



## الآثار الجانبية لعلاج السرطان: اللغة العربية Side effects of cancer treatment: Arabic

تتناول نشرة المعلومات هذه الآثار الجانبية لعلاج السرطان.  
إذا كانت لديك أي أسئلة فيما يتعلق بنشرة المعلومات هذه فبإمكانك توجيهها إلى طبيبك أو ممرضك في المستشفى الذي تتلقى فيه العلاج.

يمكنك أيضا الاتصال بمؤسسة ماكميلان كanser ساپورت (Macmillan Cancer Support) على الرقم الهاتفي المجاني 0808 808 00 00، طوال أيام الأسبوع، من الساعة 8 صباحًا إلى الساعة 8 مساءً. يُرجى العلم بأن لدينا مترجمين فوريين، وبالتالي بإمكانك التحدث إلينا بلغتك. عند الاتصال بنا، يُرجى إخبارنا بالإنجليزية باللغة التي ترغب في استخدامها.

يمكنك الاطلاع على مزيد من المعلومات عن السرطان بهذه اللغة على الموقع الإلكتروني. تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني [macmillan.org.uk/translations](https://macmillan.org.uk/translations)

تتناول نشرة المعلومات هذه المواضيع التالية:

- ما هي الآثار الجانبية؟
- الآثار الجانبية المحتملة
- الحصول على الرعاية والدعم المناسبين لك
- كيف يمكن أن تُقدّم لك مؤسسة ماكميلان (Macmillan) المساعدة
- المزيد من المعلومات بلغتك
- المراجع والثناء

## ما هي الآثار الجانبية؟

الآثار الجانبية هي الآثار غير المرغوب فيها الناتجة عن علاج السرطان. على سبيل المثال، فقدان الشعر أو الشعور بالغثيان أو التعب.

تزول معظم الآثار الجانبية بعد انتهاء العلاج. لكن بعض الآثار قد تستمر لفترة طويلة أو لا تختفي أبدًا. كذلك بعض الآثار الجانبية قد تظهر بعد شهور أو حتى سنوات من انتهاء العلاج.

سوف تعتمد الآثار الجانبية التي تحدث لك على العلاج الذي تتلقاه وقد تؤثر على كل شخص بشكل مختلف. وقد لا يحدث لك سوى عدد قليل من الآثار الجانبية المذكورة. وسيقوم الفريق المختص بعلاج السرطان بتزويدك بمزيد من المعلومات حول الآثار الجانبية التي تعاني منها.

### علاجات السرطان

هناك أنواع مختلفة من علاجات السرطان:

- الجراحة (عملية جراحية) لاستئصال ورم سرطاني والأنسجة القريبة منه التي قد تحتوي على خلايا سرطانية.
- يستخدم العلاج الكيميائي أدوية مضادة للسرطان لتدمير الخلايا السرطانية،
- العلاج الإشعاعي يستخدم أشعة سينية عالية الطاقة لتدمير الخلايا السرطانية.
- يغير العلاج الهرموني طريقة إنتاج الهرمونات أو يؤثر على طريقة عملها في الجسم.
- يستخدم العلاج الموجه أدوية لاستهداف شيء ما داخل الخلية السرطانية أو حولها يساعدها على النمو والبقاء.
- يستخدم العلاج المناعي الجهاز المناعي للعثور على الخلايا السرطانية ومهاجمتها.

## الآثار الجانبية المحتملة

### انخفاض عدد خلايا الدم

قد يؤثر علاج السرطان على نخاع العظام، وهو المكان الذي تُصنع فيه خلايا الدم. وقد يؤدي ذلك إلى انخفاض عدد خلايا الدم لديك. ويحدث هذا الأمر غالبًا مع العلاج الكيميائي. لكن بعض أدوية العلاج الموجه والعلاج المناعي قد تُسبب أيضًا انخفاضًا في خلايا الدم. أما العلاج الإشعاعي فلا يُسبب ذلك إلا إذا كان يُستخدم لعلاج منطقة كبيرة من الجسم.

