

Nowotwór a koronawirus

Niniejsza broszura dotyczy koronawirusa w powiązaniu z chorobą nowotworową. Można podjąć pewne działania, aby chronić siebie i innych przed koronawirusem. Broszura zawiera również informacje na temat szczepionek przeciwko koronawirusowi.

Odpowiedzi na wszelkie pytania dotyczące przedstawionych tutaj informacji można uzyskać od lekarza lub pielęgniarki w szpitalu, w którym odbywa się leczenie.

Można także zadzwonić do organizacji Macmillan Cancer Support pod darmowy numer telefonu **0808 808 00 00**, 7 dni w tygodniu w godzinach od 8.00 do 20.00. Dostępna jest pomoc tłumaczy, więc można skontaktować się z nami w swoim języku ojczystym. Po połączeniu się z naszą linią należy powiedzieć po angielsku, w jakim języku chce się kontynuować rozmowę (należy powiedzieć „połysz”).

Więcej informacji na temat koronawirusa można znaleźć w naszej witrynie internetowej macmillan.org.uk/coronavirus.

Niniejsza broszura zawiera informacje na następujące tematy:

- Czym jest koronawirus?
- Co z chorymi na nowotwory?
- Co z leczeniem chorych na nowotwory?
- Czym jest szczepionka przeciwko koronawirusowi?
- Jak organizacja Macmillan może pomóc?
- Słowniczek
- Więcej informacji w języku polskim
- Źródła i podziękowania

Czym jest koronawirus?

Choroba wywoływana przez koronawirus jest niekiedy nazywana „COVID-19”. Ten wirus atakuje płuca. Wirus może wywołać bardzo poważne zapalenie płuc. Niektórzy mogą z tego powodu umrzeć.

Jak można zarazić się koronawirusem?

Wirus przenosi się między osobami. Można zarazić się, przebywając w pobliżu osoby zakażonej. Wirusem można zarazić się również, dotykając powierzchni skażonej wirusem.

Jak czują się osoby zakażone koronawirusem?

Osoby zakażone koronawirusem mogą skarżyć się na złe samopoczucie. Mogą one:

- mieć uporczywy kaszel,
- odczuwać gorąco lub mieć dreszcze w połączeniu z wysoką temperaturą (ponad 37,5°C [99,5°F]),
- odczuwać zaburzenia węchu lub smaku.

Osoby chore na nowotwór, które czują się źle, mogą zgłosić się do lekarza onkologa lub szpitala w celu uzyskania porady.

Niektóre osoby zakażone koronawirusem nie zgłaszają złego samopoczucia. Wciąż jednak mogą przenosić wirusa na inne osoby.

Osoby, które podejrzewają zakażenie koronawirusem, muszą zostać w domu. W ten sposób mogą przerwać przenoszenie koronawirusa na innych. Należy zgłosić lekarzowi podejrzenie zakażenia koronawirusem.

Jak rozpoznać zakażenie koronawirusem?

Osoby, które podejrzewają zakażenie koronawirusem, mogą zrobić bezpłatny test. Specjalnie przeszkolona osoba wykona test. Można też zamówić test domowy. Można zamówić testy domowe z instrukcjami w innych językach. W celu wykonania testu zazwyczaj pobiera się wacikiem wymaz z nosa i tylnej części gardła. Wacik wygląda jak długi patyczek do uszu.

Test należy przeprowadzić w czasie występowania objawów. Odmienne zasady przeprowadzania testów stosuje się w:

- Anglii – więcej informacji można znaleźć na stronie www.gov.uk,
- Szkocji – więcej informacji można znaleźć na stronie www.gov.scot,
- Walii – więcej informacji można znaleźć na stronie www.gov.wales,
- Irlandii Północnej – więcej informacji można znaleźć na stronie www.publichealth.hscni.net.

Wyniki powinny być dostępne w ciągu 1—3 dni. W razie obaw o wynik testu można porozmawiać z kimś o swoich odczuciach.

Co z chorymi na nowotwory?

Osoby chore na nowotwór mogą być bardziej narażone na poważny przebieg choroby wywołanej koronawirusem.

Części ciała odpowiadające za walkę z wirusami i infekcjami są nazywane układem odpornościowym. Niektóre rodzaje nowotworów i ich leczenia mogą osłabiać układ odpornościowy. Oznacza to, że organizm może nie podjąć skutecznej walki z koronawirusem.

Jak osoby chore na nowotwór mogą się zabezpieczać?

