

Radiotherapi

Mae'r wybodaeth hon am radiotherapi.

Ceir esboniad o'r geiriau sydd wedi eu tanlinellu yn y rhestr geiriau ar y diwedd. Mae'r rhestr geiriau hefyd yn cynnwys ynganiad y geiriau yn Saesneg.

Bydd llawer o bobl yn cael radiotherapi fel rhan o'u triniaeth.

Mae gwahanol fathau o radiotherapi. Rydym yn egluro'r prif fathau yn yr wybodaeth hon. Gofynnwch i'ch meddyg egluro pa fath o radiotherapi rydych yn cael, fel y gallwch ddarllen y rhannau cywir o'r wybodaeth hon.

Bydd rhai pobl angen triniaethau eraill, fel cemotherapi neu lawfeddygaeth hefyd. Bydd y meddygon yn yr ysbyty yn siarad â chi am eich triniaeth. Mae gennym hefyd wybodaeth yn Gymraeg am y triniaethau hyn.

Os oes gennych unrhyw gwestiynau am yr wybodaeth hon, gallwch holi'ch meddyg neu nyrs yn yr ysbyty lle rydych yn cael eich triniaeth.

Gallwch hefyd ffonio Cymorth Canser Macmillan ar y rhif radffôn **0808 808 00 00**, dydd Llun i ddydd Gwener, 9am i 8pm. Mae gennym gyfieithwyr, felly gallwch siarad gyda ni yn eich iaith eich hun. Pan fyddwch yn ein ffonio, dywedwch wrthym yn Saesneg pa iaith yr ydych ei hangen (dywedwch "Welsh").

Mae mwy o wybodaeth am ganser yn Gymraeg yn macmillan.org.uk/translations

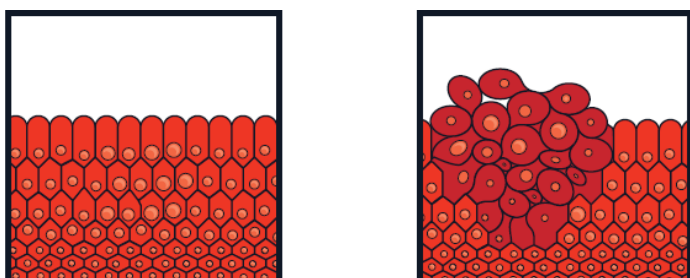
Mae'r wybodaeth hon yn trafod:

- Beth yw canser?
- Beth yw radiotherapi?
- Pam y rhoddir radiotherapi?
- Eich tîm radiotherapi
- Deall eich triniaeth
- Lle y rhoddir radiotherapi?
- Cynllunio eich triniaeth
- Mathau o radiotherapi
- Sgîl-ffeithiau radiotherapi
- Sgîl-ffeithiau hirdymor
- Sut gall Macmillan helpu
- Rhestr geiriau
- Mwy o wybodaeth yn Gymraeg
- Cyfeiriadau a diolchiadau

Beth yw cancer?

Mae cancer yn cychwyn yng nghelloedd ein corff. Celloedd yw'r blociau adeiladu bach sy'n llunio organau a meinwe ein corff. Fel arfer, mae'r celloedd hyn yn rhannu i greu celloedd newydd mewn ffordd sydd wedi ei rheoleiddio. Dyna sut mae ein cyrff yn tyfu, yn gwella ac yn trwsio'i hun. Weithiau, bydd hyn yn mynd o chwith ac mae'r gell yn dod yn annormal. Mae'r gell annormal yn dal i rannu a chreu mwy a mwy o gelloedd annormal. Mae'r celloedd hyn yn ffurfio lwmp a elwir yn diwmor.

Celloedd normal Celloedd sy'n ffurfio tiwmor



Nid yw pob lwmp yn ganser. Gelwir lwmp nad yw'n ganser yn anfalaen. Ni all ledaenu i unrhyw le arall yn y corff. Gelwir lwmp sy'n ganser yn falaen. Gall dyfu i rannau eraill o'r corff.

Weithiau mae celloedd cancer yn torri'n rhydd o'r cancer cyntaf ac yn teithio trwy'r gwaed neu system lymffatig i rannau eraill o'r corff. Gelwir celloedd cancer sy'n lledaenu a datblygu i diwmor rhywle arall yn y corff yn ganser eilaidd.

Ni allwch ddal cancer oddi wrth rywun arall.

Beth yw radiotherapi?

Mae radiotherapi yn defnyddio pelydrau X cryf i ddinistrio celloedd cancer. Gall ddifrodi celloedd normal hefyd ond fel arfer maent yn gwella ar ôl i'r driniaeth orffen.

Pam y rhoddir radiotherapi?

I wella'r cancer

Gellir rhoi radiotherapi i wella rhai mathau o ganser. Efallai bydd yn cael ei roi ar ei ben ei hun. Neu, efallai bydd yn cael ei roi cyn neu ar ôl llawfeddygaeth. Cyn llawfeddygaeth, efallai bydd yn gwneud y tiwmor yn llai. Ar ôl llawdriniaeth, gall helpu i ladd unrhyw gelloedd cancer sydd yn weddill. Weithiau, rhoddir cemotherapi ar yr un pryd â radiotherapi.

I helpu gyda symptomau cancer

Pan na ellir gwella cancer, efallai rhoddir radiotherapi i helpu gyda'r symptomau. Gelwir hyn yn radiotherapi lliniarol.

Eich tîm radiotherapi

Oncologydd clinigol

Dyma feddyg sy'n trin cancer gyda radiotherapi. Maent yn helpu i gynllunio eich triniaeth. Efallai byddwch yn eu gweld yn ystod eich triniaeth fel y gallant wirio sut rydych yn teimlo. Gallwch hefyd ofyn i'w gweld rhwng apwyntiadau.

Radiograffwyr

Mae'r tîm o radiograffwyr yn helpu i gynllunio eich triniaethau ac yn gweithio'r peiriannau radiotherapi. Maent hefyd yn rhoi cyngor i chi am unrhyw sgîl-ffeithiau neu bryderon sydd gennych.

Arbenigwyr nyrsio clinigol

Dyma nyrsys sy'n arbenigwyr yn y math o ganser sydd gennych. Gallwch siarad gyda nhw ynghylch unrhyw bryderon sydd gennych. Gallant roi cefnogaeth a gwybodaeth i chi yn ystod ac ar ôl eich triniaeth. Gallant hefyd eich helpu i reoli unrhyw sgîl-ffeithiau.

