

કિમોથેરેપી

આ માહિતી કિમોથેરેપી વિશે છે:

કોઈપણ શબ્દો જે નીચે લીટી કરેલા છે અંતમાં આપેલી શબ્દની સુઠુઠુચિમાં સમજાવામાં આવ્યા છે.

કેન્સર ધરાવતા ઘણા લોકો માટે કિમોથેરેપી સારવારના ભાગરૂપે હોય શકે છે.

કેટલાક લોકોમાં લક્ષિત ઉપચાર, રેડિયોથેરેપી અથવા સર્જરી જેવા અન્ય ઉપચાર પણ હોય છે. હોસ્પિટલ ખાતેના ડોક્ટરો તમારી સારવાર વિશે તમારી સાથે વાત કરશે. અમારી પાસે ગુજરાતી ભાષામાં આ સારવારો વિશે માહિતી ઉપલબ્ધ છે:

જો તમને કોઈ પ્રશ્નો હોય, તો જ્યાં તમે સારવાર લઈ રહ્યા હોય ત્યાંના ડોક્ટર, નર્સ અથવા ફાર્માસિસ્ટને પૂછી શકો છો.

જો તમને કોઈ પ્રશ્નો હોય અથવા કોઈ સાથે વાત કરવા ઈચ્છતા હોવ તો તમે મેકમિલન કેન્સર સપોર્ટ (Macmillan Cancer Support) ને સોમવાર થી શુક્રવાર સવારે 9 વાગ્યા થી રાત્રે 8 વાગ્યા સુધી **0808 808 00 00**, પર ફોન કરી શકો છો. અમારી પાસે દુભાષિયા છે, તેથી તમે તમારી ભાષામાં અમારી સાથે વાત કરી શકો છો. જ્યારે તમે અમને ફોન કરો, ત્યારે કૃપા કરીને અમને અંગ્રેજીમાં જણાવો કે તમને કઈ ભાષાની જરૂર છે (કહો “ગુજરાતી”).

અમારી પાસે ગુજરાતી ભાષામાં, વિવિધ પ્રકારના કેન્સર, સારવારો અને કેન્સર સાથે જીવવા વિશે વધુ માહિતી ઉપલબ્ધ છે. macmillan.org.uk/translations ની મુલાકાત લો અથવા **0808 808 00 00** પર અમને ફોન કરો.

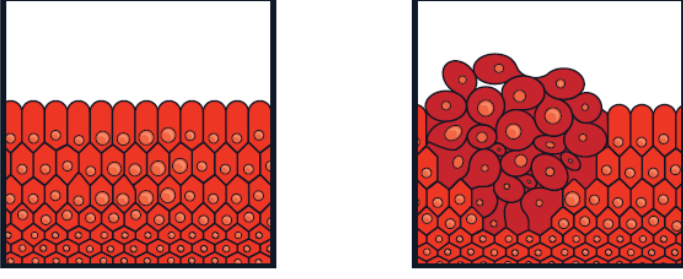
આ માહિતી શીટમાં:

- કેન્સર શું છે?
- ક્રિમોથેરેપી શું છે?
- ક્રિમોથેરેપીનો ઉપયોગ ક્યારે કરવામાં આવશે?
- ક્રિમોથેરેપી લેવી
- તમારી સારવાર સમજવી
- સારવાર પેહલાના પરીક્ષણ
- તમારી સારવાર ક્યાં કરવામાં આવશે?
- સારવાર કેટલો સમય ચાલશે?
- તમારી સારવાર યોજનામાં થતાં ફેરફાર
- આડઅસરો
- બીજી મહત્વની માહિતી
- મેકમિલન (Macmillan) કેવી રીતે મદદ કરી શકે છે
- શબ્દાવલિ
- ગુજરાતી ભાષામાં વધુ માહિતી

કેન્સર શું છે?

કેન્સર આપણા શરીરના કોષો માં શરૂ થાય છે. કોષો નાનકડાં આધારભૂત ઘટક છે જે આપણા શરીરના અંગો અને પેશીઓની રચના કરે છે. સામાન્ય રીતે, આ કોષો નવા કોષ બનાવવા માટે નિયંત્રિત રીતે વિભાજિત થાય છે. આ રીતે આપણું શરીર વૃદ્ધી પામે છે, સાજુ થાય છે અને તેની મરામત થાય છે. અમુક વખત, આ ખોટી રીતે થાય છે અને કોષ અસામાન્ય બની જાય છે. આ અસામાન્ય કોષો વિભાજિત થતા રહે છે અને વધુ અને વધુ અસામાન્ય કોષો બનાવતા રહે છે. આ કોષો એક ગાળે રચે છે જેને ગાંઠ કહેવાય છે.

સામાન્ય કોષો જે ગાંઠ બનાવે છે



તે તમામ ગણ કેન્સરના હોતા નથી. ગણ જે કેન્સરના ન હોય તેને બેનીઝન કેહવામાં આવે છે. તે શરીરમાં અન્ય ક્યાંય ફેલાઈ શકતા નથી. ગણો જે કેન્સરનો હોય તેને મેલિઝનન્ટ કેહવામાં આવે છે. તે શરીરના અન્ય ભાગોમાં વધી શકે છે.

કેન્સરના કોષો અમુક વખત પ્રથમ કેન્સરમાંથી છુટા પડે છે અને રક્ત અથવા લિમ્ફેટિક સિસ્ટમ મારફતે શરીરના અન્ય ભાગોમાં ફરે છે. કેન્સરના કોષો જે પ્રસરીને શરીરના અન્ય ભાગોમાં ગાંઠમાં વિકસિત થાય છે તેને ગૌણ કેન્સર કહેવામાં આવે છે.

કિમોથેરેપી શું છે?

કિમોથેરેપી દવા કેન્સરનાં કોષોનો નાશ કરે છે. દવા રક્ત દ્વારા શરીરમાં ફરતે પહોંચાડવામાં આવે છે. દવાઓ કેન્સરના કોષોને નુકસાન પહોંચાડે છે જેથી તેઓ નષ્ટ થાય છે. તંદુરસ્ત કોષોને પણ નુકસાન થઈ શકે છે પરંતુ સામાન્ય રીતે તે પોતાની રીતે ઠીક થઈ જાય છે.

તમને તમારી સારવાર દરમિયાન એક અથવા વધુ દવાઓ આપવામાં આવી શકે છે.

કિમોથેરેપીનો ઉપયોગ ક્યારે કરવામાં આવશે?

કિમોથેરેપી એકજ અથવા કોઈ અન્ય સારવાર જેમકે લક્ષિત ઉપચાર, સર્જરી અથવા રેડિયોથેરેપી સાથે આપી શકાય છે. તે આપી શકાય છે:

- ચોક્કસ પ્રકારના કેન્સર માટે મુખ્ય સારવાર તરીકે
- અન્ય સારવાર પહેલાં, કેન્સરને ઓછું કરવા માટે
- અન્ય સારવારના સમયે
- અન્ય સારવાર પછી, કેન્સરને ફરી થતાં અટકાવાના પ્રયાસ રૂપે
- કેન્સર ઠીક ના થઈ શકતું હોય ત્યારે, કોઈને સારું લાગડવા અથવા લાંબા સમય સુધી જીવાડવા

ક્યારેક કિમોથેરેપી એવી સ્થિતિઓની સારવાર કરવા માટે વપરાય છે જે કેન્સર ના હોય.

કિમોથેરેપી લેવી

તમને સામાન્ય રીતે કિમોથેરેપી સારવાર સત્રોના ક્રમ તરીકે આપવામાં આવશે. દરેક સત્ર કેટલાક આરામના દિવસો દ્વારા અનુસરવામાં આવશે જ્યારે તમને કોઈ કિમોથેરેપી અપવામાં આવશે નહિ. આને સારવારનું એક ચક્ર કહેવાય છે. તમને સામાન્ય રીતે કિમોથેરેપીના થોડા ચક્ર દેવામાં આવે છે. તમે કેટલા લો છો તે તમને કયા પ્રકારનું કેન્સર છે તેના પર આધાર રાખે છે. તમને કેટલા ચક્રની જરૂર છે એ તમને તમારા કેન્સર ડૉક્ટર વાત કરશે.

