



Beslenme sorunları ve kanser: Türkçe Eating problems and cancer: Turkish

Kanser, yeme ve içme ile ilgili sorunlara neden olabilir. Buradaki bilgiler, oluşabilecek farklı sorunlar ve bu sorunlarla baş etme yöntemleriyle ilgilidir.

Bu bilgilerle ilgili herhangi bir sorunuz varsa tedavi gördüğünüz hastanedeki kanser ekibine danışabilirsiniz.

Ayrıca haftanın 7 günü sabah 8'den akşam 8'e kadar **0808 808 00 00** numaralı ücretsiz telefon hattından Macmillan Cancer Support'u arayabilirsiniz. Tercümanlarımız bulunmaktadır, böylece bizimle kendi dilinizde konuşabilirsiniz. Bizi aradığınızda lütfen hangi dilde konuşmak istediğinizi İngilizce dilinde belirtin.

İnternet sitemizde bu dilde kanserle ilgili daha fazla bilgi bulabilirsiniz. macmillan.org.uk/translations adresini ziyaret edin.

Bu bilgileri İngilizce olarak da okuyabilirsiniz.

Bu broşürdeki bilgiler şunlar hakkındadır:

- [Kanser, yemek yemeyi nasıl etkiler](#)
- [Yemek hazırlamak ve yemek için çok hâlsizseniz](#)
- [Ağız bakımınız](#)
- [Ağız ve boğaz problemleri](#)
- [Mide bulanması, yanması ve hazımsızlık](#)
- [Diyetinizi etkileyen bağırsak hareketleri](#)
- [İştahınızda ve kilonuzda meydana gelen değişiklikler](#)
- [Sizin için doğru bakım ve desteği almak](#)
- [Macmillan size nasıl yardımcı olabilir?](#)
- [Kendi dilinizde daha fazla bilgi](#)
- [Referanslar ve teşekkür](#)

Kanser ve kanser tedavileri, yemek yemeyi nasıl etkileyebilir?

Kanserin neden olduğu yemek yeme problemleri

Kanserin vücudunuzda nerede olduğuna bağlı olarak sorunlar aşağıdakileri içerebilir:

- Mide bulantısı
- Kusma
- Ağrı
- Hazım sorunları
- Kilo kaybı

Kanser tedavisinin neden olduğu yemek yeme problemleri

Kanser tedavileri bazen yeme, içme veya sindirimle ilgili problemlere neden olabilir.

Bazı yemek yeme sorunları ufak olurken bazıları sizi daha fazla etkileyebilir. Sorunlar tedaviniz sona erdikten sonra bitebilir veya bazen daha uzun sürebilir.

Yeme sorunlarınız varsa kanser ekibinizle, hemşirenizle veya aile hekiminizle konuşun. Size önerilerde bulunabilir, destek olabilir ve sizi bir diyetisyene sevk edebilirler. Diyetisyenler uzman sağlık görevlileridir. Gıdalar ve gıda takviyeleri hakkında bilgi ve tavsiyede bulunan uzmanlardır.

Enfeksiyon riski (düşük bağışıklık)

Kanser ve kanser tedavileri bazen bağışıklık sisteminizi etkileyebilir. Buna düşük bağışıklığa sahip olmak denir. Bu, enfeksiyona yakalanma riskinizin daha yüksek olduğu anlamına gelir. Enfeksiyon, mikropların neden olduğu bir hastalıktır.

Çođu insanın diyetinde değişiklik yapması gerekmez ancak doktorunuz, zararlı bakteriler içerebilecek gıdalardan kaçınmanızı isteyebilir. Bunun amacı, gastrit (mide) enfeksiyonuna yakalanmanızı önlemektir. Aynı zamanda yemeklerinizi hazırlarken, saklarken ve yeniden ısıtırken daha da dikkatli olmanız gerekecektir. Kanser hemşireniz sizinle bu konuyu konuşacaktır. 'Sağlıklı Beslenme' broşürümüzde Türkçe olarak daha fazla bilgi bulabilirsiniz.

macmillan.org.uk/translations adresini ziyaret edin.

Özel diyetler

Bazı kişilerin özel bir diyetle uyması gerekmektedir. Örneğin mide veya bağırsak ameliyatı geçirdiyseniz veya diyabet varsa. Diyetisyeniniz bu konuda size önerilerde bulunacaktır.

Yemek hazırlamak ve yemek için çok hâlsizseniz

Kanser hastalığında ve kanser hastalığının tedavisinde çok yorgun hissetmek yaygındır. Kendi yemeğinizi yapmak ve yaptığınız yemekleri yemek için kendinizi çok yorgun hissedebilirsiniz.

Ne yapabilirsiniz?

Evinizde kolaylıkla yemek yapabileceğiniz yeterli yemek malzemesi olduğundan emin olun. Hazır, donmuş ve konserve yiyecekleri kullanabilirsiniz.

- Planlamanızı önceden yapın. Bir derin dondurucunuz varsa kendinizi daha iyi hissettiğinizde yemeklerinizi hazırlayın ve yorgun olduğunuzda kullanmak üzere dondurun.
- Aile bireylerinden ve arkadaşlarınızdan alışveriş ve yemek pişirme konusunda yardımcı olmalarını isteyin.
- 3 büyük öğün yemek yerine gün boyunca daha küçük ve daha sık yemek yiyin.
- Besleyici bir içecek deneyin, sütle karıştırılmış (taze veya dondurulmuş) meyve, meyve suyu, dondurma veya yoğurt gibi.
- Doktorunuz, hemşireniz veya diyetisyeniniz, diyetinize ekstra enerji veya protein (ya da her ikisini) katan gıda takviyesi içecekleri önerebilir.
- Evde yemek yapma ve yemek yeme konusunda yardıma ihtiyacınız varsa aile hekiminize veya diyetisyeninize söyleyin. Evinize yemek getirilmesini sağlayabilirler veya evde size yemek pişirmeye yardımcı olacak birisini bulabilirler.

Ağız bakımınız

Bazı kanser tedavileri, ağızınızda veya boğazınızda yaraların oluşmasına ve kuruluğa neden olur. Ağız enfeksiyonuna ve tat değişikliklerine de neden olabilir. Ağız problemleri genellikle geçicidir ancak bazen kalıcı da olabilir. Tedavi süresince ağız bakımınızı yapmanız önemlidir.

