

راديو تراپي

دغه معلومات د راديو تراپي په اړه دي.

ټول هغه توري چې د لاندې يې کرښه ایستل شوی ده په پای کې د تورو په لېست کې تشرېح شوي دي. د تورو په لېست کې دا هم شامل دي چې په انگلیسي کې به دغه توري څنگه وايي.

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

د راديو تراپي بېلابېل ډولونه شتون لري. مور يې په دغو معلوماتو عمومي ډولونه تشرېح کوي. له خپل ډاکټر څخه پوښتنه وکړئ چې تاسو به کوم ډول راديو تراپي ولرئ ترڅو تاسو وکولای شئ د دغو معلوماتو سمې برخې ولولئ.

ځينې خلک به نورو درملنو ته هم اړتيا ولري، لکه کيمو تراپي يا جراحی. په روغتون کې ډاکټران به له تاسو سره ستاسو د درملنې په هکله خبرې وکړي. مور د دغو درملنو په اړه ستاسو په ژبه کې هم معلومات لرو.

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

تاسو کولای شئ د Macmillan د سرطان له ملاتړ سره په **00 00 808 0808** وړيا شمېره، 7 ورځې په اونۍ کې د سهار له 8 بجو څخه د ماښام تر 8 بجو پورې اړیکه ونیسئ. مور ژباړونکي لرو، نو تاسو کولی شئ چې زموږ سره په خپله ژبه خبرې وکړئ. کله چې مور ته زنگ وځي، مهرباني وکړئ مور ته په انگلیسي کې ووايست چې کومې ژبې ته اړتيا لرئ.

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

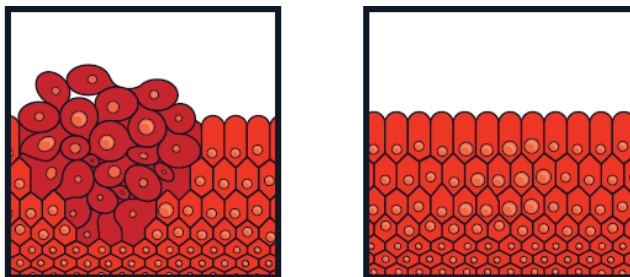
دا معلومات د لاندې مواردو په هکله دي:

- سرطان څه ته وايي؟
- راديوتراپي څه ته وايي؟
- راديوتراپي ولې ورکول کېږي؟
- ستاسو د راديوتراپي ټيم
- په خپله درملنه باندې پوهېدل
- راديوتراپي چېرې ورکول کېږي؟
- د خپلې درملنې پلانون
- د راديوتراپي ډولونه
- د راديوتراپي جانبي عوارض
- اوردمهاله جانبي عوارض
- Macmillan څنگه کولای شي له تاسو سره مرسته وکړي
- د تورو لیست
- په پښتو کې نور معلومات
- حوالې او مننه

سرطان څه ته وايي؟

سرطان زموږ د بدن په حجرو کې بېلېږي. حجرې هغه کوچني واحدونه دي چې زموږ د بدن غړي او نسجونه جوړوي. معمولاً، دا حجرې ویشل کېږي ترڅو نوي حجرې په کنټرول شوي ډول رامینځته کړي. دا هغه طریقه ده چې زموږ بدن پرې وده کوي، شفا او ترمیم کوي. ځینې وختونه، دا په غلطه لار ځي او حجره غیر نورمال کېږي. غیر معمولي حجرې همداسې ویشل کېږي او نور ډیرې غیر معمولي حجرې جوړوي. دا حجرې د تومور په نوم یو غده جوړوي.

عادي حجرې هغه حجرې دي چې تومور رامنځته کوي



ټولې غدې سرطان نه دي. هغه غده چې سرطان نه وي مهربان تومور ورته وايي. دا نشي کولی چې د بدن بل کوم ځای ته خپور شي. یوه غده چې سرطان وي مضره بلل کېږي. دا کولی شي د بدن په نورو برخو کې وده وکړي. ځینې وختونه، د سرطان حجرې له لومړي سرطان څخه بېلېږي او د وینې او لنفوي سیستم له لارې د بدن نورو برخو ته خپریږي. د سرطان هغه حجرې چې د بدن په کوم بل ځای ته انتقالېږي او وده کوي د ثانوي حجرو په نامه یادېږي. تاسو له بل ځایه په سرطان نه اخته کېږئ.

رادیوتراپی څه ته وايي؟

رادیوتراپی د سرطان حجرو د ویجاړولو لپاره قوي ایکس رې کاروي. دا کولای شي عامې حجرې هم زیانمنې کړي اما دغه حجرې معمولاً له درملني وروسته بېرته رغېږي.

رادیوتراپی ولې ورکول کېږي؟

د سرطان درملنه کول

رادیوتراپی د سرطان د ځینو ډولونو د علاج لپاره ورکول کېږي. دا کېدی شي په یوازې توګه ورکړل شي. یا کېدی شي له عملیات مخکې یا وروسته ورکړل شي. له عملیات مخکې، کېدی شي تومور کوچنی کړي. له عملیات وروسته، کولای شي هغه حجرې چې له منځه نه دي تللي وژني. ځینې وختونه کیموتراپی له رادیوتراپی سره هم مهاله ورکول کېږي.

د سرطان له نښو نښانو سره د مرستې لپاره

کله چې سرطان لا علاج وي، رادیوتراپی بنایي له نښو نښانو سره د مرستې په خاطر ورکړل شي. دې ته تسکیني رادیوتراپی وايي.

ستاسو د رادیوتراپی ټیم

طبي آنکولوجېسټ

دا هغه ډاکټر ته ویل کېږي چې په رادیوتراپی سره د سرطان درملنه کوي. دا له تاسو سره د درملني په پلان جوړولو کې مرسته کوي. تاسو بنایي دا د خپلې درملني په جریان کې وګورئ ترڅو هغوی وګوري چې تاسو څنګه احساس لرئ. تاسو همدارنګه کولای شئ غوښتنه وکړئ چې د ملاقاتو ترمنځ یې ووبئ.

رادیوګرافر

د رادیوګرافرانو ټیم مرسته کوي چې خپله درملنه پلان کړئ او د رادیوتراپی ماشین چلوي. هغوی همدارنګه د هر ډول جانبي عوارضو یا هغو اندېښنو په اړه چې ممکن تاسو یې ولرئ تاسو ته مشوره درکوي.

طبي نرسې متخصصین

دا هغه نرساني دي چې ستاسو د سرطان په ډول کې تخصص لري. تاسو کولای شئ د خپلو هر ډول اندېښنو په اړه له دوی سره خبرې وکړئ. هغوی کولای شي تاسو د درملني په جریان کې او وروسته له درملني ملاتړ او معلومات درکړي. هغوی همدارنګه کولای شي د هر ډول جانبي عوارضو په مدیریت کې مرسته وکړي.

په خپله درملنه باندې پوهېدل

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

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

هېڅ ډول درملنه بايد ترسره نشي مگر دا چې تاسو په دې وپوهېږئ چې تاسو ولې دغه درملنه کوئ او دا چې تاسو به څنگه احساس ولرئ. له تاسو به وغوښتل شي چې يوه فورمه ډکه کړئ چې تاسو له خپلې درملنې سره موافق ياست او د يادې درملنې په جانبي عوارضو باندې پوهېږئ. دا د توافق د فورمې په نامه يادېږي.

