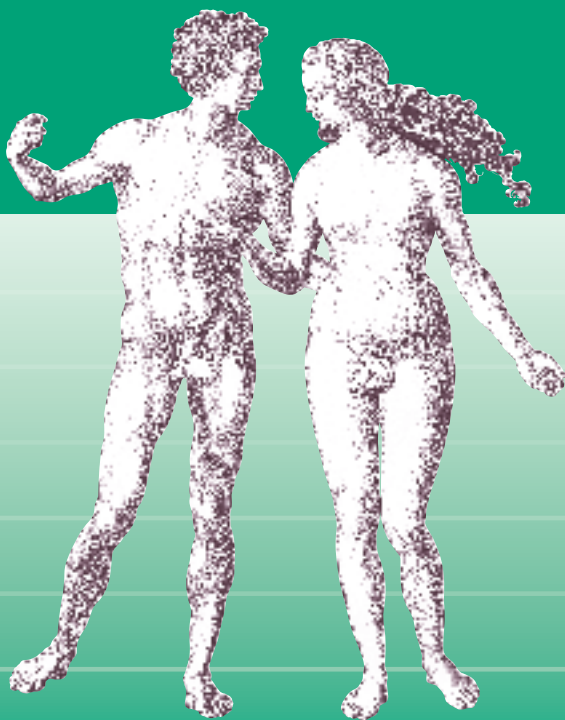




lega contro il cancro

Il cancro del pancreas

Un'informazione della Lega
contro il cancro



Le Leghe contro il cancro in Svizzera: prossimità, confidenzialità, professionalità

Offriamo consulenza e sostegno di prossimità ai pazienti oncologici, ai loro familiari e amici. Nelle 70 sedi delle Leghe contro il cancro operano un centinaio di professionisti ai quali si può far capo gratuitamente durante tutte le fasi della malattia.

Le Leghe cantonali organizzano campagne di sensibilizzazione e prevenzione delle malattie tumorali presso la popolazione, con l'obiettivo di promuovere stili di vita salutari e quindi ridurre il rischio individuale di ammalarsi di cancro.

Impressum

Editrice

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

3ª edizione in tedesco

Direzione del progetto e redazione

Andrea Seitz, redattrice informazioni sul
cancro,
Lega svizzera contro il cancro, Berna

Consulenza scientifica

Prof. Dr. med. Dr. h. c. Markus Weber, capo
del reparto di chirurgia, clinica di chirurgia
viscerale, chirurgia toracica e vascolare,
Ospedale Triemli, Zurigo
Prof. Dr. med. Dr. phil. Andreas Wicki,
vicedirettore presso la Clinica di oncologia
medica ed ematologia, Ospedale universitario
di Zurigo

Ringraziamo la persona colpita per la rilettura
e il prezioso feedback.

Rilettura in tedesco

Tino Heeg, responsabile redazione
informazioni sul cancro, Lega svizzera contro
il cancro, Berna

Post-editing e rilettura in italiano

Lorenzo Terzi, Lega svizzera contro il cancro,
Berna

Immagine di copertina

Dopo Albrecht Dürer, Adamo ed Eva

Illustrazione

p. 7: Medical Pictures

Immagini

p. 4: Verena Marti, Lega svizzera contro il
cancro, Berna
p. 12: ImagePoint AG, Zurigo
p. 26: istockphoto.com
p. 38: Shutterstock

Grafica

Daniel Förster, Belgern

Stampa

VVA (Schweiz) GmbH, Widnau

Questo opuscolo è disponibile anche in lingua francese e tedesca.

© 2024, 2019, Lega svizzera contro il cancro, Berna | 3ª edizione

Indice

- 6 Che cos'è il pancreas?**
- 8 Che cos'è il cancro del pancreas?**
- 13 Quali esami portano alla diagnosi di cancro del pancreas?**
- 17 Come viene pianificato il trattamento?**
- 23 Come viene trattato il cancro del pancreas?**
- 32 Come combattere gli effetti collaterali?**
- 40 Ritorno alla vita quotidiana**
- 42 Desidero una consulenza e altre informazioni**



Cara lettrice, caro lettore

Quando nel testo è utilizzata soltanto la forma maschile o femminile, questa si riferisce a entrambe.

In questo opuscolo troverà le risposte alle seguenti domande:

- che cos'è il cancro del pancreas?
- Quali disturbi indicano la presenza di un tumore al pancreas?
- Quali esami di accertamento sono necessari per una diagnosi?
- Quali terapie sono disponibili?
- Che cosa si può fare in caso di effetti collaterali?

In caso di domande, contatti l'équipe curante. Si faccia supportare dalle persone a Lei vicine.

Troverà informazioni e consigli utili negli opuscoli della Lega contro il cancro. I consulenti delle Leghe contro il cancro cantonali e regionali sono a Sua disposizione e saranno lieti di aiutarla. Gli indirizzi e i contatti dei centri di consulenza si trovano da pagina 50 in poi. Può inoltre contattare la Linea cancro al numero 0800 11 88 11.

Le auguriamo il meglio.

La Sua Lega contro il cancro

I nostri opuscoli sono disponibili gratuitamente solo grazie alle donazioni.

Donate ora con TWINT:



Scansionare il codice QR con l'app TWINT.



Inserire l'importo e confermare la donazione.



Oppure online su www.legacancro.ch/donazione.

Che cos'è il pancreas?

L'essenziale in breve

- Il pancreas si trova nella parte superiore dell'addome.
- È importante per la digestione e il metabolismo.
- Il pancreas è composto da cellule ghiandolari esocrine ed endocrine.

Il pancreas è un organo lungo da 15 a 20 centimetri. Può essere diviso in tre sezioni: testa, corpo e coda.

Il pancreas è situato nella parte alta dell'addome e si estende in modo trasversale. Si trova tra lo stomaco, il duodeno, la milza e il fegato. La parte anteriore è coperta dal peritoneo. Il peritoneo è una pelle che riveste la cavità addominale. Nella parte posteriore, il pancreas è fuso con la parete addominale. Vasi sanguigni importanti si trovano dietro al pancreas. Il dotto biliare proviene dal fegato e dalla cistifellea. Questo attraversa il centro della testa del pancreas.

Quali sono le funzioni del pancreas?

Il pancreas è importante per la digestione e il metabolismo. È composto da cellule ghiandolari esocrine ed endocrine.

Aiuta la digestione

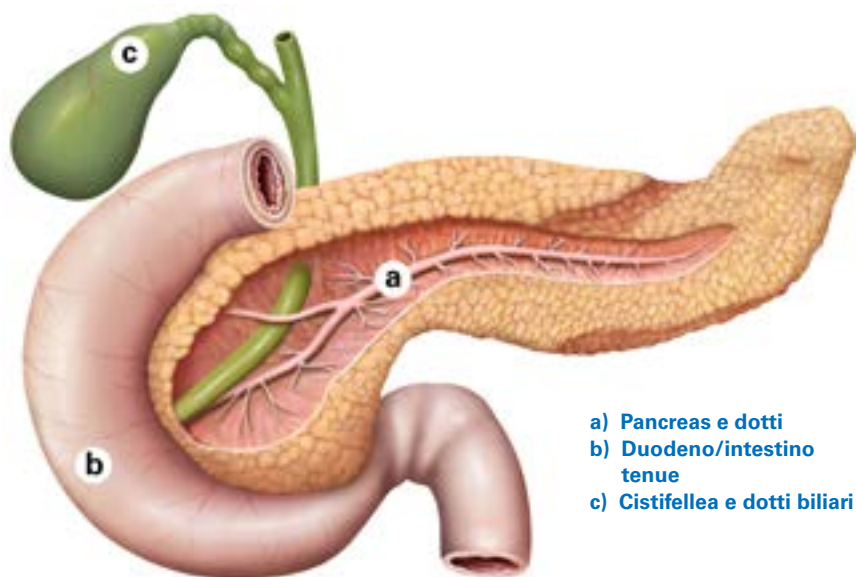
La maggior parte delle cellule del pancreas sono ghiandole esocrine. Producono succhi digestivi che contengono enzimi.

I succhi digestivi vengono trasmessi all'intestino. Lì, gli enzimi scompongono il cibo. Solo allora il corpo può assorbire nutrienti importanti come grassi, proteine, zuccheri, sali o vitamine attraverso la mucosa intestinale.

Regolazione della glicemia

Le cellule delle ghiandole endocrine del pancreas producono gli ormoni insulina e glucagone, tra gli altri. Questi ormoni regolano i livelli di zucchero nel sangue.

Lo zucchero è un'importante fonte di energia per il nostro corpo. Lo zucchero proveniente dagli alimenti entra nel flusso sanguigno attraverso l'intestino. Tra le altre cose, l'insulina assicura che il livello di zucchero nel sangue non aumenti troppo dopo aver mangiato. Il glucagone è l'«antagonista» dell'insulina. Se il livello di zucchero nel sangue è troppo basso, il glucagone fa in modo che il livello di zucchero nel sangue aumenti di nuovo.



