

MACMILLAN CANCER SUPPORT

অন্ত্রের ক্যানসার: বাংলা

Bowel cancer: Bengali

এই তথ্যগুলো অন্ত্রের ক্যানসার এবং অন্ত্রের ক্যানসারের চিকিৎসা সম্পর্কে।

যদি এই তথ্যের বিষয়ে আপনার কোনো প্রশ্ন থাকে, আপনি যে হাসপাতালে চিকিৎসা করাচ্ছেন সেখানকার ডাক্তার বা নার্সকে জিজ্ঞেস করুন।

এছাড়াও আপনি ফ্রিফোনের 0808 808 00 00 নম্বরে ম্যাকমিলান ক্যানসার সাপোর্টে কল করতে পারবেন, সপ্তাহে 7 দিন সকাল 8 টা থেকে রাত 8 টা পর্যন্ত। আমাদের দোভাষী আছে, তাই আপনি আমাদের সাথে নিজের ভাষায় কথা বলতে পারেন। যখন আপনি আমাদেরকে কল করবেন, অনুগ্রহ করে ইংরেজিতে আমাদেরকে জানাবেন যে আপনার কোন ভাষা প্রয়োজন।

আপনার ও অন্যান্য ভাষায় ক্যানসার সম্পর্কিত আরো তথ্য রয়েছে এখানে

macmillan.org.uk/translations

এই তথ্য যে বিষয়ে:

- অন্ত্র
- অন্ত্রের ক্যানসার
- কীভাবে চিকিৎসার পরিকল্পনা করা হয়
- আপনার স্বাস্থ্যসেবা টিমের সাথে কথা বলা
- অন্ত্রের ক্যানসারের চিকিৎসা
- আপনার চিকিৎসার সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া
- ফলোআপ
- আপনার অনুভূতি
- আপনার জন্য সঠিক পরিচর্যা আর সহায়তা পাওয়া
- ম্যাকমিলান (Macmillan) কীভাবে আপনাকে সাহায্য করতে পারে
- আপনার ভাষায় আরো তথ্য
- সূত্র ও ধন্যবাদ জ্ঞাপন

অন্ত্র

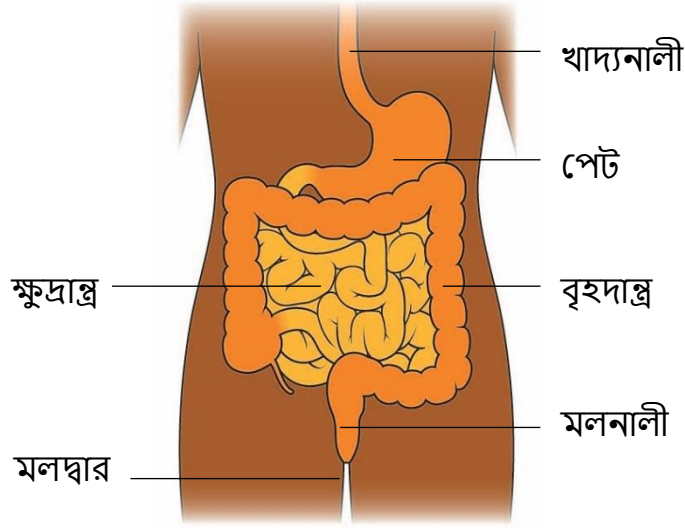
অন্ত্র পাচনতন্ত্রের সিস্টেমের একটি অংশ। অন্ত্র খাবারকে ভেঙ্গে ফেলে ও শোষণ করে যাতে শরীর তা ব্যবহার করতে পারে।

অন্ত্রের 2 টি অংশ রয়েছে:

- ক্ষুদ্রান্ত্র
- বৃহদান্ত্র।

বৃহদান্ত্রের তিনটি অংশ রয়েছে। সেগুলো হলো:

- মলাশয়
- মলনালী
- মলদ্বার।



অন্ত্রের ক্যানসার

শরীরের সকল অংশ ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র কোষ দ্বারা গঠিত। অন্ত্রের ক্যানসার হয় যখন অন্ত্রের কোষগুলো একটি অনিয়ন্ত্রিত উপায়ে বৃদ্ধি পায় এবং টিউমার নামক একটি পিণ্ড তৈরি করে।

যে স্থানে ক্যানসার প্রথম শুরু হয় তাকে বলে প্রাথমিক ক্যানসার। প্রাথমিক ক্যানসারের নামকরণ করা হয় শরীরের সেই স্থানের নামে যেখানে এটি শুরু হয়, যেমন অন্ত্রের ক্যানসার।

অন্ত্রের ক্যানসার হল সেই ক্যানসার যা মলাশয় অথবা মলনালীকে প্রভাবিত করে। অন্ত্রের ক্যানসার কোলোরেকটাল ক্যানসার নামেও পরিচিত।

কখনো কখনো, অন্ত্রের ক্যানসার কোষগুলি রক্ত ও লসিকাতন্ত্রের মাধ্যমে শরীরের অন্য অংশগুলোতে ছড়িয়ে পড়ে। এটাকে সেকেন্ডারি ক্যানসার বলা হয়।

অন্ত্রের ক্যানসার সংক্রামক নয় এবং অন্যদের মধ্যে ছড়িয়ে দেওয়া যায় না।

ক্যানসার ক্ষুদ্রান্ত্র অথবা মলদ্বারকেও আক্রান্ত করতে পারে। এই ক্যানসারগুলোকে অন্ত্রের ক্যানসার থেকে ভিন্নভাবে চিকিৎসা করা হয়। এই ধরনের ক্যানসার সম্পর্কে আমাদের কাছে ইংরেজিতে তথ্য আছে।

লসিকা তন্ত্র

লসিকা তন্ত্র আমাদের সংক্রমণ এবং রোগ থেকে রক্ষা করতে সাহায্য করে। এটি লসিকা নালী নামে সরু টিউবগুলো দিয়ে তৈরি। এই নালীগুলি সারা শরীরে বিভিন্ন লসিকা গ্রন্থিগুচ্ছের সাথে সংযুক্ত থাকে।

মলাশয় ও মলদ্বারের কাছাকাছি লিম্ফ নোড রয়েছে। অন্ত্রের ক্যানসার অন্ত্রের নিকটবর্তী লিম্ফ নোডগুলোতে ছড়িয়ে পড়তে পারে।

অন্ত্রের ক্যানসারের পর্যায় ও গ্রেডসমূহ

ক্যানসারের পর্যায়ের মানে হল এটি কত বড় এবং এটি ছড়িয়েছে কিনা।

ক্যানসারের শ্রেণী বলতে বোঝায় ক্যানসারটি কত দ্রুত বেড়ে উঠতে পারে।

কীভাবে চিকিৎসার পরিকল্পনা করা হয়

আপনার জন্য সবচেয়ে ভালো চিকিৎসার পরিকল্পনা করতে আপনার হেলথকেয়ার টিম একত্রিত হবেন। এরপর আপনার ডাক্তার বা নার্স আপনার সাথে কথা বলবেন:

- ক্যানসারের স্টেজ ও গ্রেড
- আপনার সাধারণ স্বাস্থ্য
- চিকিৎসা ও সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া
- যে চিকিৎসাগুলোর ব্যবস্থা করা যাবে সেগুলো সম্পর্কে আপনার মনোভাব।

আপনার স্বাস্থ্যসেবা টিমের সাথে কথা বলা

আপনার ডাক্তারের সাথে যেকোনো চিকিৎসা নিয়ে কথা বলাটা গুরুত্বপূর্ণ।

আপনার হাসপাতাল আপনার জন্য একজন দোভাষীর ব্যবস্থা করতে পারে। আপনার দোভাষীর প্রয়োজন হলে আপনার নার্সকে জানান। এছাড়াও আপনি এমন কাউকে আপনার সাথে নিতে চাইতে পারেন যিনি বাংলা ও ইংরেজি বলতে পারেন।

আপনার সাথে কথা বলার পর, আপনার চিকিৎসক আপনাকে একটি ফরমে স্বাক্ষর করতে বলবেন যা দেখাবে আপনি এই চিকিৎসার অর্থ সম্পর্কে বুঝতে পেরেছেন এবং এটা করতে সম্মতি দিচ্ছেন। একে বলা হয় সম্মতি দেওয়া। আপনি এতে সম্মতি না দেওয়া পর্যন্ত আপনাকে চিকিৎসা দেওয়া হবে না।

আপনার চিকিৎসা সম্পর্কে জিজ্ঞেস করা প্রশ্নসমূহ

এখানে কিছু প্রশ্ন রয়েছে যা আপনি আপনার ক্যানসার টিমকে আপনার চিকিৎসা সম্পর্কে জিজ্ঞেস করতে চাইতে পারেন:

- আমার রোগনির্ণয়ের অর্থ কী?
- ক্যানসারটির স্টেজ ও গ্রেড কী?
- আমার চিকিৎসা কেমন হবে?
- প্রতিটি চিকিৎসার সুবিধা, ঝুঁকি ও পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াগুলো কী কী?
- চিকিৎসাটি আমার দৈনন্দিন জীবনকে কীভাবে প্রভাবিত করবে?
- আমি কেমন বোধ করছি সেই বিষয়ে কার সাথে আমি কথা বলতে পারি?

