



Efectele secundare ale tratamentului împotriva cancerului: română

Side effects of cancer treatment: Romanian

Această broșură se referă la efectele negative ale tratamentului împotriva cancerului.

Dacă aveți întrebări cu privire la aceste informații, adresați-vă medicului dvs. sau asistentului medical de la spitalul în care vă aflați sub tratament.

De asemenea, puteți apela Macmillan Cancer Support la numărul de telefon gratuit 0808 808 00 00, în fiecare zi a săptămânii, între orele 08:00 și 20:00. Avem la dispoziție interpreți, prin urmare ne puteți vorbi în limba dvs. maternă. Când sunați, spuneți în engleză limba în care doriți să continuăm conversația.

Găsiți mai multe informații despre cancer în această limbă pe site-ul nostru web. Vizitați macmillan.org.uk/translations

Iată subiectele acoperite:

- [Ce sunt efectele secundare?](#)
- [Posibilele efecte secundare](#)
- [Obținerea îngrijirii și sprijinului potrivite pentru dvs.](#)
- [Cum vă poate ajuta Macmillan](#)
- [Mai multe informații în limba dvs.](#)
- [Bibliografie și mulțumiri](#)

Ce sunt efectele secundare?

Efectele secundare sunt efecte nedorite ale tratamentului împotriva cancerului. Printre exemple se numără pierderea părului, senzația de greață sau oboseala.

Majoritatea efectelor secundare dispar după încheierea tratamentului. Totuși, unele efecte secundare persistă mult timp sau nu dispar niciodată. Unele efecte secundare apar cu luni sau ani după terminarea tratamentului.

Efectele secundare pe care le aveți depind de tratamentul dvs. și fiecare persoană poate fi afectată în mod diferit. Puteți avea doar câteva dintre efectele secundare menționate. Echipa dvs. de oncologie vă va oferi mai multe informații despre efectele secundare resimțite de dvs.

Tratamentele împotriva cancerului

Există diferite tipuri de tratamente împotriva cancerului:

- Intervenție chirurgicală (operație) pentru îndepărtarea unei tumori și a țesuturilor din apropiere care pot conține celule canceroase.
- Chimioterapia utilizează medicamente anticancer pentru a distruge celulele canceroase.
- Radioterapia utilizează raze X de înaltă energie pentru a distruge celulele canceroase.
- Terapiile cu hormoni modifică modul de producere sau funcționare a hormonilor în cadrul organismului.
- Terapia țintită, cu ajutorul unor medicamente, vizează ceva aflat în interiorul sau în jurul celulelor canceroase și care le ajută să crească și să supraviețuiască.
- Imunoterapia folosește sistemul imunitar pentru a găsi și ataca celulele canceroase.

Posibilele efecte secundare

Număr scăzut de celule sanguine

Tratamentul pentru cancer poate afecta măduva osoasă, locul unde se produc celulele sanguine. Acest lucru poate duce la un număr scăzut de celule sanguine. Se întâmplă cel mai des în timpul chimioterapiei. Însă și unele medicamente pentru terapie țintită și imunoterapie pot provoca un număr scăzut de celule sanguine. Acest lucru se întâmplă în cazul radioterapiei numai dacă se tratează o zonă mare.

Număr scăzut de leucocite (neutropenie)

Numărul scăzut de leucocite se numește neutropenie. Dacă numărul de leucocite din sânge este scăzut, este mai probabil să contractați o infecție.

Este important ca orice infecție să fie tratată cât mai curând posibil. Contactați imediat spitalul la linia telefonică disponibilă non-stop dacă aveți oricare dintre următoarele simptome:

- temperatură de peste 37,5°C
- temperatură sub 36°C
- vă simțiți rău, chiar dacă aveți temperatură normală
- aveți simptomele unei infecții.

Printre simptomele unei infecții se numără:

- frisoane sau tremur
- dureri în gât
- tuse
- dificultăți de respirație
- diaree
- nevoie crescută de a urina (a face pipi) sau disconfort în timpul urinării.

Este important să urmați orice sfat concret al echipei dvs. oncologice.

Medicul oncolog sau asistentul medical vă va informa despre perioada cea mai probabilă când nivelul de leucocite poate scădea. Este important să acordați o atenție sporită pentru a preveni infecțiile în perioadele respective.