Ağız sağlığınızın korunması

- Kanser tedaviniz başlamadan önce diş hekiminize muayene olmak faydalı olabilir. Diş hekiminiz size tedaviniz süresince kullanabileceğiniz en iyi diş macununu söyleyebilir.
- Ağızınızı, dilinizi ve dişlerinizi her sabah ve her akşam yumuşak bir çocuk diş fırçasıyla temizleyin. Kürdan kullanmaktan kaçının ve diş ipi kullanmadan önce doktorunuza sorun.
- Takma diş kullanıyorsanız protezinizi gece boyunca takma diş temizleme solüsyonunun içinde bırakın. Gündüzleri takma dişlerinizi mümkün olduğunca uzun süre takmayarak diş etinize sürtünmelerini engelleyin.
- Bol sıvı alın, özellikle su için.
- Doktorunuzun veya hemşirenizin ağız sağlığınız için verecekleri tavsiyelere uyun.

Ağız ve boğaz problemleri

Ağız yarası

Bazı kanser tedavileri ağızınızda veya boğazınızda yaraların oluşmasına neden olabilir.

Ne yapabilirsiniz?

- Ağızınızda yara varsa doktorunuza veya hemşirenize bildirin. Ağızınızda enfeksiyon olup olmadığını kontrol edebilirler.
- Doktorunuz gerekirse anestejik jel veya ağız gargarası reçete edebilir. Bazen ağız gargaraları çok güçlü olabileceğinden satın almadan önce doktorunuzla veya hemşirenizle konuşun.
- Ağızınızda çok fazla yara yoksa tuzlu suyla gargara yapmak faydalı olabilir. Serin yiyecekler ve içecekler, çok soğuk ve çok sıcak yiyecek ve içeceklerden daha iyi gelebilir.
- İçeceklerinize ezilmiş buz ekleyin veya meyve sularını buz kalıplarına dökerek dondurun. Buz küplerini emmek ağızınızdaki yaralara iyi gelebilir. Dondurma da yardımcı olabilir.
- Bazı meyve suları asitli olduğundan yakabilir. Armut veya frenk üzümü gibi asidi daha az olan meyve sularını deneyin.
- İçerken pipet kullanın.
- Tuzlu ve baharatlı gıdalardan kaçının. Bu tür gıdalar canınızın yanmasına neden olur.
- Sert kabuklu ya da kızarmış ekmek veya ham sebzeler gibi sert yapıdaki yiyeceklerden kaçının.
- Yiyeceklerinizi soslarla ve et sularıyla ıslatın.
- Yemek öncesinde ağrı giderici ilaç almak daha kolay yutmanıza yardımcı olabilir.

Ağızda kuruluk

Baş ve boyun bölgesine uygulanan radyoterapi, tükürük bezlerine zarar verebilir ve ağızda kuruluğa neden olabilir. Bazı kanser ilaçları ve diğer ilaçlar ağızınızda kuruluk yapabilir.

Ne yapabilirsiniz?

- Doktorunuza ve hemşirenize söyleyin. Size yardımcı olmak için gargaralar, boğaz pastilleri, yapay tükürük spreyleyleri veya jeller verebilirler.
- Yanınızda her zaman bir içecek bulundurun ve yatmadan önce veya dışarı çıktığınızda bile sık sık bir yudum alın. Yemek yerken küçük miktarlarda su için.
- Alkolden kaçının ve kafeinli içecekleri sınırlamaya çalışın.
- Ağzınızı nemli tutmak için serin suyla spreyleyin.
- Buz küpleri veya buz dondurmaları emin.
- Yiyeceklerinizi yumuşatmak için soslar ve et suyu, mayonez, tereyağı veya ekstra sıvı yağ kullanın.
- Çikolata, hamur işleri, yer fıstığı ezmesi ve yemesi zor olan kuru gıdalardan kaçının.
- Şeker içermeyen sakızları deneyin. Bunlar bazen tükürük miktarını artırır.
- Kuru dudaklarınıza dudak merhemi veya Vaseline® sürün.
- Dilinizin üzerinde beyaz bir zar oluşursa hemşirenize söyleyin. Bunun için tedavi görmeniz gerekebilir.

Tat almada değişiklikler

Kanser tedavisi tat duyunuzu değiştirebilir ve artık bazı yiyeceklerden keyif almayabilirsiniz veya tüm yemeklerin tadı aynı gelebilir. Bu değişiklikler genellikle çok uzun sürmez.

Ne yapabilirsiniz?

- Yemeğinizi tatlandırmak için baharatlar, otlar ve lezzet artırıcıları kullanın. Ancak ağzınızda yara varsa dikkat edin. Bazı baharatlar ve lezzet artırıcılar yaraların durumunu daha kötü yapabilir.
- Taze meyve ve meyve suları gibi keskin tatları olan yiyecekleri deneyin. Ama ağzınızda yara varsa dikkatli olun, bunlar yaraları acıtabilir.
- Soğuk yiyecekler sıcak yiyeceklerden daha lezzetli olabilir.
- Soğuk etler, turşu ve acılı soslarla daha lezzetli olur.
- Kırmızı et yerken metalik bir tat alıyorsanız beyaz et, balık veya fasulye ya da mercimekle yapılmış vejetaryen yemeklerini deneyin.
- Plastik, tahta veya bambu bıçak, çatal ve kaşık kullanırsanız ağzınızdaki metal tadını önlemeye de yardımcı olabilir.
- Balık, tavuk ve yumurtalı yiyecekler sos içinde piştiğinde veya marine edildiğinde daha lezzetli olur.
- Artık çay veya kahveden keyif almıyorsanız meyve veya bitki çaylarını, süt veya soğuk içecekleri deneyin.
- Yemekten önce dişlerinizi fırçalamayı deneyin.