- a) Pancreas e dotti
- b) Duodeno/intestino tenue
- c) Cistifellea e dotti biliari

Che cos'è il cancro del pancreas?

L'essenziale in breve

- Esistono diversi tipi di tumori del pancreas.
- Il cancro del pancreas è un tumore maligno che ha origine dalle cellule del pancreas.
- Se si manifestano dei disturbi, spesso la malattia è già in uno stadio avanzato. Un tumore si sviluppa quando le cellule si moltiplicano e si accumulano in modo incontrollato.

Il nostro corpo è composto da molte cellule. Un tumore si sviluppa quando le cellule si moltiplicano e si accumulano in modo incontrollato.

Nel pancreas ci sono diversi tipi di cellule. Ecco perché esistono diversi tipi di tumori del pancreas.

Tumori benigni

Molti tumori benigni crescono lentamente, spostando i tessuti senza distruggerli. Possono diventare fastidiosi se si ingrandiscono.

Col tempo, alcuni tumori benigni del pancreas possono diventare maligni.

Tumori maligni

Nei tumori maligni, le cellule hanno subito cambiamenti patologici. I tumori maligni crescono nel tessuto sano e lo distruggono. Crescono in modo incontrollato e spesso rapido.

Se un tumore è maligno, si parla di cancro. Senza terapia, le cellule tumorali possono raggiungere i linfonodi e gli organi vicini. Possono formare metastasi attraverso i vasi linfatici e sanguigni. In questo caso, i medici dicono che il cancro si è diffuso.

Quali sono i tipi di cancro del pancreas?

Il cancro del pancreas si sviluppa dalle cellule della ghiandola esocrina. Gli esperti chiamano questo tipo di cancro adenocarcinoma. Il cancro colpisce i dotti biliari e il duodeno. Può colpire la milza, lo stomaco, il fegato e l'intestino crasso. Colpisce anche il peritoneo, i linfonodi, i nervi e i vasi sanguigni vicini.

In rari casi, un tumore si sviluppa dalle cellule endocrine del pancreas. I tumori che ne derivano sono chiamati tumori neuroendocrini. Ad esempio, includono l'insulinoma o il glucagonoma.

Quali sono i sintomi del cancro del pancreas?

I disturbi dipendono dalla posizione del tumore. Cambiano anche secondo le dimensioni del tumore. Anche l'effetto sulla produzione di enzimi digestivi è importante. Lo è anche l'effetto sui livelli di zucchero nel sangue.

I seguenti sintomi possono indicare la presenza di un cancro del pancreas:

- dolore sordo nella parte superiore dell'addome. Questo dolore si irradia verso la schiena, simile a una cintura. Potrebbe avvertire questo dolore più come un mal di schiena;
- nausea o vomito;
- diarrea o feci grasse: le feci hanno un colore più chiaro del solito. Sono unte, appiccicose o lucide;
- mancanza di appetito e perdita di peso involontaria;

- ittero: la pelle e il bianco degli occhi diventano gialli. Le feci sono chiare, le urine scure. Ha prurito;
- si sviluppa improvvisamente il diabete;
- presenza di coaguli di sangue (trombosi);
- stanchezza, debolezza e minore produttività.

Consulti immediatamente un medico se compaiono questi sintomi. Se si trova il cancro presto, le possibilità di guarire migliorano.

Quali sono i fattori di rischio del cancro del pancreas?

Ogni anno, a circa 1650 persone in Svizzera viene diagnosticato un cancro del pancreas. La maggior parte delle persone colpite ha più di 70 anni.

Alcuni fattori e circostanze possono alzare il rischio di ammalarsi di cancro del pancreas. Per esempio:

- fumare;
- essere in sovrappeso;
- pancreatite cronica, cioè quando il pancreas è spesso infiammato. L'infiammazione può essere causata da calcoli biliari o da un consumo eccessivo di alcolici. Può anche esserci una causa genetica;
- diabete mellito.

Il cancro del pancreas è ereditario?

Una predisposizione genetica al cancro può aumentare il rischio di sviluppare un cancro del pancreas.

Parli con il Suo medico se:

- i Suoi genitori o i fratelli e sorelle hanno (avuto) il cancro del pancreas;
- in famiglia c'è un rischio maggiore di cancro dell'intestino, del seno, dell'ovaio o di melanoma cutaneo;
- sospetta o teme che ci sia un rischio maggiore di cancro nella Sua famiglia.

Se è già a rischio di cancro, è essenziale che eviti fattori di rischio come il fumo. Maggiori informazioni su questo tema sono disponibili nell'opuscolo «Predisposizione genetica al cancro».

Il servizio di consulenza stop-smoking La aiuterà a smettere di fumare: www.stopsmoking.ch

Perché proprio io?

Il cancro può colpire chiunque. Anche le persone sane o giovani possono ammalarsi. Sviluppare il cancro può essere, in parte, una questione di caso o destino.

Forse si starà chiedendo perché Le è stato diagnosticato un cancro. Può trovare maggiori informazioni su questo argomento nell'opuscolo «Quando anche l'anima soffre».

Può anche parlare con un consulente della Linea cancro. O con una persona della Lega contro il cancro.



Quali esami portano alla diagnosi di cancro del pancreas?

L'essenziale in breve

- In base ai risultati degli esami, i medici valutano quanto è avanzato il cancro e come trattarlo.
- Per diagnosticare il cancro al pancreas viene esaminato il sangue. Vengono esaminate l'urina e le feci. Vengono esaminate le cellule dei tessuti.
- È possibile svolgere anche esami di diagnostica per immagini, come l'ecografia o l'endoscopia.

Per alcuni di questi esami sarà necessario rivolgersi a un gastroenterologo. È un medico specialista in malattie del tratto gastrointestinale.

Si sente stressata in attesa dei risultati del test? Vorrebbe parlarne con qualcuno? Può contattare la Linea cancro o la Sua Lega cantonale o regionale contro il cancro per supporto.

Primi accertamenti

Il medico Le farà domande sui Suoi sintomi e sulle malattie precedenti. Indagherà sui possibili fattori di rischio e se assume regolarmente dei farmaci.

Il medico toccherà il Suo corpo per sentire se ci sono grumi o gonfiori. Verificherà anche se fegato, cistifellea e linfonodi sono ingrossati.

Esami di laboratorio

Il medico farà analizzare il sangue, le urine e le feci in laboratorio. I risultati forniscono un quadro completo sul Suo stato di salute e sulla funzione dei singoli organi. Il medico valuterà anche la produzione di sostanze importanti per la digestione, come l'insulina. Inoltre, controllerà il corretto funzionamento del Suo fegato. Infine, verificherà il flusso della bile nella Sua cistifellea.

Ecografia

Il medico Le chiederà di sdraiarsi sulla schiena. Passerà delicatamente uno strumento (sonda) sulla Sua pancia. Questo esame è indolore.

Gli apparecchi a ultrasuoni generano immagini sfruttando le onde sonore. Il medico può visualizzare su un monitor eventuali dilatazioni dei dotti biliari o del dotto pancreatico causate da un'ostruzione. Inoltre, può rilevare ostruzioni nel flusso sanguigno dei vasi. Infine, è possibile identificare la presenza di metastasi nel fegato.

Endoscopia

L'endoscopio è un tubo flessibile e sottile. A seconda dell'esame, alla sua estremità sono collegati diversi strumenti.

Il medico inserirà l'endoscopio attraverso la bocca, passando per l'esofago e lo stomaco. Successivamente, l'endoscopio raggiungerà il duodeno. Prima dell'esame, riceverà un anestetico locale in gola. Questo ridurrà il disagio e preverrà conati di vomito durante l'esame.

L'esame in sé non è doloroso, ma l'inserimento della sonda potrebbe causare un lieve fastidio o un po' di apprensione. Pertanto, se necessario, Le verrà somministrato un sedativo o un sonnifero prima dell'esame.

Potrà tornare a casa dopo l'esame. Se Le è stato somministrato un sedativo, è importante evitare di guidare per alcune ore dopo l'esame. È meglio farsi accompagnare a casa da qualcuno o chiamare un taxi. Il medico La informerà di questo

prima dell'esame. Le dirà anche per quanto tempo non potrà mangiare o bere prima dell'esame.

Ecoendoscopia

In questo esame, il medico utilizza un endoscopio con una sonda ecografica per l'esame. Questo esame permette di vedere i tessuti dall'interno. Questi non sarebbero visibili dall'esterno con una normale ecografia.

Durante l'esame, il medico può prelevare dei campioni di tessuto. Per farlo utilizza un ago sottile. I campioni vengono poi analizzati al microscopio.

Endoscopia del pancreas e del coledoco

Il medico inserisce un endoscopio con una telecamera e una fonte di luce collegata all'estremità. Questo permette al medico di riconoscere le aree sospette ed eventuali alterazioni.

Durante l'esame, il medico può prelevare dei campioni di liquido dalla bile e dal pancreas. I campioni vengono poi analizzati al microscopio.

Ulteriori accertamenti

Di solito, sono necessari ulteriori esami di accertamento. Il medico può prescrivere i seguenti esami:

- tomografia computerizzata (TC);
- risonanza magnetica (MRI);
- tomografia a emissione di positroni (PET);
- colangiopancreatografia retrograda endoscopica (ERCP).