Deall eich triniaeth

Cyn i chi gael triniaeth, bydd eich meddyg, nyrs neu fferylllydd yn esbonio:

- pam eich bod ei angen
- pa mor aml y byddwch yn ei gael
- y sgîl-ffeithiau posibl
- sut y gallech deimlo ar ôl y driniaeth.

Ni ddylid rhoi unrhyw driniaeth oni bai eich bod yn deall pam eich bod yn ei gael a sut y gallech deimlo. Bydd angen i chi lofnodi ffurflen i ddangos eich bod yn cytuno i gael y driniaeth ac yn deall ei sgîl-ffeithiau posibl. Gelwir hon yn ffurflen ganiatâd.

Mae'n syniad da mynd â rhywun gyda chi sy'n siarad Cymraeg a Saesneg. Weithiau gall yr ysbyty ddarparu cyfieithydd i chi. Fel arfer maent angen trefnu hyn ymlaen llaw. Felly, os ydych angen cyfieithydd, dywedwch wrth yr ysbyty cyn yr apwyntiad.

Lle y rhoddir radiotherapi?

Rhoddir radiotherapi mewn ysbyty. Fel arfer byddwch yn cael eich triniaeth fel claf dydd. Mae hyn yn golygu y gallwch fynd adref ar ôl y driniaeth ac nad oes angen i chi aros dros nos. Gyda rhai mathau o radiotherapi, efallai bydd angen i chi aros yn yr ysbyty am rai dyddiau.

Os ydych chi'n sâl, neu'n cael cemotherapi hefyd, efallai bydd angen i chi aros yn yr ysbyty.

Cynllunio eich triniaeth

Caiff radiotherapi ei gynllunio'n ofalus ar gyfer pob person. Mae hyn er mwyn sicrhau bod y driniaeth yn gweithio'n dda ac yn achosi cyn lleied â phosibl o sgîl-effeithiau. Efallai bydd angen i chi ymweld â'r ysbyty dipyn o weithiau ar gyfer cynllunio cyn y gellir dechrau eich triniaeth. Bydd eich tîm radiotherapi yn dweud wrthy ch beth i'w ddisgwyl.

Sganiau

Bydd angen i chi gael un neu fwy o sganiau cyn i chi ddechrau triniaeth. Mae hyn yn helpu eich tîm benderfynu faint o radiotherapi rydych ei angen. Mae hefyd yn eu helpu i gynllunio ble yn union i roi'r radiotherapi.

Cyn sgan, efallai y gofynnir i chi dynnu rhai dillad a gwisgo gŵn. Efallai bydd rhywun o'r tîm hefyd yn rhoi diod neu bigiad i chi. Mae hyn yn helpu i gael darlun clir o'r sgan.



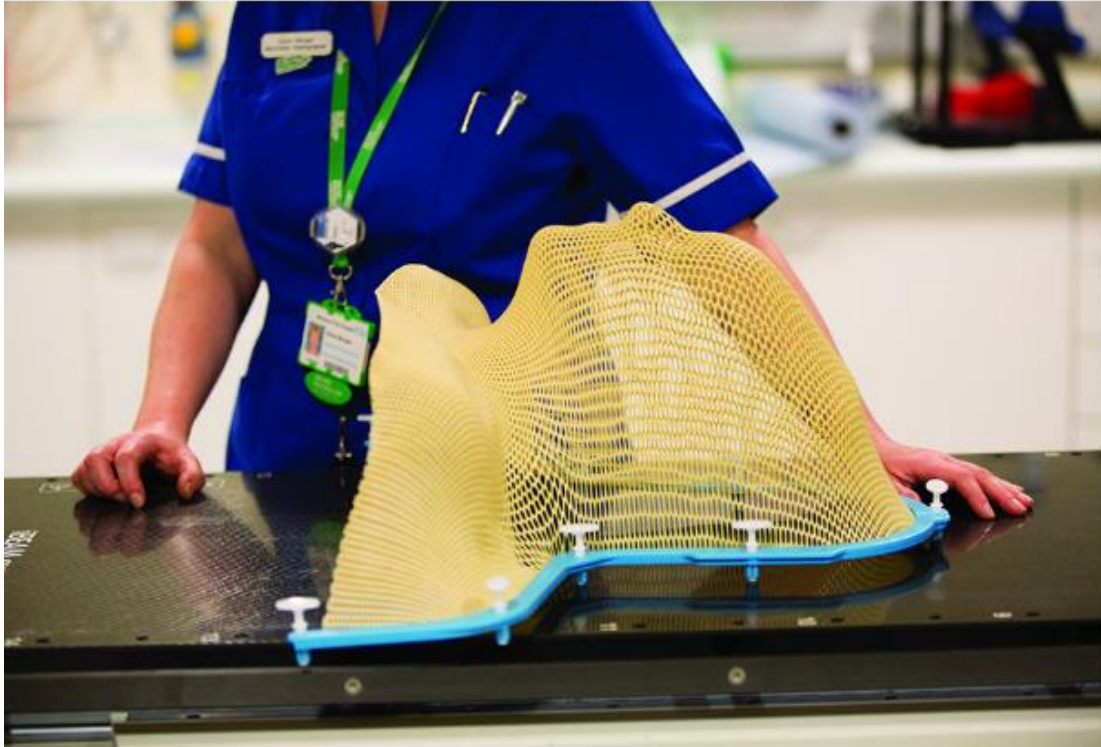
Mowldiau a mygydau

Efallai byddwch angen mowld neu fwgwd ar gyfer eich triniaeth. Os byddwch angen un, bydd eich tîm radiotherapi yn ei wneud i chi. Mae mowld neu fwgwd yn eich helpu i aros yn llonydd ac yn yr ystum cywir. Mae mowldiau ar gyfer coes, braich, neu ran arall o'r corff. Mae mygydau ar gyfer y pen neu'r gwddf.

Mae mowld neu fwgwd wedi'i wneud o rwyll blastig. Mae'n ffitio'n dynn, ond ni ddylai fod yn anghyfforddus. Dim ond am gyfnodau byr o amser y byddwch yn ei wisgo. Byddech yn ei wisgo

- pan fo'ch triniaeth yn cael ei chynllunio
- pan fyddwch yn cael eich triniaeth.

Gallwch anadlu'n normal wrth wisgo mowld neu fwgwd.