অন্ত্রের ক্যানসারের চিকিৎসা

অন্ত্রের ক্যানসারের চিকিৎসার মধ্যে অন্তর্ভুক্ত রয়েছে:

- অপারেশন (সার্জারি)
- ওষুধ (কেমোথেরাপি, টার্গেটেড থেরাপি অথবা ইমিউনোথেরাপি)
- রেডিওথেরাপি

অনেকেই একাধিক চিকিৎসা নিয়ে থাকেন, যেমন অপারেশন এবং তারপর কেমোথেরাপি বা রেডিওথেরাপি।

সার্জারি

ক্যানসার অপসারণের জন্য অপারেশন হল অন্ত্রের ক্যানসারের সবচেয়ে সাধারণ চিকিৎসা।

কখনো কখনো, অন্ত্রের ক্যানসারের খুব প্রাথমিক স্টেজে লোকাল রিসেকশন নামক একটি অপারেশনের মাধ্যমে ক্যানসারটি অপসারণ করা যায়। এটি সেই জায়গা যেখান যেটি তারা সার্জিক্যাল যন্ত্রপাতি মলদ্বারের ভেতর দিয়ে প্রবেশ করিয়ে ক্যানসার অপসারণ করেন। পেট (তলপেট) কাটার প্রয়োজন সার্জনের হয় না।

বেশিরভাগ মানুষের অন্ত্রের অংশবিশেষ অপসারণের জন্য অপারেশন করা হবে। সার্জন সাধারণত ক্যানসারের কাছাকাছি থাকা লিম্ফ নোডগুলোকে অপসারণ করবেন। এর কারণ হচ্ছে ক্যানসার কোষ লসিকা গ্রন্থিগুলোতে ছড়িয়ে পড়তে পারে।

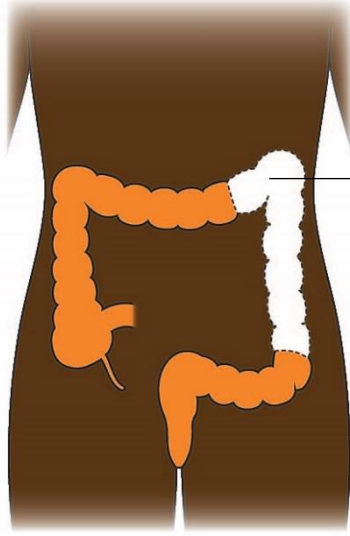
আপনার অপারেশন নিম্নলিখিতভাবে করা হতে পারে:

- **ওপেন সার্জারি** - এটি হয় যখন সার্জন ক্যানসার অপসারণের পূর্বে বড় করে কাটেন।
- **কীহোল (ল্যাপারোস্কোপিক) সার্জারি** - এর মানে হল সার্জন 4 অথবা 5 টি ছোট করে কাটেন। ক্যানসার অপসারণের জন্য কাটা অংশগুলোর ভেতর দিয়ে তারা সার্জিক্যাল যন্ত্রপাতি প্রবেশ করান। সাধারণত ওপেন সার্জারির তুলনায় কীহোল সার্জারিতে আপনি আরো তাড়াতাড়ি সুস্থ হয়ে উঠবেন।

মলাশয়ের ক্যানসারের জন্য বিভিন্ন ধরনের অপারেশন

- **হেমি-কোলেকটমি** - মলাশয়ের অর্ধেক অংশ অপসারণ করা হয়। ক্যানসারটি কোথায় আছে তার উপর ভিত্তি করে, এটি হতে পারে ডান বা বাম অংশ।
- **সিগময়েড কোলেকটমি** - সিগময়েড মলাশয় অপসারণ করা হয়।

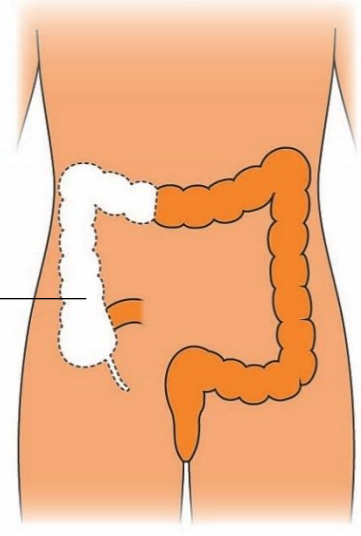
অন্ত্রের যে অংশে ক্যানসার রয়েছে সেই অংশ অপসারণ করার পর, সার্জন অন্ত্রের দুই প্রান্ত সংযুক্ত করে দেনা কিছু কিছু লোকের ক্ষেত্রে সম্পূর্ণ মলাশয় ফেলে দিতে হতে পারে। একে বলা হয় টোটাল কোলেকটমি। আপনার যদি এই ধরনের অপারেশনের প্রয়োজন হয় তাহলে আপনার ডাক্তার আপনার সাথে এ ব্যাপারে আরো কথা বলবেন।



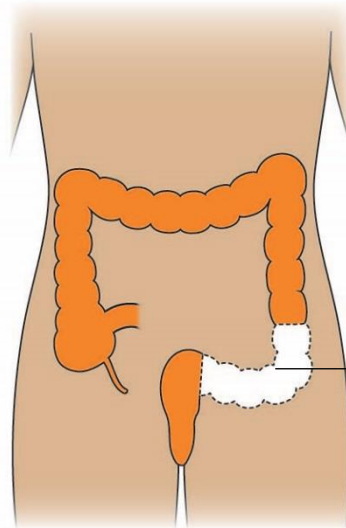
বাম হেমি-কোলেকটমি

অপসারিত স্থান

অপসারিত স্থান



ডান হেমি-কোলেকটমি

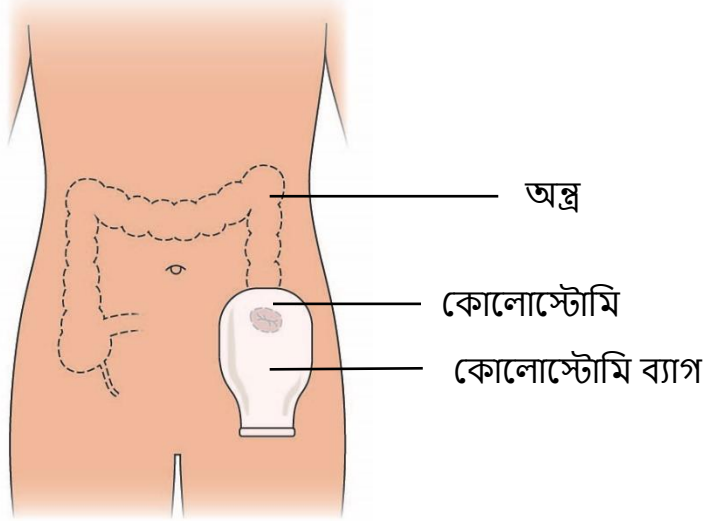


সিগময়েড কোলেকটমি

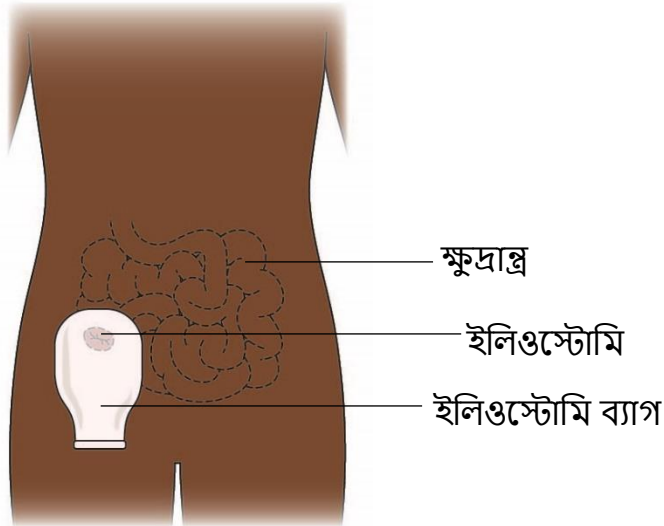
অপসারিত স্থান

স্টোমাস

কিছু লোকের স্টোমা নেওয়ার দরকার হয়। সার্জন অন্ত্রের প্রান্তটি পেটের (তলপেটের) পৃষ্ঠের সাথে সংযুক্ত করে এটি করেন। আপনি পরে থাকেন এমন একটি বিশেষ ব্যাগের মধ্যে স্টোমা দিয়ে মল (পায়খানা) ত্যাগ করবেন। এগুলো বিভিন্ন ধরনের আছে:



