

What is cancer?

Information for people affected by cancer.

We prepared this fact sheet to help you and your friends and family understand more about cancer. You will also learn what happens if your doctor tells you that you have cancer.

What is cancer?

Cancer is a disease of the cells. Cells are the basic building blocks of the human body. Our body is made up of lots of different types of cells like bone, skin and blood cells. The body constantly makes new cells to help us grow, replace old cells and heal injuries.

Sometimes this process goes wrong, and the cell becomes abnormal. The abnormal cell keeps dividing, making more abnormal cells.

The abnormal cells can gather together and form a lump called a tumour. There are two kinds of tumours:

- **Benign** tumours are not cancer. They do not spread to other parts of the body.
- **Malignant** tumours are cancer. They can spread to other parts of the body.

ما هو مرض السرطان؟

معلومات للأشخاص المصابين بمرض السرطان.

لقد قمنا بإعداد ورقة المعلومات هذه لمساعدتكم ومساعدة أصدقائكم وأفراد عائلتكم على فهم المزيد من المعلومات حول مرض السرطان. سوف تتعلمون أيضا ماذا سوف يحدث إذا أخبركم الطبيب أنكم مصابون بمرض السرطان.

ما هو مرض السرطان؟

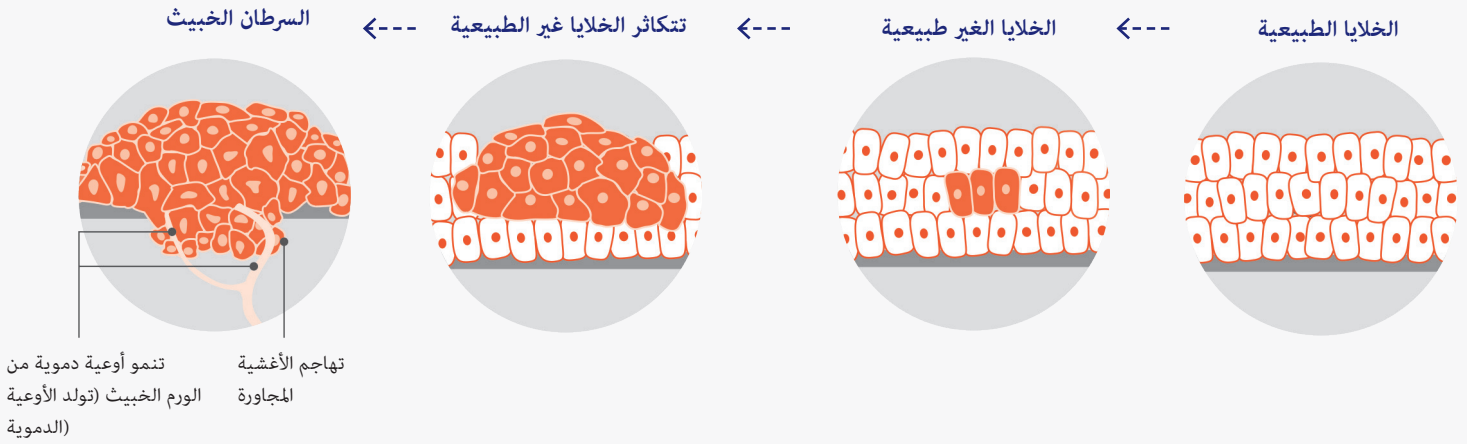
السرطان عبارة عن مرض يصيب الخلايا. والخلايا هي المكونات الأساسية لجسم الإنسان. حيث تتألف أجسامنا من انواع مختلفة من الخلايا مثل خلايا الدم والجلد والعظام. ويقوم الجسم بإنتاج الخلايا بشكل مستمر لمساعدة أجسامنا على النمو واستبدال الخلايا التالفة والشفاء من الإصابات.

و أحيانا يحدث خطأ ما في هذه العملية وتصبح الخلايا غير طبيعية. وتستمر الخلايا غير طبيعية بالانقسام ويزيد عدد الخلايا غير طبيعية.

ويمكن أن تقوم هذه الخلايا غير طبيعية بالتكامل مع بعضها البعض و تشكل كتلة تسمى الورم. هناك نوعان من أنواع الأورام:

- **الأورام الحميدة** وهي الأورام غير السرطانية وهي لا تنتقل إلى الأجزاء الأخرى من الجسم
- **الأورام الخبيثة** وهي الأورام السرطانية ويمكن أن تنتقل هذه الأورام إلى الأجزاء الأخرى من الجسم.

كيف يبدأ السرطان



Where can cancer start?

As our body is made up of cells, cancer can start anywhere in the body. Some common places for cancer to start include the skin, bowel, breasts, prostate and lungs.

The place where the cancer first starts is called 'primary cancer'. Sometimes the doctors can't find where the cancer first started. This is called 'cancer of unknown primary'.

