



Побічні ефекти лікування раку: українська Side effects of cancer treatment: Ukrainian

Цей матеріал містить інформацію про побічні ефекти лікування раку.

Якщо у вас виникнуть запитання щодо цього матеріалу, зверніться до свого лікаря або медсестри в лікарні, де ви проходите лікування.

Ви також можете телефонувати до організації Макміллан Кенсер Саппорт (Macmillan Cancer Support) за безкоштовним номером **0808 808 00 00** з 8:00 до 20:00 (без вихідних). У нас є перекладачі, отже ви зможете поговорити з нами українською мовою. Зателефонувавши, скажіть англійською, яка мова вам потрібна.

На нашому вебсайті є додаткова інформація про рак українською мовою. Відвідайте сторінку macmillan.org.uk/translations

У цьому матеріалі висвітлюються такі теми:

- [Що таке побічні ефекти?](#)
- [Можливі побічні ефекти](#)
- [Як отримати відповідний догляд і підтримку](#)
- [Як може допомогти служба Макміллан \(Macmillan\)](#)
- [Додаткова інформація українською мовою](#)
- [Посилання на джерела та слова подяки](#)

Що таке побічні ефекти?

Побічні ефекти — це небажані наслідки лікування раку. Наприклад, втрата волосся, нудота або втома.

Більшість із них зникає після завершення лікування. Але деякі побічні ефекти тривають довго або залишаються назавжди. Деякі побічні ефекти починаються через місяці або роки після закінчення лікування.

У вашому випадку побічні ефекти залежатимуть від методу лікування та можуть впливати на кожну людину по-різному. У вас можуть виникнути лише деякі із згаданих побічних ефектів. Ваша онкологічна група надасть вам інформацію про ваші побічні ефекти.

Методи лікування раку

Існують різні методи лікування раку:

- Хірургічна операція передбачає оперативне втручання з метою видалення пухлини та прилеглих тканин, що можуть містити ракові клітини.
- Хіміотерапія передбачає використання протиракових препаратів для знищення ракових клітин.
- Радіотерапія передбачає використання високоенергетичного рентгенівського випромінювання для знищення ракових клітин.
- Гормональні препарати змінюють спосіб вироблення гормонів і принцип їхньої роботи в організмі.
- Препарати таргетної терапії діють на певні речовини в раковій клітині або навколо неї, які допомагають їй рости та виживати.
- Імунотерапія знаходить і руйнує ракові клітини за допомогою ресурсів імунної системи.

Можливі побічні ефекти

Низька кількість кров'яних тілець

Лікування раку може вплинути на кістковий мозок, де виробляються клітини крові. Це може призвести до зменшення їхньої кількості. Найчастіше це трапляється при хіміотерапії. Але деякі препарати таргетної та імунотерапії також можуть спричиняти зменшення рівню клітин крові. Це трапляється лише при обробці великої площі тіла променевою терапією.

Низький рівень лейкоцитів у крові (нейтропенія).

Низький рівень лейкоцитів (білих кров'яних тілець) у крові називається нейтропенією. Якщо кількість лейкоцитів низька, підвищується ризик інфекції. Важливо вилікувати будь-яку інфекцію якнайшвидше. Негайно зателефонуйте до лікарні за номером для цілодобового зв'язку, якщо у вас з'явилися будь-які з цих симптомів:

- температура вище 37,5 °C;
- температура нижче 36 °C;
- вам стало зле, навіть якщо температура нормальна;
- у вас є симптоми інфекції.

Симптомами інфекції можуть бути:

- тремтіння та озноб;
- біль у горлі;
- кашель;
- задишка;
- діарея;
- часте сечовипускання або дискомфорт при сечовипусканні.

Важливо дотримуватися всіх конкретних порад, які надає ваша онкологічна група.

Ваш лікар-онколог або медсестра скажуть вам, коли рівень лейкоцитів у вашій крові найімовірніше буде низьким. У ці моменти важливо бути особливо обережними, щоб запобігти зараженню.

