

कीमोथेरेपी

यह जानकारी कीमोथेरेपी के बारे में है।

सभी रेखांकित शब्दों को अंत में शब्दावली में समझाया गया है।

कैंसर पीड़ित कई व्यक्ति अपने उपचार के भागस्वरूप कीमोथेरेपी प्राप्त करेंगे।

संभव है कि यह आपके लिए आवश्यक एक मात्र उपचार न हो। कुछ लोगों को कीमोथेरेपी अथवा ऑपरेशन की भी आवश्यकता होती है। अस्पताल के डॉक्टर आप से आपके उपचार के बारे में बात-चीत करेंगे। हमारे पास इन उपचारों के बारे में हिंदी में भी जानकारी है।

यदि आपके कोई भी सवाल हों, तो आप जहाँ उपचार करा रहे हैं उस अस्पताल के डॉक्टर अथवा नर्स से पूछें।

यदि आपके मन में कोई सवाल है या आप किसी से बात करना चाहते हैं तो आप **0808 808 00 00** पर मैकमिलन कैंसर सपोर्ट को सोमवार से शुक्रवार, सुबह 9 बजे से रात 8 बजे तक कॉल कर सकते हैं। हमारे पास दुभाषिए हैं, इसलिए आप अपनी भाषा में हमसे बात कर सकते हैं। बस, हमें अंग्रेज़ी में वह भाषा बताएं, जिसे आप इस्तेमाल करना चाहते हैं।

हमारे पास हिंदी में कैंसर के विभिन्न प्रकार, उपचार और कैंसर के साथ जीने संबंधी और भी अधिक जानकारी है। देखें macmillan.org.uk/translations या हमें कॉल करें **0808 808 00 00** पर।

इस तथ्य पत्रिका में:

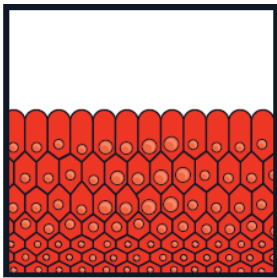
कैंसर क्या है?

- कीमोथेरेपी क्या है?
- कीमोथेरेपी कब उपयोग की जाती है?
- कीमोथेरेपी लेना
- अपने उपचार को समझना
- उपचार पूर्व परीक्षण
- मुझे उपचार कहाँ दिया जाएगा?
- उपचार में कितना समय लगता है?
- आपकी उपचार योजना में परिवर्तन
- दुष्प्रभाव
- अन्य महत्वपूर्ण जानकारी
- मैकमिलन कैसे मदद कर सकता है
- शब्दावली
- हिंदी में अधिक जानकारी

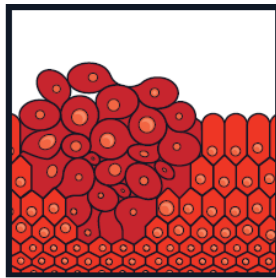
कैंसर क्या है?

कैंसर हमारे शरीर की कोशिकाओं में शुरू होता है। कोशिकाएं वह छोटे ब्लॉक हैं, जिनसे मिलकर शरीर के अंगों और इसके ऊतकों का निर्माण होता है। आमतौर पर, नई कोशिकाएं बनाने के लिए ये कोशिकाएं एक नियंत्रित तरीके से विभाजित होती हैं। इसी तरह से हमारा शरीर विकसित होता है, इसके घाव भरते हैं और यह स्वस्थ होता है। कभी-कभी यह प्रक्रिया गलत हो जाती है और कोशिकाएं असामान्य हो जाती हैं। असामान्य रूप वाली कोशिकाएं विभाजित होना जारी रखती हैं और अधिक से अधिक असामान्य कोशिकाएं बनाती रहती हैं। ये कोशिकाएं एक गांठ बनाती हैं, जिसे ट्यूमर कहा जाता है।

सामान्य कोशिकाएं



ट्यूमर बनाने वाली कोशिकाएं



सभी गांठें कैंसर नहीं होती है। ऐसी गांठ जो कैंसर नहीं है वह अघातक कहलाती है। यह शरीर में कहीं और फैल नहीं सकती। ऐसी गांठ जो कैंसर है वह विघातक कहलाती है। यह शरीर के अन्य भागों में फैल सकती है।

कैंसर की कोशिकाएं कभी-कभी पहले स्तर के कैंसर से निकल कर शरीर के अन्य भागों में रक्त या लसीका प्रणाली के माध्यम से फैलती हैं। कैंसर की कोशिकाओं के फैलने के कारण अगर शरीर में कहीं और ट्यूमर बनता है तो उसे गौण (सेकेन्डरी) कैंसर कहा जाता है।

कीमोथेरेपी क्या है?

कीमोथेरेपी कैंसर कोशिकाओं को नष्ट करने के लिए दवाओं का उपयोग करती है। दवाएं खून द्वारा शरीर के विभिन्न भागों में पहुँचायी जाती हैं। दवाएं कैंसर कोशिकाओं को नुकसान पहुँचाती हैं ताकि वे मर जाएं। स्वस्थ कोशिकाओं को भी क्षति पहुँचेगी, लेकिन वे सामान्यतः स्वयं को ठीक कर लेंगी।

आप को आपके उपचार के दौरान एक अथवा अधिक दवाएं दी जा सकती हैं।

कीमोथेरेपी कब उपयोग की जाती है?

