

Если вам диагностировали рак: краткое руководство

В данном информационном бюллетене мы поговорим о том, чего следует ждать, если вам поставлен диагноз «рак», и куда можно обратиться за помощью и поддержкой.

Значение подчеркнутых слов поясняется в списке в конце бюллетеня. В списке также указано, как эти слова произносятся по-английски.

Диагноз «рак» может стать огромным шоком для вас. Он может вызвать массу различных эмоций. Многим удается успешно излечиться от этого заболевания или жить с ним на протяжении многих лет. Вы можете получить поддержку в различных службах или от других людей.

При возникновении каких-либо вопросов в отношении данной информации вы можете обратиться к врачу или медсестре в своей больнице.

Вы также можете позвонить в Службу поддержки Макмиллан Кэнсер Саппорт (Macmillan Cancer Support) по бесплатному номеру **0808 808 00 00** в любой день недели с 8:00 до 20:00. У нас работают устные переводчики, поэтому вы сможете общаться с нами по-русски. Когда будете звонить, сообщите по-английски, на каком языке вы хотели бы поговорить.

На веб-странице [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations) можно найти материалы на разных языках на тему рака.

Темы нашего бюллетеня:

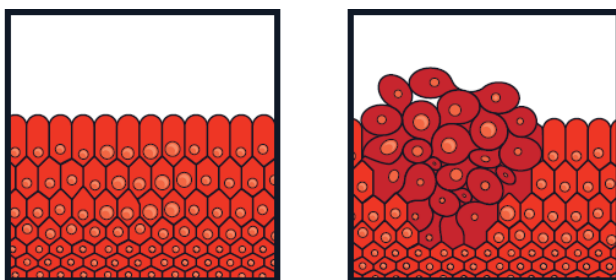
- Что такое рак?
- Что происходит после постановки диагноза?
- Если вы представитель ЛГБТК+
- Медицинские работники и сотрудники социальной службы, с которыми вы можете взаимодействовать Как составляется план лечения
- Основные способы лечения рака
- Общение с вашей медицинской группой
- Как справляться с раком
- Получение надлежащего ухода и поддержки
- Как вам может помочь служба Макмиллан (Macmillan)
- Список терминов
- Дополнительная информация на русском языке
- Литература и благодарность

Что такое рак?

Рак зарождается в клетках организма. Клетки — это маленькие структурные элементы, из которых состоят органы и ткани организма. Клетки получают сигналы от организма о том, когда расти, а когда делиться для создания новых клеток. Так наш организм растет и восстанавливается. Эти клетки могут стать старыми, поврежденными или больше не нужными. В таком случае клетка получает сигнал от организма прекратить работу и умереть.

Иногда эти сигналы понимаются неправильно и появляется аномальная клетка. Такая клетка продолжает делиться и создавать новые аномальные клетки. Эти клетки образуют припухлость, которая называется опухолью.

Нормальные клетки Клетки, образующие опухоль



Не каждая опухоль является злокачественной. Опухоль, не являющаяся раковой (доброкачественная опухоль) может расти, но не может распространяться на другие органы и ткани организма. В таком случае проблемы могут возникнуть только из-за роста и давления опухоли на соседние органы.

Раковая (злокачественная) опухоль может прорасти в другие ткани.

Иногда раковые клетки отделяются от изначальной раковой опухоли и переносятся через кровь или лимфатическую систему в другие органы. Раковые клетки, перенесенные из первичной опухоли и образовавшие новую опухоль в другой части организма, называются вторичной раковой опухолью или метастазом.

Некоторые виды рака начинаются из клеток крови. Аномальные клетки могут накапливаться в крови, а иногда и в костном мозге. Костный мозг — это место, где производятся клетки крови. Эти виды рака иногда называются раком крови.

Что происходит после постановки диагноза?

Медицинская группа, которая будет заниматься вашим случаем, обсудит с вами возможные способы лечения, а также поддержку, которая вам потребуется. Они пояснят, в чем будет заключаться лечение и когда оно начнется. Вам может потребоваться пройти дополнительное обследование или сдать анализы, чтобы специалисты получили больше данных о вашем заболевании.

Если вы представитель ЛГБТК+

Информация на этой странице предназначена для всех, кто болен раком. Если вы представитель ЛГБТК+, у вас могут возникнуть дополнительные вопросы.

Иногда вы можете чувствовать себя более уверенно, если медицинская группа, которая занимается вашим случаем, знает вашу сексуальную ориентацию или пол. Это также может помочь вашей медицинской группе предоставить правильную информацию и поддержку вам и близким вам людям.