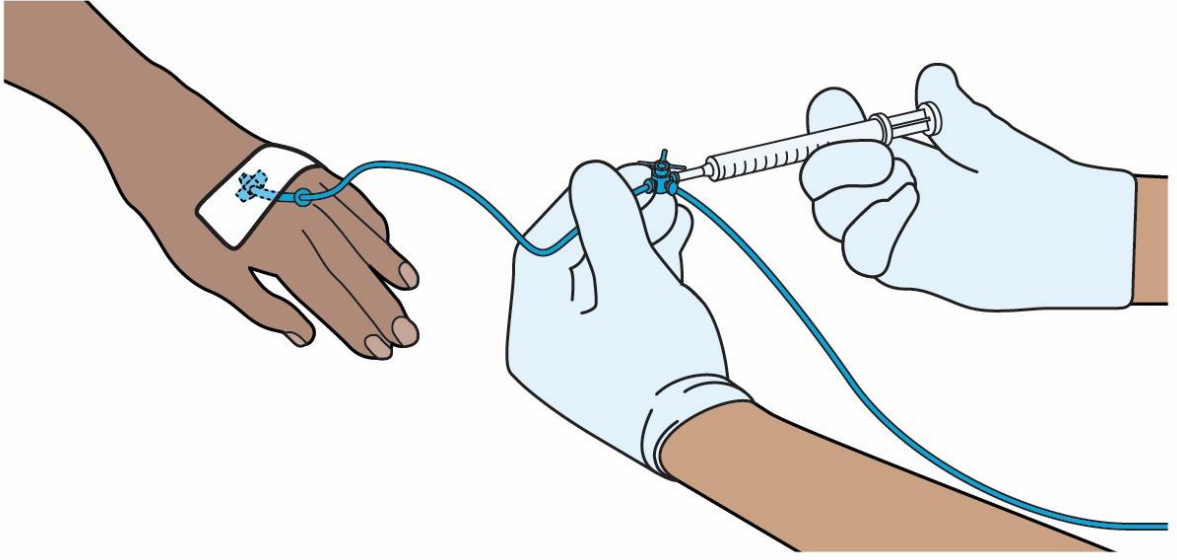
કેમોથેરેપી દવાઓ વિવિધ રીતે આપી શકાય છે. તે આપી શકાય છે:

- નસ માં
- ગોળીઓ અથવા કેપ્સ્યુલ તરીકે
- ત્વચા હેઠળ ઇન્જેક્શન દ્વારા
- એક સ્નાયુ માં ઇન્જેક્શન દ્વારા
- મેરૂંડની આસપાસ પ્રવાહીમાં ઇન્જેક્શન દ્વારા
- મૂત્રાશય જેવા વિસ્તારમાં
- કેટલાક ત્વચા કેન્સર માટે કીમ તરીકે.

નસમાં કિમોથેરેપી લેવી

મોટા ભાગની કિમોથેરેપીની દવાઓ એક નસ માં આપવામાં આવે છે તે સામાન્ય રીતે કેન્યુલા તરીકે ઓળખાતી એક નાની નળી મારફતે આપવામાં આવે છે. નર્સ તમારા હાથમાં એક નસ માં કેન્યુલા મૂકશે. નર્સ પછી તે કેન્યુલાને એક પ્રવાહી બેગ અથવા સિરિંજ જેમાં અંદર કેમોથેરેપી હશે તેની સાથે જોડશે. તમે ઘરે જાવ તે પહેલાં કેન્યુલા બહાર કાઢી લેવામાં આવશે.

કેન્યુલા:



કિમોથેરેપી તમારા હાથ અથવા છાતીમાં નળી મારફતે આપી શકાય છે. તમારા હાથની એક લાઈનને પિઆઈસીસી લાઈન કહેવામાં આવે છે. તમારી છાતીમાં એક રેખાને સેન્ટ્રલ લાઈન કહેવામાં આવે છે. તમારી સારવાર દરમિયાન આ રેખા અંદર જ રહે છે. જો તમને જરૂર હશે તો તમારી નર્સ આ વિશે તમને વાત કરશે.

સેન્ટ્રલ લાઈન:



પિઆઈસીસી લાઈન:



ઘણા લોકોને એવી ચિંતા થતી હોય છે કે કિમોથેરેપી પીડાદાયક હોય છે, અથવા તેઓને અલગ અનુભવ થશે જ્યારે તે તેમને આપવામાં આવશે. નસમાં કિમોથેરેપી લેવી પીડાદાયક ના હોવી જોઈએ, તેથી જો તેનાથી પીડાં થાય તો તુરંત તમારી નર્સને જણાવો.

અમુક વખત, ઘરે કિમોથેરેપી આપવા માટે પોર્ટેબલ પંપનો ઉપયોગ કરી શકાય છે.

ગોળીઓના માધ્યમથી કિમોથેરેપી લેવી

ગોળીઓ ઘરે લઈ જઈ શકાય છે. માત્ર કેટલાક પ્રકારની કીમોથેરેપી ગોળીઓ છે. તેની આડઅસરો પણ હોઈ શકે છે તે યાદ રાખવું અગત્યનું છે.

તમારી સારવાર સમજવી

તમે સારવાર લો તે પહેલા તમારા ડોક્ટર, નર્સ અથવા ફાર્માસિસ્ટ તમને સમજાવશે:

- શા માટે તમને તેની જરૂર છે
- તમે કેટલી વાર તે લેશો
- શક્ય આડઅસરો
- સારવાર પછી તમને કેવો અનુભવ થશે.

જ્યાં સુધી તમે સમજી ના લો કે શા માટે તમને આ સારવાર આપી રહ્યા છે અને તમને કેવું લાગશે ત્યાં સુધી તમને કોઈપણ સારવાર આપવામાં આવશે નહીં. તમે સારવાર કરાવા માટે સંમત છો અને તેના શક્ય આડઅસરો તમે સમજી ગયા છો એવું દર્શાવવા માટે તમારી પાસે એક ફોર્મ સાઇન કરાવામાં આવશે. આને સંમતિ પત્રક કહેવામાં આવે છે.

કોઈ જે ગુજરાતી અને ઈંગ્લીશ બોલતું હોય તેવા વ્યક્તિને તમારી સાથે લઈ જવું સારું રહેશે. હોસ્પિટલ ખાતે અનુવાદક હોય શકે, છતાં પણ જો તમને તેની જરૂર હોય તો તેના માટે અગાઉથી કેહવા પ્રયત્ન કરવો.

ઘણા લોકોને કિમોથેરેપી લેવી એ ચિંતાજનક લાગે છે. તમારી સારવાર ને લાગતા કોઈ પ્રશ્ન તમારા મનમાં હોય તે તમારા ડોક્ટર, નર્સ અથવા ફાર્માસિસ્ટને પૂછવાથી તમને મદદ મળશે.

સારવાર પહેલાના પરીક્ષણ

તમારી સારવાર શરૂ કરતા પહેલા તમારે અમુક પરીક્ષણ કરાવાના રહેશે. આ તમે સારવાર લેવા પૂરી રીતે તૈયાર છો તે તપાસ કરવામાં તમારા ડોક્ટર ને મદદ કરશે. સામાન્ય રીતે આમાં તમારા રક્તનું પરીક્ષણ અને કદાચ તમારા પેશાબ અથવા હૃદયના પરીક્ષણોનું સમાવેશ થઈ શકે છે અમુક વખત, તમારે એક્સ-રે અથવા સ્કેન કરવાની જરૂર પડી શકે છે. તમારી ઊંચાઈ અને વજન પણ માપવામાં આવશે. મહિલાઓને ગર્ભાવસ્થા પરિક્ષણ લેવા માટે કહેવામાં આવી શકે છે.

દરેક સારવાર પહેલાં, તમારું રક્ત પરીક્ષણ થઈ શકે છે. આ તમારા સારવારના દિવસે અથવા એક કે બે દિવસ પહેલાં કરવાનું હોઈ શકે છે. તમારા ડોક્ટર અથવા નર્સ તમારા રક્ત પરીક્ષણના પરિણામો તપાસે અને તમારી છેલ્લી સારવાર પછીથી તમને કેવું લાગી રહ્યું છે એવો પ્રશ્ન કરશે.

