

## د پروستات سرطان

دغه معلومات د پروستات سرطان د تشخیص او درملني د څرنگوالي 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 وایي.

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

تاسو کولی شئ د Macmillan د سرطان ملاتړ مرکز ته په 0808 808 00 00 شمېره 7 ورځې په اوونۍ کې، د سهار له 8 څخه تر ماښام 8 پورې زنگ ووهئ. مور ژباړونکي لرو، نو تاسو کولی شئ چې زموږ سره په خپله ژبه خبرې وکړئ. کله چې مور ته زنگ ووهئ، مهرباني وکړئ مور ته په انگلیسي کې ووايست چې کومې ژبې ته اړتیا لرئ.

ستاسو په ژبه کې د سرطان په اړه اضافي معلومات په [macmillan.org.uk/translations](http://macmillan.org.uk/translations) کې شتون لري

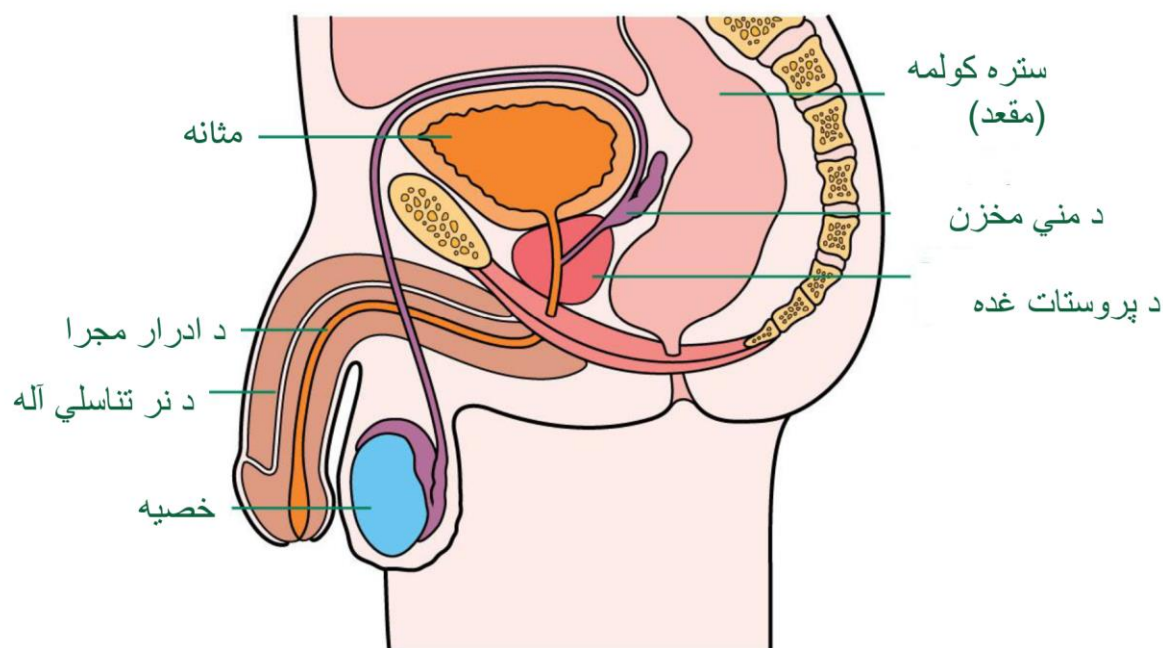
## دا معلومات د لاندې مواردو په هکله دي:

- پروستات
- د پروستات سرطان
- درملنه څه ډول پلان کېږي
- د خپل روغتیايي ټیم سره خبرې کول
- د درملني په اړه پوښتنې کول
- د پروستات سرطان لپاره درملني
  - فعال نظارت
  - څارونکي انتظار
  - جراحي عملیات
  - کرایوتراپی
  - د لوړ شدت متمرکز الټراسونډ (HIFU)
  - رادیوتراپی
  - هورمونیز علاج
  - کیموتراپی
- د درملني له جاني عوارضو سره مبارزه
- د پروستات د پرمختللي سرطان د نښو نښانو کنټرولول
- تعقیب
- ستاسو احساسات او جذبات
- د خپل ځان لپاره د سمې پاملرنې او ملاتړ ترلاسه کول
- مکملین څنگه کولای شي له تاسو سره مرسته وکړي
- د تورو لېست
- ستاسو په ژبه کې اضافي معلومات
- حوالې او مننه

## پروستات

پروستات د چارمغز په اندازه يوه کوچنۍ غده ده. د عمر په تېرېدو سره لويېږي. پروستات د تيوب (ادراري مجرا) لومړۍ برخه چاپېره کوي چې ادرار له مسانې څخه جنسي آلي ته انتقالوي.

### د نارينه د تناسلي غړو شکل



پروستات سپن رنگه مایع تولیدوي چې د خصیو له سپرم سره یوځای کېږي او مني جوړوي. په مني کې د سپرم حجرې شتون لري.

د تستوسترون جنسي هورمون د خصیو په واسطه جوړېږي. دا د پروستات د کار څرنگوالی کنټرولوي. تستوسترون د جنسي میل، نعوظ او د عضلاتو د پیاوړتیا په شان د کړنو مسؤلیت لري.

پروستات همدارنگه د پروستات د ځانگړي انټیجن (PSA) په نامه پروټین هم جوړوي. دا د مني په ډېر نري کېدو کې مرسته کوي.

PSA کېدی شي د ویني په معایناتو کې اندازه شي. کله چې په بله آزموینه کې وکارول شي، د PSA آزموینه له ډاکټرانو سره د پروستات سرطان په تشخیص کې مرسته کوي.

که تاسو دوه جنسیته بڼه یاست

هغه خلک چې پروستات لري عبارت دي له نارینه وو، دوه جنسیته وو او نارینه وو او بڼو (ټرانز)، بڼو او هغو نارینه وو څخه چې د زیږون پر مهال نارینه زیږیدلي وي.

که تاسو یوه دوه جنسیته بڼه یاست او د تناسلي جنسیت د تائید جراحي مو د خپل لېږد د برخې په توگه ترسره کړې وي، تاسو به لا هم پروستات ولری.

که تاسو د پروستات سرطان په اړه اندېښنه لری یا نښې نښانې در پیدا شوي وي، دا مهمه ده چې له خپل عمومي ډاکټر یا نرسې سره خبرې وکړی.

