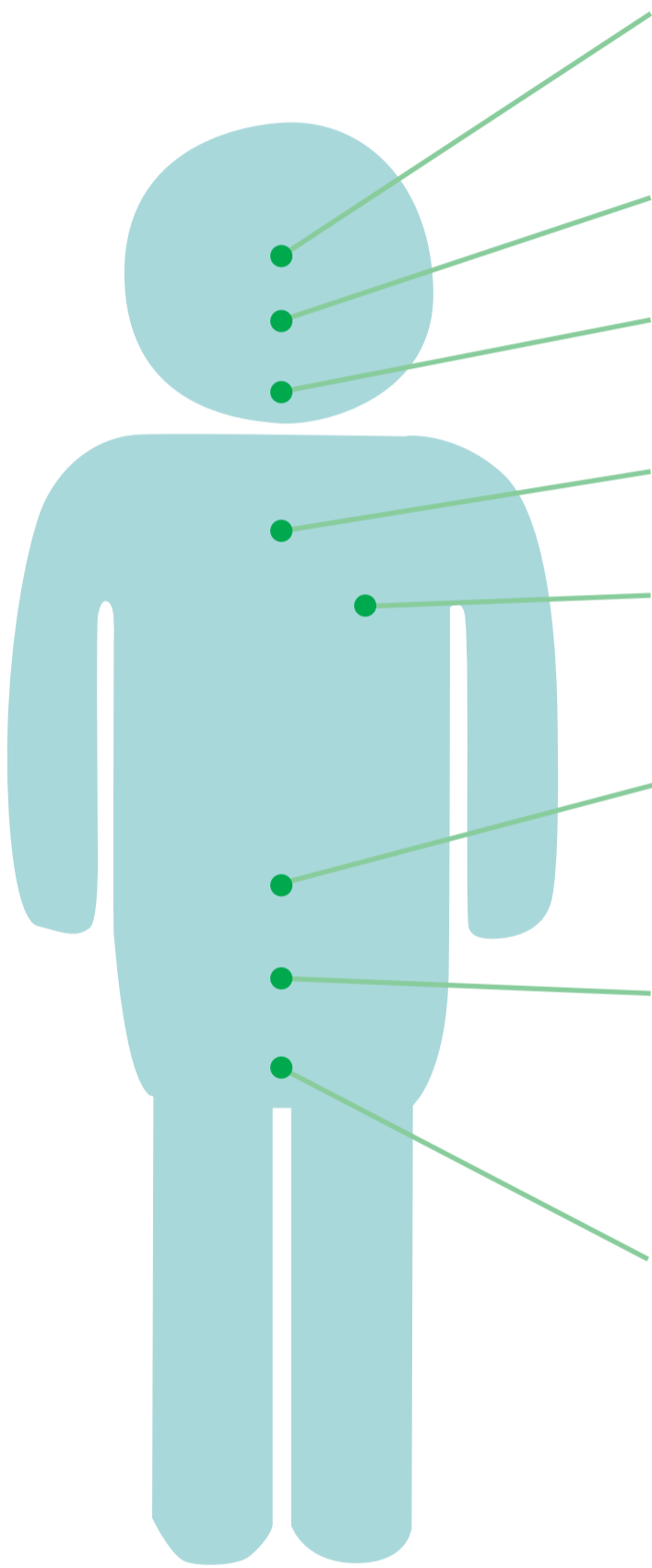


KANSER BELİRTİLERİ VE SEMPTOMLARI

MACMILLAN
CANCER SUPPORT

NELERE DİKKAT ETMELİ?

i Bu belirtilerden herhangi biri devam ediyorsa, sebebi açıklanamıyorsa veya sizin için sıra dışı bir durum varsa aile hekiminizle iletişime geçin.



