



lega contro il cancro

Uniti contro il cancro del seno



SOMMARIO

- Domande e risposte
- La mammografia
- Può fare qualcosa anche lei?
- L'autoesame del seno
- Indirizzi utili e altre informazioni

DOMANDE E RISPOSTE

Quante donne si ammalano di cancro del seno in Svizzera?

Ogni giorno si registrano più di 14 nuovi casi.

Che cosa fa aumentare il rischio di ammalarsi di cancro del seno?

- L'incidenza del cancro del seno aumenta con l'età.
- Sovrappeso, alimentazione non sana e insufficiente moto aumentano il rischio di cancro in generale.
- Le donne con madre, sorelle e/o figlie colpite da cancro del seno presentano un rischio più elevato.
- Sono pure esposte a un rischio maggiore le donne che per vari anni si sono sottoposte a ormonoterapia durante/dopo la menopausa.

Donne giovani possono ammalarsi di cancro del seno?

In genere sono le donne di mezza età e quelle più anziane, dopo l'inizio della menopausa, a essere colpite più frequentemente dal cancro del seno. Ma possono ammalarsi anche donne giovani. Una donna su cinque al momento della diagnosi ha meno di 50 anni.

Il cancro del seno è ereditario?

Il rischio di ammalarsi è più alto nelle donne con madre, sorelle e/o figlie affette da cancro del seno. Nel 5–10% dei casi la malattia è riconducibile a fattori ereditari.

Dovrei sottopormi a una terapia ormonale durante/dopo la menopausa?

L'assunzione di ormoni contro i disturbi della menopausa comporta qualche rischio. Il rischio di cancro del seno aumenta con la durata del trattamento, mentre diminuisce dopo l'interruzione della terapia. Le donne che prendono in considerazione una terapia ormonale dovrebbero farsi consigliare in modo completo dal proprio medico, soppesando accurata-

mente benefici e svantaggi di questo tipo di trattamento.

Come posso accorgermi di avere eventualmente un cancro del seno?

I tumori del seno possono essere individuati in stadi molto precoci attraverso esami radiologici e con l'ecografia. In uno stadio più avanzato spesso si può percepire un nodulo indolore nella mammella, senza nessun altro sintomo di malattia. La mammella e/o i capezzoli possono mutare di colore, forma e dimensioni. Dal capezzolo possono esservi perdite sanguinolente. In rari casi si avvertono tensioni e dolori del seno, diversi da quelli tipici delle mestruazioni. Generalmente le alterazioni osservate dalle pazienti stesse risultano benigne in nove casi su dieci.

Esistono farmaci capaci di prevenire il cancro del seno?

I ricercatori lavorano intensamente allo sviluppo di farmaci per la prevenzione del cancro del seno. La loro efficacia viene analizzata nel quadro di studi clinici.

Le donne colpite da cancro del seno possono guarire?

Se diagnosticato tempestivamente, le possibilità di sopravvivenza migliorano. Quasi l'80% delle donne colpite sono ancora in vita a cinque anni di distanza dalla diagnosi.

Anche gli uomini possono ammalarsi di cancro del seno?

Sì. In base alle statistiche si registrano ogni anno 30–40 casi di cancro del seno fra gli uomini.

LA MAMMOGRAFIA

Che cos'è la mammografia?

La mammografia è un esame radiologico del seno volto a scoprire alterazioni patologiche della mammella.

I raggi della mammografia sono nocivi?

Tutte le radiazioni possono essere nocive. Nella mammografia tuttavia la dose di raggi è molto contenuta.

Che cosa s'intende per programma di screening mammografico?

L'espressione designa l'esame mammografico sistematico e di massa di donne senza sintomi di malattia nel quadro di un programma. I programmi devono rispondere a chiari criteri di qualità. I cantoni che hanno già adottato un programma di diagnosi precoce del cancro del seno offrono la possibilità di effettuare questo esame alle donne tra 50 e 69 anni ogni due anni. Lo scopo è di individuare eventuali alterazioni in una fase precoce.

Dove esistono programmi di screening mammografico?

Finora questi programmi esistono nei cantoni Friburgo, Ginevra, Giura, Neuchâtel, Vaud e Vallese. Un programma è in costruzione nel cantone San Gallo. Nel resto della Svizzera non esistono ancora programmi di questo genere.

Chi si assume i costi della mammografia per la diagnosi precoce del cancro?

Nei cantoni in cui si attua un programma di screening le spese sono coperte in gran parte dalla cassa malati. La copertura rientra nelle prestazioni obbligatorie delle casse malati solo nel quadro di questi programmi o in caso di predisposizione ereditaria. In tutti gli altri cantoni la mammografia viene effettuata su prescrizione medica.