Număr scăzut de globule roșii (anemie)

Tratamentul împotriva cancerului pot reduce numărul globulelor roșii din sânge. Eritrocitele transportă oxigen în tot corpul. Un număr scăzut de eritrocite înseamnă anemie. Puteți resimți:

- un nivel foarte scăzut de energie
- dificultăți de respirație
- amețeli și vertij.

Anunțați echipa de oncologie dacă resimțiți aceste simptome. Dacă sunteți foarte anemic(ă), este posibil să aveți nevoie de o transfuzie pentru suplimentarea eritrocitelor. Aceasta se numește transfuzie de sânge.

Număr scăzut de trombocite

Tratamentul împotriva cancerului pot reduce numărul trombocitelor din sânge. Trombocitele sunt celule care ajută sângele să se coaguleze.

Dacă nivelul trombocitelor este scăzut, este posibil să vă învinețiți sau să sângerăți ușor. Ați putea avea:

- sângerări ale nasului
- sângerări gingivale
- menstruații abundente
- sânge în urină (pipi) sau în scaun (caca)
- mici pete roșii sau violete pe piele, care pot arăta ca o erupție cutanată.

Anunțați echipa de oncologie dacă aveți vânătăi sau sângerări inexplicabile.

Unele persoane pot avea nevoie de trombocite suplimentare administrate prin transfuzie. Aceasta se numește transfuzie de trombocite.

Căderea părului și modificări ale părului

Unele tratamente împotriva cancerului, cum ar fi unele chimioterapii, pot provoca uneori căderea părului. Pierderea părului este, de obicei, temporară. Echipa de oncologie vă va spune dacă există șanse să vă pierdeți părul.

S-ar putea să nu vă pierdeți tot părul, dar aspectul și textura părului dvs. se pot schimba. Gradul de cădere a părului poate varia. Acesta depinde de:

- medicamentul sau combinația de medicamente administrate
- doza fiecărui medicament
- modul în care reacționează corpul dvs.

Epuizare (oboseală)

Numeroase tratamente oncologice pot provoca oboseală. Pentru majoritatea oamenilor, problema epuizării se rezolvă parțial sau total după încheierea tratamentului. În unele cazuri însă poate continua.

Încercați să vă odihniți atât cât aveți nevoie. Este util, de asemenea, să efectuați exerciții ușoare, precum plimbările scurte.

Oboseala poate avea un impact mare asupra vieții dvs. de zi cu zi și asupra modului în care vă simțiți în general. Vorbiți cu echipa de oncologie, deoarece există lucruri pe care le pot face pentru a vă ajuta. De exemplu, este posibil să poată trata unele dintre cauzele oboselii, cum ar fi anemia.

Avem mai multe informații despre oboseală (epuizare) în limba dvs. pe site-ul nostru web, pe care le puteți accesa la macmillan.org.uk/translations

Durerile la nivelul gurii și ulceratiile

Unele tratamente împotriva cancerului pot provoca dureri la nivelul gurii sau uscarea acesteia. Puteți observa mici ulceratii. Încercați să:

- beți multe lichide
- consumați mâncare umedă, adăugând sosuri sau zeamă
- vă curățați dinții cu grijă, cu ajutorul unei periuțe moi
- urmați o rutină potrivită de îngrijire orală.

Informați echipa de oncologie dacă aveți dureri la nivelul gurii. Aceștia pot:

- verifica dacă există infecții
- să vă ofere apă de gură
- să vă prescrie medicamente sau să vă recomande luarea unor analgezice
- să vă prescrie un gel de protecție a mucoasei bucale.

Senzația de greață sau vărsături

Unele tratamente pentru cancer pot provoca senzație de rău (greață) sau vărsături. În caz de nevoie, echipa de oncologie vă poate prescrie medicamente antiemetice.

Anunțați echipa de oncologie dacă medicamentele nu vă ajută. Aceștia vă pot prescrie medicamente de alt tip.

Medicamentele antiemetice funcționează mai bine atunci când le luați în mod regulat. Unele medicamente antiemetice vă pot constipa.