Per questi esami dovrà recarsi in ospedale o in un centro radiologico. Gli esami sono indolore e durano fino a mezz'ora. Si svolgono da sveglia e si potrà tornare a casa. La Sua équipe curante Le spiegherà come si svolgono.

Stadi della malattia

Il medico utilizza i risultati degli esami di accertamento per stimare lo stadio di avanzamento del tumore. Questa procedura si chiama stadiazione.

Durante la stadiazione, i professionisti utilizzano la classificazione TNM per il cancro del pancreas. La utilizzano per valutare l'estensione del tumore (T), se i linfonodi (N) sono interessati e se ci sono metastasi (M) in altri organi.

Il seguente elenco è semplificato.

T sta per tumore

Più alto è il numero, più il tumore si è diffuso o è grande.

- T1:** il tumore non supera i due centimetri di dimensione.
- T2:** il tumore misura più di due centimetri, ma meno di quattro centimetri.
- T3:** il tumore misura più di quattro centimetri.
- T4:** il tumore si sviluppa in vasi sanguigni di grandi dimensioni come le arterie nella parte superiore dell'addome.

N sta per linfonodo

- N0:** i linfonodi vicini non presentano alcun tumore.
- N1:** da uno a tre linfonodi vicini sono colpiti dal tumore.
- N2:** quattro o più linfonodi vicini sono colpiti dal tumore.

M sta per metastasi

- M0:** non sono state riscontrate metastasi.
- M1:** ci sono metastasi nei linfonodi distanti e/o in altri organi.

Come viene pianificato il trattamento?

L'essenziale in breve

- La pianificazione del trattamento dipende dall'avanzamento della malattia e dalla possibilità di operare.
- Medici di diverse discipline si riuniscono e discutono il trattamento. Lo fanno in riunioni periodiche congiunte.
- Dopo che l'équipe curante avrà esaminato la Sua storia medica, Le verrà consigliato il trattamento più adatto.

I medici di diverse specialità discutono e pianificano il trattamento in riunioni periodiche congiunte.

Queste riunioni sono chiamate «tumor board». Una volta che l'équipe curante ha discusso la Sua storia clinica in un tumor board, Le consiglierà il trattamento più adatto a Lei.

Obiettivi della terapia

Gli obiettivi del trattamento dipendono dall'evoluzione della malattia. Un altro fattore determinante è la possibilità di rimuovere il tumore tramite intervento chirurgico. Si parla di tumore operabile, quando questo può essere asportato.

Per molte persone con un cancro del pancreas, una cura non è più possibile. Questo accade perché il tumore non può essere asportato. In alcuni casi ha già creato metastasi. Queste metastasi possono interessare altri organi.

In questi casi, i medici cercano di rallentare la progressione della malattia e alleviare i sintomi. Questo si chiama terapia palliativa. L'attenzione si concentra sulla qualità della vita. Parli con il personale medico curante. Spieghi chiaramente che cosa significa per Lei la qualità della vita.

Perché non vengo operato subito?

È comprensibile che i malati di cancro vogliano eliminare il tumore il prima possibile. Purtroppo, a volte il cancro del pancreas ha già attaccato i grandi vasi sanguigni. In questi casi, la chirurgia da sola non può più curare la malattia. Nel tumor board, gli specialisti valuteranno se farle fare la chemioterapia prima dell'intervento. Questo può aumentare le probabilità che l'operazione abbia successo.

Terapia nell'ambito di una sperimentazione clinica

La scienza sviluppa costantemente nuove terapie antitumorali e piani di trattamento. Negli studi clinici, i ricercatori verificano se una nuova terapia funziona meglio contro il cancro o altre malattie. Poi confrontano i risultati con quelli di una terapia già riconosciuta. Analizzano anche i possibili effetti collaterali.

Partecipare a una sperimentazione clinica?

Chieda alla Sua équipe curante se può partecipare a uno studio clinico. Non tutti gli ospedali, infatti, conducono studi clinici.

La partecipazione a uno studio clinico è volontaria. Anche se ha accettato di parteciparvi, può ritirarsi in qualsiasi momento. Se non desidera partecipare, riceverà comunque la migliore terapia approvata secondo lo stato attuale delle conoscenze.

Si lasci accompagnare e consigliare

Prenda tutto il tempo necessario per riflettere su una proposta terapeutica. Scriva con calma le Sue domande a casa, così non ne dimenticherà nessuna durante la consultazione. Si faccia accompagnare da una persona di fiducia. Chieda quanta esperienza ha l'équipe curante nel trattare quel tipo di tumore. L'esperienza può influenzare il decorso della malattia e la qualità della vita.

La decisione spetta solo a Lei

Può sempre mettere in discussione una decisione precedente. Ha il diritto di rifiutare il trattamento o chiedere più tempo per riflettere.

Accetti di sottoporsi a un trattamento solo dopo essere stato informato in modo esauriente. Questo riguarda le procedure e le possibili conseguenze. Si assicuri di comprendere tutto prima di dare il consenso.

Sente il bisogno di parlare del Suo peso psicologico o sociale? Contatti la Linea cancro o la Lega cantonale o regionale contro il cancro.

Abbia il coraggio di chiedere

- Che cosa posso aspettarmi dal trattamento proposto? Potrò guarire? Quanto è probabile?
- Quali sono i vantaggi e gli svantaggi del trattamento?
- Quali effetti collaterali devo aspettarmi? Che cosa posso fare al riguardo?
- Devo essere alimentato artificialmente? Devo modificare le mie abitudini alimentari?
- Devo iniettare l'insulina dopo l'operazione o assumere enzimi quando mangio?
- Quali complicazioni possono verificarsi durante l'operazione?
- Che cosa significa per me se il tumore non può essere completamente rimosso durante l'operazione?
- Qual è l'esperienza dell'équipe curante in materia di tumore del pancreas?
- Quali costi coprirà la mia assicurazione sanitaria?

Posso avere un secondo parere medico?

Sì, è possibile ottenere un secondo parere da uno specialista. Questo parere può essere fornito da un altro esperto con esperienza nel trattamento del cancro al pancreas.

Richieda all'equipe curante di inoltrare i risultati degli esami ai medici competenti. Ha inoltre il diritto di ottenere i Suoi referti medici in qualsiasi momento. Potrà quindi inviarli o portarli personalmente all'altro specialista.

Stato dentale e assicurazione sanitaria

I farmaci antitumorali possono danneggiare i denti. Se il trattamento ha causato danni ai Suoi denti, può verificare se la Sua assicurazione sanitaria copre i costi. Per questo chiarimento, è necessario ottenere una valutazione dello stato dentale.

Dovrebbe quindi recarsi dal Suo dentista prima di iniziare i trattamenti antitumorali. Faccia richiesta dello stato dentale. Si tratta di un rapporto scritto sulla salute dei Suoi denti. Questo attesta se i Suoi denti sono sani prima trattamento.

Il dentista verificherà la presenza di eventuali infiammazioni nascoste nella bocca. Tratterà queste infiammazioni prima di iniziare il trattamento.

Chi si assume i costi del trattamento?

La Sua assicurazione sanitaria di base copre i costi degli esami, del trattamento e delle conseguenze del cancro. L'assicurazione complementare volontaria, invece, paga servizi come il reparto privato in ospedale.

Lei stesso paga una parte dei costi di trattamento.

La Sua partecipazione ai costi è composta come segue:

- la franchigia obbligatoria più bassa è di 300 franchi all'anno. Ciò significa che Lei paga tutti i costi fino a 300 franchi all'anno.
- Aliquota percentuale del 10 per cento di ogni fattura. Pagherà questo importo, fino a un massimo di 700 franchi all'anno.
- Se viene ricoverato in ospedale, pagherà 15 franchi per ogni giorno di degenza. Questi costi si aggiungono alla franchigia e all'aliquota.

Ha dei dubbi sulla copertura dei costi da parte dell'assicurazione sanitaria? Chieda prima al Suo medico o alla Sua compagnia assicurativa.

Chi paga le prestazioni non mediche?

L'assicurazione sanitaria paga le prestazioni di:

- fisioterapia;
- cure ambulatoriali da parte di servizi ospedalieri esterni (per es. Spitex);
- cure infermieristiche in casa di cura;
- consulenza nutrizionale;
- consulenza diabetologica;
- consulenza psicologica;
- ergoterapia;
- radiografie;
- esami del sangue.

Questi servizi devono essere prescritti dal medico. Se la compagnia di assicurazione sanitaria non paga uno di questi trattamenti, il medico deve informarla in anticipo. In caso di incertezza, contatti la Sua compagnia assicurativa.

Chi paga il ricovero ospedaliero?

La compagnia di assicurazione sanitaria rimborsa i costi del ricovero ospedaliero. Tenga presente che la libera scelta dell'ospedale in tutta la Svizzera è possibile solo dopo aver stipulato un'assicurazione complementare. Si informi presso il Suo medico o la Sua compagnia di assicurazione sanitaria.