### انخفاض عدد خلايا الدم البيضاء (قلة العدلات)

يُسمى انخفاض عدد خلايا الدم البيضاء قلة العدلات. إذا انخفض عدد خلايا الدم البيضاء، فستصبح أكثر عُرضة للإصابة بعدوى.

من المهم معالجة أي عدوى في أسرع وقت ممكن. إذا كنت تُعاني من أي من الأعراض التالية، اتصل بالمستشفى على الفور على الرقم الهاتفي المتاح على مدار 24 ساعة:

- درجة حرارة أعلى من 37.5 درجة مئوية
- درجة حرارة أقل من 36 درجة مئوية
- شعرت بالتوعك، حتى إن كانت درجة حرارتك طبيعية
- ظهرت عليك أعراض الإصابة بعدوى.

تشمل أعراض الإصابة بالعدوى ما يلي:

- الشعور بالقشعريرة والرعشة
- التهاب الحلق
- السعال
- ضيق التنفس
- الإسهال
- الحاجة إلى التبول كثيرًا، أو ألم عند التبول.

من المهم اتباع أي نصيحة محدّدة يقدّمها لك فريق علاج السرطان المتابع لحالتك.

سوف يخبرك طبيب السرطان أو الممرّض المتابع لحالتك عن الأوقات التي يُحتمل أن تكون فيها مستويات خلايا الدم البيضاء منخفضة. ومن المهم أن تتوخى الحذر لتجنّب العدوى خلال هذه الأوقات.

### **انخفاض عدد خلايا الدم الحمراء (الأنيميا)**

- يمكن أن يُقلّل علاج السرطان من عدد خلايا الدم الحمراء في دمك. تحمل خلايا الدم الحمراء الأكسجين إلى جميع أعضاء الجسم. إذا انخفض عدد خلايا الدم الحمراء، فتُسمى هذه الحالة "الأنيميا". قد تُعاني من الأعراض التالية:
- انخفاض ملحوظ في الطاقة
  - ضيق التنفس
  - الدوار والدوخة.

أخبر فريق علاج السرطان المتابع لحالتك إذا شعرت بأي من هذه الأعراض. إذا أُصبت بأنيميا حادة، فقد تحتاج إلى تلقّي المزيد من خلايا الدم الحمراء عن طريق التقطير الوريدي. ويُسمى هذا بنقل الدم.

### **انخفاض عدد الصفائح الدموية**

قد يُقلّل علاج السرطان عدد الصفائح الدموية في دمك. والصفائح الدموية هي خلايا تساعد على تجلّط الدم.

إذا كانت الصفائح الدموية منخفضة لديك، فقد تصاب بكدمات أو نزيف بسهولة. قد يحدث لك ما يلي:

- نزيف الأنف
  - نزيف اللثة
  - غزارة الطمث (للنساء)
  - دم في البول أو البراز
  - بُقع حمراء أو أرجوانية صغيرة على جلدك قد تبدو وكأنها طفح جلدي.
- أخبر فريق علاج السرطان المتابع لحالتك إذا كنت تُعاني من أي كدمات أو نزيف دون سبب. قد يحتاج بعض الأشخاص إلى إعطائهم المزيد من الصفائح الدموية عن طريق التقطير الوريدي، وهذا يُسمى نقل الصفائح الدموية.

### تساقط الشعر والتغيرات في الشعر

بعض علاجات السرطان، مثل بعض أنواع العلاج الكيميائي، قد تُسبب تساقط الشعر أحيانًا. تساقط الشعر يكون مؤقتًا عادةً. وسيخبرك فريق علاج السرطان المتابع لحالتك إذا كان من المحتمل أن تفقد شعرك.