Если вы транссексуал (трансгендер) или небинарный человек, разговор с медицинским работником о вашем теле может вызвать сложности. Иногда анализы или лечение могут касаться частей тела, о которых вам неприятно говорить. У вас также могут возникнуть вопросы, если вы принимаете гормоны или перенесли операцию по изменению пола.

Приходите на прием с человеком, которому вы доверяете. Он может выслушать и помочь вам справиться с происходящим.

Медицинские работники и сотрудники социальной службы, с которыми вы можете взаимодействовать

Онкологическим пациентам приходится общаться с различными медицинскими работниками и сотрудниками социальной службы.

Ваше основное контактное лицо

У вас должно быть основное контактное лицо в вашей группе медицинских работников. Его могут называть ключевым работником или связующим работником. Вам сообщат его имя и контактные данные. Он сможет помочь вам, если у вас появятся вопросы или вам нужен будет совет.

В вашем районе

Когда вы будете находиться дома, другие специалисты также будут помогать осуществлять уход за вами. Они свяжутся с многопрофильной группой, занимающейся вашим лечением. Это следующие специалисты:

- **Врач общей практики (GP).** Ваш врач общей практики следит за вашим здоровьем, когда вы находитесь дома. Он может помочь вам справиться с симптомами и побочными эффектами, а также при необходимости будет направлять вас к соответствующим специалистам. Он может организовать для вас помощь на дому, предоставляемую соответствующими службами, и обсудить с вами любые решения в отношении лечения, которые вам необходимо принимать.
- **Районные и участковые медсестры.** Это медсестры, которые могут посещать вас на дому, чтобы обеспечить необходимый уход, а также поддержать вас и тех, кто ухаживает за вами. Ваш врач общей практики может связаться с такой медсестрой по вашему запросу.
- **Практикующая медсестра.** Иногда в одном кабинете с врачом общей практики работает медсестра. Такая практикующая медсестра поможет вам все объяснить и может, например, брать кровь на анализ или делать перевязки.

Многопрофильная группа специалистов

В больнице организацией вашего лечения и ухода будет заниматься многопрофильная группа специалистов. Это группа, состоящая из медицинских работников и сотрудников социальной службы. В ее состав могут входить следующие специалисты:

- **хирург** — врач, который проводит хирургические операции;
- **онколог** — врач, специализирующийся на лечении рака;
- **гематолог** — врач, специализирующийся на проблемах крови;
- **радиолог** — врач, который профессионально разбирается в рентгеновских снимках;
- **профильная клиническая медсестра (CNS)**— медсестра, специализирующаяся в области конкретных заболеваний.
- **врач по паллиативному уходу** — врач, помогающий людям справляться с симптомами рака.

В зависимости от типа рака, в многопрофильную группу могут входить также другие специалисты.

Социальные службы и волонтерские организации

Если вы нуждаетесь в помощи на дому, например с принятием душа или ванны, надеванием одежды, уборкой или покупками, сообщите об этом врачу общей практики или куратору. Вас могут направить к социальному работнику. Социальный работник может помочь в решении практических и финансовых проблем. Также в вашем регионе могут работать другие организации, оказывающие помощь.

Как составляется план лечения

Ваша медицинская группа, состоящая из специалистов по вашему типу рака, разработает план лечения. Она рассмотрит:

- тип рака;
- размер раковой опухоли и ее разрастание на другие органы;
- ваше общее состояние здоровья;
- государственные рекомендации по лечению;
- ваши предпочтения и то, что для вас важно.

Врачам необходимо ваше разрешение (согласие) на назначение какого-либо лечения.

Убедитесь в том, что вы понимаете возможные варианты лечения. Ваш врач или медсестра ответят на все ваши вопросы о лечении. Лечение рака может быть сложным процессом, поэтому, возможно, вам понадобится задавать вопросы несколько раз. Полезно будет приходить на прием к врачу с родственником или другом. Он поможет запомнить то, что вам будут рассказывать. Также можно прийти на прием со списком вопросов, которые вы хотели бы задать. Можете записывать полученные ответы, чтобы лучше их запомнить.

Выбор способа лечения

Возможно, существует несколько вариантов лечения. Ваш врач может предложить вам выбор. Он предоставит вам всю информацию, необходимую для принятия решения. Перед принятием решения важно понять:

- что включает в себя каждая процедура;
- возможные побочные эффекты;
- преимущества и недостатки каждого метода лечения.

Медицинская группа предоставит вам время на размышление. Она также может помочь вам принять решение.

Основные способы лечения рака

Цель лечения заключается в устранении раковой опухоли либо в контроле ее развития и смягчении симптомов заболевания.

