



lega contro il cancro

**Un opuscolo
in un
linguaggio
facile**

Il cancro del seno

**Un opuscolo della Lega contro il cancro
per malati e familiari**

La Lega contro il cancro in Svizzera

Lega significa: Alcuni specialisti lavorano insieme.
E aiutano le persone.

Gli specialisti della Lega contro il cancro offrono aiuto alle persone malate di cancro.

La Lega contro il cancro è presente in tutte le località della Svizzera.

Lei può chiamare, gli specialisti La aiuteranno.

Non si deve pagare niente.

Trova i numeri di telefono da pagina 52 a pagina 56.

Nota sul maschile e il femminile

In questo testo scriviamo le parole al maschile. Ad esempio: dottore, ginecologo e specialista. Ma può essere una dottoressa, una ginecologa o una specialista.

Non vogliamo scrivere sempre: dottore e dottoressa.

La frase diventa troppo lunga e difficile.

D'altra parte, per parlare della persona con il cancro, diciamo: la paziente.

Perché? Perché il cancro del seno riguarda soprattutto le donne.

Trova parole difficili?

L'elenco delle parole difficili è a pagina 46

In questo opuscolo ci sono alcune parole difficili.

I medici usano spesso queste parole difficili.

Abbiamo sottolineato tutte queste parole.

Poi le spieghiamo alla fine dell'opuscolo.

Le parole sono in ordine alfabetico:

Dalla lettera A alla lettera Z.

Cosa c'è scritto in questo testo?

- 6 Introduzione
- 8 Che cosa è il cancro?
- 9 Che cosa è il cancro del seno?
- 10 Come si sviluppa il cancro?
- 11 Come si sviluppa il cancro del seno?
- 13 È colpa Sua se ha il cancro del seno?
- 15 Come viene ereditato il cancro del seno?
- 16 Che cosa può fare Lei?
- 18 Il controllo di prevenzione dal ginecologo
- 20 Il dottore fa questi esami di controllo
- 20 La mammografia
- 23 L'ecografia del seno
- 25 La risonanza magnetica
- 27 La biopsia
- 28 Quali altre cose può fare il dottore?
- 30 Come curare il cancro del seno?
- 30 L'operazione
- 32 Dopo l'operazione: la radio-terapia
- 33 La chemio-terapia
- 34 La terapia anti-ormonale

- 35 La terapia con farmaci mirati
- 36 La fisio-terapia
- 37 La sessualità e i bambini
- 38 Il reggi-seno e le protesi
- 39 Le emozioni
- 40 La consulenza psico-oncologica
- 41 La stanchezza
- 41 L'alimentazione
- 41 Il movimento
- 42 I controlli dopo le terapie
- 45 I gruppi di auto-aiuto
- 46 L'elenco delle parole difficili
- 52 La Lega contro il cancro in Svizzera
- 53 I numeri di telefono importanti
- 56 La Lega contro il cancro
- 56 La Linea cancro
- 56 Il Forum e la chat sul cancro
- 56 Cancer-line
- 56 La Linea stop tabacco

Introduzione

Cara lettrice!

Caro lettore!

Il dottore Le ha detto che Lei ha il cancro.

Oppure che il Suo partner o la Sua partner ha il cancro.

Oppure un'altra persona a cui Lei vuole bene ha il cancro.

Lei ha molte domande:

Perché viene il cancro?

È una malattia molto brutta?

Un malato di cancro può morire?

Che cosa può fare il dottore?

Il cancro del seno è una malattia frequente.

Frequente significa: Molte donne si ammalano di cancro del seno.

Anche gli uomini possono ammalarsi di cancro del seno. Questo è però molto raro.

Con questo opuscolo vogliamo aiutare le persone malate di cancro del seno.

Questo opuscolo spiega: Che cosa è il cancro del seno? Come si fa a capire se Lei ha il cancro del seno? Quando andare dal dottore? Cosa fare per non avere paura della malattia? Come può essere curata presto questa malattia? Come si può curare questa malattia? Curare è un'altra parola per: Far sparire una malattia.

Ha il cancro del seno? Ha paura? Non sa che cosa deve fare? Gli specialisti della Lega contro il cancro La possono aiutare. Può telefonare agli specialisti della Lega contro il cancro del Suo Cantone. Oppure agli specialisti della Linea cancro.

Trova tutti i numeri di telefono nelle ultime pagine di questo opuscolo dalla pagina 52 alla pagina 56.

La Lega contro il cancro Le augura ogni bene.

Che cosa è il cancro?

Il cancro è una malattia molto grave.

Tante persone hanno paura di questa malattia.

Questa malattia si chiama anche tumore maligno.

Tumore significa ingrossamento.

Maligno significa cattivo.

Maligno significa che il tumore può crescere in fretta e fa ammalare altri organi.

Gli organi sono le parti morbide dentro il nostro corpo. Anche la pelle è un organo.

Ci sono anche tumori benigni.

Questi non sono pericolosi.

I tumori possono crescere in tutto il corpo.

Per esempio nel seno. Oppure nell'intestino.

Oppure nei polmoni.

Possono venire ad ogni età:

Anche i bambini possono ammalarsi.

E anche gli anziani si ammalano spesso di cancro.

Oggi la maggior parte dei tipi di cancro può essere curata bene.

I malati possono guarire.

È importante che Lei vada presto dal dottore.

Nell'opuscolo si spiega come capire se si ha il cancro del seno.

E quando Lei deve andare dal dottore.

È importante prevenire.

Prevenire significa andare ogni anno dal dottore per un controllo: È tutto in ordine?

Lei ha un cancro?

Curarsi presto è importante se si vuole guarire.

Se non lo fa, Lei può anche morire di cancro.

Che cosa è il cancro del seno?

Il cancro del seno si chiama anche [carcinoma mammario](#).

Carcinoma è un'altra parola per dire tumore cattivo.

Mammario significa del seno.

Molte donne si ammalano di cancro del seno.

Anche gli uomini possono ammalarsi di cancro del seno.

Però questo è molto raro.

Chi ha il cancro del seno può anche morire.

Questo non significa che Lei morirà.

Se le donne vanno presto dal dottore, il cancro del seno può essere curato bene.

Il dottore capisce se è un cancro del seno all'inizio della malattia.

Se il tumore è ancora piccolo, può essere curato bene.

Oggi ci sono tante medicine per curare le donne che hanno un cancro del seno.

Se il tumore non può essere curato si formano le [metastasi](#).

