

# WHAT IS IT?

The thyroid is a small gland in the front of your neck, just below your voicebox (larynx). The thyroid gland is part of the endocrine system. This system makes hormones that help control the way your body functions. Thyroid cancer is not common. Around 3,500 people in the UK are diagnosed with thyroid cancer each year. Thyroid cancer can happen at any age. It is more common in women.



# SYMPTOMS

The most common symptom of thyroid cancer is a painless lump in the neck. Most thyroid lumps are not cancerous (benign), but getting any lump checked is important. Other symptoms include:

- A hoarse voice that has no obvious cause and does not go away after a few weeks
- Difficulty swallowing – caused by a thyroid tumour pressing on the gullet (oesophagus)
- Difficulty breathing – caused by a thyroid tumour pressing on the windpipe (trachea)
- Pain in the front of the neck

Most people with these symptoms do not have Thyroid Cancer. However, if any of these symptoms persist for more than 3 weeks, it is important to get them checked by your GP.



# PREVENTION

-  • Do not smoke
-  • Eat a balanced diet
-  • Protect your skin from the sun
-  • Maintain a healthy weight
-  • Be physically active
-  • Attend screenings when invited
-  • Get enough vitamin D
-  • Make quality sleep a priority

Know your family medical history and get recommended cancer screenings

## טייערע ליינער,

האלטנדיג אין האנט דעם ביכל זענט איר מיט דעם שוין מקיים די מצות עשה דאורייתא פון 'ונשמרתם'. די פשוט'ע אפטייטש פון 'ונשמרתם מאוד לנפשותיכם' איז אכטונג געבן אויף זיך, כדי צו פארמיידן עפעס וואס איז נישט גוט, געזונט אדער אויסגעהאלטן. גענוי דאס איז די ציל פון דעם ביכל, כדי צו וויסן און זיך לערנען וועלכע זאכן מען זאל ארויסקוקן אויף, און וואס עס מיינט געוויסע סימפטאמען, און דערביי מקדים זיין רפואה למכה ווען די צייט ערלויבט דאס נאך.

יעדער מענטש האט זיין באשטימטע צייט, און עס איז נישט בידי האדם, אבער וואס דער באשעפער פארלאנגט יא פון אונז, איז טון די פשוט'ע השתדלות, דאס מערסטע וואס מיר קענען טון צו פארמיידן צו ליידן פון מחלות רח"ל, און נאכמער, זיי מסדר זיין ווי פריער, כדי מונע צו זיין גרעסערע פראבלעמען וואס קענען נאכפאלגן.

אין דעם דאזיגן ביכל וואס איר ליינט אצינד, וועט איר טרעפן א גאר דעטאלירטע באריכט איבער טיירייד קענסער. אויב געבט מען אכט און מען גייט זיך אונטערזוכן ווען מען האט נאך די קליינע סימפטאמען, קען מען פארמיידן גרויסע קרענק, בעזר הרופא לכל בשר.

מיד טוען אייך בעטן מעומק הלב, פאר אייער טובה וועגן, נעמט עטליכע מינוט מיט ישוב הדעת, און ליינט אדורך דאס ביכל, כדי צו וויסן פון וואס מען רעדט, און וואס געוויסע סימפטאמי ען מיינען, און דערמיט טון השתדלות צו פארמיידן מחלות פון זיך פארשפרייטן אין גרויסן רח"ל, און האבן א חלק אינעם רבים וואס וועלן אינאיינעם אויפטון גרויסע זאכן בע"ה.

די אינפארמאציע איז געשריבן אין ענגליש צוליב שוועריג קייטן מיטן איבערטייטשן מעדיקל ווערטער. אויב דארפט איר ווייטערדיגע הילף אדער עקלערונג ביטע פארבינדט זיך מיט די אחינו אפיס.

In partnership with



## THYROID CANCER

## טיירייד קענסער



Tel: 020 8806 7227 #207  
support@acscancer.org.uk

Confidentiality Assured

