



Uniti contro il cancro del seno

Domande principali e risposte

Un'informazione della Lega
contro il cancro



SOMMARIO

Rischio di cancro del seno	3
La mammografia	7
Che cosa posso fare personalmente?	11
Indirizzi utili	15
Informazioni complementari	18

RISCHIO DI CANCRO DEL SENO

Qual è la frequenza del cancro del seno?

Nelle donne il cancro del seno è la malattia oncologica più frequente. Ogni anno in Svizzera 5200 donne circa si ammalano di cancro del seno, ogni giorno sono più di 14.

Anche gli uomini si ammalano di cancro del seno?

Sì. Secondo le statistiche ogni anno si registrano in Svizzera tra i 30 e i 40 casi di cancro del seno tra gli uomini.

Possono ammalarsi di cancro del seno anche giovani donne?

La maggior parte delle donne che si ammalano di cancro del seno hanno già passato la menopausa. Ma anche giovani donne possono esserne colpite. Al momento della diagnosi una donna su cinque ha meno di 50 anni.

Quante donne colpite dal cancro del seno sopravvivono alla malattia?

In Svizzera, cinque anni dopo la diagnosi l'80 per cento delle donne colpite da questa forma di cancro è ancora in vita. Se il cancro del seno viene diagnosticato precocemente, le probabilità che un trattamento abbia successo sono in generale più elevate.

Quali fattori fanno aumentare il rischio di ammalarsi di cancro del seno?

I principali fattori di rischio per il cancro del seno sono:

- età: con l'avanzare dell'età aumenta anche il rischio di ammalarsi di cancro;
- parenti strette (madre, sorella, figlia), che si sono ammalate di cancro del seno;
- predisposizione ereditaria al cancro del seno: nel 5–10 per cento delle donne con cancro del seno la malattia è riconducibile ad una predisposizione ereditaria;
- radioterapia nelle vicinanze del seno (per esempio per il trattamento di un linfoma);

- una terapia ormonale combinata (estrogeni e progestinici) per diversi anni per trattare i disturbi della menopausa;
- sovrappeso dopo la menopausa, consumo di alcool.

Come fa una donna a sospettare un cancro del seno?

Alcune delle donne colpite dalla malattia notano inizialmente un nodulo indolore oppure un indurimento nel seno. Si può notare un cambiamento del colore, della forma o delle dimensioni del seno e/o del capezzolo. A volte delle perdite dal capezzolo possono far pensare che ci si possa trovare di fronte a un caso di cancro del seno. È raro che ci sia una tensione o un dolore che interessi tutto il seno – diversamente da quello che succede durante le mestruazioni. Fortunatamente questi sintomi notati dalla donna hanno, nella maggior parte dei casi, un'origine diversa dal cancro del seno. Quando una donna nota delle alterazioni, dovrebbe rivolgersi a un medico per chiarire la situazione.

Una donna può avere il cancro del seno senza nessun sintomo o dolore?

Nei primi stadi della malattia il cancro del seno non provoca in genere nessun disturbo. Nella maggior parte dei casi è possibile individuare questi primi stadi ricorrendo ad una mammografia.

Ci sono medicinali grazie ai quali è possibile ridurre il rischio di ammalarsi di cancro del seno?

In effetti, esistono medicinali con i quali è possibile ridurre il rischio di ammalarsi di cancro del seno. A causa dei loro effetti collaterali questi medicinali vengono prescritti soltanto a donne con un rischio notevolmente elevato: a quelle che hanno già avuto un tumore al seno per ridurre il rischio di una recidiva e alle donne con un rischio molto elevato di ammalarsi di cancro del seno a causa di una predisposizione ereditaria.

LA MAMMOGRAFIA

Che cos'è una mammografia?

La mammografia è un esame radiologico del seno. Con la mammografia si vogliono individuare delle alterazioni sospette nel seno.

I raggi X della mammografia sono nocivi?

I raggi X possono essere nocivi. In una mammografia la dose dei raggi è minima. Gli specialisti considerano che i benefici di una mammografia siano molto superiori al rischio dell'esposizione alle radiazioni.

Che cos'è la diagnosi precoce del cancro del seno?

Lo scopo è di individuare al più presto il cancro del seno, prima che compaiano i primi disturbi al seno. Il metodo principale per individuare la presenza di un tumore è la mammografia.

Che cosa significa screening mammografico?

Gli screening mammografici vengono effettuati in modo sistematico e regolare nel quadro di un programma, che deve soddisfare chiare condizioni di qualità. I cantoni che hanno già introdotto un programma di diagnosi precoce del cancro del seno invitano tutte le donne tra i 50 e i 70 anni di età a effettuare ogni due anni una mammografia per la diagnosi precoce della malattia.

In quali cantoni ci sono dei programmi per la diagnosi precoce del cancro del seno?

