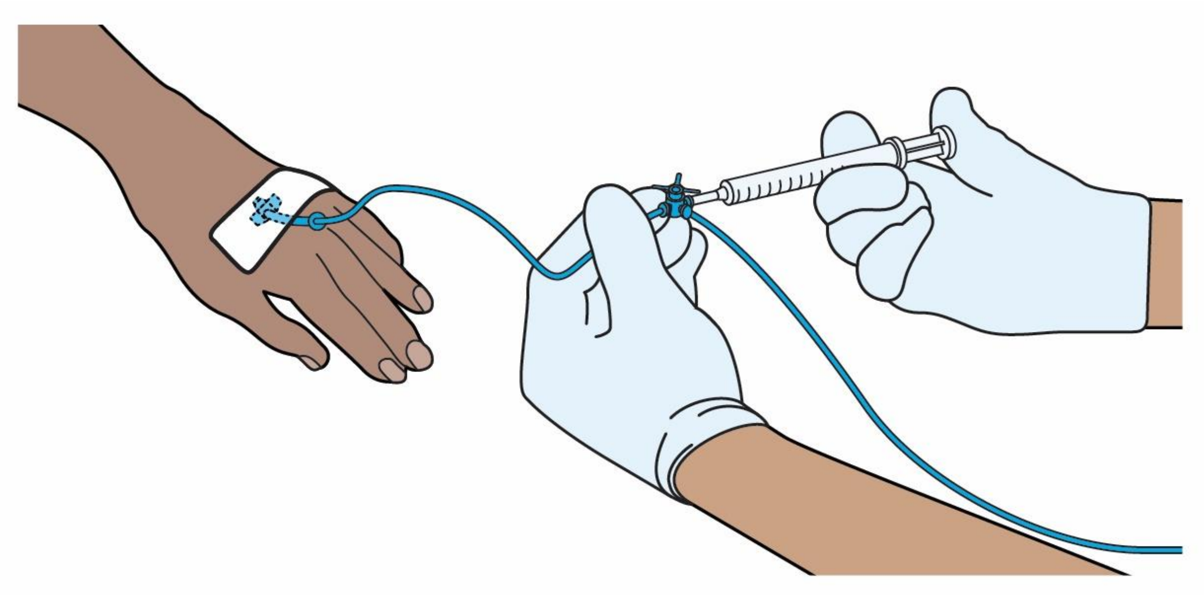
د کیموتراپۍ درمل په مختلفو ډولونو سره تطبیق کېدی شي. کېدی شي په لاندې طریقو تطبیق شي:

- د ترزیق یا په رګ کې د سیروم له لارې
- د تابلېت یا کپسول په توګه
- تر پوستکي لاندې د تزریق په توګه
- په عضله کې د تزریق په توګه
- د نخاع په شاوخوا کې د مایع د تزریق په توګه (نخاعي کیموتراپي)
- د مسانې په څېر په کومه ساحه کې
- د کریمو په توګه د ځینې پوستي سرطانونو لپاره.

د کیموتراپۍ تطبیق په رګ کې

د کیموتراپۍ اکثره درمل په رګ کې ورکول کېږي. یاد درمل معمولاً په یوه کوچنی ټیوب کې چې د کنول په نامه یادېږي ورکول کېږي. نرس به دغه کنول ستاسو د لاس یا مټ په رګ کې داخل کړي. نرس به دغه کنول یا د مایعاتو له کڅوړې سره یا له پیچکارۍ چې په منځ کې یې د کیموتراپۍ درمل دي وصل کړي. کنول به مخکې له دې چې کور ته لاړ شئ وایستل شي.

کنول:



کیموتراپي همدارنګه د ټیوب له لارې ستاسو په مټ یا سینه کې درکول کېږي. ستاسو په مټ کې یوه کرښه چې د PICC کرښې په نامه یادېږي. ستاسو په سینه کې کرښه د مرکزي کرښې په نامه یادېږي. کرښه ستاسو د درملنې په جریان کې بنده پاتې کېږي. که تاسو په دې اړه ډېرو معلوماتو ته اړتیا لرئ، ستاسو نرس به له تاسو سره خبرې وکړي.

مرکزي کرښه:

PICC کرښه:

ډېری خلک اندېښنه لري چې کیموتراپي درد لري، یا دا چې هغوی به بل ډول احساس وکړي کله چې کیموتراپي ورکول کېږي. په رګ کې د کیموتراپۍ تطیق درد لري، نو که چېرې تاسو خوږېږئ سملاسي خپل نرس ته ووایاست.

ځیني وختونه، په کور کې د کیموتېراپۍ د تطبیق لپاره د انتقال وړ پمپ څخه استفاده کېږي.

د تابلېټ په توګه د کیموتراپۍ تطبیقول
د کیموتراپۍ تابلېټ کېدی شي په کور کې تطبیق شي. یوازې د کیموتراپۍ ځیني ډولونه تابلېټ دي. دا مهمه ده چې په یاد ولرو چې دا درمل لا هم جانبي عوارض لري.

په خپله درملنه باندې پوهېدل

مخکې له دې چې درملنه وکړئ، ستاسو ډاکټر، نرس یا فارمسېسټ به تاسو ته لاندې موررد تشریح کړي:

- تاسو ولې اړتیا ورته لرئ
- څو ځله به یې کاروئ
- احتمالي جانبي عوارض
- له درملنې وروسته به تاسو څنګه احساس لرئ.