Chi paga la riabilitazione?

Dopo un'operazione importante, è spesso consigliabile trascorrere due o tre settimane in una clinica di riabilitazione. La maggior parte delle compagnie di assicurazione sanitaria copre i costi di questa riabilitazione.

Chi paga i medicinali?

La cassa malattia copre i costi dei farmaci prescritti da un medico. Questi farmaci devono essere inclusi nell'elenco delle specialità dell'Ufficio federale della sanità pubblica. Se un farmaco prescritto non viene ancora pagato, il medico presenta una richiesta di copertura dei costi.

Chi paga l'assistenza domiciliare o in casa di cura?

La cassa malattia paga una parte dei costi per l'assistenza infermieristica prescritti dal medico, come iniezioni e cura delle ferite. Lei stesso paga una parte dei costi concordata contrattualmente. I costi restanti sono a carico del Suo comune di residenza.

Per saperne di più s'informi presso il Suo comune, le organizzazioni di cura a domicilio (per es. Spitex) o le case di cura della Sua zona.

Come viene trattato il cancro del pancreas?

L'essenziale in breve

- Il trattamento del cancro del pancreas consiste in diverse terapie e può durare molto tempo.
- Le terapie più comuni sono la chirurgia e la chemioterapia.
- Non assuma alcun medicinale senza prima informare il medico.

Le diverse opzioni di trattamento per il cancro del pancreas sono illustrate nei paragrafi seguenti.

Operazione chirurgica

Durante l'operazione, il chirurgo asporta il tumore insieme a una parte di tessuto sano. Questo è detto «margine di sicurezza». Il chirurgo rimuove anche i linfonodi vicini. Il tessuto e i linfonodi rimossi vengono poi analizzati in laboratorio.

A volte il tumore non può essere completamente rimosso. Oppure i pazienti sono troppo deboli per affrontare un intervento chirurgico più impegnativo. Gli interventi più piccoli aiutano quindi a facilitare l'assunzione di cibo e la digestione. Oppure aiutano ad alleviare i sintomi. Tra questi, ad esempio, l'inserimento di un tubo di metallo o di plastica (stent) nel dotto biliare. Questo permette alla bile di continuare a defluire se il tumore continua a crescere.

Nell'opuscolo «La chirurgia dei tumori» può trovare maggiori informazioni sull'anestesia o su come affrontare l'ansia.

In che ospedale farsi operare?

Faccia l'operazione in un ospedale dove i medici eseguono spesso questo tipo di intervento. Ad esempio, in un ospedale specializzato, con un centro certificato per il pancreas. Si informi sulla frequenza con cui questo intervento viene eseguito ogni anno nell'ospedale.

È importante che l'operazione sia eseguita da chirurghi esperti. Studi scientifici dimostrano che in questo modo avrà maggiori possibilità di guarigione.

Quanto dura l'intervento?

L'entità dell'intervento e la sua durata dipendono dalla posizione e dalla diffusione del tumore. A volte i chirurghi devono rimuovere l'intero pancreas e altri organi. L'operazione dura quindi diverse ore.

Quanto dovrò rimanere in ospedale?

L'intervento chirurgico per il tumore al pancreas è tra i più complessi e difficili nell'addome. Questo perché il pancreas si trova vicino ad altri organi e vasi sanguigni importanti.

Dovrà rimanere in ospedale per una o due settimane dopo l'intervento. Questo periodo include uno o due giorni nel reparto di terapia intensiva.

Come si svolge l'operazione?

La testa del pancreas è collegata al duodeno e al dotto biliare. Se il tumore è localizzato nella testa del pancreas, l'operazione è molto complessa. Questa procedura è nota come intervento di Whipple.

I chirurghi rimuovono i seguenti tessuti e organi:

- testa del pancreas;
- duodeno;
- cistifellea;
- la parte del dotto biliare che attraversa il pancreas;
- raramente anche una parte dello stomaco.

L'operazione interrompe temporaneamente il tratto digestivo. I chirurghi devono poi ripristinarlo.

Se il tumore è localizzato nella coda del pancreas, viene rimosso solo il tessuto interessato. Se un tumore nella parte centrale del pancreas è benigno, anche in questo caso si rimuove solo il tessuto interessato. Altrimenti, i chirurghi rimuovono parti del pancreas e spesso anche la milza. A volte devono rimuovere l'intero pancreas con o senza la milza.

Dopo l'intervento

Dopo l'intervento, probabilmente avrà problemi con la dieta e la digestione. Maggiori informazioni a pagina 33.

Probabilmente ora ha il diabete. Maggiori informazioni a pagina 35.

Le complicazioni più comuni includono la formazione di una fistola, emorragie, lesioni agli organi vicini e infezioni gravi. La formazione di una fistola significa che c'è una perdita nei nuovi collegamenti fatti durante l'operazione. Questo

avviene nei punti dove sono stati applicati i punti di sutura. A volte i medici devono operare di nuovo o rimuovere il resto del pancreas.

Dopo l'operazione, c'è il rischio che le cellule tumorali rimaste continuano a moltiplicarsi. Per questo motivo, a volte l'équipe curante raccomanda un'ulteriore chemioterapia e/o radioterapia.

Chemioterapia per il cancro del pancreas

I farmaci utilizzati nella chemioterapia sono noti come citostatici. Impediscono alle cellule tumorali di dividersi e moltiplicarsi. I farmaci raggiungono l'intero organismo attraverso i vasi sanguigni.



Come funziona la chemioterapia?

Il ciclo della chemioterapia è diviso in fasi. Un ciclo è composto da un periodo di trattamento specifico seguito da una pausa. La chemioterapia ha diversi cicli. Tra un ciclo e l'altro può riposarsi.

Riceverà i farmaci in regime ambulatoriale. Starà in ospedale o presso lo studio medico per alcune ore e poi potrà tornare a casa. Il farmaco sarà somministrato attraverso un'infusione endovenosa o in compresse.

La terapia dopo l'intervento dura circa sei mesi. A volte, prima dell'operazione, verrà fatta la chemioterapia per facilitare la rimozione del tumore.

Quali sono gli effetti collaterali?

Gli effetti collaterali più comuni della chemioterapia sono:

- affaticamento;
- mancanza di appetito;
- minore quantità di globuli bianchi nel sangue. Questo significa che si ammalerà più rapidamente di un'infezione o di un'emorragia;
- sintomi simil-influenzali (come dolori articolari o stanchezza);
- mucose infiammate (per esempio in bocca);
- diarrea, nausea e vomito;
- caduta dei capelli;
- eruzione cutanea;
- neuropatia, un danno ai nervi che si manifesta con disturbi sensoriali. Questi includono intorpidimento o sensibilità al freddo nelle mani e nei piedi. Alcune persone avvertono anche formicolio o dolore.

Molti di questi effetti collaterali sono temporanei e possono essere alleviati assumendo dei medicinali. Tuttavia, alcuni effetti collaterali possono durare più a lungo o persistere. La Sua équipe curante sarà lieta di assisterla.

Maggiori informazioni sulla chemioterapia e su ciò che può fare per prevenire gli effetti collaterali nell'opuscolo «Medicinali contro il cancro».

Radioterapia per il cancro del pancreas

La radioterapia colpisce principalmente le cellule tumorali. L'obiettivo è uccidere le cellule maligne.

Nel caso del cancro del pancreas, la radioterapia viene impiegata soprattutto in presenza di metastasi alle ossa. Oppure nel caso in cui il tumore non può essere operato. In questo modo il dolore è minore.

Come funziona la radioterapia?

Nel trattamento del cancro del pancreas, i raggi sono diretti dall'esterno verso il tumore e i linfonodi vicini. Prima del trattamento, gli specialisti effettuano una tomografia computerizzata per misurare con precisione l'area da irradiare.

La quantità totale di radiazioni non verrà somministrata tutta in una volta, ma suddivisa in diverse sessioni. Queste verranno distribuite nell'arco di alcune settimane. Le singole sedute si svolgono normalmente dal lunedì al venerdì.

Una seduta dura solo pochi minuti e non è dolorosa. La radioterapia viene effettuata in regime ambulatoriale, quindi dopo può tornare a casa.

Quali sono gli effetti collaterali?

Gli effetti collaterali più comuni della radioterapia sono:

- secchezza o arrossamento della pelle irradiata;
- infiammazione della mucosa intestinale, flatulenza o diarrea;
- nausea (a seconda della parte del corpo irradiata);
- stanchezza.

Gli effetti collaterali dipendono dalla dose totale di radiazioni e dall'area del corpo irradiata. Discuta di eventuali sintomi con la Sua équipe curante.

Maggiori informazioni sulla radioterapia e sui suoi effetti collaterali nell'opuscolo «La radioterapia».

Radiochemioterapia

In questo caso, la radioterapia viene combinata con la chemioterapia per aumentare l'efficacia dei trattamenti. Durante questa procedura, si somministra un medicinale. Questo rende le cellule tumorali più sensibili alla radioterapia.

Gli effetti collaterali della radiochemioterapia sono solitamente più gravi. Questo rispetto a quelli della chemioterapia o della radioterapia da sole.