## د پروستات سرطان

د بدن ټولې برخې له کوچنیو حجرو څخه جوړې شوي دي. د پروستات سرطان هغه مهال رامنځ ته کېږي کله چې پروستات په بدن کې په غیر کنټرولېدونکي ډول وده کوي. چې په نهایت د تومور په نامه یوه غده تشکیلوي.

ځینې د پروستات سرطانونه په تدریجي ډول وده کوي په داسې حال کې چې ځینې نور بیا په چټکۍ سره وده کوي.

ځینې وختونه د پروستات د سرطان حجری له پروستات څخه د باندې د بدن نورو برخو ته سرایت کوي.

د پروستات سرطان ساري نه دی او نورو خلکو ته لیږدول کېدی نشي.

### څوک د پروستات په سرطان اخته کېږي

د پروستات د سرطان خطر ستاسو د عمر له زیاتېدو سره ډېرېږي. دا له 65 کلونو په لوړ عمر لرونکو کسانو کې ډېر عام دی. له 50 څخه په ټیټ عمر لرونکو خلکو کې ډېر لږ عام دی.

مور نه پوهېږي چې سبب یې څه دی. اما د خطر مختلف فکتورونه ښايي په دې سرطان د اخته کېدو لامل شي. تور پوستي خلک د پروستات په سرطان باندې د اخته کېدو له لوړ خطر سره مخ دي او معمولاً په کم عمر کې په دې ناروغۍ باندې اخته کېږي.

### د پروستات د سرطان درجې او مرحلې

- د سرطان مرحله پدې معنی ده چې دا څومره لوی ده او که خپور شوي ده

- د سرطان درجه دا ده چې سرطان څومره ژر وده کولی شي.

د پروستات سرطان معمولاً په لاندې مراحلو باندې وېشل کېږي:

- د پروستات ابتدایي (محلي) سرطان – د سرطان حجری یوازې د پروستات د ننه شتون لري

- د پروستات پرمختللی محلي سرطان – سرطان د پروستات چاپېره انساجو ته سرایت کړی دی

- د پروستات پرمختللی (مېټاستاتیک) سرطان – سرطان د بدن بلې برخې، معمولاً هډوکو ته سرایت کړی دی.

### درملنه څه ډول پلان کېږي

ستاسو د روغتیا پاملرنې ټیم به ستاسو لپاره د غوره درملنې پلان کولو لپاره ملاقات وکړي. ستاسو نرسه یا ډاکټر به د دې پلان په هکله له تاسو سره خبرې وکړي. ستاسو درملنه به په لاندې فکتورونو پورې اړه ولري:

- د سرطان مرحله او درجه

- ستاسو عمر او عمومي روغتیا

- د درملنې کټي او احتمالي جانبي عوارض

- تاسو د شته درملنو په اړه څه فکر کوئ.

## د خپل روغتیایي ټیم سره خبرې کول

دا مهمه ده چې د خپلې د درملنې په اړه چې ښایي ترسره یې کړئ د سرطان له خپل ډاکټر سره خبرې وکړئ. تاسو همدارنگه ښایي وغواړئ په دې هکله له کوم نږدې خپل یا ملګري سره خبرې وکړئ. ځینې وختونه د سرطان په درملنه کې دوي درملنې ښایي په ورته توګه ښې اغېزې ولري. له تاسو ښایي غوښتنه وشي چې د ځان لپاره غوره درملنه انتخاب کړئ. تاسو باید مخکې له دې چې پرېکړه وکړئ، د مختلفو شیانو په اړه فکر وکړئ، لکه جانبي عوارض. ستاسو ډاکټر یا نرس کولای شي په دې برخه کې له تاسو سره مرسته وکړي.

له تاسو سره له خبرې کولو وروسته به ستاسو ډاکټر له تاسو غوښتنه وکړي چې یوه فورمه لاسلیک کړئ ترڅو تاسو څرګنده کړئ چې تاسو پوه شوي یاست او له درملنې سره موافق یاست. دا د توافق د فورمې په نامه یادېږي. ستاسو درملنه به تر هغه پورې نه کېږي، ترڅو چې تاسو د هغې سره موافقه نه وي کړي.

دا ښه نظر ده چې له خپل ځان سره داسې څوک بوځئ چې وکولای شي په دواړو هم ستاسو په ژبه او هم په انګلیسي خبرې وکړي. ستاسو روغتون کولای شي تاسو ته یو ژباړن چمتو کړي. که تاسو ترجمان ته اړتیا لرئ، دا مهمه ده چې له ملاقات مخکې خپلې نرسې ته ووايست.

## د خپلې درملنې په اړه پوښتنې کول

- زما ټیټونه څه څرګندوي؟
- د سرطان مرحله او درجه څه ده؟
- کومې درملنې موجودې دي؟
- د هر علاج ګټې، خطرونه او جانبي عوارض کوم دي؟
- علاج زما په ورځني ژوند باندې څنګه اغېزه کوي؟
- زه له چا سره خبرې کولی شم چې زه څنګه احساس کوم؟

## د پروستات سرطان لپاره درملني

د پروستات ابتدايي سرطان	د محل په کچه د پروستات پرمختللی سرطان	پروستات پرمختللی سرطان
فعال نظارت	د پروستات لپاره راديوتراپي	هورمونيز علاج
د پروستات د لري کولو لپاره عمليات (جراحي) ده (پروستاتېکټومي)	هورمونيز علاج	کيموټراپي
د پروستات لپاره راديوتراپي	څارونکي انتظار	د درد په بنان د نينو نښانو د بهبود لپاره راديوټراپي
څارونکي انتظار	کله ناکله، د پروستات د لري کولو لپاره عمليات (جراحي) ده (پروستاتېکټومي)	د نينو نښانو کنټرول
هورمونيز علاج	کله ناکله، کيموټراپي	

### فعال نظارت

فعال نظارت په دې مانا دی چې تاسو کولای شئ د درملني يا جاني عوارضو مخنيوی وکړئ يا يې وځنډوئ. تاسو به يوازې هغه مهال درملنه کوئ که چيرې سرطان د ودې په حال کې وي. فعال نظارت يوازې هغه مهال مناسب دی کله چې تاسو د پروستات ابتدايي سرطان ولرئ چې په تدريجي ډول د ودې په حال کې وي.

ستاسو ډاکټر به په منظم ډول تاسو گوري. هغوی به ستاسو PSA (د پروستات ځانگړی انټیجن) گوري او د ټیسټونو او سکن په واسطه به له تاسو څارنه کوي ترڅو وگوري چې سرطان د ودې په حال کې نه دی. په دې کې بنيادي د اېم آر آی سکونه او احتمالاً بیوسپي يا نمونه شامله وي.