Can cancer spread?

Sometimes cancer cells move to other parts of the body. When this happens, we usually say that that the cancer has spread.

Cancer that has spread and developed into a tumour somewhere else in the body is called a 'secondary cancer' or 'metastasis'.

أن يمكن أن يبدأ حدوث السرطان؟

يمكن أن يبدأ حدوث السرطان في أي جزء من أجزاء الجسم لأن أجسامنا تتألف من الخلايا. وأكثر الأجزاء التي يمكن أن يبدأ حدوث السرطان فيها هي الجلد والأمعاء والثديين وغدة البروستاتا والرئتين.

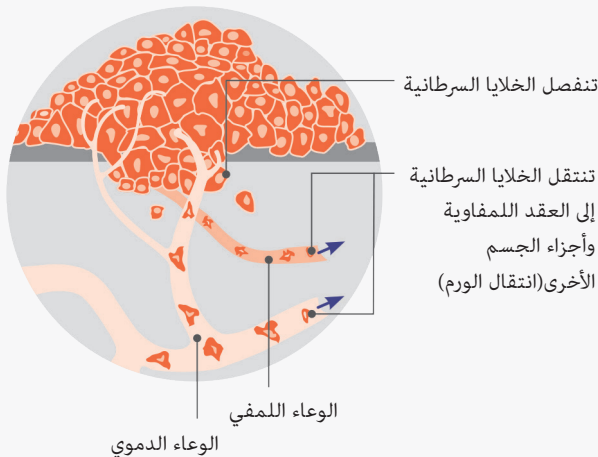
ويسمى الجزء الذي يبدأ حدوث السرطان فيه بـ"السرطان الأساسي". ولا يمكن دائما أن يعرف الأطباء أين بدأ حدوث السرطان. وهذا يسمى "السرطان ذو المصدر الأساسي المجهول"

هل يمكن ان ينتشر السرطان؟

قد تنتقل الخلايا السرطانية أحيانا إلى الأجزاء الأخرى من الجسم. وعندما يحدث هذا الأمر يمكننا القول أن السرطان قد أنتشر.

ويسمى السرطان الذي انتشر وتحول إلى ورم في مكان ما آخر في الجسم "السرطان الثانوي" أو "السرطان المنتقل".

كيف ينتشر مرض السرطان؟



How do you get cancer?

Cancer can happen to anybody. Some things put people at a greater risk of getting cancer:

- getting older (half of all cancers are diagnosed in people aged 75 or over)
- smoking tobacco
- drinking too much alcohol
- not doing enough exercise
- eating unhealthy food
- being overweight
- too much sun
- family history
- some chemicals and asbestos
- some viruses, such as the human papillomavirus (spread by sex).

Injury or stress does not cause cancer.

Can you catch cancer from someone else?

No. Cancer is not contagious. People can't catch it from someone who has it. It is safe to be near someone who has cancer.

If you have cancer and think that people are afraid to be around you, they can call 13 11 20 to speak to a cancer health professional and talk about what worries them. For information in your own language call 13 14 50 and ask to speak to Cancer Council Victoria.

How common is cancer?

Cancer is common. Many cancers can be treated by a doctor if they are found early.

كيف يصاب الشخص بمرض السرطان؟

يمكن أن يصاب أي شخص بالسرطان. ويمكن لبعض العوامل أن تزيد من خطر الإصابة بالسرطان:

- التقدم في العمر (يتم تشخيص نصف حالات السرطان لدى الأشخاص في عمر 75 سنة وما فوق)
- تدخين التبغ
- الإفراط في شرب الكحول
- عدم القيام بالتمارين الرياضية بشكل كافي
- تناول الطعام الغير صحي
- زيادة الوزن
- التعرض إلى اشعة الشمس بشكل مستمر
- وجود تاريخ إصابة بالسرطان لدى العائلة
- التعرض إلى بعض المواد الكيماوية ومادة الأسبستوس
- بعض الفيروسات مثل فيروس الورم الحليمي البشري (الذي ينتقل عبر الجنس).
- لا يسبب الضغط النفسي أو الإصابات السرطان.

هل يمكن أن تصاب بالسرطان عن طريق العدوى من شخص آخر؟

كلا، السرطان لا ينتقل عبر العدوى. لا يمكن أن يصاب الأشخاص بالسرطان عن طريق شخص آخر مصاب بالسرطان. ليس هناك خطر في أن تكون قريب من شخص مصاب بسرطان الجلد أو أي نوع آخر من أنواع السرطان.

إذا كنت مصابا بالسرطان وكنت تعتقد أن الأشخاص الآخرين يخافون عندما يكونون بالقرب منك، يمكنهم الإتصال بالرقم 13 11 20 للتحدث مع الاخصائي المختص بمرض السرطان وللتحدث حول مخاوفك من هذا المرض. اتصل على الرقم 13 14 50 للحصول على المعلومات بلغتك.