તમારી સારવાર ક્યાં કરવામાં આવશે?

તમે સામાન્ય રીતે દિવસ એકમ અથવા હોસ્પિટલ વોર્ડ માં સારવાર મેળવશો. અમુક વખત તમે તેને તમારા ઘરે લઈ શકો છો. તમે સારવાર ક્યાં લઈ શકો છો તેના વિશે તમે તમારા ડોક્ટર કે નર્સ સાથે વાત કરી શકો છો. આ તમારા માટે સલામત સ્થળ છે એ ખાતરી કરવી મહત્વની છે. તમારે તમારી સારવાર માટે મુસાફરી કરવાની જરૂર પડી શકે છે. જો તમને હોસ્પિટલ સુધી પહોંચવા અથવા ત્યાં સુધીના મુસાફરી ખર્ચમાં મદદ ની જરૂર હોય તો તમારા નર્સ સાથે વાત કરો.

સારવાર કેટલો સમય ચાલશે?

તમે સામાન્ય રીતે એક 'દિવસ દર્દી' તરીકે નસ માં કિમોથેરેપી લઈ શકો છો. તેનો અર્થ એ થાય કે તમારે રાત રોકાવાની જરૂર નહીં રહે અને તમે સારવાર બાદ ઘરે જઈ શકશો. સારવાર આપવામાં અડધા કલાક થી લઈ ને થોડા કલાકો લાગી શકે છે. કેટલાક લોકોને થોડા સમય માટે હોસ્પિટલમાં રહેવાની જરૂર પડી શકે છે.

સામાન્ય રીતે, તમારી સારવારનો સમય થોડા મહિના સુધી ચાલી શકે છે. આ તમને કયાં પ્રકારનું કેન્સર છે તેના પર આધાર રાખે છે.

તમારી સારવારની યોજનામાં થતું ફેરફાર

તમારા ડૉક્ટર તમારા શરીર પર સારવારની અસર ચકાસવા માટે પરીક્ષણોનો ઉપયોગ કરશે. અમુક વખત તમારી સારવારમાં વિલંબ કરવો પડે અથવા સારવાર બદલાવી પડે જેથી તમારા શરીરને સાજા થવા માટે સમય આપી શકાય. તમારા ડૉક્ટર તમારી સાથે આ વિશે વાત કરશે.

આડઅસરો

કિમોથેરેપીમાં વપરાતી દવાની આડઅસર તમને અસ્વસ્થ મેહસૂસ કરવી શકે છે. આનું કારણ એ છે કે તે તમારા શરીરના તંદુરસ્ત કોષોને અસર કરે છે. સારવારના અંત પછી મોટા ભાગની આડઅસરોમાં સુધાર થશે, પરંતુ અમુક લાંબા સમય સુધી રહી શકે છે. તમારા ડૉક્ટર, નર્સ અથવા ફાર્માસિસ્ટ તમને થઈ શકતી કોઈપણ આડઅસર વિશે તમારી સાથે વાત કરશે.

જુદી જુદી દવાઓ થી જુદી જુદી આડઅસરો થાય છે. ઘણા લોકોને ખુબ ઓછી આડઅસરો થાય છે જ્યારે અન્યોને વધુ હોઈ શકે છે.

અમે અહીં સૌથી સામાન્ય આડઅસરો વર્ણવીએ છીએ. તમને આ બધી થશે તેવી શક્યતા ઓછી છે. જો તમને કોઈ આડઅસર જે અહીં યાદીમાં ના હોય તેવી ધ્યાનમાં આવે, અથવા તમને આડઅસરો વિશે કોઈ પ્રશ્નો હોય તો તમારા ડૉક્ટર, નર્સ અથવા ફાર્માસિસ્ટને પૂછો.

તમારા નર્સ તમને હોસ્પિટલના ટેલિફોન નંબરો આપશે જેથી તમને અસ્વસ્થા લાગે અથવા કોઈ સલાહની જરૂર હોય તો તમે કોલ કરી શકો. તમે દિવસ અથવા રાત્રિના કોઈ પણ સમયે ફોન કરી શકો છો. તમારા ફોનમાં આ નંબર સેવ કરો અથવા તેમને ક્યાંક સાચવીને રાખો.

ચેપ

કિમોથેરેપી તમારા લોહીમાં સફેદ રક્ત કોષોની સંખ્યા ઘટાડી શકે છે. આને ન્યુટ્રોપેનિઆ કહેવામાં આવે છે. આ તમને ચેપ લાગવાની શક્યતા વધારી શકે છે.

તમને આપવામાં આવેલા નંબર પર હોસ્પિટલનો તુરંત સંપર્ક કરો જો:

- તમારું તાપમાન 37.5°C (99.5°F) થી ઉપર જાય છે.
- સામાન્ય તાપમાન હોવા છતાં પણ તમને અચાનક અસ્વસ્થા લાગે

- તમને કોઈ ચેપના લક્ષણો હોય, જેમ કે:
 - ગરમી અથવા ઠંડી અનુભવી
 - ધૂજારી અનુભવી
 - દુખતું ગળું
 - ઉધરસ
 - અતિસાર
 - બહુ વાર પેશાબ કરવાની જરૂર.

તમારા સફેદ રક્ત કોષો સામાન્ય રીતે આગામી સારવાર પહેલા સામાન્ય થઈ જાય છે. વધુ ક્રિમોથેરેપી લેતા પહેલાં તમારાં રક્તનું પરીક્ષણ કરાશે. સફેદ રક્ત કોષો હજુ પણ ઓછા હશે તો તમારા ડૉક્ટર તમારી સારવારમાં ટૂંકા સમય માટે વિલંબ કરશે.

ક્યારેક તમારા હાડકાના મજ્જાને વધુ સફેદ રક્ત કોષો બનાવવામાં મદદ માટે જી-સીએસએફ તરીકે ઓળખાતી દવાના ઇન્જેક્શન્સ તમને આપવામાં આવી શકે છે.

એનેમિયા

ક્રિમોથેરેપી તમારા લોહીમાંના લાલ રક્ત કોષોની સંખ્યા ઘટાડી શકે છે. આનાથી તમને થાક લાગી શકે અને શ્વાસ ચઢી શકે છે. જો તમને આવું લાગતું હોય તો તમારા ડૉક્ટર કે નર્સને જણાવો. તમને વધારાના લાલ રક્ત કોષો આપવાની જરૂર પડી શકે છે (રક્ત ટ્રાન્સફ્યુઝન).

ઉઝરડા અથવા રક્તસ્રાવ

ક્રિમોથેરેપી તમારા લોહીમાંની પ્લેટીલેટ્સની સંખ્યા ઘટાડી શકે છે. પ્લેટીલેટ્સ તે કોષો છે જે લોહીને જામવામાં મદદ કરે છે. તમારા ડૉક્ટર અથવા નર્સને કહો જો તમને કોઈ ઉઝરડો અથવા રક્તસ્રાવ હોય. આમાં નાકમાંથી લોહી નીકળવું, પેઢામાંથી લોહી નીકળવું, ત્વચા પર રક્તની ફોલ્લીઓ અથવા ચકામાનો સમાવેશ થાય છે. કેટલાક લોકોને વધારે પ્લેટીલેટ્સ આપવાની જરૂર પડી શકે છે.

થાક

ખુબ જ થાક અનુભવવો તે એક સામાન્ય આડઅસર છે. ઘણી વખત તે સારવાર ના અંત તરફ જતાં વધુ ખરાબ થાય છે. તે તમારી સારવાર સમાપ્ત થયા પછી થોડો સમય રહી શકે છે. તમને જરૂર હોય એટલો આરામ મેળવવાનો પ્રયત્ન કરો. થોડું ચાલવા જેવી હળવી કસરતો પણ મદદ કરે છે. જો તમને ઉંઘ જેવું લાગે, તો વાહન અથવા મશીન ચલાવશો નહીં.