هېڅ ډول درملنه باید ترسره نشي مګر دا چې تاسو په دې وپوهېږئ چې تاسو ولې دغه درملنه کوئ او دا چې تاسو به څنګه احساس ولرئ. له تاسو به وغوښتل شي چې یوه فورمه ډکه کړئ چې تاسو له خپلې درملنې سره موافق یاست او د یادې درملنې په جانبي عوارضو باندې پوهېږئ. دې ته د توافق فورمه وایي.

دا یو ښه نظر دی چې له ځان سره یو څوک بوځئ چې په دواړو ژبو، ستاسو په ژبه او په انګلیسي خبرې کوي. روغتون ښایي ترجمانان ولري، اما که چېرې ترجمان ته اړتیا لرئ، له مخکې یې غوښتنه وکړئ.

ګڼ شمېر خلک د کیمتوتراپۍ په هکله اندېښمن فکرونه کوي. له ډاکټر، نرس یا فارمسېسټ څخه د خپلې درملنې په اړه پوښتنې کول به له تاسو سره مرسته وکړي.

له درملنې مخکې آزموینې

تاسو کېدی شي له درملنې مخکې ځینو آزموینو ته اړتیا ولرئ. دغه آزموینې به له ډاکټرانو سره مرسته وکړي چې تاسو په کافي اندازه ښه یاست چې درملنه مو وشي. په دې کې معمولاً د وینې، ګردو یا زړه معاینات شامل دي. ځینې وختونه کېدی شي تاسو ایکسرې یا د سکن معایناتو ته اړتیا ولرئ. همدارنګه ستاسو وزن او قد به هم اندازه کړل شي. که ستاسو د امېندوارۍ امکان وي، له تاسو همدارنګه ښایي غوښتنه وشي چې د امېندوارۍ معاینات ترسره کړئ.

له هرې درملنې مخکې، تاسو ښایي د وینې معاینه ترسره کړئ. دا ښایي ستاسو د درملنې په ورځ یا یوه یا دوې ورځې مخکې وي. ستاسو ډاکټر یا نرس به ستاسو د وینې معاینات چک کړي او له تاسو به پوښتنه وکړي چې له خپلې وروستۍ درملنې پس څنګه احساس لرئ.

تاسو به چېرته درملنه کوئ؟

ستاسو درملنه معمولاً د ورځې په څانګه کې یا د روغتون په وارډ کې ترسره کېږي. ځینې وختونه تاسو کولای شئ دغه درملنه په کور کې ترسره کړئ. تاسو کولای شئ د خپلې درملنې د ځای په هکله له خپل ډاکټر، نرس یا فارمسیسټ سره خبرې وکړئ. دا مهمه ده چې تاسو ډاډ ترلاسه کړئ چې ستاسو د درملنې ځای تر ټول خوندي ځای دی. تاسو ښایي د خپلې درملنې لپاره سفر ته اړتیا ولرئ. که روغتون ته په تګ کې مرستې ته اړتیا لرئ یا د سفر د لګښت په برخه کې مرستې ته اړتیا لرئ، په دې هکله له خپل نرس سره خبرې وکړئ.

درملنه څومره وخت نیسي؟

تاسو معمولاً کولای شئ د ورځنې ناروغ په توګه کیموتراپي درمل د رګ له لارې تطبیق کړئ. دا په دې مانا ده چې تاسو د شپې له خوا پاتې کېدو ته اړتیا نه لرئ او کولای شئ له خپلې درملنې وروسته خپل کور ته لاړ شئ. درملنه کېدی شي له نیم ساعت څخه نیولې تر څو ساعتونو پورې وخت ونیسي. ځینې خلک کېدی شي د لنډ وخت لپاره په روغتون کې پاتې کېدو ته اړتیا ولري.

ستاسو د درملنې دوران معمولاً په څو میاشتې کې پای ته رسېږي. دا په دې پوره اړه لري چې تاسو کوم ډول سرطان لرئ.

ستاسو د درملنې په پلان کې تغیر

ستاسو ډاکټر ځینې معاینات ترسره کوي ترڅو ستاسو په بدن باندې د درملنې اغېزې وګوري. ځینې وختونه ستاسو درملنه ښایي له دې امله وځنډېږي یا تغیر وکړي چې ستاسو بدن ته د بېرته رغېدو لپاره وخت ورکړل شي. ستاسو ډاکټر به په دې هکله له تاسو سره خبرې وکړي.

جانبي عوارض

د کیموتراپۍ درمل کولای شي داسې <u>جانبي عوارض</u> رامنځ ته کړي چې تاسو ته د ناروغۍ احساس درکړي. دا ځکه چې دغه درمل ستاسو په بدن کې په روغو حجرو باندې اغېز کوي. اکثره جانبي عوارض د درملنې له پای ته رسېدو وروسته رغېږي، اما ځینې نور د اوږدې مودې لپاره دوام مومي. ستاسو ډاکټر، نرس یا فارمسیسټ به د هغو جانبي عوارضو په هکله چې تاسو ته پیدا کېږي له تاسو سره خبرې وکړي.

مختلف درمل د بېلابېلو جانبي عوارضو سبب کېږي. ځینې خلک ډېر لږ جانبي عوارض لري په داسې حال کې چې ځینې نور بیا ډېر جانبي عوارض لري.

