

Kanser tedavisinin yan etkileri

Burada yer alan bilgiler kanser tedavisinin yan etkileriyle ilgilidir.

Altı çizili kelimeler, belgenin sonundaki kelime listesinde açıklanmaktadır. Kelime listesinde, kelimelerin İngilizce dilinde söylenişleri de yer almaktadır.

Bu bilgilerle ilgili herhangi bir sorunuz varsa tedavi gördüğünüz hastanedeki doktorunuza veya hemşirenize 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 olarak belirtin.

macmillan.org.uk/translations adresinde kanserle ilgili diğer dillerde bilgiler bulunmaktadır.

Bu broşürdeki bilgiler şunlar hakkındadır:

- Yan etkiler nelerdir?
- Kanser tedavileri
- Olası yan etkiler
- Sizin için doğru bakım ve desteği almak
- Macmillan size nasıl yardımcı olabilir?
- Kelime listesi
- Kendi dilinizde daha fazla bilgi
- Referanslar ve teşekkür

Yan etkiler nelerdir?

Yan etkiler, kanser tedavisinin istenmeyen etkileridir. Örneğin saç dökülmesi, mide bulantısı veya halsizlik bunlara dâhildir. Çoğu yan etki, tedavi bittikten sonra ortadan kalkar.

Yan etkiler hafif ve kısa süreli olabilir. Ancak bazen sizi daha fazla etkileyebilir.

Yaşayacağınız yan etkiler tedavinize bağlıdır. Aldıkları tedavi, her kişiyi farklı şekilde etkiler. Burada belirtilen yan etkilerden sadece birkaçını da yaşayabilirsiniz. Doktorunuz veya hemşireniz yaşayabileceğiniz herhangi bir yan etki hakkında sizi bilgilendirecektir.

Kanser tedavileri

Farklı kanser tedavileri vardır.

- Ameliyat: Cerrahi işlemle tümörün ve kanser hücrelerini içerebilecek yakın dokuların alınmasıdır.
- Kemoterapi: İlaçla kanser hücrelerinin yok edilmesidir.
- Radyoterapi: Güçlü X ışınlarıyla kanser hücrelerinin yok edilmesidir.
- Hormon tedavisi: Vücudunuzdaki hormonları değiştirerek kanserin büyümesini durdurabilir.
- Hedefe yönelik tedavi: Kanser hücrelerinin büyümesini belirli bir şekilde hedef alan ilaçlar kullanılır.
- Bağışıklık tedavisi: Bağışıklık sistemi aracılığıyla kanser hücrelerinin yok edilmesidir.

Olası yan etkiler

Enfeksiyon riski

Kemoterapi kanınızdaki beyaz kan hücrelerinin (akyuvarlar) sayısını azaltabilir. Buna nötropeni denir. Bu durum enfeksiyon kapma olasılığınızı artıracaktır.

Aşağıdaki durumlarda derhâl size verilen numaralardan hastaneyi arayın:

- Kemoterapi ekibinizin tavsiyesine bağlı olarak vücut ısınızın 37,5 °C (99,5 °F) ya da 38 °C (100,4 °F) derecenin üzerine çıkması durumunda
- Normal bir vücut ısısına sahip olsanız bile kendinizi aniden kötü hissettiğinizde
- Aşağıdaki enfeksiyon belirtilerini yaşarsanız:
 - Sıcak basması veya üşüme
 - Ürperme
 - Boğaz ağrısı
 - Öksürük
 - İshal
 - Sık idrara çıkma ihtiyacı

Akyuvarlarınız genellikle bir sonraki tedavi öncesinde normal seviyesine döner. Daha fazla kemoterapi görmeden önce size kan testi yapılacaktır. Kan hücrelerinizin düşük olmaya devam etmesi durumunda doktorunuz tedavinizi kısa süreliğine erteleyebilir.