Quando si ricorre alla mammografia e quando invece all'ecografia?

La mammografia è l'esame standard per le donne oltre i 40 anni. L'ecografia (o sonografia) è un esame complementare, eseguito soprattutto in presenza di tessuto mammario fibroso e denso, cioè spesso nelle donne più giovani.

Perché la diagnosi precoce è così importante?

La diagnosi precoce riveste un'importanza fondamentale perché il cancro del seno non si può prevenire. Ha lo scopo di individuare al più presto eventuali alterazioni di natura maligna. I tumori scoperti in uno stadio iniziale consentono trattamenti più semplici e migliorano le possibilità di sopravvivenza.

PUÒ FARE QUALCOSA ANCHE LEI?

Informazione e consulenza

Se sua madre, sorella e/o figlia si sono ammalate di cancro del seno prima della menopausa le consigliamo di consultarsi il più presto possibile con il suo medico e di discutere a fondo la questione.

L'autoesame del seno

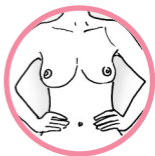
Prima sarà il momento della sua vita in cui comincerà a esaminare il suo seno, più facilmente saprà riconoscerne le alterazioni legate al ciclo mestruale e all'età. L'autopalpazione è particolarmente indicata per scoprire alterazioni insolite del tessuto mammario. I giorni successivi alle mestruazioni sono il momento migliore per eseguirla.

La mammografia come strumento di diagnosi precoce

In occasione di una regolare visita di controllo affronti l'argomento della mammografia con il suo medico. Nei cantoni Friburgo, Ginevra, Giura, Neuchâtel, Vaud, Vallese, e nel Giura Bernese e da fine 2009 anche nel Canton San Gallo le donne tra 50 e 69 anni sono invitate ogni due anni a eseguire una mammografia, quasi gratuita. La partecipazione è volontaria.

L'AUTOESAME DEL SENO

- Mettersi davanti allo specchio.
- Posare le mani sui fianchi.
- Si notano alterazioni insolite di colore, forma e dimensioni dei seni?



- Mettersi davanti allo specchio.
- Incrociare le mani dietro la testa.
- Si notano alterazioni insolite di colore, forma e dimensioni dei seni?



- Mettersi davanti allo specchio.
- Incrociare le mani dietro la testa
- Ruotare il busto a destra e poi a sinistra.
- Si notano alterazioni insolite di colore, forma e dimensioni dei seni?



- Palpare con la punta delle dita l'intero seno sinistro.
- Percepisce dei noduli insoliti?



- Palpare con la punta delle dita l'intero seno destro.
- Percepisce dei noduli insoliti?



- Palpare con la punta delle dita l'area ascellare destra e poi quella sinistra.
- Percepisce dei noduli insoliti?



Se nota alterazioni insolite dei suoi seni le consigliamo di consultare il suo medico.

INDIRIZZI UTILI

Linea cancro 0800 11 88 11, il servizio di consulenza personale gratuito

E-mail helpline@legacancro.ch – la consulenza gratuita online

Forum www.forumcancro.ch

Krebsliga Aargau
Tel. 062 834 75 75

**Krebsliga beider
Basel**
Tel. 061 319 99 88

**Bernische Krebsliga
Ligue bernoise
contre le cancer**
Tel. 031 313 24 24

Krebsliga Graubünden
Tel. 081 252 50 90

**Ligue fribourgeoise
contre le cancer
Krebsliga Freiburg**
tél. 026 426 02 90

**Ligue genevoise
contre le cancer**
tél. 022 322 13 33

Krebsliga Glarus
Tel. 055 646 32 47

**Ligue jurassienne
contre le cancer**
tél. 032 422 20 30

**Ligue neuchâteloise
contre le cancer**
tél. 032 721 23 25

Krebsliga Schaffhausen
Tel. 052 741 45 45

Krebsliga Solothurn
Tel. 032 628 68 10

**Krebsliga St. Gallen-
Appenzell**

Tel. 071 242 70 00

Thurgauische Krebsliga

Tel. 071 626 70 00

**Lega ticinese contro
il cancro**

tel. 091 820 64 20

**Ligue valaisanne contre
le cancer (Sion)**

tél. 027 322 99 74

Krebsliga Wallis (Brig)

Tel. 027 922 93 21

**Ligue vaudoise contre le
cancer**

tél. 021 641 15 15

Krebsliga Zentralschweiz

Tel. 041 210 25 50

Krebsliga Zug

Tel. 041 720 20 45

Krebsliga Zürich

Tel. 044 388 55 00

Krebshilfe

Liechtenstein

Tel. 00423 233 18 45



Il nastrino rosa è il simbolo internazionale della solidarietà con le donne colpite dal cancro del seno.