Medicina complementare

Le procedure mediche complementari possono aiutare a sentirsi meglio durante e dopo il trattamento del cancro. Possono ridurre gli effetti collaterali, ma non curano il cancro.

Alcuni di questi metodi vengono talvolta utilizzati in alternativa, cioè al posto del trattamento oncologico convenzionale. La Lega contro il cancro li sconsiglia. Può trovare maggiori informazioni in merito nell'opuscolo «Medicina complementare e cancro».

Non utilizzi prodotti complementari o unguenti senza aver prima informato il medico. Anche prodotti apparentemente innocui potrebbero non essere compatibili con la Sua terapia o potrebbero influenzare l'efficacia dei medicinali.

Cure palliative

Le cure palliative aiutano i pazienti con cancro al pancreas che non può essere curato. Servono a ridurre il dolore e a migliorare la qualità della vita.

L'offerta giusta

Il Suo stato di salute e le Sue esigenze sono molto importanti per scegliere la migliore assistenza. Può ricevere cure a domicilio con un servizio mobile di cure palliative o Onko-Spitex. Altre opzioni sono un reparto di cure palliative in ospedale, un hospice o una casa di cura.

I consulenti delle Leghe regionali e cantonali contro il cancro e la Linea cancro saranno lieti di aiutarla a pianificare le cure palliative.

Gli indirizzi e i numeri di telefono si trovano a partire da pagina 50.

Per saperne di più sulle cure palliative, consulti l'opuscolo «Cancro inguaribile: che cosa fare?» o si rivolga presso l'Associazione svizzera per la medicina, la cura e l'accompagnamento palliativo (www.palliative.ch).

Mandato precauzionale e direttive anticipate

Questi documenti saranno usati nel caso in cui Lei non sarà più in grado di capire le conseguenze delle Sue decisioni. Quando compila il mandato precauzionale o le direttive anticipate deve essere capace di intendere e di volere.

Mandato precauzionale

A volte le persone affette da cancro non sono più in grado di gestire i propri affari personali, legali e finanziari. In questo caso, possono nominare uno o più rappresentanti autorizzati. Questo diritto di rappresentanza può riguardare tutte o solo singole questioni (ad esempio, aprire la posta, effettuare operazioni bancarie).

Il documento deve essere scritto a mano. In caso contrario, deve essere autenticato da un notaio.

Direttive anticipate

Le direttive anticipate assicurano che le decisioni mediche rispettino le Sue volontà. Aiutano Lei, i Suoi familiari e i medici a sapere che cosa vuole e che cosa non vuole alla fine della Sua vita.

Maggiori informazioni nell'opuscolo «Scelte di fine vita» o in «Direttive anticipate della Lega contro il cancro».

Come combattere gli effetti collaterali?

L'essenziale in breve

- Il trattamento del cancro provoca effetti collaterali.
- I disturbi più comuni del cancro del pancreas sono il dolore e i problemi di alimentazione e digestione.
- Non aspetti che il dolore diventi insopportabile. Contatti il medico il prima possibile.

Come gli effetti collaterali si presentano, quanto sono gravi e quanto durano, varia molto da persona a persona.

Informarsi è importante

Di solito, riceverà un opuscolo sulla terapia. Troverà informazioni sui possibili effetti collaterali. Inoltre, ci saranno indicazioni su come gestirli. Se qualcosa è difficile da capire o non ha ricevuto l'opuscolo, non esiti a domandare.

Gli effetti collaterali possono essere alleviati

Molti effetti collaterali possono essere trattati. Alcuni sintomi, come il dolore o la nausea, sono prevedibili. Riceverà farmaci per alleviarli prima del trattamento.

Informi l'équipe curante se ha sintomi o difficoltà nella vita quotidiana. Potranno intervenire rapidamente.

Effetti sull'alimentazione e sulla digestione

Molte persone con il cancro del pancreas hanno problemi di alimentazione e digestione. Alcune sviluppano anche il diabete.

Importante: parli con il Suo medico se continua a perdere peso dopo l'operazione. Lo stesso vale durante la chemioterapia o se ha perso molto peso. Questo è importante anche se era o è ancora in sovrappeso.

Nutrizione artificiale

Se necessario, nei primi giorni dopo l'intervento riceverà nutrienti essenziali tramite una soluzione nutritiva. Questo favorirà il Suo recupero. L'équipe curante discuterà con Lei il tipo di nutrizione artificiale più adatto:

- con la nutrizione parenterale, una soluzione nutritiva viene immessa direttamente nel sangue. Questo avviene tramite un catetere. Il catetere è inserito in una vena.
- Con la nutrizione enterale, il cibo va direttamente nell'intestino tenue. Questo può avvenire tramite un tubo nel naso. Il tubo passa anche attraverso l'esofago. Oppure tramite un catetere nella parete addominale.

Che cosa fare in caso di problemi della digestione?

Dopo uno o due giorni di alimentazione artificiale, inizierà a riprendere gradualmente la Sua dieta. La Sua équipe curante La aiuterà. Anche un nutrizionista Le darà supporto. Tuttavia, potrebbe ancora avere problemi di digestione.

Ritardo nello svuotamento gastrico

Dopo l'intervento, potrebbe esserci un nuovo collegamento tra lo stomaco e l'intestino tenue. A volte il cibo può rimanere a lungo nello stomaco perché la digestione è lenta. Questo può causare una sensazione di pienezza e pesantezza. Potrebbe avere bisogno di eruttare o vomitare.

Dopo un po' di tempo, il Suo corpo si adatterà alla nuova situazione. Alcuni disturbi si attenueranno da soli. Altri miglioreranno seguendo un comportamento alimentare corretto. Anche cambiare dieta e assumere medicinali aiuterà.

Mangiando lentamente, masticando bene e consumando piccoli pasti, si può migliorare la capacità di tollerare il cibo. È utile bere tra i pasti invece che durante i pasti. In questo modo si riduce la quantità di cibo che entra nello stomaco.

Assenza o carenza di enzimi digestivi

A causa del tumore, il Suo corpo potrebbe non produrre più abbastanza enzimi digestivi. Questo può portare a una carenza di nutrienti nel corpo. Gli enzimi non sono più assorbiti adeguatamente e vengono espulsi con le feci. Si verificano problemi digestivi. Le feci possono diventare grasse, cioè chiare, galleggianti, unte e maleodoranti. Si perde peso anche mangiando regolarmente.

Può sostituire gli enzimi digestivi mancanti assumendo capsule di enzimi. Deve prenderle ad ogni pasto, compresi gli spuntini. Il dosaggio dipende dal contenuto di grassi dei pasti.

Diarrea

Dopo un intervento chirurgico o durante la chemioterapia può avere la diarrea. È importante che ne parli con l'équipe curante. Non deve perdere troppo peso.

Per la diarrea sono disponibili le seguenti opzioni:

- farmaci per la diarrea;
- l'équipe curante verificherà se sta assumendo enzimi digestivi a sufficienza. E se li sta assumendo al momento giusto.

Che cosa fare in caso di diabete?

Il corpo potrebbe non produrre più abbastanza insulina o glucagone. Oppure potrebbe non elaborare correttamente questi ormoni. Questo porta a livelli di zucchero nel sangue alti. A volte, i livelli possono essere bassi o fluttuanti.

Un problema comune con il cancro del pancreas sono i livelli elevati di zucchero nel sangue. Se il livello di zucchero nel sangue è troppo alto per un lungo periodo, si sviluppa il diabete. In questo caso, si tratta del diabete di tipo 3.

Il diabete non trattato è pericoloso. È quindi importante che misuri regolarmente i livelli di glucosio nel sangue e che assuma i medicinali prescritti.

Richieda del materiale informativo sul diabete di tipo 3. Può chiedere se può partecipare a un corso informativo sul diabete. In questo caso, si faccia accompagnare da una persona di fiducia.

Devo iniettarmi l'insulina?

Se i livelli di insulina sono troppo bassi, generalmente è sufficiente assumere compresse per abbassare la glicemia. Tuttavia, potrebbe essere necessario iniettarsi l'insulina.

Se il pancreas è stato rimosso o non produce più insulina, dovrà iniettarsi l'insulina per tutta la vita.

Se deve farlo da solo, un professionista Le insegnerà come fare. Le mostrerà come usare la siringa. Le insegnerà anche come calcolare la quantità di insulina da iniettare.

Nel diabete di tipo 3, i livelli di glucosio nel sangue devono essere mantenuti entro limiti specifici. Questi ultimi sono diversi da quelli delle altre forme di diabete. Pertanto, non confronti i Suoi livelli di glicemia con quelli di altri diabetici.

Che cosa posso mangiare?

In linea di massima, può mangiare tutto ciò che Le piace e che non causa disagio. È importante assumere cibi ricchi di calorie e proteine. Ha bisogno di energia per affrontare la malattia e i suoi effetti.

Un nutrizionista o un dietologo La consiglieranno sull'alimentazione. Se non ha ricevuto consulenza nutrizionale in precedenza, ne faccia richiesta. Chieda al dietologo se ha esperienza con il diabete di tipo 3 e la terapia enzimatica sostitutiva.