Pierderea poftei de mâncare

Unele persoane își pierd apetitul în timpul tratamentului împotriva cancerului. În acest caz, încercați să luați gustări mici regulate în locul meselor mari. Dacă aveți probleme cu mâncatul, este important să informați echipa de oncologie. Aceasta vă va sfătui cu privire la îmbunătățirea apetitului dvs. și menținerea unei greutate sănătoase.

Modificări ale gustului

Puteți observa că alimentele au un gust diferit. Unele persoane simt un gust ciudat, metalic sau amar, în gură. Sugerea unor dulciuri fără zahăr sau a unor drajeuri mentolate v-ar putea fi de ajutor. Senzația normală gustativă revine, de obicei, după terminarea tratamentului.

Constipație

Unele tratamente împotriva cancerului pot provoca constipație. Constipația înseamnă că nu aveți scaun (caca) la fel de des ca de obicei. Scaunul poate deveni mai tare și defecația poate deveni dificilă sau dureroasă.

Alte medicamente, precum analgezicele și medicamentele antiemetice, pot provoca, de asemenea, constipație. Puteți ameliora acest lucru, dacă încercați să consumați cantități mari de lichide și alimente bogate în fibre precum și dacă efectuați exerciții fizice ușoare. Dacă încă suferiți de constipație, este posibil să fie nevoie să luați un medicament numit laxativ.

Diaree

Diaree înseamnă mai multe scaune (caca) decât în mod obișnuit ori scaune apoase sau moi. Dacă aveți o stomă, aceasta poate fi mai activă decât de obicei.

Multe tratamente și medicamente împotriva cancerului, precum antibioticele, pot cauza diaree. Aceasta poate fi cauzată și de o infecție.

Diareea poate fi o problemă temporară, ușoară. În unele cazuri, însă, poate fi severă și poate provoca deshidratare. Poate duce la stări de rău foarte grave, fiind necesară o consultație de către un medic sau contactarea spitalului pentru a solicita ajutor în gestionarea situației. Este important să spuneți echipei de oncologie dacă aveți diaree, dacă aceasta se agravează sau dacă tratamentul antidiareic nu vă ajută. De asemenea, este important să urmați sfaturile echipei oncologice.

Schimbări la nivelul pielii

Unele tratamente împotriva cancerului vă pot afecta pielea. Echipa oncologică vă va informa despre orice modificări care ar putea apărea din cauza tratamentului împotriva cancerului.

Echipa de oncologie vă poate oferi sfaturi pentru îngrijirea pielii dvs. Informați echipa despre orice modificări la nivelul pielii. Este foarte important să urmați sfaturile acestora. S-ar putea să existe anumite produse pe care ar trebui să le utilizați sau pe care trebuie să le evitați.

Dacă aveți pielea uscată sau mâncărimi, folosiți o cremă hidratantă pe față și pe corp de cel puțin 2 ori pe zi. S-ar putea să aveți nevoie de o cremă hidratantă mai bogată decât cea pe care o folosiți de obicei.

Dacă pielea dvs. este foarte iritată, protejați-vă pielea de zgârieturi prin menținerea unghiilor curate și scurte. În loc să vă scărpiți, încercați să frecați sau să tamponați zonele cu prurit.

Dacă vă expuneți la soare, folosiți o cremă solară cu un factor de protecție solară ridicat (cel puțin 30 SPF) pe zonele expuse. Protejați-vă pielea, evitând expunerea la soare în cele mai fierbinți ore ale zilei.

Schimbări la nivelul unghiilor

Unele tratamente pot cauza o creștere mai lentă a unghiilor sau ruperea mai ușoară a acestora. Este posibil să observați creste sau linii albe ori închise pe unghii. Uneori, unghiile se pot slăbi sau chiar cădea.

Anunțați medicul sau asistentul medical despre orice schimbări la nivelul unghiilor. Starea unghiilor dvs. trebuie să revină la normal după terminarea tratamentului împotriva cancerului.

Mâini și picioare inflamate

Unele tratamente medicamentoase împotriva cancerului pot provoca inflamații în palme sau în tălpile picioarelor. Dacă aveți pielea albă, zona poate deveni roșie. Dacă aveți pielea neagră sau maronie, zona poate deveni mai închisă la culoare.