Metastasi significa che il tumore si espande.

Le cellule malate vanno in altre parti del corpo.

Si formano nuovi tumori. Per esempio nel fegato. Oppure nei polmoni. Oppure nelle ossa.

Il dottore deve controllare in modo preciso.

Poi dice come curarsi.

Come si sviluppa il cancro?

L'uomo è fatto di tanti pezzi molto piccoli.

Questi piccoli pezzi si chiamano cellule.

Le cellule formano tutte le parti del corpo e tutti gli organi del corpo.

Gli organi del corpo sono ad esempio il cuore, i polmoni, lo stomaco.

Le cellule si riformano continuamente.

Qualche volta le cellule si ammalano.

E le cellule non crescono più nel modo giusto.

Le cellule malate diventano sempre di più.

Negli organi in cui ci sono cellule malate può crescere poi un tumore.

Come si sviluppa il cancro del seno?

Il seno è formato da cellule ghiandolari e cellule adipose.

Nelle cellule ghiandolari viene prodotto il latte per il bambino.

Nelle cellule adipose si deposita il grasso come riserva di energia.

Il seno cambia spesso durante la vita.

Il seno cresce quando una ragazza cresce.

Il seno cambia durante le mestruazioni della donna: diventa grande e poi di nuovo piccolo.

Le mestruazioni sono la perdita di sangue che una donna ha una volta al mese.

Il seno cambia quando una donna ha un bambino.

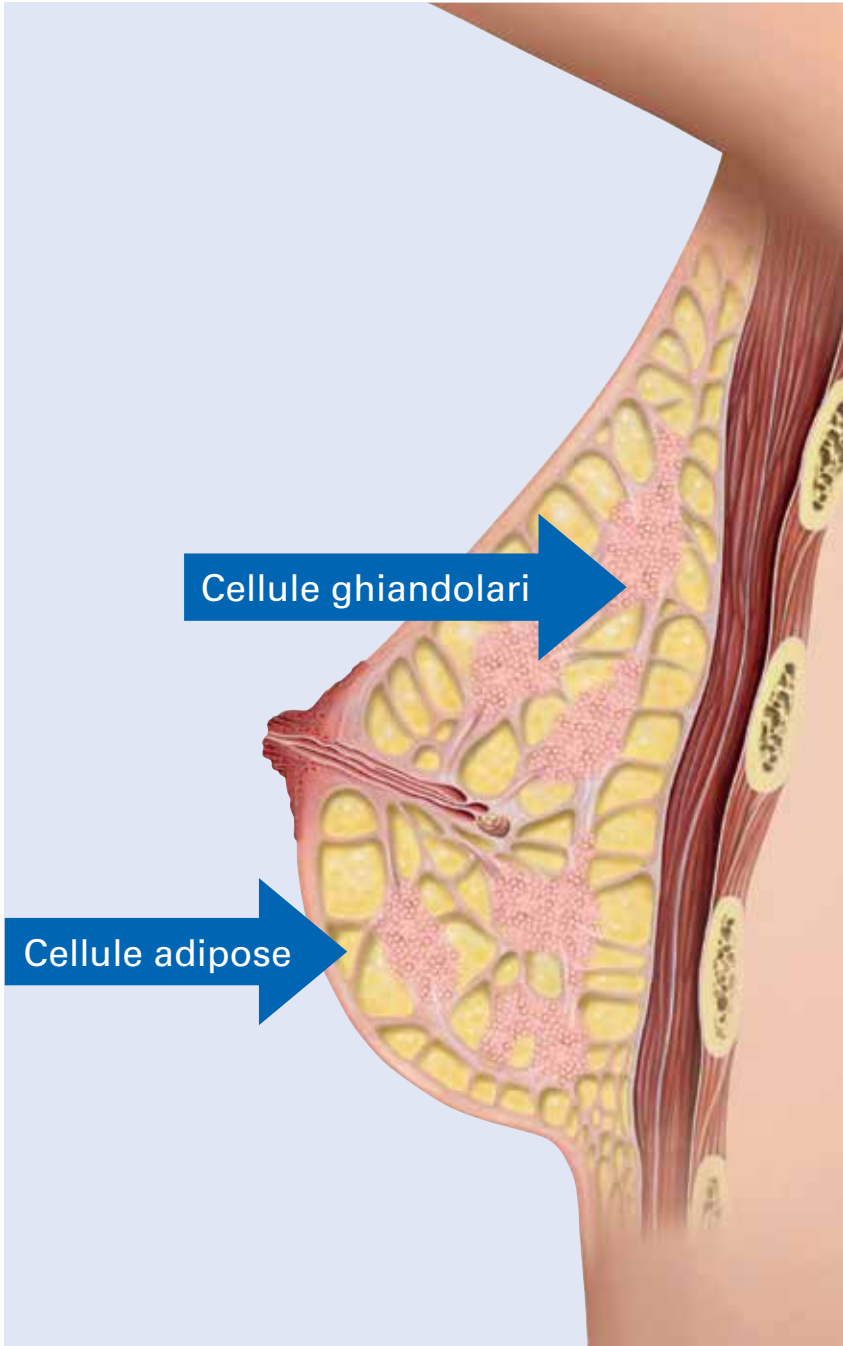
Il seno allora diventa più grosso per allattare il bambino.

Quando il bambino non beve più il latte dal seno, allora il seno diventa più piccolo.

Il seno cambia quando la donna prende la pillola anti-concezionale.

La pillola anti-concezionale serve alle donne che non vogliono avere un bambino.

Il seno cambia anche quando la donna diventa anziana e non ha più le mestruazioni.



Le cellule nelle ghiandole del seno ricevono il comando di crescere dagli ormoni.

Gli ormoni sono delle sostanze presenti nel sangue e trasportano un segnale.

Gli ormoni dicono alle cellule di crescere.

Dopo aver ricevuto il segnale di crescere, le cellule sane e le cellule malate crescono.

È colpa Sua se ha il cancro del seno?

No. Non è colpa Sua se Lei ha il cancro del seno.

Ogni persona può ammalarsi di cancro.

Ma per alcune persone il pericolo è più grande.

Le donne hanno spesso il cancro del seno.