دا يو ښه نظر دی چې له ځان سره داسې يو څوک بوځي چې په پښتو او انگليسي ژبه خبرې کوي. ځينې وختونه روغتون ستاسو لپاره ترجمان چمتو کوي. هغوی معمولاً دا کار بايد له مخکې څخه تنظيم کړي. نو که تاسو ترجمان ته اړتيا لرئ، روغتون ته له ملاقات مخکې ووايست.

راديوتراپي چېرې ورکول کېږي؟

راديوتراپي په روغتون کې ورکول کېږي. تاسو معمولاً خپله درملنه د ورځې د ناروغ په توگه ترسره کوئ. دا په دې مانا ده چې تاسو له خپلې درملنې وروسته کولای شئ خپل کور ته لاړ شئ او اړتيا نه لرئ د شپې له خوا پاتې شئ. د راديوتراپي له ځينو ډولونو سره، تاسو ښايي څور ورځې په روغتون کې پاتې کېدو ته اړتيا ولرئ.

که تاسو روغ نه ياست او همدارنگه کيموتراپي لرئ، تاسو ښايي په روغتون کې پاتې کېدو ته اړ شئ.

د خپلې درملنې پلانونه

راديوتراپي د هر شخص لپاره په دفت سره پلان کېږي. دا دې لپاره چې ډاډ حاصل شي درملنه په سمه توگه کار کوي او د امکان تر حده يوازې يو څو جانبي عوارض رامنځ ته کوي. تاسو مخکې له دې چې درملنه مو پيل شي ممکن د خپلې درملنې د پلان کولو لپاره څو ځله اړ شئ روغتون ته لاړ شئ. ستاسو د راديوتراپي ټيم به درته ووايي چې څه تمه بايد ولرئ.

د سکن معاینات

مخکې له دې چې تاسو خپله درملنه پيل کړئ تاسو به يوه يا څو د سکن معایناتو ته اړتيا ولرئ. دا ستاسو له ټيم سره مرسته کوي چې پرېکړه وکړي تاسو څومره راديوتراپي ته اړتيا لرئ. دا همدارنگه له دوی سره مرسته کوي چې په دقيقه توگه دا پلان کړي چې راديوتراپي په کوم ځای کې ورکړل شي.

د سکن له معاینې مخکې، له تاسو ښايي غوښتنه وشي چې ځينې جامې مو وباسئ او يو ځانگړی کميس واغونډئ. د ټيم کوم غړی ممکن تاسو ته ځښاک يا تزريق هم درکړي. دا به مرسته وکړي چې سکن څخه يو صاف عکس ترلاسه شي.



قالبونه او ماسکونه

تاسو ښايي د خپلي درملني لپاره قالب يا ماسک ته اړتيا ولرئ، که تاسو کوم يو غوړئ، ستاسو د راډيوتراپي ټيم به يې درته چمتو کړي. قالب يا ماسک به له تاسو سره مرسته وکړي چې نېغ او په سم موقعيت کې کښېښئ. قالبونه د پښې، لاس يا د بدن د نورو اعضاوو لپاره دي. ماسکونه د سر يا غاړې لپاره دي.

قالب يا ماسک له پلاستيکي بافت څخه جوړ شوي دي. دا کلک بندېږي اما بايد ناراحتونکي نه وي. تاسو دا يوازې د لنډې مودې لپاره اغوندئ. تاسو به يې هغه مهال واغوندئ کله چې

- ستاسو درملنه کله پلان کېږي
- کله مو چې درملنه ترسره کېږي.

تاسو د قالب يا ماسک د اغوستلو پر مهال په عادي توگه کولای شئ ساه واخلي.



په پوستکي باندې نښي

ستاسو د راديوتراپي له تيم څخه کوم څوک بښايي ستاسو په پوستکي باندې کوچنۍ دايمي نښي وکړي. دغه نښي بښي چې راديوتراپي دقيقاً کوم ځای ته ورکړل شي. نښي د تټو په شان يو ډول جوړېږي. که تاسو په خپل پوستکي باندې د نښو د لرلو په اړه اندېښنې لرئ، راديوگرافر ته وواياست.

د زيرون قابليت

راديوتراپي بښايي ستاسو د امپندواري پر وړتيا اغېز وکړي يا بل څوک امپندواره کړي. گڼ شمېر خلک له دې سره په تعامل کې ستونزمن گڼي. که تاسو په دې اړه اندېښنه لرئ، مخکې له دې چې درملنه مو پيل شي، له خپل ډاکټر يا نرس سره خبرې وکړئ. هغوی کولای شي تاسو ته ووايي چې څه تمه بايد ولرئ او دا چې څنگه خپله گټورتيا خوندي وساتئ. له مشاور يا مذهبي مشر سره خبرې کوم هم بښايي گټور وي.

د امپندواري مخنيوی

ستاسو ډاکټر به ستاسو تاسو ته ووايي چې د درملنې په جريان کې ځان يا کوم بل څوک مه امپندواره کوئ. دا ځکه چې راديوتراپي کېدای شي د ودې په حال کې ماشوم ته زيان اړوي. دا مهمه ده چې د راديوتراپي په جريان کې او څو مياشتې وروسته د امپندواري ضد درمل/وسايل وکاروئ. که تاسو په دې اړه اندېښنه لرئ، کولای شئ له خپل ډاکټر يا نرس سره خبرې وکړئ.

د رادیوتراپی ډولونه

د رادیوتراپی بېلابېل ډولونه شتون لري.

- **بهرنی رادیوتراپی** – د رادیوتراپی د ماشین په واسطه د بدن له باندې څخه ورکول کېږي.
- **داخلي رادیوتراپی** – کله چې رادیو اکتیف مواد ستاسو په بدن کې اچول کېږي. داخلي رادیوتراپی دوه ډولونه لري: براکي تراپی او رادیو ایزوتوپ تراپی.

له خپل ډاکټر څخه پوښتنه وکړئ چې تاسو به یې کوم ډول ولرئ ترڅو تاسو وکولای شئ د دغو معلوماتو سمې برخې ولولئ.

د بهرني بيم رادیوتراپی

دا هغه مهال وي کله چې رادیوتراپی د رادیوتراپی له ماشین څخه په استفادې سره له بدن څخه د باندې ورکول کېږي. ګڼ شمېر خلک هره ورځ له دوشنبه تر جمعي پورې درملنه کوي. بیا دوی د اونی په پای کې له درملني پرته استراحت کوي. ځینې روغتونونه د اونی د پای په رخصتو کې هم درملنه کوي، چې بیا ناروغ د اونی په جریان کې استراحت کوي.

د درملني تعداد چې تاسو یې کوئ د سرطان په ډول او اندازه پورې اړه لري. دا به له یوې تر اوو اونيو پورې وخت ونیسي ترڅو د اړتیا وړ ټولې درملني ترسره کړئ.