স্টোমা এবং স্টোমা ব্যাগ (কোলোস্টোমি)



স্টোমা এবং স্টোমা ব্যাগ (ইলিওস্টোমি)

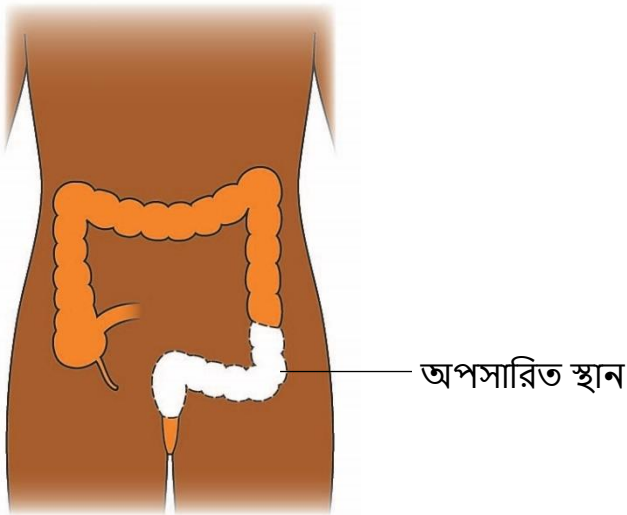
একজন স্টোমা নার্স আপনাকে দেখিয়ে দেবেন কিভাবে স্টোমার দেখাশোনা করতে হয় এবং আপনাকে আরো উপদেশ ও তথ্য দেবেন। স্টোমা নার্স হলেন একজন নার্স যিনি স্টোমা কেয়ার দেওয়ায় বিশেষজ্ঞ। স্টোমা আছে এমন কারো সাথে কথা বলা আপনাকে সহায়তা করতে পারে। আপনার নার্স আপনার জন্য এটির ব্যবস্থা করতে পারেন। আপনার নার্স আপনাকে শিখিয়ে দেবেন কিভাবে বাড়িতে স্টোমা ব্যবস্থাপনা করা যায়। অপারেশনের পরে খুব অল্প সময়ের জন্য আপনাকে স্টোমা করতে হতে পারে, যাতে অল্পটি সেরে উঠতে পারে। কিন্তু কখনো কখনো এটি স্থায়ী হবো। আপনার ডাক্তার আপনাকে বলতে পারবেন আপনার স্টোমার দরকার হতে পারে কিনা এবং আপনাকে কত দিন এটি রাখতে হতে পারে।

রেকটাল ক্যানসারের জন্য অপারেশনের ধরণ

আপনার যদি খুব ছোট রেকটাল ক্যানসার হয়ে থাকে, তাহলে আপনার অপারেশন করা হতে পারে যাকে লোকাল এক্সিশন বলা হয়। ক্যানসার সাধারণত মলদ্বার দিয়ে অপসারণ করা হয়ে থাকে। এর মানে হল সার্জনকে আপনার পেট কাটতে হবে না।

ক্যানসার এবং মলদ্বারের চারপাশের কিছু কিছু ফ্যাটি টিস্যু এবং লিম্ফ নোড অপসারণ করতে আপনার আরো বড় অপারেশনের প্রয়োজন হতে পারে। 2 ধরনের অপারেশন রয়েছে:

- **অ্যান্টেরিয়র রিসেকশন** - মলদ্বারের সেই অংশটি সার্জন ফেলে দেন যা ক্যানসার দ্বারা আক্রান্ত হয়। তারা অল্পের দুই 2 প্রান্তকে একসাথে যুক্ত করেন।
- **অ্যাবডোমিন্যাল পেরিনিয়াল রিসেকশন** - এটি সাধারণত মলদ্বারের নিকটে হওয়া ক্যানসারের জন্য ব্যবহার করা হয়। ডাক্তার মলনালী ও মলদ্বার অপসারণ করেন। এই অপারেশনের পর, আপনার একটি স্থায়ী স্টোমা থাকবে।



সামনের দিকের রিসেকশন



অপসারিত স্থান।

অ্যাবডোমিন্যাল পেরিনিয়াল রিসেকশন

অন্য ধরনের সার্জারি

কখনো কখনো, ক্যানসার অল্পকে ব্লক করে এবং মলদ্বার দিয়ে মলের বের হয়ে যাওয়াকে বন্ধ করে দেয়। এর ফলে পেট ব্যথা ও বমি হতে পারে। ডাক্তার অল্পে স্টেন্ট নামক একটি ছোট টিউব লাগিয়ে দিতে পারেন যাতে এটি খোলা থাকে। কিছু কিছু লোকের অপারেশন চলাকালীন সময়ে অল্পের অবরুদ্ধ অংশটি সরিয়ে ফেলার প্রয়োজন হতে পারে।

শরীরের অন্য কোন অংশ, যেমন যকৃত বা ফুসফুসে ক্যানসার ছড়িয়ে পড়লে ক্যানসার অপসারণের জন্য আপনি সার্জারি করতে পারেন।

আমাদের ওয়েবসাইটে সার্জারি এবং আপনার হয়ে থাকতে পারে এমন কিছু পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সম্পর্কে বাংলায় আরো তথ্য আছে, ভিজিট করুন macmillan.org.uk/translations

কেমোথেরাপি

কেমোথেরাপি ক্যানসার কোষ ধ্বংস করতে ক্যানসার বিরোধী ওষুধ ব্যবহার করে। প্রাথমিক পর্যায়ের অল্পের ক্যানসারের জন্য সাধারণত কেমোথেরাপির প্রয়োজন হয় না। কেমোথেরাপি দেওয়া হতে পারে:

- সার্জারির পরে ক্যানসার ফিরে আসার ঝুঁকি কমানোর জন্য
- সার্জারির আগে, ক্যানসারটিকে ছোট করতে ও এর ফিরে আসার ঝুঁকিকে কমাতে
- ক্যানসার ছড়িয়ে পড়া ক্যানসারের প্রধান চিকিৎসা হিসেবে।

কেমোথেরাপির ওষুধগুলোর কারণে পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সৃষ্টি হতে পারে যার ফলে আপনি অসুস্থ বোধ করতে পারেন। বিভিন্ন ধরনের ওষুধের কারণে বিভিন্ন ধরনের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হতে পারে। এগুলোর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত রয়েছে:

- সংক্রমণ হওয়ার সম্ভাবনা বেড়ে যাওয়া
- ক্লান্ত বোধ করা
- বমনেচ্ছা কিংবা বমি করা
- ডায়রিয়া - স্বাভাবিকের চেয়ে বেশি মলত্যাগ করা, অথবা পাতলা অথবা পানিযুক্ত মল
- মুখের ভিতর ক্ষত
- চুল পড়ে যাওয়া।

আপনার হতে পারে এমন পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সম্পর্কে এবং আপনি কিভাবে তা নিয়ন্ত্রণ করতে পারেন সেই বিষয়ে আপনার ডাক্তার আপনার সাথে কথা বলতে পারেন। বেশিরভাগ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ওষুধের মাধ্যমে নিয়ন্ত্রণ করা সম্ভব। কেমোথেরাপি শেষ হয়ে যাওয়ার পর বেশিরভাগ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া চলে যায়।

আমাদের ওয়েবসাইটে বাংলায় কেমোথেরাপি সম্পর্কে আরো তথ্য আছে, ভিজিট করুন macmillan.org.uk/translations

