lega contro il cancro

Il melanoma cutaneo

Un'informazione della Lega contro il cancro

Leggere online

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

4ª edizione in tedesco
Direzione del progetto e redazione
Barbara Karlen, redattrice informazioni sul cancro, Lega svizzera contro il cancro, Berna

Persona colpita in qualità di esperto
Ringraziamo la persona colpita per l'attenta lettura del manoscritto e per il prezioso feedback.

Consulenza scientifica
Dr. med. Michael Benzaquen, dermatologo consulente senior, Clinica universitaria di dermatologia, Inselspital, Berna
Prof. Dr. med. Robert Hunger, responsabile del Centro tumori della pelle, Clinica universitaria di dermatologia, Inselspital, Berna

Collaboratori della Lega svizzera contro il cancro, Berna
Benjamin Furrer, specialista in prevenzione,
Julia Schwarz, specialista in diagnosi precoce e screening
Nicole Steck, collaboratrice scientifica,
Romy Kahl, redattrice informazioni sul cancro

Post-editing in italiano
Lorenzo Terzi, Lega svizzera contro il cancro, Berna

Immagine di copertina
Albrecht Dürer, Adamo ed Eva

Illustrazioni
p. 7: Essex Pharma GmbH, Monaco di Baviera, adattata da Willi R. Hess, illustratore scientifico, Berna
p. 37: Lega svizzera contro il cancro

Immagini
p. 4: Shutterstock
pp. 8, 40: iStock
p. 12: Clinica dermatologica, Ospedale universitario di Zurigo

Grafica
Carsten Klein, Torgau

Stampa
VVA (Schweiz) GmbH, Widnau

Questo opuscolo è disponibile anche in lingua francese e tedesca.

© 2024, 2019, 2017, 2008, Lega svizzera contro il cancro, Berna | 4ª edizione

LSC | 6.2024 | 800 I | 031085012111

Indice

6 La pelle

9 Che cos'è un melanoma cutaneo?

14 Quali esami servono per porre la diagnosi?

21 Come viene pianificato il trattamento?

24 Come viene trattato il melanoma?

35 Che cosa fare in caso di effetti collaterali?

41 Che cosa succede dopo i trattamenti?

44 Desidero una consulenza e altre informazioni

Cara lettrice, caro lettore

Il melanoma cutaneo è un tumore comune in Svizzera. Il presente opuscolo risponde alle seguenti domande:

- che cos'è un melanoma?
- Quali sono le cause del melanoma cutaneo?
- Quali esami sono necessari per porre la diagnosi?
- Come viene trattato il melanoma?

Questo opuscolo non descrive il carcinoma basocellulare. Non parla dello spinalioma, della cheratosi attinica o del morbo di Bowen. Per saperne di più su queste malattie, consulti l'opuscolo «I tumori della pelle».

Ha delle domande? Lei o i Suoi familiari desiderate un sostegno? Contatti la Sua équipe curante, i consulenti delle Leghe cantonali contro il cancro o la Linea cancro (tel. 0800 11 88 11).

Nelle ultime pagine di questo opuscolo troverà gli indirizzi e i numeri di telefono delle Leghe cantonali e regionali contro il cancro.

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.

La pelle

L'essenziale in breve

- La pelle svolge alcuni compiti vitali.
- Tra questi ci sono la regolazione della temperatura corporea e la percezione attraverso i sensi.
- La pelle ha tre strati: l'epidermide, il derma e l'ipoderma.

La pelle è l'organo più grande del corpo umano. Ha una superficie di circa due metri quadrati e svolge i seguenti compiti:

- regola la temperatura corporea;
- è coinvolto nella percezione sensoriale;
- protegge il corpo dagli agenti esterni, quali il freddo e il calore;
- protegge il corpo dagli agenti patogeni.

La pelle è composta da tre strati. L'epidermide è lo strato più esterno. Il derma è lo strato intermedio; l'ipoderma è lo strato più interno.

