

Рак і коронавірус

Цей матеріал містить інформацію про коронавірус для тих, хто хворий на рак. Він розповідає про те, що ви можете зробити, щоб захистити себе та інших людей від коронавірусу. В ньому також є інформація про вакцину від коронавірусу.

Слова, що підкреслені в тексті, пояснюються в переліку термінів наприкінці. В цьому переліку термінів також зазначено, як ці слова вимовляються англійською мовою.

Якщо у вас виникнуть запитання з приводу цього матеріалу, зверніться до свого лікаря або середнього медперсоналу в лікарні, де ви проходите лікування.

Ви також можете телефонувати до організації Macmillan Cancer Support за безкоштовним номером **0808 808 00 00** 7 днів на тиждень з 8:00 до 20:00. У нас є перекладачі, отже ви зможете розмовляти з нами своєю рідною мовою. Зателефонувавши, скажіть англійською, яка мова вам потрібна.

Більш докладна інформація про коронавірус розміщена на нашому вебсайті за посиланням macmillan.org.uk/coronavirus

В цьому матеріалі висвітлюються такі теми:

- Що таке коронавірус?
- А якщо у мене рак?
- Що буде з моїм лікуванням від раку?
- Що таке вакцина від коронавірусу?
- Як вам отримати відповідну допомогу та підтримку
- Як може допомогти Macmillan
- Перелік термінів
- Додаткова інформація вашою рідною мовою
- Посилання на джерела та слова подяки

Що таке коронавірус?

Коронавірус іноді називають COVID-19. Це вірус, який може вражати легені. Він може спричинити розвиток легеневої інфекції, від якої можна тяжко захворіти. Деякі люди від неї помирають.

Як можна заразитись коронавірусом?

Вірус передається від однієї людини до іншої. Ви можете ним заразитись, якщо знаходитесь поряд з інфікованою людиною. Також можна заразитись, якщо торкнутись поверхні, на якій є вірус.

Як коронавірус вплине на моє самопочуття?

Якщо у вас коронавірус, ви можете почуватись погано. У вас може бути:

- кашель, що не проходить;
- жар або озноб із підвищенням температури (більше 37,5°C [99,5°F])
- порушення нюху та відчуття смаку.

Якщо ви хворі на рак і відчуваєтесь недобре, негайно зверніться за консультацією до свого лікаря-онколога або в лікарню.

В деяких випадках інфіковані коронавірусом не відчуваються погано. Вони можуть і надалі передавати вірус іншим.

Якщо ви вважаєте, що у вас може бути коронавірус, вам слід залишатись удома. Це потрібно для того, аби ви не передавали цей вірус іншим. Повідомте свого лікаря, якщо підозрюєте в себе коронавірус.

Як я дізнаюсь, що в мене коронавірус?

Ви можете зробити безкоштовний тест на коронавірус. Для проведення тесту можна звернутись до кваліфікованого спеціаліста або замовити домашній тест. Ви можете отримати домашні тести разом з інструкціями іншими мовами. Для тесту зазвичай беруть мазок із задньої частини горла та носа. Це роблять за допомогою довгої ватної палички.

Тест необхідно робити протягом кількох днів після появи симптомів. Діють різні правила тестування для:

- Англії — більше інформації на вебсайті www.gov.uk;
- Шотландії — більше інформації на вебсайті www.gov.scot;
- Уельсу — більше інформації на вебсайті www.gov.wales;
- Північної Ірландії — більше інформації на вебсайті www.publichealth.hscni.net

Ваші результати мають бути готовими протягом 1–3 днів. Якщо ви хвилюєтесь після отримання результатів тесту, можете поговорити з кимось про те, як ви почуваетесь.

А якщо у мене рак?

Якщо у вас рак, ризик тяжкого перебігу хвороби в разі зараження коронавірусом може бути вищим.

Ті структури організму, що протистоять вірусам та інфекціям, називаються імунною системою. Деякі види раку та методи його лікування можуть послаблювати імунну систему. Це означає, що організм може не так добре боротись із коронавірусом.

Як хворим на рак захистити себе?

Ви можете захистити себе й самі:

- Пройдіть вакцинацію від коронавірусу, коли вам пропонують це зробити.
- Носіть маску, коли перебуваєте поряд з іншими людьми або знаходитесь не вдома. Вона має закривати рот і ніс.
- Уникайте місць скупчення людей.
- Не стійте близько до людей, намагаючись перебувати на відстані 2 метрів.
- Часто мийте руки.
- Якщо ви знаходитесь у приміщенні з людьми, які не проживають разом із вами, тримайте двері та вікна відкритими для доступу свіжого повітря.

Замовте тест, якщо підозрюєте в себе коронавірус.

Ізолювання

На початку пандемії деяким людям казали про необхідність ізолювання. Тобто, потрібно було постійно залишатись удома та не контактувати з іншими людьми. Так хотіли захистити людей з певними захворюваннями, які могли б дуже важко переносити коронавірус.