রেডিওথেরাপি

রেডিওথেরাপি ক্যানসার কোষ ধ্বংস করতে উচ্চ-শক্তির এক্স-রে ব্যবহার করে। মলাশয় ক্যানসারের জন্য আপনাকে সাধারণত রেডিওথেরাপি দেওয়া হয় না। এটি রেকটাল ক্যানসারের একটি সাধারণ চিকিৎসা।

মলনালীর ক্যানসারের অপারেশনের আগে আপনাকে রেডিওথেরাপি দেওয়া হতে পারে। এটি ক্যানসারকে ছোট করতে এবং অপসারণ করা সহজ করতে পারে এবং মলদ্বারের ক্যানসারের ফিরে আসার ঝুঁকি কমায়।

রেডিওথেরাপির পরে, অস্ত্রোপচারের আগে আপনি সাধারণত কমপক্ষে ৬ সপ্তাহ পর্যন্ত অপেক্ষা করে থাকেন। যদি অপারেশনের পরেও ক্যানসার থেকে যাওয়ার ঝুঁকি থাকে তাহলে রেডিওথেরাপি দেওয়া হতে পারে।

যদি মলনালীর ক্যানসার ছড়িয়ে পড়ে বা ফেরত আসে, তাহলে একে ছোট করার জন্য আপনাকে রেডিওথেরাপি দেওয়া হতে পারে। এটি ব্যথার মত উপসর্গগুলোর মোকাবেলায়ও সাহায্য করে।

মলনালীর ক্যানসারের জন্য দেওয়া রেডিওথেরাপির পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলোর মধ্যে রয়েছে:

- ক্লান্তি
- আপনার ত্বকে পরিবর্তন
- মলত্যাগের অভ্যাসে পরিবর্তন হওয়া
- মূত্রাশয়ের পরিবর্তন।

আমাদের ওয়েবসাইটে রেডিওথেরাপি এবং আপনার হয়ে থাকতে পারে এমন কিছু পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সম্পর্কে বাংলায় আরো তথ্য আছে, ভিজিট করুন

macmillan.org.uk/translations

পৃষ্ঠা 9 মোট 29 ম্যাকমিলান ফ্যাক্ট শিট 2024: অস্ত্রের ক্যানসার

কেমোরেডিয়েশন

আপনার যদি রেকটাল ক্যানসার হয়ে থাকে তবে আপনাকে কেমোরেডিয়েশন দেওয়া হতে পারে। এটি তখন হয় যখন আপনি একই সময়ে কেমোথেরাপি ও রেডিওথেরাপি নিয়ে থাকেন। কেমোথেরাপি বা রেডিওথেরাপি যে কোনোটির চেয়ে এটি নিজেই আরও ভাল কাজ করতে পারে। একসাথে চিকিৎসা করলে পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলো আরও খারাপ হতে পারে।

টার্গেটেড থেরাপি

টার্গেটেড থেরাপির ওষুধগুলো ক্যানসার কোষের মধ্যে অথবা এটির আশেপাশে এমন কিছুকে টার্গেট করে যা এটিকে বৃদ্ধি পেতে এবং বেঁচে থাকতে সহায়তা করে। টার্গেটেড থেরাপি কখনো কখনো শরীরের অন্যান্য অংশে ছড়িয়ে পড়া অস্ত্রের ক্যানসারের চিকিৎসার জন্য ব্যবহৃত হয়।

আপনার কেমোথেরাপির সাথে একটি টার্গেটেড থেরাপি ড্রাগ থাকতে পারে। পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া ভিন্ন ভিন্ন হতে পারে: এগুলোতে অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে:

- খসখসে ত্বক বা ফুসকুড়ি দেখা দেওয়া
- ডায়রিয়া
- বমি-বমিভাব
- ফলু-এর লক্ষণসমূহ

বেশিরভাগ পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া ওষুধের মাধ্যমে নিয়ন্ত্রণ করা যায় এবং চিকিৎসা শেষ হলে চলে যায়।

ইমিউনোথেরাপি

ইমিউনোথেরাপি ওষুধগুলো ক্যানসার কোষগুলো খুঁজে বের করতে এবং আক্রমণ করতে ইমিউন সিস্টেম ব্যবহার করে। এগুলো শরীরের অন্যান্য অংশে ছড়িয়ে পড়া অস্ত্রের ক্যানসারের চিকিৎসার জন্য ব্যবহার করা যেতে পারে।

ইমিউনোথেরাপির পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলোর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত রয়েছে:

- ডায়রিয়া
- ত্বকের পরিবর্তন
- অস্থিসন্ধিতে ব্যথা
- ক্লান্তি বোধ করা।

আপনার চিকিৎসার সম্ভাব্য পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া

মলত্যাগের অভ্যাসের পরিবর্তন

চিকিৎসার পরে, আপনার অন্ত্র কিছুটা সময়ের জন্য ভিন্নভাবে কাজ করতে পারে। আপনার হয়তো:

- ডায়রিয়া হতে পারে
- ঘন ঘন মল ত্যাগ করতে হতে পারে
- আপনার মলত্যাগ করার প্রয়োজন হলে আগে থেকে তেমন একটা বুঝতে না পারা
- পাছায় ব্যথা হওয়া।

সময়ের সাথে সাথে সাধারণত এসব অবস্থার উন্নতি হয়। যদি আপনার এই সব পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া থাকে বা এগুলোর উন্নতি না হয়, তাহলে আপনার ডাক্তার বা নার্সকে বলুন। তারা আপনাকে উপদেশ ও ওষুধ দিয়ে সহায়তা করতে পারবেন।

আপনার ত্বককে রক্ষা করুন

পাতলা অথবা পানিযুক্ত মল আপনার নিতম্বের আশেপাশের ত্বকে ঘা তৈরি করতে পারে। এই পরামর্শগুলো সাহায্য করতে পারে:

- আপনার নিতম্বের আশেপাশের ত্বক পরিষ্কার ও শুষ্ক রাখুন।
- সুগন্ধীবিহীন ভেজা ওয়াইপ ব্যবহার করুন কারণ এগুলো টয়লেট পেপারের তুলনায় আপনার ত্বকের জন্য বেশি কোমল।
- আপনার ত্বককে রক্ষা করতে প্যাড এবং ব্যারিয়ার ওয়াইপ অথবা স্প্রে ব্যবহার করুন। একজন বিশেষজ্ঞ নার্স আপনাকে প্যাড এবং ক্রিম ব্যবহারের পরামর্শ দিতে পারেন।
- আপনার ত্বককে শুষ্ক ও ঠাণ্ডা রাখার জন্য সুতির আন্ডারওয়্যার পরুন।

খাদ্যাভ্যাস পরিবর্তন

আপনার অল্প সার্জারি থেকে আরোগ্যলাভ করার সময় পর্যন্ত আপনার হেলথ কেয়ার টিম আপনাকে একটি নির্দিষ্ট ডায়েট মেনে চলার পরামর্শ দিতে পারেন।

সার্জারির পরে প্রথম কয়েকদিন আপনাকে কম আঁশযুক্ত খাবার খাওয়ার পরামর্শ দেওয়া হতে পারে। কম আঁশযুক্ত খাবারের মধ্যে রয়েছে সাদা রুটি, সাদা পাস্তা অথবা প্লেইন ক্র্যাকার, খোসা ছাড়ানো ফল এবং সবজি।

নিয়মিত সময়ে খাওয়া আপনার অন্ত্রকে আরো নিয়মিত কাজ করতে সাহায্য করবে। আপনি 1 অথবা 2 বারে বেশি করে খাবার খাওয়ার পরিবর্তে দিনে বেশ কয়েকবারে অল্প অল্প করে খাবার খাওয়া সহজ বলে মনে করতে পারেন।

আপনি কী খেতে পারবেন তা নিয়ে যদি সমস্যা হতেই থাকে, তাহলে আপনার নার্স বা ডাক্তারের সাথে কথা বলুন।

দুশ্চিন্তা

দুশ্চিন্তা করা অথবা উদ্বেগ বোধ করা আপনার মলকে পাতলা করে দিতে পারে। কিভাবে শিথিল হতে হয় তা শেখা আপনার অন্ত্রকে স্থিত হতে সাহায্য করতে পারে। এটি আপনার সাধারণ স্বাস্থ্যের জন্যও ভালো।

ম্যাকমিলান (Macmillan) টয়লেট

কার্ড আপনার যদি জরুরিভাবে টয়লেট ব্যবহার করার প্রয়োজন হয় তবে আপনি বাইরে যাওয়া নিয়ে দুশ্চিন্তা করতে পারেন। বিনামূল্যের ম্যাকমিলান (Macmillan) টয়লেট কার্ড সঙ্গে রাখা সহায়ক হতে পারে। আপনি এটি বিভিন্ন জায়গায় যেমন দোকান, অফিস এবং ক্যাফেতে দেখাতে পারেন। আমরা আশা করি এটি আপনার টয়লেটে প্রবেশে সহায়তা করবে কিন্তু এটি সব জায়গায় কাজ নাও করতে পারে।

কার্ডটি শুধুমাত্র ইংরেজিতে পাওয়া যায় এবং এতে লেখা থাকে 'আমার ক্যানসারের চিকিৎসার কারণে আমার একটি টয়লেটে জরুরি অ্যাক্সেসের প্রয়োজন। অনুগ্রহ করে আপনি কি সাহায্য করতে পারবেন?'