که سرطان په ډېره چټکۍ سره ده کوي، ستاسو ډاکټر به د سرطان د درملني د کوښښ لپاره عمليات يا راديوټراپي وړاندیز کړي.

### څارونکي انتظار

ځينې وختونه، تاسو بنيادي له خپل متصص سره پرېکړه وړئ چې د درملني له پيلولو مخکې انتظار وباسئ. دې ته څارونکي انتظار وايي. تاسو به له دې عمله څارونکي انتظار باسئ چې تاسو په کافي اندازه ښه نه یاست چې راديوټراپي يا عمليات ترسره کړئ. يا بنيادي له دې امله وي چې تاسو پرېکړه کړې وي چې راديوټراپي يا عمليات به نه ترسره کوئ.

خپل ډاکټر، معمولاً خپل عمومي ډاکټر په منظم ډول ووينئ.

که داسې نښې نښانې شتون ولري چې سرطان په چټکۍ سره وده کوي، انتظار خوندي دي او د څارونکي انتظار په تمه اوسئ. که په تاسو کې نښې نښانې څرگندېږي، ستاسو ډاکټر به معمولاً له تاسو سره د هورموني ټراپي په هکله خبرې وکړي.

## جراحی عملیات

هغه عملیات ته چې پروستات په بشپړ ډول ایسته کېږي پروستاتېکټومي وایي. د دې د ترسره کولو لپاره مختلفې لارې شتون لري. د دغه عملیات هدف د ټولو سرطاني حجرو له منځه وړل دي. دا یوازې هغه مهال ترسره کېږي چې سرطان د پروستات له غدې څخه د باندې سرایت نه وي کړی. ستاسو ډاکټر به له تاسو سره د داسې عملیات په هکله بحث وکړي چې دوی فکر کوي ستاسو لپاره تر ټولو غوره دی او همدارنګه د جاني عوارضو په هکله به یې له تاسو سره بحث وکړي. د پروستات عملیات په تخصصي مرکزونو کې ترسره کېږي نو تاسو باید روغتون ته سفر وکړئ.

### لاپاروسکوپي پروستاتېکټومي (د سوري پوسيله عملیات)

په دغه ډول عملیات کې ستاسو جراح څلور یا پنځه کوچنی سوري کوي (چې هر یوه یې تقریباً 1 سانتي متر وي) ستاسو په ګېډه (نس) کې ترسره کوي. هغوی له ځانګړو وسایلو څخه په استفادې سره چې د دغو کوچنیو غوڅونو له لارې اچول کېږي، پروستات ایسته کوي.

### د روباتیک په مرسته لاپاروسکوپي پراسټاتېکټومي

دا هغه مهال وي کله چې جراح یو ماشین په روباتیکو لاسونو سره کنټرولوي. دا کولای شي په ډېر دقت سره حرکت وکړي.

### پرانېستي پروستاتېکټومي

جراح د ګېډې په ساحه (نس) کې غوڅونه ترسره کوي. د غوڅونې له لارې ټول پروستات ایسته کېږي. هغوی ځینې وختونه پروستات د بیضوي کیسې او د شا د مجرا ترمنځ د غوڅونې له لارې ایسته کوي.

### جاني عوارض

تر ټولو عام احتمالي جاني عوارض په لاندې ډول دي

- د ادرار د لیک کېدو ستونزې (د ادرار بې اختیاري)
- د نعوظ د رامنځ ته کولو او ساتلو ستونزې (نعوظي اختلال)

له عملیات وروسته به تاسو نور ونشئ کولای اولاد ولرئ. که تاسو ماشومان غواړئ، بنایي دا امکان ولري چې له عملیات مخکې سپرم ذخیره کړئ.

## کرایوتراپی او د لوړ شدت متمرکز الټراسونډ (HIFU)

د پروستات ځینې ابتدایي سرطانونه بنایي د کایوتراپی یا HIFU درملنې په واسطه تداوي شي. هغوی کولای شي په پروستات کې د سرطان مختلفي سیمې یا یوازې یوه کوچنی سیمه تداوي کړي.

کرایوتراپی له یخ ګاز څخه په استفادې سره سرطاني حجرو له منځه وړي. ګاز د نازکو ستونو له لارې چې ستاسو د بیضوي کیسې تر شا تېرېږي، عبور کوي.

HIFU د سرطاني حجرو د له منځه وړلو لپاره له تودوخې څخه استفاده کوي. ډاکټر ستاسو د شا د مسیر (مقعد) له لارې یوه معایناتي میله تېروي. دغه معایناتي میله د الټراسونډ د لوړې انرژۍ لرونکې شعاع تولیدوي چې اغېزمنې ساحې ته تودوخه لېږدوي.

## رادیوتراپی

رادیوتراپی د سرطاني حجرو د له منځه وړلو لپاره د لوړې انرژۍ لرونکې اېکسري څخه استفاده کوي. د رادیوتراپی د لرلو لپاره بېلابېلې لارې شتون لري. کله نا کله له بدن څخه د باندې د ماشین په واسطه ورکول کېږي چې د ( بهرنۍ رادیوتراپی) په نامه یادېږي: تاسو معمولاً له رادیوتراپی څخه د غیر بستري ناروغ په توګه استفاده کوئ. دا په دې مانا چې تاسو روغتون ته د درملني لپاره راځئ او بېرته په همدې ورځ خپل کور ته ځئ. ځینې وختونه هغه رادیوتراپی چې د بدن د ننه ورکول کوي (داخلي رادیوتراپی) د ابتدایي یا د محل په کچه د پروستات د پرمختللي سرطان د درملني لپاره کار کېږي. ډاکټران دې ته براکېتراپی وايي. د دې د ورکولو لپاره 2 لارې شتون لري:

- په پروستات کې کوچنۍ رادیواکتیف داني ځای پر ځای کېږي چې هلته د همېش لپاره پاتې کېږي
- په پروستات کې نازک ځای پر ځای شوي ټیوبونه له یوه داسې ماشین سره وصل کېږي چې ټیوب ته د ټاکل شوي مودې لپاره رادیواکتیف مواد استوي.

له رادیوتراپی څخه په استفادې سره کولای شو د هډوکو د درد په شان د پروستات د پرمختللي سرطان د نښو نښانو درملنه وکړو.

## جانبی عوارض

- د تداوي شوي ساحې د پوست رنگ بڼايي سور تیا تیاره شي، که چېرې ستاسو پوستکي رنگ تیاره وي.
- تاسو بڼايي ډېر کله یا په عاجله توګه د ادار د اخراج ته اړتیا ولرئ.
- تاسو بڼايي اسهال شئ.
- تاسو بڼايي له رادیوتراپی وروسته د 2 تر 5 کلونو پورې نعوظي یا تناسلي آلي د ودریدو ستونزې ولرئ.