Способ лечения будет зависеть от типа рака и особенностей вашей ситуации. Вам могут назначить сразу несколько способов лечения. Лечение рака может включать в себя следующие методы:

- **хирургия** — удаление раковой опухоли хирургическим способом;
- **лучевая терапия** — воздействие на раковые клетки при помощи жесткого рентгеновского излучения;
- **химиотерапия** — назначение препаратов, разрушающих раковые клетки;
- **гормональная терапия** — лекарственные препараты, изменяющие гормональный фон в организме с целью замедлить или остановить рост раковой опухоли;
- **таргетная терапия** — лекарственные препараты, воздействующие непосредственно на способ роста раковых клеток.

Клинические исследования

Клинические исследования — это медицинские исследования, в которых участвуют люди, в ходе которых проверяется эффективность новых методов борьбы с раком. Это может быть как испытание нового препарата, так и испытание нового способа лечения.

При наличии подходящих клинических исследований врач обсудит их с вами. Вы можете отказаться от участия в них.

Побочные эффекты

Лечение рака может сопровождаться побочными эффектами. Обычно их можно смягчить и контролировать. Медицинская группа предоставит вам соответствующие рекомендации. Большинство побочных эффектов постепенно исчезают по окончании лечения.

Общение с вашей медицинской группой

Период болезни — это беспокойное и сложное время. Вам может быть полезно обсуждать все важные вопросы со своей медицинской группой. Знание того, что и почему происходит, поможет вам почувствовать себя увереннее.

Часто пациенты думают, что персонал больницы слишком занят для того, чтобы отвечать на вопросы. Однако очень важно, чтобы вы понимали, что происходит и как рак и лечение могут повлиять на вас. Персонал поможет вам в этом. Он должен найти время для того, чтобы ответить на ваши вопросы. Если вы не понимаете английскую речь или не очень хорошо говорите по-английски, больница может предоставить вам переводчика.

Возможно, вам будет сложно задавать некоторые вопросы, особенно если они носят личный характер. Но медицинская группа всегда готова вам помочь, так как ее специалисты привыкли отвечать на подобные вопросы.

Важно понимать то, что вам говорят. Если вы не все понимаете, попросите врача или медсестру объяснить вам это снова.

Вопросы, которые можно задать медицинской группе

Возможно, будет полезно задать своей медицинской группе следующие вопросы. Некоторые из них могут быть неприменимыми к вашей ситуации.

- Что означает мой диагноз?
- На какой стадии находится раковая опухоль?
- Что будет включать в себя мое лечение?
- В чем заключаются преимущества, риски и побочные эффекты каждого способа лечения?
- Как лечение повлияет на мою повседневную жизнь?
- Насколько эффективным будет лечение?
- С кем я могу поговорить о том, что я чувствую?
- Кому я могу задавать вопросы, которые возникнут у меня в будущем?
- Можно ли учесть мои пожелания, связанные с моими религиозными или духовными убеждениями?

Как справляться с раком

Ваши эмоции

Когда вам сообщают о заболевании раком, вас могут переполнять самые разные чувства. Это может быть шок, страх, беспокойство, злость или подавленность. Нельзя сказать, что испытывать те или иные чувства неправильно. Если вы будете рассказывать о своих чувствах, это может принести вам облегчение.

Куда можно обратиться за поддержкой?

- **Макмиллан (Macmillan).** Информация обо всех видах помощи, которую мы можем вам оказать, приводится в разделе **Как может помочь служба Макмиллан (Macmillan)** ниже.
- **Психологи.** Психолог поможет вам рассказать о своих чувствах и подскажет, как справляться с эмоциями в месте, где вы чувствуете себя в безопасности. Если вы хотели бы обратиться к психологу, сообщите об этом своему онкологу или врачу общей практики.
- **Группы поддержки.** Возможно, вам поможет общение с другими людьми, заболевшими раком. Чтобы узнать о группах поддержки, организованных в вашем регионе, обратитесь к врачу или медсестре или посетите веб-сайт macmillan.org.uk/supportgroups

Финансы, работа и поездки

Если заболевание отражается на вашей работе или финансовом состоянии, служба Макмиллан (Macmillan) может предложить различные варианты помощи. Чтобы обсудить любые из подобных вопросов, звоните нам по телефону **0808 808 00 00**.

- Мы расскажем вам о пособиях и льготах, на которые у вас есть право, а также поможем вам обратиться за их получением.
- Мы можем помочь вам в вопросах, касающихся ипотечных кредитов, пенсии, страхования, займов и сбережений.
- Мы предоставляем гранты т. е. выплаты, которые помогут вам справиться с дополнительными расходами в связи с раком.
- Если рак отразился на вашей работе, мы можем дать вам соответствующие рекомендации и информацию.
- Мы также можем предоставить вам информацию, касающуюся поездок во время заболевания.

