

Dopo la diagnosi di cancro del seno

After a diagnosis of Breast Cancer



Scoprire che hai il cancro del seno può lasciarti scioccata, turbata, in ansia o confusa. Sono reazioni normali. Potrebbe esserti d'aiuto discutere delle opzioni terapeutiche disponibili con il medico, i parenti e gli amici. Reperisci tutte le informazioni che ritieni necessarie. Spetta a te decidere quanto vuoi essere coinvolta nelle decisioni riguardanti il trattamento.

Quello del seno è il secondo cancro più diffuso tra le donne australiane dopo il tumore della pelle. Ogni anno in Australia è diagnosticato in oltre 12.000 donne. Benché sia raro, il cancro del seno può colpire anche gli uomini.

Nelle prime fasi della malattia, il trattamento del cancro del seno è efficace e il tumore nella maggior parte delle donne non si ripresenta dopo il trattamento.

Come è trattato il cancro del seno?

Potrebbero essere coinvolti diversi professionisti sanitari nel fornirti l'assistenza e i trattamenti richiesti. Il tipo di trattamento varia a seconda della tua situazione e del tipo di cancro del seno di cui soffri. Il trattamento ideale per una donna può non essere indicato in un'altra.

Quasi tutti i trattamenti comportano effetti indesiderati, ma la maggior parte è gestibile in modo efficace. Chiedi al medico di spiegarti quali effetti indesiderati sono previsti e come gestirli al meglio.

La terapia chirurgica può consistere in un intervento conservativo del seno o nella mastectomia. Nel primo caso si rimuovono il cancro del seno e una zona limitata di tessuto sano circostante. Questa procedura è anche detta lumpectomia, escissione locale ampia o escissione locale completa. Nella maggior parte delle donne cui viene diagnosticato il cancro del seno l'intervento conservativo in abbinamento alla radioterapia è altrettanto efficace della mastectomia.

Nella mastectomia l'intero seno affetto da cancro viene rimosso. Se stai prendendo in considerazione la ricostruzione del seno devi discuterne con il medico prima dell'intervento chirurgico.

Nella maggior parte dei casi la chirurgia mammaria prevede anche la rimozione di uno o più linfonodi nell'ascella per stabilire se le cellule tumorali si sono diffuse.

La radioterapia utilizza raggi-x per distruggere le cellule del cancro che dovessero rimanere nel seno o nel tessuto mammario dopo l'intervento chirurgico. Benché il trattamento di per sé sia indolore, successivamente potresti sentire dolore o fastidio. La radioterapia non ti renderà radioattiva e non causa la perdita dei capelli. Solitamente è somministrata per cinque - sei settimane. La radioterapia può altresì ridurre le dimensioni del cancro e alleviare il dolore o altri sintomi.

La chemioterapia utilizza medicinali anti-tumorali per distruggere le cellule del cancro che dovessero essersi diffuse ad altre zone del corpo ma che non sono individuabili. Alcuni farmaci chemioterapici sono somministrati in forma di compressa, altri sono iniettati in vena nel braccio o nella mano. La chemioterapia riduce le possibilità che il cancro ritorni. Può essere abbinata all'intervento chirurgico e alla radioterapia.

La terapia ormonale può essere somministrata se le cellule del cancro presentano recettori ormonali. Può contribuire a distruggere le cellule del cancro del seno rimaste, o altre cellule tumorali che dovessero essersi diffuse ad altre zone del corpo ma che non sono individuabili.

La terapia ormonale può essere abbinata all'intervento chirurgico, alla radioterapia e chemioterapia.

La dietoterapia, ovvero il seguire un'alimentazione sana che comprenda una varietà di alimenti, garantisce che l'organismo abbia gli elementi necessari per far fronte al trattamento e alla convalescenza. È importante discutere della tua alimentazione con il dietologo e il medico.

La terapia dell'esercizio fisico può migliorare la convalescenza dal cancro. La ricerca ha dimostrato che l'attività fisica regolare è di beneficio e può ridurre gli effetti indesiderati quali lo spossamento. Rivolgiti al fisioterapista o all'operatore specializzato in fisiologia dell'esercizio e al medico.

E per quanto riguarda il benessere fisico ed emotivo?

- Non avere timore di chiedere assistenza professionale e appoggio emotivo.
- Prendi in considerazione l'idea di partecipare a un gruppo di appoggio per i malati di cancro.
- Impara a ignorare i consigli indesiderati e le "storie dell'orrore".
- Vivi giorno per giorno e ricorda che è probabile che ogni giorno sia diverso.

Le terapie complementari in abbinamento a trattamenti medici possono essere efficaci ed è stato dimostrato che alcune migliorano la qualità della vita o riducono il dolore. Non vi sono prove che queste terapie possano curare o prevenire il cancro. È importante ricordare che alcune non sono state testate per gli effetti indesiderati, potrebbero vanificare l'azione di altri trattamenti medici e potrebbero essere costose. Informa il medico di tutte le terapie complementari cui intendi ricorrere.

Non dimenticare, in caso di preoccupazioni o domande, di rivolgerti al medico.

Dove trovo informazioni affidabili?

Helpline del Cancer Council 13 11 20

Informazioni e assistenza per te e i tuoi parenti al costo di una telefonata locale da qualsiasi località in Australia.

Sito web del Cancer Council

(con collegamenti ai Cancer Council dei singoli stati e territori)

www.cancer.org.au

National Breast and Ovarian Cancer Centre

www.nbocc.org.au

Breast Cancer Network Australia

1800 500 258

www.bcna.org.au

Cancer Council Australia ringrazia il National Breast and

Ovarian Cancer Centre per il contributo dato alla preparazione di questa scheda informativa.

Servizio di traduzione e interpretariato 13 14 50