

## Działania niepożądane leczenia raka

Rak i leczenie raka mogą powodować działania niepożądane, czyli problemy, które pojawiają się, gdy leczenie wpływa na zdrowe tkanki lub narządy. Działania niepożądane są różne u różnych osób, nawet wśród tych, które dostają to samo leczenie. Zespół opieki zdrowotnej może leczyć wiele z nich lub pomóc Ci je ograniczyć, dlatego warto mówić o wszelkich problemach.

Ta strona jest dla każdego, kto zaczyna leczenie raka lub jest w jego trakcie. Wyjaśnia, dlaczego pojawiają się działania niepożądane, kiedy zadzwonić do zespołu i gdzie szukać pomocy w przypadku konkretnych problemów.

### Zadzwoń natychmiast, jeśli masz gorączkę

Większość działań niepożądanych może poczekać do następnej wizyty. Gorączka w trakcie leczenia nie może.

- **Zadzwoń do zespołu opieki natychmiast, o każdej porze dnia i nocy, jeśli Twoja temperatura wynosi 100,4°F (38°C) lub więcej.** Jeśli nie możesz szybko się z nim skontaktować, zadzwoń pod 911 lub jedź na izbę przyjęć (oddział ratunkowy). Zadzwoń też wtedy, gdy masz dreszcze, drżenie lub nagle czujesz się źle, nawet przy prawidłowym odczycie temperatury. Podczas chemioterapii liczba białych krwinek może być zbyt niska, by zwalczać zakażenie. CDC nazywa gorączkę podczas chemioterapii nagłym przypadkiem medycznym ([cdc.gov/cancer-preventing-infections/patients/fever.html](https://www.cdc.gov/cancer-preventing-infections/patients/fever.html)), a nie czymś, co można przespać.
- **Zadzwoń pod 911 lub jedź na oddział ratunkowy (ER),** jeśli nagle pojawi się duszność, ból w klatce piersiowej, silne krwawienie, splątanie, drgawki lub nagła niemożność utrzymania płynów w żołądku. Nie prowadź samochodu sam(-a).

Porozmawiaj z zespołem, zanim weźmiesz jakikolwiek lek na gorączkę, nawet paracetamol (acetaminophen, Tylenol), ibuprofen (Advil) lub aspirynę. NCI mówi, że mogą one ukryć oznaki poważniejszego problemu. Trzymaj numer telefonu na godziny poza pracą, który dał Ci zespół, w miejscu, w którym znajdziesz go o trzeciej w nocy.

### W skrócie

Leczenie raka i sam rak mogą powodować działania niepożądane. Działanie niepożądane to problem, który pojawia się, gdy leczenie wpływa na zdrowe tkanki lub narządy, a nie tylko na komórki raka. Ponieważ leczenie dociera także do prawidłowych części ciała, może powodować nowe problemy, gdy działa przeciw rakowi.

**Najważniejsze, co warto wiedzieć: Twój zespół opieki zdrowotnej może pomóc.** Może leczyć wiele działań niepożądanych albo porozmawiać z Tobą o sposobach ich ograniczenia, abyś czuł(-a) się lepiej.

## **Dlaczego pojawiają się działania niepożądane**

Metody leczenia raka mają niszczyć lub spowalniać komórki raka. Ale po drodze mogą ucierpieć zdrowe komórki i narządy. Gdy tak się dzieje, możesz zauważyć problemy, takie jak zmęczenie, rozstrój żołądka lub zmiany w jedzeniu. To są działania niepożądane.

Sam rak także może powodować problemy, które przypominają działania niepożądane. Te dwie rzeczy mogą się więc nakładać.

## **Działania niepożądane są u każdego inne**

Działania niepożądane różnią się między osobami, nawet wśród osób dostających to samo leczenie. Możesz mieć działania niepożądane, których nigdy nie miał znajomy lub członek rodziny chory na raka. Może być też odwrotnie. Nie ma jednego sposobu, w jaki leczenie wpływa na wszystkich.

Dlatego warto skupiać się na własnych doświadczeniach, a nie porównywać się z innymi.

## **Mów o nich, żeby zespół mógł pomóc**

Mów lekarzowi o działaniach niepożądanych, które masz, abyś dostał(-a) opiekę potrzebną do radzenia sobie z nimi. Zgłaszanie ich wcześniej to jedna z najbardziej pomocnych rzeczy, jakie możesz zrobić.

Twój zespół opieki zdrowotnej może:

- Leczyć samo działanie niepożądane.
- Zaproponować sposoby jego zapobiegania lub złagodzenia.
- Dostosować Twoją opiekę, abyś czuł(-a) się lepiej na co dzień.