Yüksek ateş

38 °C'nin (100.4 °F) üzerinde, 2 hafta veya daha uzun süren ateş ya da uzun süre devam eden veya tekrar ortaya çıkan terleme veya enfeksiyonlar

Öksürük veya kısık ses

3 hafta veya daha fazla süren bu belirtilerden herhangi biri

Yutma ve çiğneme güçlükleri

3 hafta veya daha uzun süre boyunca çoğu günlerde ortaya çıkan hazımsızlık veya mide yanması

Solunum sorunları

Herhangi bir sebep olmaksızın hissedilen nefes darlığı

Memede, göğüste veya meme ucunda değişiklikler

Memenizde, göğüs bölgenizde, meme ucunuzda veya koltuk altınızda görülen veya hissedilen yumrular ya da diğer değişiklikler

Kilo değişimleri

Şunlar dâhildir:

- Herhangi bir sebep olmaksızın kilo veya tat kaybı
- Sıklıkla veya uzun bir süre boyunca hissedilen karın şişkinliği veya karın bölgesinde şişlik

Bağırsak hareketlerinde değişiklikler

Aşağıdakiler dâhil 3 hafta veya daha uzun bir süre boyunca belirtilerin devam etmesi:

- Daha fazla veya daha az dışkılama ihtiyacı
- İshal
- Dışkıda kan

İdrar sorunları

Şunlar dâhildir:

- Ani idrara çıkma ihtiyacı
- İdrar yaparken sancı
- İdrarda kan

Yumrular veya şişkinlikler

Vücudunuzun herhangi bir bölgesinde.

Yaralar veya ülserler

- Vücudunuzun herhangi bir bölgesinde veya ağızda.
- 3 hafta sonra bile iyileşmemiştir.

Ağrı

3 hafta veya daha fazla sürer.

Kanama veya morarma

Şunlar dâhildir:

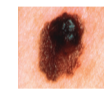
- İdrarınızda veya dışkıınızda kan
- Tükürüğünüzde veya kusmuğunuzda kan
- Normalden daha ağır geçen regl dönemi
- İki regl arasında, cinsel birleşme sonrasında veya menopozdan sonra vajinal kanama
- Spermde kan

Yorgunluk

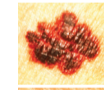
Uzun bir süre boyunca çok yorgun hissetmek.

Cilt değişiklikleri

Aşağıdaki durumlardaki gibi açıklanamayan kızarıklıklar veya lekeler:



Yamuk veya düzensiz şekilli



Yamuk veya bozuk kenarlı



Birden fazla renkte



6 mm'den fazla genişliğe sahip



Boyutu, şekli veya rengi değişik, karıncalanan, kaşınan veya kanayan ya da üzeri kabuk bağlayan

Bu fotoğraflar, National Cancer Institute (cancer.gov) kurumunun internet sitesinden alınmıştır.

Testislerinizde oluşan bir yumru veya vajinal kanama gibi bazı belirtilerden bahsetmek güçtür. Size utandırıcı gelse de bunları kontrol ettirmek önemlidir.

Kadın veya erkek bir aile hekimi veya hemşire tarafından muayene edilmek isteyebilirsiniz fakat bu her zaman mümkün olmayabilir.

HERHANGİ BİR SEMPTOMUNUZ VAR MI?

Herhangi bir belirti veya semptomunuz varsa aile hekiminize kontrol ettirin.

Destek, rehberlik ve bilgi almak için haftanın 7 günü sabah 8'den akşam 8'e kadar **0808 808 00 00** numaralı ücretsiz telefon hattından Macmillan Cancer Support'u arayabilir veya macmillan.org.uk adresini ziyaret edebilirsiniz.

BİR BELİRTİYİ NE ZAMAN VE NASIL KONTROL ETTİRMELİ?



Devam eden, açıklanamayan veya sizin için sıra dışı olan belirtileriniz varsa mutlaka doktorunuza, hemşirenize veya aile hekiminize danışın:

Devam eden: 3 haftadan daha uzun bir süredir devam eden belirti.

Açıklanamayan: Belirli herhangi bir sebebi olmayan belirti.

Sıra dışı: Vücudunuzda ortaya çıkan ve sizin için normal olmayan bir değişiklik.



