

عوارض جانبی تداوی سرطان

این معلومات درباره عوارض جانبی تداوی سرطان است.

معنای همه لغاتی که زیر آنها خط کشیده شده است، در پایان در لست لغات ارائه شده است. این لست لغات تلفظ کلمات در لسان انگلیسی را نیز شامل می شود.

سوالات خود درباره این معلومات را با نرس های شفاخانه ای که در آن تحت تداوی هستید، در میان بگذارید.

همچنان می توانید از 8 صبح الی 8 شب 7 روز هفته از طریق خط رایگان **00 00 808 0808** با «پشتیبانی سرطان Macmillan» به تماس شوید. ما دارای ترجمان های همزمان هستیم، بنابراین می توانید به لسان خودتان با ما صحبت کنید. در زمان برقراری تماس با ما، به انگلیسی به ما بگویید که به کدام لسان ضرورت دارید.

در آدرس macmillan.org.uk/translations معلومات بیشتری به دیگر لسان ها ارائه شده است

این معلومات درباره موارد ذیل است:

- عوارض جانبی چیست؟
- تداوی های سرطان
- عوارض جانبی احتمالی
- دریافت مراقبت و حمایت مناسب
- مک میلان (Macmillan) چی کمکی می تواند به شما بکند
- لست لغات
- معلومات بیشتر به لسان شما
- مراجع و سپاسگزاری

عوارض جانبی چیست؟

عوارض جانبی به پیامدهای ناخوشایند تداوی سرطان اطلاق می شود. بطورمثال، ریزش مو، احساس ناخوشی یا خستگی. بیشتر عوارض جانبی بعد از ختم دوره تداوی برطرف می شوند.

عوارض جانبی ممکن است خفیف یا کوتاه مدت باشد. ولی گاهی مشکلات جدی ایجاد می کند.

عوارض جانبی که شما را درگیر می سازد، به تداوی شما بستگی دارد. تاثیر هر روش تداوی به اشخاص مختلف فرق می کند. ممکن است صرفاً به چند مورد از عوارض جانبی متذکره مبتلا شوید. داکتر یا نرس معلومات بیشتری درباره عوارض جانبی به شما ارائه می کند.

تداوی های سرطان

چندین نوع تداوی برای سرطان وجود دارد.

- **جراحی** - به عمل برداشتن تومور و انساج اطراف، که ممکن است حاوی حرات سرطانی باشند، اطلاق می شود.
- **تداوی کیمیاوی** - در این روش از دوا برای از بین بردن حرات سرطانی استفاده می شود.
- **رادیوتراپی** - در این روش از اکسری(اشعه ایکس) برای از بین بردن حرات سرطانی استفاده می شود.
- **هورمون تراپی** - این روش، هورمون های بدن شما را تغییر می دهد تا مانع گسترش سرطان شود.
- **تداوی هدفمند** - در این روش از دواهایی که روش خاص تکثیر حرات سرطانی را هدف قرار می دهند، استفاده می شود.
- **ایمونوتراپی** - این روش، از خود سیستم دفاعی برای از بین بردن حرات سرطانی کمک می گیرد.

عوارض جانبی احتمالی

احتمال بروز عفونت

تداوی کیمیاوی ممکن است تعداد حرات/کریوات سفید خون را کاهش دهد. به این عارضه **نوتروپنی** می گویند. تداوی کیمیاوی احتمال مبتلا شدن شما به عفونت را افزایش می دهد.

در صورت مشاهده علائم ذیل، با نمبر تماسی که به شما داده شده است، بلافاصله با شفاخانه به تماس شوید:

- درجه حرارت بدن شما به 37.5° سانتیگراد (99.5° فارنهایت) یا بیش از 38° سانتیگراد (100.4° فارنهایت) می رسد، و این بستگی به پیشنهادات تیم تداوی کیمیاوی شما دارد.
- وقوع ناگهانی احساس ناخوشی، حتی با دمای طبیعی بدن
- بروز نشانه های التهاب، مانند:
 - احساس گرما یا سرما
 - لرزه
 - گلودردی
 - سرفه
 - اسهال
 - ضرورت به ادرار بسیار.