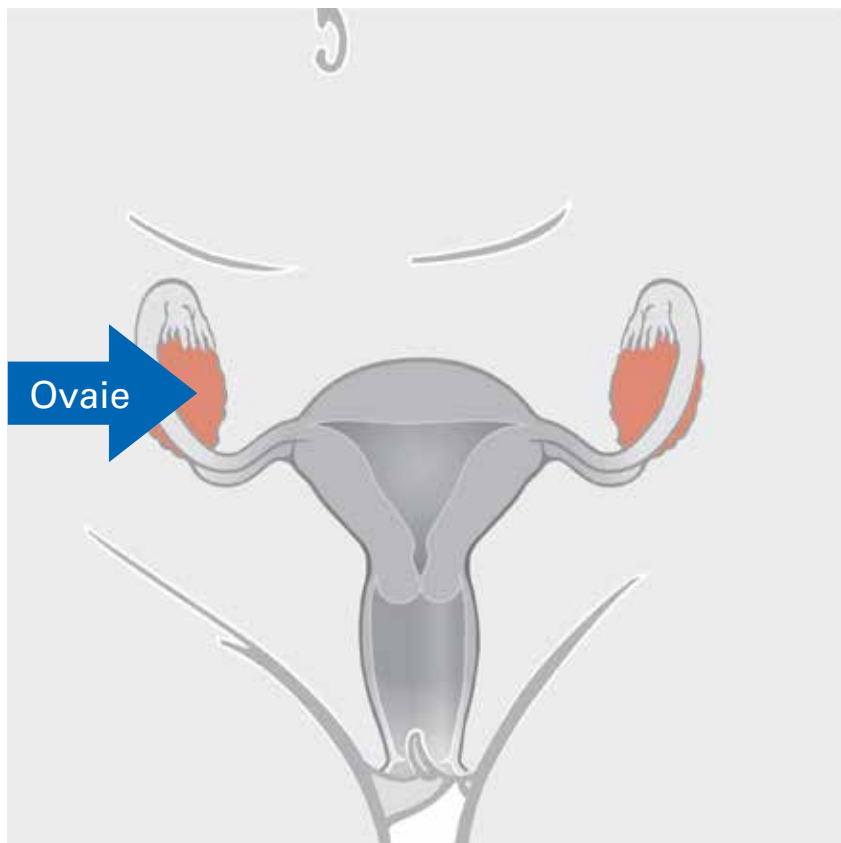
Gli uomini hanno il cancro del seno molto raramente.

Le donne anziane rischiano più delle donne giovani di avere il cancro del seno.

Le donne grasse rischiano più delle donne magre di avere il cancro del seno.

Le donne anziane qualche volta prendono medicine con ormoni. Queste medicine però a volte fanno sviluppare il cancro del seno.

Le donne che hanno già avuto un cancro del seno o un cancro delle ovaie rischiano di più di avere un cancro del seno.



Il rischio di avere un cancro del seno è maggiore se in famiglia altre donne hanno questa malattia. Se in una famiglia molti parenti hanno il cancro del seno, la malattia può essere ereditata. Che cosa significa ereditare è spiegato dopo.

Come viene ereditato il cancro del seno?

Da una cellula seme del papà e una cellula uovo della mamma è cresciuto un nuovo bambino. Quando il bambino nasce assomiglia un po' al suo papà e un po' alla sua mamma. Per esempio, ha gli occhi blu del papà e i capelli marroni della mamma.

Alcune piccolissime parti delle cellule sono responsabili di questa cosa.

Queste piccole parti si chiamano [geni](#).

I geni sono il progetto di costruzione di un uomo. Ogni persona ha il suo.

Solo i gemelli possono avere lo stesso progetto di costruzione.

I geni decidono quanto il bambino cresce.

Oppure se rimane piccolo.

Oppure se avrà gli occhi blu o marroni.

I geni trasmettono però anche le malattie del papà o della mamma.

Un dottore può fare degli esami di controllo.

Il dottore può dire se Lei ha un gene malato.

Questo non vuol dire che Lei si ammalerà.

Ma il pericolo è maggiore che in altre persone.

Se Lei ha un gene malato il dottore dice ogni quanto tempo Lei deve fare gli esami di prevenzione. Il ginecologo è il dottore delle donne. Il ginecologo può capire se Lei ha un cancro. E poi Lei può essere curata presto.

Che cosa può fare Lei?

Se il cancro è ancora molto piccolo è più facile da curare. È molto importante che il cancro venga scoperto all'inizio della malattia.

**Guardi con attenzione il Suo seno.
Vede dei cambiamenti?**

In questo caso faccia una croce sulla casella:

- Un seno ha un'altra forma rispetto all'altro.
- Un capezzolo sembra diverso dall'altro.
Il capezzolo è la parte scura al centro del seno.
- Ci sono punti duri nel seno.

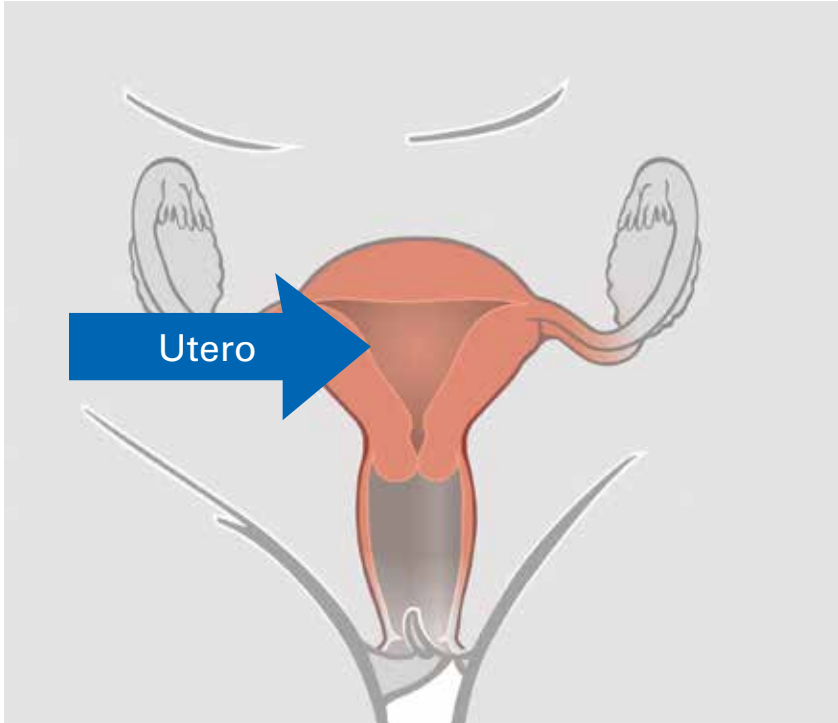
- Ci sono punti duri sotto le ascelle.
- Un seno è diventato all'improvviso più grande dell'altro.
- Ci sono macchie rosse sul seno che non vanno più via.
Sul seno ci sono parti gonfie oppure retrazioni della pelle.
Retrazioni significa pieghe.
- Dal capezzolo del Suo seno esce latte anche se Lei in questo periodo non dà il latte a un bambino.