બિમારી અનુભવવી અથવા બિમાર થવું

જો તમને કીમોથેરાપી આપવામાં આવી હોય તો તમે બીમાર હોવ તેવું લાગી શકે છે. તમને મદદ કરવા તમારા ડોક્ટર તમને બિમારી વિરોધી દવા આપી શકે છે. તેને જેમ તમારા ડોક્ટર નર્સ અથવા ફાર્માસિસ્ટ એ વર્ણવ્યું હોય તે જ રીતે લો. જો તમે હજુ બિમારી અનુભવતા હોવ તો શક્ય તેટલી જલ્દી હોસ્પિટલનો સંપર્ક કરો. તેઓ તમને સલાહ આપી અને તમારી દવા બદલાવી શકે છે જે તમારા માટે વધુ સારી રીતે કાર્ય કરી શકે.

કબજિયાત

કિમોથેરેપીને કારણે કબજિયાત થઈ શકે છે. ખુબ જ પ્રવાહી પીવું, ઘણા બધા ફાઈબર સાથેનું ભોજન લેવું અને હળવી કસરતો મદદ કરી શકે છે. જો તમને હજુ પણ કબજિયાત હોય, તો તમારે લેક્સેટીવ નામક દવા લેવાની જરૂરિયાત છે. તમારા ડોક્ટર તમને તે આપી શકે છે.

અતિસાર

કિમોથેરેપીને કારણે અતિસાર થઈ શકે છે. જો તમને, તમારી સારવાર સાથે આ થઈ શકતું હશે તો તમારા ડોક્ટર અથવા નર્સ તમને જણાવશે. જો આવું થાય તો તમારે ક્યારે હોસ્પિટલનો સંપર્ક કરવો જોઈએ તે પણ તેઓ તમને જણાવશે. તેના માટે મદદ કરવા દવાઓ પણ છે. જો તમને અતિસાર થાય તો પુષ્કળ પ્રમાણમાં પ્રવાહી પીવું મહત્વનું છે.

વ્રણ મોં

તમારું મોં વ્રણ કે સુકાઈ શકે છે, અથવા તમે તેમાં નાની ફોડલી નોંધી શકો છો. પુષ્કળ પ્રમાણમાં પ્રવાહી પીવું અને નરમ દૂધબ્રશ થી તમારા દાંત સાફ કરવાથી તેમાં મદદ થઈ શકે છે.

તમારા મોં ને વ્યથિત કરી શકે તેવા ગરમ અને તીખા ખોરાકને ટાળવાનો પ્રયાસ કરો. જો તમારું મોં વ્રણ અનુભવે તો તમારા ડોક્ટર અથવા નર્સને કહો. તેઓ ચેપ માટે તપાસ કરી અને મદદ માટે

તમને માઉથવોશ અથવા દવા આપી શકે છે.

ભૂખ ન લાગવી

ઘણા લોકો તેમની ખોરાકની રૂચી ખોઈ બેસે છે. આ થોડા દિવસો અથવા લાંબા સમય સુધી ચાલી શકે છે. જો તમને લાગતું હોય કે તમે પુરતું જમતા નથી, કે તમારું વજન ઘટી રહ્યું છે, તો તમારા ડોક્ટર અથવા નર્સ સાથે વાત કરો. તેઓ તમારામાં ખોરાકની રૂચી વધારવા અને તંદુરસ્ત વજન રાખવા સલાહ આપી શકે છે.

સ્વાદમાં બદલાવ આવવો

તમે નોંધી શકશો કે ખોરાકનો અલગ સ્વાદ આવી શકે છે. ઘણા લોકો તેમના મોં માં વિચિત્ર સ્વાદ અનુભવે છે. સુગર-ફ્રી મીઠાઈઓ અથવા કુદીનાવાળી ગોળી ચગળવાથી મદદ મળી શકે છે. સામાન્ય રીતે, સારવાર સમાપ્ત થયા પછી સામાન્ય સ્વાદ પાછો આવી જાય છે.

જ્ઞાનતંતુઓ પર અસર

કેટલીક કિમોથેરેપી દવા શરીરમાંના કેટલાક જ્ઞાનતંતુઓને નુકશાન કરી શકે છે. આને કારણે નિષ્ક્રિયતા, કળતર કે પીડા થઈ શકે છે. સામાન્ય રીતે, આ અનુભૂતિ આંગળીઓ અને અંગુઠાથી શરૂ થાય છે. જો આવું થતું હોય તો તમારા ડોક્ટર અથવા નર્સને કહો. સામાન્ય રીતે, સારવાર સમાપ્ત થયા પછી આ સુધરી જાય છે. કેટલાક લોકો માટે આ લાંબા સમય સુધી રહી શકે છે.

વાળ ખરવા

ઘણા લોકો આ આડઅસરને નિરાશાજનક ગણે છે. બધી કિમોથેરેપી દવાઓથી તમારા વાળ નથી ખરતા. કેટલીક દવાથી વાળ ખરતાં નથી. અન્ય તમારા તમામ વાળ ખેરવી શકે છે. આમાં શરીરના અન્ય ભાગના વાળ પણ ખરી શકે છે. શું થઈ શકે છે તે તમારા ડોક્ટર અથવા નર્સ તમને વર્ણવશે. તમારા વાળ અને સ્કાલ્પની માવજત કઈ રીતે કરવી તેઓ તમને એના વિષે પણ સલાહ આપી શકે છે.

જો તમારા વાળ ખરતા હોય, તો સામાન્ય રીતે સારવાર શરૂ કર્યા પછીના 2 કે 3 અઠવાડિયા પછી આવું થઈ શકે છે. કેટલીક વાર થોડા દિવસોમાં થઈ શકે છે. સામાન્ય રીતે, જ્યારે તમે એકવાર સારવાર સમાપ્ત કરી લો પછી થોડા જ મહિનામાં વાળ ફરીથી ઉગી જાય છે. તમે વિગ અથવા થોડાક વાળ મેળવવા માટે પણ પુછી શકો છો.

કેટલાક લોકો સ્કાલ્પ કુલીંગ અથવા ઠંડી ટોપી જેવું કંઈક કહેવાય છે તેનો ઉપયોગ કરીને ખરતા વાળ ઘટાડવા સક્ષમ બની શકે છે. તે સારવાર દરમિયાન તમારા સ્કાલ્પનું તાપમાન નીચું કરે છે. બધા જ સ્કાલ્પ કુલીંગ ન કરાવી શકે, પણ તે તમારા માટે ઉપયોગી છે કે નથી તે તમે તમારા

નર્સને પુછી શકો છો.

જો તમે અસ્વસ્થ કે કોઈ ગંભીર આડઅસરો અનુભવતા હોવ જે અહીં નોંધવામાં ન આવી હોય, તો તે તમારે તમારા ડોક્ટરને જણાવવું ખુબ જ મહત્વનું છે.

બીજી મહત્વની માહિતી

રક્તના ગણ

કેન્સર અને કિમોથેરેપી બંનેને કારણે લોહીના ગણ થવાની શક્યતા વધી શકે છે. લોહીના ગણને કારણે દુખાવો, લાલાશ, સોજો, શ્વાસ લેવામાં તકલીફ અને છાતીમાં દુખાવો થઈ શકે છે. જો તમારામાં આમાંથી કોઈપણ લક્ષણો હોય તો સીધા તમારા ડોક્ટરનો સંપર્ક કરો. લોહીનો ગણ થવો ગંભીર છે પરંતુ તમારા ડોક્ટર દવાનો ઉપયોગ કરી તેની સારવાર કરી શકે છે. તમારા ડોક્ટર અથવા નર્સ તમને વધુ માહિતી આપશે.

અન્ય દવાઓ

કેટલીક દવાઓ કિમોથેરેપી ને અસર કરે છે અથવા તે કરાવતા હોવ ત્યારે લેવી હાનિકારક બની શકે છે. તમે દુકાન અથવા કેમિસ્ટ પાસેથી જે દવા લો છો તેનો પણ સમાવેશ થાય છે. વિટામિન, હર્બલ દવાઓ અને પુરક ઉપચારો સહીત, તમે કોઈપણ દવા લેતા હોવ તો તે વિષે તમારા ડોક્ટરને જણાવો.

પ્રજનનક્ષમતા

તમારી સારવાર તમારા સગર્ભા હોવાની અથવા બાળકના પિતા બનવાની ક્ષમતા પર અસર કરી શકે છે. જો તમે આ બાબતે ચિંતિત હોવ તો, સારવાર શરૂ થતા પહેલા તમારા ડોક્ટર અથવા નર્સ સાથે વાત કરો.