कीमोथेरेपी अकेले या अन्य तरह के उपचार जैसे कि ऑपरेशन या रेडियोथेरेपी के साथ उपयोग की जा सकती है। इसे दिया जा सकता है:

- कुछ तरह के कैंसरों के प्रमुख उपचार के तौर पर
- दूसरे उपचारों से पहले, कैंसर को छोटा करने के लिए
- दूसरे उपचारों के साथ एक ही समय पर
- अन्य उपचारों के बाद, कैंसर को वापस आने से रोकने की कोशिश करने के लिए
- किसी को बेहतर महसूस करवाने में या लंबे समय के लिए जीवित रहने में मदद करने के लिए, यदि कैंसर को ठीक नहीं किया जा सकता।

कीमोथेरेपी का उपयोग कभी-कभी कैंसर न हो ऐसी स्थितियों का उपचार करने के लिए भी किया जाता है।

कीमोथेरेपी लेना

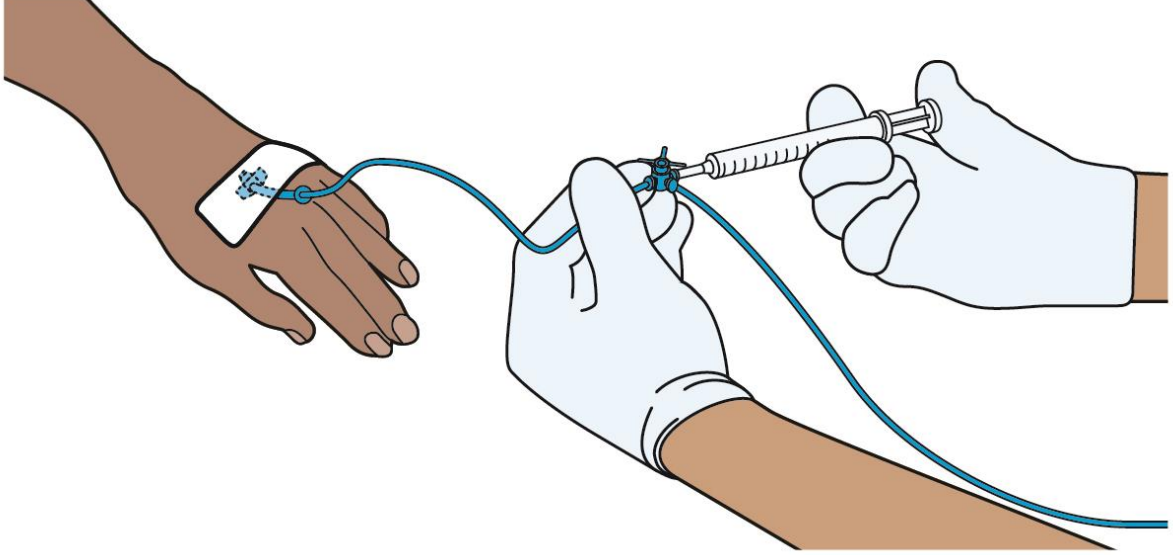
सामान्यतः आपको आपका कीमोथेरेपी उपचार सेशन में प्राप्त होगी। प्रत्येक सेशन के बाद आराम के कुछ दिन होते हैं, जब आपको कीमोथेरेपी नहीं दी जाती है। इसे उपचार का **चक्र** कहा जाता है। अधिकतर लोगों को अक्सर कीमोथेरेपी के कुछ चक्र लेने होते हैं। आपको कितने (चक्रों) की ज़रूरत पड़ेगी यह आपके कैंसर की किस्म पर निर्भर करेगा। आपके कैंसर के डॉक्टर आप से आपको कितने चक्रों की ज़रूरत है उसके बारे में बात करेंगे।

कीमोथेरेपी की दवाएं सामान्यतः नसों में दी जाती हैं या गोली के रूप में दी जाती हैं। कभी कभी यह त्वचा के नीचे, किसी स्नायु में, रीढ़ की हड्डी के आसपास के द्रव में अथवा मूत्राशय जैसे शरीर के किसी क्षेत्र में इंजेक्शन से दी जाती हैं। त्वचा के कुछ कैंसरों के लिए कीमोथेरेपी क्रीम उपयोग की जा सकती है।

नस में कीमोथेरेपी लेना

अधिकतर कीमोथेरेपी दवाएं किसी नस में दी जाती हैं। वे सामान्यतः केन्युला नाम की एक छोटी ट्यूब द्वारा दी जाती हैं। नर्स आपके हाथ या बाँह में वह ट्यूब लगाएगी। नर्स फिर ट्यूब को कीमोथेरेपी वाली एक तरल की बैग या सीरिंज से जोड़ेगी। ट्यूब को आप घर जाएं उससे पहले निकाल दिया जाएगा।

केन्युला:



कीमोथेरेपी आपकी बाँह या छाती में एक ट्यूब द्वारा भी दी जा सकती है। इसे एक PICC लाइन या मध्यस्थ लाइन कहा जाता है। ट्यूब पूरे उपचार के दौरान लगी रहती है। यदि आपको इसकी ज़रूरत होगी तो आपकी नर्स आप से इस बारे में बात करेंगी।

एक मध्यस्थ लाइन:



एक PICC लाइन:



कभी-कभी, घर पर कीमोथेरेपी देने के लिए एक पोर्टेबल पम्प का इस्तेमाल किया जा सकता है।

कई लोगों को चिंता होती है कि कीमोथेरेपी से दर्द होगा, या फिर जब यह दी जा रही होगी तो उन्हें कुछ अलग लगेगा। कीमोथेरेपी लेने से दर्द नहीं होना चाहिए, इसलिए अगर ऐसा हो, तो फौरन अपनी नर्स को बताइए।

गोलियों के रूप में कीमोथेरेपी लेना

गोलियाँ घर पर ली जा सकती हैं। केवल कुछ ही तरह की कीमोथेरेपी गोलियों में आती है। यह याद रखना महत्वपूर्ण है कि वे कीमोथेरेपी की दवाएं हैं और अब भी उनके दुष्प्रभाव हो सकते हैं।

आपके उपचार को समझना

आप उपचार प्राप्त करें उससे पहले आपके डॉक्टर अथवा नर्स समझायेंगे, कि:

- आपको इसकी ज़रूरत क्यों है
- आप यह कितनी बार लेंगे
- इसके संभावित दुष्प्रभाव
- आपको उपचार के बाद कैसा महसूस हो सकता है।