Można zabezpieczać się na różne sposoby:

- przyjąć szczepionkę przeciwko koronawirusowi w proponowanym terminie,
- nosić maseczkę w skupiskach ludzi lub poza domem (maseczka musi zasłaniać usta i nos),
- unikać zatłoczonych miejsc,
- zachowywać dystans 2 metrów od innych osób,
- często myć ręce,
- jeżeli w domu znajdują się osoby inne niż domownicy, otworzyć okna i drzwi, aby zapewnić dopływ świeżego powietrza,

zapisać się na test w razie podejrzenia zakażenia.

Samoizolacja

Na początku pandemii niektórym osobom polecono samoizolację. Oznaczało to pozostawanie w domu i unikanie kontaktu z innymi osobami. Chodziło o ochronę osób z niektórymi chorobami, u których mógłby wystąpić bardzo ciężki przebieg choroby wywołanej koronawirusem.

Obecnie nie zaleca się samoizolacji. Osoby, które wcześniej stosowały samoizolację, powinny jednak zachować ostrożność i stosować środki ochrony. Obejmują one szczepienia i stosowanie się do zaleceń obowiązujących lokalnie. Najnowsze zalecenia można znaleźć w internecie. Zalecenia i porady powinny być dostępne w różnych językach i formatach.

Niektóre osoby nadal mogą chcieć stosować samoizolację. Inne czują ulgę, że nie muszą już tego robić. To osobisty wybór, który warto rozważyć i o którym warto porozmawiać z bliskimi osobami.

Jak można o siebie dbać?

Osoby chore na nowotwór powinny szczególnie zadbać o zdrowie. W ten sposób mogą wzmocnić układ odpornościowy. Silny układ odpornościowy może pomóc w leczeniu nowotworu. Najlepsze praktyki:

- zdrowe odżywianie,
- picie dużej ilości wody lub innych płynów,
- ruch,
- dostateczny czas odpoczynku,
- rozmowy z innymi ludźmi na temat swojego samopoczucia.

Więcej informacji na temat zdrowego odżywiania można znaleźć po polsku na stronie: [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations).

Co z leczeniem chorych na nowotwory?

Osoby chore na nowotwór mogą martwić się o swoje leczenie, jednak powinny kontynuować je zgodnie z planem. Jeśli pacjent czuje obawy, może porozmawiać o tym z lekarzem lub pielęgniarką.

Niektórzy pacjenci mogą czekać na badanie obrazowe lub laboratoryjne. Personel opieki zdrowotnej nadal zajmuje się:

- diagnozowaniem nowotworów,
- leczeniem nowotworów,
- świadczeniem opieki, której pacjenci potrzebują.

Podczas badań lub leczenia w szpitalu albo przychodni pacjenci muszą nosić maseczkę. Przed leczeniem pacjenci mogą zostać poddani testowi na obecność koronawirusa.

Osoby poddawane leczeniu z powodu nowotworu mogą odczuwać obawy w związku ze szczepieniem. Szczepienie jest bezpieczne. Warto ustalić z lekarzem, kiedy jest najlepszy czas na szczepienie. Szczepionka może działać słabiej u pacjentów poddawanych niektórym rodzajom terapii nowotworowej. Wciąż jednak pomaga chronić przed koronawirusem.

Czym jest szczepionka przeciwko koronawirusowi?

Szczepionka to produkt leczniczy, który chroni przed chorobą. Ważne jest, aby osoby chore na nowotwór przyjęły szczepionkę na koronawirusa, ponieważ wspomaga ona układ odpornościowy, który z kolei lepiej chroni chorych. Oznacza to, że osoby zaszczepione są mniej podatne na ciężki przebieg choroby wywołanej koronawirusem.

Lekarze zalecają zaszczepienie wszystkich osób dorosłych. Osoby chore na nowotwór powinny przyjąć szczepionkę jak najszybciej. Zalecenie to wynika z faktu, że są one narażone na ciężki przebieg choroby wywołanej koronawirusem. Lekarze przetestowali szczepionki, aby mieć pewność, że są one bezpieczne.

Lekarz zaleci pacjentowi najlepszy termin na przyjęcie szczepionki. Ważne jest, aby przyjąć szczepionkę w momencie wskazanym przez lekarza.

W jaki sposób przyjmuje się szczepionkę?

Lekarz lub pielęgniarka podaje szczepionkę w postaci zastrzyku w ramię.

Szczepionkę przyjmuje się w dwóch dawkach. Drugą dawkę przyjmuje się od 3 do 12 tygodni po pierwszej dawce.