قبل از فرا رسیدن نوبت بعدی تداوی، **تعداد حرات سفید** به حد عادی بازمی گردد. قبل از ورود به مراحل بعدی تداوی کیمیاوی، از شما نمونه خون گرفته می شود. اگر تعداد حرات سفید همچنان پایان باشد، داکتر ممکن است نوبت بعدی تداوی را کمی به تعویق بیندازد.

رادیوتراپی ممکن است بالای **حرات سفید** تاثیر بگذارد و احتمال بروز عفونت در بعضی اشخاص را افزایش دهد. ولی بروز این مشکل به شدت شعاع و اعضای که در معرض اشعه قرار می گیرند، بستگی دارد. داکتر یا نرس توضیحات تکمیلی را به شما ارائه می کند.

جراحی، به دلیل بریده شدن جلد، احتمال ایجاد عفونت را افزایش می دهد. جلد بخشی از سیستم دفاع طبیعی بدن در مقابل باکتریهای خارجی است. احتمال بروز عفونت در **محل زخم بیشتر است**.

اگر زخم داغ، متورم یا دردناک شود، یا اگر احساس ناخوشی کنید، باید بلافاصله با داکتر به تماس شوید.

اگر داکتر التهاب را تشخیص دهد، ممکن است برایتان انٹی بیوتیک تجویز کند. انٹی بیوتیک ممکن است در قالب تابلیت خوراکی به شما داده شود یا با امپول وارد ورید بازو یا دست شما شود.

کم خونی

تداوی های سرطان ممکن است تعداد حجرات سرخ خون را کاهش دهد. اگر این تعداد پایان باشد، ممکن است دچار خستگی و نفس تنگی شوید. در صورت ابتلا به این نشانه ها، با داکتر یا نرس به تماس شوید. ممکن است ضرور باشد که تعداد حجرات سرخ خون شما افزایش یابد. این کار با تزریق خون صورت می گیرد.

کوفتگی و خون ریزی

تداوی های سرطان ممکن است تعداد پلاکت های خون را کاهش دهد. اگر دچار کوفتگی یا خون ریزی شدید، با داکتر به تماس شوید. این بشمول خون ریزی بینی، خون ریزی بیره یا تشکیل نقطه های سرخ یا جوش روی جلد است. بعضی اشخاص در این موارد نیازمند دریافت پلاکت می شوند.

ریزش موی

تداوی کیمیای ممکن است باعث شود که موی سر شما بریزد یا نازک شود. البته چنین نیست که همه دواها باعث ریزش مو شوند. بعضی دواها صرفاً باعث ریزش خفیف موی می شوند. مصرف بعضی دیگر از دواها ریزش همه موها را در پی دارد.

ریزش موی معمولاً دو الی سه هفته بعد از شروع پروسه تداوی رخ می دهد. هرچند، گاهی این اتفاق چند روز بعد از شروع تداوی رخ می دهد. در این شرایط می توانید از کلاه گیس استفاده نمایید.

موها چند ماه بعد از ختم دوره تداوی دوباره رشد می کند. در روزهای نخست، موها ممکن است مجعد یا به رنگ دیگری باشد. البته معمولاً کیفیت موی به وضعیت قبل از تداوی باز می گردد.

رادیوتراپی نیز باعث ریزش موی می شود. در این مورد، صرفاً موهای بخشی از بدن که تداوی می شود دچار ریزش می شود. اگر ناحیه سر تحت تداوی باشد، ممکن است موی سر خود را از دست بدهید. اگر ناحیه سینه تحت تداوی باشد، موی زیربغل ممکن است ریزش کند.

هورمون تراپی ممکن است باعث نازک شدن موها شود.

ریزش موی ممکن است بسیار آزاردهنده باشد. ولی موها بعد از ختم دوره تداوی دوباره رشد می کند. نرس می تواند معلومات بیشتری درباره مشکل ریزش موی به شما ارائه کند.

خستگی

خستگی از عوارض جانبی همه تداوی های سرطان است. این مشکل در مراحل پایانی تداوی شدت می یابد. خستگی معمولاً الی چند هفته بعد از ختم دوره تداوی نیز ادامه دارد.

سعی کنید به حد کافی استراحت کنید. پرداختن به ورزش های سبک، مانند پیاده روی کوتاه، نیز موثر است.