याद रखिए, जब तक कि आप समझ न लें कि आपको कोई उपचार क्यों दिया जा रहा है, और आप कैसा महसूस कर सकते हैं, आपको कोई उपचार नहीं दिया जाना चाहिए। आपको यह दिखाने के लिए एक फॉर्म पर हस्ताक्षर करने को कहा जाएगा कि आप उपचार के लिए सहमत हैं और उसके संभावित दुष्प्रभावों को समझते हैं। इसे अनुमति (कन्सेन्ट) देना कहते हैं।

आपके साथ किसी ऐसे व्यक्ति को ले जाना जो कि हिंदी और अंग्रेजी दोनों बोलता हो, एक अच्छा खयाल है। यदि आपको आवश्यकता हो, तो दुभाषिये उपलब्ध हो सकते हैं, परंतु यदि आप चाहते हैं कि एक वहाँ उपस्थित हो, तो कृपया अस्पताल को पहले बताने का प्रयास करें।

कई लोगों को कीमोथेरेपी लेने के खयाल से चिंता होती है। आपको अपने उपचार के बारे में कोई भी प्रश्न हों तो उन्हें अपने डॉक्टर या नर्स से पूछने से मदद मिल सकती है।

उपचार पूर्व परीक्षण

आपका उपचार शुरू करने से पहले आपको कुछ परीक्षण कराने पड़ सकते हैं। यह डॉक्टरों को यह जाँचने में सहायता करते हैं कि आप इतने अच्छे हैं कि उपचार पा सकें। इन में सामान्यतः रक्त परीक्षण होते हैं और पेशाब या हृदय के परीक्षण भी हो सकते हैं। कभी-कभी आपको एक्स-रे अथवा स्कैन कराने पड़ सकते हैं।

प्रत्येक उपचार से पहले, आप अपने डॉक्टर या नर्स से मिलेंगे और आपका रक्त परीक्षण किया जाएगा। यह आपके उपचार के दिन हो सकता है, या फिर उससे एक या दो दिन पहले हो सकता है। वे आपके रक्त परीक्षण के परिणाम देखेंगे और आप से पूछेंगे कि अपने पिछले उपचार के बाद से आपको कैसा लग रहा है।

मुझे उपचार कहाँ दिया जाएगा?

सामान्यतः आपको अपना उपचार अस्पताल में मिलेगा। कभी कभी आप इसे घर पर प्राप्त कर सकते हैं, या अपने घर के नज़दीक किसी क्लिनिक में प्राप्त कर सकते हैं। आप अपने डॉक्टर या नर्स से आप उपचार कहाँ प्राप्त करेंगे उसके बारे में बात कर सकते हैं। यह सुनिश्चित करना महत्वपूर्ण है कि यह आपके लिए उपचार प्राप्त करने का सबसे सुरक्षित स्थान है। आपको अपने उपचार के लिए दूर तक जाना पड़ सकता है। यदि आपको अस्पताल जाने में मदद की या आपके अस्पताल जाने के खर्च के लिए मदद की आवश्यकता हो तो अपनी नर्स से बात करें।

उपचार में कितना समय लगता है?

आप सामान्यतः एक 'डे पेशन्ट' के रूप में नस में कीमोथेरेपी प्राप्त कर सकते हैं। इसका मतलब है कि आप उपचार के बाद घर जा सकते हैं और आपको रात में रुकने की ज़रूरत नहीं है। उपचार में आधे घंटे से लेकर कुछ घंटों तक का समय लग सकता है। कुछ लोगों को थोड़े समय के लिए अस्पताल में रहना पड़ सकता है।

आपके उपचार का कोर्स सामान्यतः कुछ महीनों तक चलेगा। यह इस बात पर निर्भर करता है कि आपको किस तरह का कैंसर है।

आपकी उपचार योजना में परिवर्तन

आपके डॉक्टर उपचार के आपके शरीर पर हुए प्रभावों को जाँचने के लिए परीक्षणों का उपयोग करते हैं। कभी कभी आपके शरीर को अच्छा होने का अधिक समय देने के लिए आपके उपचार को देर से करना पड़ सकता या बदलना पड़ सकता है। आपके डॉक्टर इसके बारे में हमेशा आप से बातचीत करेंगे।

दुष्प्रभाव

कीमोथेरेपी की दवाएं ऐसे दुष्प्रभाव उत्पन्न कर सकती हैं जिससे आपको लगे कि आप बीमार हैं। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि ये आपके शरीर की स्वस्थ कोशिकाओं को प्रभावित करती हैं। अधिकतर दुष्प्रभाव उपचार पूरा होने के बाद बेहतर हो जाएंगे, लेकिन कुछ लंबा समय रह सकते हैं। आपके डॉक्टर या नर्स आप से आपको हो सके ऐसे किसी भी दुष्प्रभाव के बारे में बात करेंगे।

अलग-अलग दवाओं के अलग-अलग दुष्प्रभाव हो सकते हैं। कुछ लोगों को बहुत कम दुष्प्रभाव होते हैं, जब कि अन्यो को बहुत हो सकते हैं।

हम यहाँ सब से सामान्य दुष्प्रभावों का वर्णन करते हैं। इस बात की संभावना नहीं है कि आपको ये सभी होंगे। यदि आपको कोई ऐसे प्रभाव दिखें जो इस सूची में नहीं हैं, अथवा यदि आपको दुष्प्रभावों के बारे में कोई भी प्रश्न हो, तो अपने डॉक्टर अथवा नर्स से पूछें।

आपकी नर्स आपको टेलीफोन नंबर देगी जिन पर आप यदि आप अपनी तबीयत बिगड़ती महसूस करें, अथवा आपको सलाह की आवश्यकता हो, तो फोन कर सकते हैं। आप दिन या रात के किसी भी समय फोन कर सकते हैं। इन नंबरों को अपने फोन में सेव कर लें अथवा कहीं सुरक्षित स्थान पर रख दें।

संक्रमण

कीमोथेरेपी से आपके शरीर में श्वेत रक्त कणों की संख्या कम हो सकती है। इसे न्यूट्रोपेनिया कहते हैं। इससे आपको कोई संक्रमण लगने की संभावना बढ़ जाती है।