Se Lei vede cambiamenti nel Suo seno deve andare dal dottore!

Io voglio chiedere questo:

Il controllo di prevenzione dal ginecologo

Una volta all'anno vada dal Suo ginecologo.
Il ginecologo controlla l'utero e le ovaie.



L'utero e le ovaie sono due organi all'interno del corpo delle donne.

Questi organi servono a una donna per avere un bambino.

Il ginecologo controlla se Lei ha il cancro.

Il ginecologo controlla il seno.

Il ginecologo parla con Lei.
Lei deve dire al ginecologo
che cosa ha visto sul Suo seno.
Il ginecologo fa poi un controllo e tocca il seno.



Se trova dei segnali di una malattia, il ginecologo
Le dice quali esami di controllo deve fare.
Il ginecologo chiede anche
se Lei prende medicine.
E quali malattie ha già avuto.
Il ginecologo deve sapere queste cose
per poter controllare bene.
E per dire come Lei può essere curata.

Il dottore fa questi esami di controllo

Se il Suo dottore pensa che:

- Lei ha un cancro.
- O Lei non ha un cancro.

Il dottore fa degli esami di controllo per essere sicuro.

Ci sono 4 esami importanti:

- La mammografia
- L'ecografia del seno
- La risonanza magnetica
- La biopsia

La mammografia

La [mammografia](#) è un esame di controllo per la prevenzione.

È una foto speciale a [raggi X](#) del seno.

Viene fatta con una macchina per la [radiografia](#).



La macchina per la radiografia può vedere attraverso la Sua pelle.

Il [radiologo](#) guarda poi la foto e vede come è fatto dentro il Suo seno.

Il radiologo è il dottore per le radiografie.

Come viene fatta una mammografia?

La mammografia viene fatta da un tecnico di radiologia.

Lei si deve appoggiare alla macchina per la radiografia.

Il tecnico di radiologia mette un piatto di plastica sotto un lato del Suo seno.

Poi mette un piatto di plastica sopra il seno.
Il tecnico di radiologia schiaccia il seno
fino a farlo diventare piatto.

Questo può fare male.

Il tecnico di radiologia fa due foto del seno
e poi fa anche due foto dell'altro seno.



Il radiologo guarda bene tutte le foto.
Così può vedere se ci sono parti malate
nel Suo seno.

Quando decide il dottore di fare una mammografia?

Se il dottore vede dei segni di malattia durante il controllo, allora Lei deve fare una mammografia. Se nella Sua famiglia ci sono tanti parenti che hanno il cancro del seno, il dottore dice ogni quanto tempo Lei deve fare la mammografia. Anche se Lei non ha nessun segno di malattia e ha 50 anni o di più, il dottore dice quante volte Lei deve fare la mammografia. Se Lei ha già avuto il cancro del seno, il dottore fa una visita e controlla se tutte le cellule malate sono sparite.

L'ecografia del seno

Il dottore può fare anche un'altra visita di controllo: [l'ecografia del seno](#). Il dottore fa il controllo con una macchina a [ultra-suoni](#). Con gli ultra-suoni il dottore riesce a vedere l'interno del corpo.

Questo è quello che fa il dottore

Durante la visita il dottore spalma una crema sul Suo seno.

Il dottore ha in mano un piccolo attrezzo.



L'attrezzo si chiama sonda.

La sonda è collegata al computer.

Il dottore passa la sonda sul seno.

Sullo schermo riesce a vedere se ci sono punti malati nel Suo seno.

Qualche volta il dottore deve fare altri esami di controllo.

Per capire se Lei deve essere operata.

Il dottore deve sapere molto bene dove è il tumore e quanto è grande.

Deve sapere anche se c'è un solo tumore grande o se ci sono tanti piccoli tumori.

La risonanza magnetica

Per questo esame c'è una macchina speciale. La macchina si chiama [tomografo per la risonanza magnetica](#).

Questa parola è molto lunga. Per questo le persone la chiamano MRT.

Lei si deve sdraiare su un lettino che poi entrerà in un tubo.

Poi vengono fatte delle foto speciali.



Le foto mostrano molto bene come è fatto dentro il Suo seno.

Questo esame non fa male.
Non deve avere paura.
Il dottore Le spiega tutto.

Se non capisce qualcosa chieda al Suo dottore.
Quando il dottore ha fatto tutte le foto del Suo seno, sa se Lei ha un tumore oppure no.
Il dottore però non sa ancora se è un tumore benigno o un tumore maligno.

Io voglio chiedere questo:

La biopsia

Il dottore fa questo esame:

- Se ha visto delle cellule malate nel Suo seno.
- Se il dottore pensa che Lei ha un tumore.

Adesso il dottore deve controllare se nel tumore ci sono cellule malate benigne oppure maligne.

Per questo il dottore fa una [biopsia](#).

Durante la biopsia il dottore punge con un ago nel punto malato del Suo seno.

L'ago assomiglia a una siringa.

Il dottore anestetizza la parte dove deve pungere.

Anestetizzare significa far addormentare una parte del corpo con una medicina.

Il dottore aspira le cellule malate.

Questo significa che tira fuori le cellule malate.

Le cellule vengono poi guardate molto bene in laboratorio.

Dopo il dottore sa se il tumore è benigno o è maligno.

E sa anche quanto è pericoloso il tumore.

Però l'esame non è pericoloso.

E non fa male.

Dopo questo esame di controllo il dottore sa se Lei ha il cancro del seno.

Quali altre cose può fare il dottore?