Физиологические изменения

Иногда рак или его лечение может отразиться на вашем внешнем виде или на функционировании организма. Врач или медсестра могут проконсультировать вас и рассказать о возможных вариантах помощи. Также соответствующую информацию может предоставить служба Макмиллан (Macmillan) по телефону **0808 808 00 00**.

Альтернативная медицина

Существуют другие методики, которые могут улучшить ваше самочувствие, например, медитация или релаксация. Они не лечат заболевание. Любые дополнительные методики, которые вы хотели бы попробовать, необходимо обсуждать с онкологом.

Религия и духовность

После постановки диагноза «рак» люди нередко обращаются к религии и духовности. Людям с устоявшимися религиозными взглядами это часто очень помогает. Некоторые люди начинают ставить свою веру под сомнение.

Кто-то чувствует себя лучше благодаря молитвам или медитации. Многим помогает знание того, что за них молятся другие.

Даже если вам сложно определиться с тем, во что вы верите, вы можете поговорить с капелланом, пастором, батюшкой, раввином или другим духовным наставником. Духовные или религиозные наставники умеют помогать, и вам, возможно, также станет морально легче.

Оказание поддержки семье, друзьям и людям, ухаживающим за вами

Этот период может также оказаться эмоционально сложным для ваших близких. Наша служба поддержки готова оказать помощь каждому человеку, которого затронул ваш рак, включая друзей и родственников. Они могут обратиться к нам по телефону **0808 808 00 00**.

Лицо, обеспечивающее уход, — это человек, бесплатно оказывающий поддержку другу или родственнику, который заболел раком и не может справляться без посторонней помощи. Такой человек может поддерживать вас эмоционально либо помогать в вопросах личной гигиены и в работе по дому. Человек, обеспечивающий уход за вами, также должен получать поддержку. Для этого предусмотрено множество различных служб.

С соответствующими вопросами можно обратиться к вашему врачу или медсестре либо позвонить в службу Макмиллан (Macmillan) по номеру **0808 808 00 00**.

Получение надлежащего ухода и поддержки

Если вы не говорите по-английски, вы можете беспокоиться, что это повлияет на ваше лечение от рака и уход. Но ваша медицинская группа предложит вам уход, поддержку и информацию, отвечающие вашим потребностям.

Мы знаем, что иногда люди могут столкнуться с дополнительными трудностями при получении необходимой поддержки. Например, если вы работаете или у вас есть семья, найти время для посещения приемов в больнице может оказаться трудно. Вы также можете беспокоиться о деньгах и транспортных расходах. Все это может быть стрессом, с которым трудно справиться.

Но помощь можно получить. На нашей бесплатной линии поддержки **0808 808 00 00** можно получить консультацию на вашем языке о вашей ситуации. Вы можете обратиться к медсестрам, финансовым консультантам, консультантам по социальным правам и консультантам по трудовой поддержке.

Мы также предоставляем гранты службы Макмиллан (Macmillan) для людей с онкологическими заболеваниями. Это единовременные выплаты, которые можно использовать для оплаты парковки в больнице, транспортных расходов, ухода за детьми или счетов за отопление.

Как вам может помочь служба Макмиллан (Macmillan)

В службе Макмиллан (Macmillan) мы знаем, как диагноз рака может повлиять на все, и мы готовы оказать вам поддержку.

Служба поддержки Макмиллан (Macmillan)

У нас работают устные переводчики, поэтому вы сможете общаться с нами по-русски. Просто сообщите нам по-английски, на каком языке вы хотели бы поговорить. Мы можем помочь с медицинскими вопросами, предоставить вам информацию о финансовой поддержке или выслушать, если вам нужно с кем-то поговорить. Бесплатная конфиденциальная телефонная служба работает 7 дней в неделю с 8:00 до 20:00. Позвоните нам по номеру **0808 808 00 00**.

Веб-чат

Вы можете отправить нам сообщение в веб-чате о том, что вам нужен переводчик. Сообщите нам на английском языке, какой язык вам нужен, и мы предоставим вам переводчика. Щелкните кнопку «Пообщаться с нами», которая появляется на страницах всего сайта. Или посетите сайт macmillan.org.uk/talktous

Сайт Макмиллан (Macmillan)

На нашем сайте есть много информации про рак на английском языке. Материалы на разных языках также можно найти на странице macmillan.org.uk/translations

Мы также можем предоставить вам перевод. Напишите нам по адресу cancerinformationteam@macmillan.org.uk и сообщите, что вам нужно.

Информационные центры

Наши центры информации и поддержки расположены в больницах, библиотеках и мобильных центрах. Посетите их для получения необходимой информации и личного разговора. Чтобы найти ближайший к вам информационный центр, посетите нашу веб-страницу macmillan.org.uk/informationcentres или позвоните нам по телефону **0808 808 00 00**.