موږ دلته تر ټولو عام جانبي عوارض تشریح کوو. د دې احتمال نشته چې تاسو دغه ټول جانبي عوارض ولرئ. که تاسو داسې جانبي عوارض ولیدل چې دلته نه دي ذکر شوي، او یا که تاسو د جانبي عوارضو په هکله پوښتنې لرئ، له خپل ډاکټر، نرس یا فارمسیسټ څخه پوښتنې وکړئ.

ستاسو نرس به تاسو ته د تلفون شمېرې درکړي نو که چېرې تاسو د ناروغۍ احساس لرئ یا مشورو ته اړتیا لرئ، کولای شئ روغتون ته زنګ ووهئ. تاسو کولای شئ د ورځې یا شپې هر مهال زنګ ووهئ. دغه شمېرې په خپل تلفون کې ثبت کړئ یا یې چېرته خوندي وساتئ.

عفونت

کیموتراپي کېدی شي ستاسو په بدن کې د وینې سپینې حجرې کمې کړي. دې ته نیوټروپېنیا وایي. د مرض د سرایت احتمال ډېروي.

که چېرې تاسو له لاندې ستونزو سره مخ کېږئ، په سملاسي توګه د هغو شمېرو له لارې له روغتون سره تماس ونیسئ چې تاسو ته درکړل شوې دي:

- کله چې ستاسو د بدن د حرارت درجه له 37.5°C (99.5°F) څخه لوړه شي
- تاسو په ناڅاپي ډول ناروغه کېږئ، حتی که د بدن د حرارت درجه مو عادي وي
- کله چې ستاسو د بدن د حرارت درجه له 36°C (96.8°F) څخه ټیټېږي.
- تاسو د یوه عفونت نښې نښانې ولرئ، لکه:
  - د ګرمۍ یا یخ احساس لرل
  - د لړزې احساس لرل
  - د ستوني درد
  - داسې ټوخی چې د ساه لنډۍ احساس کوئ
  - اسهال
  - ډېرې تشې میتیازې کول

د وینې سپینې کرویات معمولاً ستاسو له راتلونکې درملنې څخه مخکې معمول حالت ته راګرځي. تاسو به د ډېرو کیموتراپۍ له ترسره کولو څخه مخکې د وینې معاینې ته اړتیا ولرئ. که ستاسو د وینې د سپینو کرویاتو شمېر لا هم کم وي، ستاسو ډاکټر بنایي د لنډې مودې لپاره ستاسو درملنه وځنډوي.

تاسو ځینې وختونه بنایي د G-CSF په نوم د پېچکارۍ تزریق ته اړتیا ولرئ ترڅو ستاسو د مغز له هډوکي سره مرسته وکړي چې ډېر سپینې کرویات رامنځ ته کړي.

کمخوني

کیموتراپي کولای شي ستاسو په بدن کې د د وینې د سرو کرویاتو تعداد کم کړي. دا کېدی شي تاسو ته د ستړیا او ساه لنډۍ احساس پیدا کړي. که چېرې تاسو ته دا ډول احساس پیدا کېږي، له خپل ډاکټر یا نرس سره خبرې وکړئ. تاسو ته بنایي اضافي د وینې سره کرویات درکړل شي (د وینې تزریق). یا بنایي ستاسو ډاکټر تاسو ته درمل درکړي ترڅو ستاسو بدن د وینې نور سره کرویات تشکیل کړي.

زخمي کېدل یا خونریزي

کیموتراپي کولای شي ستاسو په بدن کې د پلېټ لېټو شمېر کم کړي. پلېټ لېټ داسې حجرې دي چې د وینې په دریدو کې مرسته کوي. که چېرې تاسو ته زخمي کېدل یا خونریزي پیدا کېږي نو خپل ډاکټر یا نرس ته ووایاست. په دې کې د پوزې وینې کېدل، د اوریو وینې کېدل، د وینې لکې یا په پوستکي باندې داني شاملې دي. ځینې خلک بنایي اضافي پلېټلېټو ته اړتیا ولري.

ستړیا

ډېره ستړیا یوه له عامو جانبي عوارضو څخه ده. ډېرې وخت د درملنې په پای کې حالت بدې خوا ته ځي. دغه حالت ستاسو له درملنې یوه څه موده وروسته بېرته ښه کېږي. کوښښ وکړئ څومره چې اړتیا لرئ ډېر استراحت وکړئ. دا همدارنګه مرسته کوي چې ځینې سپک ورزش ترسره شي لکه لږه لار قدم وهل. که خوب درځي، موټر مه چلوئ او یا ماشین مه چلوئ.

د نارغه کېدو یا د ناروغۍ د حس کولو په صورت کې
تاسو ښایي د ناروغۍ احساس وکړئ کله چې تاسو کیموتراپي ترلاسه کوئ. ستاسو ډاکټر ښایي تاسو ته د مرستې لپاره د ناروغۍ ضد دوا (درمل) درکړي. دا مهمه ده چې درمل دقیقاً د خپل ډاکټر، نرس یا فارمسېسټ د تشریح مطابق استفاده کړئ. که لا هم د ناروغۍ احساس کوئ، له روغتون سره چې څومره ژر کولای شئ اړیکه ونیسئ. هغوی کولای شي تاسو ته لاربښوونې درکړي یا مو درمل درته بدل کړي چې ښه کار ورکوي.