ગર્ભનિરોધ

સારવાર દરમિયાન સગર્ભા અથવા બાળકના પિતા ન બનવા માટે તમારા ડોક્ટર તમને સલાહ આપશે. કિમોથેરેપી વિકસતા બાળકને નુકશાન કરી શકે છે. તમારી સારવાર દરમિયાન ગર્ભનિરોધકનો ઉપયોગ કરવો મહત્વપૂર્ણ છે.

જાતીય સમાગમ

જો કિમોથેરેપી લીધાના થોડા જ દિવસોમાં તમે જાતીય સમાગમ કરો તો, તમારે કોન્ડોમનો ઉપયોગ કરવાની જરૂર છે. આ તમારા સાથીને કિમોથેરેપીના દવાથી સુરક્ષિત રાખવા માટે છે. જો તમે આ બાબતે ચિંતિત હોવ તો તમે તમારા ડોક્ટર અથવા નર્સ સાથે વાત કરી શકો છો.

સ્તનપાન

તમારે સારવાર દરમિયાન સ્તનપાન કરાવવું જોઈએ નહીં. આનું કારણ છે કે સ્તનના દૂધ દ્વારા બાળકને કિમોથેરેપી પસાર થઈ શકે છે.

તબીબી અને ડેન્ટલ સારવાર

જો તમારે કેન્સર સિવાય અન્ય કોઈ કારણસર હોસ્પિટલ જવાની જરૂર પડે, તો હંમેશા તમારા ડોક્ટર અથવા નર્સને કહો કે તમે કિમોથેરેપી લઈ રહ્યા છો. તેઓ સલાહ મેળવી શકે તે માટે તમારા કેન્સર ડોક્ટરનું નામ જણાવો.

જો તમને ડેન્ટલ સારવાર જોઈતી હોય તો તમારા કેન્સર ડોક્ટર અથવા નર્સને વાત કરો. હંમેશા તમારા ડેન્ટીસ્ટને કહો કે તમે કિમોથેરેપી લઈ રહ્યા છો.

પ્રવાસ

જો તમે સારવાર દરમિયાન વિદેશ પ્રવાસ જવાની યોજના બનાવતા હોવ તો તમારા ડોક્ટર અથવા નર્સ સાથે વાત કરો. તમે ચોક્કસ પ્રકારની રસી લેવા સક્ષમ નહીં હોય શકો. તમારા માટે હવાઈ મુસાફરી કરવી રક્ષિત છે કે નહીં તે પણ તેઓ ચકાસશે.

સૂર્યપ્રકાશમાં વિશેષ કાળજી લેવાનું યાદ રાખો. કેટલીક કિમોથેરેપી દવા થી તમારી ચામડી બળવાની શક્યતા રહે છે.

કિમોથેરેપી દરમિયાન કાર્ય કરવું

કિમોથેરેપી દરમિયાન તમારે કામ બંધ રાખવાની જરૂર પડી શકે છે. કેટલાક લોકોએ નાણાકીય કારણોસર કામ ચાલુ રાખવું પડી શકે છે. તમારા ડોક્ટર અને નર્સ તમને સલાહ આપી અને ઉપલબ્ધ મદદ માટે જણાવી શકે છે. અમારી પાસે કાર્ય અને કેન્સર વિષેની અને જો તમે કાર્ય ન કરી શકતા હોવ તો લાભોનો દાવો કરવાની જાણકારી છે.

મેકમિલન (Macmillan) કેવી રીતે મદદ કરી શકે છે

મેકમિલન (Macmillan) તમને અને તમારા પરિવારને મદદ કરવા માટે છે. તમે નીચેની રીતે મદદ મેળવી શકો છો:

- મેકમિલન (Macmillan) સપોર્ટ લાઇન (0808 808 00 00). તમે તમારી ભાષામાં અમારી સાથે વાત કરી શકો, તે માટે અમારી પાસે દુભાષિયા છે. તમે જે ભાષાનો ઉપયોગ કરવા માંગો છો, ફક્ત તે અમને અંગ્રેજીમાં જણાવો. અમે તમને તબીબી પ્રશ્નોના જવાબ અથવા નાણાંકિય સહાય વિશે માહિતી અથવા તમારી લાગણી વિશે પણ વાત કરી શકીએ છીએ. ફોન લાઇન સોમવાર થી શુક્રવાર, સવારે 9 વાગ્યાથી રાત્રે 8 વાગ્યા સુધી ઉપલબ્ધ છે.
- મેકમિલન (Macmillan) વેબસાઇટ (macmillan.org.uk). અમારી સાઇટમાં કેન્સર અને કેન્સર સાથે જીવવા વિશે ઘણી માહિતી અંગ્રેજીમાં ઉપલબ્ધ છે. અન્ય ભાષામાં વધુ માહિતી macmillan.org.uk/translations પર થી મળશે.
- માહિતી કેન્દ્રો. માહિતી કેન્દ્ર પર, તમે કેન્સર સહાય નિષ્ણાંત સાથે વાત કરી શકો છો અને લેખિત માહિતી મેળવી શકો છો. macmillan.org.uk/informationcentres પર થી તમારી નજીકનું કેન્દ્ર શોધો અથવા અમને ફોન કરો. તમારી હોસ્પિટલ પણ કેન્દ્ર ધરાવતી હોઇ શકે છે.
- સ્થાનિક સહાય સમૂહ – તમારી નજીકના સમૂહ macmillan.org.uk/supportgroups પર થી શોધો અથવા અમને ફોન કરો.
- મેકમિલન (Macmillan) ઓનલાઇન કોમ્યુનિટી – સમાન પરિસ્થિતિ ધરાવતા અન્ય લોકો સાથે તમે macmillan.org.uk/community પર વાત કરી શકો છો.

શબ્દની સુચિ

Word (target language)	In English	How to say in English (transliteration of English word)	Meaning

બેનીગ્ન	Benign	બેનાઇન	A lump in the body that is not cancer and cannot spread to anywhere else in the body.
કબજિયાત	Constipation	કોનસ્ટીપેશન	When you find it difficult or painful to poo. You might not be going as often as usual, or your poo might be hard and lumpy.
ઈલાજ કરેલ	Cured	ક્યુર્ડ	When there are no cancer cells left in the body.
અતિસાર	Diarrhoea	ડાયરિયા	When you have soft or watery poo. You might need the toilet more than usual or very urgently. You may also have tummy pain.
લિમ્ફેટિક સિસ્ટમ	Lymphatic system	લિમ્ફેટિક સિસ્ટમ	A network of vessels and glands throughout the body that helps to fight infection.
સફેદ રક્ત કોષો	White blood cells	વ્હાઇટ બ્લડ સેલ્સ	Cells in our blood that fight infection.
મેલિગ્નન્ટ	Malignant	મેલિગ્નન્ટ	A lump in the body that is cancer and can spread around the body.
પિઆઈસીસી લાઇન	PICC line	પિઆઈસીસી લાઇન	A thin tube that goes into a vein in your arm. It is used to give chemotherapy. One end stays outside the body.
પ્લેટલેટ	Platelets	પ્લેટલેટ્સ	Cells that help the blood to clot.
રેડિયોથેરેપી	Radiotherapy	રેડિયોથેરેપી	A cancer treatment that uses high-energy x-rays to kill cancer cells.
લાલ રક્તના કોષો	Red blood cells	રેડ બ્લડ સેલ્સ	Cells in our blood that carry oxygen around the body.
ગાંઠ	Tumour	ટ્યુમર	A group of cells that are growing in an abnormal way. The abnormal cells keep multiplying and form a lump.
આડઅસરો	Side effects	સાઇડ એફફેક્ટ્સ	Unwanted effects of cancer treatment. For example, hair

			loss, feeling sick or tiredness. Most side effects go away after treatment finishes.
સર્જરી	Surgery	સર્જરી	Having an operation.
કોષ	Cells	સેલ્સ	The tiny building blocks that make up the organs and tissues of our body.
સેન્ટ્રલ લાઈન	Central line	સેન્ટ્રલ લાઈન	A thin tube that goes into a vein in your chest. It is used to give chemotherapy. One end stays outside the body.