Organizzazioni di autoaiuto

«**Gruppo sostegno pazienti**» Responsabile: Graziella Schneider-Nodari, tel. 079 605 12 60 (segreteria telefonica)

«**Vivre comme Avant**» Association suisses des femmes opérées du sein, tél. 022 751 24 30, mobile 079 773 63 07, www.vivre-comme-avant.ch

Association Savoir Patient ASAP

Marrainage Cancer du sein, Genève,
tél. 078 622 37 44 Vaud et Valais, tél. 021 641 15 33,
marrainage@savoirpatient.ch,
www.marrainescancerdusein.ch

«**Leben wie zuvor**» Schweizer Verein brustoperierter Frauen Selbsthilfeorganisation für Frauen nach einer Brustkrebs-erkrankung, Tel. 061 711 91 43, gaillard@leben-wie-zuvor.ch, www.leben-wie-zuvor.ch

English Speaking Cancer Association (ESCA)

Helpline: 079 531 55 11, Office: 022 791 63 05
info@cancersupport.ch, www.cancersupport.ch

English Speaking Cancer Support Group in Basel

Phone +33 389 073 034, s.style@hrnet.fr

Europa Donna Svizzera

Il forum svizzero del cancro al seno, tel. 031 389 92 62
info@europadonna.ch, www.europadonna.ch

Centro di Senologia della Svizzera italiana

tel. 091 811 65 00, senologia@eoc.ch

Programmi di diagnosi precoce

Centre de dépistage du cancer du sein BEJUNE

Rue de Moulins 12, case postale 183, 2800 Delémont
tél. 032 422 58 06, fax 032 423 27 35, info@cdcs-bejune.ch

Centre fribourgeois de dépistage du cancer du sein

Beaumont 2, case postale 75, 1709 Fribourg
tél. 026 425 54 00, fax 026 425 54 01
depistage@liguessante-fr.ch, www.liguecancer-fr.ch

Fondation genevoise pour le dépistage du cancer du sein

43, Bd de la Cluse, 1205 Genève
tél. 022 320 28 28, fax 022 320 28 30
secretariat@fgdcs.ch, www.fgdcs.ch

Krebsliga St. Gallen-Appenzell

Mammografie-Screening-Programm

Flurhofstrasse 7, 9000 St.Gallen
Tel. 0800 100 888, Fax 071 242 70 50
info@mspz.ch, www.mammografie-screening-programm.ch

Centre valaisan de dépistage du cancer du sein

Condémines 14, case postale 888, 1951 Sion
tél. 027 329 04 10, fax 027 329 04 11
depistage-sein@lvpp.ch

Fondation vaudoise pour le dépistage du cancer du sein

19, rue César-Roux, 1005 Lausanne
Informations: tél. 021 316 08 50
Rendez-vous: tél. 0848 990 990 (tarif local).
fax 021 316 08 51, vd@depistage-sein.ch

Se vuole saperne di più

- Opuscolo «Diagnosi precoce del cancro del seno tramite mammografia»
- Opuscolo «Autoesame del seno»
- Questionario «Uniti contro il cancro del seno – Domande e risposte sulla sua situazione personale»

Modalità di ordinazione:

- telefono 0844 85 00 00 (tariffa locale)
- shop@legacancro.ch
- www.legacancro.ch
- Lega contro il cancro della sua regione

Editore Lega svizzera contro il cancro, Effingerstrasse 40, casella postale 8219, 3001 Berna, tel. 031 389 91 00, fax 031 389 91 60, info@legacancro.ch, www.legacancro.ch

Responsabile del progetto Regula Bernhard, direttrice del programma di prevenzione Cancro del seno, Lega svizzera contro il cancro

Supervisione Commissione di esperti Cancro del seno, Lega svizzera contro il cancro

Redazione Christina Müller, Bellinzona

Foto Claude Stahel, Zürich

Creazione 2C Communication GmbH, Forch

Stampa Stämpfli AG, Bern

Il presente opuscolo è disponibile anche in lingua albanese, francese, inglese, tedesca e serba/croata/bosniaca.

© 2009 Lega svizzera contro il cancro, Berna

LSC/8.09/8000 I/3408



lega contro il cancro

InfoMese Cancro del seno
www.legacancro.ch