ما مدى شيوع مرض السرطان؟

يعتبر مرض السرطان من الأمراض الشائعة. ولكن يمكن علاج الكثير من حالات السرطان من قبل الطبيب عند تم اكتشافها في وقت مبكر.

It is important to go to cancer screening programs. Screening for breast, bowel and cervical cancer saves lives, because cancer can be found earlier, when it is easier to treat.

How is cancer found (diagnosed)?

Sometimes, doctors find cancer because the person is feeling unwell and has symptoms.

We can also find cancer during routine screening. This is when you have a test to check your health.

It is important to know what is normal for your body, and to see your doctor straight away if you notice changes like:

- lumps, sores or ulcers that don't heal
- breast changes:
 - lumpiness
 - a thickened area
 - unusual nipple discharge
 - a nipple that turns inwards
 - a change in shape or colour
 - pain
- skin changes: moles that change shape, size or colour, or bleed
- a cough that won't go away
- finding it hard to breathe or voice changes
- losing weight without trying
- nausea or vomiting that doesn't go away
- diarrhoea or constipation that doesn't go away or you can't explain
- for women, loss of blood from the vagina that is not normal, even if it's a few spots between periods or after menopause
- blood in your poo or wee
- unexplained pain in the body that does not get better.

Many of these symptoms can be caused by common health problems, not cancer. You should see a doctor about any changes or symptoms that don't go away.

من المهم الذهاب إلى برامج الكشف عن السرطان. إن فحص الكشف عن سرطان الثدي والأمعاء وسرطان عنق الرحم يمكن أن ينقذ الحياة لأنه يمكن الكشف عن السرطان في وقت مبكر وعندها يكون العلاج أكثر سهولة.

كيف يمكن الكشف عن وجود السرطان (التشخيص)؟

قد يكتشف الطبيب وجود السرطان أحيانا لأن الشخص يشعر بالتعب ويعاني من أعراض السرطان.

كما يمكن الكشف عن السرطان عن طريق فحص الكشف الروتيني. ويحتاج هذا الأمر أن يقوم الشخص بإجراء فحص للكشف عن الصحة.

من المهم معرفة ما هي الأمور الطبيعية بالنسبة لجسمك وزيارة الطبيب مباشرة عند ملاحظة وجود أي تغيرات مثل الأمور التالية:

- كتل أو تقرحات أو دمل لا تتماثل للشفاء
 - تغيرات في الثدي:
 - وجود كتل
 - منطقة أكثر سماكة من المنطقة المجاورة
 - إفرازات غير طبيعية من حلمة الثدي
 - تغير إتجاه الحلمة نحو داخل الثدي
 - تغير في اللون أو الشكل
 - ألم
 - تغيرات في الجلد: وجود تغير في شكل أو لون أو حجم الشاممة أو حدوث نزيف من الشاممة
 - سعال لا يشفى
 - وجود صعوبة في التنفس أو تغير في الصوت
 - فقدان الوزن دون أن يحاول الشخص القيام بذلك
 - الشعور بالغثيان أو التقيؤ الذي لا يشفى
 - حدوث إسهال أو إمساك لا يشفى أو دون وجود سبب معروف لذلك
 - وبالنسبة للنساء فقدان الدم الغير طبيعي حتى ولو كان قطرات قليلة بين الدورات الشهرية أو بعد انقطاع الحيض
 - وجود دم في البراز أو البول
 - حدوث ألم لا يشفى وغير معروف السبب
- قد تسبب العديد من المشاكل الصحية الشائعة هذه الأعراض وقد لا يكون السرطان هو السبب، ولكن يجب زيارة الطبيب عند حدوث أي تغيرات أو ظهور أية اعراض لا تشفى.

What happens if I have cancer?

Cancer won't go away without treatment. The treatment depends on the type and stage of the cancer (how much it has grown and spread).

The most common cancer treatments are:

- chemotherapy
- radiotherapy
- surgery
- immunotherapy.

Your doctor will explain the options. Each person is different; some people have more than one type of treatment.

If the cancer is found early, it may be easier to treat. If we can't treat the cancer, it is possible that your doctor will give you a treatment to make you feel better (by controlling your symptoms). With these types of treatment, you might feel less pain and have a better life.

Speak with a cancer nurse in your language

For more information and support in your own language, call 13 14 50. Ask the interpreter to contact Cancer Council Victoria on 13 11 20 to talk with a cancer nurse. Trained cancer nurses can listen to your concerns, provide additional information and put you in touch with local services.

This service is for anyone affected by cancer, including families, carers and friends. It is available for the cost of a local call (except from mobiles).