**Nie musisz po prostu „znosić” działań niepożądanych. Zgłaszanie ich jest częścią dobrej opieki.**

## **Dwie rzeczy do poruszenia przed rozpoczęciem leczenia**

Twój zespół musi wiedzieć o wszystkim, co przyjmujesz, nie tylko o lekach na receptę. Dotyczy to leków dostępnych bez recepty, witamin, minerałów i produktów ziołowych. NCI mówi, że niektóre z nich mogą zmieniać sposób działania Twojego leczenia raka. Zapytaj, czy którykolwiek z nich mógłby zmienić sposób działania Twojego leczenia raka.

Zapytaj też, czy leczenie może wpłynąć na Twoją zdolność do posiadania dzieci. Niektóre sposoby ochrony płodności trzeba zorganizować, zanim leczenie się zacznie, więc warto zadać to pytanie

wcześniej, a nie później. Zobacz płodność a leczenie raka.

## **Częste działania niepożądane, które warto poznać**

Możliwych działań niepożądanych jest wiele. To, które możesz mieć, zależy od Twojego leczenia i Twojego organizmu. Niektóre z tych, które opisuje NCI, to:

### **Skutki dla całego ciała**

- Zmęczenie (fatigue), czyli skrajne znużenie.
- Ból.
- Niedokrwistość (anemia), czyli zbyt mało czerwonych krwinek.
- Zakażenie.
- Problemy ze snem.

### **Jedzenie i trawienie**

- Nudności i wymioty.
- Utrata apetytu i zmiany masy ciała.
- Zaparcia, biegunka i inne problemy z trawieniem.
- Problemy z jamą ustną i gardłem.

### **Włosy, skóra i nerwy**

- Wypadanie włosów, zwane łysieniem (alopecją).
- Problemy z nerwami.
- Zmiany skóry i paznokci.

## **Praktyczne poradniki o działaniach niepożądanych**

Aby uzyskać pomoc w konkretnym objawie, zacznij od strony najbliższej temu, co się dzieje. Do wyboru są:

- biegunka podczas leczenia raka
- zaparcia podczas leczenia raka
- owrzodzenia jamy ustnej
- nudności
- zmęczenie
- utrata apetytu
- zmiany smaku
- wypadanie włosów
- neuropatia
- wysypka

- gorączka podczas chemioterapii
- niska liczba białych krwinek
- działania niepożądane związane z układem odpornościowym

Te poradniki skupiają się na tym, co obserwować, o co pytać i które sygnały alarmowe warto omówić z zespołem opieki, zanim objawy staną się trudniejsze do opanowania.

Wiedza o tym, czego się spodziewać, może sprawić, że działania niepożądane będą mniej przerażające. Może też pomóc Ci zrozumieć, kiedy skontaktować się z zespołem.

---

### Na podstawie wiarygodnego źródła

To tłumaczenie treści edukacyjnych na prosty język, oparte na źródle: Narodowy Instytut Raka. Aby uzyskać pełne i aktualne informacje, przeczytaj oryginalne źródło. Tylko do celów edukacyjnych — to nie jest porada medyczna. Zawsze rozmawiaj ze swoim zespołem opieki.

Narodowy Instytut Raka: [cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects](https://cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects)

**Zaktualizowano:** 2026-09-29

Masz prawo do bezpłatnego tłumacza. Szpitale i przychodnie w Stanach Zjednoczonych, które otrzymują fundusze federalne, muszą zapewnić wykwalifikowanego tłumacza bez żadnych kosztów dla Ciebie. Możesz o niego poprosić w recepcji lub przed wizytą. Nie musisz prosić członka rodziny ani dziecka, aby tłumaczył za Ciebie.

**Online:** [cancerexplained.org/languages/pl/side-effects-overview](https://cancerexplained.org/languages/pl/side-effects-overview)

Przetłumaczono z angielskiego artykułu na [cancerexplained.org](https://cancerexplained.org). Wersja angielska jest tą, która została sprawdzona ze źródłem.

Educational information only, not medical advice. An AI-assisted editorial system helped prepare this page. No named medical reviewer has reviewed it unless one is listed.

Można bezpłatnie drukować, kopiować i udostępniać bez zmian. Nie trzeba prosić o pozwolenie. Prosimy nie zmieniać treści medycznych. Źródło: [cancerexplained.org](https://cancerexplained.org). Informacje edukacyjne, nie porada medyczna.