Surgery: Urdu

سرجری

یہ معلومات سرجری (آپریشن کرانے) کے بارے میں ہے۔

کوئی اور الفاظ جو خط کشیدہ ہیں، ان کی تشریح اختتام پر الفاظ کی فہرست میں موجود ہے۔ الفاظ کی اِس فہرست میں انگریزی کے الفاظ کا تلفظ بھی شامل ہے۔

کینسر میں مبتلا کئی لوگوں کو ان کے علاج کے ایک حصے کے طور پر سرجری کروانی پڑے گی۔ یہ آپ کا مطلوبہ واحد علاج نہیں ہو سکتا ہے۔ کچھ لوگوں کو کیموتھراپی یا ریڈیو تھراپی کی ضرورت بھی پڑ سکتی ہے۔ ہسپتال میں ڈاکٹر آپ سے آپ کے علاج کے متعلق بات کریں گے۔ ہمارے پاس ان علاجوں کے متعلق معلومات اردو میں بھی موجود ہے۔

اگر آپ کے پاس اس معلومات کے متعلق مزید کوئی سوالات ہوں، تو آپ جس ہسپتال میں زیر علاج ہیں اس کے ڈاکٹر یا نرس سے پوچھیں۔

آپ ہفتہ کے 7 دن صبح 8 - شام 8 بجے تک فری فون **0808 808 00 00** پر میک ملن کینسر سپورٹ (Macmillan Cancer Support) لائن پر بھی کال کر سکتے ہیں۔ ہمارے پاس ترجمان موجود ہیں، لہٰذا آپ ہمارے ساتھ اپنی مادری زبان میں بات کر سکتے ہیں۔ جب آپ ہمیں کال کریں، تو برائے مہربانی ہمیں انگریزی میں بتائیں کہ آپ کو کون سی زبان درکار ہے (کہیں "اردو")۔

کینسر کے بارے میں اردو میں مزید معلومات **macmillan.org.uk/translations** پر دستیاب ہیں۔

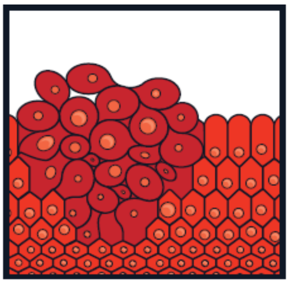
یہ معلومات درج ذیل کے متعلق ہے:

- کینسر کیا ہے؟
- آپ کا سرجن
- آپ کو سرجری کی کیوں ضرورت ہوتی ہے؟
- کیا سرجری سے کینسر ٹھیک ہو سکتا ہے؟
- سرجری کے دوران کیا ہوتا ہے؟
- آپ کے آپریشن سے پہلے
- آپ کے آپریشن کے دن
- آپ کے آپریشن کے بعد
- طویل مدتی اثرات
- جسمانی اور جذباتی تبدیلیاں
- میک ملن (Macmillan) آپ کی کیسے مدد کر سکتا ہے
- الفاظ کی فہرست
- [اردو] میں مزید معلومات
- حوالہ جات اور تشکرات

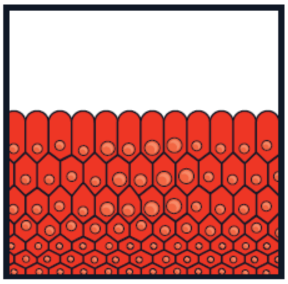
کینسر کیا ہے؟

کینسر ہمارے جسم کے خلیوں میں شروع ہوتا ہے۔ خلیے چھوٹی اینٹوں کی مانند ہوتے ہیں جن سے ہمارے جسم کے اعضاء اور بافتیں بنتی ہیں۔ یہ خلیے، نئے خلیے بنانے کے لیے عام طور پر زیر قابو طریقے سے الگ ہوتے ہیں۔ اس طرح ہمارے اجسام بڑھتے، ٹھیک اور مرمت ہوتے ہیں۔ اس عمل میں بعض اوقات خرابی پیدا ہو جاتی ہے اور کوئی خلیہ غیر معمولی بن جاتا ہے۔ یہ غیر معمولی خلیہ الگ ہونے کا عمل جاری رکھتا ہے اور مزید بہت زیادہ غیر معمولی خلیے بناتا رہتا ہے۔ یہ خلیے ایک انبار کی شکل میں اکٹھے ہو جاتے ہیں، جسے گلٹی کہا جاتا ہے۔

گلٹی بنانے والے خلیے



معمول کے خلیے



خلیوں کے تمام انبار کینسر نہیں ہوتے۔ ایسا انبار جو کینسر نہ ہو، بینائن کہلاتا ہے۔ یہ جسم میں کہیں اور نہیں پھیل سکتا۔ ایسا انبار جو کینسر ہو میلگنینٹ کہلاتا ہے۔ یہ جسم کے دیگر حصوں میں پھیل سکتا ہے۔

بعض اوقات ابتدائی کینسر سے خلیے الگ ہو جاتے ہیں اور خون یا لمفاوی نظام کے ذریعے جسم کے دوسرے حصوں میں پہنچ جاتے ہیں۔ کینسر کے وہ خلیے جو جسم کے کسی دوسرے حصے میں پھیلتے ہیں اور گلٹی میں تبدیل ہو جاتے ہیں، ثانوی کینسر کہلاتے ہیں۔

آپ کا سرجن

جو ڈاکٹر آپ کا آپریشن کرتا ہے وہ سرجن کہلاتا ہے۔ یہ بات نہایت اہم ہے کہ آپ کے کینسر کی قسم کے مطابق درست سرجن کے پاس جایا جائے۔ مثلاً، اگر کسی کو چھاتی کا کینسر ہے تو وہ بریسٹ سرجن کے پاس جائے گی۔ سرجن عام طور پر مقامی ہسپتال میں کام کرتے ہیں۔ اگر آپ چاہیں تو آپ سرجن سے ان کے تجربہ کے بارے میں پوچھ سکتے ہیں۔

اگر آپ کسی نایاب قسم کے کینسر میں مبتلا ہیں، تو شاید آپ کو سرجن سے ملنے کینسر کے کسی خصوصی ہسپتال میں جانا پڑے۔ یہ آپ کی رہائش سے مزید دور ہو سکتا ہے۔

آپ کو سرجری کی کیوں ضرورت ہوتی ہے؟

لوگ مختلف وجوہات کی بنیاد پر کینسر کے لیے سرجری کرواتے ہیں:

تشخیص

سرجن کینسر کا ایک چھوٹا سا حصہ نکال سکتا ہے۔ اسے بیاپسی کہا جاتا ہے۔ بیاپسی مختلف قسموں کے سکینز کے دوران بھی کی جا سکتی ہے۔ اس سے ڈاکٹروں کو یہ جاننے میں مدد ملتی ہے کہ یہ کس قسم کا کینسر ہے۔

سٹیجنگ

سٹیجنگ میں ڈاکٹر یہ دیکھتے ہیں کہ کینسر کتنا بڑا ہے اور آیا یہ جسم کے دیگر حصوں میں پھیلا ہے یا نہیں۔ کینسر کی اسٹیج معلوم ہونے سے ڈاکٹروں کو آپ کے علاج میں مدد مل سکتی ہے۔ اسٹیجنگ میں عام طور پر کچھ اسکین شامل ہوتے ہیں۔ اسکین مختلف اقسام کے ہوتے ہیں: آپ کا ڈاکٹر یا نرس آپ کو بتائیں گے کہ آپ کو کون سے اسکین کروانے کی ضرورت ہے اور کیا ہوگا۔

یہ ایک شخص کی مثال ہے جس کا سی ٹی سکین ہو رہا ہے:

اگر اسکین پر آپ کا سرجن گلٹی نہ دیکھ پائے تو، آپ کو دیگر ٹیسٹوں کی ضرورت بھی پیش آ سکتی ہے۔ ان ٹیسٹوں میں ایک روشنی والے خاص آلے، جس پر ایک کیمرہ لگا ہو، کی مدد سے آپ کے جسم کے اندر دیکھنا شامل ہو سکتا ہے۔ ایسا دو طریقوں سے ہو سکتا ہے:

- بعض اوقات اس آلے کو پیٹ (شکم) میں ایک چھوٹی جگہ کو کاٹ کر گزارا جاتا ہے۔ اسے کی ہول سرجری کہا جاتا ہے۔
- بعض اوقات آلے کو آپ کے جسم میں کسی قدرتی سوراخ سے گزارا جاتا ہے۔ مثلاً، وہ آلے کو آپ کے منہ میں سے گزار کر حلق کے اندر اور آپ کے پیٹ (شکم) میں دیکھ سکتے ہیں۔

علاج

سرجری کو گلٹی اور اس کے ارد گرد کی جگہ جہاں کینسر کے خلیات کی موجودگی کا امکان ہو سکتا ہے، کو نکالنے کی کوشش کے استعمال کیا جاتا ہے۔ بعض اوقات سرجری کو کینسر کے ایسے خلیات نکالنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے جو جسم کے دیگر حصوں میں پھیل چکے ہوں۔

بعض اوقات دیگر علاج، مثلاً کیموتھراپی اور ریڈیو تھراپی سرجری سے پہلے دی جاتی ہے تاکہ گلٹی چھوٹی ہو جائے۔ اس کا یہ مقصد بھی ہو سکتا ہے کہ تھوڑی سرجری کی ضرورت پیش آئے۔

کسی بھی علاج سے پہلے، ڈاکٹروں اور دیگر ہیلتھ کیئر پیشہ وروں کا ایک گروپ آپ کی حالت پر بات چیت کرنے کے لیے ملے گا۔ اس سے یہ یقینی بنانے میں مدد ملتی ہے کہ آپ کو بہترین علاج مہیا کیا جا رہا ہے۔ میٹنگ کے بعد، آپ کا کینسر سپیشلسٹ یا نرس آپ سے آپ کے علاج کے اختیارات کے متعلق بات کریں گے۔

تشکیل نو
تشکیل نو کا مطلب ہے کہ جسم کا کوئی نیا حصہ بنا لینا۔ یہ جسم کی کارکردگی بہتر بنانے میں معاون ثابت ہو سکتی ہے۔ اس کی ایک مثال یہ ہے کہ مثانہ نکالنے کی صورت میں نیا بنا لینا۔ تشکیل نو سے کوئی بہتر بھی لگ سکتا ہے۔ مثلاً چھاتی ہٹانے کے بعد چھاتی کی تشکیل نو۔

قابو پانے والی علامات
بعض اوقات کسی کینسر کو مکمل طور پر نکالا نہیں جا سکتا۔ اس صورت حال میں، اکثر اوقات علامات پر قابو پانے اور کسی کو بہتر احساس دلانے کے لیے سرجری پھر بھی مددگار ثابت ہو سکتی ہے۔

کبھی کبھار سرجری بالکل بھی ممکن نہیں ہے۔ یہ شاید اس لیے ہو کیونکہ گلٹی نکالنی بہت مشکل ہے یا کیونکہ کینسر جسم کے دوسرے حصوں میں پھیل چکا ہے۔ اگر سرجری ممکن نہیں ہے، تو دیگر علاجوں کی مدد سے کینسر پر قابو پایا جا سکتا ہے۔

کیا سرجری سے کینسر ٹھیک ہو سکتا ہے؟

سرجری کا مقصد اکثر کینسر کو ٹھیک کرنا ہوتا ہے۔ لیکن یہ شاید ہر وقت ممکن نہ ہو۔ کبھی کبھار کینسر کے خلیے گلٹی کے ارد گرد کی جگہ یا جسم کے کسی اور حصے میں پھیل سکتے ہیں۔ خلیات کے نہایت کم گروہ ہی سرجن نہیں دیکھ سکتے اور وہ اسکین میں عام طور پر نظر نہیں آتے۔

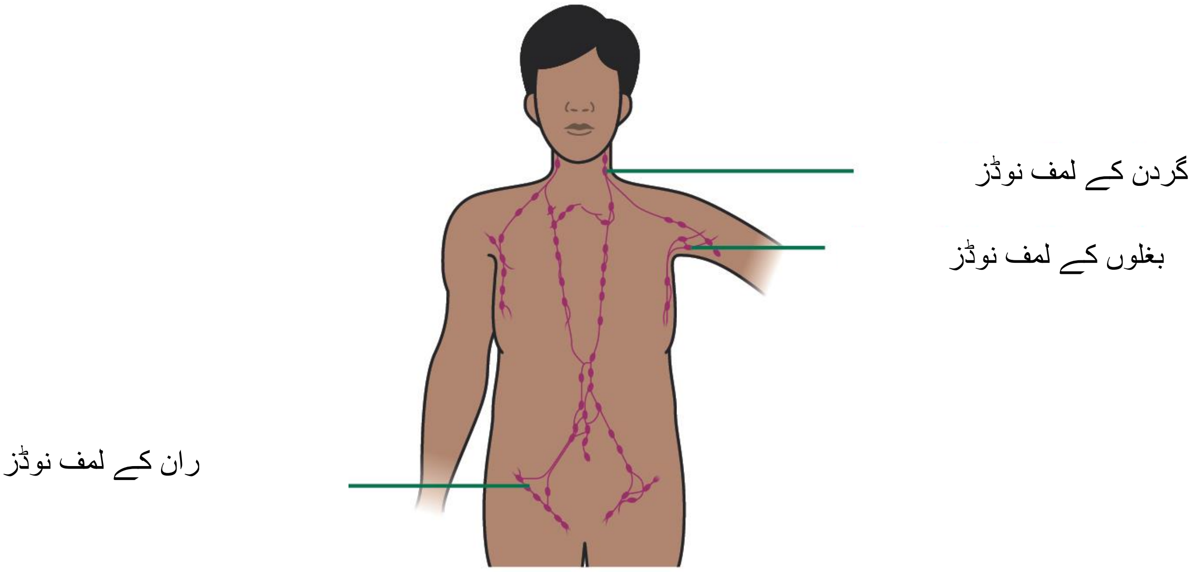
اگر اس بات کا خدشہ ہو کہ کینسر کے کچھ خلیے پیچھے رہ جائیں گے، تو آپ کا ڈاکٹر شاید آپ کو سرجری کے بعد دیگر علاج تجویز کرے، مثلاً کیموتھراپی۔ اس کی مدد سے مستقبل میں کینسر کے دوبارہ واپس آ جانے کا خطرہ کم پڑ جاتا ہے۔

بعض اوقات سرجن کو محسوس ہوتا ہے کہ وہ پورا کینسر نہیں نکال سکتا۔ ایسی صورت میں، ہو سکتا ہے کہ آپ کو دیگر علاج کروانے کی ضرورت پڑے۔

سرجری کے دوران کیا ہوتا ہے؟

سرجن کینسر کی گلٹی اور اس کے ارد گرد موجود صحت مند بافتوں کا کچھ حصہ نکالے گا۔ ڈاکٹر بافت کو ایک خورد بین کے اندر دیکھے گا۔ وہ یقینی بنائیں گے کہ گلٹی کے ارد گرد کینسر کا کوئی بھی خلیہ موجود نہ ہو۔ اس کا مطلب یہ ہو گا کہ اس کا امکان بہت کم ہے کہ کوئی بھی کینسر کا خلیہ پیچھے رہ گیا ہو۔ اس کی مدد سے کینسر کے دوبارہ واپس آجانے کا خطرہ کم ہو جاتا ہے۔