Çiğneme ve yutma problemleri

Bazı tür kanser hastalıkları ve kanser tedavileri çiğneme ve yutma sorunları oluşturur. Yutmayla ilgili bir probleminiz olursa bunu doktorunuza, hemşirenize, dil ve konuşma terapistinize veya diyetisyeninize söyleyin. Bir şey içmek sizi öksürtüyorsa bunu hemen doktorunuza veya hemşirenize söyleyin.

Ne yapabilirsiniz?

- Çiğnemek ve yutmak acıya neden oluyorsa yemekten 30 dakika önce ağrı kesici almanızın faydası olabilir. Doktorunuz size bu konuda tavsiyede bulunabilir.
- Sahanda yumurta, tofu, yoğurt veya muhallebi gibi yutması kolay yemekleri seçin.
- Yemekleri sos veya et suyu ile yumuşatın.
- Yemekleri yavaşça ve uzun süre pişirerek daha yumuşak olmasını ve karıştırarak daha kolay yenmesini sağlayın.
- Et ve sebzeleri küçük parçalara ayırın.
- Ekmeğin kabuk kısmını kesin.
Yemeklerin boğazınıza yapıştığını hissediyorsanız gazlı içecekler bu durumda yardımcı olabilir.
- Bazı yemek hizmeti veren şirketler menülerinde yumuşak yemeklere yer vermektedir.
- Yeteri kadar yemek yemekte zorlanıyorsanız öğünlerin arasında içecek olarak gıda takviyesi tüketebilirsiniz. Doktorunuz veya diyetisyeniniz hangisinin sizin için en iyi seçenek olduğunu açıklayabilir.

Mide bulanması, yanması ve hazımsızlık

Mide bulantısı

Bazı kanser tedavilerinin yanı sıra ağrı kesiciler ve antibiyotikler gibi diğer ilaçlar mide bulantısına neden olur. Kabızlık ve karaciğer hasarı da mide bulantısına neden olur.

Doktorunuz bulantıyı önlemek veya kontrol altına almak için size bulantı önleyici ilaçlar verebilir. Bunun faydası olmazsa deneyebileceğiniz başka tür ilaçlar hakkında doktorunuzla konuşun.

Ne yapabilirsiniz?

- Bulantıya karşı ilaçların ne zaman ve nasıl alınacağına dair size verilen talimatları uygulayın.
- Kraker veya sade bisküvi gibi kuru besinler, sabah ilk saatlerde daha az mide bulantınızın olmasına yardımcı olabilir.
- Mümkünse yemeklerinizi başka birisi pişirsin. Bazen pişen yemeğin kokusu midenizin bulanmasına neden olabilir.
- Yağlı veya yağda kızarmış yemeklerden kaçının.
- Sulu çorbalar gibi hafif yiyecekleri tercih edin.
- Yemeğinizi bol temiz hava olan bir odada yemeye çalışın.
- Yemek yemek için sofrada dik oturun ve yemek yedikten sonra da kısa bir süre bu oturma pozisyonunuzu koruyun.
- Zencefil veya nane içeren yiyecekler veya içeceklerin mide bulantısına faydası olabilir. Zencefil veya nane çayları, kristalize zencefil veya zencefilli bisküviler deneyebilirsiniz.
- Limonata, zencefilli gazoz veya gazlı su gibi gazlı içecekleri yudumlamak yardımcı olabilir.
- İçeceklerinizi yemeğinizle birlikte içmek yerine öğün aralarında içmeyi deneyin. Bileklerinize akupresür Sea Bands® takın. Bu bantlar bileğinize baskı uygular. Bu bantların, mide bulantısı ve kusmaya neden olan, beyniniz ile mideniz arasındaki iletişim yollarını değiştirdiği düşünülmektedir. Bu bantları eczanenizden alabilirsiniz. Bunları kullanmadan önce doktorunuza veya hemşirenize danışın.
- Rahatlama teknikleri mide bulantınızı daha az hissetmenize neden olabilir.

Kabızlık yaşıyorsanız bunu doktorunuza söyleyin. Kabızlık mide bulantısına neden olabilir. Yardımcı olacak bazı ilaçlar almanız gerekebilir.

Mide yanması ve hazımsızlık

Mide yanması göğüste yaşanan bir yanma hissidir. Hazımsızlık karnın üst tarafında hissedilen rahatsız edici bir duygudur. Genellikle yemeklerden sonra olur. Bunun nedeni bir kanser tedavisi veya mide zarını tahriş eden başka bir ilaç olabilir.

Ne yapabilirsiniz?

- Doktorunuzla konuşun, size yardımcı olacak ilaçlar verebilirler.
- Sizi rahatsız eden yiyecekleri bir yere not alın, böylelikle bu yemeklerden kaçınabilirsiniz.
- Çikolata, alkol, baharatlı yemekler, yağlı yemekler, gazlı içecekler ve sakızdan kaçınin.
- Gece hazımsızlık yaşarsanız yatmadan önce 3 - 4 saat süreyle yemek yemekten veya çay ya da kahve içmekten kaçınin.
- Bir bardak süt veya biraz yoğurt, belirtileri rahatlatılabilir.
- Büyük öğünlerden ve geç saatte yemek yemekten kaçınin. Bunun yerine düzenli olarak küçük yemekler yemeyi ve yavaş yemeyi deneyin.
- Yemeğinizi yedikten sonra 45 ile 60 dakika dinlenin. Yemek yedikten sonra uzanmamaya gayret edin.
- Bel kısmı rahat giysiler giyin.
- Sağlıklı kilonuzu korumaya çalışın.
- Sigara içiyorsanız sigarayı bırakın veya azaltın.

Diyetinizi etkileyen bağırsak hareketleri

Kabızlık

Kabızlık, normalde olduğu kadar sık büyük tuvalet yapamamanızdır. Büyük tuvaletinizi yapmanız zor veya ağrılı olabilir. Bazı kanser ilaçları ve ağrı kesiciler veya mide bulantısı için verilen diğer ilaçlar kabızlığa neden olabilir. Kabızlığınız varsa doktorunuzla konuşun. Size laksatif adı verilen ilaçlar verebilirler.

Ne yapabilirsiniz?