Szczepionka zaczyna chronić po upływie 2–3 tygodni od przyjęcia pierwszej dawki. Druga dawka zapewnia dłuższą ochronę. Ważne jest, aby przyjąć dwie dawki szczepionki.

Co dzieje się po przyjęciu szczepionki?

Po przyjęciu szczepionki nadal należy zachowywać ostrożność. Szczepionka może nie powstrzymać rozprzestrzeniania się wirusa. Jednak powinna chronić przed bardzo ciężkim przebiegiem choroby wywołanej koronawirusem. Aby zapewnić sobie bezpieczeństwo po szczepieniu, wciąż należy stosować się do zasad wymienionych w niniejszej broszurze.

Jak organizacja Macmillan może pomóc?

Organizacja Macmillan istnieje po to, aby pomagać osobom chorym i ich rodzinom. Wsparcie oferują:

- **Telefoniczna linia wsparcia organizacji Macmillan (0808 808 00 00).** Dostępna jest pomoc tłumaczy, więc można skontaktować się z nami w swoim języku ojczystym. Wystarczy powiedzieć po angielsku, w jakim języku chce się rozmawiać. Możemy odpowiedzieć na pytania medyczne, udzielić informacji na temat pomocy finansowej lub porozmawiać o odczuciach związanych z chorobą. Nasza linia telefoniczna jest czynna 7 dni w tygodniu w godzinach od 8.00 do 20.00.
- **Witryna internetowa organizacji Macmillan (macmillan.org.uk).** W naszej witrynie znajduje się wiele informacji w języku angielskim na temat nowotworów i życia z nowotworem. Więcej informacji w innych językach znajduje się na stronie: macmillan.org.uk/translations.
- **Informacje i wsparcie.** W ośrodku informacji i wsparcia można porozmawiać ze specjalistą w zakresie chorób nowotworowych i otrzymać broszury informacyjne. Najbliższe ośrodki można znaleźć na stronie: macmillan.org.uk/informationcentres lub dzwoniąc pod nasz numer. Ośrodki znajdują się też w niektórych szpitalach.
- **Lokalne grupy wsparcia** – w grupie wsparcia można porozmawiać z innymi osobami zmagającymi się z chorobą nowotworową. Grupę działającą w pobliżu można znaleźć na stronie: macmillan.org.uk/supportgroups lub dzwoniąc pod nasz numer.
- **Spoleczność internetowa Macmillan** – można także porozmawiać z innymi osobami chorującymi na nowotwór na stronie: macmillan.org.uk/community.

Więcej informacji w języku polskim

Dysponujemy informacjami w języku polskim na następujące tematy:

Rodzaje nowotworów <ul style="list-style-type: none">• Rak piersi• Rak jelita grubego• Rak płuca• Rak prostaty (gruczołu krokowego, stercza) Metody leczenia <ul style="list-style-type: none">• Chemioterapia• Radioterapia• Leczenie chirurgiczne	Sposoby radzenia sobie z rakiem <ul style="list-style-type: none">• Jeśli zdiagnozowano raka – krótki poradnik• Problemy żywieniowe a nowotwory• U schyłku życia• Wsparcie finansowe – zasiłki• Wsparcie finansowe – pomoc w pokrywaniu kosztów• Zdrowe żywienie• Zmęczenie (uczucie wyczerpania) a nowotwór• Skutki uboczne leczenia nowotworu• Jak można sobie pomóc?
--	--

Aby przejrzeć te informacje, należy wejść na stronę:
[macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations).

Źródła i podziękowania

Niniejsza broszura informacyjna została napisana oraz zredagowana przez zespół Cancer Information Development organizacji Macmillan Cancer Support. Została ona przetłumaczona przez profesjonalne biuro tłumaczeń.

Niniejsza broszura została przygotowana na podstawie informacji dostępnych na stronie organizacji Macmillan na temat nowotworów i koronawirusa (macmillan.org.uk/coronavirus).

Przedstawione tutaj informacje zostały sprawdzone przed odpowiednich specjalistów i zatwierdzone przez doktora Tima Ivesona, konsultanta onkologa i głównego redaktora medycznego organizacji Macmillan, oraz Rosie Loftus, głównego specjalistę ds. medycznych.

Wszystkie podawane przez nas informacje są oparte na najlepszych dostępnych danych naukowych. Aby uzyskać więcej informacji na temat źródeł, z których korzystamy, prosimy skontaktować się z nami, pisząc na adres: cancerinformationteam@macmillan.org.uk.