Radyoterapi, beyaz kan hücrelerini (akyuvarları) etkileyebilir ve bazı kişilerde enfeksiyon riskini artırır. Ancak bu durum aldığınız doza ve vücudunuzun hangi bölgesinin tedavi edildiğine bağlıdır. Doktorunuz veya hemşireniz size daha fazla açıklama yapacaktır.

Ameliyat da deride kesiye neden olduğundan enfeksiyon kapma olasılığınızı artırabilir. Derimiz, dışarıdaki bakterilere karşı vücudun doğal koruma kalkanıdır. Kesinin yapıldığı yerde enfeksiyon olması ihtimali daha fazladır.

Yaranızın yanması, şişmesi, ağrması veya kendinizi iyi hissetmemeniz durumunda bunu hemen doktorunuza bildirmeniz önemlidir.

Doktorunuz enfeksiyon geçirdiğinizi düşünürse antibiyotik almanız gerekebilir. Antibiyotiği tablet olarak veya kolunuz ya da elinizdeki bir damara yapılan enjeksiyon ile alabilirsiniz.

Anemi

Kanser tedavileri kanınızdaki kırmızı kan hücrelerinin (alyuvarların) sayısını azaltabilir. Alyuvarların düşük sayıda olmaları durumunda kendinizi yorgun hissedebilir ve nefessiz kalabilirsiniz. Böyle hissetmeniz durumunda doktorunuza veya hemşirenize danışın. Size ilave kırmızı kan hücresi verilmesi gerekebilir. Buna kan nakli denir.

Morarma ve kanama

Kanser tedavileri kanınızdaki trombosit sayısını azaltabilir. Herhangi bir morarmanız veya kanamanız varsa doktorunuza söyleyin. Buna burun kanaması, diş eti kanamaları, kan lekeleri veya ciltteki döküntüler dâhildir. Bazı kişilere ek trombosit verilmesi gerekebilir.

Saç dökülmesi

Kemoterapi kafanızdaki saçların dökülmesine veya azalmasına neden olabilir. Tüm ilaçlar saçlarınızın dökülmesine yol açmaz. Bazı ilaçlar az miktarda saç dökülmesine yol açabilir. Bazı ilaçlar ise tüm saçların dökülmesine neden olur.

Saçınız dökülecekse genellikle tedaviye başladıktan 2 veya 3 hafta sonra dökülür. Bazen birkaç gün içinde dökülmeye başlar. Peruk veya postiş kullanma konusundaki sorularınızı da sorabilirsiniz.

Tedaviniz tamamlandıktan sonra birkaç ay içinde saçlarınız uzamaya başlar. İlk başta saçınız kıvrık veya farklı bir renkte olabilir. Ancak daha sonra tedavi öncesindeki şekline geri döner.

Radyoterapi de saç dökülmesine neden olabilir. Sadece vücudunuzun tedavi uygulanan bölgesindeki kıllar dökülür. Baş bölgenizden tedavi görüyorsanız saçlarınızın bir kısmı dökülebilir. Göğsünüzden tedavi görüyorsanız kol altı kıllarınız dökülebilir.

Hormon tedavisi saçlarınızın incelmesine neden olabilir.

Saçınızı kaybetmek sizi son derece üzebilir. Ancak saçınız tedavi sona erdikten sonra yeniden uzayacaktır. Hemşireniz, saç dökülmesiyle başa çıkma konusunda size tavsiyelerde bulunabilir.

Yorgunluk

Tüm kanser tedavileri yorgun hissetmenize neden olabilir. Bu, genellikle tedavinin sonlarına doğru kötüleşir. Tedavinizin sona ermesinden sonra birkaç hafta daha devam edebilir.

İhtiyaç duyduğunuz ölçüde dinlenmeye çalışın. Kısa yürüyüşler gibi hafif egzersizler yardımcı olabilir.

Ağız yaraları ve ülserler

Bazı kanser tedavileri ağızınızda yaraların oluşmasına ve ağızınızın kurummasına neden olur. Ufak ağız ülserleri fark edebilirsiniz. Şunları deneyin:

- Bol miktarda sıvı tüketin.
- Dişlerinizi nazikçe yumuşak bir diş fırçasıyla temizleyin.
- Baharatlı ve acı gıdalardan kaçının.