ગુજરાતી ભાષામાં વધુ માહિતી

અમારી પાસે ગુજરાતી ભાષામાં નીચેની બાબતો વિશે માહિતી ઉપલબ્ધ છે:

<p>કેન્સરના પ્રકારો</p> <ul style="list-style-type: none"> • સ્તન કેન્સર • મોટા આંતરડાનું કેન્સર • ફેફસાનું કેન્સર • પ્રોસ્ટેટ કેન્સર <p>સારવારો</p> <ul style="list-style-type: none"> • કિમોથેરેપી • રેડિયોથેરેપી • સર્જરી 	<p>કેન્સર સામે મુકાબલો કરવો</p> <ul style="list-style-type: none"> • જો તમને કેન્સર હોવાનું નિદાન કરવામાં આવ્યું હોય – એક ઝડપી માર્ગદર્શિકા • લાભોનો દાવો કરવો • ખાવાની સમસ્યા અને કેન્સર • જીવનનો અંત • નાણાંકીય સહાય - લાભો • નાણાંકીય સહાય - ખર્ચ સાથે સહાય • સ્વાસ્થ્યપ્રદ આહાર લેવો • થાક લાગવો (થકાવટ) અને કેન્સર • કેન્સરની સારવારની આડઅસરો • પોતાની મદદ કરવા માટે તમે શું કરી શકો છો
---	--

આ માહિતી જોવા માટે, macmillan.org.uk/translations પર જાઓ

ગુજરાતીમાં અમારી સાથે વાત કરો

તમે મેકમિલન (Macmillan)ને **0808 808 00 00** પર નિ:શુલ્ક ફોન કરી અને દુભાષિયાની મદદ દ્વારા તમારી ભાષામાં અમારી સાથે વાત કરી શકો છો. તમે તમારી ચિંતા અને તબીબી પ્રશ્નો વિશે અમને વાત કરી શકો છો. તમે જે ભાષાનો ઉપયોગ કરવા માંગો છો, ફક્ત તે અમને અંગ્રેજીમાં જણાવો.

અમે સોમવાર થી શુક્રવાર, સવારે 9 વાગ્યાથી રાત્રે 8 વાગ્યા સુધી ઉપલબ્ધ છીએ.

સંદર્ભ અને આભારદર્શન

આ તમામ માહિતી મેકમિલન કેન્સર સપોર્ટની (Macmillan Cancer Support) કેન્સર માહિતી વિકાસ ટીમ દ્વારા લખવામાં અને સંપાદિત કરવામાં આવી છે.

આ માહિતી શીટમાં આપેલ માહિતી મેકમિલન (Macmillan) પુસ્તિકા કિમોથેરેપીને સમજવા પર આધારિત છે. અમે તમને તેની નકલો મોકલી શકીએ છીએ, પરંતુ સંપૂર્ણ પુસ્તક તો ફક્ત ઈંગલિશ માંજ ઉપલબ્ધ છે.

આ સાહિત્યની સમીક્ષા સંબંધિત નિષ્ણાતો દ્વારા કરવામાં આવી છે અને અમારા મુખ્ય મેડિકલ સંપાદક, ડૉ ટિમ આઈવેસન, મેકમિલન કન્સલ્ટન્ટ મેડિકલ ઓન્કોલોજિસ્ટ દ્વારા મંજૂર કરવામાં આવી છે.

આભાર સહ કેથરિન લોગરન (Catherine Loughran), ફાર્માસિસ્ટ, ક્લેર હાસ્લોપ (Claire Haslop), તબીબી નર્સ નિષ્ણાંત; જેન્ની કિંગ (Jenny King), કિમોથેરપી તબીબી નર્સ નિષ્ણાંત; નતાલિ સિંગર (Natalie Singer), મેકમિલન એડવાન્સ હેમેટોલોજી તબીબી નર્સ નિષ્ણાંત; રોબિન જોન્સ (Robin Jones), તબીબી ઓન્કોલોજિસ્ટ; વેન્ડી એન્ડરસન (Wendy Anderson), મેકમિલન નર્સ સલાહકાર કિમોથેરેપી.

કેન્સરથી અસરગ્રસ્ત લોકોનો પણ આભાર જેઓએ આ આવૃત્તિની સમીક્ષા કરી છે.

અમારી તમામ માહિતી શ્રેષ્ઠ પુરાવા ઉપર આધારિત છે. અમે ઉપયોગ કરેલા સાહિત્ય વિશે વધુ માહિતી માટે કૃપા કરીને **bookletfeedback@macmillan.org.uk** પર અમારો સંપર્ક કરો.



સામગ્રી સમીક્ષા: સપ્ટેમ્બર 2018

આગલી આયોજિત સમીક્ષા: 2020

અમે જે માહિતી પૂરી પાડી રહ્યાં છીએ તે ચોક્કસ છે તેની ખાતરી કરવા માટે અમે પુરો પ્રયત્ન કરેલ છે પરંતુ તે તબીબી સંશોધનની વર્તમાન પરિસ્થિતિને દર્શાવવા માટે ઉપયોગમાં ન લેવાવી જોઈએ, જે સતતપણે બદલતી રહે છે. જો તમે તમારા સ્વાસ્થ્ય માટે ચિંતિત હોવ, તો તમારે તમારાં ડોક્ટરનો સંપર્ક સાધવો જોઈએ. મેકમિલન (Macmillan) આ માહિતીમાં અથવા ત્રાહિત પક્ષની માહિતી જેમ કે અમે જે વેબસાઇટને લિંક કરીએ છીએ તે માહિતીની અચોક્કસાઈમાંથી પરિણમતી કોઈ પણ ખોટ અથવા નુકશાન માટે જવાબદારી સ્વીકારી શકશે નહીં.

અમને આશા છે કે તમને આ માહિતી મદદરૂપ થશે. જો તમને કોઈ પ્રશ્નો હોય, તો અમે તમને તમારી ભાષામાં ટેલિફોન દ્વારા માહિતી અને સમર્થન આપી શકીએ છીએ. અમારી સેવાઓ નિઃશુલ્ક છે. અમને માત્ર **0808 808 00 00** પર કોલ કરો (સોમવાર-શુક્રવાર, સવારે 9 વાગ્યાથી સાંજે 8 વાગ્યા સુધી) અને તમારી પસંદીગીની ભાષા માટે અંગ્રેજીમાં પૂછો.

© મેકમિલન કેન્સર સપોર્ટ (Macmillan Cancer Support) 2018. ઇંગલેન્ડ અને વેલ્સ (261017), સ્કોટલેન્ડ (SC039907) અને આઇલ ઓફ મેન (604) માં નોંધાયેલ ચેરિટી સંસ્થા છે. નોંધાયેલી ઓફિસ 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

MAC12464_Gujarati

Chemotherapy

This information is about chemotherapy.

Any words that are underlined are explained in the word list at the end.

Many people with cancer will have chemotherapy as part of their treatment.

Some people also have other treatments such as targeted therapies, radiotherapy or surgery. The doctors at the hospital will talk to you about your treatment. We also have information in [language] about these treatments.

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

If you have any questions or want someone to talk to, you can call Macmillan Cancer Support on **0808 808 00 00**, Monday to Friday, 9am 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 (say “xxxxx”).

We have more information in [language] about different types of cancer, treatments and living with cancer. Visit [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations) or call us on **0808 808 00 00**.

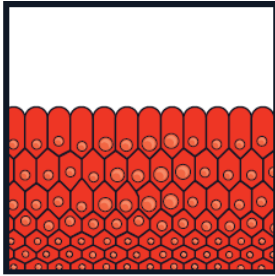
In this fact sheet:

- What is cancer?
- What is chemotherapy?
- When is chemotherapy used?
- Having chemotherapy
- Understanding your treatment
- Tests before treatment
- Where will you have treatment?
- How long does treatment take?
- Changes to your treatment plan
- Side effects
- Other important information
- How Macmillan can help
- Glossary
- More information in [language]

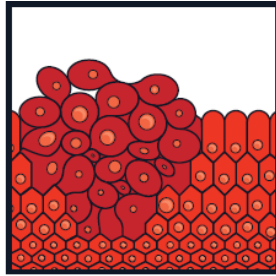
What is cancer?