Marciau ar y croen

Efallai bydd rhywun o'ch tîm radiotherapi yn gwneud marciau bach, parhaol ar eich croen. Mae'r marciau'n dangos yn union ble i roi'r radiotherapi. Gwneir y marciau yn yr un modd â thatŵ. Dywedwch wrth y radiograffydd os oes gennych unrhyw bryderon am gael marciau ar eich croen.

Ffrwythlondeb

Gall radiotherapi effeithio ar eich gallu i ddod yn feichiog neu i wneud rhywun yn feichiog. Mae llawer o bobl yn ei chael yn anodd ymdopi â hyn. Siaradwch â'ch meddyg neu nyrs cyn i'r driniaeth ddechrau os ydych yn poeni am hyn. Gallant ddweud wrthych beth i'w ddisgwyl, ac am ffyrdd i amddiffyn eich ffrwythlondeb. Gall siarad â chwmsler neu arweinydd crefyddol fod o gymorth hefyd.

Atal Cenhedlu

Efallai bydd eich meddyg yn eich cynghori i beidio â dod yn feichiog neu i wneud rhywun yn feichiog yn ystod rhai triniaethau. Mae hyn oherwydd gallai radiotherapi niweidio babi sy'n datblygu. Mae'n bwysig defnyddio dull atal cenhedlu yn ystod radiotherapi ac am ychydig fisoedd ar ei ôl. Siaradwch â'ch meddyg neu nyrs os ydych chi'n poeni am hyn.

Mathau o radiotherapi

Mae gwahanol fathau o radiotherapi:

- **Radiotherapi allanol** – a roddir o du allan i'r corff gan beiriant radiotherapi.
- **Radiotherapi mewnol** – pan roddir deunydd ymbelydrol i mewn i'ch corff. Mae dau fath o radiotherapi mewnol: bracitherapi a therapi radioisotôp.

Gofynnwch i'ch meddyg egluro pa fath rydych yn cael, fel y gallwch ddarllen y rhannau cywir o'r wybodaeth hon.

Radiotherapi pelydr allanol

Dyma pryd y rhoddir radiotherapi o du allan i'r corff gan ddefnyddio peiriant radiotherapi. Mae'r rhan fwyaf o bobl yn cael triniaeth bob dydd o ddydd Llun i ddydd Gwener. Yna, maent yn cael seibiant heb driniaeth ar y penwythnos. Mae rhai ysbytai yn rhoi triniaeth ar benwythnosau hefyd, gyda seibiant, yn hytrach, yn ystod yr wythnos.

Bydd faint o driniaethau a gewch yn dibynnu ar fath a maint y canser. Gall gymryd o un wythnos i saith i gael yr holl driniaeth rydych ei angen.

Dim ond ychydig funudau bob dydd fydd triniaeth yn cymryd, ond efallai bydd angen i chi aros am eich triniaeth os yw'r ysbyty yn brysur. Fe all helpu i wneud rhywbeth tra byddwch yn aros, fel darllen neu wrando ar gerddoriaeth.

Cyn eich triniaeth gyntaf, bydd y tîm radiotherapi yn egluro beth fydd yn digwydd. Efallai byddant yn gofyn i chi dynnu rhai o'ch dillad a gwisgo gŵn. Mae'n arferol poeni am gael triniaeth. Ond, fel arfer daw yn haws wrth i chi ddod i adnabod eich tîm radiotherapi a'r hyn sy'n digwydd.

Efallai bydd yn cymryd ychydig o amser i'ch cael yn yr ystum cywir ar gyfer triniaeth. Bydd angen i chi orwedd yn llonydd iawn. Bydd y radiograffwyr yn pylu'r golau. Yna, byddant yn gadael yr ystafell tra bo'r driniaeth yn digwydd. Nid yw cael radiotherapi yn brifo ac fel arfer nid yw'r peiriant radiotherapi yn eich cyffwrdd.

Bydd y radiograffwyr yn eich gwyllo o'r ystafell nesaf, naill ai trwy ffenestr neu ar sgrîn. Ni fydd neb arall yn gallu eich gweld. Os oes gennych unrhyw broblemau, gallwch godi eich llaw neu ganu larwm i roi gwybod iddynt.

Efallai bydd y peiriant yn symud o amgylch eich corff i roi'r driniaeth o wahanol gyfeiriadau. Unwaith bydd y driniaeth drosodd, bydd y radiograffwyr yn dod yn ôl i'r ystafell ac yn eich helpu i lawr o'r peiriant.

Ni fydd y driniaeth yma yn eich gwneud yn ymbelydrol. Mae'n ddiogel i chi fod gyda phobl eraill, gan gynnwys plant, ar ôl eich triniaeth.

Radiotherapi pelydr allanol



Bracitherapi

Dyma fath o radiotherapi mewnol. Rhoddir mewnbhaniad ymbelydrol yn eich corff gerllaw'r cancer. Efallai byddwch yn cysgu o dan anaesthetig cyffredinol pan gaiff ei roi i mewn. Neu efallai y byddwch yn cael pigiad lladd poen.

Yn ystod eich triniaeth byddwch yn aros yn yr ysbyty. Fel arfer rydych ar eich pen eich hun yn yr ystafell driniaeth am gyfnod o amser tra rhoddir y radiotherapi. Mae hyn er mwyn amddiffyn eraill oddi wrth y driniaeth. Dywedwch wrth eich tîm os ydych yn bryderus am hyn fel y gallant helpu. Byddant yn egluro pa mor hir bydd eich triniaeth yn cymryd.

Unwaith bydd y mewnbhaniad wedi ei dynnu o'ch corff, nid ydych yn ymbelydrol.

Ar gyfer rhai mathau o fracitherapi, ni chaiff y mewnbhaniadau eu tynnu allan. Mae'n ddiogel i chi fod o amgylch y rhan fwyaf o bobl eraill. Efallai bydd eich tîm yn gofyn i chi osgoi cyswllt agos gyda phlant neu ferched beichiog. Byddant yn dweud wrthy ch am ba mor hir y bydd angen i chi wneud hyn. Byddant yn egluro hyn ac unrhyw beth arall yr ydych angen ei wybod.

Bydd eich tîm yn rhoi gwybodaeth wedi'i hargraffu i chi ynghylch eich triniaeth. Mae'n bwysig cario hwn gyda chi bob amser.