Низький рівень еритроцитів (анемія)

Лікування раку може зменшувати кількість еритроцитів (червоних кров'яних тілець) у крові.

Ці клітини розносять кисень по всьому організму. Зменшення кількості еритроцитів називають анемією. Ви можете відчувати:

- знесилання;
- задишку;
- запаморочення або стани переднепритомності.

Повідомте свою онкологічну групу, якщо відчуєте таке. Якщо у вас сильна анемія, може знадобитися крапельне введення додаткових еритроцитів. Це називається переливанням крові.

Низький рівень тромбоцитів

Лікування раку може зменшувати кількість тромбоцитів у крові. Тромбоцити — це клітини, що допомагають крові згортатися.

Якщо кількість тромбоцитів низька, у вас можуть легко з'являтися синці або кровотечі. У вас може виникнути:

- носова кровотеча;
- кровоточивість ясен;
- рясна менструація;
- кров у сечі або калі;
- крихітні червоні або фіолетові плями на шкірі, які можуть виглядати як висип.

У разі безпричинної появи синців або кровотечі повідомте про це свою онкологічну групу. В деяких випадках може виникати необхідність введення додаткових тромбоцитів за допомогою крапельниці. Це називається переливанням тромбоцитів.

Випадіння волосся та зміни стану волосся

Деякі методи лікування раку, зокрема певні види хіміотерапії, іноді можуть спричиняти випадіння волосся. Втрата волосся, як правило, є тимчасовою. Ваша онкологічна група повідомить, чи є у вас ймовірність втрати волосся.

Ви можете втратити не все волосся, але зміниться стан і текстура вашого волосся. Ступінь випадіння волосся може бути різним. Це залежить від:

- препарату або комбінації препаратів, які ви приймаєте;
- дози кожного препарату;
- реакції вашого організму.

Втома

Багато які методи лікування раку можуть викликати втому. Після завершення лікування у більшості пацієнтів втома послаблюється. Але у деяких вона може залишатися.

Намагайтесь відпочивати стільки, скільки вам потрібно. Також допомагає легке фізичне навантаження, наприклад нетривалі прогулянки.

Втома може суттєво вплинути на ваше повсякденне життя та на ваше загальне самопочуття. Поговоріть зі своєю онкологічною групою, адже вони можуть вам допомогти. Наприклад, вони можуть провести лікування деяких причин втоми, такі як анемія.

На нашому вебсайті є додаткова інформація про втому українською мовою: macmillan.org.uk/translations

Біль та виразки в ротовій порожнині

Деякі види лікування раку можуть викликати біль або сухість у роті. Ви можете помітити невеликі виразки. Намагайтеся:

- пити багато рідини;
- вживати вологу їжу, додаючи соуси або підливу;
- чистити зуби обережно, використовуючи м'яку щітку;
- добре доглядати за ротовою порожниною.

Повідомте свою онкологічну групу, якщо відчуваєте біль у роті. Спеціалісти можуть:

- перевірити, чи немає у вас інфекції;
- дати вам рідину для полоскання рота;
- призначити ліки або запропонувати приймати знеболювальні;
- призначити гель для захисту слизової оболонки рота.

Нудота або блювання

Деякі методи лікування раку можуть викликати нудоту або блювання. Якщо вони вам потрібні протинудотні препарати, ваша онкологічна група може вам їх призначити.

Повідомте свою онкологічну групу, якщо препарати не допомагають. Вам можуть призначити препарати іншого класу.

Протинудотні препарати діють краще, якщо приймати їх регулярно. Деякі протинудотні препарати можуть викликати запор.

Втрата апетиту

Деякі люди під час лікування раку втрачають апетит. Якщо це сталося, спробуйте замінити великі порції легкими регулярними перекусами. Якщо вам важко їсти, важливо розказати про це спеціалістам своєї онкологічної групи. Вам дадуть поради щодо того, як покращити апетит і підтримувати нормальну вагу.