Ağızınızda yara varsa doktorunuza veya hemşirenize söyleyin. Enfeksiyon olup olmadığına bakacaklardır. Yardımcı olması için size ağız gargaraları veya ilaç verilebilir.

Mide bulantısı ve kusma

Kanser tedavisi mide bulantısına ve kusmaya neden olabilir. Doktorunuz bulantıyı önlemek veya kontrol altına almak için size ilaç verecektir.

Bulantınız devam ederse doktorunuza veya hemşirenize söyleyin. Size daha iyi gelebilecek diğer ilaçları deneyebilirler.

İştahsızlık

Bazı kişiler kanser tedavisi esnasında iştahlarını kaybederler. Bu durumda ana öğünler yerine gün boyunca düzenli olarak hafif şeyler atıştırmaya çalışın. Yeme sorunları yaşıyorsanız bunu hastane görevlilerine bildirmeniz önemlidir. Size iştahınızın açılması ve sağlıklı bir kiloda kalma konusunda tavsiyede bulunabilirler.

Tat almada değişiklikler

Yemeklerin tatlarının değişik olduğunu fark edebilirsiniz. Bazı kişiler ağızlarında metalik veya acı bir tat hissedebilirler. Şeker içermeyen aromalı şekerlemeler veya nane şekeri yardımcı olabilir. Normal tat alma duyusu, genellikle tedavi tamamlandıktan sonra geri gelir.

Kabızlık

Bazı kanser tedavileri kabızlığa neden olabilir. Ağrı kesiciler ve mide bulantısı için alınanlar da dâhil diğer ilaçlar kabızlığa neden olabilir. Bol miktarda sıvı tüketmek, bol lifli yiyecekler yemek ve hafif egzersizler bu sorunu çözmeye yardımcı olabilir. Kabızlığınız devam ederse laksatif adı verilen bir ilaç almanız gerekebilir. Doktorunuz size bu kabızlık giderici ilaçlar verebilir.

İshal

Bazı kanser tedavileri ve antibiyotik gibi diğer ilaçlar ishale neden olabilir. Böyle bir durumda bol sıvı tüketmek önemlidir. İshaliniz olursa bu durumu doktorunuza söyleyin. Size yardımcı olacak ilaçlar verebilirler.

Cilt değişiklikleri

Kanser tedavileri cildinizi etkileyebilir. Aldığınız tedaviye bağlı olarak aşağıdaki cilt sorunlarından bazılarını yaşayabilirsiniz: Cildinizin bakımı için yapabileceğiniz Şeyler bulunmaktadır.

Ciltte kuruluk veya renk deęiőiklięi:

- Parfüm içermeyen nemlendirici krem kullanın. Radyoterapi tedavisi alıyorsanız krem kullanmadan önce doktorunuza danışın.
- Islak tıraő yerine elektrikli tıraő makinesiyle tıraő olun. Bu ciltte kesik riskini azaltacaktır.

Güneő iőıęına karşı hassasiyet:

- Güneőe ıkarınsanız kendinizi koruyun. Güneő koruma faktörü (SPF) en az 30 olan bir güneő kremi kullanın.
- Baőınızı rtecek Şekilde Őapka takın veya eőarp kullanın.
- Keten veya diğer doğal elyaflardan yapılmıő bol kesim giysiler giyin.

Kızarık veya ağrılı cilt:

- İçeriğinde parfüm olan sabun veya kremleri kullanmayın.
- Sadece doktorunuz tarafından önerilen deodorantları, kremleri veya sabunları kullanın.

Tahriő veya kaőınma:

- Doktorunuzla veya hemőirenizle konuşun. Size yardımcı olacak ilaç ve kremleri verebilirler.
- Sıcak duş ve banyo yerine ılık suyla duş ve banyo yapın.
- Kaőınan yerleri kaőımayın. Tırnaklarınızı kısa ve temiz tutun.