د وېښتو له لاسه ورکول
ځینې خلک دغه جانبي عوارض ډېر خفه کوونکی ګڼي. د کیموتراپۍ ټول درمل ستاسو وېښتان نه تویوي. ځینې درمل یو څه وېښتان تویوي. ځینې نور بیا ستاسو وېښته په بشپړ ډول تویوي. په دې کې د بدن وېښته هم شاملېږي. ستاسو ډاکټر یا نرس به درته تشریح کړي چې ممکه مخکې څه پېښ شي. هغوی به تاسو ته همدارنګه لارښوونه وکړي چې څنګه د خپلو وېښتانو او سر مراقبت وکړئ. تاسو همدارنګه کولای شئ د مصنوعي وېښتانو یا خولۍ غوښتنه وکړئ.

که چېرې ستاسو وېښته تویېږي، دا معمولاً د درملنې له پیل 2 یا 3 اونۍ وروسته پیلېږي. ځینې وختونه کېدی شي په یو څو ورځو کې پیل شي. وېښته معمولاً د درملنې له پای ته رسېدو څو میاشتې بېرته شنه کېږي.

تاسو ښایي د سر د یخوونکي یا د یخې خولۍ په نوم له درملو څخه په استفادې سره د وېښتانو تویېدل کم کړئ. دا د درملنې په جریان کې ستاسو د سر د حرارت درجې راټیټوي. هرڅوک نشي کولای د سر یخول تطبیق کړي، اما تاسو کولای شئ له خپل نرس څخه پوښتنه وکړئ چې ایا دا کار ستاسو لپاره ګټور دی کنه.

قبضیت
کیموتراپي کېدی شي د قبضیت سبب وګرځي. د ډېرو مایعاتو څښل، د فایبر لرونکو خوړو خوړل، او سپک ورزش ترسره کول کولای شي مرسته وکړي. که تاسو لا هم قبضیت لرئ، تاسو کولای شئ د لاکزېټیو (laxative) په نوم درمل څخه استفاده وکړئ. ستاسو ډاکټر کولای شي دغه درمل تاسو ته درکړي.

اسهال
کیموتراپي کېدی شي د اسهال سبب وګرځي. ستاسو ډاکټر یا نرس به تاسو ته په دې هکله ووایي که چېرې ښایي دا ستونزه ستاسو له درملنې سره رامنځ ته کېږي. هغوی به همدارنګه تاسو ته ووایي چې کله باید روغتون ته زنګ ووهئ که چېرې قبضیت درته پیدا کېږي. ځینې درمل شته چې مرسته درسره کولای شي. دا ډېره مهمه ده چې په کافي اندازه مایعات وڅښئ که چېرې تاسو اسهال لرئ.

د خولې سوځېدل
ستاسو خوله کېدی شي زخمي یا وچه شي، یا ښایي تاسو واړه زخمونه ولرئ. د ډېرو مایعاتو څښل او په قراره سره په نرم بورس د خپلو غاښونو پاکول کولای شي مرسته وکړي.

کوښښ وکړئ له داسې ګرمو او توندو خوړو څخه ډډه وکړئ چې خوله مو تخریشوي. که ستاسو خوله سوزېږي نو خپل ډاکټر یا نرس ته ووایاست. هغوی به وګوري چې آیا عفونت شتون لري کنه او ښایي تاسو ته د مرستې لپاره د خولې مینځونکی یا درمل درکړي.

د اشتها له لاسه ورکول
ځینې خلک اشتها له لاسه ورکوي. ښایي په یو څو ورځو یا اوږده موده کې مو اشتها بېرته سمه شي. که تاسو فکر کوئ چې په کافي اندازه خواړه نه خورئ، یا که چېرې خپل وزن له لاسه ورکوئ، له خپل ډاکټر یا نرس سره خبرې وکړئ. هغوی به تاسو ته داسې لارې وړاندې کړي چې اشتها مو ښه شي او سالم وزن ولرئ.

په ذایقه کې بدلون
تاسو ښایي ووینئ چې خواړه بل ډول خوند لري. ځینې خلک په خوله کې یو عجیب خوند احساسوي. له بورې پرته خوړو یا نعنا څټل ښایي مرسته وکړي. عامه ذایقه معمولاً د درملنې له پای ته رسیدو وروسته بېرته سمېږي.

په اعصابو اغېز
د کیموترافی ځینې درمل کېدی شي په بدن کې ځینې عصبي ریښې زیانمنې کړي. دا کېدی شي د بې حسۍ، سوزش یا درد لامل شي. دا ډول احساس معمولاً په ګوتو او پښو ګوته کې پیلېږي. که چېرې له دې ډول ستونزې سره مخ کېږئ، له خپل ډاکټر یا نرس سره خبرې وکړئ. دا معمولاً وروسته له دې چې درملنه پای ته ورسېږي بهبود مومي. په ځینو خلکو کې، تر اوږدې مودې پورې دوام کوي.

که تاسو د ناروغۍ احساس کوئ یا کوم جدي جانبي عوارض درته پیدا کېږي چې حتی دلته یې یادونه هم نه وي شوې، تاسو باید سملاسي خپل ډاکټر ته خبر ورکړئ.

نور مهم معلومات

د وینې لخته کېدل

دواړه سرطان او کیموتراپي کولای شئ د وینې د لخته کېدو چانس ډېر کړي. د وینې لخته کېدل د لاندې ستونزو سبب کېدی شي:

- درد، په لاس یا لنګي کې سوروالی او سوی
- ساه لنډي یا ټوخی
- د سینې درد

که دغه نښې نښانې لرئ، نو په سملاسي توګه خپل ډاکټر یا نرس ته خبر ورکړئ. د وینې لخته کېدل ډېر جدي دي اما ستاسو ډاکټر کولای شي په درملو سره یې تداوي کړي. ستاسو ډاکټر یا نرس کولای شي تاسو ته ډېر معلومات درکړي.