Зміни смакових відчуттів

Ви можете помітити, що продукти смакують інакше. У деяких людей з'являється незвичний металевий або гіркий присмак у роті. Може допомогти розсмоктування карамелі з різними смаками або м'ятних льодяників без цукру. Після завершення лікування смак зазвичай повертається до норми.

Закреп

Деякі види лікування раку можуть викликати закреп. Закреп означає, що ви не можете спорожнити кишечник (випорожнитися) так само часто, як зазвичай. Кал може стати твердішим, а випорожнення — важким або болісним.

Причиною закрепу також можуть бути інші лікарські препарати, наприклад, знеболювальні або ліки від нудоти. Спробуйте вживати велику кількість рідини та продуктів з високим вмістом клітковини, а також робити легкі фізичні вправи. Якщо закреп не проходить, можливо, доведеться прийняти ліки, які називаються проносними засобами.

Діарея

Діарея означає більшу кількість випорожнень, ніж зазвичай, або водянистий чи рідкий кал. Якщо у вас сформована стома, вона може функціонувати активніше, ніж зазвичай.

Багато які методи лікування раку та ліки, зокрема антибіотики, можуть викликати діарею. Її також може викликати інфекція.

Діарея може бути тимчасовою, незначною проблемою. Але у деяких людей вона може бути важкою і викликати зневоднення. Вони можуть дуже погано почуватися, і їм потрібно буде звернутися до лікаря або зв'язатися з лікарнею, щоб отримати допомогу в лікуванні цього стану. Важливо повідомити свою онкологічну групу, якщо у вас виникла діарея, якщо вона погіршується або якщо протидіарейне лікування не допомагає. Також важливо дотримуватися всіх порад, наданих онкологічною групою.

Зміни шкіри

Деякі методи лікування раку можуть негативно позначатися на шкірі. Ваша онкологічна група повідомить вас про зміни, які можуть статися внаслідок лікування раку,

і може дати вам поради щодо догляду за шкірою. Повідомте їм про будь-які зміни шкіри. Дуже важливо дотримуватися рекомендацій. Вам може бути потрібно використовувати певні засоби, а інших — уникати.

Якщо ваша шкіра стане сухою або свербітиме, слід принаймні 2 рази на день наносити на обличчя та тіло зволожувальний крем. Вам може знадобитися більш насичений зволожувальний крем, ніж ви зазвичай використовуєте.

Якщо шкіра дуже свербить, ваші нігті мають бути чистими та короткими, щоб уникнути подряпин. Замість того, щоб чухати, спробуйте потерти або поплескати сверблячі ділянки.

Якщо ви перебуваєте на сонці, наносіть на відкриті ділянки шкіри сонцезахисний крем із високим фактором захисту від сонця (не менше SPF 30). Захищайте шкіру, уникаючи сонця в найспекотнішу пору доби.

Зміни нігтів

Деякі методи лікування можуть уповільнити ріст або збільшити ламкість нігтів. Ви можете побачити на нігтях розшарування, білі або темні лінії. Іноді нігті можуть відшаруватися чи випасти.

Якщо ви помітили, що нігті змінилися, обов'язково повідомте про це лікаря або медсестру. Після завершення лікування раку нігті мають повернутися до норми.

Біль у кистях та ступнях

Деякі методи лікування раку можуть викликати біль у кистях або ступнях. Якщо у вас біла шкіра, вона може почервоніти. Якщо у вас чорна чи коричнева шкіра, вона може потемнішати.

Ви також можете відчувати біль або поколювання в кистях або ступнях. Це називається долонно-підшовним (або пальмарно-плантарним) синдромом. Якщо це станеться, повідомте свою онкологічну групу. Щоб полегшити біль у кистях та ступнях:

- тримайте кисті та ступні прохолодними;
- регулярно зволожуйте їх;
- одягайте рукавички, коли робите щось у будинку чи саду;
- не вдягайте тісні шкарпетки, взуття та рукавички.