El ve ayakta cilt ağrıları:

- Böyle bir Őey olursa derhâl doktorunuza bildirin. Tedavinizde deęiőiklik yapmaları gerekebilir.
- Doktorunuzdan yardımcı olabilecek krem nerileri alın.
- Ellerinizi ve ayaklarınızı serin tutun.
- Sıcak sudan kaçının.
- Çok sıkı çoraplar, ayakkabılar veya eldivenler kullanmayın.

Hormon değişiklikleri:

Bazı kanser tedavileri hormonlarınızı etkileyebilir. Hormonal yan etkilerin olma ihtimali varsa tedavinizden önce doktorlarınız size söyleyecektir. Hormonal yan etkiler geçici veya kalıcı olabilir.

Belirtiler arasında şunlar bulunmaktadır:

- Ani ateş basması ve terleme
- Memede hassasiyet (erkeklerde)
- Kilo alma
- Kemik incilmesi
- Cinsel isteğin azalması
- Cinsel iktidarsızlık (erkeklerde)
- Regl düzeninde değişiklikler (kadınlarda)
- Vajinada kuruluk (kadınlarda)

Ne yapabilirsiniz?

- Elbise ve yatak örtülerinde birkaç ince kat kullanın. Sıcak basması yaşarsanız durumunuza göre üzerinizi gerektiği kadar inceletebilir veya tekrar giyinebilirsiniz.
- Sıcak duş ve banyo yerine ılık veya soğuk suyla duş ve banyo yapın.
- Bazı tamamlayıcı tedaviler belirtilerin azaltılmasına yardımcı olabilir ancak bunları kullanmadan önce doktorunuzla konuşun.
- Erkekler için iktidarsızlıkla baş edebilmek için ilaçlar ve cihazlar bulunmaktadır.
- Kadınlar için bazı belirtilere yardımcı olabilecek ilaçlar bulunmaktadır. Doktorunuzla bu konuda konuşun.
- Fiziksel olarak aktif olmaya çalışın, mesela yürüyüşe çıkın. Kemiklerinizi güçlü tutmaya yarayabilir.

Herhangi bir yan etkiyi doktorunuza veya hemşirenize söylemeniz önemlidir. Size önerilerde bulunabilirler. Genellikle size yardımcı olacak bir çözümüleri vardır.

Sizin için doğru bakım ve desteği almak

Kanser hastasıysanız ve İngilizce konuşmuyorsanız bunun kanser tedavinizi ve bakımını etkileyeceğinden endişe duyabilirsiniz. Ancak sağlık ekibinizin ihtiyağlarınızı karşılayacak bakımı, desteği ve bilgileri size vermesi gerekir.

İnsanların bazen doğru desteği alma konusunda daha fazla zorluklarla karşılaşabileceğini biliyoruz. Örneğin çalışıyorsanız veya bir aileniz varsa hastane randevularına gitmek için zaman bulmakta zorlanabilirsiniz. Para ve ulaşım maliyetleri hakkında da endişelenebilirsiniz. Bütün bunlar stres yaratabilir ve baş etmesi zor olabilir.

Ancak yardım almanız mümkün. **0808 808 00 00** numaralı ücretsiz destek hattımız size durumunuzla ilgili olarak kendi dilinizde önerilerde bulunabilir. Hemşirelerin yanı sıra maddi işler, sosyal haklar ve iş destek danışmanlarıyla konuşabilirsiniz.

Ayrıca kanser hastalarına Macmillan hibeleri sunmaktayız. Bunlar hastanede park ücretlerini ödemek, seyahat masraflarını, çocuk bakımı veya ısınma harcamalarını karşılamak üzere kullanılacak tek seferde yapılan ödemelerdir.

Macmillan size nasıl yardımcı olabilir?