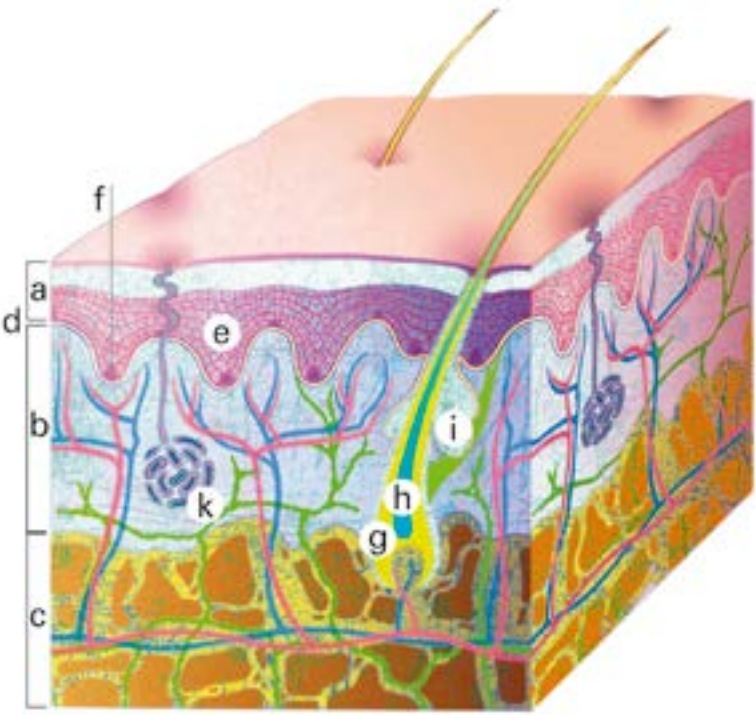
L'epidermide è composta da:

- strato basale. Qui si formano le nuove cellule della pelle;
- cellule dello strato spinoso, che formano la sostanza cornea;
- cellule pigmentate. Queste producono la melanina. La melanina è responsabile della colorazione della pelle. Inoltre, la protegge dai raggi ultravioletti;
- cellule di Langerhans. Queste fanno parte del sistema immunitario.

Il derma, cioè lo strato intermedio della pelle, è costituito dal tessuto connettivo. È formato da cellule del sistema immunitario e fibre nervose. Include vasi sanguigni e vasi linfatici. Comprende le ghiandole sudoripare e sebacee e i follicoli piliferi.

Lo strato più interno si chiama sottocute. Questo è costituito dal tessuto adiposo e da quello connettivo. È permeato da vasi sanguigni e da nervi. Infine, è collegato ai muscoli.

Struttura della pelle



a Epidermide
b Derma
c Sottocute
d Strato basocellulare (membrana basale)
e Strato spinoso
f Cellule pigmentate (melanociti)
g Follicoli capillari
h Capelli, peli
i Ghiandola sebacea
k Ghiandola sudoripara

Che cos'è un melanoma cutaneo?

L'essenziale in breve

- Il melanoma è un tumore maligno della pelle.
- Si sviluppa dalle cellule pigmentate della pelle e i raggi ultravioletti sono la causa principale.
- Alcuni cambiamenti della pelle possono indicare la presenza di un melanoma.

In questo tumore maligno, le cellule si moltiplicano in modo incontrollato. Queste possono crescere nel tessuto sano e danneggiarlo.

Le cellule tumorali possono diffondersi in tutto il corpo. Lo fanno attraverso i vasi linfatici e sanguigni. Se queste cellule si accumulano in altre parti del corpo, si formano delle metastasi. Queste possono svilupparsi vicino al tumore o nei linfonodi. Possono anche formarsi in altre parti del corpo. Più comunemente nei polmoni, nelle ossa, nel fegato o nel cervello.

Ogni anno, in Svizzera, a circa 3100 persone viene diagnosticato un melanoma cutaneo maligno. Ogni anno, circa 300 persone muoiono a causa di questa malattia. Quasi un quinto dei malati ha meno di 50 anni al momento della diagnosi.

Oltre al melanoma cutaneo, esistono anche tumori della pelle che non sono melanomi. Si tratta del basalioma (carcinoma basocellulare) e dello spinalioma (carcinoma a cellule squamose). Maggiori informazioni nell'opuscolo «Protezione solare per mio figlio».

Come si sviluppa un melanoma?

Il melanoma si sviluppa quando le cellule pigmentate dell'epidermide si dividono in modo incontrollato. Può manifestarsi su qualsiasi area della pelle o svilupparsi da macchie o nei già esistenti. Circa un terzo di tutti i melanomi si sviluppa dai nei e dalle macchie cutanee già esistenti. Le macchie della pelle sono dette anche voglie o nei.