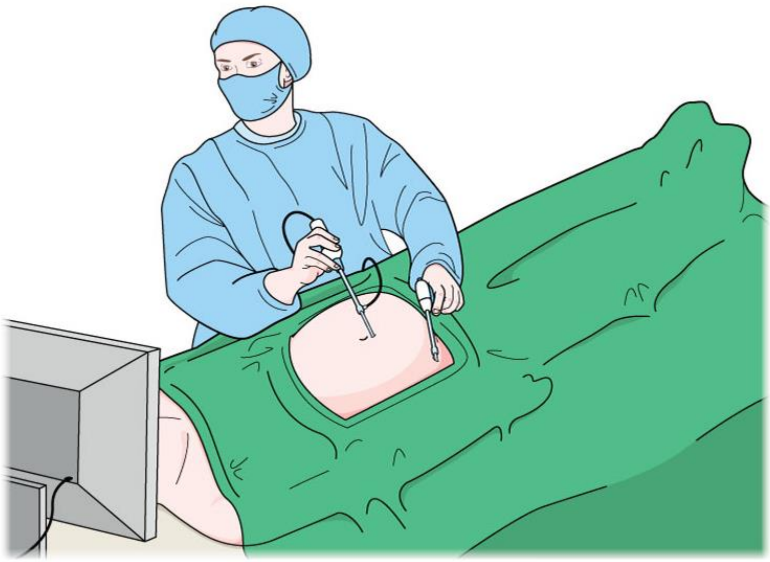
لمف نوڈز
لمف نوڈز لمفاوی نظام کا حصہ ہیں۔ یہ انفیکشن سے لڑنے میں مدد دیتے ہیں اور جسم سے سیال نکالتے ہیں۔



کینسرکے خلیات ہیں، تو یہ کینسر کے واپس آنے کے خطرے وبڑھاسکتاہےمفنوڈجو ہ نکالا گیا ہے میں کینسر کے خلیات موجود ہوں، تو آپکوایک ڈرجوکہکالوجسٹکہلاتاہے کی جانب ریفر کیا جا سکتا ہے۔ وہ آپ سے دیگر علاجوں جن سے خطرے کو کم کیا جا سکتا ہے، کے متعلق بات کریں گے۔

کی ہول سرجری (لیپروسکوپک)
اس قسم کی سرجری میں، جسم میں ایک بڑے سوراخ کی بجائے چھوٹے سوراخ کیے جاتے ہیں۔ سرجن ایک آلہ استعمال کرتا ہے تاکہ جلد میں ایک چھوٹا سا سوراخ بنا کر گلٹی کو نکال دیا جائے۔ بعض اوقات آلات کو ایک مشین نے پکڑا ہوتا ہے۔ سرجن مشین کو چلاتا ہے۔ اسے روبوٹک سرجری **کہا جاتا ہے۔**

کی ہول (Keyhole) سرجری میں چھوٹا سوراخ بنایا جاتا ہے، لہٰذا لوگ جلدی سے صحت یاب ہو جاتے ہیں۔ ایسے لوگ جو بڑے آپریشن کے متحمل نہیں ہو سکتے وہ بعض اوقات کی ہول سرجری کروا لیتے ہیں۔ یہ سرجری کی دیگر اقسام کے برابر مؤثر ہوتی ہے۔ یہ ایسے سرجن کرتے ہیں جن کے پاس سپیشلسٹ ٹریننگ ہوتی ہے۔



آپ کی سرجری سے پہلے

سرجن اور ایک ڈاکٹر جو کہ اینستھیزیسٹ کہلاتا ہے یہ چیک کریں گے کہ آیا آپ سرجری کے لیے ٹھیک ہیں۔

آپریشن سے پہلے چند ٹیسٹ کروانے کے لیے آپ کو ہسپتال جانا پڑ سکتا ہے۔ اسے پری اسیسمنٹ کلینک کہا جاتا ہے۔ ایک نرس آپ کے طبی ریکارڈ اور یہ کہ آیا آپ کو کوئی الرجی وغیرہ تو نہیں ہے، کے بارے میں پوچھے گی۔ وہ آپ کا بلڈ پریشر، نبض، قد اور وزن بھی چیک کریں گے۔ آپ کے زیر استعمال ادویات بشمول کوئی حکیمی ادویات یا سپلیمنٹس کے بارے میں انہیں بتانا ضروری ہے۔

دیگر ٹیسٹوں میں درج ذیل شامل ہو سکتے ہیں:

- خون اور پیشاب کے ٹیسٹ
- حمل کا ٹیسٹ
- چھاتی کا ایکسرے
- یہ چیک کرنے کا ٹیسٹ کہ آپ کا دل کیسا کام کر رہا ہے۔

آپ کے جو ٹیسٹ ہوں گے ان کا انحصار اس پر ہے کہ آپ کا کس قسم کا آپریشن ہو رہا ہے اور آیا آپ کوئی صحت کے مسائل ہیں یا نہیں۔

اگر آپ کو عمومی نوعیت کی بیہوشی نہ دی جا سکتی تو، تب بھی آپ کی سرجری ہو سکتی ہے۔ آپ کو ایک مختلف قسم کی بیہوشی دی جا سکتی ہے جس سے آپ کو درد کا احساس نہیں ہو گا، مگر آپ جاگتے رہیں گے۔

بہت سے لوگ سرجری ہونے کے بارے میں پریشان محسوس کرتے ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ فیملی اور دوست بھی پریشان محسوس کریں۔ اپنے ڈاکٹر یا نرس سے اپنی کسی بھی پریشانی کے بارے میں بات کرنا مدد گار ہو سکتا ہے۔

اپنے آپریشن کے متعلق ہر بات جاننا آپ کے لیے ضروری ہے۔ آپریشن سے پہلے آپ اپنے سرجن سے بات کر سکیں گے۔ سرجن سے بات کرتے وقت یہ اچھا رہے گا کہ آپ کسی ایسے شخص کو اپنے ہمراہ لے جائیں جو اردو اور انگریزی، دونوں بول سکتا ہو۔ اگر آپ کو ضرورت پیش آئی، تو شاید ہسپتال میں ترجمان دستیاب ہوں گے، مگر کوشش کریں کہ ہسپتال کو ایک ترجمان کے لیے پیشگی مطلع کریں۔

یہ بتانے کے لیے کہ آپ آپریشن کے لیے رضامند ہیں، آپ کو ایک فارم پر دستخط کرنا پڑے گا۔ اسے رضامندی دینا کہتے ہیں۔ رضامندی فارم اردو میں دستیاب ہونے چاہیں۔ آپ کا آپریشن اس کے بغیر نہیں ہو سکے گا۔

آپ کے آپریشن کے دن

آپ کے آپریشن والے دن کیا ہوتا ہے کا انحصار اس پر ہے کہ آپ کی کس قسم کی سرجری ہو رہی ہے۔ اگر آپ کو آپریشن کی تیاری کے لیے کسی چیز کی ضرورت ہے تو ہسپتال آپ کو مشورہ دے گا۔

آپ کو شاید مندرجہ ذیل کے لیے کہا جائے:

- سرجری سے پہلے کچھ کھائیں یا پیئں نہیں
- کسی بھی قسم کے زیورات یا دھاتی اشیاء کو اتار دیں
- نیل پالش یا میک اپ کو اتار دیں
- اپنے آپریشن کی صبح نہائیں۔

آپریشن سے پہلے نرس شاید آپ کو اس حصے سے جسم کے بال صاف کرنے کا کہے۔ وہ آپ کو بتائیں گے کہ کیا کرنے کی ضرورت ہے۔ جسم کے بال صرف ضرورت پڑنے پر ہی صاف کیے جاتے ہیں۔ یہ ڈس پوزیبل ریزر سے صاف کیے جاتے ہیں۔ آپریشن کے بعد بال دوبارہ آ جائیں گے۔