درملنه هره ورځ یوازې څو دقیقې وخت نیسي اما که چېرې روغتون مصروف وي تاسو باید د خپلې درملني لپاره انتظار وکړئ. دا مرسته کوي چې تاسو د انتظار په وخت کې ځینې کارونه ترسره کړئ، لکه مطالعه کول یا موسیقي اورېدل.

ستاسو له لومړۍ درملني مخکې، د رادیوتراپی ټیم به تاسو ته تشریح کړي چې څه به پېښېږي. هغوی ښايي له تاسو وغواړي چې ځینې جامې مو وباسئ او یو ځانګړی کمیس واچوئ. د درملني د ترسره کولو په اړه اندېښنه لرل عام دي. اما کله چې تاسو خپل د رادیوتراپی ټیم وپېژنئ او په دې پوه شئ چې څه پېښېږي، هر څه ستاسو لپاره آسانه کېږي.

دا ښايي یو څه وخت ونیسي چې تاسو د درملني لپاره په سم موقف کې برابر کړي. تاسو باید ډېر آرام وغځېږئ. رادیوګرافران به څراغونه تڼ کړي. کله چې درملنه ترسره کېږي هغوی به له اطاق څخه ووځي. د رادیوتراپی ترسره کول درد نه لري او د رادیوتراپی ماشین معمولاً ستاسو بدن نه لمس کوي.

رادیوګرافران به تاسو د څنګ له اطاق څخه څاري، یا د کړکۍ له لارې یا پر سکرین باندې نور هېڅوک نشي کولای تاسو وويني. که تاسو ته څه ستونزه پيدا کېږي کولای شئ خپل لاس جګ کړئ یا د خیرتیا زنگ ووهئ ترڅو هغوی خبر شي.

ماشین ښايي ستاسو د بدن په شاوخوا حرکت وکړي ترڅو له مختلفو جهتونو څخه ستاسو درملنه وکړي. کله چې درملنه پای ته ورسېږي، رادیوګرافران به بېرته اطاق ته راشي او له تاسو سره به مرسته وکړي چې له ماشین څخه بښکته شئ.

دغه درملنه به تاسو رادیو اکتیف نکري. دا به ستاسو لپاره خوندي وي چې له نورو خلکو سره واوسېږئ، لکه ماشومان له درملني وروسته.



براکي تراپي

دا د داخلي راديوتراپي يو ډول دی. د راديو اکتيف پيوند ستاسو په بدن کې سرطان ته نږدې ځای پر ځای کېږي. کله چې دا ستاسو بدن ته اچول کېږي، تاسو به د انستېزۍ په واسطه بې هوښه کېږئ. يا ښايي تاسو د درد وژونکي پېچکاری وکړئ.

تاسو د خپلي درملني په جريان کې په روغتون کې پاتې کېږئ. تاسو به معمولاً د يوه څه مودې لپاره چې راديوتراپي ترسره کېږي، د درملني په اطاق کې يوازې ياست. دا د دې لپاره چې نور خلک له درملني خوندي وي. که تاسو په دې اړه اندېښنه لرئ خپل ټيم ته ووايست ترڅو هغوی له تاسو سره مرسته وکړي. هغوی به تاسو تشرېح کړي چې ستاسو درملنه څومره وخت نيسي.

څومره ژر چې پيوند ستاسو له بدن څخه ايسته شي، تاسو راډيو اکتيف نه ياست.

د براکي تراپي د ځينو ډولونو لپاره، پيوندونه نه ايسته کېږي. له ډېرو نورو خلکو سره يو ځای اوسېدل به ستاسو لپاره خوندي وي. ستاسو ډاکټر بنايي له تاسو څخه غوښتنه وکړي چې له ماشومانو او امېندواره ښځو سره له نږدې څخه تماس مه لرئ. هغوی به تاسو ته ووايي چې د څومره مودې لپاره بايد دا کار وکړئ. هغوی به دا او نور هغه څه چې تاسو اړتيا ورته لرئ تشرېح کړي.

ستاسو ټيم به ستاسو د درملنې لپاره تاسو ته چاپي معلومات درکړي. دا مهمه ده چې دغه معلومات همېشه له خپل ځان سره ولرئ.

براکي تراپي معمولاً د پروستات، رحم، فرج او زيلانځي سرطان د درملنې لپاره کارول کېږي. همدارنگه کېدې شي د سرطان د نورو ډولونو د درملنې لپاره وکارول شي. کېدې شي په يوازې توگه يا د بهرني بيم له راډيو تراپي سره يو ځای ترسره شي.

راډيو ايزوتوپ تراپي

دا د داخلي راډيو تراپي يو ډول دی. تاسو راډيو اکتيف مايع لرئ:

- په خوله کې د څښاک يا کپسول په توگه
- په رگ کې د تزريق په توگه

سرطاني حجري د عادي حجرو په پرتله ډېره کچه مايعات اخلي. چې په دې سره سرطاني حجري له منځه وړي.

له درملنې وروسته، ستاسو د بدن مايعات يو څه راډيو اکتيف کېږي. هغوی به بېرته په تدريجي ډول عادي حالت ته راوگرځي. ستاسو ټيم به تاسو ته له تشناب څخه د استفادې او په خوندي ډول د هر ډول توبېدنې د پاکولو په اړه لارښوونې درکړي. هغوی بنايي له تاسو څخه غوښتنه وکړي چې له ماشومانو او امېندواره ښځو سره له نږدې څخه تماس مه لرئ. هغوی به تاسو ته ووايي چې د څومره مودې لپاره بايد دا کار وکړئ.

که هغوی تاسو ته ووايي چې بايد په روغتون کې پاتې شئ، له تاسو بنايي غوښتنه وشي چې په خپل اطاق کې د ټولې مودې لپاره يوازې پاتې شئ. که تاسو په دې اړه اندېښنه لرئ خپل ټيم ته ووايست ترڅو هغوی له تاسو سره مرسته وکړي. هغوی به تاسو تشرېح کړي چې ستاسو درملنه څومره وخت نيسي.

د راډيو ايزوتوپ درملنه اکثراً د تايرايډ سرطان د درملنې لپاره کارول کېږي. همدارنگه کېدې چې د سرطان د ځينو نورو هغو ډولونو د درملنې لپاره وکارول شي چې هډوکي ته يې سرایت کړی وي.

د راډيو تراپي جانبي عوارض

راډيو تراپي په هر چا باندې په متفاوت ډول اغېز کوي. ځينې خلک ډېر لږ جانبي عوارض لري په داسې حال کې چې ځينې نور بيا ډېر جانبي عوارض لري. موږ دلته تر ټولو عام جانبي عوارض تشرېح کوو. د دې احتمال نشته چې تاسو دغه ټول جانبي عوارض ولرئ.

له درملنې مخکې، ستاسو د راډيو تراپي ټيم به له تاسو سره خبرې وکړي چې تاسو کېدې شي کوم ډول جانبي عوارض ولرئ. هر ډول پوښتنه چې لرئ له هغوی څخه يې وپوښتئ. که د درملنې په جريان کې هر ډول جانبي عوارض درته پيدا کېږي، خپل ټيم ته ووايست. هغوی کولای شي د مرستې لپاره مشورې يا درمل درکړي. که تاسو کله چې کور کې ياست د ناروغۍ احساس کوئ، روغتون ته زنگ ووهئ.