Este posibil să resimțiți și dureri sau furnicături în palme sau tălpi. Această situație se numește sindrom palmar-plantar sau sindrom mână-picior. Anunțați echipa de oncologie dacă se întâmplă acest lucru. Pentru ameliorarea inflamației la nivelul mâinilor și picioarelor:

- mențineți mâinile și picioarele reci
- hidratați-le regulat
- purtați mănuși când lucrați în casă sau în grădină
- evitați șosetele, pantofii și mănușile strâmte.

Schimbările hormonale

Hormonii controlează multe procese din organism. Unele tratamente de terapie hormonală pot modifica nivelurile hormonilor sexuali estrogen și testosteron. Efectele secundare ale terapiei hormonale pot fi temporare sau permanente.

Printre ele se numără:

- bufeuri și transpirații
- schimbări de dispoziție
- libidou scăzut
- probleme de erecție
- uscăciune vaginală
- oboseală.

Imunoterapia poate afecta modul în care organismul produce hormonii. Este posibil să vi se efectueze analize de sânge regulate pentru a verifica nivelurile hormonale și să primiți tratament pentru a le gestiona. Dacă vi se administrează imunoterapie, echipa oncologică vă va spune ce semne anume trebuie să urmăriți.

Uneori, efectele secundare ale imunoterapiei pot apărea după terminarea tratamentului. Dacă observați efecte secundare hormonale în timpul sau după tratamentul de imunoterapie, spuneți imediat medicului dvs. sau asistentului medical. Aceștia vă pot oferi sfaturi și tratament.

Dacă aveți bufeuri și transpirați:

- Alegeți materiale naturale pentru haine și lenjeria de pat, cum ar fi bumbacul.
- Purtați straturi de îmbrăcăminte, pentru a le putea scoate unele, dacă este necesar.
- Păstrați temperatura camerei la nivel scăzut sau folosiți un ventilator.
- Faceți dușuri sau băi călduțe în locul celor fierbinți.
- Băuturile reci vă pot ajuta, dar trebuie să evitați alcoolul și cofeina.

Dacă observați schimbări de dispoziție sau de libidou, vorbiți cu echipa de oncologie.

Aceștia vă pot oferi tratamente și sprijin sau vă pot îndruma către un consilier.

Discutați cu echipa de oncologie despre tratamentele și sprijinul disponibil pentru efectele secundare, cum ar fi problemele de erecție și uscăciunea vaginală.

Obținerea îngrijirii și sprijinului potrivite pentru dvs.

Dacă aveți cancer și nu vorbiți limba engleză, este posibil să fiți îngrijorat(ă) că acest lucru vă va afecta tratamentul și îngrijirea. Totuși, echipa dvs. medicală vă va oferi îngrijirea, sprijinul și informațiile de care aveți nevoie.

Știm că anumite persoane pot întâmpina provocări suplimentare în ceea ce privește obținerea sprijinului necesar. De exemplu, dacă lucrați sau aveți familie, este posibil să vă faceți griji și în privința banilor și costului deplasărilor. Toate aceste lucruri pot fi stresante și greu de gestionat.

Cum vă poate ajuta Macmillan

La Macmillan, știm că diagnosticarea cu cancer poate afecta totul și suntem aici pentru a vă sprijini.

Linia de asistență Macmillan

Disponem de traducători, deci ne puteți vorbi în limba dvs. Este suficient să ne spuneți, în engleză, în ce limbă doriți să vorbiți.

Consilierii noștri experți accesibili pe linia de asistență Macmillan vă pot ajuta referitor la întrebările dvs. medicale ori pot fi alături de dvs. pentru a vă asculta dacă aveți nevoie să vorbiți cu cineva. Putem discuta cu dvs. și despre grijile dvs. legate de bani și vă putem recomanda alte organizații utile care vă pot ajuta. Această linie telefonică gratuită și confidențială este disponibilă 7 zile pe săptămână, în intervalul 08:00-20:00. Sunați-ne la 0808 808 00 00.

Site-ul web Macmillan

Site-ul nostru web dispune de numeroase informații despre cancer în limba engleză. Sunt disponibile și informații suplimentare în alte limbi pe

macmillan.org.uk/translations

Este posibil să vă putem ajuta și cu traduceri personalizate. Trimiteți-ne un e-mail la informationproductionteam@macmillan.org.uk și spuneți-ne de ce anume aveți nevoie.