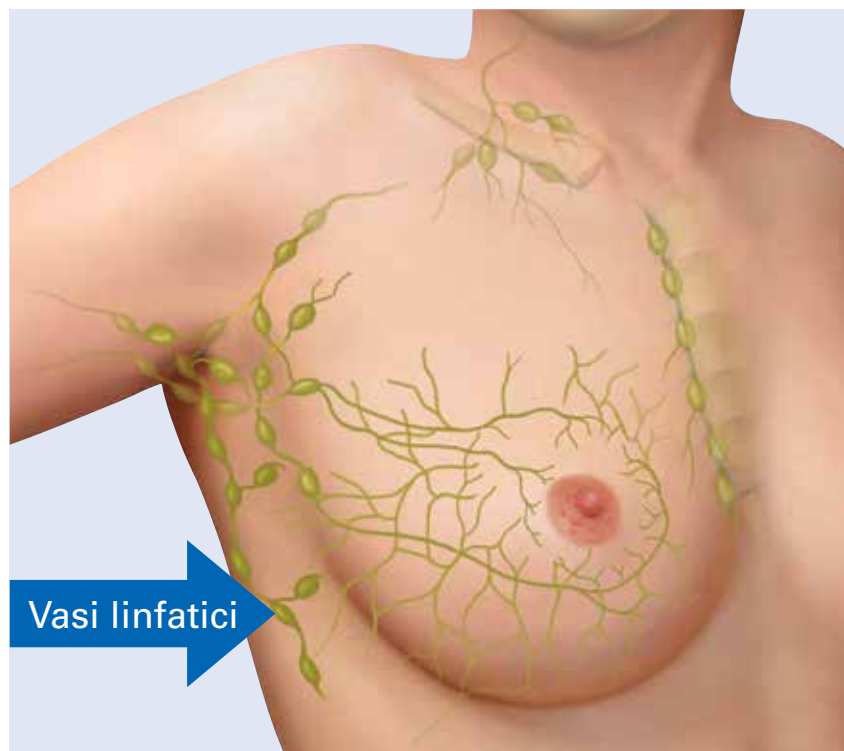
Adesso si deve controllare se ci sono cellule malate di cancro in altre parti del Suo corpo.

Le cellule malate possono passare attraverso il sangue e attraverso la [linfa](#).

La linfa è un liquido che scorre nel corpo attraverso dei canali.

Questi canali si chiamano vasi linfatici.

Il sangue scorre nei vasi sanguigni.



I vasi sanguigni si chiamano vene e arterie.
La linfa o il sangue possono trasportare le cellule malate negli altri organi.
Le cellule malate possono arrivare fino alle ossa.
O ai polmoni.
O al fegato.
Lì può formarsi poi un tumore.
Questo nuovo tumore si chiama metastasi.
Per questo il dottore controlla questi organi.
Il dottore fa la radiografia ai polmoni.
E fa un'ecografia del fegato.
Qualche volta il dottore fa anche una [tomografia con il computer](#).
Con la tomografia con il computer il dottore guarda i polmoni oppure il fegato oppure le ossa.

Quando tutte le visite mediche sono finite, il dottore sa quanto è grave la Sua malattia.
Il dottore sa quanto è grande il tumore.
Il dottore sa se il cancro è solo nel seno o è già in altri organi.
Il dottore Le spiega i risultati degli esami di controllo. Questo è un Suo diritto.
Se non capisce qualcosa, chieda al dottore.
Il dottore Le spiega come Lei deve essere curata.

Come curare il cancro del seno?

Per il cancro del seno, si deve quasi sempre fare un'operazione.

E dopo l'operazione è quasi sempre necessario fare altre terapie.

Terapia significa cura.

Ci sono 5 tipi di terapie:

- L'operazione
- La radio-terapia
- La chemio-terapia
- La terapia anti-ormonale
- La terapia con medicinali mirati

L'operazione

Se il tumore è ancora molto piccolo, allora anche l'operazione è piccola.

Solo il tumore viene tolto dal seno.

Il seno rimane.

Qualche volta però deve essere tolto anche tutto il seno.

Per esempio quando il seno è molto piccolo.

Oppure quando il tumore è troppo grande.

In questi casi l'operazione causa una grande cicatrice dove si chiude la pelle.

Dopo l'operazione,
il seno viene curato con dei raggi,
per non fare crescere cellule con il cancro.

Questo significa
che Lei deve fare una [radio-terapia](#).
Lei forse deve fare anche altre terapie.



Quando sarà guarita, Lei riceverà delle [protesi](#)
per il Suo reggi-seno.

Così non si vedrà nessuna differenza
rispetto a prima dell'operazione.

Qualche volta il seno può essere ricostruito.
Chieda al dottore se nel Suo caso si può fare.

Dopo l'operazione: la radio-terapia

Per la [radio-terapia](#) si usa una macchina speciale.

Con dei raggi speciali
vengono distrutte le cellule malate
nella parte del seno dove c'era il tumore.

Questo deve essere fatto con molta attenzione
per proteggere le cellule sane.

Chieda al Suo dottore che cosa deve fare,
quando fa una radio-terapia.

Il dottore o il radiologo

Le devono spiegare tutto bene.



La chemio-terapia

Dopo l'operazione non ci dovrebbero più essere cellule malate di cancro.

Per esser sicuri il dottore Le dice di fare una chemio-terapia.

Lei riceve medicine molto forti.

L'infermiere Le dà le medicine attraverso una infusione.

Durante l'infusione l'infermiere punge il braccio con una siringa.

Alla siringa viene collegato un tubo sottile.

La medicina passa nel tubo e va nel corpo.

La medicina uccide le cellule malate di cancro.

A causa della medicina possono cadere i capelli.

Può avere la nausea.

La bocca può diventare secca e può fare male.

La terapia dura alcuni mesi.

Dopo la terapia i problemi spariscono.

Parli con il Suo dottore di questi problemi.

Lui La può aiutare.

Il dottore dice quanto durano i Suoi problemi.

Dopo la terapia i problemi spariscono.

La terapia dura alcuni mesi.

A volte la terapia deve essere ripetuta una seconda volta.

La terapia anti-ormonale

La terapia anti-ormonale fa in modo che il cancro non torni dopo aver fatto l'operazione e dopo le terapie.

Lei riceve delle pastiglie.

Queste pastiglie si sopportano meglio della chemioterapia.

La terapia però dura di più.

Lei deve prendere queste medicine per alcuni anni.

Chieda al Suo dottore.

Lui Le spiega tutto.

Con queste medicine Lei può avere all'improvviso molto caldo.

E può sudare molto.

Parli con il Suo dottore.

Lui La può aiutare.

Io voglio chiedere questo:

La terapia con farmaci mirati

La terapia con [farmaci mirati](#) fa in modo che il cancro non torni dopo aver fatto l'operazione.