نور درمل

ځینې درمل کولای شي کیموتراپي اغېزمنه کړي یا مضر واقع شي. په دې کې هغه درمل شامل دي چې تاسو یې له دوکان یا حکیم څخه پېرئ. خپل ډاکټر ته د ټولو هغو درملو په هکله وویاست چې تاسو ته تجویز شوي دي یا یې پېرئ، په شمول د ویټامینونو، ګیاهي درملو او تکمیلي درملنې.

امېندواري

ستاسو درملنه کېدی شي ستاسو د امېندوارۍ پر وړتیا باندې اغېز وکړي چې امېندواره شئ یا بل څوک امېندواره کړئ. که تاسو په دې هکله اندېښنه لرئ، مخکې له دې چې درملنه مو پیل شي، له خپل ډاکټر یا نرس سره خبرې وکړئ.

د امېندوارۍ مخنیوی

ستاسو ډاکټر به ستاسو د درملنې په جریان کې تاسو ته وو‌ایي چې ځان یا کوم بل څوک مه امېندواره کوئ. کیموتراپي کېدی شي د ودې په حال کې ماشوم ته زیان واړوي. دا مهمه ده چې تاسو د خپلې درملنې په جریان کې له امېندوارۍ څخه مخنیوی وکړئ.

جنسي اړیکي

که تاسو د کیموتراپۍ له ترسره کولو وروسته په لومړنیو څو ورځو کې جنسي اړیکي برقراره کړئ، تاسو باید له کاندوم یا د غاښنو له بند څخه استفاده وکړئ. دا د دې لپاره دی چې خپل د ژوند شریک د کیموتراپۍ له درملو څخه وژغورئ. که تاسو په دې اړه اندېښنه لرئ له خپل ډاکټر یا نرس سره خبرې وکړئ.

شیدې ورکول

تاسو باید د درملنې په جریان کې یا له درملنې وروسته د یو څه مودې لپاره شیدې ورنکړئ. دا ځکه چې امکان لري کیموتراپي د شیدو له لارې ماشوم ته انتقال شي.

طبي او د غاښنو درملنه

که تاسو له سرطان پرته د بل دلیل له امله روغتون ته ځئ، همېشه ډاکټرانو او نرسانو ته وواياست چې تاسو د کیموتراپۍ لاندې یاست. هغوی ته خپل د سرطان ډاکټر نوم وواياست ترڅو هغوی وکولای شي د مشورې غوښتنه وکړي.

که تاسو د غاښنو درملنې ته اړتیا لرئ، د سرطان له خپل ډاکټر یا نرس سره خبرې وکړئ. همېشه خپل د غاښنو ډاکټر ته ووایاست چې تاسو تر کیموتراپۍ لاندې یاست.

واکسین
واکسین په مختلفو ناروغیو باندې د اخته کېدو په مخنیوي کې مرسته کوي. ډاکټران همېشه سپارښتنه کوي چې سرطان لرونکي خلک دې د ذکام او کرونا وایروس واکسین وکړئ. دغه دواړه واکسینونه غیر فعال واکسینونه دي او کولای شي د عفونت خطر راکم کړي. هغه خلک چې د بدن دفاعي سیستم یې کمزوری دی کولای شي دغه واکسین وکړي، ځکه چې دا ژوندي واکسین نه دي.

که ستاسو د بدن دفاعي سیستم کمزوری دی، تاسو باید ژوندي واکسین ونکړئ. دا ځکه چې دا ډول واکسین کېدی شي تاسو ناروغه کړي.

سفر
که تاسو پلان لرئ چې د درملنې په جریان کې خارج ته سفر وکړئ، له خپل ډاکټر یا نرس سره خبرې وکړئ. تاسو ښایي ونشئ کولای مختلف واکسین وکړئ. هغوی به همدارنګه تاسو ته ووایي چې ایا ستاسو لپاره سفر خوندي دی کنه.

په یاد ولرئ چې په لمر کې ځان ته ډېره پاملرنه وکړئ. د کیموتراپۍ ځیني درمل کولای شي ستاسو جلد د سوزېدلې په څېر کړي.

د کیموتراپۍ په جریان کې کار کول
تاسو ښایي د کیموتراپۍ په جریان کې له کار څخه رخصت واخلئ. ځیني خلک د مالي ستونزو له امله باید کار کولو ته دوام ورکړي. ستاسو ډاکټر یا نرس کولای شي تاسو ته مشوره درکړي او د شته ملاتړ په هکله درته ووایي. موږ د کار او سرطان او د کار کولو د ورتیا نه لرلو په صورت کې د ګټو د غوښتنې په هکله معلومات لرو.

د خپل ځان لپاره د سمې پاملرنې او ملاتړ ترلاسه کول

که تاسو سرطان لرئ او په انګلیسي ژبه خبرې نه کوئ، تاسو ښایي اندېښنه ولرئ چې دا به ستاسو د سرطان په درملنه او مراقبت باندې اغېز وکړي. اما ستاسو د روغتیاپالنې ټیم باید تاسو ته داسې مراقبت، ملاتړ او معلومات وړاندې کړي چې ستاسو اړتیاوې پوره کړي.