Yn aml defnyddir brachitherapi i drin cancer y brostad, ceg y groth, fwlfa a'r groth. Gellir hefyd ei ddefnyddio i drin mathau eraill o ganser. Gellir ei ddefnyddio ar ei ben ei hun neu gyda radiotherapi pelydr allanol.

Therapi radioisotôp

Dyma fath o radiotherapi mewnol. Rydych yn cael hylif ymbelydrol:

- trwy'r geg fel diod neu gapsiwla
- neu fel pigiad i wythien.

Mae celloedd cancer yn amsugno'r hylif mwy nag y mae celloedd normal yn gwneud. Mae hyn yn dinistrio'r celloedd cancer.

Ar ôl triniaeth mae hylifau eich corff ychydig yn ymbelydrol. Byddant yn dychwelyd i fod yn normal yn raddol. Bydd eich tîm yn rhoi cyfarwyddiadau i chi ynghylch defnyddio'r toiled a glanhau unrhyw beth a gollwch yn ddiogel. Efallai byddant yn gofyn i chi osgoi cyswllt agos gyda phlant neu ferched beichiog. Byddant yn dweud wrthy ch am ba mor hir y bydd angen i chi wneud hyn.

Os byddant yn dweud bod yn rhaid i chi aros yn yr ysbyty, efallai y gofynnir i chi aros yn eich ystafell ar eich pen eich hun trwy'r amser. Dywedwch wrth eich tîm os ydych yn bryderus am hyn fel y gallant helpu. Byddant yn egluro pa mor hir bydd eich triniaeth yn cymryd.

Yn aml defnyddir therapi radioisotôp i drin cancer y thyroid. Efallai bydd hefyd yn cael ei ddefnyddio i drin rhai mathau o ganser sydd wedi ymledu i'r esgryn.

Sgîl-ffeithiau radiotherapi

Mae radiotherapi yn effeithio ar bawb yn wahanol. Ychydig iawn o sgîl-ffeithiau a gaiff rhai pobl tra bydd eraill yn cael mwy. Rydym yn disgrifio'r sgîl-ffeithiau mwyaf cyffredin yma. Mae'n annhebygol y byddwch yn cael pob un o'r rhain.

Cyn eich triniaeth, bydd eich tîm radiotherapi yn siarad gyda chi am ba sgîl-ffeithiau y gallech eu cael. Gofynnwch unrhyw gwestiynau sydd gennych iddynt. Dywedwch wrth eich tîm os cewch unrhyw sgîl-ffeithiau yn ystod triniaeth. Gallant roi cyngor neu feddyginiaethau i'ch helpu. Os ydych yn teimlo'n sâl pan fyddwch gartref, ffoniwch yr ysbyty.

Blinder

Efallai byddwch yn teimlo'n flinedig iawn yn ystod triniaeth ac am wythnosau neu fisoedd ar ôl iddi orffen. Gall teithio i'r ysbyty bob dydd yn aml wneud blinder yn waeth. Os ydych wedi blino, rhowch amser i'ch hun orffwys. Cynlluniwch eich diwrnod fel nad ydych yn gwneud gormod.

Mae'n bwysig gwneud ychydig o ymarfer corff bob dydd os medrwch. Gallai mynd am dro bach roi mwy o egni i chi.

Teimlo'n sâl

Gall triniaeth wneud i chi deimlo'n sâl, ac weithiau bod yn sâl. Mae hyn yn fwy cyffredin os ydych yn cael triniaeth yn agos at eich bol (abdomen). Gall eich tîm triniaeth roi meddyginiaeth i chi i'ch atal rhag teimlo'n sâl.

Bwyta ac yfed

Weithiau ni fyddwch eisiau bwyta. Os yw hyn yn digwydd, ceisiwch gael byrbrydau bach yn rheolaidd yn hytrach na phrydau mawr. Os ydych yn cael problemau gyda bwyta mae'n bwysig eich bod yn dweud wrth eich tîm radiotherapi. Byddant yn rhoi cyngor i chi. Os byddwch angen mwy o egni a phrotein yn eich diet, gallwch gymryd ychwanegion bwyd.

Edrych ar ôl eich croen

Gallai'r croen yn yr ardal sy'n cael ei thrin ddod yn:

- goch
- tywyllach
- dolurus neu yn cosi.

Os oes gennych newidiadau i'ch croen fel y rhain, dywedwch wrth eich tîm radiotherapi ar unwaith. Gallant roi cyngor a thriniaethau i chi.

Dyma ambell awgrym a allai helpu:

- gwisgwch ddillad llac wedi'u gwneud o ffibrau naturiol, fel cotwm
- golchwch eich croen yn ysgafn gyda sebon tyner di-bersawr a dŵr a'i sychu'n ysgafn
- peidiwch â rhwbio'r croen
- peidiwch ag eillio gyda rasel a dŵr
- peidiwch â defnyddio eli neu gynnyrch tynnu blew, gan gynnwys cwyr
- gofynnwch i'ch tîm radiotherapi os gallwch ddefnyddio hufen lleithio neu ddiaroglydd ar y croen
- amddiffynnwch y croen rhag yr haul.

Colli gwallt

Dim ond o'r rhan corff lle cewch driniaeth y byddwch yn colli gwallt. Os cewch driniaeth i'ch pen, efallai byddwch yn colli tipyn o wallt oddi ar eich pen. Os cewch driniaeth i'ch bron, efallai bydd y blew o dan eich braich yn dod i ffwrdd. Mae rhai pobl yn ofidus am golli gwallt. Os ydych yn poeni am hyn, gall siarad â'ch meddyg neu nyrs helpu.

Newidiadau yn eich gwaed

Weithiau gall radiotherapi leihau nifer y celloedd gwaed yn eich corff. Efallai bydd eich tîm radiotherapi yn trefnu profion gwaed ar eich cyfer i wirio nifer y celloedd gwaed sydd gennych. Mae rhai pobl angen meddyginiaeth neu weithiau drallwysiad gwaed os yw lefel mathau penodol o gelloedd gwaed yn rhy isel.

Dywedwch wrth eich tîm bob amser os oes gennych gleisiau neu os ydych yn gwaedu ac nid ydych yn gwybod pam. Mae hyn yn cynnwys:

- gwaedlif o'r trwyn
- deintgig yn gwaedu
- smotiau bach coch neu biws ar y croen sy'n edrych yn debyg i frech.