- Bolca lif içeren yiyecekler yiyin. Bunlara taze meyveler ve sebzeler, tam tahıllı ekmek, un ve makarna, tam tahıl gevrekler, müsli, yulaf, fasulye, mercimek, bezelye ve kahverengi pirinç dâhildir.
- Hem soğuk hem sıcak, bolca sıvı tüketin. Her gün 2 litre (3,5 pint) sıvı tüketmeye çalışın. Daha fazla lif yiyorsanız bu önemlidir.
- Kuru erik ve erik suyu, kuru kayısı veya incir şurubu yardımcı olabilir.
- Yürüyüş gibi hafif egzersizler yapmayı deneyin.

Bağırsak kanserinizi varsa diyetinizi değiştirmeden önce diyetisyeniniz, doktorunuz veya hemşirenizle konuşmanız önemlidir.

İshal

Bu her zamankinden daha sık büyük tuvaletinizi yapmak zorunda kaldığınız ve dışkınızın normalden daha yumuşak olduğu durumu ifade eder. Stomanız varsa normalden daha aktif olabilir. Stoma, karın duvarında açılan bir deliktir. Bağırsağı karın yüzeyine bağlar.

Pek çok kanser tedavisi ishale neden olabilir. Aynı zamanda antibiyotik gibi ilaçlar ve enfeksiyon da ishale neden olabilir. İshal geçici olabilir, hafif veya daha ciddi bir yan etki olarak görülebilir. İshal olursanız veya ishaliniz daha da kötüleşirse derhâl doktorunuza söyleyin.

Bağırsak kanseri ameliyatı sonrasında ishaliniz varsa diyetinizi değiştirmeden önce doktorunuz veya hemşirenizle konuşun.

Ne yapabilirsiniz?

- Bol sıvı tüketin (günde en az 2 litre veya 3,5 pint).
- Günde 3 büyük öğün yerine düzenli olarak daha az ve daha sık yemek yiyin.
- Balık, tavuk, katı yumurta, beyaz ekmek, makarna ve pirinç gibi hafif yiyecekler yiyin.
- Yemeklerinizi yavaş yiyin.
- İshal iyileşene kadar lifli gıdalardan (gevrekler, çiğ meyve ve sebze gibi) kaçının.
- Cips ve hamburger gibi yağlı gıdalar tüketmeyin.
- Baharatlı gıdalardan kaçının.

Yediklerinizi değiştirmek ishali geçirmezse ishali durduracak ilaçlar almanız gerekir. Tabletleri doktorunuzun açıkladığı gibi almanız çok önemlidir.

Bazen ishal çok ciddi olabilir. 24 saat içinde 4 defadan fazla ishal olursanız ve bu sürede ishal ilacının faydası olmadıysa ya da gece ishal olursa derhal hastaneyle iletişime geçin.

Gaz çıkarma

Gaz, şişkinlik yapabilir ve gaz yapmanıza neden olabilir. Şunlardan kaynaklanabilir:

- Pelviste (alt karın bölgesi) radyoterapi
- Bazı bağırsak ameliyatı türleri
- Bazı ilaç türleri
- Kabızlık

Gaz, acı verici veya baş etmesi zor düzeydeyse doktorunuzla veya hemşirenizle konuşun.

Ne yapabilirsiniz?

- Yavaşça yemek yiyin veya için. Ağızınıza küçük lokmalar atın ve iyice çiğneyin.
- Fasulye, tahıllar, turşu, lahana, tatlı mısır, soğan ve gazlı içeceklerden kaçının.
- İki çay kaşığı nane suyunu bir bardak ılık suya ekleyip için. Bal ile tatlandırabilirsiniz. Nane çayını da deneyebilirsiniz.
- Aile hekiminiz işinize yarayabilecek nane kapsülleri verebilir.
- Kömür tabletleri yardımcı olabilir. Bunları eczanenizden temin edebilirsiniz.
- Özellikle yürüme gibi hafif bir egzersiz yardımcı olabilir.
- Düzenli olarak büyük tualete çıktığınızdan emin olun. Gaz çıkartmak kabızlığın işareti olabilir.

İştahınızda ve kilonuzda meydana gelen değişiklikler

Yemek yemek zor geliyorsa veya kilo veriyorsanız bir diyetisyenle konuşmanız önemlidir. Size kilo alabilmeniz ve kilo kaybını önlemeniz için önerilerde bulunacaklardır.

Kendinizi aç hissetmiyorsanız (iştah kaybı)

Kanser tedaviniz esnasında iştahınız kesilebilir ve aç hissetmeyebilirsiniz. Bu hasta hissetmenizden, yiyecek ve içeceklerin tatlarının değişik gelmesinden veya kendinizi çok yorgun hissetmenizden olabilir.

Aşağıda size yardımcı olabilecek bazı ipuçları bulabilirsiniz:

- Daha küçük öğünleri daha sık yiyin.
- Yemek istediğinizde hazır olması için cips, kuru meyve, peynir, kraker ve yoğurt gibi atıştırma malzemeleri yanınızda bulundurun.
- Yemekleri küçük bir tabakta servis edin.
- Yemeklerinizi yavaş yavaş yiyin, iyice çiğneyin ve her yemek sonrasında biraz dinlenin.
- Besleyici içecekler için ve küçük yemekler yiyin. Yoğurtlu meyveli buzlu içecek içebilir veya dondurma yiyebilirsiniz. Tam yağlı inek sütü ve biraz kremayla yapılmış milk shake içebilirsiniz.
- Yemekten önce veya yemekle birlikte ufak miktarda alkol iştahınızın artmasına yardımcı olabilir. Alkol alıp alamayacağınızı lütfen doktorunuza sorun.
- Doktorunuz, iştahınızın açılması için bir ilaç verebilir.

İştahınızın daha iyi olduğu günlerde en sevdiğiniz yiyeceklerden mümkün olduğunca yemeye çalışın. Bağırsak kanseri için tedavi aldıysanız diyetinizle ilgili olarak Bağırsak kanseri için tedavi gördüyseniz diyetinizle ilgili olarak diyetisyeninize, kanser hemşirenize veya doktorunuza konuşun.

Kilo kaybından kaçınmak

Kilo veriyorsanız veya yemek yemekte zorlanıyorsanız daha fazla yemek yemeden diyetinize ekstra kalori (enerji) ve protein ekleyebilirsiniz.