موږ پوهېږو چې ځیني وختونه خلک ښایي د سم ملاتړ په ترلاسه کولو کې له اضافي ننګونو سره مخ شي. د بېلګې په توګه، که تاسو کار کوئ یا کورنۍ لرئ نو دا به سخته وي چې د روغتون ملاقاتونو ته د تګ لپاره وخت ولرئ. تاسو همدارنګه ښایي د پیسو او د ترانسپورټي لګښتونو په اړه اندېښنه ولرئ. دغه ټول شیان سټرېس رامنځ ته کوي او مبارزه ورسره سخته ده.

اما مرسته شتون لري. زموږ د مرستې وړیا تلفوني کرښه **0808 808 00 00** کولای شي ستاسو د وضعیت په هکله، ستاسو په ژبه، تاسو ته لارښوونې وړاندې کړي. تاسو کولای شئ له نرسانو، مالي لارښوونکو، د هوساینې د حقونو له مشاورینو او د کار د ملاتړ له مشاورینو سره خبرې وکړئ.

موږ همدارنګه په سرطان باندې د اخته کسانو لپاره د Macmillan Grants مرستې وړاندې کوو. دغه یو ځلي تادیات دي چې د روغتن د پارکېنګ، سفري لګښتونو، د ماشوم د مراقبت یا د ګرمولو د بېل په شان شیانو لپاره استفاده ځنې کېږي.

Macmillan څرنګه له تاسو سره مرسته کولی شي

په Macmillan کې، موږ پوهېږو چې د سرطان تشخیص څنګه کولای شي په هر څه باندې اغېز وکړي، او موږ دلته ستاسو د مرستې لپاره شتون لرو.

د Macmillan د ملاتړ تلفوني کرښه
موږ ترجمانان لرو، نو تاسو کولای شئ له موږ سره په خپله ژبه باندې خبرې وکړئ. فقط موږ ته په انګلیسي ژبه د هغې ژبې په هکله وویاست چې تاسو خبرې ورباندې کوئ. موږ کولای شو د طبي پوښتو په برخه کې له تاسو سره مرسته وکړو، د مالي مرسته په هکله معلومات درکړو، او که غواړئ له چا سره خبرې وکړئ، موږ ستاسو غوښتنو ته غوږ ونیسو. د تلفون وړیا او محرمه کرکښه په اونۍ کې 7 ورځې د سهار له 8 بجو د شپې تر 8 بجو پورې پرانیستې ده. موږ ته په **0808 808 00 00** شمېره زنګ ووهئ

ویب چټ
تاسو کولای شئ موږ ته د ویب چټ پیغام واستوئ او موږ ته وواياست چې ترجمان ته اړتیا لرئ. موږ ته په انګلیسي کې د هغې ژبې په هکله وواياست چې اړتیا ورته لرئ، او زموږ کس به له تاسو سره اړیکه ونیسي. په 'Chat to us' بټنه باندې کلیک وکړئ چې د ویب پاڼې په ټولو پاڼو باندې څرګندیږي. یا **macmillan.org.uk/talktous** ته لاړ شئ

د Macmillan ویب پاڼه
زموږ ویب پاڼه د سرطان په هکله په انګلیسي ژبه ډېر معلومات لري. همدارنګه په نورو ژبو باندې هم په **macmillan.org.uk/translations** کې معلومات شتون لري

موږ همدارنګه کولای شو یوازې ستاسو لپاره د ژباړې خدمات وړاندې کړو. د هغه څه په اړه چې اړتیا ورته لرئ، موږ ته په **cancerinformationteam@macmillan.org.uk** باندې برېښنالیک واستوئ.

د معلوماتو مرکز
زموږ د معلوماتو او ملاتړ مرکزونه په روغتونونو، کتابتونونو او د تلفون په مرکزونو کې دي. د اړتیا وړ معلوماتو د ترلاسه کولو لپاره زموږ یوه معلوماتي مرکز ته مراجعه وکړئ او مخامخ له یو چا سره خبرې وکړئ. خپل تر ټولو نږدې مرکز په **macmillan.org.uk/informationcentres** کې ومومئ یا موږ ته په **0808 808 00 00** شمېره زنګ ووهئ.

د ملاتړ محلي ګروپونه
د ملاتړ په ګروپ کې، تاسو کولا شئ له نورو هغو خلکو سره خبرې وکړئ چې له سرطان څخه اغېزمن شوي دي. په خپله سیمه کې د ملاتړ د ګروپونو په هکله په **macmillan.org.uk/supportgroups** کې معلومات ولولئ یا موږ ته په **0808 808 00 00** شمېره زنګ ووهئ.

د Macmillan آنلاین ټولنه
تاسو همدارنګه کولای شئ په آنلاین ډول له نورو هغو خلکو سره چې د سرطان له امله اغېزمن شوي دي د **macmillan.org.uk/community** له لارې خبرې وکړئ چې تاسو کولای شئ د شپې یا ورځې په هر وخت کې لاسرسی ورته ولرئ. تاسو کولای شئ خپلې تجربې شریکې کړئ، پوښتنې وکړئ، یا فقط د خلکو د پوستونو له لاې معلومات ولولئ.