## هورمونیز علاج

د ټېسټېسټرون هورمون بڼايي د پروستاد سرطان د ودې سبب وګرځي. هورموني درملنه په بدن کې د ټېسټېسټرون کچه کموي یا یې بندوي. د تابلیټ یا تزریق په توګه ورکول کېږي.

تاسو به معمولاً له رادیوتراپی مخکې یا وروسته هورموني علاج ولرئ. دا له د رادیوتراپی په ښه کار کولو کې مرسته کوي. تاسو بڼايي دا له رادیوتراپی وروسته د 2 تر 3 کلونو لپاره ولرئ ترڅو د سرطان د بېرته راګرځېدو خطر کم کړي. ځینې وختونه، هورموني علاج بڼايي اساسي درملنه وي.

که تاسو څارونکي انتظار لرئ او سرطان د نښو نښانو سبب شوی وي تاسو معمولاً هورموني درملنه پیلوئ.

هورموني درملنه د پروستات د پرمختللي سرطان اصلي تداوي ګڼل کېږي. دا کولا شي:

- سرطان کوچنی کړي
- وده یې ورو کړي
- د سرطان نښې نښانې کمې کړي.

## جانبی عوارض په لاندې ډول دي:

- گرمایش او خولې
- جنسي ستونزې
- سټريا
- د وزن ډېرېدل
- د هډوکي نازکي.

## کیموتراپی

کیموتراپی د سرطاني حجرو د له منځه وړلو لپاره د سرطان ضد درمل کاروي. دا معمولاً د پروستات د هغه سرطان د درملنې لپاره کارول کېږي چې د بدن نورو برخو ته يې سرایت کړی وي. کله ناکله، دغه درمل د هغه سرطان لپاره ورکول کېږي چې د پروستات چاپېر انساجو ته يې سرایت کړی وي (د محل په کچه پرمختللی). دا کېدی شي له هورموني درملنې مخکې يا وروسته ورکړل شي.

نرس به تاسو ته کیموتراپی درمل په رگ کې درکړي (د وريد په داخل کې) تاسو کولای شئ دې ته د کیموتراپی د ورځې په کلینیک کې لاسرسی ولرئ.

کیموتراپی درمل کېدای شي داسې جانبی عوارض رامنځ ته کړي چې تاسو ته د ناروغی احساس درکړي.

مختلف درمل د مختلفو جانبی عوارضو لامل کېدی شي. دا شیان په لاندې ډول دي:

- د مرض د سرایت احتمال ډیر دی
- د سټريا احساس کول
- د ناروغ احساس کول يا ناروغیدل
- یوه دردناکه خوله
- د وینستانو ضایع کیدل

ستاسو ډاکټر کولی شي له تاسو سره د هغه جانبی عوارضو په اړه خبرې وکړي چې تاسو يې لرئ او دا چې څنگه يې قابو کړئ. ډیری جانبی عوارض د درملو سره کنټرول کېدی شي. ډېر جانبی عوارض هغه مهال له منځه ځي کله چې کیموتراپی بشپړه شي.

## د درملنې له جانبی عوارضو سره مبارزه

د پروستات سرطان درملنه کولای شي د ځینو ستونزو او رېروونکو جانبی عوارضو لامل شي. ستاسو ډاکټر به هغه جانبی عوارض تاسو تشرېح کړي چې ممکن تاسو يې ولرئ. ټولو خلکو ته دغه جانبی عوارض نه پیدا کېږي. دا په هغه درملنې پورې اړه لري چې تاسو يې ترسره کوي.

د دې د مدیریت کولو لپاره مختلفې لارې شتون لري. د جانبی عوارضو په هکله همپشه له خپل ډاکټر يا نرسې سره خبرې وکړئ.

**جنسي ستونزې** – تاسو ښايي ونه غواړئ جنسي اړیکې ترسره کړئ يا به دا ستاسو لپاره ستونزمنه وي چې نعوظ ولرئ او ويې ساتئ. دې ته نعوظي اختلال (ED) وايي. ستاسو ډاکټر يا نرسه به تاسو ته مشورې درکړي. داسې درمل او نورې درملنې شتون لري چې کولای شي له نعوظ يا ودریدو سره مرسته وکړي.



د مټاني ستونزې – تاسو ښايي ډېر کله د ادرار اخراج ته اړتيا ولرئ يا ښايي ادراري ليک ولرئ (د ادرار بي اختياري). له دغه ستونزې سره د مبارزې لپاره مختلفې لارې شتون لري. ستاسو ډاکټر يا نرسه به تاسو ته مشورې درکړي. هغوی کولای شي د بي اختياري ادرار د کنټرول لپاره تاسو کوم متخصص ته راجع کړي.

گرمايش او خولې – ترڅو چې ستاسي بدن له درملني سره عادت کېږي، هغوی ښايي کمې شي. دغه معمولاً له د هورموني درملني له پای ته رسېدو روسته 3 تر 6 مياشتو وروسته په بشپړ ډول بهبود مومي.

د سيني پرسوب يا حساسي کېدل – بېلابېلې هورموني درملني د دې سبب کېږي. ځيني وختونه، راديوټراپي د دې د مخنيوي لپاره ښايي له درملني مخکې په سینه کې ورکړل شي. د سيني د پرسوب د کمېدو لپاره د تاموکسيفين په نامه هورموني درمل هم کېدی شي چې ورکړل شي.

ستريا او په مشکل سره ويده کېدل – گرم سوروالی کېدی شي په ويده کېدو کې ستونزه رامنځ ته کړي. په منظم ډول فزيکي فعاليتونه کولای شي ستريتا له منځه يوسي.

په موډ کې تغير – له کوم نږدې کس يا مشاور سره خبرې کول ممکن گټور وي.

د وزن زياتېدل (په خانگري توگه د منځني برخي په شاوخوا کې) او د عضلاتي وړتيا له لاسه ورکول – په منظم ډول فزيکي فعاليت، د سالم او متوازن غذايي رژيم اخيستل ښايي د دې په مديريت کې مرسته وکړي.

د هډوکي نري کېدل (استوپروسپس) – د دې احتمال له اوردمهاله هورموني درملني سره شتون لري. د متانسب وزن د ساتلو تمرينونه لکه قدم وهل، نڅا، غره ته ختل يا د سپک وزن پورته کول ستاسو د هډوکو په سالم ساتلو کې مرسته کولی شي.