Местные группы поддержки

В группе поддержки можно пообщаться с другими людьми, которые столкнулись с раком. Узнайте о группах поддержки в вашем регионе на веб-сайте macmillan.org.uk/supportgroups или позвоните нам по телефону **0808 808 00 00**.

Онлайн-сообщество Макмиллан (Macmillan)

. В любое время суток вы можете пообщаться с людьми, которые столкнулись с раком, на странице macmillan.org.uk/community. Вы можете делиться своим опытом, задавать вопросы или просто читать чужие сообщения.

Список терминов

Слово	На английском	Как произносить по-английски	Значение
Пособия и льготы	Benefits	/бэнэфитс/	Денежные средства, выплачиваемые государством в целях покрытия некоторых ваших расходов.
Доброкачественная опухоль	Benign	/бэнайн/	Опухоль в организме, которая не является раковой и не может распространяться на другие органы и ткани организма.
Клетки	Cells	/селз/	Маленькие структурные элементы, из которых состоят органы и ткани организма.
Диагностированный	Diagnosed	/даягнозд/	Если вам диагностирован рак, это значит, что врач обнаружил у вас в организме раковую опухоль.
Диагноз	Diagnosis	/даягнозиз/	Диагноз — это когда ваш врач определяет, какая болезнь или проблема вызывает ваши симптомы.
Медицинская группа	Healthcare team	/хелскеар тим/	Команда врачей, медсестер и других специалистов, которые будут заботиться о вас.
Куратор	Key worker	/ки уоркер/	Ваше основное контактное лицо. У вас должны иметься контактные данные этого человека. Он сможет отвечать на ваши вопросы и подсказывать, к кому обращаться в той или иной ситуации.

Лимфатическая система	Lymphatic system	/лимфэтик систем/	Система сосудов и желез, расположенных по всему организму человека. Это часть иммунной системы. Она отвечает за борьбу с инфекцией и выведение жидкости из тканей и органов.
Злокачественная опухоль	Malignant	/малигнант/	Раковая опухоль, способная распространяться на другие органы и ткани организма.
Метастазы	Metastasis	/метастасиз/	Вторичная опухоль, распространившаяся из того места в организме, где впервые возник рак.
Паллиативная помощь	Palliative care	/пэлиэйтив кеар/	Уход за человеком с неизлечимой формой или стадией рака. Он может включать в себя меры, направленные на уменьшение размеров опухоли или на смягчение симптомов заболевания, благодаря чему пациент будет чувствовать себя более комфортно.
Побочные эффекты	Side effects	/сайд эффектс/	Нежелательные последствия лечения рака. К ним относятся, например, выпадение волос, тошнота или усталость. Большинство побочных эффектов исчезают по окончании лечения.
Опухоль	Tumour	/тумор/	Группа клеток, которые делятся ненормальным способом. Эти клетки непрерывно размножаются и образуют припухлость.

Дополнительная информация на русском языке

У нас имеется информация на русском языке по следующим темам:

<p>Виды онкологических заболеваний</p> <ul style="list-style-type: none">• Рак молочной железы• Рак толстого кишечника• Рак легких• Рак предстательной железы <p>Способы лечения</p> <ul style="list-style-type: none">• Химиотерапия• Лучевая терапия• Хирургия	<p>Как справляться с раком</p> <ul style="list-style-type: none">• Рак и коронавирус• Заявление на получение пособия, если у вас диагностирован рак• Проблемы с приемом пищи и рак• Конец жизни• Здоровое питание• Помощь в оплате расходов, если у вас диагностирован рак• Если вам диагностировали рак: краткое руководство• Сепсис и рак• Побочные эффекты лечения рака• Усталость (хроническая усталость) и рак
---	---

Данная информация размещена на веб-странице macmillan.org.uk/translations.

Литература и благодарность

Данный бюллетень составлен и отредактирован информационной рабочей группой Макмиллан Кэнсер Саппорт (Macmillan Cancer Support). Он переведен переводческой компанией.

Содержащаяся здесь информация основана на буклете Макмиллан (Macmillan) «**Руководство для тех, кому диагностирован рак**». Мы можем прислать вам этот буклет, но он доступен только на английском языке.

Данная информация проверена соответствующими специалистами и утверждена нашим главным медицинским редактором профессором Тимом Айвсоном, онкологом и консультантом Макмиллан (Macmillan).

Также выражаем признательность онкологическим больным, которые проверяли это издание.

Вся представленная информация основана на наиболее актуальных имеющихся данных. Более подробную информацию об используемых нами источниках можно получить, обратившись по адресу cancerinformationteam@macmillan.org.uk.