- Kahvaltınıza ve tatlılara tam yağlı süt, şurup, bal veya şeker ekleyin.
- Güveç ve çorbalara krema veya mercimek, fasulye ve erişte eklemeyi deneyin.
- Sıcak çorbalara, rendelenmiş peynir ve zeytinyağı eklenebilir.
- Patates püresi veya soslara, krema, peynir ve yağ eklenebilir.
- Sandviçlerinizde bol bol tereyağı kullanın ve mayonez veya salata sosu ekleyin.
- Yer fıstığı ezmesi (veya diğer yemiş ezmeleri), sürülebilir çikolata, tahin, bal veya reçel gibi gıdaları eklemek, kızarmış eklemek ve bisküvi üzerine sürün.

Gıda takviyeleri

Doktorunuz gıda takviyeleri kullanmanızı önerebilir. Bunlar, diyetinize ek kalori (enerji) veya protein katabilir. Bunlardan bazıları içecek şeklindedir. Bazıları ise toz haldedir, yiyeceklere ve içeceklerle katılabilir. Günlük yiyeceklerinize ekleyebilir veya bunları normal diyetinizin yanı sıra alabilirsiniz. Bazı durumlarda gıda takviyeleri, yemeklerin yerini alabilir.

Aynı zamanda hazır pudingler gibi gıda takviyesine dayalı yiyecekler de mevcuttur.

Doktorunuz veya diyetisyeniniz size bazı takviyeleri reçete edebilir ancak diğerlerini eczane veya süpermarketten satın alabilirsiniz. Gıda takviyeleri hakkında doktorunuz veya diyetisyeninizden daha fazla bilgi alabilirsiniz. Gıda takviyelerini sadece size önerilmesi durumunda kullanın. Yüksek protein içerikli veya yüksek enerjili gıda takviyeleri kullanırken doktorunuzun veya diyetisyeninizin tavsiyesine uymanız önemlidir.

Diabet hastasıysanız gıda takviyelerini kullanmadan önce aile hekiminizin, kanser hemşirenizin veya diyetisyeninizin görüşlerini almalısınız.

Sizin için doğru bakım ve desteği almak

Kanser hastasıysanız ve İngilizce konuşmuyorsanız bunun kanser tedavinizi ve bakımınızı etkileyeceğinden endişe edebilirsiniz. Ancak sağlık ekibinizin ihtiyaçlarınızı karşılayacak bakımı, desteği ve bilgileri size vermesi gerekir.

İnsanların bazen doğru desteği alma konusunda daha fazla zorlukla karşılaşabileceğini biliyoruz. Örneğin, çalışıyorsanız veya aileniz varsa para ve ulaşım maliyetleri hakkında da endişelenebilirsiniz. Bütün bunlar stres yaratabilir ve bunlarla baş etmesi zor olabilir.

Macmillan size nasıl yardımcı olabilir?

Macmillan olarak kanser tanısının her şeyi nasıl etkileyebileceğini biliyoruz ve size yardımcı olmak için yanınızdayız.

Macmillan Destek Hattı

Tercümanlarımız bulunmaktadır, böylece bizimle kendi dilinizde konuşabilirsiniz. Tek yapmanız gereken, konuşmak istediğiniz dili İngilizce olarak bize belirtmeniz.

Macmillan Destek Hattındaki uzman danışmanlarımız tıbbi sorularınızı yanıtlamaya yardımcı olabilir veya birisiyle konuşmak isterseniz sizi dinlemek için yanınızda olabiliriz. Aynı zamanda maddi konulardaki endişeleriniz hakkında sizinle konuşabilir ve size yardımcı olabilecek diğer yararlı kuruluşları önerebilirler. Ücretsiz ve gizli telefon hattı haftanın 7 günü sabah 8'den akşam 8'e kadar açıktır. **0808 808 00 00** numaralı telefonda bizi arayın.

Macmillan internet sitesi

İnternet sitemizde İngilizce dilinde kanserle ilgili pek çok bilgi yer almaktadır. macmillan.org.uk/translations adresinde diğer dillerde de pek çok bilgi yer almaktadır.

Size özel tercüme yapılmasını da sağlayabiliriz. Neye ihtiyaç duyduğunuzu bildirmek için informationproductionteam@macmillan.org.uk adresine e-posta gönderin.

Bilgi merkezleri

Bilgi ve destek merkezlerimiz hastanelerde, kütüphanelerde ve mobil merkezlerimizde bulunmaktadır. Bunlardan birini ziyaret ederek ihtiyaç duyduğunuz bilgileri alabilir ve birisiyle yüz yüze görüşebilirsiniz. Size en yakın merkezi macmillan.org.uk/informationcentres adresini ziyaret ederek veya **0808 808 00 00** numaralı telefondan bizi arayarak bulabilirsiniz.

Yerel destek grupları

Bir destek grubunda kanserden etkilenen diğer kişilerle konuşabilirsiniz. Bölgenizdeki destek gruplarını macmillan.org.uk/supportgroups adresini ziyaret ederek veya **0808 808 00 00** numaralı telefondan bizi arayarak bulabilirsiniz.

Çevrim İçi Macmillan Topluluğu

Kanserden etkilenen diğer kişilerle çevrim içi olarak konuşabilirsiniz:

macmillan.org.uk/community

Gündüz veya gece, istediğiniz zaman erişim sağlayabilirsiniz. Deneyimlerinizi paylaşabilir, sorular sorabilir veya sadece başkalarının gönderilerini okuyabilirsiniz.

Kendi dilinizde daha fazla bilgi

Aşağıdaki konularda kendi dilinizde hazırlanmış bilgilere sahibiz:

Kanser işaretleri ve belirtileri

- İşaret ve belirti kartları

Kanser tanısı aldıysanız

- Birleşik Krallık'ta kansere yönelik bakım
- Mülteciler ve sığınma talebinde bulunan kişiler için sağlık hizmetleri
- Kanser tanısı aldıysanız

Kanser türleri

- Bağırsak kanseri
- Meme kanseri
- Rahim ağzı kanseri
- Akciğer kanseri
- Prostat kanseri

Kanser tedavisi

- Kemoterapi
- Radyoterapi
- Kan zehirlenmesi ve kanser
- Kanser tedavisinin yan etkileri
- Ameliyat

Kanserle yaşam

- Kanser hastası olarak sosyal yardım talebinde bulunmak
- Beslenme sorunları ve kanser
- Sağlıklı beslenme
- Kanser tedaviniz esnasında maliyetlere yönelik yardım
- LGBTQ+ bireyler ve kanser
- Yorgunluk (bitkinlik) ve kanser

Yaşamın sonu

- Yaşamın sonu

Bu bilgileri görmek için lütfen macmillan.org.uk/translations adresini ziyaret edin.