آپریشن کے بعد خون جمنے کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ مخصوص جرابیں جن کو دباؤ ڈالنے والی اسٹاکنگز کہا جاتا ہے پہننے سے اس کا خطرہ کم ہونے میں مدد ملتی ہے۔ ہو سکتا ہے کہ آپریشن کے دوران اور بعد میں، آپ کو یہ پہننی پڑے۔ آپ کی نرس آپ کی ٹانگیں ناپے گی اور انہیں پہننے میں آپ کی مدد کرے گی۔

آپ کے آپریشن کے بعد

آپریشن کے بعد جاگنا بعض اوقات آپ کے لیے خوفزدہ کر دینے والا عمل بھی ہو سکتا ہے، لہٰذا متوقع حالات کے بارے میں جاننا مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔

پہلی مرتبہ جاگنے پر آپ غنودگی محسوس کریں گے۔ ایک نرس آپ کا بلڈ پریشر چیک کرے گی۔ ہو سکتا ہے آپ محسوس کریں کہ بلڈ پریشر مانیٹر آپ کے بازو پر تنگ ہو جائے۔

ہو سکتا ہے کچھ نلکیاں آپ کے جسم کے ساتھ جوڑ دی جائیں۔ ان میں شامل ہو سکتی ہیں:

- ورید میں مائعات کی ڈرپ جب تک کہ آپ معمول کے مطابق کھانا پینا شروع کر دیں - یہ چند گھنٹوں یا چند دنوں تک ہو سکتی ہیں۔
- آپ کو درد اور متلی کے لیے ادویات دینے کے لیے ایک رگ میں ایک چھوٹی ٹیوب لگائی جاتی ہے – یہ اس وقت تک لگی رہتی ہے، جب تک آپ گولیاں لینے کے قابل نہ ہو جائیں۔
- ٹیوب جہاں آپ کا آپریشن ہوا ہے، جو مائعات کو ایک چھوٹی بوتل میں نکالتی ہے - یہ اکثر کچھ دنوں بعد ہٹا دی جاتی ہے۔
- چھوٹی سی نلکی جسے کیتھیٹر کہا جاتا ہے، جو کہ پیشاب کو ایک تھیلی میں جمع کرنے کے لیے آپ کے مثانے میں لگائی جا سکتی ہے – جب آپ حرکت کرنے کے قابل ہو جائیں گے تو اسے نکال دیا جائے گا۔

درد

سرجری کے بعد کچھ درد ہونا معمول کا عمل ہے۔ اس پر عام طور پر درد کی ادویات کے ذریعے آسانی سے قابو پایا جا سکتا ہے۔ اگر آپ کو درد ہو تو، اپنی دیکھ بھال کرنے والی نرس کو بتائیں۔

درد عموماً وقت کے ساتھ بہتر ہو جائے گا۔ اگر آپ کی ادویات آپ کے درد میں مدد نہیں کر رہیں، تو اپنے ڈاکٹر کو بتائیں۔ وہ آپ کی ادویات میں تبدیلی کر سکتے ہیں۔

قے یا متلی آنا

اگر آپ آپریشن کے بعد متلی محسوس کرتے ہیں، تو اپنی دیکھ بھال کرنے والی نرس کو بتائیں۔ وہ آپ کو مدد کے لیے کچھ ادویات دے سکتے ہیں۔

حرکت کرنا

آپ کو اپنے آپریشن کے بعد جلد بستر سے اٹھ جانا چاہیے۔ نرسیں آپ کی مدد کریں گی۔ حرکت کرنے سے آپ کو زیادہ جلدی بحالی حاصل کرنے میں مدد ملے گی اور مسائل بڑھنے کا خطرہ کم ہو جائے گا۔

بعض اوقات بڑے آپریشن کے بعد ہو سکتا ہے کہ آپ کو لمبے عرصے تک بستر پر رہنا پڑے۔ سرجری کے بعد سانس اور ٹانگوں کی مشقیں مسائل میں کمی لانے میں معاون ثابت ہو سکتی ہیں۔ یہ مشقیں آپ کو آپ کی نرس یا فزیوتھراپسٹ سیکھائیں گے۔

آپ کے آپریشن کے بعد چند دن تک، آپ کو نہانے دھونے اور ٹائلیٹ جانے کے لیے ہو سکتا ہے کہ کسی کی مدد درکار ہو۔ اگر آپ اپنی ہی جنس کی نرس کی مدد لینا پسند کرتے ہوں، تو اپنی نرس کو بتائیں۔

آپریشن کے بعد ہر شخص مختلف طریقے سے بحال ہوتا ہے۔ آپ شاید بعد میں کچھ وقت تک تھکا ہوا محسوس کریں۔ کچھ لوگ جلدی سے بہتر محسوس کرنا شروع کر دیتے ہیں، جبکہ دیگر لوگوں کو زیادہ لمبا عرصہ درکار ہوتا ہے۔ اس کا انحصار آپ کے ہونے والے آپریشن پر ہوتا ہے۔

زخم کی دیکھ بھال
آپ کا سرجن آپ کا زخم کلپس یا ٹانکوں کے ذریعے بند کر دے گا۔ یہ ہسپتال میں ایک نرس یا گھر پر ایک کمیونٹی یا پریکٹس نرس کی جانب سے نکالے جائیں گے۔

بعض سرجن حل ہو جانے والے ٹانکے استعمال کرتے ہیں، جنہیں نکالنے کی ضرورت نہیں ہوتی۔ زخم مندمل ہونے پر یہ غائب ہو جائیں گے۔

ہو سکتا ہے کہ آپ کے زخم کو ڈھانپنے کے لیے پٹی باندھ دی جائے۔ نرس آپ کو بتائے گی کہ اپنے زخم کی کیسے دیکھ بھال کریں۔

زخم
ہو سکتا ہے کہ شروع میں آپ کو زخم پر خارش محسوس ہو۔ اگر آپ کی سفید جلد ہے تو شاید یہ لال ہوں اور اگر گہرے رنگ کی جلد ہے تو یہ گہرے ہوں۔ وقت کے ساتھ، یہ اکثر ختم ہو جاتے ہیں، لیکن شاید یہ ہمیشہ نہ ہو۔ اگر آپ کا زخم گرم یا درد کرتا ہو یا اس سے خون یا دیگر مائعات رسنے لگیں تو فورا اپنے ڈاکٹر کو بتائیں۔

طویل مدتی اثرات

بہت سے لوگ سرجری سے بالکل ٹھیک ہو جاتے ہیں، لیکن کچھ لوگوں کو دائمی مسائل لاحق ہو جاتے ہیں۔ اس کے بارے میں ڈاکٹروں یا نرسوں کو آپریشن سے پہلے آپ سے بات کرنی چاہیے، تاکہ آپ کو معلوم ہو کہ کیا توقع کرنی چاہیے۔ اگر آپ اس بارے میں پریشان ہیں، تو اپنے ڈاکٹر یا نرس کو بتائیں۔ اکثر ایسی چیزیں موجود ہوتی ہیں جو آپ کی مدد کر سکتی ہیں۔

زرخیزی
بعض آپریشنز سے آپ کی زرخیزی پر اثر پڑ سکتا ہے، مثلًا آپ کی بچہ دانی نکال لی جانا۔ اگر اس بارے میں آپ پریشان ہوں تو، اپنے علاج سے پہلے اپنے ڈاکٹر یا نرس کو بتائیں۔

لمفوڈیما
اگر آپ کے لمف نوڈز کو نکال دیا جائے تو ہو سکتا ہے کہ آپ کو سوجن ہو جائے، جسے لمفوڈیما کہا جاتا ہے۔ لمف نوڈز جسم میں سے سیال کو باہر لے جاتے ہیں۔ ان کے نکالنے کی وجہ سے سیال جمع ہو سکتے ہیں۔ یہ مثلاً بازو یا ٹانگ میں اس جگہ کے قریب جہاں لمف نوڈز کو ہٹایا گیا ہو، میں ہو سکتا ہے۔ یہ تب بھی ہو سکتا ہے اگر آپ کو لمف نوڈز کے قریب ریڈیو تھراپی ملی ہے۔ اگر آپ کوئی سوجن محسوس کریں تو اپنے ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔ اس کا جلد علاج کروانا ضروری ہے۔

