



Efeitos secundários do tratamento para o cancro: Português

Side effects of cancer treatment: Portuguese

Este folheto informativo centra-se nos efeitos secundários do tratamento para o cancro.

Se tiver dúvidas sobre estas informações, consulte o seu médico ou enfermeiro do hospital onde está a ser tratado(a).

Pode também contactar o Macmillan Cancer Support através do número gratuito 0808 808 00 00, disponível 7 dias por semana, das 8:00 às 20:00. Temos intérpretes disponíveis, por isso pode falar connosco no seu próprio idioma. Quando nos telefonar, diga em inglês qual o idioma pretendido.

Existem mais informações sobre o cancro neste idioma no nosso site. Visite macmillan.org.uk/translations

Este folheto informativo contém informações sobre:

- [O que são os efeitos secundários?](#)
- [Possíveis efeitos secundários](#)
- [Receber os cuidados e apoio adequados ao seu caso](#)
- [De que forma a Macmillan o\(a\) pode ajudar](#)
- [Mais informações no seu idioma](#)
- [Referências e agradecimentos](#)

O que são os efeitos secundários?

Os efeitos secundários são efeitos indesejados do tratamento para o cancro. Por exemplo, perda de cabelo, enjoos ou cansaço.

A maioria dos efeitos secundários desaparece após o fim do tratamento. Mas alguns efeitos secundários duram muito tempo ou nunca desaparecem. Alguns efeitos secundários surgem meses ou anos após o fim do tratamento.

Os efeitos secundários que poderá sentir dependem do seu tratamento e podem afetar cada pessoa de forma diferente. Poderá sentir apenas alguns dos efeitos secundários mencionados. A sua equipa de oncologia dar-lhe-á mais informações sobre possíveis efeitos secundários que possa ter.

Tratamentos para o cancro

Há diferentes tipos de tratamento para o cancro:

- Cirurgia (uma operação) para remover um tumor e os tecidos à volta que possam conter células cancerígenas.
- A quimioterapia usa medicamentos anti-cancerígenos para destruir as células cancerígenas.
- A radioterapia usa raios-x de alta energia para destruir as células cancerígenas.
- A terapia hormonal altera a forma como as hormonas são produzidas ou afeta a forma como funcionam no corpo.
- A terapia direcionada usa medicamentos para atingir uma parte interna ou externa da célula cancerígena que a ajuda a crescer e a sobreviver.
- A imunoterapia usa o sistema imunitário para detetar e atacar as células cancerígenas.

Possíveis efeitos secundários

Baixo número de células sanguíneas

O tratamento do cancro pode afetar a medula óssea, onde são produzidas as células sanguíneas. Isto pode fazer com que tenha um número baixo de células sanguíneas. Isto acontece principalmente com a quimioterapia. Mas alguns medicamentos da terapia direcionada e da imunoterapia também podem causar níveis baixos de células sanguíneas. Isto só acontece com a radioterapia se estiver a ser tratada uma grande área.

Baixa contagem de glóbulos brancos (neutropenia)

Uma contagem baixa de glóbulos brancos designa-se neutropenia. Se o número de glóbulos brancos for baixo, há maior probabilidade de contrair uma infeção. É importante que qualquer infeção seja tratada o mais rapidamente possível.

Contacte imediatamente o hospital através do número de atendimento permanente (disponível 24 horas por dia), se tiver algum dos seguintes sintomas:

- temperatura acima de 37,5 °C
- temperatura abaixo de 36 °C
- se se sentir mal, mesmo que a sua temperatura esteja normal
- se tiver sintomas de infeção.

Os sintomas de infeção incluem:

- calafrios e tremores
- dores de garganta
- tosse
- falta de ar
- diarreia
- necessidade de urinar mais frequentemente ou desconforto ao urinar.

É importante seguir os conselhos específicos indicados pela sua equipa oncológica.