MAC18794_Polish

Wersja z: 2021 r.

Następna zaplanowana edycja tekstu: 2024 r.

Dokładamy wszelkich starań, aby przekazywane przez nas informacje były dokładne, jednak nie można zakładać, że odzwierciedlają one obecny stan badań medycznych, który nieustannie ulega zmianom. Osoby, które martwią się swoim stanem zdrowia, powinny skonsultować się z lekarzem. Organizacja Macmillan nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek szkody wynikające z nieścisłości podanych tutaj informacji lub informacji pochodzących od osób trzecich, takich jak informacje przedstawione na stronach internetowych, do których łączy znajdują się w naszej witrynie.

© Macmillan Cancer Support 2021 Organizacja charytatywna zarejestrowana w Anglii i Walii (261017), Szkocji (SC039907) oraz na Wyspie Man (604). Adres siedziby: 89 Albert Embankment, London, SE1 7UQ.



Cancer and coronavirus

This information is about coronavirus if you have cancer. There are things you can do to protect yourself and other people from coronavirus. There is also information about the coronavirus vaccine.

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 (say "Polish").

We have more information about coronavirus on our website at macmillan.org.uk/coronavirus

This information is about:

- What is coronavirus?
- What if I have cancer?
- What will happen to my cancer treatment?
- What is the coronavirus vaccine?
- How Macmillan can help you
- Word list
- More information in your language
- References and thanks

What is coronavirus?

Coronavirus is sometimes called COVID-19. It is a virus that can affect your lungs. This virus can give you a lung infection which can make you very ill. Some people die from it.

How do people get coronavirus?

The virus spreads from person to person. You can get it if you are near someone with the virus. You can also get it by touching a surface that has the virus on it.

How will coronavirus make me feel?

If you have coronavirus, you may feel unwell. You might:

- have a cough that does not stop
- feel hot or shivery with a high temperature (over 37.5°C [99.5°F])
- not be able to smell or taste properly.

If you have cancer and feel unwell, call your cancer doctor or hospital right away for advice.

Some people with coronavirus do not feel unwell. They can still spread the virus to other people.

If you think you might have coronavirus you must stay at home. This is to stop you spreading coronavirus to others. Tell your doctor if you think you might have coronavirus.

How will I know if I have coronavirus?

You can have a free test that will tell you if you have coronavirus. A trained person will test you or you can order a home test. [You can get home tests with instructions in other languages.](#) For the test, they will usually swab the back of your throat and your nose. The swab looks like a long cotton bud.

You will need to be tested within days of having symptoms. Testing rules are different in:

- [England – visit \[www.gov.uk\]\(http://www.gov.uk\) to find out more](#)
- [Scotland – visit \[www.gov.scot\]\(http://www.gov.scot\) to find out more](#)
- [Wales – visit \[www.gov.wales\]\(http://www.gov.wales\) to find out more](#)
- [Northern Ireland – visit \[www.publichealth.hscni.net\]\(http://www.publichealth.hscni.net\) to find out more](#)

You should get your results in 1 to 3 days. If you are worried after getting your results you could talk to someone about how you feel.

What if I have cancer?

If you have cancer, you may be more at risk of becoming very ill if you have coronavirus.

The parts of the body that fight viruses and infections are called the immune system. Some types of cancer and its treatments can make your immune system weaker. This means your body may not fight the coronavirus well.

How can I protect myself if I have cancer?

There are things you can do to protect yourself:

- Get a coronavirus vaccine when it is offered to you
- Wear a mask when you are with other people or outside your house. This must cover your mouth and nose.
- Avoid places that are very busy
- Do not stand close to people and try to stay 2 metres apart
- Clean your hands often
- If you are indoors with people who are not in your household keep doors and windows open for fresh air

Book a test if you think you have coronavirus.

Shielding

At the start of the pandemic some people were told to shield. This meant staying indoors at all times and staying away from other people. It was to protect people with certain illnesses who might become very unwell if they had coronavirus.

Shielding is no longer advised. But people who were shielding should continue to be careful and protect themselves. This includes having a vaccination and checking any guidance for your local area. You can get the latest rules on the internet. You should be able to get the rules and advice in different languages and formats.

Some people want to continue shielding, Others are relieved to stop. It's a personal choice that you can think about for yourself and discuss with those close to you.

How can I take care of myself?

It is really important to look after your health if you have cancer. These can make your immune system stronger. This can help you cope better with cancer treatment. The best things to do are:

- eat healthily
- drink lots of water or other fluids
- keep moving your body
- get enough rest
- talk about how you are feeling to other people.