उसी समय आपको दिये गये संपर्क नंबर पर अस्पताल से संपर्क करें यदि:

- आपकी कीमोथेरेपी टीम के द्वारा दी गई सलाह के अनुसार आपका तापमान 37.5°C (99.5°F) से अधिक अथवा 38°C (100.4°F) से अधिक हो जाए
- आप को अचानक ही तबीयत खराब लगने लगे, भले ही तापमान सामान्य हो
- आपको किसी संक्रमण के लक्षण हों, जैसे कि:
 - गरमी या ठंड लगना
 - कंपकपी महसूस करना
 - खराब गला
 - खाँसी
 - दस्त
 - बार बार पेशाब करना पड़ना।

आपके श्वेत रक्त कण सामान्यतः आपके अगले उपचार से पहले सामान्य हो जाते हैं। और कीमोथेरेपी प्राप्त करने से पहले आपका एक रक्त परीक्षण किया जाएगा। यदि आपके श्वेत रक्त कण अब भी कम हों, तो आपके डॉक्टर आपके उपचार को एक छोटे से अर्से के लिए पीछे कर सकते हैं।

एनीमिया (खून की कमी)

कीमोथेरेपी से आपके शरीर में लाल रक्त कणों की संख्या कम हो सकती है। इससे आपको थकान और साँस फूलना महसूस हो सकते हैं। यदि आपको ऐसा लगे, तो अपने डॉक्टर अथवा नर्स को बताइए। आपको बाहर से लाल रक्त कण देने (खून चढ़ाना) पड़ सकते हैं।

नील पड़ना और खून निकलना

कीमोथेरेपी से आपके शरीर में प्लेटलेट्स की संख्या कम हो सकती है। प्लेटलेट्स वे कोष होते हैं, जो खून को जमने में सहायता करते हैं। यदि आपको नील पड़े या खून निकले तो अस्पताल से संपर्क करें। इसमें नाक में से खून निकलना, मसूड़ों में से खून निकलना, खून के धब्बे या त्वचा पर रैशिज़ शामिल हैं। कुछ लोगों को अतिरिक्त प्लेटलेट्स देने की ज़रूरत पड़ सकती है।

थकान

बहुत थकान महसूस करना एक बहुत सामान्य दुष्प्रभाव है। यह अक्सर उपचार के अंत में और भी बिगड़ जाता है। यह आपका उपचार समाप्त होने के बाद कुछ समय तक रह सकता है। जितनी आवश्यकता हो, आराम करें। कुछ हल्के व्यायाम, जैसे कि थोड़ा सा चलना, से भी मदद मिलती है। यदि आपको ऊर्तीदापन महसूस हो, तो मशीन या वाहन न चलाएं।

मतली होना अथवा उलटी आना

कीमोथेरेपी के बाद पहले कुछ दिनों में आपको मतली हो सकती है। आपके डॉक्टर आपको मदद करने के लिए उलटी रोधी दवा देंगे। उन्हें बिल्कुल वैसे लें जैसे कि आपकी नर्स या फार्मासिस्ट आपको समझाए। यदि आपको फिर भी मतली आ रही हो या उलटियाँ आए, तो संभव उतना जल्दी अस्पताल से संपर्क करें। वे आपको सलाह दे सकते हैं और आपकी दवा को बदल कर ऐसी दवा दे सकते हैं, जो आपके लिए बेहतर काम करे।

कब्ज़

कीमोथेरेपी से कब्ज़ हो सकती है। खूब सारे तरल पीने, बहुत रेशेदार आहार खाने, और हल्की कसरत करने से मदद मिल सकती है। यदि आपको अब भी कब्ज़ हो, तो आपको लैक्सेटिव (रेचक) कहलाने वाली एक दवा लेनी पड़ सकती है। आपके डॉक्टर आपको यह दे सकते हैं।

दस्त

कीमोथेरेपी से दस्त भी हो सकती है। यदि आपके उपचार से यह हो सकता है, तो आपके डॉक्टर या नर्स आपको बताएंगे। वे आपको इस बात की सलाह भी देंगे कि यदि ऐसा हो तो आपको कब अस्पताल से संपर्क करना चाहिए। ऐसी दवाएं हैं जो मदद कर सकती हैं। यदि आपको दस्त हो तो यह महत्वपूर्ण है कि आप खूब सारे द्रव पिएं।

मुँह में जलन

हो सकता है आपके मुँह में जलन हो अथवा आपका मुँह सूख जाए अथवा आपको छोटे छाले दिखाई दें। खूब सारे द्रव पीने और एक नरम टूथ ब्रश से अपने दाँत धीरे-धीरे साफ करने से आपको आराम मिल सकता है।

ऐसे गरम और मसालेदार आहार लेना टालें जिनसे आपके मुँह में जलन हो सकती है। यदि आपके मुँह में जलन हो तो अपने डॉक्टर अथवा नर्स को बताएं। वे संक्रमण के लिए जाँच करेंगे और आपको मदद करने के लिए माउथवॉश या दवा दे सकते हैं।

भूख न लगना

कुछ लोगों को भूख नहीं लगती। यह कुछ दिनों तक या लंबे समय तक चल सकता है। यदि आपको लगे कि आप ठीक से नहीं खा रहे हैं, या आपका वज़न कम हो रहा है, तो अपने डॉक्टर या नर्स से बात करें। वे आपको आपकी भूख को बेहतर बनाने और स्वस्थ वजन बनाए रखने के तरीके सुझा सकते हैं।

स्वाद में परिवर्तन

आपको ऐसा लग सकता है कि आहार का स्वाद अलग लग रहा है। कुछ लोगों को अपने मुँह में एक अजीब धातु सा अथवा कड़वा स्वाद लगता है। फ्लेवर वाली शुगर-फ्री गोलियाँ अथवा मिंट्स चूसने से आप बेहतर महसूस कर सकते हैं। सामान्यतः उपचार के खत्म होने के बाद सामान्य स्वाद लौट आता है।