ستريا

تاسو بښايي د درملني په جريان كې او له درملني وروسته د څلورو اونيو يا مياشتو لپاره ډېر د ستريا احساس وكړئ. هره ورځ روغتون ته سفر كولاى شي ستاسو ستريا لا ډېره كړي. كه تاسو ستري ياست، خپل ځان ته د استراحت لپاره وخت وركړئ. خپله ورځ داسې پلان كړئ چې ډېر كار ونكړئ.

كه كولى شئ ډيره مهمه ده چې هر ورځ لږ ورزش وكړئ. لنډه فاصله پلى تگ كېدى شي تاسو ته انرژي دركړي.

د ناروغۍ احساس لرل

درملنه كېدى شي تاسو ته ناروغۍ احساس دركړي، او كېدى شي ځيني وختونه تاسو ناروغ شئ. دا هغه مهال ډېر عام وي چې تاسو مو درملنه گډې (نس) ته نږدې ترسره كوى. ستاسو د درملني تيم به د دې لپاره چې د ناروغۍ احساس مو كم شي، تاسو ته درمل دركړي.

خورل او څښل

ځيني وختونه تاسو بښايي ونه غواړئ خوراك وكړئ. كچيري داسې وشي، د دې پرځاى چې ډيره ډوډۍ وخورئ كوښښ وكړئ چې په منظم ډول يو څه خواره وخورئ. كه تاسو په خورلو كې ستونزه لرئ، دا مهمه ده چې خپل د راډيوتراپي تيم ته ووايست. هغوى به تاسو ته مشوره دركړي. كه تاسو په خپل غذايي رژيم كې اضافي انرژي يا پروټينو ته اړتيا لرئ، تاسو كولاى شئ خوراكي تكميلوونكي وخورئ.

خپل پوستكي ته پاملرنه كول

د هغې ساحې پوستكي چې درملنه يې كېږي بښايي په لاندې ډول تغير وكړي:

- سور شي
- تور شي
- سوزش يا خارښت ولري.

كه تاسو په خپل پوستكي كې دا ډول تغيرات لرئ، په سملاسي توگه خپل د راډيوتراپي تيم ته ووايست. هغوى كولى شي تاسو ته مشوره او درملني دركړي.

دلته ځيني مهم ټكي شته چې بښايي گټور وي:

- د كتان په څېر له فايبر څخه جوړې آزادې جامې واغونډئ
- خپل پوستكي په ملايم، بې عطره صابون او اوبو سره په آرمۍ سره مينځئ او په آرمۍ سره يې وچ وكړئ
- پوستكي مو مه موبنئ
- خړپلي ساحه مه لندوئ
- د واكس په څېر د وپښتو د لرې كولو كريمونه يا محصولات مه كاروئ
- د راډيوتراپي له تيم څخه پوښتنه وكړئ چې ايا كولاى شئ په خپل پوستكي باندې له مرطوب كوونكي يا بوى لرې كوونكي وكاروئ
- خپل پوستكي له لمر څخه وساتئ.

د وپښتانو رژيدل

تاسو به يوازې د بدن له هغې ساحې څخه وپښتان له لاسه وركوئ چې درملنه يې كېږي. كه چيري تاسو د خپل سر درملنه كوى، تاسو ممكن د خپل سر ځيني وپښتان له لاسه وركړئ. كه چيري تاسو د خپلي سيني درملنه كوى، تاسو به ممكن د خپل منډ لاندې وپښتان له لاسه وركړئ. ځيني خلك د وپښتانو د له لاسه وركولو په اړه اندېښنه لري. كه تاسو په دې اړه اندېښنه لرئ، له خپل ډاكټر يا نرس سره خبرې كول به گټور وي.

ستاسو په وینه کې تغیرات

ځینې وخت رادیوتراپی کولای شي ستاسو په بدن کې د وینو د حجرو د کموالي سبب شي. ستاسو د رادیوتراپی ټیم بنیایي ستاسو لپاره د وینې آزموینې ترتیب کړي ترڅو د وینو د حجرو تعداد چې تاسو یې لرئ مشخص کړي. که چېرې د کوم چا د وینې د ځانگړو حجرو شمېرې ډېر کم وي، دا خلک باید درمل وکاروي او ځینې وختونه کېدای شي د وینې تزریق ته اړیتا ولري.

که پرسوب یا خونریزي لرئ او په دلیل یې نه پوهېږئ، همېشه خپل ټیم ته ووايست. په دې کې لاندې نښې نښانې موجودې دي:

- د پوزې وینې کېدل
- وینه لرونکې لارې
- په پوستکي باندې کوچني سره یا ارغواني داغونه چې بنیایي د بخار په څېر ښکاره شي.

د لاندې مواردو په صورت کې هم باید تاسو په سملاسي توګه د رادیوتراپی له ټیم سره اړیکه ونیسئ:

- کله چې ستاسو د بدن د حرارت درجه له 37.5°C (99.5°F) څخه لوړه شي
- کله چې تاسو په ناڅاپي ډول ناروغه کېږي، حتی په د بدن د حرارت درجه مو عادي وي
- تاسو د عفونت نښې نښانې لرئ – په دې کې بنیایي د لړزېدا، د ستونې د درد، توخي، اسهال یا د ادرار اخراج ته د اړتیا احساس شامل وي.

اسهال

که تاسو خپلې کېدې (نس) یا لګن خاسري ته نږدې درملنه لرئ، دا عامه ده چې غایطه مواد (ډکي میتیازي) مو بمبوسې وی یا اسهال ولرئ. تاسو بنیایي له معمول څخه ډېر تشناب ته د تګ اړتیا ولرئ. دا کېدای شي تاسو ته د ستریا یا کمزورې احساس درکړي. دا ډېره مهمه ده چې په کافي اندازه مایعات وڅښئ. که تاسو اسهال یا د کېدې (نس) درد لرئ، د روغتون کامندانو ته ووايست. دوی کولی شي تاسو ته د مرستې لپاره تابلېت درکړي.

د ادرار په کولو کې ستونزې

مټانې ته نږدې درملنه کولای شي له تاسو سره مرسته وکړي چې (ادرار) له معمول څخه ډېر وکړئ. د ډېرو مایعاتو څښل بنیایي مرسته وکړي. ډاکټر یا نرس ته په سملاسي توګه ووايست که چېرې

- د میتازو په کولو کې درد احساسوئ
- کله چې میتیازي کوئ نشئ کولای انتظار وباسئ
- په ادرار کې مو وینه لرئ.

د پروستات یا تناسلي آلی د سرطان لپاره رادیوتراپی ځینې وختونه د ادرار خارجول ستونزمنوي. که له دې مشکل سره مخ شوی، تاسو بنیایي یوه نازک تیوب ته اړتیا ولرئ چې خپلې مټانې ته یې واچوئ ترڅو ادرار وچ کړئ. په روغتون کې به نرساني تاسو ته وښايي چې څنګه تیوب ته پاملرنه وکړئ. نرس همدارنګه کولای شي د مرستې لپاره تاسو په کور کې وویني.