O seu médico ou enfermeiro oncológico irá informá-lo(a) quando houver uma grande probabilidade dos seus níveis de glóbulos brancos estarem baixos. É importante ter um cuidado redobrado para prevenir infeções nesses momentos.

Baixa contagem de glóbulos vermelhos (anemia)

O tratamento para o cancro pode reduzir o número de glóbulos vermelhos do sangue.

Os glóbulos vermelhos transportam oxigénio para todo o corpo. O número reduzido de glóbulos vermelhos designa-se por anemia. Poderá sentir:

- que tem pouca energia
- falta de ar
- tonturas e vertigens.

Informe a sua equipa oncológica se se sentir assim. Se tiver uma anemia acentuada, poderá necessitar de uma perfusão intravenosa para receber um volume suplementar de glóbulos vermelhos. É o que se designa por transfusão de sangue.

Baixa contagem de plaquetas

O tratamento para o cancro pode reduzir o número de plaquetas do sangue. As plaquetas são células que ajudam à coagulação do sangue.

Se o seu número de plaquetas for baixo, fica mais suscetível a hematomas ou hemorragias. Poderá ter:

- hemorragias nasais
- hemorragias gengivais
- períodos (menstruação) intensos
- sangue na sua urina (xixi) ou fezes (cocó)
- pequenas manchas vermelhas ou roxas na sua pele, que podem parecer uma erupção cutânea.

Informe a sua equipa oncológica se tiver hematomas ou hemorragias inexplicáveis. Algumas pessoas podem precisar de uma terapia intravenosa para receber mais plaquetas. É o que se designa uma transfusão de plaquetas.

Perda ou alterações no cabelo

Alguns tratamentos contra o cancro, como a quimioterapia, podem por vezes causar queda de cabelo. A perda de cabelo é normalmente temporária. A sua equipa oncológica irá informá-lo(a) se há probabilidade de perder cabelo.

Pode não perder a totalidade do seu cabelo, mas a condição e a textura do mesmo podem mudar. O nível da perda de cabelo pode variar. Tal depende de:

- o medicamento ou a combinação de medicamentos que está a tomar
- a dose de cada medicamento
- a forma como o seu corpo reage.

Fadiga (cansaço)

Muitos tratamentos para o cancro podem causar fadiga. Geralmente, a fadiga melhora após o fim do tratamento. Mas para alguns pode manter-se.

Tente repousar tanto quanto precisar. É útil fazer alguns exercícios ligeiros, como caminhadas curtas.

A fadiga pode ter um forte impacto na sua vida diária e na forma como se sente, no geral. Fale com a sua equipa oncológica, uma vez que existem medidas que podem ajudar. Por exemplo, podem tratar algumas das causas da fadiga, como a anemia.

Temos mais informações no seu idioma sobre cansaço (fadiga) no nosso site, visite a página [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

Feridas na boca e úlceras

Alguns tratamentos para o cancro podem deixar a sua boca seca ou com feridas. Poderá notar pequenas úlceras. Experimente:

- beber muitos líquidos
- manter a sua comida húmida adicionando molhos ou recheios
- escovar os dentes suavemente, com uma escova macia
- seguir uma boa rotina de cuidados orais.

Informe a sua equipa oncológica se a sua boca estiver dorida. Eles podem:

- procurar sinais de infeção
- dar-lhe elixires bucais
- prescrever-lhe medicamentos ou sugerir tomar analgésicos
- prescrever-lhe um gel que pode proteger o revestimento da sua boca.

Sensação de enjoos (náuseas) ou má disposição (vómitos)

Alguns tratamentos contra o cancro podem fazer com que se sintam mal (náuseas) ou vomitem. A sua equipa oncológica pode prescrever medicamentos anti-náuseas, se precisar deles.

Informe a sua equipa oncológica se os medicamentos não estiverem a ajudar. Podem prescrever outros.

Os medicamentos anti-náuseas funcionam melhor quando tomados regularmente. Alguns medicamentos para combater os enjoos podem provocar obstipação.