तंत्रिकाओं पर प्रभाव

कुछ दवाएं शरीर की कुछ तंत्रिकाओं को नुकसान पहुँचा सकती हैं। इसे सुन्नता हो सकती है, झनझनाहट हो सकती है या दर्द हो सकता है। यह अनुभूति सामान्यतः हाथ और पैरों की उंगलियों में शुरू होती है। यदि ऐसा हो, तो अपने डॉक्टर अथवा नर्स को बताइए। यह सामान्यतः उपचार पूरा होने के बाद बेहतर हो जाता है। कुछ लोगों के लिए, यह और लंबा चल सकता है।

बाल झड़ना

कई लोगों की कीमोथेरेपी का यह प्रभाव परेशान करना वाला लगता है। यह याद रखना महत्वपूर्ण है कि सभी कीमोथेरेपी दवाओं से आपके बाल नहीं झड़ते। कुछ दवाओं से बस थोड़े से ही बाल झड़ते हैं। अन्य से आपके सारे बाल झड़ सकते हैं। इसमें आपके शरीर के बाल भी शामिल हो सकते हैं। आपके डॉक्टर या नर्स आपको समझायेंगे कि आपके साथ क्या हो सकता है। वे आपको आपके बालों और सिर की त्वचा की देखभाल करने के तरीकों के बारे में सलाह दे सकते हैं।

यदि आपके बाल झड़ जाते हैं, तो यह सामान्यतः उपचार शुरू करने के दो या तीन सप्ताह बाद होता है। कभी-कभी यह कुछ ही दिनों में हो सकता है। सामान्यतः यह आपका उपचार समाप्त होने के बाद कुछ ही महीनों में फिर से उग जाते हैं। आप एक विग या हेयरपीस (नकली बाल) लगाने के बारे में भी पूछ सकते हैं।

हो सकता है कि कुछ लोग स्कैल्प कूलिंग नामक एक चीज़ का इस्तेमाल कर के अपने बालों का झड़ना कम कर सकें। यह उपचार के दौरान आपके सिर का तापमान घटाता है। सभी लोग स्कैल्प कूलिंग नहीं करा सकते, परंतु आप अपनी नर्स से पूछ सकते हैं कि क्या यह आपके लिए उपयोगी होगा।

यदि आपको तबीयत ठीक न लगे अथवा आपको कोई तीव्र दुष्प्रभाव हो, भले ही वह यहाँ उल्लिखित न हो, यह महत्वपूर्ण है कि आप अपने डॉक्टर को सीधे बताएं।

अन्य महत्वपूर्ण जानकारी

खून के थक्के

कैंसर और कीमोथेरेपी दोनों खून का थक्का बनने की संभावनाओं को बढ़ा सकते हैं। खून का थक्का होने से दर्द, ललाई, सूजन, सांस फूलना और छाती में दर्द हो सकता है। यदि आपको इन में से कोई भी लक्षण हो तो फौरन अपने डॉक्टर से संपर्क करें। खून जमना एक गंभीर समस्या है, लेकिन आपके डॉक्टर इसे दवाओं से ठीक कर सकते हैं। आपके डॉक्टर अथवा नर्स आपको अधिक जानकारी दे पायेंगे।

अन्य दवाएं

जब आप कीमोथेरेपी ले रहे हों तो कुछ दवाएं लेना नुकसानदेह हो सकता है। इसमें वे दवाएं भी शामिल हैं जो आप किसी दुकान से या केमिस्ट के पास से खरीद सकते हैं। पूरक थेरेपी और आयुर्वेदिक औषधियों समेत, आप जो भी दवाएं ले रहे हों उनके बारे में अपने डॉक्टर को बताएं।

प्रजननक्षमता

आपका उपचार आपकी गर्भ धारण करने की अथवा किसी बच्चे के पिता होने की क्षमता को प्रभावित कर सकता है। कई लोगों को यह मुश्किल लगता है। यदि आप इसके बारे में चिंतित हैं, तो आप उपचार शुरू होने से पहले अपने डॉक्टर अथवा नर्स से बात कर सकते हैं। वे आपको बता सकते हैं कि किस चीज़ की अपेक्षा रखें, और आपसे आपकी प्रजननक्षमता की सुरक्षा के तरीकों के बारे में बात कर सकते हैं।

गर्भनिरोध

आपके डॉक्टर आपको उपचार के दौरान गर्भ धारण न करने की अथवा किसी बच्चे के पिता न बनने की सलाह देंगे। इसका कारण यह है कि कीमोथेरेपी किसी विकसित हो रहे शिशु के लिए नुकसानदेह हो सकती है। कीमोथेरेपी के दौरान और उसके कुछ महीनों बाद तक गर्भनिरोध का प्रयोग करना महत्वपूर्ण है। यदि आप इसके बारे में चिंतित हैं, तो आप अपने डॉक्टर अथवा नर्स से बात कर सकते हैं।

संभोग

यदि आप कीमोथेरेपी प्राप्त करने के पहले एक-दो दिनों में संभोग करते हैं, तो आपको कंडोम का उपयोग करना होगा। यह आपके साथी को कीमोथेरेपी की दवाओं से बचाने के लिए है। यदि आप इसके बारे में चिंतित हैं, तो अपने डॉक्टर अथवा नर्स से बात करें।

स्तनपान

आपको उपचार के दौरान और उसके कुछ समय के बाद तक स्तनपान नहीं कराना चाहिए। यह इसलिए, कि संभवतः स्तन के दूध में कीमोथेरेपी हो सकती है। आप इसके बारे में अपने डॉक्टर अथवा नर्स से बात कर सकते हैं।

चिकित्सकीय और दाँत के उपचार

यदि आपको कैंसर के अलावा किसी कारण से अस्पताल में जाना पड़े, तो डॉक्टर और नर्सों को हमेशा बताएं कि आप कीमोथेरेपी प्राप्त कर रहे हैं। उन्हें अपने कैंसर डॉक्टर का नाम बताएं, ताकि वे उन से सलाह ले सकें।