We have more information about healthy eating in your language at [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

What will happen to my cancer treatment?

You might be worried about having cancer treatment, but you should have your treatment as planned. Talk to your doctor and nurse if you are worried about this.

You might be waiting for a scan or test. The cancer teams will still:

- diagnose cancer
- treat cancer
- give people the care they need.

You must wear a mask if you are having tests or treatment in a hospital or clinic. You may be tested for coronavirus before your treatment.

You might be worried about getting a vaccine if you are having cancer treatment. It is safe to have the vaccine. Your doctor can talk to you about the best time to have it. The vaccine may not work as well if you are having some cancer treatments. But it will still help to protect you from coronavirus.

What is the coronavirus vaccine?

A vaccine is a medicine that helps to keep you safe from an illness. It is important that you get a coronavirus vaccine as this will help your immune system to protect you. This means that you are less likely to get very unwell with coronavirus.

Doctors want all adults to get the vaccine. If you have cancer, you should have the vaccine as soon as you can. This is because you will be at risk of being very unwell if you get coronavirus. Doctors have tested the vaccines to make sure they are safe to use.

Your doctor will tell you when you can get your vaccine. It is important to get the vaccine when your doctor tells you.

How will I get my vaccine?

A doctor or nurse will give you the vaccine as an injection (jab) in your arm.

You will get the vaccine twice. You get your second vaccine 3 to 12 weeks after the first one.

The first vaccine starts to protect you 2 to 3 weeks after you have it. The second vaccine protects you for a longer time. It is important to get both doses of the vaccine.

What happens after I get the vaccine?

You will still need to be careful after you have had the vaccine. The vaccine may not stop the virus spreading. But it should stop you becoming very poorly if you get coronavirus. You must still follow the rules in this information to stay safe after getting your vaccine.

How Macmillan can help you

Macmillan is here to help you and your family. You can get support from:

- **The Macmillan Support Line (0808 808 00 00).** We have interpreters, so you can speak to us in your language. Just tell us, in English, the language you want to use. We can answer medical questions, give you information about financial support, or talk to you about your feelings. The phone line is open 7 days a week, 8am to 8pm.
- **The Macmillan website ([macmillan.org.uk](https://www.macmillan.org.uk)).** Our site has lots of English information about cancer and living with cancer. There is more information in other languages at [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)
- **Information and support services.** At an information and support service, you can talk to a cancer support specialist and get written information. Find your nearest centre at [macmillan.org.uk/informationcentres](https://www.macmillan.org.uk/informationcentres) or call us. Your hospital might have a centre.
- **Local support groups** – At a support group you can talk to other people affected by cancer. Find a group near you at [macmillan.org.uk/supportgroups](https://www.macmillan.org.uk/supportgroups) or call us.
- **Macmillan Online Community** – You can also talk to other people affected by cancer online at [macmillan.org.uk/community](https://www.macmillan.org.uk/community)

More information in your language

We have information in your language about these topics:

<p>Types of cancer</p> <ul style="list-style-type: none">• Breast cancer• Large bowel cancer• Lung cancer• Prostate cancer <p>Treatments</p> <ul style="list-style-type: none">• Chemotherapy• Radiotherapy• Surgery	<p>Coping with cancer</p> <ul style="list-style-type: none">• If you are diagnosed with cancer – a quick guide• Eating problems and cancer• End of life• Financial support – benefits• Financial support – help with costs• Healthy eating• Tiredness (fatigue) and cancer• Side effects of cancer treatment• What you can do to help yourself
---	---

To see this information, go to [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

References and thanks

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

The information included is based on the Macmillan's online information about [cancer and coronavirus](https://www.macmillan.org.uk/coronavirus) at [macmillan.org.uk/coronavirus](https://www.macmillan.org.uk/coronavirus)

This information has been reviewed by relevant experts and approved by Dr Tim Iveson, Consultant Medical Oncologist and Macmillan Chief Medical Editor and Rosie Loftus, Macmillan Chief Medical Officer.

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

MAC18794_Polish

Content reviewed: 2021

Next planned review: 2024

We make every effort to ensure that the information we provide is accurate but it should not be relied upon to reflect the current state of medical research, which is constantly changing. If you are concerned about your health, you should consult your doctor. Macmillan cannot accept liability for any loss or damage resulting from any inaccuracy in this information or third-party information such as information on websites to which we link.

© Macmillan Cancer Support 2021. Registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Registered office 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