زخم و ناراحتی دهن

بعضی تداوی های سرطان باعث زخم یا خشک شدن دهن می شود. ممکن است متوجه زخمهای کوچکی شوید. سعی کنید:

- مایعات فراوان بنوشید
- دندان ها را با ملایمت و با برس نرم پاک کنید
- از مصرف غذاهای داغ و تند پرهیزید.

در صورت مبتلا شدن به زخم دهن، با داکتر یا نرس به تماس شوید. آنها احتمال ایجاد التهاب را بررسی می کنند. آنها برای رفع مشکل به شما دهن شویه یا دوا می دهند.

حالت تهوع یا استفراغ

تداوی سرطان ممکن است باعث بروز احساس ناخوشی یا ناخوش شدن (حالت تهوع) در شما شود. داکتر برای وقایه از بروز این مشکل یا رفع آن به شما دوا می دهد.

اگر احساس ناخوشی برطرف نشود، باید با داکتر یا نرس به تماس شوید. آنها ممکن است دواهای دیگری را که شاید اثربخشی بیشتری داشته باشند، امتحان کنند.

بی اشتهایی

بعضی اشخاص در دوره تداوی سرطان دچار بی اشتهایی می شوند. اگر با این مشکل روبرو شوید، باید وعده های غذایی کوچک تر را جایگزین وعده های کلان کنید. اگر دچار مشکل تغذیه شدید، حتماً با پرسونل صحتی به تماس شوید. آنها راهکارهای بازگرداندن اشتها و حفظ وزن صحتی را به شما تعلیم می دهند.

تغییرات چشایی

ممکن است طعم غذاها در دهن شما تغییر کند. در دهن بعضی اشخاص طعم عجیب فلز یا تلخی ایجاد می شود. چوشیدن آب نبات طعم دار بدون قند یا تابلیت نعناع می تواند موثر باشد. وضعیت چشایی بعد از ختم دوره تداوی عادی می شود.

قبضیت

بعضی تداوی های سرطان باعث قبضیت می شود. بعضی دواها، مانند مسکن ها یا دواهای ضدتهوع، نیز ممکن است باعث قبضیت شود. نوشیدن مایعات فراوان، مصرف غذاهای فایبردار و انجام ورزش سبک می تواند موثر باشد. اگر قبضیت شما برطرف نشود، شاید ضرور باشد که دوا مسهل مصرف کنید. داکتر این دوا را برای شما تجویز می کند.

اسهال

بعضی تداوی های سرطان و بعضی دواها، مانند انتی بیوتیک، باعث اسهال می شود. اگر واقع شد مهم است مایعات فراوان بنوشید. اگر دچار اسهال شدید، با داکتر به تماس شوید. آنها برای رفع آن به شما دوا می دهند.

تغییرات جلدی

تداوی های سرطان ممکن است به جلد شما تاثیر بگذارد. نظر به نوع تداوی، مشکلات جلدی ذیل ممکن است برای شما ایجاد شود. با اقدامات خاصی می توانید از جلد خود محافظت کنید.

خشک شدن یا تغییر رنگ جلد:

- کوشش کنید از کرم مرطوب کننده بدون عطر استفاده نمایید. اگر قرار است تحت رادیوتراپی قرار بگیرید، قبل از مصرف کرم حتماً با داکتر مشوره کنید.
- به جای تراشیدن موها، از ماشین اصلاح برقی استفاده نمایید. به این ترتیب، احتمال ایجاد برش کاهش می یابد.

حساسیت به آفتاب:

- اگر در معرض نور آفتاب قرار می گیرید، از خود محافظت نمایید. از کرم ضدآفتاب با عامل محافظت (SPF) حداقل 30 استفاده نمایید.
- سرتان را با کلاه یا دستمال سر بپوشانید
- لباس های فراخ از جنس پنبه یا دیگر الیاف طبیعی بپوشید.

سرخ یا زخم شدن جلد:

- از صابون یا کرم حاوی مواد معطر استفاده نکنید.
- صرفاً خوشبوکننده، کرم یا صابونی را که داکتر توصیه می کند مصرف کنید.