यदि आपको दाँतों के लिए उपचार की ज़रूरत हो, तो अपने कैंसर डॉक्टर अथवा नर्स से बात करें। अपने डैन्टिस्ट को हमेशा बताएं कि आप कीमोथेरेपी प्राप्त कर रहे हैं।

यात्रा

यदि आप उपचार के दौरान विदेश यात्रा करने की योजना बना रहे हैं, तो अपने डॉक्टर या नर्स से बात करें। हो सकता है कि आप कुछ टीके न लगवा पाएं। वे यह भी जाँचेंगे कि क्या आपके लिए उड़ान भरना सुरक्षित है।

धूप में विशेष देखभाल करना याद रखें। कीमोथेरेपी की कुछ दवाओं से आपकी त्वचा के जलने की अधिक संभावना होती है।

कीमोथेरेपी के दौरान काम करना

कीमोथेरेपी के दौरान आपको काम से छुट्टियाँ लेनी पड़ सकती हैं। कुछ लोगों के लिए आर्थिक कारणों से काम करते रहना आवश्यक होता है। इस संबंध में आपके डॉक्टर या नर्स सलाह दे सकते हैं या उपलब्ध मदद के बारे में बता सकते हैं। हमारे पास काम और कैंसर के बारे में, और यदि आप काम न कर पाएं तो बेनिफिट्स का दावा करने के बारे में जानकारी है।

मैकमिलन कैसे मदद कर सकता है

आपके और आपके परिवार की मदद करने के लिए मैकमिलन यहां है। आप यहाँ से सहायता प्राप्त कर सकते हैं:

- **मैकमिलन सपोर्ट लाइन (0808 808 00 00)**। हमारे पास दुभाषिए हैं, इसलिए आप अपनी भाषा में हमसे बात कर सकते हैं। बस, हमें अंग्रेज़ी में वह भाषा बताएं, जिसे आप इस्तेमाल करना चाहते हैं। हमारे विशेषज्ञ चिकित्सा संबंधी सवालों का जवाब दे सकते हैं, वित्तीय सहायता संबंधी जानकारी दे सकते हैं या आपकी भावनाओं के बारे में आपसे बात कर सकते हैं। फोन लाइन सोमवार से शुक्रवार सुबह 9 बजे से शाम 8 बजे तक चालू रहती है।
- **मैकमिलन वेबसाइट (macmillan.org.uk)**। हमारी वेबसाइट पर कैंसर और कैंसर के साथ जीने के विषय में अंग्रेज़ी में ढेर सारी जानकारी है। अन्य भाषाओं में अधिक जानकारी यहां उपलब्ध है www.macmillan.org.uk/translations
- **सूचना केंद्र**। सूचना केंद्र में आप किसी कैंसर सपोर्ट विशेषज्ञ से बात कर सकते हैं और लिखित जानकारी प्राप्त कर सकते हैं। अपने नजदीकी केंद्र को macmillan.org.uk/informationcentres पर खोजें या कॉल करें। आपके अस्पताल में भी एक केंद्र हो सकता है।
- **स्थानीय सहायता समूह** – अपने नजदीक के किसी समूह को macmillan.org.uk/supportgroups पर खोजें या कॉल करें।
- **मैकमिलन ऑनलाइन समुदाय** – ऐसी ही परिस्थितियों से जूझ रहे अन्य लोगों से आप यहाँ बात कर सकते हैं macmillan.org.uk/community

शब्दावली

Benign	[बिनाइन]	अघातक	एक ऐसी गांठ जो कैंसर नहीं है और शरीर में कहीं और नहीं फैल सकती है।
Cells	[सेल्स]	कोशिकाएं	वे छोटे बिल्डिंग ब्लॉक, जिनके मिलने से शरीर के अंगों और इसके ऊतकों का निर्माण होता है।
Central line	[सेन्ट्रल लाइन]	मध्यस्थ लाइन:	एक पतली ट्यूब जो आपकी छाती की एक नस में जाती है। इसका उपयोग कीमोथेरेपी देने के लिए किया जाता है। एक सिरा शरीर के बाहर रहता है।
Constipation	[कॉन्स्टिपेशन]	कब्ज़	जब आपको मल-त्याग करने में मुश्किल या पीड़ा हो। आप सामान्य की तुलना में कम बार जा सकते हैं, या आपका मल कठोर और ढेलेदार हो सकता है।
Cured	[क्योर्ड]	ठीक	जब शरीर में कैंसर की कोई कोशिकाएं बाकी न रही हों।
Diarrhoea	[डायरिअ]	दस्त	जब आपका मल नरम या पानी-जैसा हो। आपको सामान्य से अधिक बार या तत्काल शौचालय की आवश्यकता हो सकती है। आपको पेट में दर्द भी हो सकता है।
Lymphatic system	[लिम्फेटिक सिस्टम]	लसीका प्रणाली	पूरे शरीर में रक्तवाहिनियों और ग्रंथियों का नेटवर्क जो संक्रमण से लड़ने में मदद करता है।
Malignant	[मेलिग्रंट]	विघातक	शरीर में हुई एक गांठ जो कैंसर है और शरीर में चारों ओर फैल सकती है।
PICC line	[पीआईसीसी लाइन]	PICC लाइन	एक पतली ट्यूब जो आपकी बाँह की एक नस में जाती है। इसका उपयोग कीमोथेरेपी