Dylech hefyd gysylltu â'ch tîm radiotherapi yn syth os:

- yw eich tymheredd yn codi dros 37.5°C (99.5°F)
- ydych yn teimlo'n wael yn sydyn, hyd yn oed os yw eich tymheredd yn normal
- oes gennych symptomau haint – gall hyn gynnwys teimlo'n grynedig, dolur gwddf, peswch, dolur rhydd neu eisiau pasio wrin yn aml.

Dolur rhydd

Mae'n beth cyffredin cael carthion gwlyb (pŵ) neu ddolur rhydd os ydych yn cael triniaeth gerllaw eich bol (abdomen) neu belfis. Efallai byddwch angen defnyddio'r toiled yn amlach nag arfer. Gall hyn wneud i chi deimlo'n flinedig a gwan. Mae'n bwysig yfed digon o hylif. Dywedwch wrth y staff yn yr ysbyty os oes gennych ddolur rhydd neu boen bol (yn yr abdomen). Gallant roi tabledi i chi i helpu.

Problemau gyda phasio dŵr

Gall triniaeth gerllaw'r bledren wneud i chi basio wrin (pi-pi) yn fwy aml nag arfer. Gallai yfed mwy o hylif helpu. Dywedwch wrth y meddyg neu nyrs yn syth os

- yw'n brifo pan rydych yn pasio wrin
- na allwch aros pan fyddwch angen pasio wrin
- oes gennych waed yn eich wrin.

Mae radiotherapi ar gyfer canser y brostad neu'r pidyn weithiau yn ei gwneud yn anodd pasio wrin. Os yw hyn yn digwydd, efallai bydd angen i chi gael tiwb tenau i mewn i'ch pledren i ddraenio'r wrin. Bydd y nyrsys yn yr ysbyty yn dangos i chi sut i edrych ar ôl y tiwb. Gall nyrs hefyd ymweld â chi yn eich cartref i'ch helpu.

Ceg ddolurus

Os ydych yn cael triniaeth i'ch pen neu wddf, efallai bydd eich ceg yn dod yn ddolurus. Gallai hyn ei gwneud hi'n anodd llyncu. Mae'n bwysig edrych ar ôl eich ceg yn ystod triniaeth. Bydd eich tîm yn dangos i chi sut i wneud hyn. Fe all helpu i osgoi:

- ysmegu
- yfed alcohol, bwyd sbeislyd
- bwyd poeth iawn.

Mae'n bwysig dweud wrth y meddyg neu nyrs os yw eich ceg yn teimlo'n ddolurus neu os oes gennych friwiau ceg. Gallant roi golch ceg i chi a phoen laddwyr i helpu. Os daw'n anodd llyncu, gall eich meddyg ragnodi meddyginiaeth i helpu.

Sgîl-ffeithiau hirdymor

Dim ond am gyfnod byr bydd y rhan fwyaf o sgîl-ffeithiau yn para. Gallai rhai bara am ychydig wythnosau ar ôl i'ch triniaeth orffen. Weithiau gall rhai sgîl-ffeithiau bara yn hirach na hyn. Weithiau, gallant bara am weddill eich oes. Bydd eich meddyg yn siarad â chi am hyn cyn i chi gael eich triniaeth. Mae'n bwysig eich bod yn deall y gall sgîl-ffeithiau fod yn barhaol weithiau.

Sut y gall Macmillan eich helpu chi

Mae Macmillan yma i'ch helpu chi a'ch teulu. Gallwch gael cefnogaeth gan:

- **Linell Gymorth Macmillan (0808 808 00 00).** Mae gennym gyfieithwyr, felly gallwch siarad gyda ni yn eich iaith. Dywedwch wrthym, yn Saesneg, yr iaith rydych am ei defnyddio. Gallwn ateb cwestiynau meddygol, roi gwybodaeth am gefnogaeth ariannol neu siarad gyda chi am eich teimladau. Mae'r llinell ffôn ar agor o ddydd Llun i ddydd Gwener, 9am i 8pm.
- **Gwefan Macmillan (macmillan.org.uk).** Mae gan ein safle lawer o wybodaeth yn Saesneg am ganser a byw gyda chanser. Mae mwy o wybodaeth mewn ieithoedd eraill yn macmillan.org.uk/translations
- **Gwasanaethau gwybodaeth a chefnogaeth.** Mewn gwasanaeth gwybodaeth a chefnogaeth, gallwch siarad ag arbenigwr canser a chael gwybodaeth ysgrifenedig. Chwiliwch am eich canolfan agosaf yn macmillan.org.uk/informationcentres neu ffoniwch ni. Efallai y bydd gan eich ysbyty ganolfan.
- **Grwpiau cefnogaeth lleol** – Mewn grŵp cefnogaeth, gallwch siarad â phobl eraill wedi'u heffeithio gan ganser. Dewch o hyd i grŵp gerllaw yn macmillan.org.uk/supportgroups neu ffoniwch ni.
- **Cymuned Ar-lein Macmillan** – Gallwch hefyd siarad â phobl eraill wedi'u heffeithio gan ganser ar-lein yn macmillan.org.uk/community

Rhestr geiriau

Gair Cymraeg	Yn Saesneg	Sut i'w ddweud yn Saesneg (trawslythreniad o'r gair Saesneg)	Ystyr
Anfalaen	Benign	Be-nain	Lwmp yn y corff nad yw'n ganser ac na all ledaenu i unrhyw ran arall o'r corff.
Atal Cenhedlu	Contraception	Cont-ra-sep-shyn	Cyffuriau neu ddyfeisiadau sy'n atal beichiogrwydd.
Ceg y groth	Cervix	Syr-fics	Ceg y groth yw'r agoriad ar waelod eich <u>croth</u> . Mae tu mewn i gorff dynes ar dop y <u>wain</u> .
Celloedd	Cells	Sels	Y blociau adeiladu bach sy'n