0808 808 00 00 নম্বরে ম্যাকমিলান (Macmillan) সাপোর্ট লাইনে কল করে আপনি একটি কার্ড পেতে পারেন।

অথবা আপনি একটির জন্য অর্ডার করতে পারেন এখানে orders.macmillan.org.uk

আপনি প্রতিবন্ধীদের টয়লেটও ব্যবহার করতে পারেন। সেগুলির ওয়াশ বেসিন রয়েছে এবং আপনি যেন কাপড় বদলাতে পারেন সেইজন্য জায়গা রয়েছে। প্রতিবন্ধীদের টয়লেট মাঝে মাঝে লক করা থাকে। আপনি একটি চাবি কিনতে পারেন এখান থেকে [ডিজঅ্যাবিলিটি রাইটস ইউকে](#)।

পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলো সম্পর্কিত আরো তথ্য

আমাদের কাছে ক্লান্তি এবং খাওয়ার সমস্যা সম্পর্কিত আরো তথ্য রয়েছে যা আপনার জন্য সহায়ক হতে পারে। আপনি এই তথ্য অনলাইনে পেতে পারেন এখানে

macmillan.org.uk/translations।

ফলোআপ

আপনার চিকিৎসা শেষ হওয়ার পর, আপনার নিয়মিত চেক-আপ করা হবে এবং পরীক্ষাও করা হতে পারে। এগুলো সাধারণত 5 বছর পর্যন্ত অব্যাহত থাকে।

চেক-আপগুলোর মধ্যে যদি আপনি কোনো নতুন উপসর্গ লক্ষ্য করেন, তবে যত তাড়াতাড়ি সম্ভব আপনার জিপি, ক্যানসার ডাক্তার অথবা নার্সকে বলুন।

আপনার অনুভূতি

আপনার ক্যানসার আছে এটা শোনার পর আপনার বিধ্বস্ত লাগতে পারে। আপনার বিভিন্ন রকম আবেগ অনুভূত হতে পারে। ঠিক বা ভুল করে অনুভব করা বলে কিছু নেই। এর সঙ্গে মানিয়ে চলার জন্য অনেক রকম উপায় রয়েছে। খুব কাছের বন্ধু বা আত্মীয়ের সাথে কথা বলাটা সহায়ক হতে পারে। আপনার ডাক্তার বা নার্সও সহায়তা করতে পারেন।

আপনার জন্য সঠিক পরিচর্যা আর সহায়তা পাওয়া

আপনার যদি ক্যানসার হয় এবং আপনি ইংরেজিতে কথা না বলতে পারেন, তাহলে এটি আপনার ক্যানসারের চিকিৎসা এবং যত্নকে প্রভাবিত করবে ভেবে আপনি উদ্বেগ হতে পারেন। কিন্তু আপনার স্বাস্থ্যসেবা দল আপনাকে যত্ন, সহায়তা এবং তথ্য প্রদান করবে যা আপনার চাহিদা পূরণ করে।

আমরা জানি যে কখনও কখনও লোকেরা সঠিক সমর্থন পাওয়ার ক্ষেত্রে অতিরিক্ত সমস্যার মুখোমুখি হতে পারে। উদাহরণস্বরূপ, আপনি যদি কাজ করেন বা আপনার পরিবার থাকে তবে হাসপাতালে অ্যাপয়েন্টমেন্টে যাওয়ার জন্য সময় বের করা কঠিন হতে পারে। অর্থ আর যাতায়াতের খরচের বিষয়েও আপনার চিন্তা থাকতে পারে। এই সমস্ত কিছু চাপ সৃষ্টি করতে পারে এবং এগুলির সাথে মানিয়ে নেওয়া কঠিন হতে পারে।

পৃষ্ঠা 12 মোট 29 ম্যাকমিলান ফ্যাক্ট শিট 2024: অল্পের ক্যানসার

আমরা ক্যানসারে আক্রান্ত ব্যক্তিদের ম্যাকমিলান অনুদানও (Macmillan Grants) অফার করি। এইগুলি হল এককালীন অর্থপ্রদান যা হাসপাতালের পার্কিং, ভ্রমণের খরচ, শিশুর যত্ন বা হিটিংয়ের বিলের মতো জিনিসগুলির জন্য ব্যবহার করা যেতে পারে।

ম্যাকমিলান (Macmillan) কীভাবে আপনাকে সাহায্য করতে পারে

ম্যাকমিলান(Macmillan)-এ আমরা জানি ক্যানসার নির্ণয় হলে কীভাবে সব কিছু প্রভাবিত হতে পারে, এবং আমরা আপনাকে সহায়তা করার জন্য এখানে আছি।

ম্যাকমিলান সাপোর্ট লাইন (Macmillan Support Line)

আমাদের দোভাষী আছে, তাই আপনি আমাদের সাথে আপনার ভাষায় কথা বলতে পারেন। আপনি যে ভাষাটি ব্যবহার করতে চান, শুধু তার নাম ইংরেজিতে আমাদেরকে বলুন।

আমরা চিকিৎসার বিষয়ের প্রশ্নগুলিতে সাহায্য করতে পারি, আর্থিক সহায়তা সম্বন্ধে আপনাকে তথ্য দিতে পারি, বা আপনার যদি কারোর সাথে কথা বলার প্রয়োজন হয় তখন শোনার জন্য সেখানে থাকতে পারি। আমাদের বিনামূল্যের, গোপনীয় ফোন লাইন সপ্তাহে 7 দিন, সকাল 8 টা থেকে রাত 8 টা পর্যন্ত খোলা থাকে।

আমাদের 0808 808 00 00 নম্বরে কল করুন।

ম্যাকমিলান (Macmillan) ওয়েবসাইট

আমাদের ওয়েবসাইটে ইংরেজিতে ক্যানসার বিষয়ে অনেক তথ্য আছে। এছাড়াও অন্যান্য ভাষায় আরো তথ্য রয়েছে এখানে macmillan.org.uk/translations

এছাড়াও আমরা শুধু আপনার জন্য অনুবাদের ব্যবস্থা করতে পারি। আপনার যা প্রয়োজন সেই সম্পর্কে আমাদের জানাতে informationproductionteam@macmillan.org.uk -এ আমাদের ইমেইল করুন।

তথ্য কেন্দ্র

আমাদের তথ্য এবং সহায়তা কেন্দ্রগুলো হাসপাতাল, লাইব্রেরি এবং মোবাইল কেন্দ্র ভিত্তিক। আপনার প্রয়োজনীয় তথ্য পেতে আর কারোর সাথে সামনাসামনি কথা বলতে এর একটিতে যান। macmillan.org.uk/informationcentres ওয়েবসাইটে আপনার সবচেয়ে নিকটস্থ কেন্দ্র খুঁজে বের করুন_ বা আমাদেরকে 0808 808 00 00 নম্বরে কল করুন।

লোকাল সাপোর্ট গ্রুপ

সাপোর্ট গ্রুপে আপনি ক্যানসারে আক্রান্ত অন্যান্য লোকজনের সাথে কথা বলতে পারেন। macmillan.org.uk/supportgroups-এ আপনার এলাকার সাপোর্ট গ্রুপগুলির বিষয়ে জেনে নিন বা 0808 808 00 00 নম্বরে আমাদের কল করুন।