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

Macmillan Destek Hattı

Tercümanlarımız bulunmaktadır, böylece bizimle kendi dilinizde konuşabilirsiniz. Sadece konuşmak istediğiniz dili İngilizce olarak bize belirtin. Tıbbi sorularınızı yanıtlamaya yardımcı olabilir, maddi destek konusunda bilgi verebilir veya birisiyle konuşmak isterseniz sizi dinlemek için yanınızda olabiliriz. Ücretsiz ve gizli telefon hattı haftanın 7 günü sabah 8'den akşam 8'e kadar açıktır. **0808 808 00 00** numaralı telefonda bizi arayın.

İnternet üzerinden sohbet

Bize internet üzerinden bir sohbet mesajı göndererek tercüman istediğinizi belirtebilirsiniz. Bize konuşmak istediğiniz dili İngilizce olarak söyleyin. Sizinle iletişime geçecek birisini bulacağız. İnternet sitesindeki sayfalarda görüntülenen "Chat to us" (Bizimle sohbet edin) düğmesine tıklayın. macmillan.org.uk/talktous adresini de ziyaret edebilirsiniz.

Macmillan internet sitesi

İnternet sitemizde 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 ihtiyacınız olduğunu bize bildirmek için cancerinformationteam@macmillan.org.uk adresine bir e-posta gönderin.

Bilgi merkezleri

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

Çevrim İçi Macmillan Topluluğu

Kanserden etkilenen diğer kişilerle çevrim içi olarak macmillan.org.uk/community üzerinden konuşabilirsiniz. Gece veya gündüz, günün her saatinde erişebilirsiniz. Deneyimlerinizi paylaşabilir, sorular sorabilir veya başka kişilerin gönderilerini okuyabilirsiniz.

Kelime listesi

Kelime	İngilizce	İngilizcede söylenişi	Anlamı
Ameliyat	Surgery	Sörcırı	Cerrahi müdahale gerektiren bir kanser tedavisidir.
Antibiyotikler	Antibiotics	Antaybiyotiks	<u>Enfeksiyonları</u> tedavi eden ilaçlar.
Beyaz kan hücreleri	White blood cells	Vayt blad sells	Enfeksiyonla savaşan hücrelerdir. Bağışıklık sisteminin bir parçasıdır.
Enfeksiyon	Infection	İnfekşın	Bakterilerin vücudunuza girmesi ve hastalığa neden olmasıyla ortaya çıkar.
Hormon tedavisi	Hormonal therapy	Hormonal terapi	Vücudunuzdaki hormonları değiştirerek kanserin büyümesini durdurabilen tedaviler.
İshal	Diarrhoea	Dayeria	Yumuşak veya sulu dışkı yapmak. Tuvalete hemen ve sık sık gitme ihtiyacı olabilir. Karnınız da ağrıyabilir.

Kabızlık	Constipation	Konstipeyşin	Bağırsaklarınız boşaltmanın zor ve ağrılı olduğu durumdur. Her zaman tuvalete gittiğiniz sıklıkla gitmeyebilirsiniz veya dışkınız sert ve yumru şeklinde olabilir.
Kemoterapi	Chemotherapy	Kimoterapi	Kanser hücrelerini öldürmek için ilaçlardan faydalanan bir kanser tedavisi.
Kırmızı kan hücreleri	Red blood cells	Red blad sells	Vücutta oksijen taşıyan hücrelerdir. Alyuvarların düşük sayıda olmaları durumunda kendinizi yorgun hissedebilir ve nefessiz kalabilirsiniz.
Nötropeni	Neutropenia	Netropeni	Yeteri kadar beyaz kan hücrelerine (akyuvarlar) sahip olmamak. Bu durum enfeksiyon kapma olasılığınızı artıracaktır.
Radyoterapi	Radiotherapy	Radyoterapi	Kanser hücrelerini yok etmek için güçlü X ışınlarının kullanıldığı bir kanser tedavisidir.
Tamamlayıcı tedaviler	Complementary therapies	Komplimentari terapisi	Bitkisel tedaviler veya masaj gibi daha iyi hissetmenize yardımcı olacak tedaviler ve etkinlikler. Bunlar kanseri tedavi etmez.
Trombositler	Platelets	Fitalets	Kanın pıhtılaşmasına yardımcı olan hücrelerdir.
Yara yeri	Wound site	Vund sayt	Ameliyatın yapılması için cilt üzerinde kesi yapılan yer.