Il Suo dottore Le dice di prendere delle medicine. Queste medicine si chiamano farmaci mirati.

Le medicine distruggono le cellule malate di cancro.

Così non crescono le nuove cellule del cancro. Le medicine possono causare pelle secca o prurito.

Oppure Le fanno male la punta delle dita delle mani o la punta delle dita dei piedi.

Parli con il Suo dottore.

Lui La può aiutare.

Dopo la terapia i problemi vanno via.

Il dottore Le dice quanto tempo durano i Suoi problemi.

La terapia dura molto tempo.

A volte la terapia deve essere ripetuta ancora una volta.

La fisio-terapia

Lei deve fare esercizi

con il braccio della parte operata.

Se Lei è stata operata al seno destro,

deve fare ginnastica con il braccio destro.

Il fisio-terapista è specializzato

in esercizi di movimento.

Il fisio-terapista Le mostra quali esercizi fare.

Il giorno dopo l'operazione deve cominciare

a fare gli esercizi.

Qualche volta succede che il braccio della parte operata diventa grosso.

Parli con il Suo dottore.

Lui La può aiutare.

Io voglio chiedere questo:

La sessualità e i bambini

Con il cancro del seno non si può prendere la pillola anti-concezionale.

La pillola anti-concezionale serve per non avere bambini.

Se Lei non prende più la pillola e fa sesso con un uomo può rimanere incinta.

Se Lei non vuole avere bambini deve parlare con il Suo dottore.

Il dottore Le spiegherà cosa fare per non rimanere incinta.

Numero importante

Linea cancro: **0800 11 88 11**

Se Lei ha delle domande, chiami la Linea cancro.

Lo specialista al telefono può rispondere al telefono alle Sue domande sul cancro.

Oppure Le può dire chi La può aiutare.

La chiamata è gratuita.

Il reggi-seno e le protesi

Se è stato tolto tutto il seno
il dottore Le dà una ricetta
per andare in un negozio di articoli sanitari.
Nel negozio di articoli sanitari
Lei riceve un reggi-seno speciale
e riceve un piccolo cuscino morbido.



Il cuscino è da mettere nel reggi-seno.
Quando Lei è vestita, il Suo seno sembra uguale
a prima dell'operazione.
Quando tutto è guarito bene, Lei può ricevere
un'altra protesi di un materiale morbido
per esempio di silicone.



La protesi è un seno finto.

Ci sono anche costumi da bagno per le donne operate al cancro del seno.

Questi costumi da bagno hanno dei cuscini speciali per la parte del seno che manca.

La cassa malati o l'assicurazione per l'invalidità Le danno i soldi per comprare queste cose.

Le emozioni

Qualche volta prima dell'operazione o durante le terapie, le donne malate di cancro del seno sono tristi e hanno paura.

Parli di questo con il Suo dottore.

Lui La può aiutare.

Oppure Le consiglia di andare per una consulenza da uno [psico-oncologo](#).

La consulenza psico-oncologica

Fino ad ora Lei è stata curata da diversi specialisti.
Per esempio dal Suo medico di famiglia
e dal Suo ginecologo.

L'operazione è stata fatta in ospedale
da un ginecologo.

O da un [chirurgo](#).

Il radiologo fa la radio-terapia e la radiografia.

I terapeuti sono specialisti che curano i pazienti.

Lo psico-oncologo La aiuta se Lei ha paura
ed è triste.

Lui è specializzato nei problemi della psiche.

Un'altra parola per dire psiche è anima.

Questo specialista sa bene come si sente
una paziente con un cancro del seno.

Parli insieme a Lui della Sua paura.

Se Lei lo vuole, lo specialista parla anche
con la Sua famiglia.

La stanchezza

Qualche volta, dopo la terapia
le donne sono molto stanche.
Vorrebbero dormire tutto il giorno.
Spesso vogliono sdraiarsi
e non vogliono più uscire di casa.
Parli anche di questo con il Suo dottore.

L'alimentazione

Non esiste una dieta contro il cancro
per le persone operate di cancro.
Un'alimentazione sana è importante.
Mangi ogni giorno frutta e verdura.
Lei non ha fame?
Parli anche di questo con il Suo dottore.
Lui La può aiutare.

Il movimento

Lo sport fa molto bene anche dopo essere stati
operati di cancro del seno.
Lei dovrebbe camminare spesso.
Oppure fare ginnastica.

Oppure andare in bicicletta.
Oppure andare a nuotare.
Il movimento in acqua fa molto bene.
Il braccio dalla parte operata
non diventa grosso.
Lo sport deve farla divertire.
Lo sport non deve farle male.
La Lega contro il cancro ha gli indirizzi
dei gruppi che fanno sport.
Chieda agli specialisti della Lega contro il
cancro o della Linea cancro.
Trova i numeri di telefono nelle ultime pagine
di questo opuscolo.

I controlli dopo le terapie

Quando sono finite tutte le terapie,
bisogna fare altri controlli.
Fare i controlli dopo la terapia significa
continuare a fare controlli regolari.
Il dottore controlla se Lei sta bene.
E che non si sia formato un nuovo tumore.
I controlli vengono fatti per 5 anni
dopo l'operazione.
Il dottore parla con Lei e Le chiede come sta.
Controlla la parte operata.

E il secondo seno.

I controlli dopo la terapia sono regolari.

Il dottore Le dirà ogni quanto tempo

Lei deve andare a fare i controlli.

Guardi con attenzione il Suo seno.



Così come aveva fatto prima dell'operazione.

Se c'è qualcosa di diverso nel seno,

Lei deve andare subito dal Suo ginecologo.

Lei deve anche dire al Suo dottore

se ha altri problemi di salute.

Per esempio se ha male alle ossa.

Oppure se dimagrisce molto.

Oppure se la Sua pelle diventa gialla o rossa.

Oppure se Le fa male la pancia.
Oppure se non riesce a respirare bene.
A volte il cancro ritorna.
Il dottore Le dice che Lei ha una [recidiva](#).
Una recidiva è un nuovo tumore.
Il nuovo tumore si forma
se nel Suo corpo c'erano ancora cellule malate.
Il dottore Le dice come può curarsi.
Se Lei ha una recidiva
non significa che deve morire.
Oggi ci sono buone medicine.
Queste medicine La possono aiutare.

Ricordi sempre:
Il cancro può essere curato.
Per questo Lei ha bisogno di aiuto.
Se Lei viene aiutata all'inizio della malattia,
la malattia può essere curata meglio.