اعصابی نقصان
بعض اوقات اعصاب کو نقصان پہنچ سکتا ہے یا سرجری دوران ان کو نکالا جا سکتا ہے۔ اس سے درد یا بے حسی محسوس ہو سکتی ہے۔ یہ اکثر بہتر ہو جاتا ہے، لیکن کچھ لوگوں کے لیے، یہ مستقل ہو سکتا ہے۔ کچھ قسم کی دافع درد ادویات مددگار ہو سکتی ہیں۔ آپ اپنے سرجن سے بات کر سکتے ہیں کہ اپنی سرجری کے بعد آپ کو کیا توقع رکھنی چاہیے۔

اگر مخصوص اعصاب کو نکالا جائے یا انہیں نقصان پہنچے تو اس سے آپ کے جسم کے کام کرنے کے طریقے پر اثر پڑے گا۔ مثال کے طور پر کچھ مرد پراسٹیٹ کینسر کے بعد حالت نعوظ حاصل کرنے سے قاصر ہو جاتے ہیں۔ کچھ عورتوں کو اپنی بچہ دانی نکلوانے کی سرجری کے بعد مثانے کے مسائل ہو جاتے ہیں۔ ایسے مسائل کے ساتھ نمٹنا مشکل ہو سکتا ہے اور بہت سے لوگ اس کے بارے میں بات کرنا مشکل پاتے ہیں۔ لیکن اپنے ڈاکٹر یا نرس سے بات کرنا مدد گار ہو سکتا ہے۔ ہو سکتا ہے ایسی چیزیں ہوں جو اس میں مدد کر سکیں۔

جسمانی اور جذباتی تبدیلیاں

ایک آپریشن کے بعد ٹھیک ہونے میں کچھ وقت لگ سکتا ہے۔ بہت سے لوگ اس سے الجھن کا شکار ہوتے ہیں۔ یہ اہم ہے کہ جب آپ تھکاوٹ محسوس کریں تو آپ آرام کریں۔ آہستہ آہستہ اپنی طاقت میں اضافہ کریں۔ جب آپ ایسا کرنے کے قابل محسوس کرتے ہیں، کچھ ہلکی ورزش مثلاً چھوٹی واک آپ کو زیادہ توانائی دینے میں مدد کرے گی۔ سرجری کے بعد جو مختلف تبدیلیاں آتی ہیں، کچھ لوگ ان کے ساتھ ایڈجسٹ کرنا مشکل پاتے ہیں۔

بعض آپریشن آپ کے جسم کے خدوخال یا کام کرنے کے طریقے کو تبدیل کر دیتے ہیں۔ ان تبدیلیوں کی وجہ سے آپ برا محسوس کر سکتے ہیں۔ اس سے آپ کے اپنے بارے میں احساسات متاثر ہو سکتے ہیں۔ اس ضمن میں، بہت سی معاونت دستیاب ہے، لہٰذا اگر آپ ایسا محسوس کرتے ہیں تو، براہ کرم اپنے ڈاکٹر یا نرس سے بات کریں۔ وہ آپ کی مدد کر سکتے ہیں یا کسی کونسلر سے آپ کی ملاقات کا بندوبست کر سکتے ہیں۔ اگر آپ بات کرنا چاہیں، تو آپ میک ملن سپورٹ لائن کو کام کر سکتے ہیں اور ہماری کسی ایک نرس سے بات کر سکتے ہیں۔

میک ملن (Macmillan) آپ کی کیسے مدد کر سکتی ہے

میک ملن (Macmillan) آپ اور آپ کے خاندان کی مدد کے لیے موجود ہے۔ آپ درج ذیل سے مدد حاصل کر سکتے ہیں:

- **میک ملن سپورٹ لائن (The Macmillan Support Line) (0808 808 00 00)**۔ ہمارے پاس ترجمان موجود ہیں، لہٰذا آپ ہمارے ساتھ اپنی زبان میں بات کر سکتے ہیں۔ آپ جو زبان استعمال کرنا چاہتے ہیں، ہمیں انگریزی میں صرف اس کا نام بتائیں۔ ہم آپ کے طبی سوالات کے جوابات دے سکتے ہیں، معاشی معاونت کے متعلق معلومات فراہم کر سکتے ہیں یا آپ کے احساسات پر بھی آپ کے ساتھ بات چیت کر سکتے ہیں۔ فون لائن ہفتہ کے 7 دن، صبح 8 تا شام 8 بجے تک کھلی ہوتی ہے۔

- **میک ملن (Macmillan) کی ویب سائیٹ (macmillan.org.uk)**۔ ہماری سائیٹ پر کینسر اور کینسر کے ساتھ زندگی گزارنے کے متعلق انگریزی زبان میں کافی معلومات موجود ہے۔ اس کے بارے میں **macmillan.org.uk/translations پر دیگر زبانوں میں مزید معلومات موجود ہیں۔**

- **معلومات اور مدد کی سروسز**۔ کسی معلوماتی اور مدد کی سروس پر، آپ کسی کینسر اسپورٹ اسپیشلسٹ سے بات کر سکتے ہیں اور تحریری معلومات حاصل کر سکتے ہیں۔ اپنا قریب ترین مرکز **macmillan.org.uk/informationcentres** پر تلاش کریں یا ہمیں کال کریں۔ آپ کے ہسپتال میں بھی مرکز موجود ہو سکتا ہے۔

- **مقامی مدد کے گروپ** – مدد کے کسی گروپ میں آپ ایسے دیگر افراد سے بات چیت کر سکتے ہیں جو کینسر سے متاثرہ ہوں۔ اپنے ارد گرد **macmillan.org.uk/supportgroups** پر جا کر کوئی گروپ تلاش کریں یا ہمیں کال کریں۔

- **میک ملن (Macmillan) آن لائن کمیونٹی** – آپ کینسر سے متاثرہ دیگر لوگوں سے **macmillan.org.uk/community پر آن لائن بات کر سکتے ہیں**

الفاظ کی فہرست

لفظ (اردو)	انگریزی میں	انگریزی میں کیسے کہیں (انگریزی کے لفظ کی نقلِ حرفی)	معنی
اسکین	Scan	سکین	یہ آپ کے جسم کے اندر کی تصویر ہے۔
انیستھیٹسٹ	Anaesthetist	انیستھیٹسٹ	وہ ڈاکٹر جو آپ کو آپریشن کے لیے بے ہوش کرتا ہے۔
آنکالوجسٹ	Oncologist	آنکالوجسٹ	کینسر کا ایک ڈاکٹر جو کہ کیموتھراپی اور ریڈیوتھراپی کا ماہر ہوتا ہے۔
بینائن	Benign	بینائن	جسم میں خلیوں کا ایسا انبار جس میں کینسر نہ ہو اور جسم کے کسی بھی دوسرے حصے میں نہ پھیل سکتا ہو۔
پراسٹیٹ	Prostate	پروسٹیٹ	پراسٹیٹ مرد کے جسم میں ایک چھوٹا سا غدود ہوتا ہے۔ یہ مثانے کے نزدیک ہوتا ہے۔
جنرل اینستھیٹک	General anaesthetic	جنرل اینستھیٹک	جب آپ کو آپریشن کے لیے بے ہوش کیا جاتا ہے۔
خلیے	Cells	سیلز	یہ چھوٹی اینٹوں کی مانند ہوتے ہیں جن سے ہمارے جسم کے اعضاء اور بافتیں بنتی ہیں۔
روبوٹک سرجری	Robotic surgery	روبوٹک سرجری	جب ایک سرجری میں آلات ایک مشین پکڑتی ہے۔ ایک سرجن مشین کو چلاتا ہے۔
ریڈیوتھراپی	Radiotherapy	ریڈیوتھراپی	کینسر کا ایک علاج، جو بلند طاقت ایکس ریز کے استعمال سے کینسر کے خلیوں کو مارتا ہے۔
فزیوتھراپسٹ	Physiotherapist	فزیوتھراپسٹ	ایک پیشہ ور ماہر جو کہ کسی کو بیماری یا چوٹ سے ٹھیک ہونے کے لیے حرکت یا ورزش سے مدد کرتا ہے۔
کونسلر	Counsellor	کونسلر	ایک پیشہ ور ماہر جو لوگوں کو اپنے احساسات اور ذاتی مسائل سے نمٹنے میں مدد کے لیے تربیت یافتہ ہوتا ہے۔
کیموتھراپی	Chemotherapy	کیموتھراپی	کینسر کا ایک علاج، جو ادویات کے استعمال سے کینسر کے خلیوں کو مارتا ہے۔
گلٹی	Tumour	ٹیومر	گلٹی خلیوں کا ایک ایسا گروہ ہوتا ہے جو غیر معمولی طریقے سے بڑھ رہے ہوتے ہیں۔ یہ غیر معمولی خلیے بڑھنا جاری رکھتے ہیں اور ایک انبار کی شکل اختیار کر لیتے ہیں۔