Ізолювання більше не рекомендують. Однак ті, хто перебував на ізоляції, мають і далі бути обережними та захищати себе. Це передбачає вакцинацію та ознайомлення з рекомендаціями для своєї місцевості. Актуальні правила можна знайти в інтернеті. У вас має бути можливість отримати правила та рекомендації різними мовами в різних форматах.

Хтось хоче продовжувати режим ізоляції, інші з полегшенням його припиняють. Це особистий вибір кожної людини, який можна обмірковувати самостійно чи обговорити з близькими людьми.

Як можна подбати про себе?

Якщо у вас рак, дуже важливо стежити за своїм здоров'ям. Це може зміцнити вашу імунну систему. Отже, ви зможете легше перенести лікування раку.

Найкраще, що ви можете зробити:

- харчуйтесь правильно;
- пийте багато води та іншої рідини;
- продовжуйте рухатись;
- відпочивайте достатню кількість часу;
- говоріть з іншими про те, що ви відчуваєте.

Більш докладна інформація про правильне харчування вашою рідною мовою розміщена на нашому вебсайті за посиланням macmillan.org.uk/translations

Що буде з моїм лікуванням від раку?

Ви можете хвилюватись через лікування раку, однак маєте пройти його, як заплановано. Поговоріть зі своїм лікарем або медсестрою/медбратом, якщо вас непокоїть це питання.

Ви можете очікувати на отримання знімку або проведення тесту. Тим часом спеціалісти онкологічної бригади:

- діагностуватимуть рак;
- лікуватимуть рак;
- надаватимуть необхідну допомогу.

Якщо ви проходите обстеження або лікування в лікарні чи клініці, ви маєте бути в масці. Перед лікуванням вам можуть зробити тест на коронавірус.

Якщо ви проходите лікування раку, вас може непокоїти питання вакцинації. Вакцинуватись безпечно. Ваш лікар може розказати вам, коли це краще зробити. Якщо ви проходите якесь лікування від раку, вакцина може бути не такою ефективною. Та вона все ж таки допоможе захистити вас від коронавірусу.

Що таке вакцина від коронавірусу?

Вакцина — це препарат, який допомагає захистити вас від хвороби. Дуже важливо, щоб ви вакцинувались від коронавірусу, оскільки це допоможе вашій імунній системі вас захистити. Тобто, важкий перебіг коронавірусної хвороби буде менш ймовірним.

Лікарі радять вакцинуватись усім дорослим. Якщо у вас рак, це слід робити якомога скоріше. Адже ви ризикуєте важко захворіти, якщо інфікуєтесь коронавірусом. Лікарі випробували вакцини, щоб упевнитись у тому, що вони безпечні для застосування.

Ваш лікар скаже вам, коли ви зможете пройти вакцинацію. Важливо вакцинуватись саме тоді, коли радить ваш лікар.

Як проходитиме вакцинація?

Лікар або медсестра/медбрат введе вам вакцину шляхом ін'єкції (уколу) в руку.

Ви вакцинуватиметесь двічі. Друга вакцина вводиться через 3–12 тижнів після першої.

Перша вакцина починає захищати вас через 2–3 тижні після введення. Друга вакцина забезпечує захист на довший час. Важливо отримати обидві дози вакцини.

Що відбувається після вакцинації?

Після вакцинації все одно потрібно бути обережним. Вакцина, можливо, й не зупинить поширення вірусу. Однак вона має захистити вас від важкого перебігу коронавірусної хвороби. Задля безпеки ви й після вакцинації маєте дотримуватись правил, викладених у цьому матеріалі.

Як вам отримати відповідну допомогу та підтримку

Якщо ви хворі на рак і не розмовляєте англійською, у вас може виникнути занепокоєння, що це позначиться на лікуванні раку та догляді за вами. Однак ваша медична бригада має надавати вам допомогу, підтримку та інформацію відповідно до ваших потреб.

Ми знаємо, що інколи люди можуть стикатись із додатковими труднощами з отриманням відповідної підтримки. Наприклад, якщо ви працюєте або маєте родину, вам може бути складно знаходити час для відвідування лікарні. Ви також можете турбуватись про гроші та транспортні витрати. Все це може викликати стрес, і впоратись із цим може бути важко.

Проте у вас є можливість звернутися за допомогою. Спеціалісти нашої безкоштовної лінії підтримки **0808 808 00 00** можуть проконсультувати вас із приводу певної ситуації вашою рідною мовою. Ви можете поговорити із середнім медперсоналом, фінансовими консультантами та спеціалістами по правах на соціальне забезпечення і з питань підтримки зайнятості.

Крім того, ми надаємо хворим на рак гранти від компанії Macmillan. Це одноразові виплати, які можна використовувати для оплати паркування біля лікарні, вартості проїзду, послуг по догляду за дитиною або рахунків на опалення.

Як може допомогти Macmillan

Співробітники компанії Macmillan знають, як діагностування раку може кардинально змінити все життя людини, тому ми завжди готові прийти вам на допомогу.