MAC15916_Russian

Последняя редакция: 2021 г.

Следующее обновление

Мы прилагаем максимум усилий, чтобы предоставлять вам точную информацию, однако она не может заменить профессиональную консультацию специалиста с учетом особенностей вашей ситуации. Макмиллан (Macmillan) в максимально разрешенной законодательством степени не несет ответственности в связи с использованием какой бы то ни было информации, содержащейся в данном бюллетене, а также сторонней информации или сайтов, включенных или упоминающихся в нем.

© Служба поддержки Макмиллан Кэнсер Саппорт (Macmillan Cancer Support), 2021 г. Благотворительная организация, зарегистрированная в Англии и Уэльсе (261017), Шотландии (SC039907) и на острове Мэн (604). Организация также работает в Северной Ирландии. Юридический адрес: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.





If you are diagnosed with cancer – a quick guide

This information is about what to expect when you find out you have cancer, and where to get help and support.

Any words that are underlined are explained in the word list at the end. The word list also includes how to say the words in English.

Being diagnosed with cancer can be a huge shock. You may be feeling lots of different emotions. Many people are treated successfully or able to live with cancer for many years. There are lots of people and services that can support you.

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 other languages at [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

This information is about:

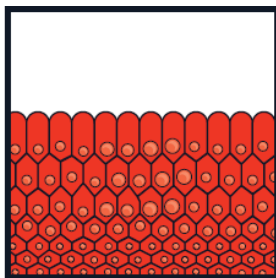
- What is cancer?
- What happens after diagnosis?
- If you are LGBTQ+
- Health and social care professionals you might meet
- How treatment is planned
- The main cancer treatments
- Talking to your healthcare team
- Coping with cancer
- Getting the right care and support for you
- How Macmillan can help you
- Word list
- More information in your language
- References and thanks

What is cancer?

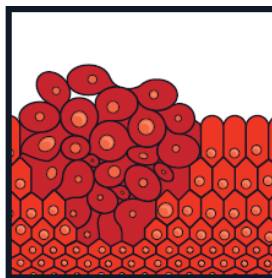
Cancer starts in the cells in our body. Cells are tiny building blocks that make up the body's organs and tissues. Cells receive signals from the body, telling them when to grow and when to divide to make new cells. This is how our bodies grow and heal. These cells can become old, damaged or no longer needed. When this happens, the cell gets a signal from the body to stop working and die.

Sometimes these signals can go wrong, and the cell becomes abnormal. The abnormal cell may keep dividing to make more and more abnormal cells. These can form a lump, called a tumour.

Normal cells



Cells forming a tumour



Not all tumours are cancer. A tumour that is not cancer (a benign tumour) may grow, but it cannot spread to anywhere else in the body. It usually only causes problems if it grows and presses on nearby organs.

A tumour that is cancer (a malignant tumour) can grow into nearby tissue.

Cancer cells sometimes break away from the first cancer and travel through the blood or lymphatic system to other parts of the body. Cancer cells that spread and develop into a tumour somewhere else in the body are called a secondary cancer or a metastasis.

Some types of cancer start from blood cells. Abnormal cells can build up in the blood, and sometimes the bone marrow. The bone marrow is where blood cells are made. These types of cancer are sometimes called blood cancers.

What happens after diagnosis?

Your healthcare team should talk to you about your treatment options and about any support you need. They will tell you what your treatment will involve and when it can start. You may need to have some more tests or scans to find out more about the cancer.

If you are LGBTQ+

The information on this page is written for everyone affected by cancer. If you are LGBTQ+, you may have additional questions.

Sometimes it can help you feel better supported if your healthcare team know your sexual orientation or gender. And it may help your healthcare team give the right information and support to you and the people closest to you.

If you are trans (transgender) or non-binary, talking to a health professional about your body may be difficult. Sometimes, tests or treatment may involve parts of the body you find upsetting to talk about. You may also have questions if you take hormones or have had gender-affirming surgeries.

Try to take someone you trust to your appointments. They can listen and help you cope with what is happening.

Health and social care professionals you might meet

When you have cancer, you may meet lots of different health and social care professionals.

Your main contact

You should have a main contact person in your healthcare team. They may be called a key worker or link worker. You will be given their name and contact details. If you have questions or need advice, they can help.

In your local area

There are professionals who can help look after you while you are at home. They will be in contact with your hospital team. They include:

- **GP** – Your GP looks after your health while you are at home. They can help you manage symptoms and side effects and arrange for you to see specialists if needed. They can arrange services to help you at home and talk to you about any treatment decisions you need to make.
- **Community and district nurses** – These nurses can visit you at home and give care and support to you and anyone looking after you. Your GP can contact them for you.
- **Practice nurse** – Some GP practices have nurses who work alongside the GP. A practice nurse can help explain things to you and might do things like take blood tests or put dressings on wounds.