Suggerimenti utili

- Si prenda il tempo necessario per mangiare. Mastichi bene in modo che il cibo si mescoli con la saliva.
- Mangi più volte durante il giorno. Preferisca pasti più piccoli. Si accerti di assumere abbastanza nutrienti e calorie. Anche se mangia poco a ogni pasto.
- Beva poco o niente durante i pasti. Beva piuttosto durante la giornata (circa 1,5 litri al giorno).
- Potrebbe non tollerare alcuni alimenti come prima. Ne parli con il personale ospedaliero. Dica se ha gonfiore e ha disagio.
- Se l'appetito è scarso, assumere alimenti in forma liquida può aiutare a ottenere energia e nutrienti.

Maggiori informazioni sulle difficoltà legate all'alimentazione e su ciò che può fare al riguardo nell'opuscolo «Alimentazione e cancro».

Rischio di infezioni

La milza fa parte del sistema immunitario. Se la milza è stata asportata con un'operazione, è più suscettibile alle infezioni batteriche. L'équipe curante Le consiglierà di fare ulteriori vaccinazioni, come quella contro gli pneumococchi. Questo aiuterà a sostenere il Suo sistema immunitario.

Avvisi il medico se ha (avuto) un forte raffreddore o altre infezioni che sono guarite da sole prima della diagnosi di cancro. Potrebbe infatti avere bisogno di antibiotici o di altri medicinali. Informi il medico del fatto che la Sua milza è stata rimossa.

Rischio di trombosi

Dopo l'intervento, il rischio di coaguli di sangue è maggiore. Pertanto, Le verranno prescritti medicinali per alcune settimane. Questi vengono solitamente iniettati sotto la pelle.

Se la milza fosse stata rimossa, questo potrebbe causare l'aumento delle piastrine nel sangue. A lungo andare, avrà anche un rischio maggiore di coaguli di sangue. Potrebbe essere necessario assumere dei farmaci per ridurre questo rischio.

Come alleviare il dolore?

Il cancro del pancreas può causare dolore. In particolare, se si tratta di un tumore in stadio avanzato o con delle metastasi. Il dolore può essere estenuante e molto fastidioso.

Se il dolore viene trattato tempestivamente, di solito può essere alleviato. Pertanto, informi sempre il Suo medico se ha dolore.



Il dolore potrebbe non sparire del tutto dopo i trattamenti. Tuttavia, di solito diventa più tollerabile. Esistono vari modi per alleviare il dolore:

- medicinali;
- operazione chirurgica;
- radioterapia;
- medicina complementare (come agopuntura, medicina tradizionale cinese, naturopatia);
- fisioterapia;
- attività fisica (sport ed esercizio fisico);
- esercizi di rilassamento (per es. la meditazione o il training autogeno);
- consulenza psiconcologica o psicoterapia.

Maggiori informazioni su questo argomento nell'opuscolo «Dolori da cancro e loro cura».

Ritorno alla vita quotidiana

L'essenziale in breve

- Le persone malate di cancro sono meno resistenti di prima.
- La riabilitazione oncologica sostiene la persona nell'agevolare il ritorno alla vita quotidiana.
- Dopo i trattamenti contro il cancro, ci si deve sottoporre regolarmente a visite di controllo.

Riprendersi dal cancro richiede tempo e pazienza. Potrebbe non sentirsi ancora pronto per la vita quotidiana. I familiari o il datore di lavoro potrebbero aspettarsi che Lei torni a lavorare come prima. Non è facile affrontare questa situazione. Non si lasci mettere sotto pressione.

Maggiori informazioni su questi argomenti sono disponibili negli opuscoli «Quando anche l'anima soffre», «La fatigue da cancro» e «Cancro: le sfide da affrontare sul posto di lavoro».

Cerchi un supporto professionale

Parli con il Suo medico. Può contattare i consulenti della Lega contro il cancro o un altro professionista. Insieme potrete valutare le misure di supporto appropriate. Inoltre, potrete verificare la copertura della Sua assicurazione sanitaria.

La Lega contro il cancro offre corsi per le persone ammalate e i loro familiari. Per maggiori informazioni, contatti la Lega contro il cancro del Suo Cantone.

Controlli periodici

Una volta terminato il trattamento, il medico Le consiglierà di sottoporsi a visite regolari di controllo. La frequenza dei controlli dipende dallo stadio della malattia. Varia anche in base alle terapie ricevute. Inoltre, è influenzata dal rischio di ricaduta e dallo stato di salute generale. Anche la presenza di diabete gioca un ruolo importante.

Gli esami di controllo servono a individuare presto i sintomi secondari. Questi sono effetti o disturbi causati dalla malattia o dai trattamenti. Aiutano anche ad alleviare i sintomi di accompagnamento. Questi si manifestano insieme alla malattia e possono includere effetti collaterali e complicazioni. L'obiettivo dei controlli è riconoscere e trattare tempestivamente eventuali ricadute.

Importante: se avverte sintomi o disturbi, contatti il medico anche se non è previsto un appuntamento. Può parlare con lui anche di stress psicologico, difficoltà professionali e problematiche sociali.

Riabilitazione oncologica

La riabilitazione oncologica aiuta le persone con il cancro a recuperare. Le supporta nel tornare alla vita di tutti i giorni e al lavoro. Può avvenire prima, durante o dopo i trattamenti contro il cancro.

Esistono programmi ambulatoriali e di ricovero. Questi comprendono il potenziamento muscolare mirato, l'esercizio fisico e lo sport. Inoltre, includono attività creative e artistiche, nonché l'apprendimento di tecniche di rilassamento.

Maggiori informazioni su questo argomento sono disponibili negli opuscoli «Riabilitazione oncologica» e «Attività fisica e cancro». Gli indirizzi dei centri di riabilitazione oncologica sono disponibili sul sito web: www.legacancro.ch/il-cancro/riabilitazione-oncologica.

Desidero una consulenza e altre informazioni

La Sua Lega cantonale o regionale contro il cancro

Consiglia, accompagna e sostiene le persone colpite e i loro familiari. Cosa offre la Sua Lega cantonale o regionale contro il cancro?

- La possibilità di avere colloqui personali.
- Un aiuto pratico per risolvere problemi assicurativi e finanziari o organizzativi, come la custodia dei bambini.
- Un aiuto a compilare le direttive anticipate del paziente.
- Numerose offerte di corsi e gruppi di autoaiuto.
- L'indirizzamento a vari specialisti, per esempio nei campi della dietetica, delle medicine complementari, della psiconcologia, del trattamento dei linfedemi o della sessuologia.

Linea cancro 0800 11 88 11

Una consulente specializzata sarà disponibile ad ascoltarla telefonicamente, rispondendo alle Sue domande su tutti gli aspetti legati al cancro e alle possibilità per affrontarlo. Può parlare con lei delle Sue paure e incertezze, e di come sta vivendo la situazione. Inoltre, la consulente Le fornirà i recapiti degli ospedali e dei centri oncologici nelle Sue vicinanze specializzati nel trattamento della Sua malattia.

La chiamata e la consulenza sono gratuite. Le richieste possono essere inoltrate anche per iscritto all'indirizzo helpline@legacancro.ch o tramite Skype (krebstelefon.ch). Il servizio Skype è disponibile in tedesco e francese.

Cancerline: la chat sul cancro

I bambini, i giovani e gli adulti hanno la possibilità di chattare con una consulente nel sito www.legacancro.ch/cancerline (orari: lunedì–venerdì, ore 11–16). Ha domande sulla malattia o desidera semplicemente parlare con qualcuno sul Suo stato d'animo? La chat è uno strumento ideale per farlo.

Linea stop-tabacco 0848 000 181

Consulenti specializzate Le forniscono informazioni, La motivano al cambiamento e, se lo desidera, La seguono nel processo di disassuefazione dal fumo, richiamandola gratuitamente. Per saperne di più, consulti il sito www.stop-tabacco.ch.

Corsi

Le Leghe cantonali e regionali contro il cancro organizzano corsi in diverse località della Svizzera per persone ammalate di cancro e i loro familiari: www.legacancro.ch/corsi.

Altri malati di cancro

Intrattenersi con persone accomunate da uno stesso vissuto e sapere come gestiscono situazioni particolari può infondere coraggio e aiutare a sentirsi meno soli.

Può discutere le questioni che Le stanno a cuore in un forum online, come quello moderato dalle consulenti della Linea cancro: www.forumcancro.ch.

Un luogo fisico dove scambiare le proprie esperienze è un gruppo di autoaiuto. Spesso è più facile aprirsi con persone che stanno vivendo una situazione simile.

Si informi presso la Sua Lega cantonale o regionale contro il cancro se vi sono gruppi di autoaiuto o gruppi di parola che si riuniscono nelle Sue vicinanze e sull'offerta di corsi per malati di cancro e i loro familiari. Sul sito www.autoaiutosvizzera.ch può cercare gruppi di autoaiuto nella Sua zona.