Il melanoma è visibile sulla pelle come una macchia scura o nera. Questo si sviluppa nell'arco di alcuni mesi o anni.

Quali sono le cause del melanoma?

Tutti possono ammalarsi di un cancro della pelle. Alcuni fattori però aumentano il rischio di sviluppare un melanoma cutaneo maligno.

Radiazioni ultraviolette (UV)

I raggi UV sono la causa principale del melanoma. Il sole e i lettini del solarium emettono raggi UV. Questi possono danneggiare il materiale genetico delle cellule della pelle. In questo modo aumenta il rischio di contrarre il cancro della pelle. Infine, i raggi UV accelerano l'invecchiamento della pelle.

Dovrebbe quindi proteggersi dall'eccessiva esposizione alle radiazioni UV. Può leggere di più su questo argomento alla pagina «Proteggersi dal sole». I bambini sono più a rischio di danni duraturi causati dai raggi UV. La loro pelle deve essere quindi particolarmente protetta. Può saperne di più su questo argomento alla pagina «Protezione solare per i bambini».

Come riconoscere un melanoma?

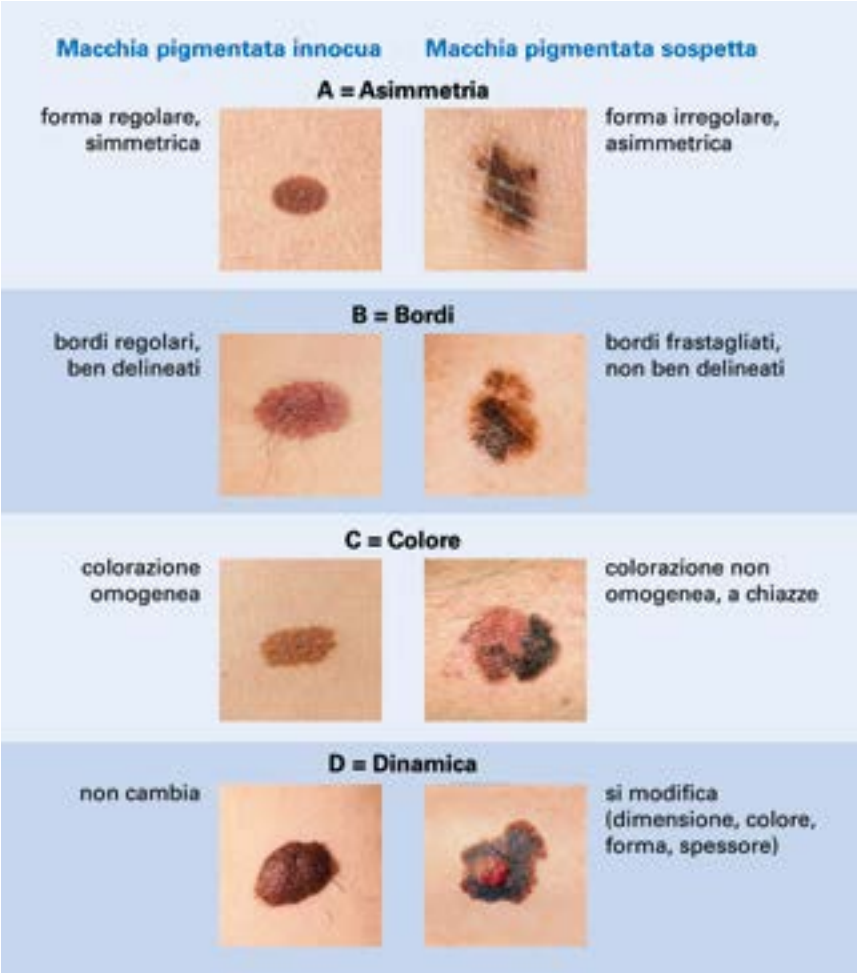
I seguenti cambiamenti della pelle possono indicare la presenza di un melanoma:

- un neo ha forma e colore diversi rispetto ad altre macchie cutanee;
- un neo, nuovo o già esistente, è sporgente, cresce rapidamente o è duro;
- una macchia pigmentata ha diversi colori, prude, sanguina o trasuda;
- alcune aree della pelle sembrano a delle ferite, ma non guariscono.