			देने के लिए किया जाता है। एक सिरा शरीर के बाहर रहता है।
Radiotherapy	[रेडियोथेरेपी]	रेडियोथेरेपी	कैंसर का एक उपचार जो कैंसर के कणों को मारने के लिए उच्च ऊर्जा वाले एक्स-रे का उपयोग करता है।
Red blood cells	[रेड ब्लड सेल्स]	लाल रक्त कण	हमारे रक्त के ऐसे कण जो शरीर में ऑक्सीजन पहुँचाते हैं।
Side effects	[साइड इफेक्ट्स]	दुष्प्रभाव	कैंसर के उपचार के अवांछित प्रभाव। उदाहरण के लिए, बालों का झड़ना, बीमार या थकान महसूस करना। अधिकांश दुष्प्रभाव उपचार समाप्त होने के बाद खत्म हो जाते हैं।
Surgery	[सर्जरी]	ऑपरेशन	ऑपरेशन कराना।
Tumour	[ट्यूमर]	ट्यूमर	ट्यूमर असामान्य तरीके से बढ़ रही कोशिकाओं का एक समूह है। असामान्य कोशिकाएं खुद को बढ़ाती रहती हैं और एक गांठ का रूप ले लेती हैं।
White blood cells	[व्हाइट ब्लड सेल्स]	श्वेत रक्त कण	हमारे खून के वो कण जो संक्रमण से लड़ते हैं।

हिंदी में अधिक जानकारी

हमारे पास इन विषयों के बारे में हिंदी में भी जानकारी है:

कैंसर के प्रकार	कैंसर का सामना करना
<ul style="list-style-type: none">○ स्तन कैंसर○ बड़ी आंत का कैंसर○ फेफड़े का कैंसर○ प्रोस्टेट कैंसर	<ul style="list-style-type: none">○ यदि आपको कैंसर हो तो- एक छोटी मार्गदर्शिका○ बेनिफिट्स का दावा करना○ आहार संबंधी समस्याएं और कैंसर○ जीवन का अंत○ स्वास्थ्यप्रद भोजन○ थकावट (थकान) और कैंसर○ कैंसर के उपचार के दुष्प्रभाव○ आप अपनी सहायता के लिए क्या कर सकते हैं
उपचार <ul style="list-style-type: none">○ कीमोथेरेपी○ रेडियोथेरेपी○ ऑपरेशन	

इस जानकारी को देखने के लिए macmillan.org.uk/translations पर जाएं

हम से हिंदी में बात करें

आप मैकमिलन को **0808 808 00 00** पर निःशुल्क कॉल कर किसी दुभाषिए के माध्यम से हम से अपनी भाषा में बात कर सकते हैं। आप हमसे अपनी चिंताओं और चिकित्सा संबंधी सवालों के बारे में बात कर सकते हैं। बस, हमें अंग्रेज़ी में वह भाषा बताएं, जिसे आप इस्तेमाल करना चाहते हैं।

हम सोमवार से शुक्रवार सुबह 9 बजे से शाम 8 बजे तक काम करते हैं।

संदर्भ और धन्यवाद

यह सारी जानकारी मैकमिलन कैंसर सपोर्ट की कैंसर इन्फॉर्मेशन डेवलॉपमेन्ट टीम द्वारा लिखी, सुधारी और संपादित की गई है।

इस तथ्य पत्रिका में दी गई जानकारी मैकमिलन बुकलेट पर **कीमोथेरेपी को समझना (Understanding chemotherapy)** आधारित है। हम आपको प्रति भेज सकते हैं, लेकिन पूर्ण पुस्तिकाएं केवल अंग्रेजी में ही उपलब्ध हैं।

संबंधित विशेषज्ञों द्वारा इस सामग्री की समीक्षा की गई है और हमारे मुख्य चिकित्सा संपादक, डॉ. टिम ईवसन, मैकमिलन कन्सल्टन्ट मेडिकल ओंकोलॉजिस्ट द्वारा स्वीकृत की गई है।

लेनोरा एन्सन, प्रमुख कीमोथेरेपी नर्स स्पेशलिस्ट, और जेनी किंग, कीमोथेरेपी नर्स स्पेशलिस्ट के प्रति आभार के साथ। इस संस्करण की समीक्षा करने वाले कैंसर से प्रभावित लोगों का भी धन्यवाद।

हमारी सारी जानकारी सबसे अच्छे उपलब्ध सबूतों पर आधारित है। हम जिन स्रोतों का उपयोग करते हैं, उनके बारे में अधिक जानकारी के लिए, कृपया हमें यहाँ पर संपर्क करें

bookletfeedback@macmillan.org.uk

MAC12464



सामग्री की समीक्षा: दिसंबर 2016

अगली नियोजित समीक्षा: 2018

हम यह सुनिश्चित करने का हर संभव प्रयास करते हैं, कि आपको प्रदान की गई जानकारी सटीक हो, लेकिन उसे चिकित्सकीय अनुसंधान की वर्तमान स्थिति का प्रतिबिंब नहीं माना जाना चाहिए, जो कि निरंतर बदलती रहती है। यदि आप अपने स्वास्थ्य के बारे में चिंतित हैं, तो आपको अपने डॉक्टर की सलाह लेनी चाहिए। मैकमिलन इस जानकारी में या किसी भी तृतीय पक्ष, जैसे कि हम जिनके लिंक देते हैं वे वेबसाइट्स, की जानकारी में चूक के कारण होने वाले किसी भी नुकसान अथवा क्षति के लिए उत्तरदायित्व स्वीकार नहीं कर सकता।

© मैकमिलन कैंसर सपोर्ट (Macmillan Cancer Support) 2016। इंग्लैंड और वेल्स (261017), स्कॉटलैंड (SC039907) और आइल ऑफ मैन (604) में पंजीकृत धर्मार्थ संगठन। पंजीकृत कार्यालय 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

MAC12464

Chemotherapy

This information is about chemotherapy.

Any words that are underlined are explained in the glossary at the end.

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

It might not be the only treatment you need. Some people also need 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 or nurse 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. Just tell us, in English, the language you want to use.