راش های جلدی یا خارش:

- با داکتر یا نرس مشوره کنید. آنها می توانند دوا یا کرم مناسب به شما معرفی کنند.
- در حمام یا زیر شاور، به جای آب داغ از آب ولرم استفاده نمایید.
- از خراشیدن ناحیه حساس خودداری کنید. ناخن ها را پاک و کوتاه نگه دارید.

زخم جلد دست و پا:

- در این صورت، بلافاصله با داکتر به تماس شوید. ممکن است تنظیم طریقه تداوی لازم باشد.
- شاید داکتر بتواند کرم های مناسب به شما معرفی کند.
- دستها و پاها را خنک نگه دارید.
- از آب داغ استفاده نکنید.
- از پوشیدن جراب، کفش یا دستکش تنگ خودداری کنید.

تغییرات هورمونی

بعضی تداوی های سرطان ممکن است به هورمون های شما تاثیر بگذارد. اگر دچار عوارض جانبی هورمونی شوید، داکتر این موضوع را قبل از شروع تداوی با شما در میان می گذارد. عوارض جانبی هورمونی ممکن است موقت یا دائم باشد.

احتمال بروز این نشانه ها وجود دارد:

- سرخ شدن (فَشینگ) و تعرق
- حساسیت سینه (در مردان)
- افزایش وزن
- باریک شدن استخوان
- کاهش علاقه جنسی
- ناتوانی جنسی (در مردان)
- تغییرات عادت ماهوار (در زنان)
- خشکی مهبل (در زنان).

باید چی کنید

- در مورد لباس و روجایی، از چندین لایه نازک استفاده نمایید. در این صورت، اگر دچار سرخ شدن (فَشینگ) شوید، می توانید به آسانی لباس خود را بیرون کنید.
- در حمام یا زیر شاور، از آب ولرم یا سرد به جای آب گرم استفاده نمایید.
- بعضی تداوی های مکمل در کاهش علائم موثر است ولی قبل از پرداختن به آنها حتماً با داکتر مشوره کنید.
- برای مردان، دواها و وسایلی برای بازگرداندن توانایی جنسی وجود دارد.
- برای زنان، دواهایی برای رفع بعضی مشکلات وجود دارد. در این مورد با داکتر مشوره کنید.
- کوشش کنید فعالیت بدنی داشته باشید؛ بطور مثال پیاده روی کنید. ورزش استخوان های شما را قوی نگه می دارد.

مهم است عوارض جانبی را حتماً با داکتر یا نرس در میان بگذارید. آنها می توانند توصیه های لازم را به شما ارائه کنند. اغلب راهکارهایی برای این مشکلات وجود دارد.

دریافت مراقبت و حمایت مناسب

اگر سرطان دارید و لسان شما انگلیسی نیست، این تشویش ایجاد می شود که ناآشنایی به انگلیسی ممکن است بالای روند مداوی و مراقبت سرطان تأثیر بگذارد. ولی تیم خدمات صحتی باید مراقبت، حمایت و معلومات ضروری را به شما ارائه کند.

ما می دانیم که گاهی در روند ارائه خدمات صحتی چالش های خاصی برای اشخاص رخ می دهد. بطورمثال، اشخاص شاغل یا اشخاصی که فامیل آنها نمی توانند به آسانی به شفاخانه مراجعه کنند، با مشکلات متعددی روبرو می شوند. تامین پول و مصارف سفر نیز بخشی از این مشکلات است. همه اینها ممکن است تنش زا و ناراحت کننده باشد.

ولی می توانید از خدمات کمکی مستفید شوید. خط پشتیبانی رایگان ما به نمبر **00 00 808 0808** می تواند به لسان خودتان درباره مشکلاتی که دارید به شما مشاوره بدهد. امکان گفتگو با نرس ها، رهنماهای مالی، مشاورین حقوق رفاه و مشاورین حمایت کاری برای شما فراهم است.

«کمک های مالی Macmillan» نیز به اشخاص دچار سرطان تعلق می گیرد. اینها مبالغ یک-باره ای است که برای تامین مصارف پارکنگ شفاخانه، سفر، مراقبت از طفل یا انرژی صرف می شود.