Гормональні зміни

Гормони контролюють багато різних процесів в організмі. Деякі методи гормональної терапії можуть змінювати рівень статевих гормонів естрогену та тестостерону. Побічні ефекти гормональної терапії можуть бути тимчасовими або постійними.

Вони можуть включати:

- припливи та пітливість;
- зміни настрою;
- знижений статевий потяг;
- проблеми з ерекцією;
- сухість піхви;
- втому.

Імуноterapia може впливати на вироблення організмом гормонів. Вам можуть призначити регулярні аналізи крові для перевірки рівня гормонів і препарати для їх контролю. Якщо ви проходитье імунотерапію, ваша онкологічна група порадить вам, на що звернути увагу.

Іноді побічні ефекти імунотерапії можуть з'явитися після завершення лікування. Якщо під час або після імунотерапії ви помітите гормональні побічні ефекти, негайно повідомте про це свого лікаря або медсестру. Вони можуть надати вам поради та призначити лікування.

Якщо у вас припливи та пітливість:

- обирайте одяг та постільну білизну із натуральних тканин, як-от бавовна;
- носіть кілька шарів одягу, щоб за необхідності можна було зняти частину одягу;
- підтримуйте в приміщенні прохолоду або користуйтеся вентилятором;
- приймайте душ чи ванну з ледве теплою, а не гарячою водою;
- можуть допомогти холодні напої, але уникайте алкоголю та кофеїну.

Якщо ви помітили зміни у настрої або статевому потягу, зверніться до своєї групи онкологів.

Вони можуть запропонувати вам лікування та підтримку або направити до психолога.

Поговоріть зі своєю групою онкологів про методи лікування та підтримку щодо побічних ефектів, таких як проблеми з ерекцією та сухість піхви.

Як отримати відповідний догляд і підтримку

Якщо ви хворі на рак і не розмовляєте англійською, вас може непокоїти, що це позначиться на лікуванні раку та догляді за вами. Однак спеціалісти вашої медичної групи мають надавати допомогу, підтримку та інформацію відповідно до ваших потреб.

Ми знаємо, що інколи люди можуть стикатися з додатковими труднощами при отриманні відповідної підтримки. Наприклад, якщо ви працюєте або у вас є сім'я, ви також можете турбуватися про гроші та транспортні витрати. Усе це може викликати стрес, і впоратися з цим може бути важко.

Як може допомогти служба Макміллан (Macmillan)

Співробітники Макміллан (Macmillan) знають, як діагноз раку може кардинально змінити все життя людини, тому ми завжди готові прийти вам на допомогу.

Служба підтримки Макміллан (Macmillan)

У нас є перекладачі, отже ви зможете поговорити з нами українською мовою. Просто скажіть англійською, яку мову ви хочете використовувати.

Досвідчені консультанти гарячої лінії Макміллан (Macmillan) можуть допомогти з вирішенням медичних питань або просто вислухати, якщо вам треба з кимось поговорити. Також ми можемо поговорити з вами про ваші грошові проблеми та порекомендувати інші корисні організації, які можуть допомогти.

Безкоштовна конфіденційна телефонна лінія працює без вихідних з 8:00 до 20:00. Телефонуйте за номером 0808 808 00 00.

Вебсайт Макміллан (Macmillan)

Наш вебсайт містить багато інформації про рак англійською мовою. Крім того, додаткова інформація іншими мовами розміщена за посиланням

macmillan.org.uk/translations

Ми також можемо спробувати організувати переклад саме для вас. Напишіть нам на адресу електронної пошти

informationproductionteam@macmillan.org.uk про те, що вам потрібно.

Інформаційні центри

Наші центри з надання інформації та підтримки працюють у лікарнях, бібліотеках і мобільних пунктах. Відвідайте один із них, щоб отримати необхідну інформацію та поговорити з кимось особисто. Знайдіть найближчий до вас центр на сторінці macmillan.org.uk/informationcentres або зателефонуйте нам за номером 0808 808 00 00.