Doktorunuzla, hemşirenizle veya aile hekiminizle konuşma ipuçları

- 1. Ne söylemek istediğinizi düşünün.** Belirti veya değişiklik hakkındaki şu detayları not almak yardımcı olabilir:
 - Ne olduğu
 - Ne zaman başladığı
 - Tekrarlayan belirli özelliklerinin olup olmadığı
 - Bu rahatsızlığa iyi gelen ya da rahatsızlığı daha kötü yapan bir şey olup olmadığı
 - Gündelik yaşamınızı nasıl etkilediği
- 2. Bazen randevu almak zor olabilir ve birden fazla kez aramanız gerekebilir.** Randevu alana kadar aramaya devam edin. Daha uzun süreli randevu da alabilirsiniz.
- 3. Size destek olması için yanınızda birini götürün.** Bu kişiden randevunuz boyunca dinlemesini veya not almasını isteyebilirsiniz.
- 4. Konuşun ve dinleyin. Şunları deneyin:**
 - Belirtileri kendi sözcüklerinizle açıklayın.
 - Tüm soruları olabildiğince dürüst şekilde yanıtlayın.
 - Daha fazla bilgiye ihtiyacınız varsa veya bir şeyi anlamadıysanız sorun.
 - Yazarak veya telefonunuza not alın.
- 5. Bir sonraki aşamada ne olacağını bildiğinizden emin olun.** Buna şunlar dâhil olabilir:
 - Bir sonraki randevuyu ne zaman almanız gerektiği
 - Uzman bir doktordan veya test yaptırmak için nereden ve ne zaman randevu almanız gerektiği
 - Bilgiye veya daha fazla desteğe ihtiyacınız olduğunda kiminle iletişime geçeceğiniz
- 6. Ne anladığınızı tekrar ederek söyleyin.** Bu sayede sizinle ilgilenen sağlık çalışanı, herhangi bir konuda kafanızın karışıp karışmadığını anlayabilir.
- 7. Unutmayın, belirtiler genellikle endişelenecek bir şey değildir.** Fakat sebebi bilinmeyen belirtiler tekrarlıyorsa veya iyileşmiyorsa, sizinle ilgilenen sağlık çalışanına tekrar danışın. Aile hekiminizi arayın ve emin olmadığınız şeyler hakkında bilgi isteyin.

© Macmillan Cancer Support, Şubat 2020. 3. baskı. MAC15200_E03_TURKISH. Planlanan bir sonraki gözden geçirme tarihi: Şubat 2023. Macmillan Cancer Support, İngiltere ve Galler (261017), İskoçya (SC039907) ve Man Adası'nda (604) tescilli bir hayır kurumudur. Kuzey İrlanda'da da faaliyet göstermektedir.

Bu broşürde belirtilen herhangi bir belirtiyeye sahipseniz doktorunuza, hemşirenize veya aile hekiminize danışın. Soru sorarak kimsenin vaktini boşa harcamıyorsunuz. Sağlık çalışanlarının görevi size yardımcı olmaktır.

Bir belirtinin kontrol edilmesi konusunda endişeleriniz varsa 0808 808 00 00 numaralı telefonda bizi arayın.

HERHANGİ BİR SEMPTOMUNUZ VAR MI?

Herhangi bir belirti veya semptomunuz varsa aile hekiminize kontrol ettirin.

Destek, rehberlik ve bilgi almak için haftanın 7 günü sabah 8'den akşam 8'e kadar 0808 808 00 00 numaralı ücretsiz telefon hattından Macmillan Cancer Support'u arayabilir veya macmillan.org.uk adresini ziyaret edebilirsiniz.

© Macmillan Cancer Support, Şubat 2020. 3. baskı. MAC15200_E03_TURKISH. Planlanan bir sonraki gözden geçirme tarihi: Şubat 2023. Macmillan Cancer Support, İngiltere ve Galler (261017), İskoçya (SC039907) ve Man Adası'nda (604) tescilli bir hayır kurumudur. Kuzey İrlanda'da da faaliyet göstermektedir.