



## 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](http://www.krebsliga-aargau.ch)

**Krebsliga beider Basel**  
Tel. 061 319 99 88  
[www.klbb.ch](http://www.klbb.ch)

**Bernische Krebsliga**  
Ligue bernoise  
contre le cancer  
Tel. 031 313 24 24  
[www.bernische-krebsliga.ch](http://www.bernische-krebsliga.ch)

**Ligue fribourgeoise**  
contre le cancer  
**Krebsliga Freiburg**  
tel. 026 426 02 90  
[www.liguecancer-fr.ch](http://www.liguecancer-fr.ch)

**Ligue genevoise**  
contre le cancer  
tel. 022 322 13 33  
[www.lgc.ch](http://www.lgc.ch)

**Krebsliga Graubünden**  
Tel. 081 252 50 90  
[www.krebsliga-gr.ch](http://www.krebsliga-gr.ch)

**Ligue jurassienne**  
contre le cancer  
tel. 032 422 20 30  
[www.liguecancer-ju.ch](http://www.liguecancer-ju.ch)

**Ligue neuchâteloise**  
contre le cancer  
tel. 032 721 23 25  
[www.liguecancer-ne.ch](http://www.liguecancer-ne.ch)

**Krebsliga Ostschweiz**  
SG, AR, AI, GL  
Tel. 071 242 70 00  
[www.krebsliga-ostschweiz.ch](http://www.krebsliga-ostschweiz.ch)

**Krebsliga Schaffhausen**  
Tel. 052 741 45 45  
[www.krebsliga-sh.ch](http://www.krebsliga-sh.ch)

**Krebsliga Solothurn**  
Tel. 032 628 68 10  
[www.krebsliga-so.ch](http://www.krebsliga-so.ch)

**Thurgauische Krebsliga**  
Tel. 071 626 70 00  
[www.tgkl.ch](http://www.tgkl.ch)

**Lega ticinese**  
contro il cancro  
Tel. 091 820 64 20  
[www.legacancro-ti.ch](http://www.legacancro-ti.ch)

**Ligue vaudoise**  
contre le cancer  
tel. 021 623 11 11  
[www.lvc.ch](http://www.lvc.ch)

**Ligue valaisanne**  
contre le cancer (Sion)  
tel. 027 322 99 74  
[www.lvcc.ch](http://www.lvcc.ch)

**Krebsliga Wallis (Brig)**  
Tel. 027 604 35 41  
[www.krebsliga-wallis.ch](http://www.krebsliga-wallis.ch)

**Krebsliga Zentralschweiz**  
LU, OW, NW, SZ, UR  
Tel. 041 210 25 50  
[www.krebsliga.info](http://www.krebsliga.info)

**Krebsliga Zug**  
Tel. 041 720 20 45  
[www.krebsliga-zug.ch](http://www.krebsliga-zug.ch)

**Krebsliga Zürich**  
Tel. 044 388 55 00  
[www.krebsligazuerich.ch](http://www.krebsligazuerich.ch)

**Krebshilfe Liechtenstein**  
Tel. 00423 233 18 45  
[www.krebshilfe.li](http://www.krebshilfe.li)

## Indirizzi utili

### Linea cancro

Tel. 0800 11 88 11

dal lunedì al venerdì ore 9–19, chiamata gratuita  
[helpline@swisscancer.ch](mailto:helpline@swisscancer.ch)

### Forum cancro

[www.forumcancro.ch](http://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](http://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](mailto:info@legacancro.ch), [www.legacancro.ch](http://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