ربما لا تفقد كل شعرك، لكن قد تتغير حالة الشعر ولمسه. وقد تختلف درجة تساقط الشعر. وهذا يتوقف على:

- الدواء أو مجموعة الأدوية التي تتلقاها
- جرعة كل دواء
- كيفية استجابة جسمك للدواء.

### الإعياء (التعب)

يمكن للعديد من علاجات السرطان أن تُسبب الإعياء. بالنسبة لمعظم الأشخاص، يتحسن الشعور بالإعياء بعد انتهاء العلاج. لكنه قد يستمر لدى البعض لفترة أطول.

حاول أن تحصل على أكبر قدر من الراحة التي تحتاج إليها، كما أن ممارسة بعض التمارين الرياضية الخفيفة مثل المشي القصير تفيد في مثل هذه الحالة.

قد يؤثر الإعياء على حياتك اليومية بشكل كبير وكذلك على شعورك العام. تحدث مع فريق علاج السرطان المتابع لحالتك، فهناك أمور يمكنهم القيام بها لمساعدتك. على سبيل المثال، قد يتمكنون من علاج بعض أسباب الإعياء مثل الأنيميا.

لدينا المزيد من المعلومات عن الإعياء (التعب) بلغتك على موقعنا الإلكتروني،  
تفضل بزيارة [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

## التهاب الفم والقرح

يمكن لبعض علاجات السرطان أن تجعل فمك متقرحًا أو جافًا. وقد تلاحظ وجود تقرحات صغيرة. حاول القيام بما يلي:

- حاول أن تشرب كميات كبيرة من السوائل
- حافظ على طعامك رطبًا بإضافة الصلصات أو المرق
- تُنظف أسنانك بلطف بواسطة فرشاة أسنان ناعمة
- اتبع روتينًا جيدًا للعناية بصحة الفم.

أخبر فريق علاج السرطان المتابع لحالتك إذا كان فمك به التهابًا. فربما يقومون بما يلي:

- يفحصونك للتحقق من وجود عدوى
- يعطونك غسولًا للفم
- يصفون لك دواء أو يقترحون تناول مسكنات للألم
- يصفون لك جل لحماية بطانة الفم.

## الشعور بالغثيان أو القيء

قد تجعلك بعض علاجات السرطان تشعر بالغثيان أو تُسبب القيء. وقد يصف لك فريق علاج السرطان المتابع لحالتك أدوية مضادة للغثيان إذا كنت بحاجة إليها.

أخبر فريق علاج السرطان المتابع لحالتك إذا لم تكن هذه الأدوية فعّالة، فبإمكانهم وصف نوع آخر من الدواء.

تعمل الأدوية المضادة للغثيان بشكل أفضل عند تناولها بانتظام. يُمكن أن تؤدي بعض الأدوية المضادة للغثيان إلى إصابتك بالإمساك.

## فقدان الشهية

يفقد بعض الناس شهيتهم أثناء فترة علاج السرطان. إذا حدث لك هذا، حاول أن تتناول وجبات خفيفة صغيرة بصفة دورية بدلاً من الوجبات الكبيرة. إذا كنت تعاني من مشاكل في تناول الطعام، فمن المهم إبلاغ فريق علاج السرطان المتابع لحالتك، فسوف يقدمون لك النصائح حول تحسين شهيتك والحفاظ على وزن صحي.

## تغييرات التذوق

قد تلاحظ وجود تغييرات في مذاق الطعام. ويشعر بعض الناس بطعم معدني غريب أو بطعم مرّ في الفم. يمكن المساعدة في التغلب على ذلك من خلال مصّ بعض الحلوى ذات النكهة أو حبوب النعناع الخالية من السكر. وعادةً ما تعود حاسة التذوق لطبيعتها لديك بعد انتهاء العلاج.

## الإمساك

يمكن أن تُسبب بعض علاجات السرطان حدوث الإمساك. والإمساك هو عدم قدرتك على إخراج البراز (التبرز) بالمعدل المعتاد. وقد يصبح البراز أكثر صلابة، وقد تكون هناك صعوبة أو ألم في إخراجه.