Finora esistono dei programmi nei cantoni FR, GE, GR, JU (Giura bernese compreso), NE, SG, TG, VD e VS. Negli altri cantoni non esistono ancora dei programmi del genere. Tuttavia, in diversi cantoni sono in corso dei processi politici. (Situazione al giugno 2011)

Chi paga la mammografia per la diagnosi precoce?

La mammografia per la diagnosi precoce è una prestazione obbligatoria a carico delle casse malati soltanto nel quadro di un programma o nel caso di elevato rischio di cancro del seno per precedenti familiari. Nei cantoni in cui non esiste un programma di screening mammografico, l'effettuazione di una mammografia viene decisa in accordo con il medico.

Esistono altri metodi per una diagnosi precoce del cancro del seno?

Per le donne di più di 50 anni, la mammografia è il tipo di analisi preferita. In più vengono eventualmente effettuate delle ecografie, nei casi in cui i risultati della mammografia non siano chiari oppure in caso di ispessimento del tessuto linfatico. Gli esami con la tomografia a risonanza magnetica (MRI, MRT) vengono effettuati nei casi in cui i risultati non sono chiari e nelle donne giovani con un elevato rischio di cancro del seno.

Quanto è precisa la mammografia di screening?

Le mammografie effettuate nel quadro di programmi sono soggette a direttive in materia di qualità. Come in tutti gli esami, anche nel caso di una mammografia si possono ottenere risultati sbagliati. Può quindi succedere che delle donne debbano sottoporsi a ulteriori esami, ma poi risulta che non sarebbero stati necessari. Oppure che delle donne abbiano un tumore al seno che però non viene evidenziato o riconosciuto sulla mammografia.

Perché sono così importanti le misure per la diagnosi precoce del cancro del seno?

Non sono noti metodi semplici che consentano di ridurre significativamente il rischio di ammalarsi di cancro del seno. Con le misure di diagnosi precoce tuttavia è possibile individuare il cancro del seno in uno stadio iniziale. Se un tumore viene individuato tempestivamente, spesso il trattamento è più facile e le probabilità di sopravvivenza della donna colpita sono in genere più elevate.

CHE COSA POSSO FARE PERSONALMENTE?

Informazione e consulenza

Si consigli con il suo medico se rientra nel gruppo di donne il cui rischio di essere colpite dal cancro è elevato:

- caso di cancro del seno tra parenti (madre, sorella, figlia)
- malattia maligna dell'utero o delle ovaie
- predisposizione ereditaria al cancro del seno

Diagnosi precoce del cancro del seno

Faccia esaminare regolarmente il seno dal ginecologo.

In alcuni cantoni (vedi p. 8) ci sono dei programmi in cui le donne di età compresa tra i 50 e i 70 anni vengono invitate ogni due anni a sottoporsi quasi gratuitamente a una mammografia per la diagnosi precoce. La partecipazione è facoltativa.

Se nel suo cantone non esiste un programma, affronti il discorso della diagnosi precoce del cancro del seno con il suo medico.

Prudenza con i preparati ormonali

- Prima di decidere di ricorrere a preparati ormonali per prevenire una gravidanza e/o per trattare i disturbi della menopausa, se ne faccia spiegare esattamente dal suo medico i vantaggi e i rischi. Potrebbero eventualmente esserci delle alternative che si addicono meglio al suo caso.
- Se assume un preparato ormonale, si sottoponga regolarmente a un controllo medico.

Allattamento

Sembra che per le donne che hanno allattato a lungo il rischio di cancro del seno diminuisca leggermente.

L'autoesame del seno

L'autoesame del seno è un metodo semplice per individuare eventuali alterazioni del seno. Non sostituisce però in alcun modo un esame medico o una mammografia per la diagnosi precoce del cancro del seno. Negli studi non è stato possibile dimostrare che l'autoesame regolare abbia causato una diminuzione dei casi di decesso dovuti al cancro del seno.

Ciò nonostante non è escluso che nei singoli casi una donna possa approfittare dell'autoesame regolare del seno.

In caso di disturbi rivolgersi al medico

Se dovesse notare ai suoi seni delle alterazioni inconsuete, si rivolga il più rapidamente possibile al medico per farle esaminare:

- noduli o indurimenti ai seni o nelle ascelle
- alterazioni delle dimensioni, della forma o del colore del seno
- alterazioni cutanee, per esempio in caso di arrossamenti o retrazioni

- retrazione del capezzolo oppure perdite sanguinolente dal capezzolo
- dolori o tensioni diverse da quelli abituali durante le mestruazioni

Vivere in modo sano

Cerchi di adottare uno stile di vita il più sano possibile. In questo modo riduce il rischio di diverse malattie:

- non fumare
- evitare il sovrappeso
- fare sufficiente attività fisica
- consumare alcool in piccole dosi e non quotidianamente
- mangiare in modo equilibrato e variato, con molta frutta e verdura

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

Sostegno e consulenza – La lega contro il cancro nella sua regione

Krebsliga Aargau
Tel. 062 834 75 75
www.krebsliga-aargau.ch

Krebsliga beider Basel
Tel. 061 319 99 88
www.klbb.ch

Bernische Krebsliga
Ligue bernoise contre le cancer
Tel. 031 313 24 24
www.bernischekrebsliga.ch

Ligue fribourgeoise contre le cancer
Krebsliga Freiburg
tél. 026 426 02 90
www.liguecancer-fr.ch

Ligue genevoise contre le cancer
tél. 022 322 13 33
www.lgc.ch

Krebsliga Glarus
Tel. 055 646 32 47
www.krebsliga-glarus.ch

Krebsliga Graubünden
Tel. 081 252 50 90
www.krebsliga-gr.ch

Ligue jurassienne contre le cancer
tél. 032 422 20 30
www.liguecancer-ju.ch

**Ligue neuchâteloise
contre le cancer**
tél. 032 721 23 25
www.liguecancer-ne.ch

Krebsliga Schaffhausen
Tel. 052 741 45 45
www.krebsliga-sh.ch

Krebsliga Solothurn
Tel. 032 628 68 10
www.krebsliga-so.ch

**Krebsliga St. Gallen-
Appenzell**
Tel. 071 242 70 00
www.krebsliga-sg.ch

Thurgauische Krebsliga
Tel. 071 626 70 00
www.tgkl.ch

**Lega ticinese contro
il cancro**
Tel. 091 820 64 20
www.legacancro-ti.ch

**Ligue valaisanne contre
le cancer** (Sion)
tél. 027 322 99 74
www.lvcc.ch

Krebsliga Wallis (Brig)
Tel. 027 922 93 21
www.krebsliga-wallis.ch

**Ligue vaudoise contre
le cancer**
tél. 021 623 11 11
www.lvc.ch

Krebsliga Zentralschweiz
Tel. 041 210 25 50
www.krebsliga.info

Krebsliga Zug
Tel. 041 720 20 45
www.krebsliga-zug.ch

Krebsliga Zürich
Tel. 044 388 55 00
www.krebsliga-zh.ch

Krebshilfe Liechtenstein
Tel. 00423 233 18 45
www.krebshilfe.li

Organizzazioni di autoaiuto

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

Brustoperierte Frauen (Zentralschweiz)
Kontaktstelle: Krebsliga Zentralschweiz, Tel. 041 210 25 50,
info@krebssliga.info

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

Association MARRAINES cancer du sein Vaud-Valais
Répondeur téléphonique: 021 623 11 30,
marraines.cancerdusein@gmail.com,
www.marrainescancerdusein.ch

«**Vivre comme avant**» Association d'aide aux femmes
atteintes d'un cancer du sein, tél. 022 751 24 30,
mobile 079 773 63 07, www.vivre-comme-avant.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, cancersupportbasel@gmail.com

Europa Donna Svizzera

Il forum svizzero del cancro al seno, tel. 021 534 95 99,
info@europadonna.ch, www.europadonna.ch

Federazione svizzera dei programmi di screening del cancro del seno

FSCS

Effingerstrasse 40, casella postale 8219, 3001 Berna

Tel. 031 389 93 52, www.screening-seno.ch

Troverà qui gli indirizzi dei programmi e ulteriori informazioni sulla diagnosi precoce del cancro del seno.

INFORMAZIONI COMPLEMENTARI

Se desidera saperne di più:

Opuscolo «Uniti contro il cancro del seno» –
Fattori di rischio e diagnosi precoce

Possibilità per ordinare l'opuscolo:

- Telefono 0844 85 00 00 (tariffa locale)
- shop@krebsliga.ch
- www.legacancro.ch/opuscoli
- Lega contro il cancro del suo cantone

Impressum

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, CCP 30-4843-9

Responsabile del progetto Barbara Iseli
Sczepanski, direttrice del programma
di prevenzione Cancro del seno,

Lega svizzera contro il cancro, Berna

Redazione Dr. med. Eva Ebnöther, Zollikon

Supervisione Dr. med. Karin Huwiler e la
Commissione di esperti Cancro del seno,
Lega svizzera contro il cancro, Berna

Foto Claude Stahel, Zurigo

Creazione 2C Communication GmbH,
Forch

Stampa Stämpfli SA, Berna

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

© 2009, 2010, 2011

Lega svizzera contro il cancro, Berna
Terza edizione riveduta

LSC / 8.2011 / 6000 I / 3408



lega contro il cancro

Uniti contro il cancro del seno



www.legacancro.ch/cancrodelsenno