Faccia controllare queste macchie da un dermatologo.

La regola dell' ABCD La può aiutare nell'autoesame della pelle. Controlli ogni parte del corpo. Presti particolare attenzione alle zone della pelle esposte spesso al sole. Per fare questo controllo, si metta davanti a uno specchio di grandi dimensioni. Utilizzi anche uno specchio da tenere in mano.

La regola dell'ABCD per l'autoesame della pelle



Diagnosi precoce del melanoma

L'obiettivo della diagnosi precoce è identificare le alterazioni della pelle in maniera tempestiva. Il dermatologo può capire se un cambiamento della pelle è innocuo. O se si tratta di un cancro della pelle.

Le persone con maggior rischio di cancro della pelle dovrebbero fare dei controlli regolari dal dermatologo.

Chi ha un rischio maggiore di cancro della pelle?

- Persone con più di 100 macchie pigmentate sulla pelle.
- Persone di carnagione chiara (bassa pigmentazione). Ciò significa che la pelle non si abbronza o si abbronza lentamente.
- Persone con macchie pigmentate evidenti (colore, forma).
- Persone in cui tanti membri della propria famiglia hanno (avuto) un melanoma. In particolare, quando genitori, fratelli o sorelle hanno già avuto un melanoma.
- Persone che hanno già avuto un cancro alla pelle in precedenza.
- Persone che hanno la malattia ereditaria chiamata «albinismo».
- Persone esposte a molte scottature solari da bambini o inclini a scottarsi.
- Persone con un sistema immunitario indebolito.

Importante

Se nota cambiamenti evidenti dei Suoi nei o macchie della pelle, si rivolga a un dermatologo.

Quali esami servono per porre la diagnosi?

L'essenziale in breve

- Un dermatologo esamina la pelle.
- Se un'area della pelle è sospetta, viene prelevato un campione di tessuto. Il risultato del campione di tessuto fornisce informazioni sul fatto che si tratti o meno di un melanoma.
- Il melanoma è classificato in diversi stadi della malattia.
- Quanto prima viene riconosciuto un melanoma, tanto migliore è la prognosi.

Per porre la diagnosi sono necessari diversi esami di accertamento. Il tipo di esame varia da persona a persona. In caso di dubbi, chieda al Suo medico. Saprà se ha un melanoma o meno solo dopo gli esami di accertamento.

Visita medica

Se presenta delle alterazioni cutanee, si rivolga al proprio medico di base o a un dermatologo. I dermatologi sono specializzati nelle malattie della pelle.

Esame della pelle

Il dermatologo esamina la pelle con un dermatoscopio. È uno strumento che permette di ingrandire le macchie o i nei della pelle. Se il dermatologo ritiene che un'alterazione cutanea sia sospetta, la asporta. Per farlo fa un'anestesia locale. Il tessuto rimosso viene poi mandato in un laboratorio.

Il tecnico di laboratorio esamina i campioni prelevati e valuta se si tratta di un melanoma o no.

Analisi del sangue

I referti degli esami del sangue indicano le condizioni generali di salute. Inoltre, indicano se i Suoi organi funzionano correttamente.

È possibile che i valori del sangue siano normali nonostante la presenza di un tumore. Al momento (2024), non esiste un esame del sangue capace di individuare un melanoma in fase iniziale.

Diagnostica per immagini

Questi esami consentono di determinare se il tumore si è esteso ai linfonodi o se ci siano delle metastasi. Gli esami che possono essere prescritti sono: l'ecografia, la radiografia, la tomografia computerizzata, la risonanza magnetica, la tomografia computerizzata a emissione di positroni o la linfoscintigrafia.

Per fare questi esami dovrà recarsi in ospedale o in un centro radiologico. Gli esami sono indolori e durano da pochi minuti a mezz'ora. Si effettuano da svegli e, al termine, potrà tornare a casa.

Linfoscintigrafia

Attraverso questa procedura, i vasi linfatici e i linfonodi vengono visualizzati con un radiofarmaco. Questo è leggermente radioattivo. Quando le cellule tumorali si staccano dal melanoma, il più delle volte raggiungono il linfonodo sentinella. Si tratta del linfonodo più vicino al melanoma; è il primo linfonodo a ricevere la linfa dal tumore. Per scoprire se ci sono cellule tumorali nel linfonodo sentinella, si preleva un campione di tessuto. Questo viene inviato in laboratorio per le analisi.