لمفاوی نظام	Lymphatic system	لمفیٹک سسٹم	پورے جسم میں وریدوں اور غدودوں کا جال جو سیال کو نکالتا ہے اور انفیکشن سے لڑنے میں مدد کرتا ہے۔ لمف نوڈ اس میں سے ایک غدود ہے۔
لمف نوڈ	Lymph node	لمف نوڈ	ایک غدود جو کہ لمفاوی نظام کا حصہ ہے۔
میلگنینٹ	Malignant	میلگنینٹ	جسم میں خلیوں کا ایسا انبار جس میں کینسر موجود ہوتا ہے اور یہ جسم میں پھیل سکتا ہے۔

اردو میں مزید معلومات

ہمارے پاس ان موضوعات پر [اردو] میں معلومات موجود ہیں:

کینسر کی اقسام

- چھاتی کا کینسر
- بڑی آنت کا کینسر
- پھیپھڑوں کا کینسر
- پراسٹیٹ کینسر

علاج

- کیموتھراپی
- ریڈیوتھراپی
- سرجری

کینسر سے نمٹنا

- اگر آپ میں کینسر کی تشخیص ہو جائے – فوری رہنماء کتابچہ
- کھانے پینے کے مسائل اور کینسر
- زندگی کا اختتام
- مالی معاونت - بینیفٹس
- مالی امداد - اخراجات میں مدد
- صحت بخش غذاء
- تھکاوٹ (تھکن) اور کینسر
- کینسر کے علاج کے ضمنی اثرات
- آپ اپنی مدد کرنے کے لیے خود کیا کر سکتے ہیں

یہ معلومات ملاحظہ کرنے کے لیے، درج ذیل پر جائیں **macmillan.org.uk/translations**

ہم سے اردو میں بات کریں

آپ میک ملن کو **0808 808 00 00** پر مفت کال کر سکتے ہیں اور ایک ترجمان کے ذریعے ہمارے ساتھ اردو میں بات کر سکتے ہیں۔ آپ ہمارے ساتھ اپنی پریشانیوں اور طبی سوالات کے متعلق گفتگو کر سکتے ہیں۔ کال کرتے وقت، انگریزی زبان میں بس اردو کا نام لیں ("اردو" بولیں)۔

ہمارے دفاتر ہفتہ کے 7 دن، صبح 8 تا شام 8 بجے تک کھلے ہوتے ہیں۔

حوالہ جات اور تشکر

یہ معلومات میک ملن کینسر اسپورٹ (Macmillan Cancer Support) کی کینسر انفارمیشن ڈویلپمنٹ ٹیم کی جانب سے تحریر اور مرتب کی گئی ہیں۔ اس کا اردو میں ترجمہ ایک ٹرانسلیشن کمپنی نے کیا ہے۔

اس میں موجود معلومات میک ملن (Macmillan) کے کتابچہ **سرجری** پر مبنی ہے۔ ہم آپ کو ان کی نقل بھیج سکتے ہیں مگر مکمل کتابچہ صرف انگریزی میں دستیاب ہے۔

یہ معلومات متعلقہ ماہرین اور ہمارے چیف میڈیکل ایڈیٹر ڈاکٹر ٹم آئیوسن کنسلٹنٹ آنکالوجسٹ اور میک ملن چیف میڈیکل ایڈیٹر کی طرف سے تصدیق شدہ ہے۔

کینسر سے متاثرہ ان لوگوں کا بھی شکریہ جنہوں نے اس معلومات پر نظر ثانی کی۔

ہماری تمام معلومات دستیاب شدہ بہترین ثبوتوں پر مبنی ہے۔ ہمارے استعمال کیے گئے ذرائع کے بارے میں مزید جاننے کے لیے ہم سے **cancerinformationteam@macmillan.org.uk** پر رابطہ کریں

MAC12466_اردو

مواد پر نظرثانی: جنوری 2020

اگلی نظر ثانی: 2022

ہم یہ یقینی بنانے کے لیے بھرپور کوشش کرتے ہیں کہ ہماری فراہم کردہ معلومات درست ہوں مگر تسلسل کے ساتھ تبدیل ہونے والی طبی تحقیق کی تازہ ترین صورت حال کے پیش نظر ان معلومات پر انحصار نہیں کیا جا سکتا ہے۔ اگر آپ کو اپنی صحت کے حوالے سے کوئی خدشہ ہو، تو آپ کو اپنے ڈاکٹر سے رابطہ کرنا چاہیے۔ ان معلومات کی غیر درستگی یا فریق ثالث کی معلومات مثلاً ان ویب سائیٹس پر موجود معلومات، جن کے ساتھ ہم مربوط ہیں، کی غیر درستگی کی بناء پر ہونے والے کسی طرح کے نقصان کے لیے میک ملن (Macmillan) کوئی ذمہ داری قبول نہیں کر سکتی۔

© میک ملن کینسر اسپورٹ 2020 (Macmillan Cancer Support)۔ انگلینڈ اور ویلز (261017),
سکاٹ لینڈ (SC039907) اور دی آئل آف مین میں (604) پر رجسٹر شدہ چیریٹی۔ رجسٹر شدہ دفتر Albert Embankment 89,
London SE1 7UQ۔

MAC12466_اردو

ہمیں امید ہے کہ آپ ان معلومات کو مفید پائیں گے۔ اگر آپ کوئی سوالات پوچھنا چاہتے ہیں، تو ہم آپ کو آپ ہی کی زبان میں بذریعہ فون مدد فراہم کر سکتے ہیں۔ ہماری خدمات مفت ہیں۔ ہمیں اس نمبر 00 00 808 0808 پر فون کریں (ہفتہ کے 7 دن، صبح 8 تا شام 8 بجے تک) اور انگریزی میں اپنی ترجیحی زبان کا نام بتائیں۔

Surgery: Language

Surgery

This information is about surgery (having an operation).

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 surgery as part of their treatment. It might not be the only treatment you need. Some people also need chemotherapy or radiotherapy. 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**, 7 days a week, 8am to 8pm. We have interpreters, so you can speak to us in your own language. When you call us, please tell us in English which language you need (say "xxxxx").