Perda de apetite

Algumas pessoas perdem o apetite durante o tratamento para o cancro. Se esse for o caso, tente comer pequenas quantidades de alimentos, ao invés de fazer refeições grandes. Se tiver problemas com a alimentação, é importante informar a sua equipa oncológica. Estes podem aconselhá-lo(a) sobre como melhorar o seu apetite e manter um peso saudável.

Alterações do paladar

Pode notar que a comida tem um sabor diferente. Algumas pessoas sentem na boca um estranho sabor amargo ou a metal. Chupar rebuçados sem açúcar com sabores fortes ou de menta pode ajudar. O seu paladar volta, geralmente, ao normal após o fim do tratamento.

Obstipação (prisão de ventre)

Alguns tratamentos para o cancro podem provocar obstipação (prisão de ventre). A obstipação significa que não consegue evacuar com tanta frequência como é habitual. As suas fezes podem ficar mais duras e podem tornar-se difíceis ou dolorosas de evacuar.

Outros medicamentos também podem provocar obstipação, como analgésicos ou medicamentos anti-enjoo. Para ajudar a resolver, pode beber muitos líquidos, comer alimentos ricos em fibra e fazer exercício ligeiro. Se a obstipação continuar, poderá ter de tomar um laxante.

Diarreia

Diarreia significa passar mais fezes do que é habitual no seu caso ou apresentar fezes aguadas, ou soltas. Se tiver um estoma, este poderá ficar mais ativo do que o habitual.

Muitos tratamentos e medicamentos contra o cancro, como os antibióticos, podem causar diarreia. Também pode ser causada por uma infeção.

A diarreia pode ser um problema temporário e ligeiro. Mas, para algumas pessoas, pode ser grave e provocar desidratação. Podem ficar muito doentes e precisar de consultar um médico ou contactar o hospital para obter ajuda no tratamento. É importante informar a equipa oncológica se tiver diarreia, se esta estiver a piorar ou se o tratamento antidiarreico não estiver a ajudar. Também é importante seguir todos os conselhos que a sua equipa de tratamento oncológico lhe deu.

Alterações cutâneas

Alguns tratamentos para o cancro podem afetar a sua pele. A sua equipa oncológica irá informá-lo(a) sobre quaisquer alterações que possam ocorrer devido ao tratamento do cancro.

A sua equipa oncológica pode dar-lhe conselhos sobre como cuidar da sua pele. Informe-os sobre quaisquer alterações na pele. É muito importante seguir os conselhos deles. Pode haver alguns produtos que precisa de usar ou evitar.

Se a sua pele estiver seca ou com comichão, utilize um hidratante pelo menos 2 vezes por dia no rosto e no corpo. Talvez precise de um hidratante mais rico do que aquele que costuma usar.

Se a sua pele estiver muito irritada, proteja-a de arranhões mantendo as unhas limpas e curtas. Em vez de coçar, tente esfregar ou dar pancadinhas nas zonas que dão comichão.

Se estiver exposto(a) ao sol, utilize protetor solar com um fator de proteção solar elevado nas zonas expostas (pelo menos FPS 30). Proteja a sua pele evitando o sol nas horas mais quentes do dia.

Alterações nas unhas

Alguns tratamentos podem fazer com que as suas unhas cresçam mais lentamente ou quebrem mais facilmente. Poderá notar sulcos nas unhas ou linhas brancas ou escuras. Por vezes, as unhas podem soltar-se ou cair.

Informe o seu médico ou enfermeiro sobre quaisquer alterações nas suas unhas. As suas unhas devem voltar ao normal após o fim do tratamento oncológico.

Mãos e pés doridos

Alguns tratamentos medicamentosos contra o cancro podem causar feridas nas palmas das mãos ou na planta dos pés. A pele pode ficar vermelha se tiver pele branca. Pode ficar mais escura se tiver a pele negra ou morena.