مک میلان (Macmillan) چی کمکی می تواند به شما بکند

ما در Macmillan می دانیم که ابتلا به سرطان پیامدهای گسترده ای دارد و به همین دلیل آماده کمک رسانی به شما هستیم.

ما دارای ترجمان های همزمان

هستیم. بنابراین می توانید به لسان خودتان با ما صحبت کنید. صرفاً لسانی را که می خواهید استفاده نمایید، به لسان انگلیسی به ما بگویید. ما می توانیم به سوالات طبی شما جواب بدهیم، درباره حمایت های مالی به شما معلومات بدهیم، یا به تشویش های شما گوش کنیم. خط تلفون رایگان و محرمانه از 8 صبح الی 8 شب 7 روز هفته در دسترس شماست. با نمبر **00 00 808 0808** با ما به تماس شوید.

گفتگوی آنلاین

با ارسال پیام از طریق گفتگوی آنلاین می توانید ترجمان درخواست کنید. لسان مورد نظر خود را به انگلیسی به ما بگویید تا ما کاری کنیم که ترجمان با شما به تماس شود. بالای دکمه «گفتگو با ما» (Chat to us) که در صفحات وب سایت دیده می شود، کلیک کنید. یا به macmillan.org.uk/talktous بروید

وب سایت Macmillan

در وب سایت ما معلومات فراوانی به لسان انگلیسی درباره سرطان ارائه شده است. همچنان در سایت macmillan.org.uk/translations معلومات بیشتری به دیگر لسان ها وجود دارد

شما می توانید از خدمات ترجمه اختصاصی ما نیز استفاده نمایید. ضروریات خود را با آدرس cancerinformationteam@macmillan.org.uk با ما در میان بگذارید.

مراکز معلومات رسانی

مراکز معلومات رسانی و پشتیبانی ما در شفاخانه ها، کتابخانه ها و مراکز سیار مستقر هستند. برای کسب معلومات بیشتر و گفتگوی رودررو، به یکی از آنها مراجعه نمایید. برای پیدا نمودن نزدیک ترین مرکز، به macmillan.org.uk/informationcentres مراجعه نمایید یا با نمبر **00 00 808 0808** به تماس شوید.

گروه های پشتیبانی محلی
گروه های پشتیبانی امکان گفتگو با دیگر اشخاص مبتلا به سرطان را برای شما فراهم می کنند. با مراجعه به macmillan.org.uk/supportgroups یا تماس با 00 00 808 0808 می توانید معلومات بیشتری درباره گروه های پشتیبانی فعال در منطقه خود کسب کنید.

جامعه اونلاین Macmillan
در آدرس macmillan.org.uk/community می توانید با دیگر اشخاص مبتلا به سرطان گفتگو کنید. دسترسی به این جامعه در هر ساعت از شبانه روز امکان پذیر است. شما می توانید به تبادل تجربیات، مطرح نمودن سوالات یا صرفاً خواندن نظرات دیگران بپردازید.

لیست لغات

لغت	به لسان انگلیسی	چی قسم به انگلیسی بگوییم	معنی
اسهال	Diarrhoea	دیاریا	به نرم یا آبگین شدن موادغایطه اسهال گفته می شود. اسهال ممکن است باعث شود که شما با دفعات بیشتر یا سریع تر از حالت عادی به تشناب بروید. ممکن است دچار درد بطنی نیز بشوید.
انتی بیوتیک	Antibiotics	انتی بیوتیک	دوایی که التهاب را تداوی می کند
پلاکت	Platelets	پلاکت	حجراتی که به لخته شدن خون کمک می کنند.
تداوی کیمیای	Chemotherapy	کیموتراپی	نوعی تداوی سرطان که در آن از دوا برای کشتن حجرات سرطانی استفاده می شود.
تداوی های مکمل	Complementary therapies	گمپلی منتری تراپیس	تداوی ها یا فعالیت هایی که صحت شما را بهتر می کند؛ مانند دواهای گیاهی یا ماساژ. این تداوی ها کدام تأثیری بالای سرطان ندارد.
جراحی	Surgery	سارجری	نوعی تداوی سرطان که مستلزم عمل جراحی است.
حجره سرخ	Red blood cells	رید بِلْد سِلز	حجراتی که اکسیجن را به سراسر بدن می رسانند. اگر تعداد این نوع حجره پایین باشد، ممکن است دچار خستگی و نفس تنگی شوید
حجره سفید	White blood cells	وایت بِلْد سِلز	حجراتی که با التهاب مبارزه می کنند. اینها بخشی از سیستم دفاعی هستند.
رادیوتراپی	Radiotherapy	رادیوتراپی	یک روش تداوی که در آن از اکسری(اشعه ایکس) برای از بین بردن حجرات سرطانی استفاده می شود.
عفونت	Infection	انفیکشن	ورود باکتریها به بدن شما که باعث مریضی می شود.