Centre de informare

Centrele noastre de informare și sprijin se află în spitale, biblioteci și centre mobile. Vizitați unul dintre acestea pentru a obține informațiile de care aveți nevoie și discutați cu cineva în persoană. Puteți găsi cel mai apropiat centru, accesând macmillan.org.uk/informationcentres sau ne puteți suna la 0808 808 00 00.

Grupuri de sprijin locale

În cadrul unui grup de sprijin puteți discuta cu alte persoane afectate de cancer. Aflați mai multe despre grupurile de sprijin din regiunea dvs., accesând macmillan.org.uk/supportgroups sau sunați-ne la 0808 808 00 00.

Comunitatea online Macmillan

Puteți discuta și online cu alte persoane afectate de cancer, pe macmillan.org.uk/community

O puteți accesa în orice moment, atât ziua, cât și noaptea. Vă puteți împărtăși experiențele, adresa întrebări sau puteți pur și simplu să citiți postările altor persoane.

Mai multe informații în limba dvs.

Avem informații în limba dvs. despre următoarele subiecte:

Semne și simptome ale cancerului

- Informații despre semne și simptome

Dacă sunteți diagnosticat(ă) cu cancer

- Îngrijirea bolnavilor de cancer în Marea Britanie
- Asistență medicală pentru refugiați și persoanele care solicită azil
- Dacă sunteți diagnosticat(ă) cu cancer

Tipuri de cancer

- Cancer de colon
- Cancer mamar
- Cancer de col uterin
- Cancer pulmonar
- Cancer de prostată

Tratament împotriva cancerului

- Chimioterapie
- Radioterapie
- Septicemia și cancerul
- Efecte secundare ale tratamentului împotriva cancerului
- Intervenții chirurgicale

Viața cu cancer

- Solicitarea ajutoarelor dacă suferiți de cancer
- Problemele de alimentație și cancerul
- Alimentația sănătoasă
- Ajutor cu cheltuielile atunci când suferiți de cancer
- Persoanele LGBTQ+ și cancerul
- Oboseala (epuizarea) și cancerul

Sfârșitul vieții

- Sfârșitul vieții

Pentru a vedea aceste informații, accesați macmillan.org.uk/translations

Pentru asistență suplimentară pentru înțelegerea informațiilor, accesați macmillan.org.uk/understandinginformation

Bibliografie și mulțumiri

Aceste informații au fost scrise și verificate de către echipa de elaborare a documentațiilor despre cancer din cadrul Macmillan Cancer Support. Acestea au fost traduse în această limbă de către o companie de traduceri.

Informațiile incluse se bazează pe conținutul privind efectele secundare ale tratamentului cancerului disponibil în limba engleză pe site-ul nostru web.

Aceste informații au fost revizuite de experți relevanți și aprobate de membrii Centrului de Expertiză Clinică al Macmillan.

Le mulțumim, de asemenea, persoanelor afectate de cancer care au revizuit aceste informații.

Toate informațiile pe care le deținem se bazează pe cele mai bune dovezi disponibile. Pentru mai multe informații despre sursele pe care le utilizăm, trimiteți un e-mail la informationproductionteam@macmillan.org.uk

Conținut revizuit: 2025

Următoarea revizuire planificată: 2028

MAC14364_Romanian_E03

Depunem toate eforturile pentru a ne asigura că informațiile pe care le oferim sunt exacte și actualizate, dar nu trebuie să vă bazați pe acestea ca pe un înlocuitor pentru recomandările profesionale ale unui specialist, adaptate situației dvs. În măsura maximă permisă de lege, Macmillan nu acceptă nicio responsabilitate în legătură cu utilizarea oricărei informații cuprinse în această publicație sau a celor de la terți ori de pe site-urile web incluse sau la care se face trimitere.