I gruppi di auto-aiuto

Ci sono molti gruppi per le donne che hanno il cancro del seno.

Lì le donne parlano della loro malattia.

Raccontano come vivono con la loro malattia.

E come si curano.

Dicono quando sono tristi

o quando hanno paura.

Tutte sono felici quando guariscono.

Chieda dei gruppi di auto-aiuto al Suo dottore oppure agli specialisti della Linea cancro:

0800 11 88 11.

La chiamata è gratuita.

Io voglio chiedere questo:

L'elenco delle parole difficili

Benigno

Buono.

Un tumore benigno è in un solo organo.

Biopsia

Il dottore prende le cellule da una parte malata del corpo e le fa analizzare in laboratorio.

Poi il dottore vede se le cellule della parte malata sono benigne o maligne.

Così il dottore capisce se il tumore è pericoloso.

Cancro

Tumore maligno.

Carcinoma

Tumore maligno.

Il dottore lo chiama anche cancro.

Carcinoma mammario

Cancro del seno.

Chemio-terapia

Medicine contro il cancro. Si ricevono per infusione e sono molto forti.

Queste medicine uccidono le cellule del cancro.
Uccidono però anche altre cellule,
per esempio nello stomaco.

Chirurgo

Un dottore che opera le persone.

Ecografia del seno

Ultra-suono del seno. Si controlla il seno usando
dei suoni che le persone non sentono.
È possibile vedere l'interno del corpo.
Questi suoni si chiamano ultra-suoni.

Geni

I geni sono delle piccole parti nelle cellule.
Sono i geni che decidono per esempio se una
persona ha gli occhi blu o gli occhi marroni.
Oppure se una persona è alta o è bassa.

Infusione

Una medicina viene fatta entrare nella vena
con un piccolo tubo.
In questo modo la medicina entra subito nel corpo.

Linfa

Le persone hanno altri liquidi nel corpo
e non solo il sangue.

La linfa è un liquido del corpo.
Questo liquido trasporta le sostanze nutritive verso gli organi e da lì porta via lo sporco.

Maligno

Cattivo.

Un tumore maligno va anche in altri organi.
Se non viene curata dai dottori, la malattia finisce con la morte.

Mammo- e mammario

Significa: Del seno.

Mammografia

Esame con radiografia del seno.

Metastasi

Cellule figlie.

Cellule del cancro che si muovono con il sangue.

Oppure con la linfa verso altri organi.

In questi organi si formano nuovi tumori.

I dottori dicono che il tumore si espande.

Medicamenti mirati

Queste sono medicine per il cancro.

Bloccano la crescita del tumore.

Ormoni

È una sostanza nel sangue e porta un segnale.

Gli ormoni si formano in alcuni organi del corpo, per esempio nelle ovaie.

Loro danno il segnale, per esempio quando il seno di una ragazza deve crescere.

Protesi

È un seno finto che si può mettere dopo un'operazione di cancro del seno.

E quando viene tolto tutto il seno con una operazione.

Le protesi sono di plastica oppure di silicone. Vengono messe nel reggi-seno.

Le protesi si comprano nel negozio dei prodotti sanitari.

Psico-oncologo

Uno psico-oncologo è uno specialista per la psiche. Alcune persone chiamano la psiche anima. Le pazienti che sono molto tristi o che hanno paura vanno da uno psico-oncologo.

Radiologo

È un dottore che lavora con i raggi X, MRT e TC.

Radio-terapia, terapia con i raggi

Le cellule malate vengono uccise con potenti raggi.

Raggi X, radiografia

Tutto il corpo oppure alcune parti del corpo vengono guardate

con una macchina speciale.

I raggi sono capaci di fare una foto dell'interno del corpo.

Così il dottore può vedere se un osso è rotto.

Oppure se la persona ha il cancro.

Recidiva

Un tumore che è già stato curato una volta e che però ritorna.

Tomografia con il computer

Speciale controllo con i raggi.

Così i dottori vedono meglio il cancro rispetto a una radiografia.

I dottori chiamano la tomografia anche TC.

Tomografo per la risonanza magnetica

Con delle potenti calamite
si può vedere dentro il corpo.

Le calamite sono capaci di attirare materiali
come il ferro.

Il dottore lo chiama anche MRT oppure MRI.

Tumore

Cellule malate che crescono in un organo.

Il tumore può essere benigno oppure maligno.

Questo lo deve controllare il dottore.

Ultra-suoni

Suoni che le persone non possono sentire.

Con la macchina a ultra-suoni si può guardare
all'interno del corpo.

La Lega contro il cancro in Svizzera

Lei ha domande sulla cassa malati?

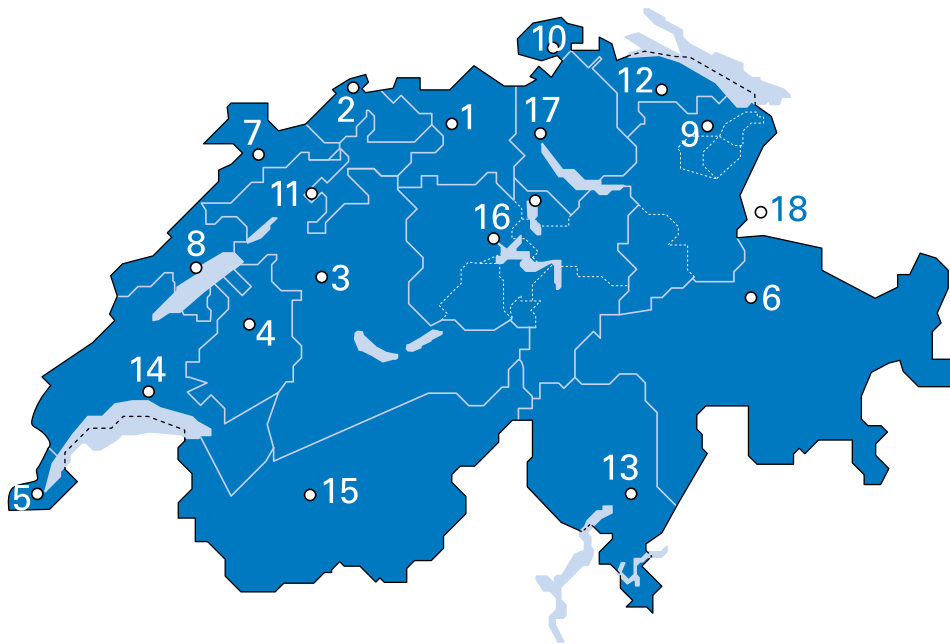
Le serve aiuto per compilare i moduli?