Hospital team (MDT)

At hospital, a multidisciplinary team (MDT) will manage your treatment and care. This is a group of health and social care professionals. The group might include some or all of these people:

- **Surgeon** – a doctor who does operations.
- **Oncologist** – a doctor who treats cancer.
- **Haematologist** – a doctor who treats blood problems.
- **Radiologist** – a doctor who is trained to look at x-rays and scans.
- **Clinical nurse specialist (CNS)** – a nurse who gives information and support during treatment.
- **Palliative care doctor** – a doctor who helps with symptom control.

There may be other people in the MDT depending on the type of cancer you have.

Social services and voluntary organisations

If you need help at home, for example with washing, dressing, cleaning or shopping, speak to your GP or main contact. They may refer you to a social worker. A social worker can help with practical and financial problems. There may also be other organisations in your area that could help.

How treatment is planned

Your healthcare team, who are experts in your type of cancer, will plan your treatment. They will think about:

- the type of cancer
- the size of the cancer and whether it has spread
- your general health
- national treatment guidelines
- your preferences and what is important to you.

Doctors need your permission (consent) before you have any treatment.

Make sure you understand the treatment options. Your doctor or nurse should answer any questions you have about the treatment. Cancer treatment can be complicated so you may need to ask questions more than once. It might help to take a relative or friend to appointments with you. They can help you remember what was said. It might also help to make a list of questions that you want to ask and take it to your appointment. You can write down the answers so you remember them.

Making decisions about treatment

There might be more than one possible treatment. Your doctor may offer you a choice. They will give you all the information you need to make your decision. Before you decide what is right for you, it is important to understand:

- what each treatment involves
- the possible side effects
- the benefits and disadvantages of each treatment.

Your healthcare team will give you time to choose. They can also help you with the decision.

The main cancer treatments

The aim of treatment is to cure the cancer, or control it and relieve its symptoms.

The type of treatment you have will depend on the cancer and your situation. You may have more than one treatment. Cancer treatments can include:

- **surgery** – the cancer is removed in an operation
- **radiotherapy** – high-energy x-rays are used to destroy cancer cells
- **chemotherapy** – drugs are used to destroy cancer cells
- **hormonal therapies** – these drugs change the activity of hormones in your body, which can slow down or stop the cancer from growing.
- **targeted therapies** – these drugs interfere with the way cancer cells grow.

Clinical trials

Clinical trials are medical research studies involving people.. They test new treatments to see if they are more effective than current treatments. A trial might involve testing a new drug or testing a new way of giving treatment.

If there are any trials that you can take part in, your doctor will talk to you about them. You can choose not to take part in a trial.

Side effects

Cancer treatments can cause side effects. These can often be reduced and managed. Your healthcare team will give you advice. Most side effects gradually go away after treatment finishes.

Talking to your healthcare team

Having cancer can be a worrying and confusing time. Talking to your healthcare team can help. Many people feel better and more in control when they know what is happening to them and why.

People often feel that hospital staff are too busy to answer their questions. But it is important for you to understand what is happening and how the cancer and its treatment might affect you. The staff are there to help you. They should make time for your questions. If you do not understand or speak English well, the hospital can arrange an interpreter for you.

You might find some questions difficult to ask, especially if they are about personal issues. But your healthcare team are there to help and they are used to answering these questions.

It is important that you understand what you are told. If you do not understand, ask the doctor or nurse to explain again.

Questions to ask your healthcare team

Here are some questions you may want to ask your healthcare team. They may not all be relevant for you.

- What does my diagnosis mean?
- How advanced is the cancer?
- What will my treatment involve?
- What are the benefits, risks and side effects of each treatment?
- How will the treatment affect my daily life?
- How effective will treatment be?
- Who can I talk to about how I am feeling?
- Who can I speak to if I think of questions later?
- I have religious or spiritual wishes – will these be met?

Coping with cancer

Your emotions

It is common to have many different emotions when you are told you have cancer. You may feel shocked, scared, worried, angry or depressed. There is no right or wrong way to feel. Talking about how you feel can often help.

Where to get support:

- **Macmillan** – See the **How Macmillan can help you** section below for all the ways we can help.
- **Counsellors** – A counsellor can help you talk about and find ways to deal with your feelings in a place where you feel safe. Ask your cancer doctor or GP if you would like counselling.
- **Support groups** – Talking to other people who have cancer may help. Ask your doctor or nurse about groups in your area, or visit macmillan.org.uk/supportgroups

Money, work and travel

There are many ways Macmillan can help if cancer has affected your job or finances. Call us on **0808 808 00 00** to talk about any of these issues.