Bilgileri anlamak için daha fazla desteğe ihtiyacınız varsa macmillan.org.uk/understandinginformation adresini ziyaret edin.

Referanslar ve teşekkür

Bu broşürdeki bilgiler, Macmillan Cancer Support'un Kanser Bilgi Geliştirme ekibi tarafından yazılmış ve düzenlenmiştir. Profesyonel olarak tercüme edilmiştir.

Bu belgedeki bilgiler, internet sitemizde İngilizce dilinde mevcut Diyet ve kanser içeriğimize dayanmaktadır.

Bu bilgiler ilgili uzmanlar tarafından gözden geçirilmiş ve Macmillan'ın Klinik Uzmanlık Merkezi üyeleri veya diğer kıdemli klinisyenler veya uzmanlar tarafından onaylanmıştır.

Ayrıca bu bilgileri gözden geçiren kanser hastalığından etkilenmiş herkese teşekkür ederiz.

Sunduğumuz tüm bilgiler mevcut en iyi kanıtlara dayanmaktadır. Kullandığımız kaynaklara yönelik daha fazla bilgi için lütfen bizimle iletişime geçin:

informationproductionteam@macmillan.org.uk

İçeriğin gözden geçirilme tarihi: 2025

Planlanan bir sonraki gözden geçirme tarihi: 2028

MAC15753_Turkish_E05

Sağladığımız bilgilerin doğru ve güncel olmasından emin olmak için her türlü çabayı göstermekteyiz ancak bu bilgiler bir uzmanın durumunuzu göz önüne alarak verdiği tavsiyelerin yerine geçmemelidir. Yasaların izin verdiği ölçüde, Macmillan bu yayında yer alan bilgilerin veya üçüncü tarafların sağladığı bilgilerin veya dâhil edilen veya aktarılan internet sitesinin kullanımına yönelik herhangi bir yükümlülüğü kabul etmemektedir.

© Macmillan Cancer Support 2025, İngiltere ve Galler (261017), İskoçya (SC039907) ve Man Adası'nda (604) tescilli bir hayır kurumudur. Aynı zamanda Kuzey İrlanda'da da faaliyet göstermektedir. 2400969 şirket numarasıyla İngiltere ve Galler'de tescilli, garanti ile sınırlı şirket. Man Adası şirket numarası 4694F'dir. Kayıtlı ofis: 3rd Floor, Bronze Building, The Forge, 105 Sumner Street, London, SE1 9HZ. KDV no.: 668265007





Eating problems and cancer: English

Cancer can cause problems with eating and drinking. This information is about the different problems that can happen and ways of dealing with them.

If you have any questions about this information, ask your doctor, nurse or dietician 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 and other languages at macmillan.org.uk/translations

This information is about:

- How cancer can affect eating
- If you are too tired to cook or eat
- Looking after your mouth
- Mouth and throat problems
- Feeling sick, heartburn and indigestion
- Bowel changes that affect your diet
- Changes to your appetite and weight
- Getting the right care and support for you
- How Macmillan can help you
- More information in your language
- References and thanks

How cancer and cancer treatments can affect eating

Eating problems caused by cancer

Depending on where the cancer is in your body, problems can include:

- feeling sick
- being sick
- pain
- problems with digestion
- weight loss.

Eating problems caused by cancer treatments

Cancer treatments can sometimes cause problems with eating, drinking or your digestion.

Some eating problems may be minor, while others may affect you more. Problems may stop when you finish treatment or sometimes they can last longer.

Talk to your cancer team, nurse or GP if you have problems with eating. They can give you advice and support and they can refer you to a dietitian. Dietitians are qualified health professionals. They are experts in giving information and advice about food and food supplements.

Risk of infection (low immunity)

Cancer and cancer treatments can sometimes affect your immune system. This is called having low immunity. It means you are more at risk of getting an infection. An infection is an illness caused by germs.

Most people will not need to change their diet but your doctor may ask you to avoid foods that can contain harmful bacteria. This is to stop you getting a gastric (tummy) infection. You will also need to be even more careful when preparing, storing and reheating food. Your cancer nurse will talk to you about this. We have more information in your language in the fact sheet 'Healthy eating.' Visit [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

Special diets

Some people may need to follow a special diet. For example, if you have had stomach or bowel surgery or if you have diabetes. Your dietitian can give you advice on this.

If you are too tired to cook or eat

Feeling very tired is common with cancer and cancer treatment. You may find it hard to cook your meals or you may feel too tired to eat them.

What you can do

- Make sure you have enough food at home that is easy to make. You could use ready-made meals, frozen meals and tinned food.
- Try to plan ahead. If you have a freezer, prepare food while you are feeling better, and freeze it for when you are tired.
- Ask family or friends to help with shopping or cooking.
- Try eating smaller meals often throughout the day, rather than 3 big meals.
- Try a nourishing drink, with fruit (fresh or frozen) blended with milk, fruit juice, ice cream or yoghurt.
- Your doctor, nurse or dietician may prescribe supplement drinks that add extra energy or protein (or both) to your diet.
- If you need help at home with cooking or eating, tell your GP or dietitian. They may be able to arrange for meals to be delivered to your home, or someone to help prepare meals at home.

Looking after your mouth

Some cancer treatments can make your mouth or throat sore or dry. They may also cause a mouth infection and taste changes. Any mouth problems usually temporary but can sometimes be permanent. It is very important to look after your mouth during treatment.