Kendi dilinizde daha fazla bilgi

Aşağıdaki konularda kendi dilinizde hazırlanmış bilgilere sahibiz:

Kanser türleri <ul style="list-style-type: none">• Meme kanseri• Kalın bağırsak kanseri• Akciğer kanseri• Prostat kanseri Tedaviler <ul style="list-style-type: none">• Kemoterapi• Radyoterapi• Ameliyat	Kanserle yaşam <ul style="list-style-type: none">• Kanser ve koronavirüs• Kanser hastası olarak sosyal yardım talebinde bulunmak• Beslenme sorunları ve kanser• Yaşamın sonu• Sağlıklı beslenme• Kanser olduğunuzda maliyetlere yönelik yardım• Kanser tanısı aldıysanız – Hızlı bir kılavuz• Sepsis ve kanser• Kanser tedavisinin yan etkileri• Yorgunluk (bitkinlik) ve kanser
--	--

Bu bilgileri görmek için lütfen [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations) adresini ziyaret edin.

Referanslar ve teşekkür

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

Bu broşürde yer alan bilgiler, Macmillan'ın **Kanser tedavisinde yan etkiler** broşürünü esas almaktadır. Size bu belgenin bir nüshasını gönderebiliriz, ancak broşürün tamamı İngilizce dilinde hazırlanmıştır.

Bu bilgiler ilgili uzmanlar tarafından gözden geçirilmiştir ve Baş Tıbbi Editörümüz olan Danışman Tıbbi Onkolog ve Macmillan Baş Tıbbi Editörü Profesör Tim Iveson tarafından onaylanmıştır.

Ayrıca bu bilgileri gözden geçiren kanserden etkilenmiş herkese teşekkür ederiz.

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

MAC14364 _Turkish

İçeriğin gözden geçirilme tarihi: 2020

Planlanan bir sonraki gözden geçirme tarihi: 2023

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

© Macmillan Cancer Support 2020, İngiltere ve Galler (261017), İskoçya (SC039907) ve Man Adasında (604) tescilli bir hayır kurumudur. 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 merkez: 89 Albert Embankment, Londra SE1 7UQ.



Side effects of cancer treatment

This information is about the side effects of cancer treatment.

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.

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

This information is about:

- What are side effects?
- Treatments for cancer
- Possible side effects
- Getting the right care and support for you
- How Macmillan can help you
- Word list
- More information in your language
- References and thanks

What are side effects?

Side effects are unwanted effects of cancer treatment. For example, hair loss, feeling sick or tiredness. Most side effects go away after treatment finishes.

Side effects can be mild and last for a short time. But sometimes they can affect you more.

The side effects you get will depend on your treatment. Treatments can affect each person differently. You may only have a few of the side effects mentioned here. Your doctors or nurses will tell you about any side effects you may have.

Treatments for cancer

There are different types of cancer treatment.

- Surgery – this means having an operation to remove the tumour and nearby tissues that may contain cancer cells.
- Chemotherapy – this uses drugs to destroy cancer cells.
- Radiotherapy – this uses strong x-rays to destroy cancer cells.
- Hormonal therapy – this changes hormones in your body, which can stop cancer from growing.
- Targeted therapy – this uses drugs that target the specific way that cancer cells grow.
- Immunotherapies – these use the immune system to destroy cancer cells.

Possible side effects

Risk of infection

Chemotherapy can reduce the number of white blood cells in your blood. This is called neutropenia. This makes you more likely to get an infection.