د تورو لیست

کلمه	په انګلیسي	په انګلیسي کې څنګه ویل کېږي	مانا
PICC کرښه	PICC line	پی آیي سي سي لاین	یو نازک ټیوب چې ستاسو په لاس کې په رګ کې تیریږي. دا د دې لپاره دی چې تاسو ته کیموتراپي درکړي. یو اړخ یې له بدن څخه د باندې ساتل کیږي.
اسهال	Diarrhoea	ډایریا	کله چې تاسو نرم او اوبه لرونکي غایطه مواد لرئ. تاسو ښايي له معمول ډېر یا په عاجله توګه تشناب ته اړتیا ولرئ. تاسو همدارنګه ښايي د ګېډې درد ولرئ.
پلټلېټ	Platelets	پلېټلېټس	داسې حجرې دي چې د وینې په لخته کېدو کې مرسته کوي.
تداوي شوی	Cured	کیورډ	کله چې ستاسو په بدن کې سرطاني حجرې پاتې نشي.
تومور	Tumour	ټیومر	د حجرو یو ګروپ چې په غیرعادي توګه وده کوي. غیرعادي حجرې څوچنده کېږي او غده تشکیلوي.
جانبي عوارض	Side effects	سایډ ا یفیکټس	د سرطان د درملنې غیرمطلوبې اغېزې د بېلګې په توګه، د ویښتو تویېدل، د ناروغتیا یا ستړیا احساس لرل. ډېری جانبي عوارض د درملنې له پای ته رسېدو وروسته له منځه ځي.
جراحي عملیات	Surgery	سرجري	د عملیات لرل
حجرې	Cells	سیلز	کوچنۍ تختې زموږ د بدن غړي او انساج تشکیلوي.
د وینې سپینې حجرې	White blood cells	وایټ بلډ سیلز	زموږ په بدن کې حجرې چې له عفونت سره مبارزه کوي.
د وینې سره کرویات	Red blood cells	رېډ بلډ سیلز	زموږ په بدن کې هغه حجرې چې د بدن شاوخوا ته اکسیجن انتقالوي.
رادیوتراپي	Radiotherapy	رېډیو تیراپي	د سرطان درملنه چې د حجرو د وژلو لپاره د لوړې انرژۍ ایکسرې کاروي.
زخمي کېدل	Benign	بیناین	په بدن کې یوه غده چې سرطاني نه ده او په بدن کې بل ځای ته نه انتقالیږي.
قبضیت	Constipation	کانسټیپېشن	کله چې رفع حاجت ستونزمن یا دردمن کیږي. تاسو به د معمول په اندازه د رفع حاجت لپاره نه ځئ، او ستاسو غایطه مواد ښايي کلک او درانده وي.

لمفاټیک سیستم	Lymphatic system	لمفېټک سسټم	په ټول بدن کي د رګونو او غدو یوه شبکه ده چې د انتاناتو سره مبارزه کې مرسته کوي.
مرکزي کرښه	Central line	سنټرل لاین	یو نازک ټیوب چې ستاسو په سینه کې په رګ کې ځي. دا د دې لپاره دی چې تاسو ته کیموتراپي درکړي. یو اړخ یې له بدن څخه د باندې ساتل کېږي.
مهلک	Malignant	مېلیګننټ	په بدن کې یوه غده چې سرطاني ده او په بدن کې بل ځای ته انتقالېږي.

اضافي معلومت ستاسو په ژبه کې

موږ د لاندې موضوعاتو په هکله ستاسو په ژبه باندې معلومات لرو:

د سرطان ډولونه	**له سرطان سره ژوند کول**
• د سینې سرطان • د لویو کولمو سرطان • د سږي سرطان • د پروستات سرطان **درملنې** • کیموتراپي • رادیوتراپي • جراحي عملیات	• سرطان او کرونا وایروس • د مزایاوو غوښتنه کله چې سرطان لرئ • د خوړلو ستونزې او سرطان • د ژوند پای • سالم خوراک کول • د سرطان په دوران کې د مصارفو مرسته • که ستاسو سرطان تشخیص شوی وی - لنډه لارښوونه • اعظمي حساسیت یا سیپسیز او سرطان • د سرطان د درملنې جانبي عوارض • ستړیا (ستوماني) او سرطان

د دغو معلوماتو د کتلو لپاره، **macmillan.org.uk/translations** ته مراجعه وکړئ

حوالې او مننه

دغه معلومات د Macmillan د سرطان د ملاتړ د سرطان د معلوماتي پراختیا د ټیم په واسطه لیکل شوي دي. دا د ترجمې د کمپنۍ په واسطه ژباړل شوی دی.

شامل شوي معلومات د Macmillan د کتابګوټي په اساس دي چې **د کیموتراپۍ د پېژندې** په اړه دی. موږ کولای شو تاسو ته یوه کاپي واستوو، اما بشپړ کتابګوټی یوازې په انګلیسي ژبه دی.

دغه معلومات د اړونده متخصصینو په واسطه بیا کتل شوي دي او زموږ د ارشد طبي کره کتونکي، پروفیسور ټیم آوېسن، طبي انکولوجېسټ مشاوراو د Macmillan د ارشد طبي کره کتونکي له خوا تصویب شوي دي.

له هغو خلکو څخه ډېره مننه چې د سرطان له امله اغېزمن شوي دي او د دغو معلوماتو بیاکتنه یې کړې ده.