Keeping your mouth healthy

- You may need to see your dentist before cancer treatment starts. They can tell you the best toothpaste to use during treatment.
- Clean your mouth, tongue and teeth gently each morning and evening, with a soft children's toothbrush. Avoid using toothpicks and check with your doctor before using floss.
- If you wear dentures, soak them in a denture cleaning solution overnight. Leave them out for as long as you can during the day to stop them rubbing your gums.
- Drink lots of fluids, especially water.
- Follow any advice from your doctor or nurse about how to care for your mouth.

Mouth and throat problems

Sore mouth

Some cancer treatments can make your mouth or throat sore.

What you can do

- If you have a sore mouth, tell your doctor or nurse. They can check if you have a mouth infection.
- Your doctor can prescribe an anaesthetic gel or mouthwash if needed. Check with your doctor or nurse before buying your own as sometimes these can be too strong.
- If your mouth is not too sore, a salt-water mouthwash can help.
- Cool foods and drinks may be better than very hot or very cold ones.
- Add crushed ice to drinks or freeze juice in ice-cube trays – sucking on ice cubes can sooth your mouth. Ice cream can also help.
- Some fruit juices can sting if they are acidic. Try less acidic juices like pear or blackcurrant.
- Drink through a straw.
- Avoid salty or spicy foods – these may sting.
- Avoid rough textured foods such as crusty bread, toast or raw vegetables.
- Keep your food moist with sauces and gravies.
- Taking painkillers before eating can help you swallow more easily.

Dry mouth

Radiotherapy to the head and neck area can damage your salivary glands and cause a dry mouth. Some cancer drugs and other medicines can also make your mouth dry.

What you can do

- Tell your doctor or nurse – they can give you mouthwashes, lozenges, artificial saliva sprays or gels to help.
- Keep a drink with you all the time and sip it often, including when you go to bed or go out. Have sips of water with your meals.
- Avoid alcohol and try to limit drinks with caffeine in.
- Spray your mouth with cool water to keep it moist.
- Suck ice cubes or ice lollies.
- Use sauces and gravies, mayonnaise, butter or extra oil to soften your food.
- Avoid chocolate, pastry, peanut butter and other dry foods if they are hard to eat.
- Try sugar-free chewing gum – this can sometimes increase saliva.
- Use lip balm or Vaseline® on dry lips.
- Tell your nurse if your tongue gets a white coating over it. You may need treatment for this.

Taste changes

Cancer treatment can change your taste and you may no longer enjoy certain foods or find all food tastes the same. These changes do not normally last for very long.

What you can do

- Use spices, herbs and seasoning to flavour food. But be careful if your mouth is sore as some spices and seasonings can make this worse.
- Try having sharp tasting foods, such as fresh fruit and fruit juice. Be careful if your mouth is sore though, as these may hurt your mouth.
- Cold foods may taste better than hot foods.
- Cold meats may taste better with pickle or chutney.
- If you have a metal taste when eating red meat, try white meat, fish, or vegetarian meals using beans and lentils.
- It may also help a metal taste in your mouth if you use plastic, wood or bamboo knives, forks and spoons.
- Fish, chicken and egg meals may taste better when cooked or marinated in a sauce.
- If you no longer like tea or coffee, try fruit or herbal teas, milk or a cold drink.
- Try brushing your teeth before meals.

Chewing and swallowing problems

Some types of cancer and cancer treatments can cause problems with chewing and swallowing. Tell your doctor, nurse, speech and language therapist (SLT) or dietician if you have any problems swallowing. If drinking makes you cough, tell your doctor or nurse straight away.

What you can do

- Taking painkillers 30 minutes before meals may help if it hurts to chew or swallow. Your doctor can give you advice.
- Choose foods that are easy to swallow, such as scrambled egg, tofu or yoghurt or custard.
- Soften foods with sauces or gravy.
- Cook food slowly for a long time to make it softer and blend it to make it easier to eat.
- Chop meat and vegetables into small pieces.
- Cut the crusts off bread.
- If you feel food is getting stuck in your throat, fizzy drinks can help.
- Some meal delivery companies have a choice of soft foods on their menu.
- If you find it hard to eat enough, there are food supplements that you can have as drinks in between meals. Your doctor or dietitian can explain which might be best for you.

Feeling sick, heartburn and indigestion

Feeling sick

Some cancer treatments and other medications, such as painkillers and antibiotics, can make you feel sick. Problems like constipation and liver damage can also cause sickness.

Your doctor can give you anti-sickness drugs to help with sickness. If this does not help, tell your doctor, as there are different types you can try.

What you can do

- Follow the instructions you are given about when and how to take the anti-sickness drugs.
- Dry foods, such as crackers or plain biscuits, can help you to feel less sick first thing in the morning.
- If possible, let someone else cook your meals. Sometimes the smell of cooking can make you feel sick.
- Avoid greasy, fatty or fried foods.
- Try to eat light foods such as thin soups.
- Try eating in a room where there is plenty of fresh air.
- Sit up straight at the table to eat and stay like this for a short time after eating.
- Food or drinks containing ginger or peppermint can help with nausea. You could try ginger or peppermint tea, crystallised ginger, or ginger biscuits.
- Sipping a fizzy drink, such as lemonade, ginger ale, or fizzy water may help.
- Try having drinks between meals rather than with your food.
- Wear acupressure Sea Bands® on your wrists. The bands apply pressure to your wrist. This is thought to change the communication pathways between the brain and stomach that cause nausea and vomiting. You can get them from your pharmacy. Ask your doctor or nurse before using them.
- Relaxation techniques and breathing exercises may help you feel less sick.

Let your doctor know if you have problems pooing (constipation), as this can make you feel sick. You may need some medicine to help.

Heartburn and indigestion

Heartburn is a burning feeling in the chest. Indigestion is an uncomfortable feeling in the upper part of the abdomen (tummy). It usually happens after meals. This may be due to a cancer treatment or another drug irritating the lining of the stomach.

What you can do

- Talk to your doctor, they can give you medicines to help.
- Make a note of foods that make you feel uncomfortable so you can avoid them.
- Avoid chocolate, alcohol, spicy food, fatty food fizzy drinks and chewing gum.
- If you get indigestion at night, avoid eating a meal or drinking tea or coffee for 3 to 4 hours before you go to bed.
- A glass of milk or some yoghurt may relieve symptoms.
- Avoid large meals and eating late at night. Instead, try to eat small meals regularly and eat slowly.
- Rest for 45–60 minutes after you eat. Try not to lie down after a meal.
- Wear loose clothing around your waist.
- Try to stay a healthy weight.
- If you smoke, try to stop or cut down.