Місцеві групи підтримки

У групі підтримки ви можете поспілкуватися з іншими людьми, хворими на рак. Дізнайтеся про групи підтримки, що працюють у вашому районі, на сторінці macmillan.org.uk/supportgroups або зателефонуйте нам за номером 0808 808 00 00.

Онлайн-спільнота Макміллан (Macmillan)

Поспілкуватися з іншими людьми, які зіткнулися з раком, ви можете також на сторінці macmillan.org.uk/community

Ви можете зробити це будь-коли, удень і вночі. Ви можете поділитися своїм досвідом, поставити запитання або просто почитати повідомлення інших людей.

Додаткова інформація українською мовою

У нас є інформація українською мовою за такими темами:

Ознаки та симптоми раку

- Картки ознак і симптомів

Якщо у вас діагностували рак

- Лікування раку у Великій Британії
- Медична допомога для біженців і шукачів притулку
- Якщо у вас діагностували рак

Види раку

- Колоректальний рак
- Рак молочної залози
- Рак шийки матки
- Рак легенів
- Рак простати

Лікування раку

- Хіміотерапія
- Променева терапія
- Сепсис і рак
- Побічні ефекти лікування раку
- Хірургічна операція

Життя з раком

- Отримання пільг у разі захворювання на рак
- Проблеми харчування та рак
- Правильне харчування
- Допомога з витратами в разі захворювання на рак
- Люди ЛГБТК+ і рак
- Слабкість (втома) та рак

Наприкінці життя

- Наприкінці життя

Щоб ознайомитися з цією інформацією, перейдіть за посиланням macmillan.org.uk/translations.

Щоб отримати додаткову підтримку щодо розуміння інформації, перейдіть за посиланням macmillan.org.uk/understandinginformation.

Посилання на джерела та слова подяки

Цей матеріал був написаний і відредагований командою зі створення інформаційних матеріалів про рак організації Макміллан Кенсер Саппорт (Macmillan Cancer Support). Його переклали українською мовою в бюро перекладів.

Наведена інформація базується на наших матеріалах стосовно побічних ефектів раку, які доступні на нашому вебсайті англійською мовою.

Цю інформацію перевірили відповідні експерти та схвалили члени Центру клінічної експертизи Макміллан (Macmillan).

Ми також висловлюємо вдячність людям, хворим на рак, які перевірили цю інформацію.

Усі наші матеріали базуються на максимально достовірних наявних даних. Щоб отримати додаткову інформацію про використані джерела, напишіть нам електронною поштою на адресу

informationproductionteam@macmillan.org.uk

Переглянуто: 2025 р.

Наступний запланований перегляд: 2028 р.

MAC14364_Ukrainian_E03

Ми докладаємо максимальних зусиль для того, щоб інформація, яку ми надаємо, була точною та актуальною, однак не варто покладатися виключно на неї замість отримання професійної консультації спеціаліста з урахуванням вашої конкретної ситуації. Наскільки це дозволено законом, Макміллан (Macmillan) не несе відповідальності за використання інформації, що міститься в цій публікації, або сторонньої інформації чи вебсайтів, що використані або згадуються в ній.

© Макміллан Кенсер Саппорт (Macmillan Cancer Support), 2025 р., благодійна організація, зареєстрована в Англії та Уельсі (261017), Шотландії (SC039907) та на о. Мен (604). Також веде діяльність у Північній Ірландії. Компанія з відповідальністю, обмеженою гарантіями її учасників, зареєстрована в Англії та Уельсі під № 2400969. Зареєстрована на о. Мен під № 4694F. Юридична адреса: 3rd Floor, Bronze Building, The Forge, 105 Sumner Street, London, SE1 9HZ. № платника ПДВ: 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](https://www.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.

Сторінка 18 з 21 Інформаційний матеріал Макміллан (Macmillan), 2025 р.: Побічні ефекти

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