د ستوني درد

که تاسو د خپل سر يا غاړې درملنه کوئ، ستاسو خوله بڼايي وخورېږي. دا کېدی شي د خوړو په تېرولو کې ستونزې رامنځ ته کړي. دا ډېره مهمه ده چې د درملني په جريان کې خپلې خولې ته پاملرنه وکړئ. ستاسو ټيم به درته وښيي چې دا کار څنگه وکړئ. دا کولای شي د لاندې مواردو په مخنيوي کې مرسته وکړي:

- سگرت څکول
- د اکولو څښل تند خواره
- ډېر گرم خواره

که چېرې مو خوله درد کوي يا د خولې زخم لري، دا مهمه ده چې خپل ډاکټر يا نرس ته ووايست. هغوی کولای شي د مرستې لپاره د خولې مينځونگی او درد وژونکي درمل درکړي. که د خوړو تېرول درته ستونزمن شي، ستاسو ډاکټر کولای شي د مرستې لپاره درمل درته تجویز کړي.

اوردمهاله جانبي عوارض

ډېری جانبي عوارض د لنډې مودې لپاره دوام کوي. ځيني يې د درملني له بشپړېدو يو څو اونۍ وروسته بڼه کېږي. ځيني وختونه، جانبي عوارض له دې څخه په ډېره موده کې بڼه کېږي. کله ناکله، کېدی شي ستاسو د ژوند تر پايه دوام ومومي. مخکې له دې چې تاسو خپله درملنه پيل کړئ، ستاسو ډاکټر به په دې هکله تاسو ته ووايي. دا مهمه ده چې تاسو په دې پوه شئ چې ځيني جانبي عوارض دايمي دي.

د خپل ځان لپاره د سم مراقبت او ملاتړ ترلاسه کول

که تاسو سرطان لري او په انگليسي ژبه خبرې نه کوئ، تاسو بڼايي اندېښنه ولري چې دا به ستاسو د سرطان په درملنه او مراقبت باندې اغېز وکړي. اما ستاسو د روغتياپالني ټيم بايد تاسو ته داسې مراقبت، ملاتړ او معلومات وړاندې کړي چې ستاسو اړتياوي پوره کړي.

موږ پوهېږو چې ځيني وختونه خلک بڼايي د سم ملاتړ په ترلاسه کولو کې له اضافي ننګونو سره مخ شي. د بېلګې په توګه، که تاسو کار کوئ يا کورنۍ لري نو دا به سخته وي چې د روغتون ملاقاتونو ته د تګ لپاره وخت ولري. تاسو همدارنګه بڼايي د پيسو او د ترانسپورتي لګښتونو په اړه اندېښنه ولري. دغه ټول شیان سټرېس رامنځ ته کوي او مبارزه ورسره سخته ده.

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

موږ همدارنګه په سرطان باندې د اخته کسانو لپاره د **Macmillan Grants** مرستې وړاندې کوو. دغه يو ځلي تاديات دي چې د روغتن د پارکېنگ، سفرې لګښتونو، د ماشوم د مراقبت يا د گرمولو د بېل په شان شیانو لپاره استفاده ځني کېږي.

Macmillan څنگه کولای شي له تاسو سره مرسته وکړي

په Macmillan کې، مور پوهېږو چې د سرطان تشخیص څنگه کولای شي په هر څه باندې اغېز وکړي، او مور دلته ستاسو د مرستې لپاره یو.

د Macmillan د ملاتړ مرکز تلفوني کرښه

مور ژباړونکي لرو، نو تاسو کولای شئ له مور سره په خپله ژبه باندې خبرې وکړئ. یوازې مور ته په انګلیسي ژبه د هغې ژبې په هکله ووايست چې تاسو خبرې پرې کوئ. مور کولای شو د طبي پوښتنو په برخه کې له تاسو سره مرسته وکړو، د مالي مرسته په هکله معلومات درکړو، او که غواړئ له چا سره خبرې وکړئ، مور ستاسو غوښتنو ته غور ونیسو. د تلفون وړیا او محرمة کرښه په اونۍ کې 7 ورځې د سهار له 8 بجو د شپې تر 8 بجو پورې پرانېستي ده. مور ته په **00 00 808 0808** شمېره زنگ ووهئ

وېب چټ

تاسو کولای شئ مور ته د وېب چټ پیغام واستوئ او مور ته ووايست چې ژباړن ته اړتیا لرئ. مور ته په انګلیسي کې د هغې ژبې په هکله ووايست چې اړتیا ورته لرئ، او زموږ کس به له تاسو سره اړیکه ونیسي. په 'Chat to us' بڼه باندې کلېک وکړئ چې د وېب پاڼې په ټولو پاڼو باندې څرګندېږي. یا **macmillan.org.uk/talktous** ته لاړ شئ

د Macmillan وېب پاڼه

زموږ وېب 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

مور همدارنګه کولای شو یوازې ستاسو لپاره د ژباړې خدمات وړاندې کړو. د هغه څه په اړه چې اړتیا ورته لرئ، مور 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 مور ته په **00 808 0808** شمېره زنگ ووهئ.

د ملاتړ محلي ګروپونه

د ملاتړ په ګروپ کې، تاسو کولای 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 مور ته په **00 00 808 0808** شمېره زنگ 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 لارې معلومات ولولئ.

د تورو لیست

کلمه	په انګلیسي	په انګلیسي کی څنگه ویل کیږي	مانا
اسهال	Diarrhoea	ډایریا	کله چې تاسو نرم او اوبه لرونکي غایطه مواد لرئ، تاسو ښایي له معمول ډېر یا په عاجله توګه تشناب ته اړتیا ولرئ. تاسو همدارنګه ښایي د ګېډې درد ولرئ.
بې ضرره	Benign	بینین	په بدن کې یوه غده چې سرطاني نه ده او په بدن کې بل ځای ته نه انتقالېږي.
پروستات	Prostate	پراسټېټ	پروستات د سړي په بدن کې یوه کوچنۍ غده ده. دا مثاني ته نږدې دی.
تداوي شوی	Cured	کېورډ	کله چې ستاسو په بدن کې سرطاني حجرې پاتې نشي.
تومور	Tumour	ټیومر	تومور د حجرو یو ګروپ دی چې په غیر عادي توګه پراخېږي. غیر عادي حجرې ډېرولو ته دوام ورکوي او غده تشکیلوي.
جانبی عوارض	Side effects	ساید ایفکټس	د سرطان د درملنې غیرمطلوبې اغېزې د بېلګې په توګه، د وېښتو تویېدل، د ناروغتیا یا ستړیا احساس لرل. ډېری جانبی عوارض د درملنې له پای ته رسېدو وروسته له منځه ځي.
جراحی عملیات	Surgery	سرجري	د عملیاتو لرل
حجرې	Cells	سیلز	د جوړولو کوچنۍ تختې چې زموږ د بدن غړي او انساج تشکیلوي.
د امېندواری مخنیوی	Contraception	کانټراسپېشن	درمل او وسایل چې امېندواري ودروي
رادیواکتیف	Radioactive	رېډیو اېکټیو	که کوم څه رادیواکتیف وي، دا په دې مانا ده چې شعاع خپروي.
رحم	Cervix	سرویکس	رحم یو سوری دی چې ستاسو د رحم په ښکتنۍ برخه کې موقعیت لري. دا د ښځې په بدن کې د واژن د پاسه دی.
زیلانځ	Womb	ووم	رحم د ښځې په بدن کې دننه د ګېډې په ښکتنۍ برخه کې یو ګرد غړی دی. دا هغه ځای دی چې هلته ماشوم لویېږي کله چې تاسو امېندواره یاست.
سکېن	Scan	سکېن	کله چې ډاکټران ستاسو د بدن د دننه برخې انځور اخلي.