## د پروستات د پرمختللي سرطان د نښو نښانو کنټرولول

که سرطان پرمختللی وي، بېلابېلې لارې شتون لري ستاسو احتمالي نښي نښانې کنټرول شي. ستاسو ډاکټر کولای شي د نښو نښانو په برخه کې د مرستي لپاره تاسو مختلف درمل او دواگانې درکړي. که ستاسو نښي نښانې نه ښي کېږي، همېشه خپل ډاکټر خبر کړئ.

### د Macmillan د تشناب کارت

که چېرې تاسو کله چې د باندې ياست په عاجله توگه له تشناب څخه استفادي ته اړتيا لرئ، تاسو کولای شئ د Macmillan وړيا کارت له ځان سره يوئ. تاسو کولای شئ د غه کارت د پلورنځيو، دفترنو او کافي خانو په څېر ځايونو کې وښئ. مور هيله لرو دغه کارت به له تاسو سره تشناب ته په لاسرسي کې مرسته وکړي، اما ښايي دا کارت هر ځای کار ورنکړي.

تاسو کولای شئ دغه کارت د Macmillan د ملاتړ تلفوني کرښې **00 00 808 0808** ته په زنگ وهلو سره ترلاسه کړئ. يا، تاسو کولای شئ دغه کارت له **be.macmillan.org.uk** وېب پاڼې څخه فرمايش کړئ.

تاسو همدارنگه کولای شئ د معلولينو له تشنابونو څخه استفاده وکړئ چې دا تشنابونه ځيني وختونه بند وي. تاسو کولای شئ له ځينو خيريه بنسټونو او محلي شوراگانو څخه کيلی وپېرئ.

## تعقيب

وروسته له دې چې ستاسو درملنه بشپړه شي، تاسو به په منظم ډول معاینات او آزمويني ترسره کوي. دا ښايي د ډېرو کلونو لپاره دوام وکړي اما د وخت په تېرېدو سره به لږ داسې پېښېږي.

## ستاسو احساسات او جذبات

کله چې تاسو ته وویل شي چې سرطان لری، تاسو ښايي د ناراحتۍ احساس وکړئ او ښايي ډېر متفاوت عواطف ولری. د احساس کولو لپاره هیڅ کومه سمه یا غلطه لاره نشته. اما له خپلو عواظو سره د مبارزې لپاره ډیرې لارې شتون لري. د نږدې ملګري یا خپلوان سره خبرې کول ممکن مرسته وکړي. ستاسو ډاکټر یا نرس هم مرسته کولی شي.

## د خپل ځان لپاره د سمې پاملرنې او ملاتړ ترلاسه کول

که تاسو سرطان لری او په انګلیسي ژبه خبرې نه کوئ، تاسو ښايي اندېښنه ولری 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.

مور پوهېږو چې ځینې وختونه خلک ښايي د سم ملاتړ په ترلاسه کولو کې له اضافي ننګونو سره مخ شي. د بېلګې په توګه، که تاسو کار کوئ یا کورنی لری نو دا به سخته وي چې د روغتون ملاقاتونو ته د تګ لپاره وخت ولری. تاسو همدارنګه ښايي د پیسو او د ترانسپورتي لګښتونو په اړه اندېښنه ولری. دغه ټول شیان سټرېس رامنځ ته کوي او مبارزه ورسره سخته ده.

اما مرسته شتون لري. زموږ د مرستې وړیا تلفوني کرښه **00 00 808 0808** 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.

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

## مکملن څنګه کولای شي له تاسو سره مرسته وکړي

په مکملن کې، مور پوهېږو چې د سرطان تشخیص څنګه 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 پراښتې 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 لری. مور ته په انګلیسي کې د هغې ژبې په هکله ووايست چې اړتیا ورته لری، 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 لار 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 همدارنگه کولای شو یوازي ستاسو لپاره د ژباړې خدمات وړاندې کړو. د هغه څه په اړه چې اړتیا ورته لری، مور ته په [cancerinformationteam@macmillan.org.uk](mailto:cancerinformationteam@macmillan.org.uk) باندې برېښنالیک واستوی.

#### 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](http://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](http://macmillan.org.uk/supportgroups) کې معلومات ولولئ یا مور ته په **00 00 808 0808** شمېره زنگ ووهئ.

#### د Macmillan آنلاين ټولنه

تاسو همدارنگه کولای شئ په آنلاين ډول له نورو هغو خلکو سره چې د سرطان له امله اغېزمن شوي دي د [macmillan.org.uk/community](http://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 پښتو	په انګلیسي	مانا
اسهال	Diarrhoea	کله چې تاسو نرم او اوبه لرونکي غایطه مواد لرئ. تاسو ښايي له معمول ډېر یا په عاجله توګه تشناب ته اړتیا ولرئ. تاسو همدارنگه ښايي د ګېډې درد ولرئ.
پروتین	Protein	داسې ماده چې زموږ له بدن سره په وده کولو، عمل کولو او د ځان په بېرته ترمیمولو کې مرسته کوي.
توافق	Consent	د یوه کار د پېښېدو لپاره توافق کول یا د یوه کار د ترسره کولو لپاره رضایت څرګندول.
تومور	Tumour	د داسې <u>حجرو</u> ګروپ دی چې په غیر عادي توګه وده کوي. غیر عادي <u>حجری</u> ډېرولو ته دوام ورکوي او غده تشکیلوي.
حجری	Cells	د جوړولو کوچنی تختې چې زموږ د بدن غړي او انساج تشکیلوي.
رادیوتراپی	Radiotherapy	د سرطان درملنه چې د حجرو د وژلو لپاره د لوړې انرژۍ لرونکې ایکسري څه استفاده کوي.
کیموتراپی	Chemotherapy	د سرطان داسې درملنه چې له درملو څخه په استفادې سره سرطانې <u>حجری</u> له منځه وړي.
هورمون	Hormone	د بدن په واسطه رامنځ ته شوي ماده ده چې د غړو د کار کولو څرنگوالی کنټرولوي. د هورمونونو مختلف ډولونه شتون لري.
هورمونیز علاج	Hormonal therapy	د سرطان داسې درملنه چې په بدن کې د <u>هورمونونو</u> په اغېزمنولو سره کار کوي.