			llunio organau a meinwe ein corff.
Cemotherapi	Chemotherapy	Ci-mo-ther-y-pi	Triniaeth cancer sy'n defnyddio cyffuriau i ladd celloedd cancer.
Dolur Rhydd	Diarrhoea	Dai-yr-fa	Pan fydd eich pŵ yn feddal neu'n ddyfrllyd. Efallai byddwch angen y toiled yn amlach neu ar frys. Efallai bydd gennych boen bol hefyd.
Gwellhad	Cured	Ciw-yrd	Pan nad oes unrhyw gelloedd cancer ar ôl yn y corff.
Lymffatig	Lymphatic system	Lim-ffat-ic sus-tym	Rhwydwaith o lestri a chwarennau ledled y corff sy'n helpu i ymladd haint.
Llawfeddygaeth	Surgery	Syr-jy-ri	Cael llawdriniaeth.
Malaen	Malignant	Mal-ig-nynt	Lwmp yn y corff sy'n ganser ac a all ledaenu o amgylch y corff.
Prostad	Prostate	Pros-têt	Chwarren fach tu mewn i gorff dyn yw'r brostad. Mae wrth ymyl y bledren.
Sgan	Scan	Sgan	Pan fo meddygon yn cymryd llun o du mewn eich corff.
Sgîl-efeithiau	Side effects	Said eff-ects	Effeithiau digroeso triniaeth cancer. Er enghraifft, colli gwallt, teimlo'n sâl neu flinedig. Mae'r rhan fwyaf o sgîl-efeithiau'n mynd ar ôl i'r driniaeth ddod i ben.
Tiwmor	Tumour	Tiw-myr	Grŵp o gelloedd sy'n tyfu mewn ffordd annormal yw tiwmor. Mae'r celloedd annormal yn lluosogi ac yn ffurfio lwmp.
Y Groth	Womb	Ŵm	Organ grwn tu mewn i gorff

MACMILLAN CANCER SUPPORT

			dynes yn ardal rhan isaf y bol yw'r groth. Dyma ble mae babi'n tyfu os ydych yn feichiog.
Y Wain	Vagina	Fy-jai-na	Llwybr tu mewn i gorff dynes yw'r wain. Mae'r fynedfa i'r wain rhwng eich coesau. Ar dop y wain mae <u>ceg y groth</u> , sydd yna'n arwain at y <u>groth</u> .
Ymbelydrol	Radioactive	Rei-dio ac-tif	Os yw rhywbeth yn ymbelydrol, mae'n golygu ei fod yn rhyddhau ymbelydredd.

Mwy o wybodaeth yn Gymraeg

Mae gennym wybodaeth yn Gymraeg am y pynciau hyn:

<p>Mathau o ganser</p> <ul style="list-style-type: none">• Canser y fron• Canser y coluddyn mawr• Canser yr ysgyfaint• Canser y brostad <p>Triniaethau</p> <ul style="list-style-type: none">• Cemotherapi• Radiotherapi• Llawfeddygaeth	<p>Ymdopi â chanser</p> <ul style="list-style-type: none">• Os cewch ddiagnosis o ganser - Canllaw cyflym• Hawlio budd-daliadau• Problemau bwyta a chanser• Diwedd oes• Cymorth ariannol - budd-daliadau• Cymorth ariannol – help gyda chostau• Bwyta'n iach• Blinder a chanser• Sgîl-ffeithiau triniaeth canser• Yr hyn y gallwch ei wneud i helpu'ch hun
---	--

I weld yr wybodaeth hon, ewch i macmillan.org.uk/translations

Siaradwch â ni yn Gymraeg

Gallwch ffonio Macmillan am ddim ar **0808 808 00 00** a siarad â ni yn Gymraeg trwy gyfieithydd. Gallwch siarad â ni am eich pryderon a'ch cwestiynau meddygol. Does dim ond angen i chi ddweud Cymraeg yn Saesneg pan y galwch (dywedwch "Welsh").

Rydyn ni ar agor o ddydd Llun i ddydd Gwener, 9am tan 8pm.

Cyfeiriadau a diolchiadau

Mae'r wybodaeth hon wedi ei hysgrifennu a'i golygu gan dîm Datblygu Gwybodaeth Canser Cymorth Canser Macmillan. Mae wedi cael ei chyfieithu i'r Gymraeg gan gwmni cyfieithu.

Mae'r wybodaeth yn y daflen ffeithiau hon yn seiliedig ar lyfryn Macmillan **Understanding radiotherapy**. Gallwn anfon copi atoch chi, ond mae'r llyfryn llawn ar gael yn Saesneg yn unig.

Mae'r wybodaeth wedi ei hadolygu gan arbenigwyr perthnasol a'i chymeradwyo gan ein Prif Olygydd Meddygol, Dr Tim Iveson, Oncolegydd Meddygol Ymgynghorol a Phrif Olygydd Meddygol Macmillan.

Diolch hefyd i'r bobl sydd wedi eu heffeithio gan ganser a adolygodd yr wybodaeth hon.

Mae'r holl wybodaeth yn seiliedig ar y dystiolaeth orau sydd ar gael. Am ragor o wybodaeth am y ffynonellau a ddefnyddiwn, cysylltwch â ni yn **cancerinformationteam@macmillan.org.uk**

MAC12465_Welsh



Cynnwys wedi ei adolygu: Rhagfyr
2018

Adolygiad arfaethedig nesaf: 2021

Rydym yn gwneud pob ymdrech i sicrhau bod yr wybodaeth a ddarperir gennym yn gywir, ond ni ddylid dibynnu arni i adlewyrchu cyflwr presennol ymchwil feddygol, sy'n newid o hyd. Os ydych chi'n poeni am eich iechyd, siaradwch â'ch meddyg. Ni all Macmillan fod yn gyfrifol am unrhyw golled neu ddifrod sy'n deillio o unrhyw gamgymeriad yn yr wybodaeth hon na gwybodaeth trydydd parti fel gwybodaeth ar wefannau rydym yn rhoi dolenni atyn nhw.

Gobeithiwn y bydd yr wybodaeth hon o help i chi. Os oes gennych unrhyw gwestiynau, gallwn roi gwybodaeth a chefnogaeth i chi yn eich iaith dros y ffôn. Mae ein gwasanaethau am ddim. Galwch ni ar **0808 808 00 00** (Dydd Llun-Dydd Gwener, 9am tan 8pm) a gofynnwch yn Saesneg am eich iaith.

© Cymorth Canser Macmillan 2018. Elusen gofrestredig yng Nghymru a Lloegr (261017), Yr Alban (SC039907) ac Ynys Manaw (604). Swyddfa gofrestredig 89 Albert Embankment, Llundain, SE1 7UQ.

MAC12465_Welsh

Radiotherapy

This information is about radiotherapy.

Any words that are underlined are explained in the word list at the end. The word list also includes the pronunciation of the words in English.

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

There are different types of radiotherapy. We explain the main types in this information. Ask your doctor to explain which type of radiotherapy you are having so you can read the right parts of this information.

Some people will also need other treatments, such as chemotherapy 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 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**, 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").