Il radiofarmaco viene eliminato dalle urine o dalle feci. La quantità di radiazioni di questa procedura corrisponde a quella di una radiografia. Solo l'iniezione del radiofarmaco può essere dolorosa.

Tomografia computerizzata

Durante la tomografia, ci si sdraia su un lettino. Questo viene fatto scorrere attraverso una macchina a forma di anello. Questa macchi-

na ruota attorno al paziente e scatta immagini a raggi X. Le immagini vengono scattate da diverse angolazioni.

Tomografia a emissione di positroni combinata a computer tomografia (PET-CT)

Durante la PET-CT, viene somministrato uno zucchero leggermente radioattivo per via endovena. Questo zucchero tende ad accumularsi nelle cellule tumorali ad alta divisione. Queste sono cellule che si dividono più velocemente rispetto alle cellule sane. Nella PET-CT, le metastasi sono più chiaramente visibili rispetto alla tomografia computerizzata.

Risonanza magnetica

Durante questo esame, ci si sdraia su un lettino. Questo viene fatto scorrere in un grande magnete a forma di anello. La risonanza magnetica funziona con i campi magnetici. Le verranno date cuffie o tappi per le orecchie. Serviranno a ridurre il forte rumore del magnete.

Che cosa fare se si ha paura della risonanza magnetica?

Se ha paura di fare la risonanza magnetica, avvisi il personale di radiologia. La musica rilassante o un sedativo possono alleviare l'ansia.

Attesa dei risultati degli esami

Possono trascorrere giorni o settimane prima di ricevere i risultati degli esami. L'attesa è spesso molto stressante. I consulenti della Linea cancro e delle Leghe cantonali o regionali contro il cancro saranno lieti di assisterla. Risponderanno alle Sue domande e a quelle dei Suoi familiari.

Stadi della malattia

Gli esami di accertamento verificano:

- se c'è un tumore e quanto è grande;
- se il tumore si è diffuso in altre parti del corpo;
- se la malattia ha raggiunto i linfonodi;
- se ci sono delle metastasi.

In base all'esito degli esami, i medici valutano in quale stadio è il melanoma. Valutano quanto sia grave il melanoma. Per farlo, usano il principio dello spessore del tumore di Breslow e la classificazione TNM.

Spessore del tumore secondo Breslow

È un criterio che indica quanto in profondità il melanoma è penetrato nella pelle. Lo spessore è indicato in millimetri. Secondo Breslow, i melanomi piccoli misurano fino a 1 millimetro. I melanomi grandi superano i 4 millimetri di spessore. In linea di principio, più un melanoma è sottile, maggiori sono le probabilità di guarigione.

Classificazione TNM

La classificazione TNM descrive la diffusione del tumore nella pelle, nei linfonodi e in altri organi. Le lettere T, N, M sono utilizzati:

- T sta per tumore.
- N sta per linfonodo.
- M sta per metastasi.

Il seguente elenco è semplificato:

T	I numeri da 1 a 4 indicano lo stadio del tumore. Più elevata è la cifra, più il tumore è esteso o maggiori sono le dimensioni.
T1	Lo spessore del melanoma non supera 1 mm.
T2	Il melanoma ha uno spessore superiore a 1 mm, ma inferiore a 2 mm.
T3	Il melanoma ha uno spessore compreso tra 2 e 4 mm.
T4	Il melanoma è più spesso di 4 mm.

N	sta per linfonodo.
N0	Nessuna metastasi nei linfonodi vicini.
N1	Metastasi in 1 solo linfonodo.
N2	Metastasi in 2 o 3 linfonodi.
N3	Metastasi in 4 o più linfonodi.

M	sta per metastasi in altri organi.
M0	Nessuna metastasi in altri organi.
M1	Presenza di metastasi in altri organi.

Interpretare il referto

Cosa significano le lettere e i numeri? Per esempio, se nel referto medico compare «T1 N0 M0», questo significa: tumore con uno spessore non superiore a 1 millimetro, senza metastasi nei linfonodi vicini, senza metastasi in altri organi. È importante anche la profondità del tumore (spessore del tumore secondo Breslow) e se la superficie del tumore è intatta o meno.