© Macmillan Cancer Support 2025, organizație de binefacere înregistrată în Anglia și Țara Galilor (261017), Scoția (SC039907) și Insula Man (604). Activează și în Irlanda de Nord. O companie cu răspundere limitată prin garanție, înregistrată în Anglia și Țara Galilor cu numărul 2400969. Număr de înregistrare pentru Insula Man 4694F. Sediul social: 3rd Floor, Bronze Building, The Forge, 105 Sumner Street, London, SE1 9HZ. Nr. TVA: 668265007





Side effects of cancer treatment: English

This information is about the side effects of cancer treatment.

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

You can also call Macmillan Cancer Support on freephone 0808 808 00 00, 7 days a week, 8am to 8pm. We have interpreters, so you can speak to us in your own language. When you call us, please tell us in English which language you need.

There is more cancer information in this language on our website. Visit macmillan.org.uk/translations

This information is about:

- [What are side effects?](#)
- [Possible side effects](#)
- [Getting the right care and support for you](#)
- [How Macmillan can help you](#)
- [More information in your language](#)
- [References and thanks](#)

What are side effects?

Side effects are unwanted effects of cancer treatment. For example, hair loss, feeling sick or tiredness.

Most side effects go away after treatment finishes. But some side effects last a long time or never go away. Some side effects start months or years after treatment ends.

The side effects you get will depend on your treatment and can affect each person differently. You may only have a few of the side effects mentioned. Your cancer team will give you more information about side effects you have.

Treatments for cancer

There are different types of cancer treatment:

- Surgery (an operation) to remove a tumour and nearby tissues that may contain cancer cells.
- Chemotherapy uses anti-cancer drugs to destroy cancer cells.
- Radiotherapy uses high-energy x-rays to destroy cancer cells.
- Hormonal therapy changes the way hormones are produced or affects how they work in the body.
- Targeted therapy uses drugs to target something in or around the cancer cell that is helping it grow and survive.
- Immunotherapy uses the immune system to find and attack cancer cells.

Possible side effects

Low number of blood cells

Cancer treatment can affect your bone marrow, where blood cells are made. This can cause you to have low numbers of blood cells. It mostly happens with chemotherapy. But some targeted therapy and immunotherapy drugs can cause low blood cells too. It only happens with radiotherapy if a large area is being treated.

Low white blood cell count (neutropenia)

A low white blood cell count is called neutropenia. If the number of white blood cells is low, you are more likely to get an infection.

It is important to get any infection treated as soon as possible. If you have any of the following symptoms, contact hospital straight away on the 24-hour number:

- a temperature above 37.5°C
- a temperature below 36°C
- you feel unwell, even with a normal temperature
- you have symptoms of an infection.

Symptoms of an infection include:

- feeling shivery and shaking
- a sore throat
- a cough
- breathlessness
- diarrhoea
- needing to pass urine (pee) often, or discomfort when you pass urine.

It is important to follow any specific advice your cancer team give you.

Your cancer doctor or nurse will tell you when your white blood cell levels are most likely to be low. It is important to take extra care to prevent infection at these times.

Low red blood cell count (anaemia)

Cancer treatment can reduce the number of red blood cells in your blood.

Red blood cells carry oxygen around the body. If the number of red blood cells is low, this is called anaemia. You may feel:

- very low in energy
- breathless
- dizzy and light-headed.

Tell your cancer team if you feel like this. If you are very anaemic, you may need a drip to give you extra red blood cells. This is called a blood transfusion.

Low platelet count

Cancer treatment can reduce the number of platelets in your blood. Platelets are cells that help the blood to clot.

If your platelets are low, you may bruise or bleed easily. You may have:

- nosebleeds
- bleeding gums
- heavy periods
- blood in your urine (pee) or stools (poo)
- tiny red or purple spots on your skin that may look like a rash.

Tell your cancer team if you have any unexplained bruising or bleeding. Some people may need a drip to give them extra platelets. This is called a platelet transfusion.

Hair loss and changes to hair

Some cancer treatments, such as some chemotherapy, can sometimes cause hair loss. Hair loss is usually temporary. Your cancer team will tell you if you are likely to lose your hair.

You may not lose all your hair, but the condition and texture of your hair may change. The level of hair loss can vary. This depends on:

- the drug or combination of drugs you are having
- the dose of each drug
- how your body reacts.

Fatigue (tiredness)

Many cancer treatments can cause fatigue. For most people, fatigue gets better after treatment finishes. But for some it may continue.