There is more cancer information in [language] at **macmillan.org.uk/translations**

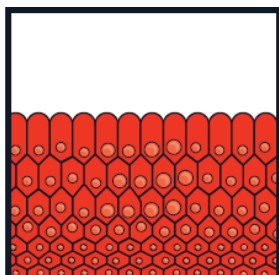
This information is about:

- What is cancer?
- What is radiotherapy?
- Why is radiotherapy given?
- Your radiotherapy team
- Understanding your treatment
- Where is radiotherapy given?
- Planning your treatment
- Types of radiotherapy
- Side effects of radiotherapy
- Long-term side effects
- How Macmillan can help
- Word list
- More information in [language]
- References and thanks

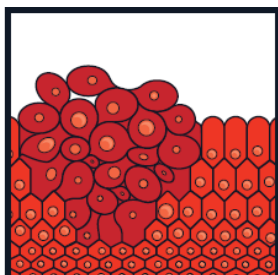
What is cancer?

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.

You cannot catch cancer from someone else.

What is radiotherapy?

Radiotherapy uses strong x-rays to destroy cancer cells. It can damage normal cells too but they usually recover after treatment finishes.

Why is radiotherapy given?

To cure the cancer

Radiotherapy can be given to cure some types of cancer. It may be given on its own. Or it may be given before or after surgery. Before surgery it may make the tumour smaller. After surgery, it can help kill any cancer cells left behind. Sometimes chemotherapy is given at the same time as radiotherapy.

To help with cancer symptoms

When cancer cannot be cured, radiotherapy may be given to help with symptoms. This is called palliative radiotherapy.

Your radiotherapy team

Clinical oncologist

This is a doctor who treats cancer with radiotherapy. They help plan your treatment. You may see them during your treatment so they can check how you are feeling. You can also ask to see them between appointments.

Radiographers

The team of radiographers help plan your treatments and work the radiotherapy machines. They also give you advice about any side effects or worries that you may have.

Clinical nurse specialists

They are nurses who are experts in the type of cancer you have. You can talk to them about any concerns you have. They can give you support and information during and after your treatment. They can also help you manage any 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. Sometimes the hospital can provide an interpreter for you. They usually need to arrange this in advance. So if you need an interpreter, tell the hospital before the appointment.

Where is radiotherapy given?

Radiotherapy is given in hospital. You usually have your treatment as a day patient. This means you can go home after the treatment and you don't need to stay overnight. With some types of radiotherapy, you may need to stay in hospital for a few days.

If you are unwell or also having chemotherapy, you may need to stay in hospital.

Planning your treatment

Radiotherapy is planned carefully for each person. This is to make sure the treatment works well and causes as few side effects as possible. You may need to visit the hospital a few times for planning before your treatment can start. Your radiotherapy team will tell you what to expect.

Scans

You will need to have one or more scan before you start treatment. This helps your team decide how much radiotherapy you need. It also helps them plan exactly where to give the radiotherapy.

Before a scan, you may be asked to remove some clothing and put on a gown. Someone from the team may also give you a drink or injection. This helps get a clear picture from the scan.



Moulds and masks

You may need a mould or mask for your treatment. If you need one, your radiotherapy team will make it for you. A mould or mask helps you stay still and in the correct position. Moulds are for a leg, arm, or other body part. Masks are for the head or neck.

A mould or mask is made of a plastic mesh. It fits tightly but it should not be uncomfortable. You only wear it for short periods of time. You would wear it

- when your treatment is being planned
- when you have your treatment.

You can breathe normally while you are wearing a mould or mask.



Marks on the skin

Someone from your radiotherapy team may make small, permanent marks on your skin. The marks show exactly where to give the radiotherapy. The marks are made in the same way as a tattoo. Tell the radiographer if you have any worries about having marks on your skin.

Fertility

Radiotherapy can affect your ability to get pregnant or make someone pregnant. 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 about ways to protect your fertility. Speaking to a counsellor or religious leader may also be helpful.

Contraception

Your doctor may advise you not to become pregnant or make someone pregnant during some treatments. This is because radiotherapy may harm a developing baby. It is important to use contraception during and for a few months after radiotherapy. You can talk to your doctor or nurse if you are worried about this.

Types of radiotherapy

There are different types of radiotherapy:

- **External radiotherapy** – given from outside the body by a radiotherapy machine.
- **Internal radiotherapy** – when a radioactive material is put into your body. There are two types of internal radiotherapy: brachytherapy and radioisotope therapy.

Ask your doctor to explain which type you are having, so you can read the right parts of this information.

External beam radiotherapy

This is when radiotherapy is given from outside the body using a radiotherapy machine. Most people have treatment each day from Monday to Friday. Then they have a rest with no treatment at the weekend. Some hospitals give treatment at the weekends too, with a rest during the week instead.

How many treatments you have will depend on the type and size of the cancer. It can take from one to seven weeks to have all the treatment you need.

Treatment only takes a few minutes each day but you may need to wait for your treatment if the hospital is busy. It can help to do something while you wait, like read or listen to music.

Before your first treatment, the radiotherapy team will explain what will happen. They may ask you to take off some clothes and wear a gown. It is normal to feel worried about having treatment. But it usually gets easier as you get to know your radiotherapy team and what happens.

It may take a little while to get you in the correct position for treatment. You will need to lie very still. The radiographers will dim the lights. Then they will leave the room while the treatment happens. Having radiotherapy does not hurt and the radiotherapy machine does not usually touch you.

The radiographers will watch you from the next room, either through a window or on a screen. No one else will be able to see you. If you have any problems you can raise your hand or ring an alarm to let them know.

The machine may move around your body to give the treatment from different directions. Once the treatment is over, the radiographers will come back into the room and help you down from the machine.

This treatment will not make you radioactive. It is safe for you to be with other people, including children, after your treatment.

External beam radiotherapy



Brachytherapy

This is a type of internal radiotherapy. A radioactive implant is placed in your body near the cancer. You may be asleep under a general anaesthetic when it is put in. Or you may have painkiller injections.

During your treatment you stay in hospital. You are usually alone in the treatment room for some time while the radiotherapy is given. This is to protect others from the treatment. Tell your team if you are worried about this so they can help. They will explain how long your treatment will take.

As soon as the implant is removed from your body, you are not radioactive.

For some types of brachytherapy, the implants are not removed. It is safe for you to be around most other people. Your team may ask you to avoid close contact with children or pregnant women. They will tell you how long you need to do this. They will explain this and anything else you need to know.