به دفع دشوار یا دردناک موادغایطه قبضیت گفته می شود. ممکن است تعداد دفعات بیرون رفتن شما کم شود، یا موادغایطه شما سخت و کلان شود.	کانستیبیشن	Constipation	قبضیت
برشی که برای عمل جراحی بالای جلد ایجاد می کنند.	وُندُ سایت	Wound site	محل زخم
به کمبود حجات سفید اطلاق می شود. تداوی کیمیای احتمال مبتلا شدن شما به عفونت را افزایش می دهد.	نوتروپنیا	Neutropenia	نوتروپنی
نوعی تداوی سرطان که هورمون های بدن شما را تغییر می دهد تا مانع گسترش سرطان شود.	هورمونل تراپی	Hormonal therapy	هورمون تراپی

معلومات بیشتر به لسان شما

درباره این موضوعات معلوماتی به لسان شما تهیه شده است:

انواع سرطان	زندگی با سرطان
<ul style="list-style-type: none"> سرطان سینه سرطان روده بزرگ سرطان شش سرطان پروستات 	<ul style="list-style-type: none"> سرطان و وایروس کرونا درخواست استفاده از مزایای دوره ابتلا به سرطان مشکلات تغذیه و سرطان پایان عمر تغذیه صحی کمک به تامین مصارف تداوی سرطان اگر دچار سرطان هستید - رهنمای سریع سپسیس و سرطان عوارض جانبی تداوی سرطان خستگی (ماندگی) و سرطان
<p>تداوی</p> <ul style="list-style-type: none"> تداوی کیمیای رادیوتراپی جراحی 	

برای استفاده از این معلومات، به macmillan.org.uk/translations مراجعه نمایید

مراجع و سپاسگزاری

این معلومات را تیم توسعه معلومات سرطان در بخش پشتیبانی سرطان مک میلان (Macmillan Cancer Support) تهیه و ویرایش نموده است. ترجمه را یک کمپنی ترجمه انجام داده است.

این معلومات ارائه شده مطابق با کتابچه جراحی Macmillan در قسمت **عوارض جانبی مداوی سرطان** است. ما می توانیم یک کاپی از آن را برایتان ارسال کنیم اما کتابچه کامل صرفاً به لسان انگلیسی در دسترس است.

این معلومات ذریعه کارشناسان مرتبط مورد بررسی قرار گرفته اند و ذریعه سرمنشی ارشد طبابت ما، پروفیسور تیم آیوسون (Tim Iveson)، مشاور متخصص انکولوژی و سرمنشی ارشد طبابت مک میلان (Macmillan) مورد تایید قرار گرفته است.

با تشکر از همه اشخاص مبتلا به سرطان که این مقاله را بررسی کردند.

معلومات ما بر بنیاد شواهد معتبر است. برای کسب معلومات بیشتر درباره منابع مورد استفاده ما، از طریق آدرس cancerinformationteam@macmillan.org.uk با ما به تماس شوید

MAC14364 _Dari

بازنگری محتوا: 2020

تاریخ مقرر بازنگری بعدی: 2023

ما همه مساعی خود را برای حصول اطمینان از دقت و به روز بودن این معلومات می کنیم ولی این معلومات را نباید جایگزین توصیه های کارشناسی که متخصصین درباره مشکل شما ارائه می کنند، در نظر بگیرید. طبق قانون، Macmillan در قبال پیامدهای استفاده از معلومات مندرج در این نشریه یا معلومات منفرقه یا محتوای وبسایت های معرفی شده در آن، مسئولیتی ندارد.