- We can tell you about benefits you might be entitled to and help you apply for them.
- We can help you with questions about mortgages, pensions, insurance, borrowing and savings.
- We provide grants – payments to help you cope with extra costs caused by cancer.
- We can give you information and advice if cancer has affected your work.
- We can give you information about travelling if you have cancer.

Physical changes

Sometimes, cancer or cancer treatments can affect the way your body looks or works. Your doctor or nurse can give you advice about this and what can help. We can also give you information – call us on **0808 808 00 00**.

Complementary therapies

These are other therapies that may help you feel better, such as meditation or relaxation. These therapies do not treat cancer. You should always tell your cancer doctor about any other therapies you want to use.

Religion and spirituality

After a cancer diagnosis, some people become more aware of religious beliefs or spiritual feelings. People with a strong religious faith often find this very helpful. Other people may question their faith.

Some people find comfort in prayer or meditation. Many people find it helpful knowing that other people are praying for them.

You can talk to a chaplain, minister, priest, rabbi or other religious leader even if you are not sure about what you believe. Spiritual and religious leaders are used to helping, and you may find peace of mind.

Support for family, friends and carers

People close to you may also need information or support. Our cancer support specialists are here to help everyone affected by cancer, including your relatives and friends. They can call us on **0808 808 00 00**.

A carer is someone who gives unpaid support to a relative or friend with cancer who could not manage without this help. They might help with personal care, give emotional support or help with housework. If someone is helping to look after you, it is important they get support too. There is lots of help available for them. They should talk to your doctor or nurse about this or call Macmillan on **0808 808 00 00**.

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 face extra challenges in getting the right support. For example, if you work or have a family it can be hard to find time to go to hospital appointments. You might also have worries about money and transport costs. All of this can be stressful and hard to cope with.

But help is available. Our free support line **0808 808 00 00** can offer advice, in your language, about your situation. You can speak to nurses, financial guides, welfare rights advisers and work support advisers.

We also offer Macmillan Grants to people with cancer. These are one-off payments that can be used for things like hospital parking, travel costs, childcare or heating bills.

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. We can help with medical questions, give you information about financial support, or be there to listen if you need someone to talk to. The free, confidential phone line is open 7 days a week, 8am to 8pm. Call us on **0808 808 00 00**.

Web chat

You can send us a web chat message saying you would like an interpreter. Tell us, in English, the language you need, and we will arrange for someone to contact you. Click on the 'Chat to us' button, which appears on pages across the website. Or go to **macmillan.org.uk/talktous**

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 can also arrange translations just for you. Email us at **cancerinformationteam@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 through people's posts.

Word list

Word	Meaning
Benefits	Money paid to you by the government to help you with costs.
Benign	A lump in the body that is not cancer and cannot spread to anywhere else in the body.
Cells	The tiny building blocks that make up the organs and tissues of our body.
Diagnosed	If you are diagnosed with cancer, it means your doctor has found that you have cancer.
Diagnosis	A diagnosis is when your doctor finds out what illness or problem is causing your symptoms.
Healthcare team	The team of doctors, nurses and other professionals that will look after you.
Key worker	This person is your main point of contact. You should have their contact details. They can answer your questions and tell you who can help with different things.
Lymphatic system	A network of tubes and glands throughout the body. It is part of the immune system. The system fights infections and drains fluid out of our tissue and organs.
Malignant	A lump in the body that is cancer and can spread around the body.
Metastasis	A secondary tumour that has spread from where the cancer first started in the body.
Palliative care	Care given to someone with a cancer that cannot be cured. This may include treatment to shrink the cancer or to reduce symptoms and make someone more comfortable.
Side effects	Unwanted effects of cancer treatment. For example, hair loss, feeling sick or tiredness. Most side effects go away after treatment finishes.
Tumour	A tumour is a group of cells that are growing in an abnormal way. The abnormal cells keep multiplying and form a lump.

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">• Cancer and coronavirus• Claiming benefits when you have cancer• Eating problems and cancer• End of life• Healthy eating• Help with costs when you have cancer• If you're diagnosed with cancer – A quick guide• Sepsis and cancer• Side effects of cancer treatment• Tiredness (fatigue) and cancer
---	---

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 booklet **The cancer guide**. We can send you a copy, but the full booklet is only available in English.

This information has been reviewed by relevant experts and approved by our Chief Medical Editor, Professor Tim Iveson, Consultant Medical Oncologist and Macmillan Chief Medical Editor.

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 cancerinformationteam@macmillan.org.uk

MAC15916_ [Russian](#)

Content reviewed: 2021

Next planned review: 2024

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. So 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 2021. Registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Also operating in Northern Ireland. Registered office 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