د سرطان داسې درملنه چې له درملو څخه په استفادې سره سرطاني حجرې له منځه وړي.	کېمو تیراپي	Chemotherapy	کیموتراپی
په ټول بدن کې د رگونو او غدو یوه شبکه ده چې د انتاناتو سره په مبارزې کولو کې مرسته کوي.	لمفېټک سسټم	Lymphatic system	لمفاتیټک سیسټم
په بدن کې یوه غده ده چې سرطاني ده او ټول بدن ته پراخیدلی شي.	مېلیګننټ	Malignant	مضر
فرج د بنځې په بدن کې یوه عبوري لار ده. د فرج خوله ستاسو د لنگیو په منځ کې ده. د فرج د پاسه د <u>رحم خوله</u> ده، چې بیا <u>رحم</u> ته تللي ده.	وېجاینا	Vagina	واجینا یا فرج

نور معلومات ستاسو په ژبه کې

موږ د دغو موضوعاتو په هکله ستاسو په ژبه کې معلومات لرو:

له سرطان سره ژوند کول	د سرطان ډولونه
<ul style="list-style-type: none"> سرطان او کرونا وایروس د مزایاوو غوښتنه کله چې سرطان لری د خوړلو ستونزې او سرطان د ژوند پای سالم خوراک کول د مصارفو مرسته کله چې سرطان لری که ستاسو سرطان تشخیص شوی وی - لنډه لارښوونه سپېسېس او سرطان د سرطان د درملنې جانبي عوارض ستریا (ستوماني) او سرطان 	<ul style="list-style-type: none"> د سيني سرطان د لویو کولمو سرطان د سږي سرطان د پروستات سرطان <p>درملني</p> <ul style="list-style-type: none"> کیموتراپی رادیوتراپی جراحی عملیات

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

حوالی او مننه

دغه معلومات د Macmillan د سرطان د ملاتړ د سرطان د معلوماتي پراختیا د تیم په واسطه لیکل او تحریر شوي دي. دا د ژباړې د کمپنۍ په واسطه ژباړل شوی دی.

شامل شوي معلومات د Macmillan د کتابگوتی په اساس دي چې د رادیوتراپی د پیژندې په اړه دی. مور کولای شو تاسو ته یوه کاپي واستوو، اما بشپړ کتابگوتی یوازې په انګلیسي ژبه شتون لري.

دا معلومات د اړونده متخصصینو لخوا بیاکنټل شوي دي او زموږ د طبي تحریر رئیس لخوا تایید شوي دي، پروفیسور تیم آویسون، طبي مشاور سرطان پوه او د Macmillan طبي تحریر رئیس.

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

زموږ ټول معلومات د غوره شته شواهدو په اساس دي. د هغو سرچینو په هکله د ډېرو معلوماتو لپاره چې موږ یې کاروو، په مهرباني سره له مور سره د cancerinformationteam@macmillan.org.uk له لارې اړیکه ونیسئ

MAC12465_Pashto

محتوی بیا کنټل شوي: 2018

راتلونکي پلان شوي بیاکنټه: 2021

دغه محتوی دا مهال تر بیاکنټي لاندې ده

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 متخصصي مسلکي مشوري د بدیل په توګه ونه کارول شي. تر هغه ځایه چې د قانون لخوا اجازه ورکړل شوي، Macmillan په دې څېړونه کې د هر هغه معلوماتو د کارولو یا د دریمې ډلې د معلوماتو یا د وېب پاڼې د شاملو معلومات یا راجع شویو معلوماتو مسؤلیت نه مني.

د Macmillan سرطان ملاتړ 2022، په انګلستان او ویلز (261017)، سکاټلینډ (SC039907) او آئل آف مین (604) کې ثبت شوي خیریه موسسه. همداراز په شمالي ایرلنډ کې فعالیت کوي. د ضمانت په واسطه محدوده شوي کمپني، چې په انګلستان او ویلز کې په 2400969 شمېره ثبت شوي ده. انېلز آف من کمپني نمبر 4694F. ثبت شوي دفتر: Albert Embankment, London SE1 89. 7UQ.



Radiotherapy

This information is about radiotherapy.

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 radiotherapy as part of their treatment.

There are different types of radiotherapy. We explain the main types in this information. Ask your doctor to explain which type of radiotherapy you are having so you can read the right parts of this information.

Some people will also need other treatments, such as chemotherapy or surgery. 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 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**

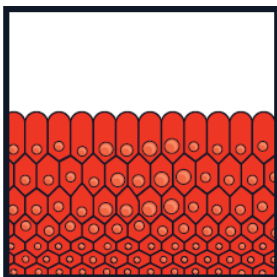
This information is about:

- What is cancer?
- What is radiotherapy?
- Why is radiotherapy given?
- Your radiotherapy team
- Understanding your treatment
- Where is radiotherapy given?
- Planning your treatment
- Types of radiotherapy
- Side effects of radiotherapy
- Long-term side effects
- How Macmillan can help
- Word list
- More information in Pashto
- References and thanks

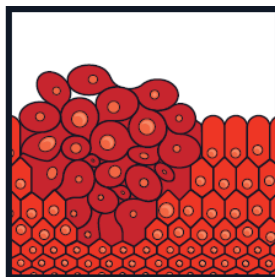
What is cancer?

Cancer starts in our body's cells. Cells are the tiny building blocks that make up the organs and tissues of our body. Usually, these cells split to make new cells in a controlled way. This is how our bodies grow, heal and repair. Sometimes, this goes wrong and the cell becomes abnormal. The abnormal cell keeps splitting and making more and more abnormal cells. These cells form a lump called a tumour.

Normal cells



Cells forming a tumour



Not all lumps are cancer. A lump that is not cancer is called benign. It cannot spread to anywhere else in the body. A lump that is cancer is called malignant. It can grow into other areas of the body.

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.

You cannot catch cancer from someone else.

What is radiotherapy?

Radiotherapy uses strong x-rays to destroy cancer cells. It can damage normal cells too but they usually recover after treatment finishes.

Why is radiotherapy given?

To cure the cancer

Radiotherapy can be given to cure some types of cancer. It may be given on its own. Or it may be given before or after surgery. Before surgery it may make the tumour smaller. After surgery, it can help kill any cancer cells left behind. Sometimes chemotherapy is given at the same time as radiotherapy.

To help with cancer symptoms

When cancer cannot be cured, radiotherapy may be given to help with symptoms. This is called palliative radiotherapy.