Try to get as much rest as you need. It helps to also do some gentle exercise such as short walks.

Fatigue can have a big impact on your everyday life and how you feel overall. Talk to your cancer team, as there are things they can do to help. For example, they may be able to treat some of the causes of fatigue such as anaemia.

We have more information in your language about tiredness (fatigue) on our website, visit macmillan.org.uk/translations

Sore mouth and ulcers

Some cancer treatments can make your mouth sore or dry. You may notice small ulcers. Try to:

- try to drink plenty of fluids
- keep your food moist by adding sauces or gravy
- clean your teeth gently with a soft toothbrush
- follow a good mouth care routine.

Tell your cancer team if your mouth is sore. They may:

- check for infection
- give you mouthwashes
- prescribe medicine or suggest taking painkillers
- prescribe a gel that can protect the lining of your mouth.

Feeling sick or being sick

Some cancer treatments can cause you to feel sick (nausea) or be sick (vomit). Your cancer team may prescribe anti-sickness drugs if you need them.

Tell your cancer team if the drugs are not helping. They can prescribe a different type.

Anti-sickness drugs work better when you take them regularly. Some anti-sickness drugs can make you constipated.

Loss of appetite

Some people lose their appetite during cancer treatment. If this happens, try having regular small snacks rather than large meals. If you are having problems eating, it is important to tell your cancer team. They will give you advice on improving 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. Your taste usually returns to normal after treatment finishes.

Constipation

Some cancer treatments can cause constipation. Constipation means that you are not able to pass stools (poo) as often as you normally do. Your poo can become harder and it can become difficult or painful to pass.

Other medicines can also cause constipation, like painkillers or anti-sickness drugs. To help this, you could try drinking lots of fluids, eating foods with lots of fibre, and doing some gentle exercise. If you still have constipation, you may need to take a medicine called a laxative.

Diarrhoea

Diarrhoea means passing more stools (poo) than is usual for you, or having watery or loose stools. If you have a stoma, it may be more active than usual.

Many cancer treatments and medications, such as antibiotics, can cause diarrhoea. It can also be caused by an infection.

Diarrhoea may be a temporary, mild problem. But for some people, it can be severe and cause dehydration. They can become very unwell and need to see a doctor or contact the hospital to help manage it. It is important to tell your cancer team if you have diarrhoea, if it is getting worse, or anti-diarrhoea treatment is not helping. It is also important to follow any advice your cancer team have given you.

Skin changes

Some cancer treatments can affect your skin. Your cancer team will tell you about any changes that might happen due to cancer treatment.

Your cancer team may give you advice about looking after your skin. Tell them about any skin changes. It is very important to follow their advice. There may be some products you need to use or need to avoid.

If your skin is dry or itchy, use a moisturiser at least 2 times a day on your face and body. You may need a richer moisturiser than you usually use.

If your skin is very itchy, protect your skin from scratches by keeping your nails clean and short. Instead of scratching, try to rub or pat itchy areas.

If you are out in the sun, use suncream with a high sun protection factor on exposed areas (at least SPF 30). Protect your skin by staying out of the sun at the hottest time of the day.

Nail changes

Some treatments may make your nails grow more slowly or break more easily. You might notice ridges on your nails or white or dark lines across them. Sometimes nails can become loose or fall out.

Tell your doctor or nurse about any changes to your nails. Your nails should go back to normal after cancer treatment finishes.

Sore hands and feet

Some cancer drug treatments can make the palms of your hands or the soles of your feet sore. The skin may become red if you have white skin. It may become darker if you have black or brown skin.

You may also have pain or tingling in your palms or soles. This is called palmar-plantar or hand-foot syndrome. Tell your cancer team if this happens. To help with sore hands and feet, you can:

- keep your hands and feet cool
- moisturise regularly
- wear gloves when working in the house or garden
- avoid tight-fitting socks, shoes and gloves.

Hormonal changes

Hormones control many different processes in the body. Some hormonal therapy treatments can change the levels of the sex hormones oestrogen and testosterone. Side effects of hormonal therapy can be temporary or permanent.

They can include:

- hot flushes and sweats
- mood changes
- lowered sex drive
- erection problems
- vaginal dryness
- tiredness.