Servizi di assistenza e cura a domicilio

Si tratta di servizi non ospedalieri che offrono aiuto e cure infermieristiche a domicilio. In alcuni Cantoni ci sono organizzazioni specializzate nella cura dei malati di cancro, che prendono nomi diversi a seconda del Cantone in cui sono attive (ad es. Hospice Ticino, Hospiz Graubünden, Onko-Spitex, spitalexterne Onkologiepflege SEOP). Contatti la Sua Lega cantonale o regionale contro il cancro per ottenerne gli indirizzi.

Consulenza dietetica

Molti ospedali dispongono di un servizio di consulenza dietetica e nutrizionale. Sul territorio operano dietiste e dietisti indipendenti che, in generale, collaborano con i medici e sono membri dell'associazione di categoria:

Associazione svizzera delle dietiste e dei dietisti (ASDD)
Altenbergstrasse 29
Casella postale 686
3000 Berna 8
Tel. 031 313 88 70
service@svde-asdd.ch

Sul sito dell'ASDD può cercare un dietista diplomato: www.svde-asdd.ch (in tedesco e francese).

palliative.ch

L'Associazione svizzera per la medicina, la cura e l'accompagnamento palliativo sostiene le persone che hanno un cancro incurabile. Ogni persona dovrebbe beneficiare di una buona qualità della vita fino alla fine.

La rete di palliative.ch assicura che le persone ammalate possano ricevere un'assistenza e una cura ottimali, indipendentemente dal luogo dove abitano.

palliative.ch
Kochergasse 6
3011 Berna
Tel. 031 310 02 90
info@palliative.ch
www.palliative.ch

La mappa di palliative.ch fornisce una panoramica delle offerte in Svizzera che soddisfano gli elevati standard di qualità per le cure palliative:
www.cartepalliative.ch/carte.

Équipe curante

L'équipe curante Le consiglia cosa fare in caso di disturbi legati alla malattia e alle terapie. Chieda anche quali sono le misure che possono aiutarla e facilitarle la guarigione. L'équipe curante include i professionisti che La assistono, curano e sostengono durante la malattia.

Sostegno psiconcologico

Uno psiconcologo è uno specialista che aiuta le persone colpite e i familiari a gestire ed elaborare le conseguenze psichiche di un cancro.

Varie figure professionali possono offrire un sostegno psiconcologico (ad es. medici, psicologi, infermieri, assistenti sociali o spirituali). L'essenziale è che abbiano seguito un perfezionamento in psiconcologia. All'indirizzo www.legacancro.ch/psiconcologia trova i recapiti degli psiconcologi nelle Sue vicinanze.

Opuscoli della Lega contro il cancro

- Alimentazione e cancro
- Attività fisica e cancro
- Cancro inguaribile: che cosa fare?
- Diario del dolore
- Direttive anticipate della Lega contro il cancro
- Dolometer® VAS
- Dolori da cancro e loro cura
- Il linfedema dopo un cancro
- Il periodo del lutto
- La chirurgia dei tumori
- La fatigue da cancro
- La radioterapia
- Medicina complementare e cancro
- Medicinali contro il cancro
- Mio padre o mia madre hanno il cancro
- Predisposizione genetica al cancro
- Prendersi cura di una persona cara malata di cancro
- Quando anche l'anima soffre


- Quando un genitore si ammala di cancro
- Riabilitazione oncologica
- Scelte di fine vita
- Terapie orali in oncologia

Presso la Lega contro il cancro trova ulteriori opuscoli dedicati a singoli tipi di cancro, a trattamenti specifici e alla gestione della malattia. Tutti gli opuscoli sono gratuiti e disponibili anche in forma elettronica. Sono offerti dalla Lega svizzera contro il cancro e dalle Leghe cantonali o regionali contro il cancro. Ciò è possibile soltanto grazie alla generosità dei donatori.

Modalità di ordinazione

- Lega contro il cancro del Suo Cantone
- Telefono 0844 85 00 00
- shop@legacancro.ch
- www.legacancro.ch/opuscoli



 **Può leggere e ordinare tutti gli opuscoli online.**

Il Suo parere ci interessa

Può esprimere la Sua opinione su questo opuscolo compilando il questionario che trova in fondo all'opuscolo o sul sito www.legacancro.ch/lasuaopinioneconta. La ringraziamo per il Suo interesse.

Alcune Leghe cantonali contro il cancro dispongono di una biblioteca dove è possibile prendere in prestito gratuitamente libri sul cancro. Si informi presso la Lega del Suo Cantone.

Informazioni su Internet

Offerte della Lega contro il cancro

www.forumcancro.ch

Forum online della Lega contro il cancro.

www.legacancro.ch

Sito web ufficiale della Lega contro il cancro.

www.legacancro.ch/cancerline

Chat di consulenza della Lega contro il cancro.

www.legacancro.ch/corsi

Corsi per persone ammalate e familiari.

www.legacancro.ch/il-cancro/riabilitazione-oncologica

Offerte di riabilitazione oncologica.

www.legacancro.ch/psicooncologia

Per trovare uno psicooncologo nelle vicinanze.

Informazioni in italiano

www.autoaiutosvizzera.ch

Recapiti di gruppi di autoaiuto nelle vicinanze.

www.ficog.org/it

Federation of Italian Cooperative Oncology Groups

www.kofam.ch/it

Ufficio federale della sanità pubblica:
ricerca sull'essere umano in Svizzera.

www.reteoncologicaropi.it

Rete oncologica pazienti Italia.

Informazioni in tedesco e/o francese

www.palliative.ch

Associazione svizzera per la medicina,
la cura e l'accompagnamento palliativo

www.psychoonkologie.ch

Società svizzera di psiconcologia

Informazioni in inglese

www.cancer.gov

National Cancer Institute USA

www.cancer.net

American Society of Clinical
Oncology

www.cancer.org

American Cancer Society

www.cancerresearchuk.org

Cancer Research UK

www.macmillan.org.uk

Macmillan Cancer Support

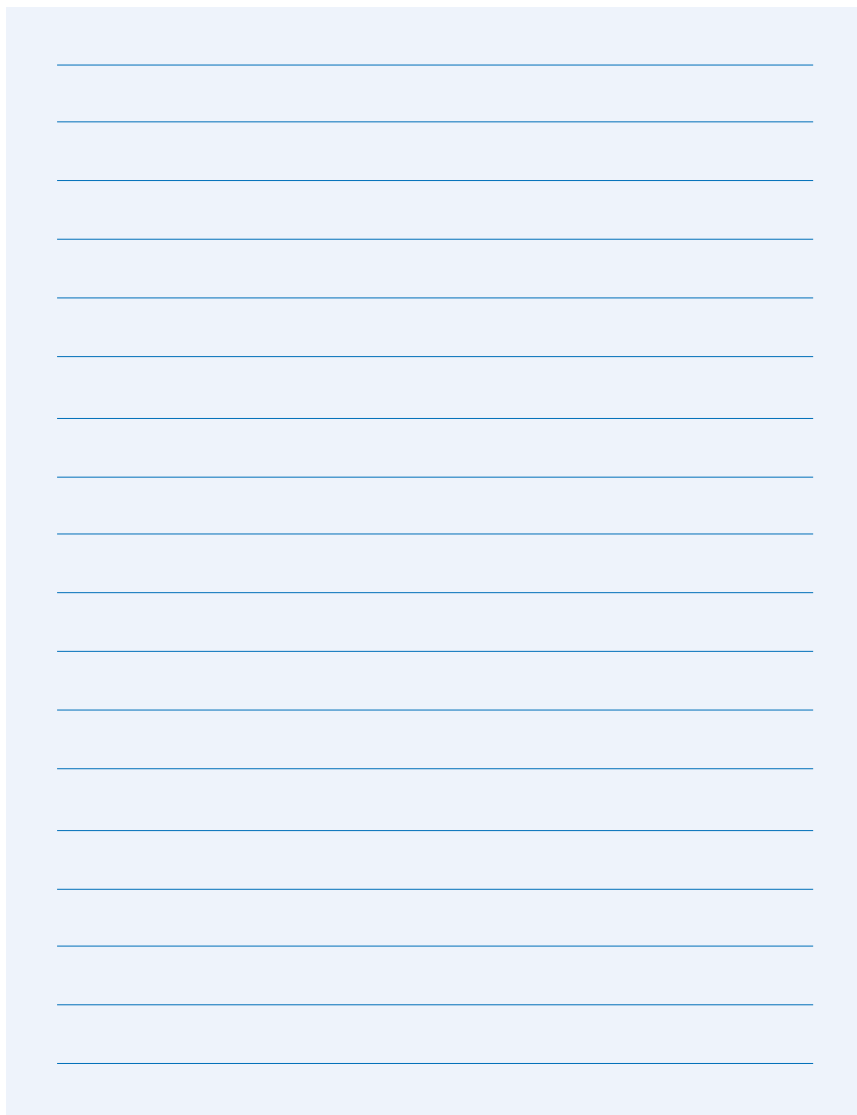
Fonti

Le pubblicazioni e i siti web citati in questo opuscolo servono anche come fonti per la Lega contro il cancro.