Também pode sentir dor ou formigueiro nas palmas das mãos ou nas plantas dos pés. É o que se designa de síndrome palmar-plantar ou síndrome mão-pé.

Informe a sua equipa oncológica se isso acontecer. Para ajudar com as dores nas mãos e nos pés, pode:

- manter as mãos e os pés frescos
- hidratar regularmente
- usar luvas quando trabalhar em casa ou no jardim
- evitar meias, calçado e luvas apertados.

Alterações hormonais

As hormonas são responsáveis pela gestão de muitos processos diferentes no organismo. Alguns tratamentos de terapia hormonal podem alterar os níveis das hormonas sexuais estrogénio e testosterona. Os efeitos secundários da terapia hormonal podem ser temporários ou permanentes.

Podem incluir:

- afrontamentos e suores
- alterações de humor
- libido reduzida
- disfunção erétil
- secura vaginal
- cansaço.

A imunoterapia pode afetar a forma como o seu corpo produz hormonas. Pode fazer análises de sangue regulares para verificar os níveis hormonais e o tratamento para os controlar. Se estiver a fazer imunoterapia, a sua equipa oncológica irá aconselhá-lo(a) sobre o que deve observar.

Por vezes, os efeitos secundários da imunoterapia podem começar após o término do tratamento. Se notar efeitos secundários hormonais durante ou após o tratamento com imunoterapia, informe imediatamente o seu médico ou enfermeiro. Poderão aconselhá-lo(a) e tratá-lo(a).

Se estiver a ter ondas de calor e suores:

- escolha tecidos naturais para as suas roupas e roupa de cama, como o algodão
- use várias camadas de roupa para poder tirá-la quando necessário
- mantenha o ambiente fresco ou utilize um ventilador
- tome banhos e duches mornos, em vez de quentes
- as bebidas frescas podem ajudar, mas deve evitar o álcool e a cafeína.

Se notar alterações no seu humor ou desejo sexual, fale com a sua equipa oncológica.

Podem oferecer-lhe tratamentos e apoio, ou encaminhá-lo(a) para um conselheiro.

Fale com a sua equipa oncológica sobre os tratamentos e o apoio disponível para efeitos secundários, como problemas de ereção e secura vaginal.

Receber os cuidados e apoio adequados ao seu caso

Se tem cancro e não fala inglês, é provável que se sinta preocupado(a) com a possibilidade de que isso venha a prejudicar o seu tratamento e cuidados no combate ao cancro. Contudo, a sua equipa de profissionais de saúde deve prestar-lhe os cuidados, o apoio e fornecer-lhe todas as informações de que necessita.

Sabemos que, por vezes, as pessoas podem ter desafios extra para obter o apoio certo. Por exemplo, se trabalha ou tem uma família, também pode estar preocupado(a) com o dinheiro e com os custos de transporte. Tudo isto pode ser desgastante e difícil de ultrapassar.

De que forma a Macmillan o(a) pode ajudar

Na Macmillan, sabemos como um diagnóstico de cancro pode interferir com tudo, pelo que estamos aqui para lhe oferecer todo o nosso apoio.

Linha de apoio da Macmillan

Temos intérpretes disponíveis, por isso pode falar connosco no seu idioma. Basta dizer em inglês o idioma que pretende utilizar.

Os nossos consultores especialistas na Linha de Apoio da Macmillan podem ajudar com questões médicas ou estar presentes para ouvir se precisar de alguém com quem conversar. Também podemos falar consigo sobre as suas preocupações financeiras e recomendar outras organizações úteis que podem ajudar. A linha telefónica gratuita e confidencial está disponível 7 dias por semana, das 8:00 às 20:00. Contacte-nos através do **0808 808 00 00**.

Site da Macmillan

O nosso site tem imensas informações em inglês sobre o cancro. No entanto, existem também mais informações noutros idiomas, em

macmillan.org.uk/translations

Também existe a possibilidade de podermos disponibilizar traduções exclusivamente para si. Envie um e-mail para

informationproductionteam@macmillan.org.uk e diga-nos o que necessita.