Your team will give you printed information about your treatment. It is important to carry this with you all the time.

Brachytherapy is often used to treat cancer of the prostate, cervix, vulva and womb. It may also be used to treat other types of cancer. It can be used on its own or with external beam radiotherapy.

Radioisotope therapy

This is a type of internal radiotherapy. You have a radioactive liquid:

- by mouth as a drink or capsules
- as an injection into a vein.

Cancer cells take in the liquid more than normal cells do. This destroys the cancer cells.

After treatment your body fluids are slightly radioactive. This will gradually return to normal. Your team will give you instructions about using the toilet and cleaning up any spillages safely. They may ask you to avoid close contact with children or pregnant women. They will tell you how long you need to do this.

If they tell you that you must stay in hospital, you may be asked to stay alone in your room all the time. Tell your team if you are worried about this so they can help. They will explain how long your treatment will take.

Radioisotope therapy is often used to treat thyroid cancer. It may also be used to treat some types of cancer that have spread to the bone.

Side effects of radiotherapy

Radiotherapy affects everyone differently. Some people have very few side effects while others have more. We describe the most common side effects here. It is unlikely that you will get all of these.

Before your treatment, your radiotherapy team will talk to you about which side effects you may get. Ask them any questions you may have. Tell your team if you have any side effects during treatment. They can give you advice or medicines to help. If you feel unwell when you are at home, call the hospital.

Tiredness

You may feel very tired during treatment and for weeks or months after it finishes. Travelling to hospital each day can make tiredness worse. If you are tired, allow yourself time to rest. Plan your day so that you don't do too much.

It is important to do some exercise each day if you can. A short walk may give you more energy.

Feeling sick

Treatment can make you feel sick, and sometimes be sick. This is more common if you have treatment near the tummy (abdomen). Your treatment team can give you a medicine to stop you feeling sick.

Eating and drinking

Sometimes you may not want to eat. If this happens, try having regular small snacks rather than large meals. If you are having problems with eating it is important to tell your radiotherapy team. They will give you advice. If you need extra energy or protein in your diet, you can take food supplements.

Looking after your skin

The skin in the area that is treated may get:

- red
- darker
- sore or itchy.

If you have skin changes like these, tell your radiotherapy team straight away. They can give you advice and treatments.

Here are some tips that may help:

- wear loose-fitting clothes made from natural fibres, such as cotton
- wash your skin gently with mild, unperfumed soap and water and gently pat it dry
- do not rub the skin
- do not wet shave
- do not use hair-removing creams or products, including wax
- ask your radiotherapy team if you can use moisturisers or deodorants on the skin
- protect the skin from the sun.

Hair loss

You only lose hair from the area of your body where you have treatment. If you have treatment to your head, you may lose some hair from your head. If you have treatment to your breast, the hair under your arm might fall out. Some people feel upset about losing hair. If you are worried about it, talking to your doctor or nurse can help.

Changes in your blood

Sometimes radiotherapy can lower the number of blood cells in your blood. Your radiotherapy team may arrange blood tests for you to check the number of blood cells you have. Some people need medicine or sometimes a blood transfusion if the level of certain types of blood cells is too low.

Always tell your team if you have bruising or bleeding and you do not know why. This includes:

- nosebleeds
- bleeding gums
- tiny red or purple spots on the skin that may look like a rash.

You should also contact your radiotherapy team straight away 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 – this can include feeling shaky, a sore throat, a cough, diarrhoea or needing to pass urine a lot.

Diarrhoea

It is common to have loose stools (poo) or diarrhoea if you have treatment near your tummy (abdomen) or pelvis. You may need to use the toilet more often than usual. This can make you feel tired and weak. It is important to drink plenty of fluids. Tell the staff at the hospital if you have diarrhoea or tummy (abdominal) pain. They can give you tablets to help.

Problems with passing urine

Treatment near the bladder can make you pass urine (pee) more often than usual. Drinking more fluids may help. Tell the doctor or nurse straight away if

- it hurts when you pass urine
- you cannot wait when you need to pass urine
- you have blood in your urine.

Radiotherapy for prostate or penis cancer sometimes makes it difficult to pass urine. If this happens, you may need to have a thin tube put into your bladder to drain the urine. The nurses at the hospital will show you how to look after the tube. A nurse can also visit you at home to help you.

Sore mouth

If you have treatment to your head or neck, your mouth may get sore. This may make swallowing difficult. It is important to look after your mouth during treatment. Your team will show you how to do this. It can help to avoid:

- smoking
- drinking alcohol spicy food
- very hot food.

It is important to tell the doctor or nurse if your mouth feels sore or you have mouth ulcers. They can give you mouthwashes and painkillers to help. If it becomes difficult to swallow your doctor can prescribe medicines to help.

Long-term side effects

Most side effects only last for a short time. Some may last for a few weeks after your treatment has finished. Sometimes, side effects can last longer than this. Occasionally, they can last for the rest of your life. Your doctor will talk to you about this before you have your treatment. It is important that you understand that some side effects may be permanent.

How Macmillan can help you

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 and support services.** At an information and support service, 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** – At a support group you can talk to other people affected by cancer. Find a group near you at macmillan.org.uk/supportgroups or call us.
- **Macmillan Online Community** – You can also talk to other people affected by cancer online 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.
	Cervix		The cervix is the opening at the bottom of your <u>womb</u> . It is inside a woman's body at the top of the <u>vagina</u> .
	Chemotherapy		A cancer treatment that uses drugs to kill cancer cells.
	Contraception		Drugs or devices that prevent pregnancy.
	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.
	Prostate		The prostate is a small gland inside a man's body. It is near the bladder.
	Radioactive		If something is radioactive, it means it releases radiation.

	Scan		When doctors take a picture of the inside of your 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.
	Vagina		The vagina is a passageway inside a woman's body. The entrance to the vagina is between your legs. At the top of the vagina is the <u>cervix</u> , which then leads to the <u>womb</u> .
	Womb		The womb is a round organ inside a woman's body in the lower tummy area. It is where a baby grows if you are pregnant.

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 [language] through an interpreter. You can talk to us about your worries and medical questions. Just say [language] in English when you call (say “xxxxx”).

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

References and thanks

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

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

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

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

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

MAC12465_Language



Content reviewed: December 2018

Next planned review: 2021

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.

MAC12465_Language