Contact the hospital straight away on the contact number you've been given if:

- your temperature goes over 37.5°C (99.5°F) or over 38°C (100.4°F), depending on the advice given by your chemotherapy team
- you suddenly feel unwell, even with a normal temperature
- you have symptoms of an infection, such as:
 - feeling hot or cold
 - feeling shaky
 - a sore throat
 - a cough
 - diarrhoea
 - needing to pass urine a lot.

Your white blood cells usually return to normal before your next treatment. You will have a blood test before having more chemotherapy. If your white blood cells are still low, your doctor may delay your treatment for a short time.

Radiotherapy can affect the white blood cells and increase the risk of infection in some people. But it depends on the dose you have and which part of your body is being treated. Your doctor or nurse will explain more.

Surgery can make you more likely to get an infection because it causes a break in the skin. The skin is part of the body's natural protection against bacteria outside the body. You may be more likely to get an infection at the wound site.

It is important to tell your doctor straight away if your wound becomes hot, swollen, painful, or if you feel unwell.

If your doctor thinks you have an infection, you may need antibiotics. You may have these as tablets or as an injection into a vein in your arm or hand.

Anaemia

Cancer treatments can reduce the number of red blood cells in your blood. If the number is low, you may feel tired and breathless. Tell your doctor or nurse if you feel like this. You may need to be given extra red blood cells. This is called a blood transfusion.

Bruising and bleeding

Cancer treatments can reduce the number of platelets in your blood. Tell your doctor if you have any bruising or bleeding. This includes nosebleeds, bleeding gums, blood spots or rashes on the skin. Some people may need to be given extra platelets.

Hair loss

Chemotherapy can make the hair on your head fall out or get thinner. Not all drugs make your hair fall out. Some drugs make only a little bit of hair fall out. Others can make all of your hair fall out.

If your hair falls out, it usually happens two to three weeks after starting treatment. Sometimes it can happen within a few days. You can ask about getting a wig or hairpiece.

It usually grows back over a few months, once you have finished treatment. At first your hair may be curlier or a different colour. But it usually returns to what it was like before treatment.

Radiotherapy can also cause hair loss. You will only lose hair from the area of your body having treatment. If you are having treatment to your head, you may lose some hair from your head. If you are having treatment to your breast, the hair under your arm might fall out.

Hormonal therapy may make your hair become thinner.

It can be very upsetting to lose your hair. But your hair will usually grow back after treatment. Your nurse can give you advice about coping with hair loss.

Tiredness

All cancer treatments can make you feel tired. This is often worse towards the end of treatment. It can last for some weeks after treatment finishes.

Try to get as much rest as you need. It helps to also do some gentle exercise such as short walks.

Sore mouth and ulcers

Some cancer treatments can make your mouth sore or dry. You may notice small ulcers. Try to:

- drink lots of fluids
- clean your teeth gently with a soft toothbrush
- avoid hot and spicy foods.

Tell your doctor or nurse if your mouth is sore. They will check for infection. They may give you mouthwashes or medicine to help.

Feeling sick or being sick

Cancer treatment can make you feel sick or be sick (vomit). Your doctor will give you medicine to prevent or control sickness.

If you still feel sick, tell your doctor or nurse. They can try other medicines that may work better for you.

Loss of appetite

Some people lose their appetite during cancer treatment. If this happens, try having regular small snacks rather than large meals. If you are having problems eating, it is important to tell the hospital staff. They will give you advice on improving your appetite and keeping to a healthy weight.

Taste changes

You may notice that food tastes different. Some people get a strange metal or bitter taste in their mouth. Sucking on flavoured sugar-free sweets or mints may help. Normal taste usually comes back after treatment finishes.

Constipation

Some cancer treatments can cause constipation. Other medicines can also cause constipation, like painkillers or anti-sickness drugs. Drinking lots of fluids, eating foods with lots of fibre, and doing some gentle exercise can help. If you still have constipation, you may need to take a medicine called a laxative. Your doctor can give this to you.

Diarrhoea

Some cancer treatments, and other medicines like antibiotics, can cause diarrhoea. It is important to drink plenty of fluids if this happens. Tell your doctor if you have diarrhoea. They can give you medicines to help.