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

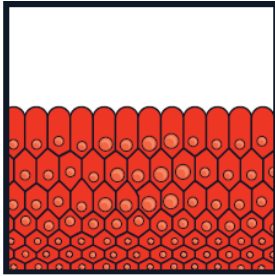
In this fact sheet:

- What is cancer?
- What is chemotherapy?
- When is chemotherapy used?
- Having chemotherapy
- Understanding your treatment
- Tests before treatment
- Where will I have my 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]

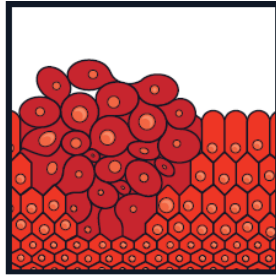
What is cancer?

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

Normal cells



Cells forming a tumour



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

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

What is chemotherapy?

Chemotherapy uses drugs to 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 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

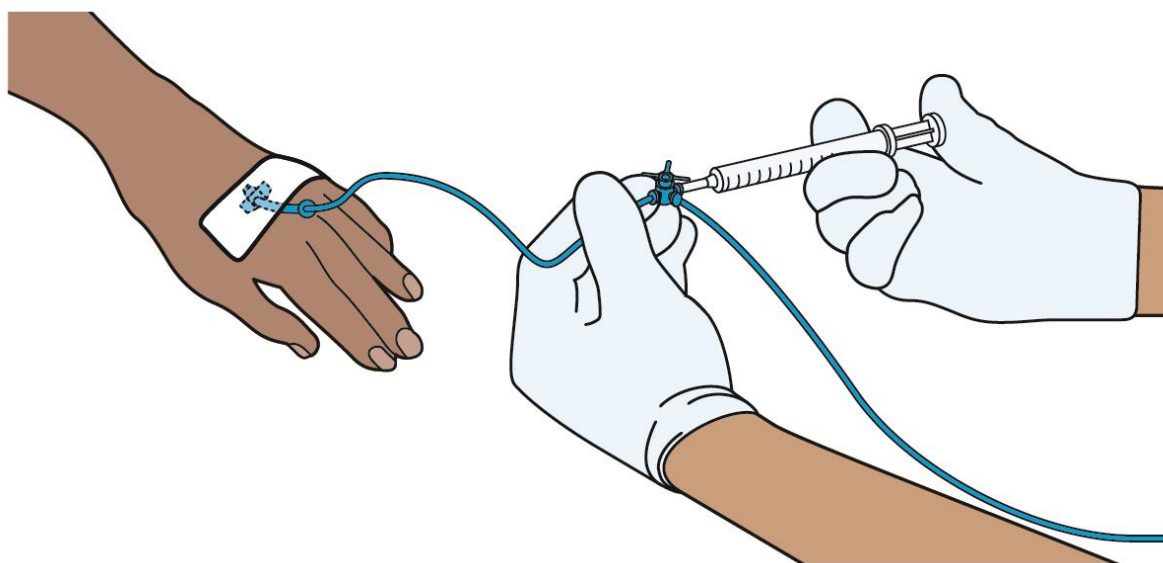
You will usually have your chemotherapy as a course of treatment sessions. Each session is followed by some rest days when you have no chemotherapy. This is called a **cycle** of treatment. Most people usually have a few cycles of chemotherapy. How many you need depends on what type of cancer you have.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

Chemotherapy drugs are usually given into a vein or as tablets. Sometimes, they are given by injection under the skin, into a muscle, into the fluid around the spine, or into an area such as the bladder. Chemotherapy creams may be used 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 tube into a vein in your hand or arm. The nurse will then connect the tube to either a fluid bag or a syringe with chemotherapy inside. The tube will be taken out before you go home.

A cannula:



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

A central line:



A PICC line:



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

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

Having chemotherapy as tablets

Tablets can be taken at home. Only certain types of chemotherapy come in a tablet. It is important to remember that they are chemotherapy drugs and can still have side effects.

Understanding your treatment

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

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

Remember, 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 giving consent.

It is a good idea to take someone with you who speaks [language] and English. Interpreters may be available at the hospital, but try to ask for one in advance if you would like one.

Many people find the thought of having chemotherapy worrying. It can help to ask your doctor or nurse 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.

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

Where will I have my treatment?

You usually have treatment at hospital. Sometimes you can have it at home, or in a clinic near your home. You can talk to your doctor or nurse about where you can 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 can go home after the treatment and you don't need to stay overnight. 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 always discuss this with you.

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 or nurse 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 or nurse.

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 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) 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.

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. Contact the hospital 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 in the first few days after chemotherapy. Your doctor will give you anti-sickness drugs/medicine to help. Take them exactly as your nurse or pharmacist explains to you. If you still feel sick or are being 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 give you advice on 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 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.

Effects on the nerves

Some 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 an upsetting side effect of chemotherapy. It is important to remember that not all chemotherapy 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. This can include other body hair too. Your doctor or nurse will explain what might happen for you. They can also give you advice on how to look after your hair and scalp.

If your hair falls out, it usually happens two to three weeks after starting treatment. Sometimes it can happen within a few days. It usually grows back over a few months once you've finished 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. 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 be harmful to take when you are having chemotherapy. This includes medicines you can buy in a shop or chemist. Tell your doctor about any other medicines you are taking, including complementary therapies and herbal drugs.

Fertility

Your treatment may affect your ability to get pregnant or father a child. Many people find this difficult to deal with. If you are worried about this, talk to your doctor or nurse before treatment starts. They can tell you what to expect and talk to you about ways to protect your fertility.

Contraception

Your doctor will advise you not to become pregnant or father a child during treatment. This is because chemotherapy may harm a developing baby. It is important to use contraception during and for a few months after chemotherapy. You can talk to your doctor or nurse if you are worried about this.

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 and for some time after it finishes. This is because there could be chemotherapy in the breast milk. You can talk to your doctor or nurse about this.

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 are unable to 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

Glossary

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.

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 tumour is 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• 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 Leonora Anson, Lead Chemotherapy Nurse Specialist, and Jenny King, Chemotherapy Nurse Specialist. Thanks also to the people affected by cancer who reviewed this edition.

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**

MAC12464



Content reviewed: December 2016

Next planned review: 2018

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 2016. Registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Registered office 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

MAC12464