زموږ ټول معلوماتو د غوره شته شواهدو په اساس دي. د هغو سرچینو په هکله د ډېرو معلوماتو لپاره چې موږ یې کاروو، په مهربانۍ سره له موږ سره د **bookletfeedback@macmillan.org.uk** له لارې په اړیکه کې شئ

محتویات بیاکتل شوي: 2022
د راتلونکي پلان بیاکتنه: 2025

MAC12464_Pashto

موږ هره هڅه کوو ترڅو ډاډ ترلاسه کړو چې هغه معلومات چې موږ یې چمتو کوو دقیق او وروستي معلومات دي اما دا باید ستاسو د وضعیت سره سم د متخصصې مسلکي مشورې د بدیل په توګه ونه کارول شي. تر هغه ځایه چې د قانون لخوا اجازه ورکړل شوې، Macmillan په دې خپرونه کې د هر هغه معلوماتو د کارولو یا د دریمې ډلې د معلوماتو یا د وېب پاڼې د شاملو معلومات یا راجع شوو معلوماتو مسؤلیت نه مني.

د © Macmillan سرطان ملاتړ2022، په انګلستان او ویلز (261017)، سکاټلینډ (SC039907) او آئل آف مین (604) کې ثبت شوې خیریه موسسه. همداراز په شمالی ایرلنډ کې فعالیت کوي. د ضمانت په واسطه محدوده شوې کمپنې، چې په انګلستان او وېلز کې په 2400969 شمېره ثبت شوې ده. آئېلز آف من کمپني نمبر 4694F. ثبت شوی دفتر: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

Chemotherapy: Pashto

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**

This information is about:

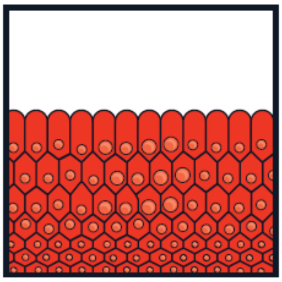
- What is cancer?
- What is chemotherapy?
- When is chemotherapy used?
- Having chemotherapy
- Understanding your treatment
- Tests before treatment
- Where will you have treatment?
- How long does treatment take?
- Changes to your treatment plan
- Side effects
- Other important information
- Getting 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?

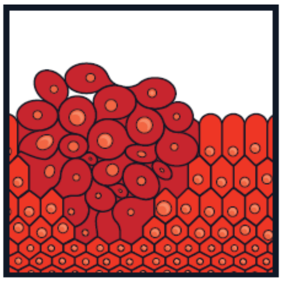
Cancer starts in the cells in our body. Cells are tiny building blocks that make up the body's organs and tissues. Cells receive signals from the body, telling them when to grow and when to divide to make new cells. This is how our bodies grow and heal. These cells can become old, damaged or no longer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

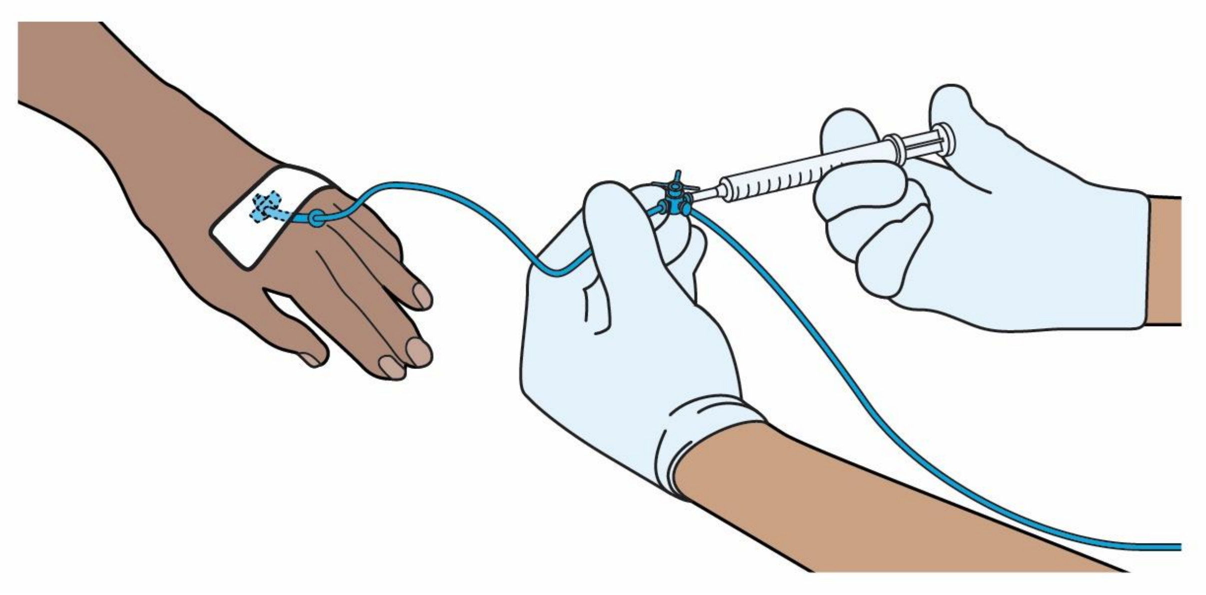
Chemotherapy drugs can be given in different ways. They can be given:

- 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

Word	Meaning
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:

Types of cancer	Living with cancer
• Breast cancer • Large bowel cancer • Lung cancer • Prostate cancer **Treatments** • Chemotherapy • Radiotherapy • Surgery	• 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**

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**

MAC12464_Pashto

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. 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.

Trusted Information Creator

Patient Information Forum