ম্যাকমিলান (Macmillan) অনলাইন কমিউনিটি

আপনি অনলাইনে ক্যানসারে আক্রান্ত অন্যান্য লোকজনদের সাথে কথা বলতে পারবেন এখানে macmillan.org.uk/community

আপনি দিনে অথবা রাতে যেকোনো সময় এটি অ্যাক্সেস করতে পারবেন। আপনি এখানে নিজের অভিজ্ঞতাগুলো শেয়ার করতে পারেন, প্রশ্ন করতে পারেন, বা কেবল লোকজনের পোস্ট পড়তে পারেন।

আপনার ভাষায় আরো তথ্য

এই বিষয়গুলো সম্বন্ধে আমাদের কাছে আপনার ভাষায় তথ্য আছে:

ক্যানসারের মোকাবিলা করা

- ক্যানসার এবং করোনাভাইরাস
- যুক্তরাজ্যে ক্যানসারের পরিচর্যা
- আপনার ক্যানসার হলে বেনিফিটগুলি দাবি করা
- খাবার খাওয়ার সমস্যা এবং ক্যানসার
- জীবনের অবসান
- শরণার্থী এবং আশ্রয়প্রার্থী মানুষদের জন্য স্বাস্থ্যসেবা
- স্বাস্থ্যকর খাদ্যাভ্যাস
- আপনার ক্যানসার হলে খরচে সাহায্য
- যদি আপনার ক্যানসার রোগনির্ণয় হয়
- LGBTQ+ ব্যক্তি এবং ক্যানসার
- সেপসিস এবং ক্যানসার
- ক্যানসার চিকিৎসার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াগুলি
- ক্লান্তি (অবসন্নতা) এবং ক্যানসার

ক্যানসারের ধরন

- স্তন ক্যানসার
- সার্ভিক্যাল ক্যানসার
- বৃহদান্ত্রের ক্যানসার
- ফুসফুসের ক্যানসার
- প্রোস্টেট ক্যানসার

চিকিৎসাসমূহ

- কেমোথেরাপি
- রেডিওথেরাপি
- সার্জারি

এই তথ্য দেখতে, ভিজিট করুন [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

সূত্র ও ধন্যবাদ জ্ঞাপন

এই সকল তথ্য রচনা ও সম্পাদনা করেছে ম্যাকমিলান (Macmillan) ক্যানসার সাপোর্ট -এর ক্যানসার তথ্য উন্নয়ন (Cancer Information Development) দল। একটি অনুবাদ কোম্পানি কর্তৃক এটি বাংলা ভাষায় অনুদিত হয়েছে।

অন্তর্ভুক্ত তথ্য আমাদের ওয়েবসাইটে ইংরেজিতে উপলব্ধ মলাশয়ের ক্যানসার এবং রেকটাল ক্যানসারের বিষয়বস্তুর উপর ভিত্তি করে।

এই তথ্য প্রাসঙ্গিক বিশেষজ্ঞদের দ্বারা পর্যালোচনা করা হয়েছে এবং সিনিয়র মেডিকেল এডিটর ডক্টর পল রস (Dr Paul Ross), কনসালটেন্ট মেডিকেল অনকোলজিস্ট দ্বারা অনুমোদিত।

সেই সব ক্যানসার আক্রান্ত ব্যক্তিদেরও ধন্যবাদ জানাচ্ছি যারা এই তথ্য পর্যালোচনা করেছেন।

আমাদের সকল তথ্য প্রাপ্ত সেরা প্রমাণের ভিত্তিতে নেওয়া হয়েছে। আমরা যে উৎসগুলো ব্যবহার করি সেই সম্পর্কে আরো তথ্যের জন্য, অনুগ্রহ করে আমাদের সাথে যোগাযোগ করুন এখানে informationproductionteam@macmillan.org.uk

বিষয়বস্তু পর্যালোচনা করা হয়েছে: 2024

পরবর্তী পরিকল্পিত পর্যালোচনা: 2027

MAC15136_Bengali_E04

আমরা যে তথ্য প্রদান করি তা যাতে সঠিক এবং আপ-টু-ডেট হয় তা নিশ্চিত করার জন্য আমরা সর্বাত্মক প্রচেষ্টা করি তবে আপনার পরিস্থিতি অনুসারে বিশেষজ্ঞ পেশাদার পরামর্শের বিকল্প হিসাবে এটির উপর নির্ভর করা উচিত নয়। আইনের অনুমোদিত পরিসরে, ম্যাকমিলান (Macmillan) এই প্রকাশনা বা তাতে অন্তর্ভুক্ত কিংবা উল্লিখিত কোনও তৃতীয় পক্ষের তথ্য বা ওয়েবসাইটের তথ্য ব্যবহারের সম্পর্কে কোনও দায়-দায়িত্ব গ্রহণ করে না।

© ম্যাকমিলান ক্যানসার সাপোর্ট (Macmillan Cancer Support) 2024, ইংল্যান্ড ও ওয়েলস (261017), স্কটল্যান্ড, (SC039907) এবং আয়েল অব ম্যান (604)-এ নিবন্ধিত দাতব্য প্রতিষ্ঠান। এছাড়া নর্দান আয়ারল্যান্ডেও কাজ করে। গ্যারান্টিকৃত একটি লিমিটেড কোম্পানি, ইংল্যান্ড ও ওয়েলস-এ নিবন্ধিত যার কোম্পানি নম্বর 2400969। আইল অফ ম্যান কোম্পানির নম্বর 4694FI রেজিস্টার্ড অফিস: 3rd Floor, Bronze Building, The Forge, 105 Sumner Street, London, SE1 9HZ. ভ্যাট নম্বর: 668265007





Bowel cancer: English

This information is about bowel cancer and treatments for bowel cancer.

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 your language and other languages at macmillan.org.uk/translations

This information is about:

- The bowel
- Bowel cancer
- How treatment is planned
- Talking to your healthcare team
- Treatments for bowel cancer
- Possible side effects of your treatment
- Follow up
- Your feelings
- Getting the right care and support for you
- How Macmillan can help you
- More information in your language
- References and thanks

The bowel

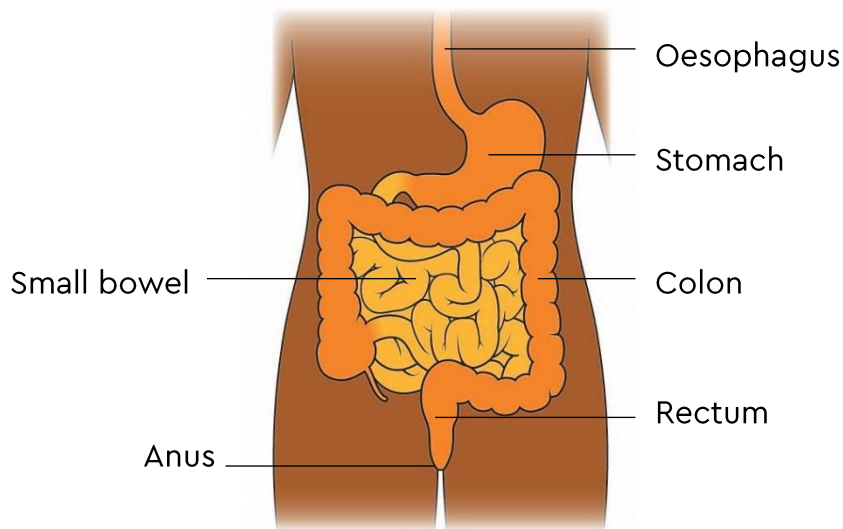
The bowel is part of the digestive system. The digestive system breaks down and absorbs food so that the body can use it.

The bowel has 2 parts:

- the small bowel
- the large bowel.

The large bowel has three parts. These are:

- the colon
- the rectum
- the anus.



Bowel cancer

All parts of the body are made up of tiny cells. Bowel cancer happens when the cells in the bowel grow in an uncontrolled way and form a lump called a tumour.

The place where the cancer first begins to grow is the primary cancer. The primary cancer is named after the place in the body where it started, for example bowel cancer.

Bowel cancer is cancer that affects the colon or the rectum. Bowel cancer is also called colorectal cancer.

Sometimes, bowel cancer cells spread to other parts of the body through the blood and the lymphatic system. This is called secondary cancer.

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

Cancer can also affect the small bowel or the anus. These cancers are treated differently to bowel cancer. We have information in English about these types of cancer.