## ستاسو په ژبه کي اضافي معلومات

مور د دغو موضوعاتو په هکله ستاسو په ژبه معلومات لرو:

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

د دغو معلوماتو د کتلو لپاره، [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations) ته مراجعه وکړئ

## حوالی او مننه

دغه معلومات د مکملین د سرطان د ملاتړ د سرطان د معلوماتي پراختیا د تیم په واسطه لیکل او تحریر شوي دي. دا د ژباړي د کمپنی په واسطه ژباړل شوی دی.

شامل شوي معلومات د Macmillan د کتابگوټو په اساس دي چې د پروستات ابتدایي سرطان، په محلي کچه د پروستات پرمختللي سرطان، او د پروستات پرمختللي سرطان معرفي کوي. مور کولای شيو تاسو ته يي نسخي واستوو، اما بشپړ معلوماتي کتابگوټي يوازي په انگلیسي ژبه شتون لري.

د دغو معلوماتو بیا کتنه د ډاکټر جیم باربر، طبي انکولوجیست مشاور او ډاکټر اورسلا مک گورن، طبي انکولوجیست مشاور له خوا ترسره شوي ده.

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

د هغو سرچینو په هکله د ډېرو معلوماتو لپاره چې مور يي زموږ ټول معلومات د غوره شته شواهدو په اساس دي. کاروو، په مهرباني سره له مور سره د [cancerinformationteam@macmillan.org.uk](mailto:cancerinformationteam@macmillan.org.uk) له لارې اړیکه ټینګه کړئ

محتوی بیا کتل شوي: 2021

راتلونکي پلان شوي بیاکتنه: 2024

MAC15138\_Pashto

مور هره هڅه کوو ترڅو ډاډ ترلاسه کړو چې هغه معلومات چې مور يي چمتو کوو دقیق او وروستي معلومات دي اما دا باید ستاسو د وضعیت سره سم د متخصصي مسلکي مشورې د بدیل په توګه ونه کارول شي. تر هغه ځایه چې د قانون لخوا اجازه ورکړل شوي، مکملین 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 شویو معلوماتو مسؤلیت نه مني.

د مکملین سرطان ملاتړ 2022، په انگلستان 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 انگلستان او ویلز کې په 2400969 شمېره ثبت شوي ده. آټېلز آف من کمپني نمبر 4694F. ثبت شوي دفتر: Albert Embankment, London SE1 7UQ 89.



## Prostate cancer

This information is about how prostate cancer is diagnosed and treated.

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

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

You can also call Macmillan Cancer Support on **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 your language at [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

### This information is about:

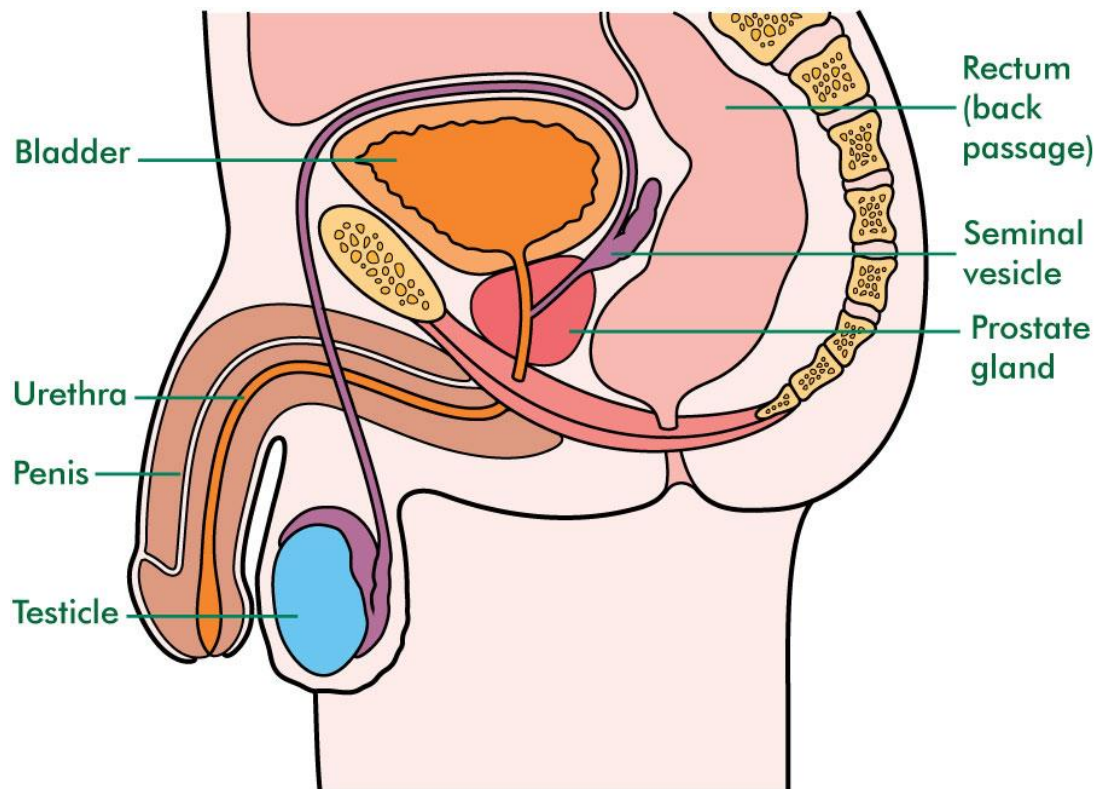
- The prostate
- Prostate cancer
- How treatment is planned
- Talking to your healthcare team
- Questions to ask about treatment
- Treatments for prostate cancer
  - Active surveillance
  - Watchful waiting
  - Surgery
  - Cryotherapy
  - High-intensity focused ultrasound (HIFU)
  - Radiotherapy
  - Hormonal therapy
  - Chemotherapy
- Coping with treatment side effects
- Controlling symptoms of advanced prostate cancer
- Follow up
- Your feelings
- Getting the right care and support for you
- How Macmillan can help you
- Word list
- More information in your language
- References and thanks

### The prostate

The prostate is a small gland about the size of a walnut. It gets bigger with age.

The prostate surrounds the first part of the tube (urethra) that carries urine from the bladder to the penis.

### Illustration of male reproductive organs



The prostate makes a white fluid that mixes with sperm from the testicles to make semen. Semen contains sperm cells.

The sex hormone testosterone is made by the testicles. It controls how the prostate works. Testosterone is responsible for things like your sex drive, getting an erection, and muscle development.

The prostate also makes a protein called prostate-specific antigen (PSA). This helps to make semen more liquid.

PSA can be measured in a blood test. When it is used with other tests the PSA test can help doctors to diagnose prostate cancer.

## **If you are a transgender woman**

People who have a prostate include men, transgender (trans) women and people assigned male at birth.