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

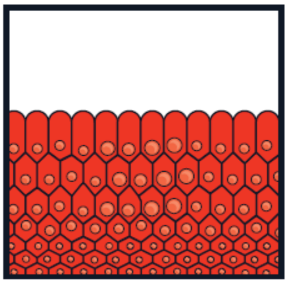
This information is about:

- What is cancer?
- Your surgeon
- Why do you need surgery?
- Can the surgery cure the cancer?
- What happens during surgery?
- Before your operation
- On the day of your operation
- After your operation
- Long-term effects
- Physical and emotional changes
- How Macmillan can help you
- Word list
- More information in [language]
- References and thanks

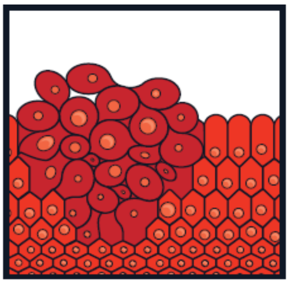
What is cancer?

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.

Your surgeon

The doctor who does your operation is called a surgeon. It is important to see the right surgeon for your type of cancer. For example, someone with breast cancer will see a breast surgeon. The surgeon usually works at a local hospital. You can ask the surgeon about their experience if you want to.

If you have a less common cancer, you may need to see a surgeon at a specialist cancer hospital. This may be further away from where you live.

Why do you need surgery?

There are different reasons people have surgery for cancer:

Diagnosis
The surgeon may remove a small piece of the cancer. This is called a biopsy. A biopsy can also be taken during certain types of scans. It helps doctors find out what type of cancer it is.

Staging
Staging is when doctors look at how big a cancer is and whether it has spread to any other parts of the body. Knowing the stage of the cancer can help doctors to plan your treatment. Staging usually involves having some scans. There are different types of scan. Your doctor or nurse will explain which one you might need and what to expect.

This is an example of someone having a CT scan:

If your surgeon cannot see the tumour on a scan, you may need other tests. These tests could involve looking inside the body using a special tool with a light and a camera on the end. This can be done in two ways:

- Sometimes the tool is passed through a small cut in the tummy (abdomen). This is known as keyhole surgery.
- Sometimes the tool is passed through a natural opening to your body. For example, they can pass the tool into your mouth, look down your throat and into your tummy area (abdomen).

Treatment
Surgery is used to try to remove the tumour and the area around it, which might contain cancer cells. Sometimes, surgery is used to remove cancer cells that have spread into another part of the body.

Sometimes other treatments, such as chemotherapy and radiotherapy, are given before surgery to make the tumour smaller. This may mean that less surgery is needed.

Before any treatment, a group of doctors and other health care professionals will meet to discuss your situation. This helps to make sure you are getting the best treatment. After the meeting, your cancer specialist or nurse will talk to you about your treatment options.

Reconstruction
Reconstruction means to have a new body part made. This may help the body work better. An example is making a new bladder if it has been removed. Reconstruction can also make someone look better. For example, having breast reconstruction after having a breast removed.

Controlling symptoms
Sometimes cancer cannot be completely removed. In this case, surgery can often still help to control symptoms and make someone feel better.

Sometimes surgery is not possible. This may be because the tumour is too difficult to remove, or because the cancer has spread to other parts of the body. If surgery is not possible, other treatments can help control the cancer.

Can the surgery cure the cancer?

Often the aim of surgery is to try to cure the cancer. But this may not always be possible. Sometimes cancer cells can spread to the area around the tumour or to another part of the body. Very small groups of cells cannot be seen by the surgeon and they don't always show up on scans.

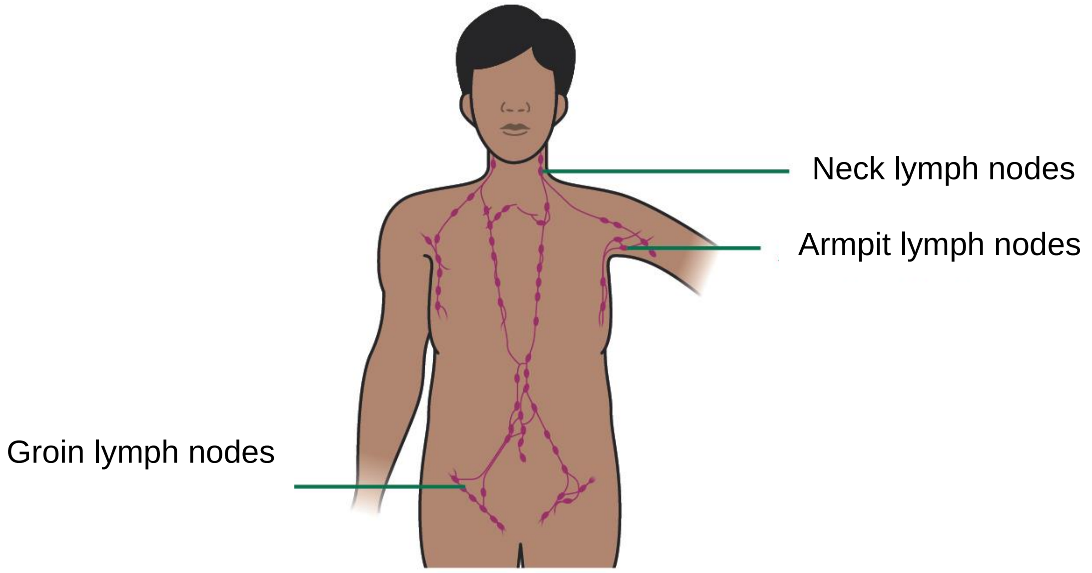
If there is a risk that some cancer cells could be left behind, your doctor may suggest you have other treatments after surgery, such as chemotherapy. This can help to reduce the risk of cancer coming back in the future.

Sometimes a surgeon will find that they cannot remove the whole cancer. In this case, you may have other treatments.

What happens during surgery?

The surgeon will remove the tumour and an area of healthy tissue around it. A doctor will look at the tissue under a microscope. They will make sure the area around the tumour does not contain any cancer cells. This will mean it is less likely that any cancer cells have been left behind. This helps to reduce the risk of the cancer coming back.

Lymph nodes
Lymph nodes are part of the lymphatic system. This helps to fight infection and drain fluid from the body.

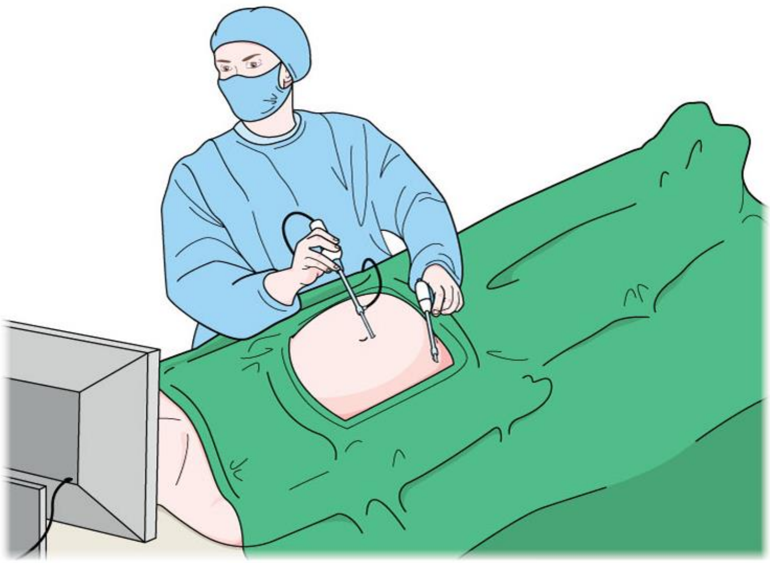


The surgeon may remove some lymph nodes close to the tumour. This is because cancer cells can spread to lymph nodes. If the lymph nodes contain cancer cells, this can increase the risk of the cancer coming back.

If the lymph nodes removed contain cancer cells, you may be referred to a doctor called an oncologist. They will talk to you about other treatments that could reduce this risk.