The lymphatic system

The lymphatic system helps protect us from infection and disease. It is made up of fine tubes called lymphatic vessels. These vessels connect to groups of small lymph nodes throughout the body.

There are lymph nodes close to the colon and rectum. Bowel cancer can spread to the lymph nodes close to the bowel.

Stages and grades of bowel 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.

How treatment is planned

Your healthcare team will meet to plan the best treatment for you. Your doctor or nurse will then talk to you about:

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

Talking to your healthcare team

It is important to talk about any treatment with your doctor.

Your hospital can arrange an interpreter for you. Let your nurse know if you need one. You may also want to take someone with you who can speak your language and English.

After talking with you, your doctor will usually ask you to sign a form to show that you understand what the treatment means and that you agree to having it. This is called giving your consent. You will not be given treatment unless you have agreed to it.

Questions to ask about your treatment

Here are some questions you might want to ask your cancer team about your treatment:

- What does my diagnosis mean?
- What is the stage and grade of the cancer?
- What will my treatment be?
- 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 bowel cancer

Treatments for bowel cancer include:

- an operation (surgery)
- drugs (chemotherapy, targeted therapy or immunotherapy)
- radiotherapy

Many people have more than one type of treatment, such as an operation and then chemotherapy or radiotherapy.

Surgery

An operation to remove the cancer is the most common treatment for bowel cancer.

Sometimes, very small early-stage bowel cancers can be removed with an operation called a local resection. This is where they remove the cancer using surgical tools passed through the anus. The surgeon does not need to make a cut in the tummy (abdomen).

Most people will have an operation to remove part of the bowel. The surgeon will usually remove the lymph nodes that are near the cancer. This is because cancer cells can spread to lymph nodes near the cancer.

You may have your operation as:

- **open surgery** – this is when the surgeon makes 1 large cut before removing the cancer.
- **keyhole (laparoscopic) surgery** – this means the surgeon makes 4 or 5 small cuts. They put surgical tools through the cuts to remove the cancer. You usually recover more quickly from keyhole surgery than from open surgery.

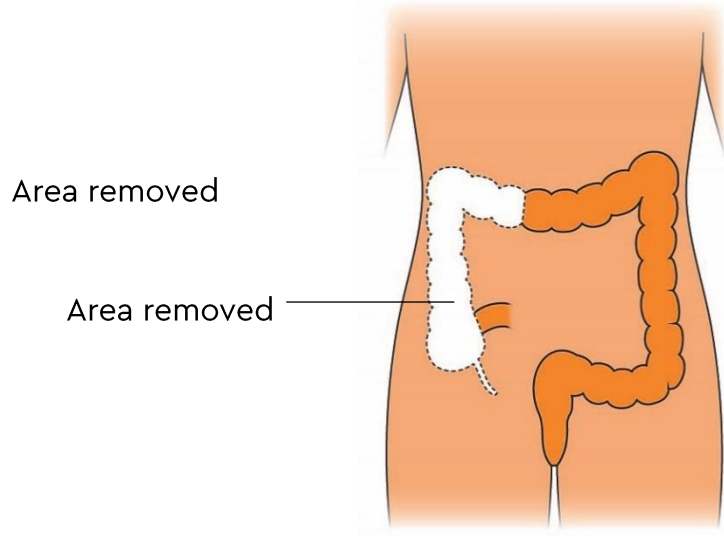
Types of operation for colon cancer

- **Hemi-colectomy** – half of the colon is removed. This may be the right or left side, depending on where the cancer is.
- **Sigmoid colectomy** – the sigmoid colon is removed.

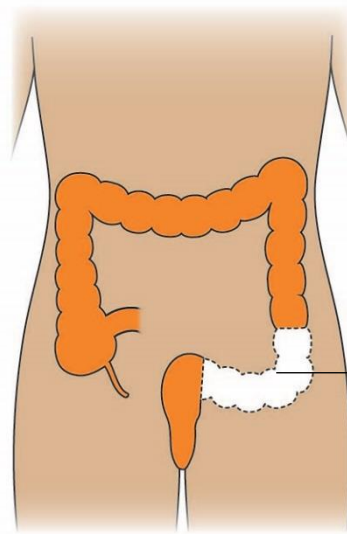
After removing the part of the bowel where the cancer is, the surgeon joins the two ends of the bowel together. Some people may need to have all the colon removed. This is called a total colectomy. Your doctor will tell you more about this if you need this type of operation.



Left hemi-colectomy



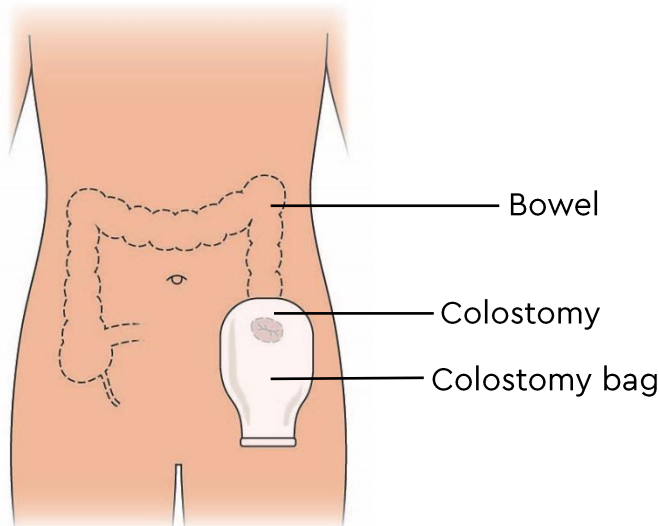
Right hemi-colectomy



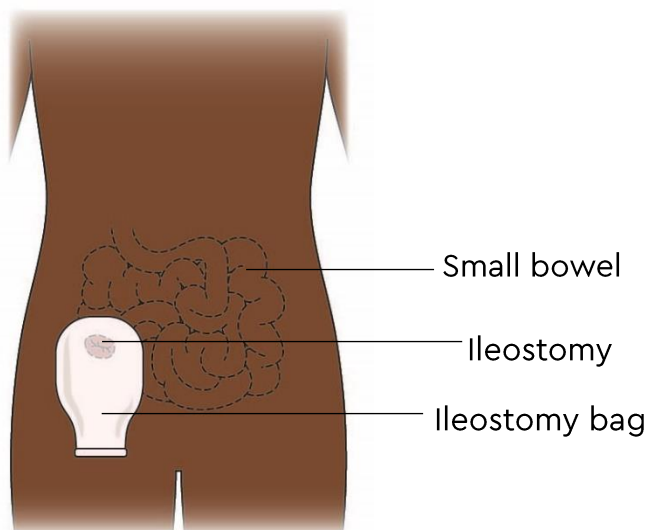
Sigmoid colectomy

Stomas

Some people need to have a stoma. This is when the surgeon connects the end of the bowel to the surface of the tummy (abdomen). You will pass poo (stools) out through the stoma into a special bag you wear. There are different types:



Stoma and stoma bag (colostomy)



Stoma and stoma bag (ileostomy)

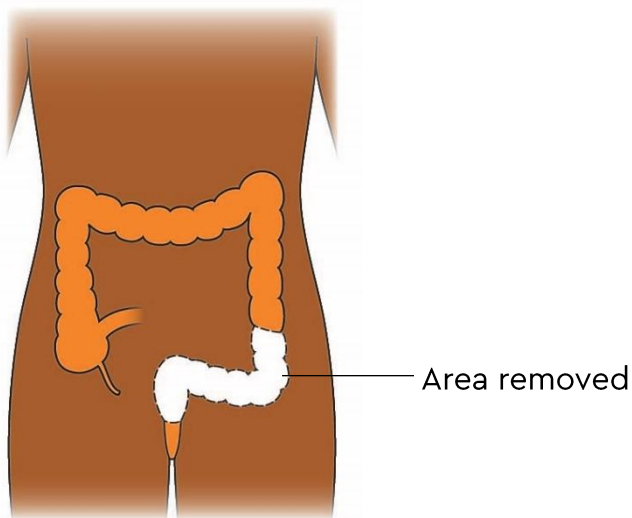
A stoma nurse will show you how to look after the stoma and give you more advice and information. A stoma nurse is a nurse who specialises in stoma care. You may find it helps to talk to someone who has a stoma. Your nurse may be able to arrange this for you. Your nurse will teach you how to manage your stoma at home. You may only need a stoma for a short time after an operation, to allow the bowel to heal. But sometimes it will be permanent. Your doctor can tell you if you may need a stoma and how long you may have it for.