Centros de informação

Os nossos centros de informação e apoio estão localizados em hospitais, bibliotecas e centros móveis. Visite um destes centros para obter as informações de que necessita e falar com alguém presencialmente. Encontre o centro mais próximo de si em macmillan.org.uk/informationcentres ou contacte-nos através do número 0808 808 00 00.

Grupos de apoio locais

Nos grupos de apoio, pode falar com outras pessoas afetadas pelo cancro. Informe-se sobre os grupos de apoio na sua área em

macmillan.org.uk/supportgroups ou contacte-nos através do número 0808 808 00 00.

Comunidade Online Macmillan

Também pode falar online com outras pessoas afetadas pelo cancro em macmillan.org.uk/community

Pode aceder à página a qualquer altura do dia ou da noite. Pode partilhar as suas experiências, fazer perguntas ou simplesmente ler as publicações das pessoas.

Mais informações no seu idioma

Temos informações disponíveis no seu idioma sobre os seguintes tópicos:

Sinais e sintomas de cancro

- Cartões de sinais e sintomas

Se lhe for diagnosticado um cancro

- Cuidados oncológicos no Reino Unido
- Cuidados de saúde para refugiados e requerentes de asilo
- Se lhe for diagnosticado um cancro

Tipos de cancro

- Cancro do intestino
- Cancro da mama
- Cancro do colo do útero
- Cancro do pulmão
- Cancro da próstata

Tratamento para o cancro

- Quimioterapia
- Radioterapia
- A sépsis e o cancro
- Efeitos secundários do tratamento para o cancro
- Cirurgia

Viver com cancro

- Pedir apoios quando se tem cancro
- Problemas de alimentação e cancro
- Alimentação saudável
- Ajudas de custos quando se tem cancro
- Pessoas LGBTQ+ e o cancro
- Cansaço (fadiga) e o cancro

Fim de vida

- Fim de vida

Para consultar estas informações, visite a página macmillan.org.uk/translations

Para mais apoio para compreender as informações, aceda a macmillan.org.uk/understandinginformation

Referências e agradecimentos

Estas informações foram redigidas e editadas pela equipa de Desenvolvimento de Informação sobre Cancro da Macmillan Cancer Support. Foram traduzidas para este idioma por uma agência de tradução.

As informações incluídas baseiam-se no nosso conteúdo sobre efeitos secundários disponível em inglês no nosso site.

Estas informações foram revistas por especialistas relevantes e aprovadas por membros do Centro de Especialização Clínica da Macmillan.

Agradecemos também a todas as pessoas com cancro que reviram estas informações.

Todas as nossas informações baseiam-se nas melhores evidências disponíveis. Para mais informações sobre as fontes que utilizamos, envie um email para informationproductionteam@macmillan.org.uk

Conteúdo revisto em: 2025

Próxima revisão prevista para: 2028

MAC14364_Portuguese_E03

Fazemos todos os esforços para garantir que as informações que fornecemos estão corretas e atualizadas, mas as mesmas não substituem o aconselhamento profissional especializado, adaptado à sua situação. Na medida do permitido por lei, a Macmillan não aceita responsabilidades relativamente à utilização de quaisquer informações contidas nesta publicação, nem por informações ou sites de terceiros incluídos ou nela referidos.

© Macmillan Cancer Support 2025, Instituição de solidariedade social registada na Inglaterra e no País de Gales (261017), na Escócia (SC039907) e na Ilha de Man (604). Também com atividade na Irlanda do Norte. Uma empresa de responsabilidade limitada, registada na Inglaterra e no País de Gales com o número 2400969. Número de empresa na Ilha de Man 4694F. Sede social: 3rd Floor, Bronze Building, The Forge, 105 Sumner Street, Londres, SE1 9HZ. NIF: 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