Bowel changes that affect your diet

Constipation

Constipation means that you are not able to poo as often as you normally do. It can become difficult or painful for you to poo. Some cancer drugs and other medicines, such as painkillers and some anti-sickness drugs, can cause constipation. Talk to your doctor if you have constipation. They may give you medicines called laxatives.

What you can do

- Eat foods with lots of fibre in. These include fresh fruit and vegetables, wholemeal bread, flour and pasta, whole wheat cereal, muesli, oats, beans, lentils, peas and brown rice.
- Drink lots of fluids, both hot and cold drinks. Try to drink 2 litres each day (3½ pints). This is important if you are eating more fibre.
- Eating prunes and their juice, dried apricots or syrup of figs may help.
- Try gentle exercise, such as walking.

If you have bowel cancer, it is important to talk to your dietitian, doctor or nurse before changing your diet.

Diarrhoea

This is when you need to poo more often than normal, and the poo is softer than normal. If you have a stoma, it may be more active than usual. A stoma is an opening that is made through the tummy (abdominal) wall. It connects the bowel to the surface of the tummy.

Many cancer treatments can cause diarrhoea. It can also be caused by medications such as antibiotics, or by having an infection. Diarrhoea can be a temporary, mild side effect or it can be more severe. Always tell your doctor if you have diarrhoea and if it gets worse.

If you have diarrhoea after surgery for bowel cancer, talk to your doctor or nurse before changing your diet.

What you can do

- Drink lots of fluids (at least 2 litres or 3½ pints each day).
- Eat small meals more regularly, rather than having 3 large meals a day.
- Eat light foods, such as fish, chicken, well-cooked eggs, white bread, pasta and rice.
- Eat your meals slowly.
- Eat less fibre (such as cereals, raw fruits and vegetables) until diarrhoea improves.
- Avoid greasy and fatty foods such as chips and burgers.
- Avoid spicy foods.

If changing what you eat does not help with diarrhoea, you may need to have anti-diarrhoea tablets. It is important to take the tablets exactly as your doctor explains.

Sometimes diarrhoea can be severe. If you have diarrhoea more than 4 times in 24 hours, and if anti-diarrhoea medication has not worked in this time, or if you have diarrhoea during the night contact the hospital straight away.

Wind

Wind can make you feel bloated and make you pass gas. It can be caused by:

- Radiotherapy to the pelvis (lower tummy area)
- Some types of bowel surgery.
- Some types of medicines
- Having constipation.

If you find wind painful, or difficult to cope with, talk to your doctor or nurse.

What you can do

- Eat and drink slowly. Take small mouthfuls and chew food well.
- Avoid beans, pulses, pickles, cabbage, broccoli sweetcorn, onions and fizzy drinks.
- Try adding 2 teaspoons of peppermint water to a glass of warm water. You can sweeten it with honey. Or you could try peppermint tea.
- Your GP can give you peppermint capsules that may help.
- Charcoal tablets may help – you can get some from your pharmacy.
- Gentle exercise, especially walking, can help.
- Try to make sure you poo regularly – wind can be a sign of constipation.

Changes to your appetite and weight

If you find it hard to eat, or you are losing weight, it is important to talk to a dietitian. They can talk to you about ways to put on weight and avoid losing weight.

If you do not feel hungry (poor appetite)

During cancer treatment, you may lose your appetite and not feel hungry. This may be due to feeling sick, food and drink tasting different, or because you feel too tired.

Here are some tips that may help:

- Eat smaller meals but have them more often.
- Keep snacks, such as crisps, nuts, dried fruit, cheese, crackers and yoghurt, with you for when you feel able to eat.
- Serve food on a small plate.
- Eat meals slowly, chew the food well and relax for some time after each meal.
- Have nourishing drinks as well as small meals. You could have a fruit smoothie with yoghurt or ice cream. Or a milkshake made with full fat milk and some cream.
- Drinking a small amount of alcohol just before, or with, food can help your appetite. Check with your doctor that you can have alcohol.
- Your doctor may give you a medicine that can help increase your appetite.

On days when your appetite is better, try to eat as well as you can and enjoy your favourite foods. If you have had treatment for bowel cancer, talk to your dietitian, cancer nurse or doctor about your diet.

Avoiding weight loss

If you are losing weight or finding it hard to eat, you can add extra calories (energy) and protein to your diet without having to eat more food.

- Add full-fat milk, syrup, honey or sugar to breakfasts and desserts.
- Try adding cream or lentils, beans and noodles to casseroles and soups.
- Grated cheese or olive oil can be added to hot soup.
- Cream, cheese and butter can be added to mashed potatoes or sauces.
- Use plenty of butter and add mayonnaise or salad cream in sandwiches.
- Add peanut butter (or other nut spreads), chocolate spread, tahini, honey or jam to bread, toast, crackers and biscuits.

Food supplements

Your doctor may suggest that you have food supplements. These can add extra calories (energy) or protein to your diet. Some are drinks and others are powders that you add to food or drink. You can add them to your everyday foods or have them in addition to your normal diet. In some situations, supplements can be used to replace meals.

There are also some supplement-based foods, such as ready-made puddings.

Your doctor or dietitian may need to prescribe some supplements but others you can buy from the pharmacy or supermarket. You can ask your doctor or dietitian about food supplements. You should only use supplements if they recommend it. It is important to follow the advice of your doctor or dietitian when using high-protein or high-energy supplements.

If you have diabetes, you must get advice from your GP, cancer nurse or dietitian, before you use food supplements.

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 professionally.

The information included is based on our Diet and 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 or other senior clinicians or experts.

Thanks also to the people affected by cancer who reviewed this information.

All our information is based on the best evidence available. For more information about the sources we use, please contact us at informationproductionteam@macmillan.org.uk

Content reviewed: June 2025

Next planned review: June 2028

MAC15753_English_E05

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