Your radiotherapy team

Clinical oncologist

This is a doctor who treats cancer with radiotherapy. They help plan your treatment. You may see them during your treatment so they can check how you are feeling. You can also ask to see them between appointments.

Radiographers

The team of radiographers help plan your treatments and work the radiotherapy machines. They also give you advice about any side effects or worries that you may have.

Clinical nurse specialists

They are nurses who are experts in the type of cancer you have. You can talk to them about any concerns you have. They can give you support and information during and after your treatment. They can also help you manage any 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 Pashto and English. Sometimes the hospital can provide an interpreter for you. They usually need to arrange this in advance. So if you need an interpreter, tell the hospital before the appointment.

Where is radiotherapy given?

Radiotherapy is given in hospital. You usually have your treatment as a day patient. This means you can go home after the treatment and you don't need to stay overnight. With some types of radiotherapy, you may need to stay in hospital for a few days.

If you are unwell or also having chemotherapy, you may need to stay in hospital.

Planning your treatment

Radiotherapy is planned carefully for each person. This is to make sure the treatment works well and causes as few side effects as possible. You may need to visit the hospital a few times for planning before your treatment can start. Your radiotherapy team will tell you what to expect.

Scans

You will need to have one or more scan before you start treatment. This helps your team decide how much radiotherapy you need. It also helps them plan exactly where to give the radiotherapy.

Before a scan, you may be asked to remove some clothing and put on a gown. Someone from the team may also give you a drink or injection. This helps get a clear picture from the scan.



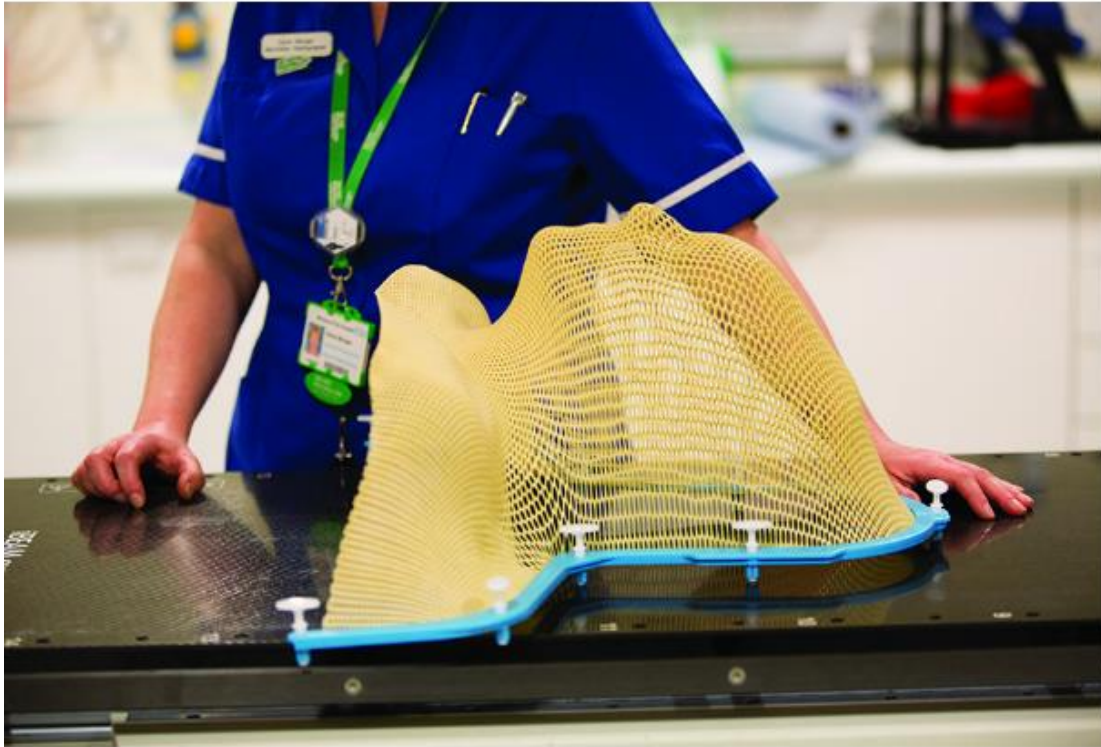
Moulds and masks

You may need a mould or mask for your treatment. If you need one, your radiotherapy team will make it for you. A mould or mask helps you stay still and in the correct position. Moulds are for a leg, arm, or other body part. Masks are for the head or neck.

A mould or mask is made of a plastic mesh. It fits tightly but it should not be uncomfortable. You only wear it for short periods of time. You would wear it

- when your treatment is being planned
- when you have your treatment.

You can breathe normally while you are wearing a mould or mask.



Marks on the skin

Someone from your radiotherapy team may make small, permanent marks on your skin. The marks show exactly where to give the radiotherapy. The marks are made in the same way as a tattoo. Tell the radiographer if you have any worries about having marks on your skin.

Fertility

Radiotherapy can affect your ability to get pregnant or make someone pregnant. Many people find this difficult to deal with. If you are worried about this, talk to your doctor or nurse before treatment starts. They can tell you what to expect and about ways to protect your fertility. Speaking to a counsellor or religious leader may also be helpful.

Contraception

Your doctor may advise you not to become pregnant or make someone pregnant during some treatments. This is because radiotherapy may harm a developing baby. It is important to use contraception during and for a few months after radiotherapy. You can talk to your doctor or nurse if you are worried about this.

Types of radiotherapy

There are different types of radiotherapy:

- **External radiotherapy** – given from outside the body by a radiotherapy machine.
- **Internal radiotherapy** – when a radioactive material is put into your body. There are two types of internal radiotherapy: brachytherapy and radioisotope therapy.

Ask your doctor to explain which type you are having, so you can read the right parts of this information.

External beam radiotherapy

This is when radiotherapy is given from outside the body using a radiotherapy machine. Most people have treatment each day from Monday to Friday. Then they have a rest with no treatment at the weekend. Some hospitals give treatment at the weekends too, with a rest during the week instead.

How many treatments you have will depend on the type and size of the cancer. It can take from one to seven weeks to have all the treatment you need.

Treatment only takes a few minutes each day but you may need to wait for your treatment if the hospital is busy. It can help to do something while you wait, like read or listen to music.

Before your first treatment, the radiotherapy team will explain what will happen. They may ask you to take off some clothes and wear a gown. It is normal to feel worried about having treatment. But it usually gets easier as you get to know your radiotherapy team and what happens.

It may take a little while to get you in the correct position for treatment. You will need to lie very still. The radiographers will dim the lights. Then they will leave the room while the treatment happens. Having radiotherapy does not hurt and the radiotherapy machine does not usually touch you.

The radiographers will watch you from the next room, either through a window or on a screen. No one else will be able to see you. If you have any problems you can raise your hand or ring an alarm to let them know.

The machine may move around your body to give the treatment from different directions. Once the treatment is over, the radiographers will come back into the room and help you down from the machine.

This treatment will not make you radioactive. It is safe for you to be with other people, including children, after your treatment.