Kunz, B. (18.3.2022). PAK Pankreaskarzinom Bauchspeicheldrüsenkrebs. Wissensdatenbank Krebsinformationsdienst, Deutsches Krebsforschungszentrum. <https://m100-kid.dkfz.de/wissensdatenbank/pankreaskarziom/pak-pankreaskarzinom-bauchspeicheldruesenkrebs/>

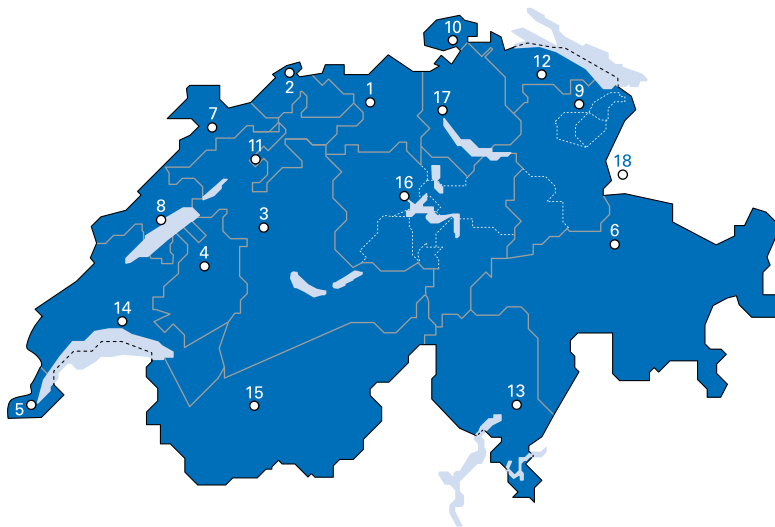
Leitlinienprogramm Onkologie (Deutsche Krebsgesellschaft, Deutsche Krebshilfe, AWMF) (Dezember 2021). S3-Leitlinie zum exokrinen Pankreaskarzinom. Langversion 2.0. <https://www.leitlinienprogramm-onkologie.de/leitlinien/pankreaskarzinom/>

I miei appunti



A large light blue rectangular area containing 20 horizontal blue lines, serving as a space for notes.

La Lega contro il cancro offre aiuto e consulenza



1 **Krebsliga Aargau**

Kasernenstrasse 25
Postfach 3225
5001 Aarau
Tel. 062 834 75 75
admin@krebsliga-aargau.ch
www.krebsliga-aargau.ch
IBAN: CH09 0900 0000 5001 2121 7

2 **Krebsliga beider Basel**

Petersplatz 12
4051 Basel
Tel. 061 319 99 88
info@klbb.ch
www.klbb.ch
IBAN: CH11 0900 0000 4002 8150 6

3 **Krebsliga Bern** **Ligue bernoise contre le cancer**

Schwanengasse 5/7
Postfach
3001 Bern
Tel. 031 313 24 24
info@krebsligabern.ch
www.krebsligabern.ch
IBAN: CH23 0900 0000 3002 2695 4

4 **Ligue fribourgeoise** **contre le cancer** **Krebsliga Freiburg**

route St-Nicolas-de-Flüe 2
case postale
1701 Fribourg
tél. 026 426 02 90
info@liguecancer-fr.ch
www.liguecancer-fr.ch
IBAN: CH49 0900 0000 1700 6131 3

5 **Ligue genevoise** **contre le cancer**

11, rue Leschot
1205 Genève
tél. 022 322 13 33
ligue.cancer@mediane.ch
www.lgc.ch
IBAN: CH80 0900 0000 1200 0380 8

6 **Krebsliga Graubünden**

Ottoplatz 1
Postfach 368
7001 Chur
Tel. 081 300 50 90
info@krebsliga-gr.ch
www.krebsliga-gr.ch
IBAN: CH97 0900 0000 7000 1442 0

7 **Ligue jurassienne contre le cancer**

rue des Moulins 12
2800 Delémont
tél. 032 422 20 30
info@ljcc.ch
www.liguecancer-ju.ch
IBAN: CH13 0900 0000 2500 7881 3

8 **Ligue neuchâteloise** **contre le cancer**

faubourg du Lac 17
2000 Neuchâtel
tél. 032 886 85 90
LNCC@ne.ch
www.liguecancer-ne.ch
IBAN: CH23 0900 0000 2000 6717 9

9 **Krebsliga Ostschweiz** **SG, AR, AI, GL**

Flurhofstrasse 7
9000 St. Gallen
Tel. 071 242 70 00
info@krebsliga-ostschweiz.ch
www.krebsliga-ostschweiz.ch
IBAN: CH29 0900 0000 9001 5390 1

10 Krebsliga Schaffhausen
Mühlentalstrasse 84
8200 Schaffhausen
Tel. 052 741 45 45
info@krebssliga-sh.ch
www.krebssliga-sh.ch
IBAN: CH65 0900 0000 8200 3096 2

11 Krebsliga Solothurn
Wengistrasse 16
Postfach 531
4502 Solothurn
Tel. 032 628 68 10
info@krebssliga-so.ch
www.krebssliga-so.ch
IBAN: CH73 0900 0000 4500 1044 7

12 Krebsliga Thurgau
Bahnhofstrasse 5
8570 Weinfelden
Tel. 071 626 70 00
info@krebssliga-thurgau.ch
www.krebssliga-thurgau.ch
IBAN: CH58 0483 5046 8950 1100 0

13 Lega cancro Ticino
Piazza Nosetto 3
6500 Bellinzona
Tel. 091 820 64 20
info@legacancro-ti.ch
www.legacancro-ti.ch
IBAN: CH19 0900 0000 6500 0126 6

**14 Ligue vaudoise
contre le cancer**
Av. d'Ouchy 18
1006 Lausanne
tél. 021 623 11 11
info@lvc.ch
www.lvc.ch
IBAN: CH89 0024 3243 4832 0501 Y

**15 Ligue valaisanne contre le cancer
Krebsliga Wallis**
Siège central:
rue de la Dixence 19
1950 Sion
tél. 027 322 99 74
info@lvcc.ch
www.lvcc.ch
Beratungsbüro:
Spitalzentrum Oberwallis
Überlandstrasse 14
3900 Brig
Tel. 027 604 35 41
Mobile 079 644 80 18
info@krebssliga-wallis.ch
www.krebssliga-wallis.ch
IBAN: CH73 0900 0000 1900 0340 2

**16 Krebsliga Zentralschweiz
LU, OW, NW, SZ, UR, ZG**
Löwenstrasse 3
6004 Luzern
Tel. 041 210 25 50
info@krebssliga.info
www.krebssliga.info
IBAN: CH61 0900 0000 6001 3232 5

17 Krebsliga Zürich
Freiestrasse 71
8032 Zürich
Tel. 044 388 55 00
info@krebssligazuerich.ch
www.krebssligazuerich.ch
IBAN: CH77 0900 0000 8000 0868 5

18 Krebshilfe Liechtenstein
Landstrasse 40a
FL-9494 Schaan
Tel. 00423 233 18 45
admin@krebshilfe.li
www.krebshilfe.li
IBAN: LI98 0880 0000 0239 3221 1

Lega svizzera contro il cancro

Effingerstrasse 40
casella postale
3001 Berna
Tel. 031 389 91 00
www.legacancro.ch
IBAN: CH95 0900 0000 3000 4843 9

Opuscoli

Tel. 0844 85 00 00
shop@legacancro.ch
www.legacancro.ch/
opuscoli

Forum

www.forumcancro.ch,
piattaforma virtuale della
Lega contro il cancro

Cancerline

www.legacancro.ch/
cancerline, la chat sul
cancro per bambini,
adolescenti e adulti
lunedì – venerdì
ore 10.00 – 18.00

Skype

krebstelefon.ch
lunedì – venerdì
ore 10.00 – 18.00

Servizio di consulenza stop-tabacco

Tel. 0848 000 181
massimo 8 centesimi
al minuto (rete fissa)
lunedì – venerdì
ore 11.00 – 19.00

**Le siamo molto grati
del Suo sostegno.**

Linea cancro 0800 11 88 11

lunedì – venerdì
ore 10.00 – 18.00
chiamata gratuita
helpline@legacancro.ch

Uniti contro il cancro

La Lega contro il cancro s'impegna affinché ...

- ... meno persone si ammalino di cancro,
- ... meno persone soffrano e muoiano di cancro,
- ... più persone possano essere guarite dal cancro,
- ... le persone malate ed i loro familiari vengano ascoltati e aiutati in tutte le fasi della malattia e nella morte.

Questo opuscolo Le viene consegnato dalla Sua Lega contro il cancro, la quale è a Sua disposizione con la sua ampia gamma di prestazioni di consulenza, accompagnamento e sostegno. All'interno trova l'indirizzo della Sua Lega cantonale o regionale.

I nostri opuscoli
sono disponibili
gratuitamente
solo grazie
alle donazioni.

**Donate ora
con TWINT:**



Scansionare il codice
QR con l'app TWINT.



Inserire l'importo e con-
fermare la donazione.



Oppure online su www.legacancro.ch/donazione.