Types of operation for rectal cancer

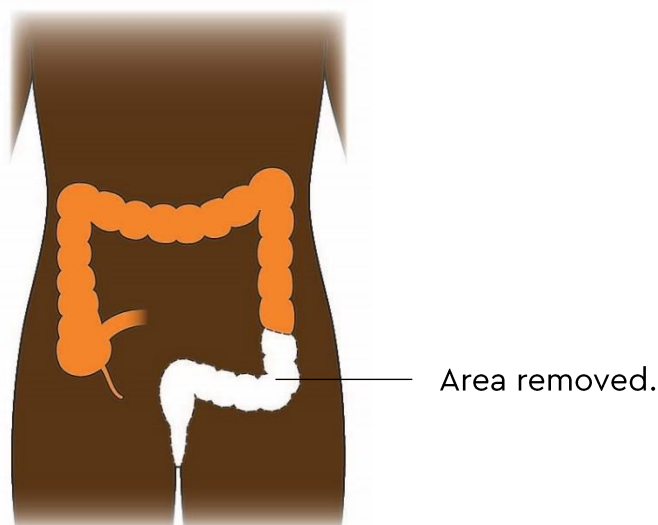
If you have a very small rectal cancer, you may have an operation called a local excision. The cancer can usually be removed through the anus. This means the surgeon does not have to make a cut in your tummy.

You may need a larger operation to remove the cancer and some of the fatty tissue and the lymph nodes around the rectum. There are 2 types of operation:

- **Anterior resection** – the surgeon removes the part of the rectum that is affected by the cancer. They join the two ends of the bowel together.
- **Abdominal perineal resection** – this is usually used for cancers near the anus. The doctor removes the rectum and anus. After this operation, you will have a permanent stoma.



Anterior resection



Abdominal perineal resection

Other types of surgery

Sometimes, the cancer blocks the bowel and stops poo from passing through. This can cause tummy pain and vomiting. The doctor may put a small tube called a stent into the bowel to keep it open. Some people may need to have the blocked part of the bowel removed during an operation.

If the cancer has spread to another part of the body, such as the liver or lungs, you can sometimes have an operation to remove it.

We have more information in your language about surgery and some of the side effects you may have on our website, visit [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

Chemotherapy

Chemotherapy uses anti-cancer drugs to destroy cancer cells. You do not usually need chemotherapy for early-stage bowel cancer. Chemotherapy may be given:

- after surgery to reduce the risk of cancer coming back
- before surgery, to shrink the cancer and reduce the risk of it coming back
- as the main treatment for cancer that has spread.

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
- diarrhoea – passing more poo than usual, or loose or watery poo
- 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.

We have more information about chemotherapy in your language on our website, visit [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

Radiotherapy

Radiotherapy uses high-energy x-rays to destroy the cancer cells. You do not usually have radiotherapy for colon cancer. It is a common treatment for rectal cancer.

You may have radiotherapy before an operation to remove rectal cancer. It can make the cancer smaller and easier to remove and reduce the risk of the rectal cancer coming back.

After the radiotherapy, you usually wait at least 6 weeks before having surgery. Radiotherapy may be used after an operation if there is a chance that some cancer remains.

If rectal cancer has spread or comes back, you may have radiotherapy to make it smaller. It can also help with symptoms, such as pain.

Side effects of radiotherapy for rectal cancer include:

- tiredness
- changes to your skin
- bowel changes
- bladder changes.

We have more information in your language about radiotherapy and some of the side effects you may have on our website, visit [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

Chemoradiation

If you have a rectal cancer, you may have chemoradiation. This is when you have chemotherapy and radiotherapy at the same time. It can work better than having either chemotherapy or radiotherapy on their own. Having the treatments together can make the side effects worse.

Targeted therapy

Targeted therapy drugs target something in or around a cancer cell that is helping it grow and survive. Targeted therapies are sometimes used to treat bowel cancers that have spread to other parts of the body.

You may have a targeted therapy drug with chemotherapy. Side effects can vary. They may include:

- dry skin or a rash
- diarrhoea
- feeling sick
- flu symptoms.

Most side effects can be controlled with drugs and go away when treatment is over.

Immunotherapy

Immunotherapy drugs use the immune system to find and attack cancer cells. They may be used to treat bowel cancer that has spread to other parts of the body.

Side effects of immunotherapy include:

- diarrhoea
- skin changes
- joint pains
- feeling tired.

Possible side effects of your treatment

Bowel changes

After treatment, your bowel may work differently for a while. You may:

- have diarrhoea
- need to poo more often
- not get much warning when you need to poo
- have a sore bottom.

These usually improve over time. Tell your doctor or nurse if you have these side effects or if they do not improve. They can give you advice and medicines to help.

Protect your skin

Having loose or watery poo can make the skin around your bottom sore. These tips may help:

- Keep the skin around your bottom clean and dry.
- Use unperfumed wet wipes as they are softer on your skin than toilet paper.
- Use pads and barrier wipes or sprays to help protect your skin. A specialist nurse can advise you about pads and creams to use.
- Wear cotton underwear to keep your skin dry and cool.

Diet changes

Your healthcare team may advise you to follow a specific diet while your bowel recovers from surgery.

For the first few days after surgery, you may be advised to eat a low-fibre diet. Low fibre foods include white bread, white pasta or plain crackers, peeled fruit and vegetables.

Eating at regular times will help your bowel to work more regularly. You may find it easier to eat several small meals a day instead of 1 or 2 large meals.

If you continue to have problems with what you can eat, speak to your nurse or doctor.

Anxiety

Feeling anxious or worried can make your poo looser. Learning how to relax may help your bowel to settle. It is also good for your general health.

Macmillan toilet card

You may worry about going out if you need to use a toilet urgently. It may help to carry a free Macmillan toilet card. You can show this in places such as shops, offices and cafes. We hope it will help you get access to a toilet but it may not work everywhere.

The card is only available in English and reads 'due to my cancer treatment I need urgent access to a toilet. Please can you help?'

You can get one by calling our Macmillan Support Line on 0808 808 00 00. Or you can order one at orders.macmillan.org.uk

You can also use disabled toilets. They have a wash basin and space to change your clothes. Disabled toilets are sometimes locked. You can buy a key from [Disability Rights UK](https://www.disabilityrightsuk.org/).

More information on side effects

We have more information about tiredness and eating problems which you may find helpful. You can find this information online at macmillan.org.uk/translations.

Follow up

After your treatment has finished, you will have regular check-ups and may also have tests. These usually continue for up to 5 years.

If you notice any new symptoms between check-ups, tell your GP, cancer doctor or nurse as soon as possible.

Your feelings

You may feel overwhelmed when you are told you have cancer. You may have many different emotions. There is no right or wrong way to feel. There are many ways to cope with this. 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.

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.

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://www.macmillan.org.uk/translations)

We can also arrange translations just for you. Email us at informationproductionteam@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://www.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://www.macmillan.org.uk/supportgroups) or call us on 0808 808 00 00.

Macmillan Online Community

You can talk to other people affected by cancer online at [macmillan.org.uk/community](https://www.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.

More information in your language

We have information in your language about these topics:

Coping with cancer

- Cancer and coronavirus
- Cancer care in the UK
- Claiming benefits when you have cancer
- Eating problems and cancer
- End of life
- Healthcare for refugees and people seeking asylum
- Healthy eating
- Help with costs when you have cancer
- If you are diagnosed with cancer
- LGBTQ+ people and cancer
- Sepsis and cancer
- Side effects of cancer treatment
- Tiredness (fatigue) and cancer

Types of cancer

- Breast cancer
- Cervical cancer
- Large bowel cancer
- Lung cancer
- Prostate cancer

Treatments

- Chemotherapy
- Radiotherapy
- Surgery

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 into this language by a translation company.

The information included is based on our colon cancer and rectal cancer content available in English on our website.

This information has been reviewed by relevant experts and approved by Senior Medical Editor Dr Paul Ross, 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 informationproductionteam@macmillan.org.uk

Content reviewed: 2024

Next planned review: 2027

MAC15136_English_E04

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. As 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 2024, 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: 3rd Floor, Bronze Building, The Forge, 105 Sumner Street, London, SE1 9HZ. VAT no: 668265007