If you are a trans woman and have had genital gender affirming surgery as part of your transition, you will still have a prostate.

It is important to talk to your GP or nurse if you are worried about prostate cancer or have symptoms.

## **Prostate cancer**

All parts of the body are made up of tiny cells. Prostate cancer happens when the cells in the prostate grow in an uncontrolled way. They eventually form a lump called a tumour.

Some prostate cancers grow slowly but other prostate cancers grow faster.

Sometimes prostate cancer cells spread outside the prostate to other parts of the body.

Prostate cancer is not infectious and cannot be passed on to other people.

### **Who gets prostate cancer**

The risk of prostate cancer increases as you get older. It is more common in men over 65. It is much less common in men under 50.

We do not know what causes it. But certain risk factors may increase the chances of getting it. Black men have a much higher risk of developing prostate cancer and usually get it at a younger age.

### **Stages and grades of prostate cancer**

- The stage of a cancer means how big it is and if it has spread.
- The grade of a cancer is how quickly the cancer may grow.

Prostate cancer is often divided into these stages:

- early (localised) prostate cancer – the cancer cells are only inside the prostate
- locally advanced prostate cancer – the cancer has spread into the tissues around the prostate
- advanced (metastatic) prostate cancer – the cancer has spread to another part of the body, usually to the bones.



## How treatment is planned

Your healthcare team will meet to plan the best treatment for you. Your doctor or nurse will talk to you about this plan. Your treatment will depend on factors, such as:

- the stage and grade of the cancer
- your age and general health
- the benefits of treatment and possible side effects
- what you think about the available treatments.

## Talking to your healthcare team

It is important to talk about the treatments you could have with your cancer doctor or nurse. You may also want to talk to a relative or a friend. Sometimes two treatments may work equally well in treating the cancer. You may be asked to decide on the best treatment for you. You will need to think about different things, such as side effects, before you decide. Your doctor or nurse can help you with this.

After talking with you, your doctor will ask you to sign a form to show that you understand and agree to the treatment. This is called a consent form. You will not have any treatment unless you have agreed to it.

It is a good idea to take someone with you who can speak both your language and English. Your hospital can arrange an interpreter for you. If you need an interpreter, it is important to tell your nurse before your appointment.

## Questions to ask about your treatment

- What does my diagnosis mean?
- What is the stage and grade of the cancer?
- What treatments are available?
- What are the benefits, risks and side effects of each treatment?
- How will the treatment affect my daily life?
- Who can I talk to about how I am feeling?

## Treatments for prostate cancer

Early prostate cancer	Locally advanced prostate cancer	Advanced prostate cancer
Active surveillance	<u>Radiotherapy</u> to the prostate	<u>Hormonal therapy</u>
An operation (surgery) to remove the prostate (prostatectomy)	Hormonal therapy	<u>Chemotherapy</u>
Radiotherapy to the prostate	Watchful waiting	Radiotherapy to improve symptoms, such as pain
Watchful waiting	Occasionally, an operation (surgery) to remove the prostate (prostatectomy)	Symptom control
Hormonal therapy	Occasionally, chemotherapy	

### Active surveillance

Active surveillance means you can avoid or delay treatment and its side effects. You will only have treatment if the cancer is growing. Active surveillance is only suitable if you have early prostate cancer that is growing slowly.

Your doctors will see you regularly. They check your PSA (prostate specific antigen) and monitor you with tests and scans to check the cancer is not growing. This may include MRI scans and possibly having a biopsy.

If the cancer starts to grow more quickly, your doctors will recommend surgery or radiotherapy to try to cure the cancer.

### Watchful waiting

Sometimes, you may decide with your specialists to wait before starting treatment. This is called watchful waiting. You may have this because you are not well enough to have radiotherapy or surgery. Or it may be because you have chosen not to have radiotherapy or surgery.

You see your doctor, usually your GP, regularly.

If there is no sign the cancer is growing more quickly, it is safe to continue with watchful waiting. If you develop symptoms your doctor will usually talk to you about having hormonal therapy.

## **Surgery**

Surgery to remove the whole of the prostate is called a prostatectomy. There are different ways this can be done. This operation aims to get rid of all of the cancer cells. It is usually only done when the cancer has not spread outside the prostate gland. Your doctor will discuss the operation they think is best for you and its possible side effects. Prostate surgery is done in specialist centres so you may have to travel to the hospital.

### **Laparoscopic prostatectomy (keyhole surgery)**

In this type of operation your surgeon makes four or five small cuts (about 1cm each) in your tummy area (abdomen). They remove the prostate using special instruments that are put through these small cuts.

### **Robotic-assisted laparoscopic prostatectomy**

This is when the surgeon controls a machine with robotic arms. It can move very precisely.

### **Open prostatectomy**

The surgeon makes a cut in the tummy area (abdomen). The whole prostate is removed through the cut. Sometimes they remove the prostate through a cut in the area between the scrotum and the back passage.

### **Side effects**

The main possible side effects are

- problems with urine leaking (urinary incontinence)
- problems getting or keeping erections (erectile dysfunction).

After the operation you will no longer be able to have children. If you want children, it may be possible to store sperm before your operation.

## **Cryotherapy and high-intensity focused ultrasound (HIFU)**

Some early prostate cancers may be treated with cryotherapy or HIFU treatment. They can treat different areas of cancer in the prostate or only a small area.

Cryotherapy uses a cold gas to freeze and destroy cancer cells. The gas is passed through thin needles that are passed through the area behind your scrotum.

HIFU uses heat to destroy cancer cells. The doctor passes a probe into your back passage (rectum). The probe produces a high energy beam of ultrasound which delivers heat to affected area.

## Radiotherapy

Radiotherapy uses high-energy x-rays to destroy cancer cells. There are different ways of having radiotherapy. It is often given from outside the body by a machine (external radiotherapy). You usually have radiotherapy as an outpatient. This means you come to hospital for treatment and then go home again that day. Sometimes radiotherapy that is given from inside the body (internal radiotherapy) can be used to treat early or locally advanced prostate cancer. Doctors call this **brachytherapy**. There are 2 ways of giving it:

- small radioactive seeds are placed in the prostate and stay there permanently
- thin tubes placed in the prostate are attached to a machine that sends radioactive material into the tubes for a set time.

Radiotherapy may be used to treat symptoms of advanced prostate cancer, such as pain in the bones.

### Side effects

- The skin in the treated area may become red or darker, if you have dark skin.
- You may need to pass urine more often or urgently.
- You may get diarrhoea.
- You may develop problems getting an erection 2 to 5 years after radiotherapy.