Ask for a free copy of other resources in your language:

- Caring for someone with cancer
- Eating well during treatment
- Fatigue and cancer
- Learning to relax when you have cancer
- On the road to recovery

ما الذي سوف يحدث إذا كنت مصابا بالسرطان؟

لن يشفى الشخص من السرطان دون تلقي علاج. ويعتمد العلاج على نوع ومرحلة الإصابة بالسرطان (مدى نمو وانتشار السرطان في الجسم)

معظم أنواع علاجات السرطان هي ما يلي:

- العلاج الكيماوي
- العلاج بالأشعة
- الجراحة
- العلاج المناعي.

سوف يقوم طبيبك بشرح هذه الأنواع من العلاج لك. يختلف كل شخص عن الآخر ولذلك قد يحتاج بعض الأشخاص إلى أكثر من نوع واحد من العلاج.

قد يكون من السهل علاج السرطان عند اكتشافه في وقت مبكر. قد يتم إعطائك علاجاً للتحكم بالأعراض إذا كان من غير الممكن علاج السرطان بنجاح. وهذا يمكن أن يقلل من الشعور بالألم ويحسن من نوعية الحياة.

تحدث مع الممرضة المختصة بالسرطان بلغتك

يمكن الاتصال على الرقم 13 14 50 للحصول على المعلومات والدعم الذي تحتاجه بلغتك. اطلب من المترجم الاتصال بـ Cancer Council Victoria على الرقم 13 11 20 للتحدث مع الممرضة المختصة بمرض السرطان. يمكن للممرضات المدربات على التعامل مع مرض السرطان الاستماع إلى الأمور التي تسبب القلق لديك وتقديم معلومات إضافية وتسهيل تواصلك مع الخدمات المحلية.

تتوافر هذا الخدمة لكل شخص يتأثر بمرض السرطان ويشمل ذلك العائلات ومقدمي الرعاية والأصدقاء. إن تكلفة الإتصال بهذه الخدمة هي تكلفة الإتصال المحلي (ما عدا هواتف الموبايل).

اطلب الحصول على نسخة مجانية من مصادر المعلومات الأخرى بلغتك:

- رعاية شخص مصاب بالسرطان
- التغذية الجيدة أثناء العلاج
- التعب والسرطان
- تعلم كيفية الاسترخاء عند الإصابة بالسرطان
- على طريق الشفاء من السرطان

Acknowledgements

Funded by Dry July Foundation.

This information is based on the expertise of clinicians who work in the area and consumer experience. Information for this fact sheet has been drawn from Cancer Council Australia information resources. This fact sheet was reviewed by Dr Karen Taylor, Radiation Oncologist, GenesisCare Radiation Oncology, Vic.; Cecilia Barling, consumer; Clem Byard, 13 11 20 Cancer Council Victoria.

Note to reader

Always consult your doctor about matters that affect your health. This fact sheet is intended as a general introduction and is not a substitute for professional medical, legal or financial advice. Information about cancer is constantly being updated and revised by the medical and research communities. While all care is taken to ensure accuracy at the time of publication, Cancer Council Australia and its members exclude all liability for any injury, loss or damage incurred by use of or reliance on the information provided in this fact sheet.

الإقرار

التمويل مقدم من منظمة شهر تموز/ يونيو الجاف.

تعتمد هذه المعلومات على خبرة الأطباء المعالجين الذي يعملون في هذا المجال الطبي وعلى تجارب المستهلكين. لقد تم استخراج المعلومات الواردة في هذه الورقة من مصادر معلومات Cancer Council Australia ولقد تمت مراجعة ورقة. تمت مراجعة ورقة المعلومات من قبل الدكتور كارين تايلور وهو اختصاصي أشعة الأورام في مركز Genesis Care Radiation Oncology في ولاية فيكتوريا، Cecilia Barling، المستهلك، Clem Byard، 13 11 20 Cancer Council Victoria (هيئة مرض السرطان في ولاية فيكتوريا).

ملاحظة إلى القارئ

قم باستشارة طبيبك حول القضايا التي تؤثر على صحتك. الغرض من ورقة المعلومات هو تقديم مقدمة عامة ولا تعتبر بديلاً عن النصيحة المالية أو القانونية أو الطبية المقدمة من المختصين. تتم مراجعة وتحديث المعلومات حول مرض السرطان بشكل مستمر من قبل مجتمعات البحوث العلمية والمجموعات الطبية. بالرغم من أنه قد تم إتخاذ الحرس الكامل للتأكد من دقة المعلومات أثناء نشر هذه الورقة، إلا أن Cancer Council Australia وأعضائها لا يتحملون أية مسؤولية عن الإصابات أو الضرر أو الخسارة التي قد تنتج عن استخدام المعلومات الواردة في هذه الورقة أو الاعتماد عليها.