External beam radiotherapy



Brachytherapy

This is a type of internal radiotherapy. A radioactive implant is placed in your body near the cancer. You may be asleep under a general anaesthetic when it is put in. Or you may have painkiller injections.

During your treatment you stay in hospital. You are usually alone in the treatment room for some time while the radiotherapy is given. This is to protect others from the treatment. Tell your team if you are worried about this so they can help. They will explain how long your treatment will take.

As soon as the implant is removed from your body, you are not radioactive.

For some types of brachytherapy, the implants are not removed. It is safe for you to be around most other people. Your team may ask you to avoid close contact with children or pregnant women. They will tell you how long you need to do this. They will explain this and anything else you need to know.

Your team will give you printed information about your treatment. It is important to carry this with you all the time.

Brachytherapy is often used to treat cancer of the prostate, cervix, vulva and womb. It may also be used to treat other types of cancer. It can be used on its own or with external beam radiotherapy.

Radioisotope therapy

This is a type of internal radiotherapy. You have a radioactive liquid:

- by mouth as a drink or capsules
- as an injection into a vein.

Cancer cells take in the liquid more than normal cells do. This destroys the cancer cells.

After treatment your body fluids are slightly radioactive. This will gradually return to normal. Your team will give you instructions about using the toilet and cleaning up any spillages safely. They may ask you to avoid close contact with children or pregnant women. They will tell you how long you need to do this.

If they tell you that you must stay in hospital, you may be asked to stay alone in your room all the time. Tell your team if you are worried about this so they can help. They will explain how long your treatment will take.

Radioisotope therapy is often used to treat thyroid cancer. It may also be used to treat some types of cancer that have spread to the bone.

Side effects of radiotherapy

Radiotherapy affects everyone differently. Some people have very few side effects while others have more. We describe the most common side effects here. It is unlikely that you will get all of these.

Before your treatment, your radiotherapy team will talk to you about which side effects you may get. Ask them any questions you may have. Tell your team if you have any side effects during treatment. They can give you advice or medicines to help. If you feel unwell when you are at home, call the hospital.

Tiredness

You may feel very tired during treatment and for weeks or months after it finishes. Travelling to hospital each day can make tiredness worse. If you are tired, allow yourself time to rest. Plan your day so that you don't do too much.

It is important to do some exercise each day if you can. A short walk may give you more energy.

Feeling sick

Treatment can make you feel sick, and sometimes be sick. This is more common if you have treatment near the tummy (abdomen). Your treatment team can give you a medicine to stop you feeling sick.

Eating and drinking

Sometimes you may not want to eat. If this happens, try having regular small snacks rather than large meals. If you are having problems with eating it is important to tell your radiotherapy team. They will give you advice. If you need extra energy or protein in your diet, you can take food supplements.

Looking after your skin

The skin in the area that is treated may get:

- red
- darker
- sore or itchy.

If you have skin changes like these, tell your radiotherapy team straight away. They can give you advice and treatments.

Here are some tips that may help:

- wear loose-fitting clothes made from natural fibres, such as cotton
- wash your skin gently with mild, unperfumed soap and water and gently pat it dry
- do not rub the skin
- do not wet shave
- do not use hair-removing creams or products, including wax
- ask your radiotherapy team if you can use moisturisers or deodorants on the skin
- protect the skin from the sun.

Hair loss

You only lose hair from the area of your body where you have treatment. If you have treatment to your head, you may lose some hair from your head. If you have treatment to your breast, the hair under your arm might fall out. Some people feel upset about losing hair. If you are worried about it, talking to your doctor or nurse can help.

Changes in your blood

Sometimes radiotherapy can lower the number of blood cells in your blood. Your radiotherapy team may arrange blood tests for you to check the number of blood cells you have. Some people need medicine or sometimes a blood transfusion if the level of certain types of blood cells is too low.

Always tell your team if you have bruising or bleeding and you do not know why. This includes:

- nosebleeds
- bleeding gums
- tiny red or purple spots on the skin that may look like a rash.

You should also contact your radiotherapy team straight away if:

- your temperature goes over 37.5°C (99.5°F)
- you suddenly feel unwell, even with a normal temperature
- you have symptoms of an infection – this can include feeling shaky, a sore throat, a cough, diarrhoea or needing to pass urine a lot.

Diarrhoea

It is common to have loose stools (poo) or diarrhoea if you have treatment near your tummy (abdomen) or pelvis. You may need to use the toilet more often than usual. This can make you feel tired and weak. It is important to drink plenty of fluids. Tell the staff at the hospital if you have diarrhoea or tummy (abdominal) pain. They can give you tablets to help.

Problems with passing urine

Treatment near the bladder can make you pass urine (pee) more often than usual. Drinking more fluids may help. Tell the doctor or nurse straight away if

- it hurts when you pass urine
- you cannot wait when you need to pass urine
- you have blood in your urine.

Radiotherapy for prostate or penis cancer sometimes makes it difficult to pass urine. If this happens, you may need to have a thin tube put into your bladder to drain the urine. The nurses at the hospital will show you how to look after the tube. A nurse can also visit you at home to help you.

Sore mouth

If you have treatment to your head or neck, your mouth may get sore. This may make swallowing difficult. It is important to look after your mouth during treatment. Your team will show you how to do this. It can help to avoid:

- smoking
- drinking alcohol spicy food
- very hot food.

It is important to tell the doctor or nurse if your mouth feels sore or you have mouth ulcers. They can give you mouthwashes and painkillers to help. If it becomes difficult to swallow your doctor can prescribe medicines to help.

Long-term side effects

Most side effects only last for a short time. Some may last for a few weeks after your treatment has finished. Sometimes, side effects can last longer than this. Occasionally, they can last for the rest of your life. Your doctor will talk to you about this before you have your treatment. It is important that you understand that some side effects may be permanent.

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.
Cervix	The cervix is the opening at the bottom of your <u>womb</u> . It is inside a woman's body at the top of the <u>vagina</u> .
Chemotherapy	A cancer treatment that uses drugs to kill cancer cells.
Contraception	Drugs or devices that prevent pregnancy.
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.
Prostate	The prostate is a small gland inside a man's body. It is near the bladder.
Radioactive	If something is radioactive, it means it releases radiation.
Scan	When doctors take a picture of the inside of your 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 tumour is a group of cells that are growing in an abnormal way. The abnormal cells keep multiplying and form a lump.
Vagina	The vagina is a passageway inside a woman's body. The entrance to the vagina is between your legs. At the top of the vagina is the <u>cervix</u> , which then leads to the <u>womb</u> .
Womb	The womb is a round organ inside a woman's body in the lower tummy area. It is where a baby grows if you are pregnant.

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 **Understanding radiotherapy**. 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.

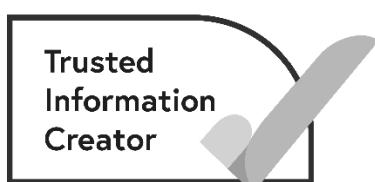
All our information is based on the best evidence available. For more information about the sources we use, please contact us at **cancerinformationteam@macmillan.org.uk**

MAC12465_Pashto

Content reviewed: 2018
Next planned review: 2021
This content is currently being revised

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.



Patient Information Forum