وكذلك من الممكن أن يحدث الإمساك بفعل أدوية أخرى، مثل المسكنات أو الأدوية المضادة للقيء. وللتخفيف من ذلك، يمكنك شرب الكثير من السوائل وتناول الأطعمة التي تحتوي على الكثير من الألياف وممارسة التمارين الرياضية الخفيفة قد يكون مفيداً. أما إذا كنت لا تزال تعاني من الإمساك، فقد تحتاج إلى تناول دواء يُسمى المُليّن.

## الإسهال

يعني الإسهال إخراج البراز بمعدل أكبر من المعتاد بالنسبة لك، أو إخراج براز مائي أو لين. إذا كان لديك فُغرة، فستكون أكثر نشاطاً من المعتاد.

يُمكن أن تؤدي العديد من علاجات السرطان والأدوية، مثل المضادات الحيوية، إلى الإصابة بالإسهال. وقد يكون الإسهال ناتجاً أيضاً عن عدوى.

وقد يكون الإسهال مشكلة مؤقتة وخفيفة، لكن بالنسبة لبعض الأشخاص، قد يكون حاداً ويُسبب جفافاً. وقد يُسبب تدهوراً في الحالة الصحية، مما يستدعي مراجعة طبيب أو الاتصال بالمستشفى للمساعدة في السيطرة على الإسهال. من المهم إبلاغ فريق علاج السرطان المتابع لحالتك إذا كنت تعاني من الإسهال، أو إذا كان يزداد سوءاً، أو إذا لم تكن أدوية الإسهال فعالة. كذلك من المهم اتباع أي نصيحة قدمها لك فريق علاج السرطان المتابع لحالتك.

## تغيرات في الجلد

قد تؤثر بعض علاجات السرطان سلباً على بشرتك. سيخبرك فريق علاج السرطان المتابع لحالتك بأي تغيرات قد تحدث نتيجةً لعلاج السرطان.

قد يقدم لك فريق علاج السرطان المتابع لحالتك نصائح حول كيفية العناية ببشرتك. أخبرهم بأي تغيرات تطرأ على بشرتك. من المهم للغاية اتباع نصائح فريق العلاج. وقد تكون هناك بعض المنتجات التي ينبغي عليك استخدامها أو تجنبها.

إذا كانت بشرتك جافة أو تشعر بالحكة، استخدم مرطباً على وجهك وجسمك مرتين على الأقل يومياً. وقد تحتاج إلى استخدام مرطب أكثر كثافة من الذي تستخدمه عادةً.

إذا كانت بشرتك بها حكة شديدة، قم بحمايتها من الخدوش بالمحافظة على أظافرك نظيفة وقصيرة. وبدلاً من حكّ الجلد، حاول فرك المناطق التي تشعر فيها بالحكة أو التربيت عليها.

عند الخروج والتعرض لأشعة الشمس، استخدم كريمًا واقياً مع عامل حماية عالٍ من الشمس على المناطق المعرضة (على الأقل SPF 30). احمِ بشرتك بالابتعاد عن أشعة الشمس في أكثر أوقات النهار حرارة.

## تغيرات في الأظافر

قد تتسبب بعض العلاجات في نمو أظافرك بشكلٍ أبطأ أو تجعلها تنكسر بسهولة أكبر. وقد تلاحظ على أظافرك ظهور خطوط بيضاء أو داكنة. في بعض الأحيان قد تصبح الأظافر رخوة أو تتساقط.

أخبر الطبيب أو الممرّض المتابع لحالتك دائماً بأيّ تغيّرات تطرأ على أظافرك. من المفترض أن تعود أظافرك إلى طبيعتها بعد انتهاء علاج السرطان.