Lei cerca un terapeuta oppure un terapista?

Chieda agli specialisti della Lega contro il cancro.

Oppure agli specialisti della Linea cancro.

Gli specialisti La possono aiutare.



I numeri di telefono importanti

- 1 Lega contro il cancro di Argovia**
Tel. [062 834 75 75](tel:0628347575)
www.krebsliga-aargau.ch
- 2 Lega contro il cancro del Cantone Basilea Città e del Cantone Basilea Campagna**
Tel. [061 319 99 88](tel:0613199988)
www.klbb.ch
- 3 Lega bernese contro il cancro – Cantone di Berna**
Tel. [031 313 24 24](tel:0313132424)
www.bernischekrebsliga.ch
- 4 Lega contro il cancro del Cantone Friburgo**
Tel. [026 426 02 90](tel:0264260290)
www.liguecancer-fr.ch
- 5 Lega ginevrina contro il cancro – Cantone di Ginevra**
Tel. [022 322 13 33](tel:0223221333)
www.lgc.ch
- 6 Lega contro il cancro del Cantone dei Grigioni**
Tel. [081 300 50 90](tel:0813005090)
www.krebsliga-gr.ch

- 7 Lega contro il cancro del Giura**
Tel. [032 422 20 30](tel:0324222030)
www.liguecancer-ju.ch
- 8 Lega contro il cancro di Neuchâtel**
Tel. [032 886 85 90](tel:0328868590)
www.liguecancer-ne.ch
- 9 Lega contro il cancro della Svizzera orientale.
Cantoni San Gallo, Appenzello Esterno,
Appenzello Interno, Glarona**
Tel. [071 242 70 00](tel:0712427000)
www.krebsligaostschweiz.ch
- 10 Lega contro il cancro del Canton Sciaffusa**
Tel. [052 741 45 45](tel:0527414545)
www.krebsliga-sh.ch
- 11 Lega contro il cancro di Soletta**
Tel. [032 628 68 10](tel:0326286810)
www.krebsliga-so.ch
- 12 Lega contro il cancro di Turgovia –
Canton Turgovia**
Tel. [071 626 70 00](tel:0716267000)
www.tgkl.ch
- 13 Lega ticinese contro il cancro – Canton Ticino**
Tel. [091 820 64 20](tel:0918206420)
www.legacancro-ti.ch

14 Lega contro il cancro di Vaud

Tel. [021 623 11 11](tel:0216231111)

www.lvc.ch

**15 Lega contro il cancro del Vallese –
assistenza in lingua tedesca**

Tel. [027 604 35 41](tel:0276043541)

www.krebsliga-wallis.ch

oppure

**Lega vallesana contro il cancro –
assistenza in lingua francese**

Tel. [027 322 99 74](tel:0273229974)

www.lvcc.ch

**16 Lega contro il cancro della Svizzera centrale.
Cantone di Lucerna, Obvaldo, Nidvaldo,
Svitto, Uri, Zugo**

Tel. [041 210 25 50](tel:0412102550)

www.krebsliga.info

17 Lega contro il cancro di Zurigo

Tel. [044 388 55 00](tel:0443885500)

www.krebsligazuerich.ch

18 Aiuto contro il cancro del Liechtenstein

Tel. [00423 233 18 45](tel:004232331845)

www.krebshilfe.li

La Lega contro il cancro

La Linea cancro 0800 11 88 11

Aperto da lunedì a venerdì,
dalle ore 9 alle ore 19.

Le telefonate sono gratuite.

E-mail: helpline@legacancro.ch

Il forum e la chat sul cancro

Forum sul cancro www.forumcancro.ch

Cancer-line

www.legacancro.ch/cancerline

I bambini, i ragazzi e gli adulti
possono parlare con una specialista.

La linea stop tabacco

Telefono 0848 000 181

La telefonata costa fino a 8 centesimi al minuto.

Da lunedì a venerdì, dalle ore 11 alle ore 19.

Grazie

La Lega svizzera contro il cancro ringrazia la Sächsische Krebs-Gesellschaft e.V. Questa associazione è una Lega contro il cancro della Germania.

E ha scritto un opuscolo sul cancro del seno. La Sächsische Krebs-Gesellschaft ci ha dato i testi per il nostro opuscolo. Noi vogliamo ringraziarla.

Chi ha scritto l'opuscolo in tedesco?

Susanne Briest, Claudia Winkelmann,
Alexandra Meyer, Ursula G. Froster

Autore dell'opuscolo in linguaggio facile in tedesco:

**Brust-Krebs – Ein Patientenheft in leichter
Sprache**

Marion Michel

Chi ha fatto questo opuscolo?

Lega svizzera contro il cancro
Effingerstrasse 40, casella postale, 3001 Berna
Telefono 031 389 91 00
info@legacancro.ch, www.legacancro.ch

Redazione in tedesco

per la Lega svizzera contro il cancro

Regula Schär, responsabile pubblicazioni,
Lega svizzera contro il cancro, Berna

Traduzione in italiano

Lorenzo Terzi, specialista pubblicazioni,
Lega svizzera contro il cancro, Berna

Revisione del testo in italiano e lettura di prova

okay – ufficio per un linguaggio facile,
Lebenshilfe Onlus, Bolzano – Italia

Immagini, illustrazioni:

pp. 13, 31: Frank Geisler, Berlino

pp. 16, 21: Willi R. Hess, Berna

p. 24: Fotolia

pp. 25, 27, 29, 50, 67: Shutterstock

p. 35: per gentile concessione di Anita Care

p. 37: Urs Flury, Ospedale universitario
di Basilea

pp. 44, 45: per gentile concessione di Tytex A/S

Impaginazione e grafica:

Wassmer Graphic Design, Zäziwil

Stampa: Ast & Fischer AG, Wabern

Qui può ordinare gli opuscoli:

www.legacancro.ch/opuscoli

Telefono: 0844 85 00 00

Dal lunedì al venerdì.

La telefonata costa 7 centesimi al minuto.



**Lei può leggere questo opuscolo
anche in tedesco e in francese.**

Questo opuscolo l'ha ricevuto dalla Lega contro il cancro.
Nell'opuscolo trova il numero di telefono
della Lega contro il cancro più vicina a Lei.