Keyhole surgery (laparoscopic)
In this type of surgery, small openings are made in the body instead of one large cut. The surgeon uses an instrument to remove the tumour through a small cut in the skin. Sometimes a machine holds the tools. The surgeon operates the machine. This is called robotic surgery**.**

Keyhole surgery leaves a smaller wound, so people recover more quickly. Sometimes people who are not well enough for a big operation may be able to have keyhole surgery. Keyhole surgery is as good as other types of surgery. It is done by surgeons with specialist training.



Before your surgery

The surgeon and a doctor called an anaesthetist will check that you are well enough to have the surgery.

You will usually have a hospital appointment before the operation to have some tests. This is called a pre-assessment clinic. A nurse will ask about your medical history and if you have any allergies. They will also check your blood pressure, pulse, height and weight. It is important to tell them about any medicines you are taking, including any herbal remedies or supplements.

Other tests may include:

- blood and urine tests
- pregnancy test
- chest x-ray
- test to check how well your heart is working.

The tests you have will depend on what type of operation you are having, and whether you have any other health problems.

If you cannot have a general anaesthetic, you may still be able to have surgery. You may be given a different type of anaesthetic that stops any feeling or pain in the area, but you will stay awake.

Most people feel worried about having surgery. Family and friends might also feel worried. Talking to your doctor or nurse about any worries you have can help.

It is important that you understand everything about your operation. You should be able to talk to your surgeon before your operation. When you speak to the surgeon, it is a good idea to take someone with you who speaks both [language] and English. Interpreters may be available at the hospital but try to ask for one in advance if you would like one.

You will need to sign a form to say that you agree to have the operation. This is called giving consent. Consent forms should be available in [language]. You cannot have an operation without one.

On the day of your operation

What happens on the day of your operation depends on which type of surgery you are having. The hospital will give you advice if you need to do anything to prepare for the operation.

You might be asked to:

- not eat or drink anything before your surgery
- remove any jewellery or metal objects
- remove any nail varnish or make-up
- wash on the morning of your operation.

The nurse may ask you to remove the body hair from the area before the operation. They will tell you what you need to do. Body hair is only shaved if it is needed. It is done using a disposable razor. The hair will grow back after the operation.

Having an operation can increase the risk of a blood clot. Special socks called compression stockings help to reduce this risk. You might need to wear a pair of these during and after your operation. Your nurse will measure your legs and help you put them on.

After your operation

Waking up after your operation can sometimes feel frightening, so it can help to know what to expect.

When you first wake, you will feel sleepy. A nurse will check your blood pressure. You might feel the blood pressure monitor tighten on your arm.

You may also have some tubes connected to your body. These could include:

- a drip of fluids into a vein until you can eat and drink normally – this may be a few hours or a few days.
- a small tube into a vein to give you medicines for pain and sickness – this is until you are able take tablets
- a tube where you had the operation, to drain away fluid into a small bottle – this is usually removed after a few days
- a small tube called a catheter, to drain urine from your bladder into a bag – this will be removed when you are able to move around.

Pain
It is normal to have some pain after surgery. This can usually be well controlled with pain medicine. If you have any pain, tell the nurse looking after you.

The pain will usually improve over time. If your medicines are not helping with your pain, tell your doctor. They can make changes to your medicine.

Feeling sick or being sick
If you feel sick after your operation, tell the nurse looking after you. They can give you medicines to help.

Moving around
You should be able to get out of bed soon after your operation. The nurses will help you. Moving around will help you recover more quickly and reduce the risk of problems.

Sometimes after a big operation you may have to stay in bed for a longer time. Breathing exercises and leg exercises can help reduce the risk of problems after surgery. Your nurse or a physiotherapist will teach you these exercises.

For a few days after your operation, you may need some help to wash and go to the toilet. Speak to your nurse if you would prefer to be helped by a nurse of the same sex.

Everyone recovers from an operation differently. You might feel tired for some time afterwards. Some people feel better quickly, while others can take much longer. This depends on the type of operation you have had.

Wound care
Your surgeon will close your wound with clips or stitches. These will be removed by a nurse at hospital or at home by a community or practice nurse.

Some surgeons use stitches that dissolve and don't need to be removed. These will disappear when the area heals.

You may have a dressing to cover your wound. The nurse will tell you how to look after your wound.

Scars
Your scar may feel itchy at first. It may be red if you have white skin, or darker if you have dark skin. In time, it will usually fade, although this might not always happen. It is important to tell your doctor straight away if your wound becomes hot, painful, bleeds or leaks fluid.

Long-term effects

Many people recover well from surgery, but some people have long-term problems. The doctors or nurses should talk to you about this before your operation, so you know what to expect. If you are worried about any of these, talk to your doctor or nurse. There are usually things that can help.

Fertility
Some operations can affect your fertility, such as having your womb removed. If you are worried about this, talk to your doctor or nurse before your treatment starts.

Lymphoedema
If your lymph nodes have been removed, you may get swelling called lymphoedema. The lymph nodes drain fluid out of the body. Removing them can cause fluid to build up. This can happen for example in an arm or leg near where the lymph nodes have been removed. It can also happen if you have had radiotherapy near lymph nodes. Contact your doctor if you notice any swelling. It is important to treat it quickly.

Nerve damage
Sometimes nerves can be damaged or removed during surgery. This can cause pain or numbness. This usually gets better, but for some people, it can be permanent. There are certain types of painkillers that can help. You can ask your surgeon about what to expect after your surgery.

If certain nerves are removed or damaged, it can affect how your body works. For example, some men are unable to get an erection after surgery for prostate cancer. Some women have bladder problems after surgery to remove their womb. It can be difficult to cope with these types of problems and many people find them difficult to talk about. But talking to your doctor or nurse can help. There may be things they can do to help.

Physical and emotional changes

Recovering after an operation can take some time. Many people find this frustrating. It is important to rest when you feel tired. Try to increase your strength gradually. When you feel able to, doing gentle exercise such as a short walk can help give you more energy. Some people can find it difficult to adjust to the different types of changes that surgery might bring.

Some operations change the way your body looks or the way your body works. These changes may cause you to feel upset. They could affect the way you feel about yourself. There is a lot of support available, so please talk to your nurse or doctor if you feel this way. They should be able to help you or arrange for you to see a counsellor. If you would like to talk, you could call the Macmillan Support Line and speak to one of our nurses.

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 7 days a week, 8am 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**
	Anaesthetist		The doctor who puts you to sleep for an operation.
	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.
	Chemotherapy		A cancer treatment that uses drugs to kill cancer cells.
	Counsellor		A professional who is trained to help people cope with their emotions or personal problems.
	General anaesthetic		When you are put to sleep for an operation.
	Lymphatic system		A network of vessels and glands throughout the body that helps to drain fluid and fight infection. A lymph node is one of these glands.
	Lymph node		A gland that is part of the lymphatic system.
	Malignant		A lump in the body that is cancer and can spread around the body.
	Oncologist		A cancer doctor who is an expert in chemotherapy and radiotherapy.
	Prostate		The prostate is a small gland inside a man's body. It is near the bladder.

	Physiotherapist		A professional who helps someone use movement or exercise to recover from illness or injury.
	Radiotherapy		A cancer treatment that uses high-energy x-rays to kill cancer cells.
	Robotic surgery		When a machine holds the tools in surgery. A surgeon operates the machine.
	Scan		This is a picture taken of the inside of your body.
	Tumour		A tumour is a group of cells that are growing in an abnormal way. The abnormal cells keep multiplying and form a lump.

More information in [language]

We have information in [language] about these topics:

Types of cancer	Coping with cancer
• Breast cancer • Large bowel cancer • Lung cancer • Prostate cancer **Treatments** • Chemotherapy • Radiotherapy • Surgery	• If you are diagnosed with cancer – a quick guide • 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 7 days a week, 8am 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 **Surgery**. 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**

MAC12466_Language

Content reviewed: January 2020

Next planned review: 2022

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 2020. Registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Registered office 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

MAC12466_Language