### تقرّح اليدين والقدمين

بعض أدوية علاج السرطان قد تُسبب تقرّحاً في راحتي اليدين أو باطني القدمين. وقد تصبح بشرتك حمراء إذا كانت بشرتك بيضاء. وقد تصبح بشرتك أغرق إذا كانت بشرتك سوداء أو بنية اللون.

وربما تشعر أيضاً بألم أو وخز في راحتي اليدين أو باطني القدمين. يُسمى هذا بمتلازمة التهاب اللفافة الأحمضية أو داء اليد والقدم. أخبر فريق علاج السرطان المتابع لحالتك إذا حدث ذلك، للمساعدة في تخفيف ألم اليدين والقدمين، يمكنك فعل ما يلي:

- حافظ على يديك وقدميك باردتين
- رطب بشرتك بانتظام
- ارتدِ القفازات عند العمل في المنزل أو الحديقة
- تجنب ارتداء الجوارب والأحذية والقفازات الضيقة.

### التغيرات الهرمونية

تتحكم الهرمونات في العديد من العمليات المختلفة في الجسم. وبعض أدوية العلاج الهرموني يمكن أن تغيّر مستويات هرمونات الإستروجين والتستوستيرون الجنسية. وقد تكون الآثار الجانبية للعلاج الهرموني مؤقتة أو دائمة.

ويمكن أن تشمل الآثار الجانبية ما يلي:

- الهبات الساخنة والتعرق
- تغيّرات المزاج
- انخفاض الرغبة الجنسية
- مشكلات في الانتصاب
- جفاف المهبل
- التعب.

يمكن أن يؤثر العلاج المناعي على طريقة إنتاج جسمك للهرمونات. وقد تحتاج إلى إجراء فحوصات دم دورية لمراقبة مستويات الهرمونات وتلقي العلاج المناسب لتنظيمها. إذا كنت تتلقّى العلاج المناعي، فسوف يخبرك فريق علاج السرطان المتابع لحالتك بما ينبغي الانتباه له.

أحياناً قد تبدأ الآثار الجانبية للعلاج المناعي بعد انتهاء العلاج. فإذا لاحظت أي آثار جانبية هرمونية أثناء العلاج المناعي أو بعده، أخبر الطبيب أو الممرّض المتابع لحالتك على الفور. فبإمكانهما تقديم المشورة وعلاجك.

إذا كنت تعاني من الهبات الساخنة والتعرق:

- اختر الملابس والمفروشات المصنوعة من أقمشة طبيعية مثل القطن.
- ارتد طبقات من الملابس حتى تتمكن من خلع بعضها عند الحاجة.
- حافظ على برودة الغرفة أو استخدم مروحة.
- الاستحمام بالماء الفاترة وليس الماء الساخن.
- قد تساعد المشروبات الباردة في تخفيف الأعراض، لكن يجب تجنب الكحول والكافيين.

إذا لاحظت تغييرات في حالتك المزاجية أو في رغبتك الجنسية، تحدث إلى فريق علاج السرطان المتابع لحالتك.

فبإمكانهم تقديم العلاج والدعم لك، أو تحويلك إلى استشاري.

تحدث مع فريق علاج السرطان المتابع لحالتك حول العلاجات والدعم المتوفر فيما يتعلق بالآثار الجانبية مثل مشكلات الانتصاب وجفاف المهبل.

## الحصول على الرعاية والدعم المناسبين لك

إذا كنت مصابًا بمرض السرطان ولا تتحدث الإنجليزية، فقد تشعر بالقلق من تأثير ذلك على علاج السرطان الذي تتلقاه والرعاية التي تحصل عليها. ولكن يتعين على فريق الرعاية الصحية المتابع لحالتك أن يقدم لك الرعاية والدعم والمعلومات التي تلي احتياجاتك.