Ha domande sugli stadi del melanoma?

In caso di domande, si rivolga al proprio medico. Oppure contatti la Lega contro il cancro della Sua zona o la Linea cancro.

Quali sono le probabilità di guarigione?

Le probabilità di guarigione variano da persona a persona. Dipendono dalla severità della malattia e dallo stato di salute della persona. Se si scopre un melanoma in tempo, le chance di guarigione aumentano.

Il melanoma è curabile quando viene rimosso completamente. Se il melanoma si è esteso ad altri organi, di solito non è possibile guarire. In questo caso, i pazienti ricevono trattamenti che riducono le dimensioni del tumore e delle metastasi. Grazie ai progressi della medicina, ora è possibile vivere più a lungo. Questo vale anche per chi ha un melanoma in stadio avanzato.

Perché proprio io?

Non è chiaro perché alcuni si ammalano di cancro e altri no. Nessuno ne ha colpa. Il cancro può colpire tutti. Questo la preoccupa? Ha delle domande sulle probabilità di guarigione? La Lega contro il cancro della Sua zona e la Linea cancro saranno liete di rispondere alle Sue domande.

Come viene pianificato il trattamento?

L'essenziale in breve

- Il trattamento viene pianificato nel tumor board.
- La scelta del trattamento dipende da diversi fattori. Ad esempio, lo stadio della malattia, le caratteristiche genetiche delle cellule tumorali o se il melanoma può essere rimosso.
- In caso di dubbi o domande, chieda al personale curante.

Medici di diverse discipline si incontrano regolarmente per discutere casi complessi. Questa riunione si chiama «tumor board». Dopo questa riunione, il medico Le consiglierà il trattamento più adatto al Suo caso.

Come viene scelto il trattamento?

Il trattamento più adatto dipende dai seguenti fattori:

- quanto è spesso il melanoma;
- a quale stadio è la malattia;
- caratteristiche genetiche delle cellule tumorali;
- se sono presenti metastasi o no;
- se il medico può rimuovere il melanoma o no;
- dallo stato di salute generale;
- quali altre malattie ha;
- che cosa intende per qualità della vita.

Ha domande sulla scelta del trattamento?

Può fare domande sulla scelta del trattamento in qualsiasi momento. Farsi spiegare la procedura e le possibili conseguenze del trattamento. Ha il diritto di rifiutare il trattamento o di chiedere del tempo per riflettere.

Chieda al Suo medico o al personale infermieristico se:

- l'ospedale è specializzato nel trattamento del melanoma cutaneo? Questa domanda è importante. Infatti, l'esperienza dell'équipe curante può influenzare il decorso della malattia e la qualità della vita.
- La mia situazione è stata discussa in un tumor board?
- Quale trattamento è più adatto al mio caso? Quali sono i vantaggi e gli svantaggi legati a questo trattamento?
- Quali effetti collaterali posso avere? Come contrastarli?
- Guarirò dopo i trattamenti?
- L'assicurazione sanitaria si assume i costi dei trattamenti?

Desidera un secondo parere medico?

Può chiedere un secondo parere medico in qualsiasi momento. La Sua équipe curante è a conoscenza di questo fatto. L'équipe può inoltrare i Suoi documenti al medico desiderato. Oppure Lei può richiedere personalmente i referti dei Suoi esami.

Costi dei trattamenti

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

Lei stesso paga una parte dei costi di trattamento. La Sua partecipazione ai costi è così strutturata:

- franchigia obbligatoria minima di 300 franchi all'anno. Ciò significa che Lei paga tutti i costi fino a 300 franchi all'anno.
- aliquota percentuale del 10 percento di ogni fattura. Pagherà l'aliquota 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.

Importante!

Potrebbe dover richiedere un'approvazione dei costi per i farmaci della terapia mirata. Ha dei dubbi sulla copertura dei costi da parte della Sua assicurazione sanitaria? Chieda prima al Suo medico o alla Sua assicurazione. Questi saranno lieti di consigliarla sulle questioni assicurative. Potrà chiarire le questioni assicurative e finanziarie anche in un colloquio congiunto.

Come viene trattato il melanoma?

L'essenziale in breve

- L'operazione chirurgica è il trattamento principale contro il melanoma cutaneo.
- Si possono tuttavia considerare altri trattamenti. Questi sono l'immunoterapia, la terapia mirata e la radioterapia.