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

Normal cells



Cells forming a tumour



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

Cancer cells sometimes break away from the first cancer and travel through the blood or lymphatic system to other parts of the body. Cancer cells that spread and develop into a tumour somewhere else in the body are called a secondary cancer.

What is chemotherapy?

Chemotherapy drugs destroy cancer cells. The drugs are carried around the body in the blood. The drugs damage cancer cells so that they die. Healthy cells can also be damaged but they will usually repair themselves.

You may have one or more drugs during your treatment.

When is chemotherapy used?

Chemotherapy can be used on its own or with other types of treatment such as targeted therapies, surgery or radiotherapy. It can be given:

- as the main treatment for certain types of cancer
- before other treatments, to make the cancer smaller
- at the same time as other treatments
- after other treatments, to try to stop the cancer coming back
- to help someone feel better or live longer, if the cancer cannot be cured.

Chemotherapy is also sometimes used to treat conditions that are not cancer.

Having chemotherapy

You will usually have your chemotherapy as a course of treatment sessions. Each session is followed by some rest days when you have no chemotherapy. This is called a **cycle** of treatment. You will usually have a few cycles of chemotherapy. How many you have depends on what type of cancer you have. Your cancer doctor will talk to you about how many cycles you need.

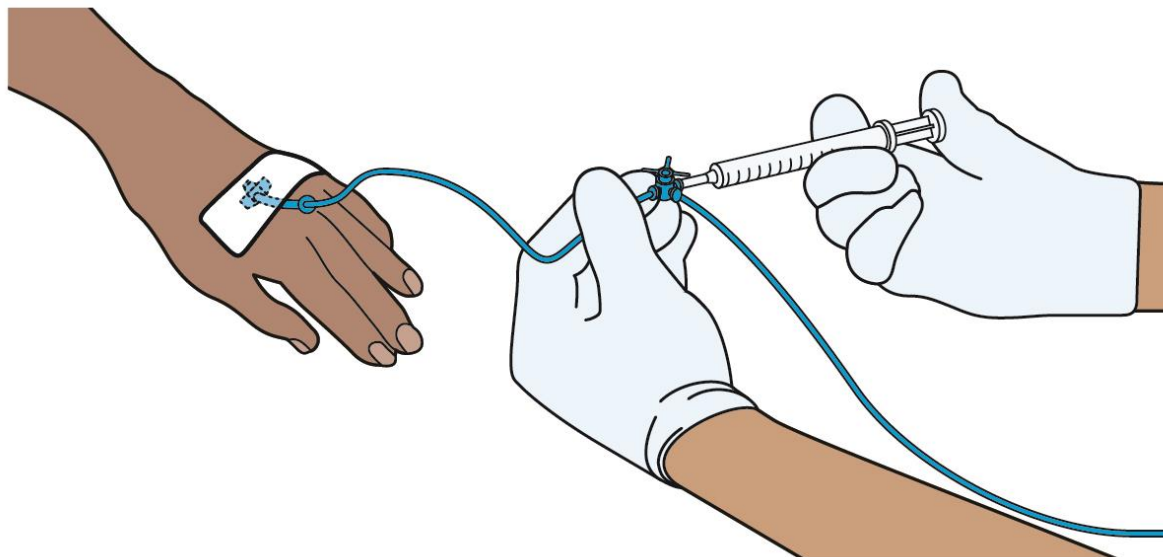
Chemotherapy drugs can be given in different ways. They can be given:

- into a vein
- as tablets or capsules
- by injection under the skin
- by injection into a muscle
- by injection into the fluid around the spine
- into an area such as the bladder
- as a cream for some skin cancers.

Having chemotherapy into a vein

Most chemotherapy drugs are given into a vein. They are usually given through a small tube called a cannula. The nurse will put the cannula into a vein in your hand or arm. The nurse will then connect the cannula to either a fluid bag or a syringe with chemotherapy inside. The cannula will be taken out before you go home.

A cannula:



Chemotherapy can also be given through a tube in your arm or chest. A line in your arm is called a PICC line. A line in your chest is called a central line. The line stays in during your treatment. Your nurse will talk to you about this if you need one.

A central line:



A PICC line:



Many people worry that chemotherapy will be painful, or that they will feel different when it is being given. Having chemotherapy into a vein should not be painful, so tell your nurse straight away if it hurts.

Sometimes, a portable pump can be used to give chemotherapy at home.

Having chemotherapy as tablets

Chemotherapy tablets can be taken at home. Only some types of chemotherapy are tablets. It is important to remember that they can still have side effects.

Understanding your treatment

Before you have treatment, your doctor, nurse or pharmacist will explain:

- why you need it
- how often you will have it
- the possible side effects
- how you may feel after the treatment.

No treatment should be given unless you understand why you are having it and how you may feel. You will be asked to sign a form to show that you agree to the treatment and understand its possible side effects. This is called a consent form.

It is a good idea to take someone with you who speaks [language] and English. The hospital may have interpreters, but try to ask for one in advance if you would like one.

Many people are worried at the thought of having chemotherapy. It can help to ask your doctor, nurse or pharmacist any questions you have about your treatment.

Tests before treatment

You may need some tests before starting your treatment. These help the doctors check that you are well enough to have your treatment. These usually include blood tests and maybe tests on your urine or heart. Sometimes, you may need to have x-rays or scans. You will also have your height and weight measured. Women may be asked to take a pregnancy test.

Before each treatment, you may have a blood test. This may be on the day of your treatment or a day or two before. Your doctor or nurse will check your blood results and ask you how you have felt since your last treatment.

Where will you have treatment?

You usually have treatment in a day unit or a hospital ward. Sometimes you can have it at home. You can talk to your doctor, nurse or pharmacist about where you will have treatment. It is important to make sure that this is the safest place for you to have it. You may need to travel for your treatment. Talk to your nurse if you need help getting to hospital or if you need help with the cost of travelling there.

How long does treatment take?

You can usually have chemotherapy into a vein as a 'day patient'. This means you do not need to stay overnight and you can go home after the treatment. Treatment may take from half an hour to a few hours. Some people may need to stay in hospital for a short time.

Your course of treatment will usually last for a few months. This will depend on what type of cancer you have.

Changes to your treatment plan

Your doctors use tests to check the effect of the treatment on your body. Sometimes your treatment may need to be delayed or changed to give your body time to recover. Your doctor will talk to you about this.

Side effects

Chemotherapy drugs can cause side effects that make you feel unwell. This is because they affect healthy cells in your body. Most side effects will improve after treatment ends, but some can last longer. Your doctor, nurse or pharmacist will talk to you about any side effects you may get.

Different drugs cause different side effects. Some people have very few side effects while others may have more.

We describe the most common side effects here. It is unlikely that you will get all of these. If you notice any side effects which are not listed here, or if you have any questions about side effects, ask your doctor, nurse or pharmacist.

Your nurse will give you telephone numbers so you can call the hospital if you feel unwell or need advice. You can call any time of the day or night. Save these numbers in your phone or keep them somewhere safe.

Infection

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

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

- your temperature goes over 37.5°C (99.5°F)
- you suddenly feel unwell, even with a normal temperature
- you have symptoms of an infection, such as:
 - feeling hot or cold
 - feeling shaky
 - a sore throat
 - a cough
 - diarrhoea
 - needing to pee a lot.

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

Sometimes you may have injections of a drug called G-CSF to help your bone marrow make more white blood cells.

Anaemia

Chemotherapy can reduce the number of red blood cells in your blood. This can make you feel tired and breathless. Tell your doctor or nurse if you feel like this. You may need to be given extra red blood cells (blood transfusion).

Bruising and bleeding

Chemotherapy can reduce the number of platelets in your blood. Platelets are cells that help the blood to clot. Tell your doctor or nurse if you have any bruising or bleeding. This includes nosebleeds, bleeding gums, blood spots or rashes on the skin. Some people may need to be given extra platelets.

Tiredness

Feeling very tired is a common side effect. It is often worse towards the end of treatment. It can last for some time after your treatment finishes. Try to get as much rest as you need. It helps to also do some gentle exercise such as short walks. If you feel sleepy, do not drive or operate machines.