نعلم أنه في بعض الأحيان قد يكون لدى الأشخاص تحديات إضافية في الحصول على الدعم المناسب. على سبيل المثال، إن كنت تعمل أو لديك أسرة، قد تراودك أيضًا مخاوف بشأن المال وتكاليف التنقل. يمكن أن يكون كل ذلك مرهقًا ويصعب التعامل معه.

## كيف يمكن أن تُقدِّم لك مؤسسة ماكميلان (Macmillan) المساعدة

في مؤسسة ماكميلان (Macmillan)، نعلم كيف يمكن أن يؤثر تشخيص الإصابة بمرض السرطان على كل شيء، ونحن متواجدون لتقديم الدعم لك.

### خط دعم مؤسسة ماكميلان (Macmillan)

يُرجى العلم بأن لدينا مترجمين، وبالتالي يمكنك التحدث إلينا بلغتك. ما عليك سوى إخبارنا، بالإنجليزية، باللغة التي ترغب في استخدامها.

يستطيع مستشارونا الخبراء على خط دعم مؤسسة ماكميلان (Macmillan) التحدث معك بشأن الأسئلة الطبية أو التواجد للإصغاء إليك إذا كنت بحاجة إلى شخص ما للتحدث معه. كذلك يمكننا التحدث معك بشأن مخاوفك المالية والتوصية بمؤسسات أخرى مفيدة يمكنها تقديم المساعدة. يعمل الخط الهاتفي المجاني الذي يتسم بالخصوصية طوال أيام الأسبوع، من الساعة 8 صباحًا حتى 8 مساءً. اتصل بنا على 0808 808 00 00.



## الموقع الإلكتروني لمؤسسة ماكميلان (Macmillan)

يحتوي موقعنا الإلكتروني على الكثير من المعلومات عن السرطان باللغة الإنجليزية. تتوفر أيضًا المزيد من المعلومات بلغات أخرى على الرابط

[macmillan.org.uk/translations](http://macmillan.org.uk/translations)

وقد نرتب أيضًا ترجمات مخصصة لك، تواصل معنا عبر البريد الإلكتروني [informationproductionteam@macmillan.org.uk](mailto:informationproductionteam@macmillan.org.uk) لتخبرنا بما تحتاج إليه.

## مراكز المعلومات

تقع مراكز المعلومات والدعم الخاصة بنا في المستشفيات والمكتبات والمراكز المتنقلة. تفضل بزيارة أحد هذه المراكز للحصول على المعلومات التي تحتاج إليها والتحدث مع شخص ما مباشرة. ابحث عن أقرب مركز لك من خلال الرابط [macmillan.org.uk/informationcentres](http://macmillan.org.uk/informationcentres) أو اتصل بنا على الرقم الهاتفي 0808 808 00 00.

## مجموعات الدعم المحلية

في إحدى مجموعات الدعم، يمكنك التحدث مع أشخاص آخرين مصابين بالسرطان. اطلع على معلومات عن مجموعات الدعم في منطقتك من خلال الرابط [macmillan.org.uk/supportgroups](http://macmillan.org.uk/supportgroups) أو اتصل بنا على الرقم الهاتفي 0808 808 00 00.

## مجتمع ماكميلان (Macmillan) على الإنترنت

يمكنك أيضًا التحدث إلى أشخاص آخرين مصابين بالسرطان عبر الإنترنت على الموقع الإلكتروني [macmillan.org.uk/community](http://macmillan.org.uk/community)

ويمكنك الدخول إليها في أي وقت من النهار أو الليل. يمكنك مشاركة تجاربك أو طرح الأسئلة، أو قراءة منشورات الأشخاص الآخرين فحسب.