Гаряча лінія компанії Macmillan з надання підтримки

У нас є перекладачі, отже ви зможете розмовляти з нами своєю рідною мовою. Просто скажіть англійською, яку мову ви хочете використовувати. Ми можемо допомогти з вирішенням медичних питань, надати інформацію про фінансову підтримку або просто вислухати, якщо вам треба з кимось поговорити. Безкоштовна конфіденційна телефонна лінія працює без вихідних з 8:00 до 20:00. Телефонуйте за номером **0808 808 00 00**.

Онлайнчат

Ви можете надіслати нам повідомлення в онлайнчаті про те, що вам потрібен перекладач. Скажіть нам англійською, яка мова вам потрібна, і ми подбаємо, щоб із вами зв'язались. Натисніть кнопку «Написати нам у чаті», яку можна побачити на сторінках вебсайту. Або ж перейдіть за посиланням macmillan.org.uk/talktous

Вебсайт компанії Macmillan

Наш вебсайт містить багато інформації про рак англійською мовою. Крім того, додаткова інформація іншими мовами розміщена за посиланням macmillan.org.uk/translations

Ми також можемо організувати переклад саме для вас. Напишіть нам на адресу електронної пошти cancerinformationteam@macmillan.org.uk про те, що вам потрібно.

Інформаційні центри

Наші центри з надання інформації та підтримки працюють в лікарнях, бібліотеках та мобільних пунктах. Відвідайте один із них, щоб отримати необхідну інформацію та поговорити з кимось особисто. Знайдіть найближчий до вас центр на сторінці macmillan.org.uk/informationcentres або зателефонуйте нам за номером **0808 808 00 00**.

Місцеві групи підтримки

В групі підтримки ви можете поспілкуватися з іншими людьми, хворими на рак. Дізнайтесь про групи підтримки, що працюють у вашому районі, на сторінці macmillan.org.uk/supportgroups або зателефонуйте нам за номером **0808 808 00 00**.

Онлайн-спільнота Macmillan

Поспілкуватися з іншими людьми, хворими на рак, ви можете також через інтернет на сторінці macmillan.org.uk/community Цей ресурс доступний в будь-який час дня чи ночі. Ви можете поділитися своїм досвідом, поставити запитання або просто почитати публікації інших.

Додаткова інформація вашою рідною мовою

У нас є інформація вашою рідною мовою за такими темами:

Види раку	Життя з раком
• Рак грудей • Рак товстого кишечника • Рак легенів • Рак простати	• Рак і коронавірус • Отримання пільг у разі захворювання на рак • Проблеми харчування та рак • Наприкінці життя • Правильне харчування • Допомога з витратами в разі захворювання на рак • Якщо у вас діагностували рак. Стислий посібник • Сепсис і рак • Побічні ефекти лікування раку • Слабкість (втома) та рак
Методи лікування	
• Хіміотерапія • Радіотерапія • Хірургічна операція	

Щоб ознайомитись із цією інформацією, перейдіть за посиланням macmillan.org.uk/translations

Посилання на джерела та слова подяки

Цей матеріал був написаний та відредагований групою зі створення інформаційних матеріалів про рак організації Macmillan Cancer Support. Його переклали в бюро перекладів.

Цей матеріал створено на основі інформації компанії Macmillan про рак та коронавірус, розміщеної в інтернеті за посиланням **macmillan.org.uk/coronavirus**

Цю інформацію перевірили відповідні експерти й затвердили д-р Тім Івсон (Tim Iveson), консультуючий лікар-онколог та головний медичний редактор компанії Macmillan, а також Розі Лофтус (Rosie Loftus), керівник медичної служби компанії Macmillan.

Всі наші матеріали базуються на найдостовірніших наявних даних. Щоб отримати додаткову інформацію про використані джерела, зверніться до нас за адресою електронної пошти **cancerinformationteam@macmillan.org.uk**

MAC18794_Ukrainian

Переглянуто: 2021 р.

Наступний запланований перегляд: 2024 р.

Ми докладємо максимальних зусиль для того, аби інформація, яку ми надаємо, була точною та актуальною, однак не варто покладатись виключно на неї замість отримання професійної консультації спеціаліста з урахуванням вашої конкретної ситуації. Наскільки це дозволено законом, компанія Macmillan не несе відповідальності за використання інформації, що міститься в цій публікації, або сторонньої інформації чи вебсайтів, що використані або згадуються в ній.

© Macmillan Cancer Support 2021 р., благодійна організація, зареєстрована в Англії та Уельсі (261017), Шотландії (SC039907) та на о. Мен (604). Також здійснює діяльність у Північній Ірландії. Компанія з відповідальністю, обмеженою гарантіями її учасників, зареєстрована в Англії та Уельсі під № 2400969. Зареєстрована на о. Мен під № 4694F. Юридична адреса: 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.

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.

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?
- 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 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 to find out more
- Scotland – visit www.gov.scot to find out more
- Wales – visit www.gov.wales to find out more
- Northern Ireland – visit 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.

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.

More information in your language

We have information in your language about these topics:

Types of cancer	Living with cancer
• Breast cancer • Large bowel cancer • Lung cancer • Prostate cancer	• 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
Treatments	
• Chemotherapy • Radiotherapy • Surgery	

To see this information, go to 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 at **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_Ukrainian

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. 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

