



Uno stile di vita sano riduce il rischio di ammalarsi di cancro.

Che cosa si può fare?

Non vi è una protezione sicura dal cancro. Fattori di rischio quali l'età, il sesso o una predisposizione familiare non si possono influenzare.

Almeno un terzo dei casi di cancro si potrebbe evitare cambiando abitudini e evitando determinati fattori di rischio. Uno stile di vita sano consiste nel non fumare, seguire un'alimentazione equilibrata, fare regolarmente moto e proteggersi sempre dai raggi del sole.

La Lega contro il cancro del suo cantone

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.bernische-krebsliga.ch

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

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

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

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

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

Krebsliga Ostschweiz
SG, AR, AI, GL
Tel. 071 242 70 00
www.krebsliga-ostschweiz.ch

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

Krebsliga Solothurn
Tel. 032 628 68 10
www.krebsliga-so.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 vaudoise
contre le cancer
tel. 021 623 11 11
www.lvc.ch

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

Krebsliga Wallis (Brig)
Tel. 027 604 35 41
www.krebsliga-wallis.ch

Krebsliga Zentralschweiz
LU, OW, NW, SZ, UR
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.krebsligazuerich.ch

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

Indirizzi utili

Linea cancro

Tel. 0800 11 88 11

dal lunedì al venerdì ore 9–19, chiamata gratuita
helpline@swisscancer.ch

Forum cancro

www.forumcancro.ch

piattaforma virtuale della Lega contro il cancro

Linea stop tabacco

Tel. 0848 000 181

max. 8 cts. al minuto (rete fissa)

Dal lunedì al venerdì, ore 11–19

swiss cancer screening

Federazione svizzera dei programmi

di screening del cancro

www.swisscancerscreening.ch

Diagnosi precoce del cancro

Un'informazione della Lega contro il cancro

Lega svizzera contro il cancro

Effingerstrasse 40, casella postale, 3001 Berna
Tel. 031 389 91 00, info@legacancro.ch, www.legacancro.ch
Conto postale 30-4843-9, CHE-107818.640 IVA



lega contro il cancro



LSC / 1.2016 / 1000 / 03/01212121



Migliori possibilità grazie alla diagnosi precoce

Svolgendo apposite analisi è possibile diagnosticare alcuni tipi di cancro prima che se ne presentino i sintomi. Prima si scopre il cancro, maggiori sono generalmente le possibilità di riuscita del trattamento. La Lega contro il cancro raccomanda i seguenti accertamenti diagnostici precoci:

Alle donne e agli uomini a partire dai 50 anni si raccomanda l'accertamento diagnostico precoce del **cancro intestinale**. Vi sono diversi metodi per riconoscere il cancro intestinale prima che se ne presentino i sintomi. I due principali metodi di analisi sono il «test del sangue nelle feci» e l'endoscopia intestinale. Concordi col suo medico o col suo farmacista il metodo di accertamento più adatto.

Per le donne

Faccia effettuare dalla Sua dottoressa a intervalli regolari di tempo uno striscio vaginale per la diagnosi precoce del **cancro del collo dell'utero** e si faccia esaminare il seno.

A partire dai 50 anni avendone la possibilità si raccomanda la diagnosi precoce del **cancro del seno** nel quadro di un programma di mammografia. Se abita in un cantone che non offre un programma di screening, si faccia consigliare dalla Sua dottoressa.

Per gli uomini

Agli uomini che non hanno un rischio familiare elevato non si raccomanda la diagnosi precoce del **cancro della prostata**. Agli uomini di oltre 50 anni che desiderano informarsi sulla diagnosi precoce del tumore della prostata si consiglia di parlare col proprio medico dei vantaggi e degli svantaggi dei metodi di diagnosi precoce.

Casi di cancro in famiglia

Se uno dei Suoi familiari stretti (genitori, fratelli, sorelle o figli propri) si ammala di cancro del seno, della prostata, dell'intestino, delle ovaie o di melanoma, il Suo rischio di cancro può essere elevato. Parli della Sua situazione con il medico di fiducia.

Cambiamenti fisici

In caso di cambiamenti fisici anomali o di disturbi permanenti si faccia visitare dal medico. Ciò vale in caso di:

- sangue nelle feci, cambiamento delle abitudini di defecazione, dolori addominali persistenti
- alterazioni della pelle
- nei che cambiano le dimensioni, il colore e/o la forma
- gonfiori insoliti, indurimento nodoso (p.es. sul seno, sul collo, ai fianchi, sui testicoli)
- secrezione dai capezzoli contenente sangue
- tosse o raucedine cronica
- problemi nella minzione
- ferite che non si rimarginano o si rimarginano male (anche in bocca)
- perdita di peso ingiustificata
- stanchezza insolita e persistente