Feeling sick or being sick

You might feel sick if you have chemotherapy. Your doctor may give you anti-sickness drugs (medicine) to help. Take them exactly as your doctor, nurse or pharmacist explains to you. If you still feel sick, contact the hospital as soon as possible. They can give you advice and change the medicine to one that works better for you.

Constipation

Chemotherapy can cause constipation. Drinking lots of fluids, eating foods with lots of fibre, and taking gentle exercise can help. If you still have constipation, you may need to take a medicine called a laxative. Your doctor can give these to you.

Diarrhoea

Chemotherapy can also cause diarrhoea. Your doctor or nurse will tell you if this might happen with your treatment. They will also tell you when you should contact the hospital if this happens. There are medicines that can help. It is important to drink plenty of fluids if you have diarrhoea.

Sore mouth

Your mouth may become sore or dry, or you may notice small ulcers. Drinking lots of fluids and cleaning your teeth gently with a soft toothbrush can help.

Try to avoid hot and spicy foods that can irritate your mouth. Tell your doctor or nurse if your mouth feels sore. They will check for infection and may give you a mouthwash or medicine to help.

Loss of appetite

Some people lose their appetite. This may last a few days or longer. If you think you are not eating enough, or if you are losing weight, talk to your doctor or nurse. They can suggest ways to increase your appetite and keep to a healthy weight.

Taste changes

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

Effects on the nerves

Some chemotherapy drugs can damage some nerves in the body. This can cause numbness, tingling or pain. This feeling usually starts in the fingers and toes. Tell your doctor or nurse if this happens. This usually improves after treatment has finished. For some people, it can last longer.

Hair loss

Many people find this side effect very upsetting. Not all chemotherapy drugs make your hair fall out. Some drugs make some hair fall out. Others can make all of your hair fall out. This can include other body hair too. Your doctor or nurse will explain what might happen. They can also give you advice on how to look after your hair and scalp.

If your hair falls out, it usually happens 2 to 3 weeks after starting treatment. Sometimes it can happen within a few days. Hair usually grows back over a few months once you' finish treatment. You can also ask about getting a wig or hairpiece.

Some people may be able to reduce hair loss by using something called scalp cooling or a cold cap. This lowers the temperature of your scalp during treatment. Not everyone can have scalp cooling, but you can ask your nurse whether it would be useful for you.

It's important to let your doctor know straight away if you feel unwell or have any severe side effects, even if they're not mentioned here.

Other important information

Blood clots

Both cancer and chemotherapy can increase the chance of developing a blood clot. A blood clot can cause pain, redness, swelling, breathlessness and chest pain. Contact your doctor straight away if you have any of these symptoms. A blood clot is serious but your doctor can treat it with drugs. Your doctor or nurse can give you more information.

Other medicines

Some medicines can affect chemotherapy or be harmful when you are having it. This includes medicines you can buy in a shop or chemist. Tell your cancer doctor about any drugs you are taking, including vitamins, herbal drugs and complementary therapies.

Fertility

Your treatment may affect your ability to get pregnant or father a child. If you are worried about this, talk to your doctor or nurse before treatment starts.

Contraception

Your doctor will advise you not to become pregnant or father a child during treatment. The chemotherapy may harm a developing baby. It is important to use contraception during your treatment.

Sex

If you have sex within the first couple of days of having chemotherapy, you need to use a condom. This is to protect your partner from the chemotherapy drugs. Talk to your doctor or nurse if you are worried about this.

Breastfeeding

You should not breastfeed during treatment. This is because chemotherapy could be passed to a baby through breast milk.

Medical and dental treatment

If you need to go into hospital for any reason other than cancer, always tell the doctors and nurses that you are having chemotherapy. Tell them the name of your cancer doctor so they can ask for advice.

Talk to your cancer doctor or nurse if you need dental treatment. Always tell your dentist you are having chemotherapy.

Travel

Talk to your doctor or nurse if you are planning to travel abroad during treatment. You may not be able to have certain vaccines. They will also check if it is safe for you to fly.

Remember to take extra care in the sun. Some chemotherapy drugs can make your skin more likely to burn.

Working during chemotherapy

You may need to take time off work during chemotherapy. Some people need to keep working for financial reasons. Your doctor or nurse can give you advice and tell you about support that is available. We have information about work and cancer and about claiming benefits if you cannot work.

How Macmillan can help

Macmillan is here to help you and your family. You can get support from:

- **The Macmillan Support Line (0808 808 00 00).** 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 answer medical questions, give you information about financial support, or talk to you about your feelings. The phone line is open Monday to Friday, 9am to 8pm.
- **The Macmillan website (macmillan.org.uk).** Our site has lots of English information about cancer and living with cancer. There is more information in other languages at macmillan.org.uk/translations
- **Information centres.** At an information centre, you can talk to a cancer support specialist and get written information. Find your nearest centre at macmillan.org.uk/informationcentres or call us. Your hospital might have a centre.
- **Local support groups** – Find a group near you at macmillan.org.uk/supportgroups or call us.
- **Macmillan Online Community** – You can talk to other people in similar situations at macmillan.org.uk/community

Word list

Word (target language)	In English	How to say in English (transliteration of English word)	Meaning
	Benign		A lump in the body that is not cancer and cannot spread to anywhere else in the body.
	Cells		The tiny building blocks that make up the organs and tissues of our body.
	Central line		A thin tube that goes into a vein in your chest. It is used to give chemotherapy. One end stays outside the body.
	Constipation		When you find it difficult or painful to poo. You might not be going as often as usual, or your poo might be hard and

			lumpy.
	Cured		When there are no cancer cells left in the body.
	Diarrhoea		When you have soft or watery poo. You might need the toilet more than usual or very urgently. You may also have tummy pain.
	Lymphatic system		A network of vessels and glands throughout the body that helps to fight infection.
	Malignant		A lump in the body that is cancer and can spread around the body.
	PICC line		A thin tube that goes into a vein in your arm. It is used to give chemotherapy. One end stays outside the body.
	Platelets		Cells that help the blood to clot.
	Radiotherapy		A cancer treatment that uses high-energy x-rays to kill cancer cells.
	Red blood cells		Cells in our blood that carry oxygen around the body.
	Side effects		Unwanted effects of cancer treatment. For example, hair loss, feeling sick or tiredness. Most side effects go away after treatment finishes.
	Surgery		Having an operation.
	Tumour		A group of cells that are growing in an abnormal way. The abnormal cells keep multiplying and form a lump.
	White blood cells		Cells in our blood that fight infection.

More information in [language]

We have information in [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>Coping with cancer</p> <ul style="list-style-type: none">• If you're diagnosed with cancer – A quick guide• Claiming benefits• Eating problems and cancer• End of life• Financial support – benefits• Financial support – help with costs• Healthy eating• Tiredness (fatigue) and cancer• Side effects of cancer treatment• What you can do to help yourself
---	--

To see this information, go to macmillan.org.uk/translations

Speak to us in [language]

You can call Macmillan free on **0808 808 00 00** and speak to us in your own language through an interpreter. You can talk to us about your worries and medical questions. Just tell us, in English, the language you want to use.

We are open Monday to Friday, 9am to 8pm.

References and thanks

All of this information has been written and edited by Macmillan Cancer Support's Cancer Information Development team.

The information in this fact sheet is based on the Macmillan booklet **Understanding chemotherapy**. We can send you a copy, but the full booklet is only available in English.

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

With thanks to Catherine Loughran, Pharmacist; Claire Haslop, Clinical Nurse Specialist; Jenny King, Chemotherapy Clinical Nurse Specialist; Natalie Singer, Macmillan Advanced Haematology Clinical Nurse Specialist; Robin Jones, Clinical Oncologist; Wendy Anderson, Macmillan Nurse Consultant Chemotherapy.

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

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



Content reviewed: September 2018
Next planned review: 2020

We make every effort to ensure that the information we provide is accurate but it should not be relied upon to reflect the current state of medical research, which is constantly changing. If you are concerned about your health, you should consult your doctor. Macmillan cannot accept liability for any loss or damage resulting from any inaccuracy in this information or third-party information such as information on websites to which we link.

© Macmillan Cancer Support 2018. Registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Registered office 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

MAC12464_Language