## Hormonal therapy

The hormone testosterone makes prostate cancer grow. Hormonal therapies either reduce testosterone levels in the body or block testosterone. They can be given as tablets or injections.

You will usually have hormonal therapy before or after radiotherapy. It makes radiotherapy work better. You may have it for 2 to 3 years after radiotherapy to reduce the risk of the cancer coming back.

Sometimes, hormonal therapy may be the main treatment.

If you are having watchful waiting and the cancer is causing symptoms you usually start hormonal therapy.

Hormonal therapy is the main treatment for advanced prostate cancer. It can:

- shrink the cancer
- slow its growth
- reduce the symptoms of cancer.

## **Side effects**

These can include:

- hot flushes and sweats
- sexual problems
- tiredness
- weight gain
- bone thinning.

## **Chemotherapy**

Chemotherapy uses anti-cancer drugs to destroy cancer cells. It is usually only used to treat prostate cancer that has spread to other parts of the body. Occasionally, it is given for cancer has spread into the tissues around the prostate (locally advanced). It can be given either with or after hormonal therapy.

A nurse will give you the chemotherapy drugs into a vein (intravenously). You can have this in the chemotherapy day clinic.

Chemotherapy drugs can cause side effects that make you feel unwell.

Different drugs can cause different side effects. These include:

- being more likely to get an infection
- feeling tired
- feeling sick or being sick
- a sore mouth
- hair loss.

Your doctor can talk to you about the side effects you may have and how to manage them. Most side effects can be controlled with drugs. Most side effects go away when chemotherapy is over.

## Coping with treatment side effects

Treatments for prostate cancer can cause some difficult and upsetting side effects. Your doctor will explain the side effects you are likely to have. Not everyone gets all these side effects. It depends on the treatment you have.

There are different ways these can be managed. Always talk to your doctor or nurse about side effects.

**Sexual problems** – you may not want to have sex or find it hard to get or keep an erection. This is called erectile dysfunction (ED). Your doctor or nurse can give you advice. There are drugs and other treatments that can help with ED.

**Bladder problems** – you may need to pass urine more often or have some urine leaking (incontinence). There are different ways of coping with this problem. Your doctor or nurse can give you advice. They can refer you to a specialist in managing incontinence.

**Hot flushes and sweats** – they may reduce as your body gets used to treatment. They usually stop completely 3 to 6 months after treatment with hormonal therapy finishes.

**Breast swelling or tenderness** – certain hormonal therapy drugs may cause this. Sometimes, radiotherapy can be given to the chest before treatment to prevent this. A hormonal drug called tamoxifen can also be given to reduce breast swelling.

**Tiredness and difficulty sleeping** – hot flushes may make sleeping difficult. Regular physical activity can help to reduce tiredness.

**Mood changes** – talking to someone close to you or a counsellor may help.

**Weight gain (especially around the middle) and loss of muscle strength** – regular physical activity and a healthy, balanced diet can help to manage this.

**Bone thinning (osteoporosis)** – this is more likely with long-term hormonal treatment. Regular weight-bearing exercises such as walking, dancing, hiking or gentle weight-lifting can help keep your bones healthy.

## Controlling symptoms of advanced prostate cancer

If the cancer is advanced, there are lots of ways to control any symptoms you may have. Your doctor can give you different drugs or medicines to help with symptoms. Always tell your doctor if symptoms do not improve.

### Macmillan toilet card

If you need to use a toilet urgently when you are out, you can carry a free Macmillan toilet card. You can show this in places such as shops, offices and cafes. We hope it helps you get access to a toilet, but it may not work everywhere.

You can get one by calling our Macmillan Support Line on **0808 808 00 00**. Or, you can order it on our website **at [be.macmillan.org.uk](https://www.be.macmillan.org.uk)**

You can also use disabled toilets. These are sometimes locked. You can buy a key from some health charities and some local councils.

## Follow up

After your treatment has finished, you will have regular check-ups and tests. These may continue for several years but will happen less often over time.

## Your feelings

You may feel overwhelmed when you are told you have cancer and have many different emotions. There is no right or wrong way to feel. There are many ways to cope with your emotions. Talking to a close friend or relative may help. Your doctor or nurse can help too.

## 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](https://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](https://macmillan.org.uk/translations)

We can also arrange translations just for you. Email us at [cancerinformationteam@macmillan.org.uk](mailto: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](https://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](https://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](https://macmillan.org.uk/community) You can access it at any time of day or night. You can share your experiences, ask questions, or just read through people's posts.



## Word list

<b>Word</b> (target language)	<b>Meaning</b>
Cells	The tiny building blocks that make up the organs and tissues of our body.
Chemotherapy	A cancer treatment that uses drugs to kill cancer <u>cells</u> .
Consent	Giving permission for something to happen or agreeing to do something.
Diarrhoea	When you have soft or watery poo. You might need the toilet more than usual or very urgently. You may also have tummy pain.
Hormonal therapy	A cancer treatment that works by affecting <u>hormones</u> in the body.
Hormone	A substance made by the body that controls how organs work. There are different types of hormones.
Protein	A substance that helps our body to grow, function and repair itself.
Radiotherapy	A cancer treatment that uses high-energy rays, such as x-rays, to kill cancer.
Tumour	A group of <u>cells</u> that are growing in an abnormal way. The abnormal <u>cells</u> keep multiplying and form a lump.

## More information in your language

We have information in your language about these topics:

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

To see this information, go to [macmillan.org.uk/translations](https://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 booklets Understanding early prostate cancer, Understanding locally advanced prostate cancer and Understanding advanced prostate cancer. We can send you a copies, but the full booklets are only available in English.

This information has been reviewed by Dr Jim Barber, Consultant Clinical Oncologist, and Dr Ursula McGovern, Consultant Medical Oncologist.

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\*\*](mailto:cancerinformationteam@macmillan.org.uk)

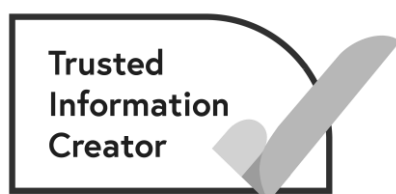
MAC15138\_Pashto

Content reviewed: 2021

Next planned review: 2024

We make every effort to ensure that the information we provide is accurate and up-to-date but it should not be relied upon as a substitute for specialist professional advice tailored to your situation. So far as is permitted by law, Macmillan does not accept liability in relation to the use of any information contained in this publication or third party information or websites included or referred to in it.

© Macmillan Cancer Support 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*