## المزيد من المعلومات بلغتك

لدينا معلومات بلغتك عن المواضيع التالية:

### علامات وأعراض السرطان

- بطاقات العلامات والأعراض

### إذا أثبت التشخيص إصابتك بالسرطان

- رعاية مرضى السرطان في المملكة المتحدة
- الرعاية الصحية للاجئين وطالبي اللجوء
- إذا أثبت التشخيص إصابتك بالسرطان

### أنواع السرطان

- سرطان الأمعاء
- سرطان الثدي
- سرطان عنق الرحم
- سرطان الرئة
- سرطان البروستاتا

## علاج السرطان

- العلاج الكيميائي
- العلاج الإشعاعي
- الإنتان والسرطان
- الآثار الجانبية لعلاجات السرطان
- الجراحة

## التعايش مع السرطان

- المطالبة بالإعانات عند الإصابة بمرض السرطان
- مشاكل التغذية والسرطان
- التغذية الصحية
- المساعدة في النفقات عند الإصابة بمرض السرطان
- مجتمع الميم والسرطان
- التعب (الإعياء) والسرطان

## نهاية الحياة

- نهاية الحياة
- للاطلاع على هذه المعلومات، يُرجى زيارة الموقع الإلكتروني  
[macmillan.org.uk/translations](https://macmillan.org.uk/translations)

لمزيد من الدعم من أجل فهم المعلومات، يُرجى زيارة  
[macmillan.org.uk/understandinginformation](https://macmillan.org.uk/understandinginformation)

## المراجع و التثناء

كتب نشرة المعلومات هذه وحررها فريق تطوير معلومات مرض السرطان بمؤسسة ماكميلان كanser سابورت (Macmillan Cancer Support). وتمت ترجمتها إلى اللغة العربية من خلال شركة ترجمة.

تعتمد المعلومات المضمنة على محتوى الآثار الجانبية للسرطان المتوفر لدينا باللغة الإنجليزية على موقعنا الإلكتروني.

تمت مراجعة هذه المعلومات من جهة الخبراء المعنيين وتمت الموافقة عليها من جهة أعضاء مركز ماكميلان (Macmillan) للخبرة السريرية.

كما نتوجه بالشكر إلى الأشخاص المصابين بالسرطان الذين راجعوا نشرة المعلومات هذه.

تستند كل معلوماتنا إلى أفضل الأدلة المتاحة. لمزيد من المعلومات عن المصادر التي نستخدمها، يُرجى التواصل عبر البريد الإلكتروني

[informationproductionteam@macmillan.org.uk](mailto:informationproductionteam@macmillan.org.uk)

مراجعة المحتوى: 2025

المراجعة التالية المخطط لها: 2028

MAC14364\_Arabic\_E03

إننا نبذل قصارى جهدنا لضمان دقة وحداثة المعلومات التي نقدمها، ولكن لا ينبغي الاعتماد عليها كبديل للمشورة المهنية المتخصصة التي تتناسب مع وضعك الخاص. في حدود ما يسمح به القانون، لا تتحمل مؤسسة ماكميلان (Macmillan) المسؤولية فيما يتعلق باستخدام أي من المعلومات الواردة في هذا المنشور أو المعلومات الخاصة بجهة خارجية أو المواقع الإلكترونية المضمنة أو المشار إليها فيه.

© ماكميلان كانسر سابورت (Macmillan Cancer Support 2025)، مؤسسة خيرية مسجلة في إنجلترا وويلز (261017) واسكتلندا (SC039907) وجزيرة مان (604). وتعمل أيضًا في أيرلندا الشمالية. شركة محدودة بالضمان ومسجلة في إنجلترا وويلز برقم 2400969. شركة مسجلة في جزيرة مان برقم 4694F. عنوان المكتب المسجل: 3rd Floor, Bronze Building, The Forge, 105 Sumner Street, London, SE1 9HZ. رقم ضريبة القيمة المضافة: 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](https://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.

## 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](https://macmillan.org.uk/translations)

We may also be able to arrange translations just for you. Email [informationproductionteam@macmillan.org.uk](mailto: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](https://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](https://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](https://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](https://macmillan.org.uk/translations)

For more support to understand information, go to [macmillan.org.uk/understandinginformation](https://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](mailto: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