© Macmillan Cancer Support 2022، مؤسسه خیریه ثبت شده در انگلستان و ولز (261017)، اسکاتلند (SC039907) و جزیره من (604). در ایرلند شمالی نیز فعالیت دارد. کمپنی با مسئولیت محدود، ثبت شده در انگلستان و ولز با نمبر کمپنی 2400969. نمبر کمپنی جزیره من 4694F. آدرس دفتر ثبت شده: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.



Side effects of cancer treatment

This information is about the side effects of cancer treatment.

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

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

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

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

This information is about:

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

What are side effects?

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

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

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

Treatments for cancer

There are different types of cancer treatment.

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

Possible side effects

Risk of infection

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

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

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

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

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

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

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

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

Anaemia

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

Bruising and bleeding

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

Hair loss

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

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

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

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

Hormonal therapy may make your hair become thinner.

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

Tiredness

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

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

Sore mouth and ulcers

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

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

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

Feeling sick or being sick

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

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

Loss of appetite

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

Taste changes

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

Constipation

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

Diarrhoea

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

Skin changes

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

Dry or discoloured skin:

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

Sensitivity to sunlight:

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

Red or sore skin:

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

Rashes or itching:

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

Sore skin on the hands and feet:

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

Hormonal changes

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

Symptoms can include:

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

What you can do

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

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

Getting the right care and support for you

If you have cancer and do not speak English, you may be worried that this will affect your cancer treatment and care. But your healthcare team should offer you care, support and information that meets your needs.

We know that sometimes people may face extra challenges in getting the right support. For example, if you work or have a family it can be hard to find time to go to hospital appointments. You might also have worries about money and transport costs. All of this can be stressful and hard to cope with.

But help is available. Our free support line **0808 808 00 00** can offer advice, in your language, about your situation. You can speak to nurses, financial guides, welfare rights advisers and work support advisers.

We also offer Macmillan Grants to people with cancer. These are one-off payments that can be used for things like hospital parking, travel costs, childcare or heating bills.

How Macmillan can help you

At Macmillan, we know how a cancer diagnosis can affect everything, and we are here to support you.

Macmillan Support Line

We have interpreters, so you can speak to us in your language. Just tell us, in English, the language you want to use. We can help with medical questions, give you information about financial support, or be there to listen if you need someone to talk to. The free, confidential phone line is open 7 days a week, 8am to 8pm. Call us on **0808 808 00 00**.

Web chat

You can send us a web chat message saying you would like an interpreter. Tell us, in English, the language you need, and we will arrange for someone to contact you. Click on the 'Chat to us' button, which appears on pages across the website. Or go to **macmillan.org.uk/talktous**

Macmillan website

Our website has lots of information in English about cancer. There is also more information in other languages at **macmillan.org.uk/translations**

We can also arrange translations just for you. Email us at cancerinformationteam@macmillan.org.uk to tell us what you need.

Information centres

Our information and support centres are based in hospitals, libraries and mobile centres. Visit one to get the information you need and speak with someone face to face. Find your nearest centre at **macmillan.org.uk/informationcentres** or call us on **0808 808 00 00**.

Local support groups

At a support group, you can talk to other people affected by cancer. Find out about support groups in your area at **macmillan.org.uk/supportgroups** or call us on **0808 808 00 00**.

Macmillan Online Community

You can also talk to other people affected by cancer online at **macmillan.org.uk/community** You can access it at any time of day or night. You can share your experiences, ask questions, or just read through people's posts.

Word list

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

More information in your language

We have information in your language about these topics:

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

To see this information, go to [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

References and thanks

This information has been written and edited by Macmillan Cancer Support's Cancer Information Development team. It has been translated by a translation company.

The information included is based on the Macmillan booklet **Side effects of cancer treatments**. We can send you a copy, but the full booklet is only available in English.

This information has been reviewed by relevant experts and approved by our Chief Medical Editor, Professor Tim Iveson, Consultant Medical Oncologist and Macmillan Chief Medical Editor.

Thanks also to the people affected by cancer who reviewed this information.

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

MAC14364 _Dari

Content reviewed: 2020

Next planned review: 2023

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

© Macmillan Cancer Support 2022. Registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Also operating in Northern Ireland. Registered office 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