Skin changes

Cancer treatments can affect your skin. Depending on your treatment, you may have some of the following skin problems. There are things you can do to look after your skin.

Dry or discoloured skin:

- Try using an unperfumed moisturiser. Check with your doctor before using creams if you are having radiotherapy.
- Use an electric razor instead of wet shaving. This will reduce the risk of cuts.

Sensitivity to sunlight:

- Protect yourself if you go out in the sun. Use a suncream with a sun protection factor (SPF) of at least 30.
- Wear a hat or scarf on your head
- Wear loose clothes made of cotton or other natural fibres.

Red or sore skin:

- Do not use soaps or creams that contain perfume.
- Only use deodorants, creams or soaps recommended by your doctor.

Rashes or itching:

- Speak to your doctor or nurse. They can provide medicines or creams to help.
- Have lukewarm baths or showers rather than hot ones.
- Don't scratch the itchy area. Keep your nails clean and short.

Sore skin on the hands and feet:

- If this happens, tell your doctor straight away. They may need to adjust your treatment.
- Ask your doctor about creams that might help.
- Keep your hands and feet cool.
- Avoid hot water.
- Don't wear tight socks, shoes or gloves.

Hormonal changes

Some cancer treatments can affect your hormones. If you are likely to have hormonal side effects, your doctors will tell you before your treatment. Hormonal side effects may be temporary or permanent.

Symptoms can include:

- hot flushes and sweats
- breast tenderness (in men)
- weight gain
- bone thinning
- lowered sex drive
- impotence (in men)
- changes to menstruation (in women)
- vaginal dryness (in women).

What you can do

- For your clothes and bed linen, use several thin layers. This means you can take them off and put them on as needed if you have hot flushes.
- Have lukewarm or cool baths and showers instead of hot ones.
- Some complementary therapies may help reduce symptoms but check with your doctor before taking these.
- For men, there are medicines and devices that can help deal with impotence.
- For women, there may be medicines that can help with some symptoms. Talk to your doctor about this.
- Try to be physically active, for example walking. It can help to keep your bones strong.

It is important to mention any side effect you have to your doctor or nurse. They can give you advice. There are often things that can help.

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](https://www.macmillan.org.uk/supportgroups) or call us on **0808 808 00 00**.

Macmillan Online Community

You can also talk to other people affected by cancer online at [macmillan.org.uk/community](https://www.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

In English	Meaning
Antibiotics	Medicine that treats an <u>infection</u>
Chemotherapy	A cancer treatment that uses drugs to kill cancer cells.
Complementary therapies	Treatments or activities that can help you feel better, like herbal treatments or massage. They do not treat cancer.
Constipation	When you find it difficult or painful to empty your bowels (poo). You might not be going as often as usual, or your poo might be hard and lumpy.
Diarrhoea	When you have soft or watery poo. You might need the toilet more than usual or very urgently. You may also have tummy pain.
Hormonal therapy	A cancer treatment that changes hormones in your body, which can stop cancer from growing.
Infection	When bacteria gets into your body and causes an illness.
Neutropenia	When you do not have enough white blood cells. This makes you more likely to get an infection.
Platelets	Cells that help the blood to clot.
Radiotherapy	A cancer treatment that uses strong x-rays to destroy cancer cells.
Red blood cells	Cells that carry oxygen around the body. If the number is low, you may feel tired and breathless
Surgery	A cancer treatment that means having an operation.
White blood cells	Cells that fight infection. They are part of the immune system.
Wound site	The cut in the skin where an operation was done.

More information in your language

We have information in your language about these topics:

Types of cancer <ul style="list-style-type: none">• Breast cancer• Large bowel cancer• Lung cancer• Prostate cancer Treatments <ul style="list-style-type: none">• Chemotherapy• Radiotherapy• Surgery	Living with cancer <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 **Side effects of cancer treatments**. 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

MAC14364 _Turkish

Content reviewed: 2020

Next planned review: 2023

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 2020, 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: 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