Immunotherapy can affect how your body makes hormones. You may have regular blood tests to check hormone levels and treatment to manage them. If you are having immunotherapy, your cancer team will advise you what to look out for.

Sometimes side effects of immunotherapy can start after you finish treatment. If you notice hormonal side effects during or after treatment with immunotherapy, tell your doctor or nurse straight away. They can advise and treat you.

If you are having hot flushes and sweats:

- choose natural fabrics for your clothes and bedding, such as cotton.
- Wear layers so you can remove clothes as needed.
- Keep the room cool, or use a fan.
- Have lukewarm showers and baths, rather than hot ones.
- Cold drinks may help, but you should avoid alcohol and caffeine.

If you notice changes in your mood or sex drive, talk to your cancer team. They can offer you treatments and support, or refer you to a counsellor.

Talk to your cancer team about the treatments and support available for side effects such as erection problems and vaginal dryness.

Getting the right care and support for you

If you have cancer and do not speak English, you may be worried that this will affect your cancer treatment and care. But your healthcare team should offer you care, support and information that meets your needs.

We know that sometimes people may have extra challenges in getting the right support. For example, if you work or have a family you might also have worries about money and transport costs. All of this can be stressful and hard to cope with.

How Macmillan can help you

At Macmillan, we know how a cancer diagnosis can affect everything, and we are here to support you.

Macmillan Support Line

We have interpreters, so you can speak to us in your language. Just tell us, in English, the language you want to use.

Our expert advisers on the Macmillan Support Line can help with medical questions or be there to listen if you need someone to talk to. We can also talk to you about your money worries and recommend other useful organisations that can help. The free, confidential phone line is open 7 days a week, 8am to 8pm. Call us on 0808 808 00 00.

Macmillan website

Our website has lots of information in English about cancer. There is also more information in other languages at macmillan.org.uk/translations

We may also be able to arrange translations just for you. Email informationproductionteam@macmillan.org.uk to tell us what you need.

Information centres

Our information and support centres are based in hospitals, libraries and mobile centres. Visit one to get the information you need and speak with someone face to face. Find your nearest centre at macmillan.org.uk/informationcentres or call us on 0808 808 00 00.

Local support groups

At a support group, you can talk to other people affected by cancer. Find out about support groups in your area at macmillan.org.uk/supportgroups or call us on 0808 808 00 00.

Macmillan Online Community

You can also talk to other people affected by cancer online at macmillan.org.uk/community

You can access it at any time of day or night. You can share your experiences, ask questions, or just read people's posts.

More information in your language

We have information in your language about these topics:

Signs and symptoms of cancer

- Signs and symptoms cards

If you are diagnosed with cancer

- Cancer care in the UK
- Healthcare for refugees and people seeking asylum
- If you are diagnosed with cancer

Types of cancer

- Bowel cancer
- Breast cancer
- Cervical cancer
- Lung cancer
- Prostate cancer

Treatment for cancer

- Chemotherapy
- Radiotherapy
- Sepsis and cancer
- Side effects of cancer treatment
- Surgery

Living with cancer

- Claiming benefits when you have cancer
- Eating problems and cancer
- Healthy eating
- Help with costs when you have cancer
- LGBTQ+ people and cancer
- Tiredness (fatigue) and cancer

End of life

- End of life

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

For more support to understand information, go to macmillan.org.uk/understandinginformation

References and thanks

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

The information included is based on our side effects of cancer content available in English on our website.

This information has been reviewed by relevant experts and approved by members of Macmillan's Centre of Clinical Expertise.

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, email informationproductionteam@macmillan.org.uk

Content reviewed: 2025

Next planned review: 2028

MAC14364_English_E03

We make every effort to ensure that the information we provide is accurate and up-to-date but it should not be relied upon as a substitute for specialist professional advice tailored to your situation. As far as is permitted by law, Macmillan does not accept liability in relation to the use of any information contained in this publication or third-party information or websites included or referred to in it.

© Macmillan Cancer Support 2025, registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Also operating in Northern Ireland. A company limited by guarantee, registered in England and Wales company number 2400969. Isle of Man company number 4694F. Registered office: 3rd Floor, Bronze Building, The Forge, 105 Sumner Street, London, SE1 9HZ. VAT no: 668265007