Il tumore viene rimosso con un intervento chirurgico. Durante la radioterapia, le radiazioni sono mirate direttamente al tumore. L'obiettivo è distruggere le cellule tumorali. I trattamenti con medicinali sono la chemioterapia, l'immunoterapia e le terapie mirate. Il loro obiettivo è anche distruggere le cellule tumorali.

In molti casi, si usano più trattamenti insieme o uno dopo l'altro. L'obiettivo è di eliminare completamente il tumore.

Intervento chirurgico

L'operazione è il trattamento principale contro il melanoma cutaneo.

Durante l'operazione, il chirurgo deve togliere tutto il tumore. L'obiettivo è assicurare una distanza di sicurezza dal tessuto sano.

Se i melanomi sono superficiali o hanno uno spessore inferiore a 0,8 mm, il dermatologo eseguirà un piccolo intervento. Questo sarà fatto in ospedale o in uno studio medico. Riceverà un'anestesia locale nella zona da operare. Dopo l'intervento, potrà tornare a casa.

I chirurghi di diverse specialità pianificano insieme gli interventi più critici. Operano in modo da lasciare meno cicatrici possibili. Le operazioni più complesse vengono

eseguite in ospedale. Qui si rimane per alcuni giorni dopo l'operazione. Prima dell'operazione, si riceve un'anestesia generale o locale. Questo dipende dalla posizione del melanoma.

Durante l'intervento, i chirurghi possono rimuovere anche il linfonodo sentinella. Questo dipende però dallo spessore del melanoma.

Gli specialisti dei tessuti, poi, esaminano il linfonodo rimosso. L'obiettivo è verificare se ci sono delle cellule tumorali. Il risultato di questa analisi è fondamentale. Serve per pianificare eventuali altri trattamenti. Tuttavia, la rimozione e l'analisi del linfonodo sentinella non è di per sé un trattamento per il melanoma. Serve per decidere se sono necessari altri interventi.

Quali disturbi posso avere?

Può succedere che, durante l'intervento, i tendini, i muscoli o i nervi vengano lesionati. Si può avvertire un intorpidimento temporaneo. Oppure si è meno in grado di muovere la parte del corpo operata.

Se i linfonodi vengono rimossi, può essere che si sviluppi un linfedema. Si tratta di un gonfiore causato dall'accumulo di liquido linfatico. Questo può succedere nelle braccia e nelle gambe. Può accadere anche in altre parti del corpo.

Maggiori informazioni su questo argomento al sito «Linfedema».

Quando l'intervento chirurgico è un'opzione?

L'intervento chirurgico è essenziale, spesso è l'unico trattamento all'inizio del tumore. Ma si può valutare anche in stadi avanzati della malattia.

Immunoterapie

Le immunoterapie sono trattamenti che aiutano il sistema immunitario. Permettono al sistema immunitario di riconoscere e distruggere le cellule tumorali. La medicina utilizza immunoterapie attive e passive. Quelle attive rafforzano le difese immunitarie dell'organismo. Lo fanno insegnando al sistema immunitario a combattere il cancro. In quelle passive, vengono introdotte alcune sostanze nell'organismo. Queste sostanze combattono le cellule tumorali come parte del sistema immunitario.

Le immunoterapie comprendono gli inibitori del checkpoint immunitario. Si tratta di medicinali contro il cancro.

Che cosa sono gli inibitori del checkpoint immunitario?

Le cellule del corpo hanno dei meccanismi di controllo (checkpoint) sulla loro superficie. Questo fa sì che il sistema immunitario non attacchi queste cellule.

Anche le cellule tumorali hanno dei checkpoint. Per questo motivo, il sistema immunitario non le riconosce. Quindi, non le combatte.

Gli inibitori del checkpoint immunitario sono dei medicinali. Questi hanno l'obiettivo di bloccare i checkpoint delle cellule tumorali. Grazie a questi farmaci, il sistema immunitario riconosce il tumore. E distrugge le cellule tumorali.

Come funziona la terapia del checkpoint immunitario?

Dovrà recarsi in ospedale per una serie di appuntamenti. Di solito può tornare a casa il giorno stesso. Questi farmaci vengono iniettati nelle vene. La somministrazione avviene ogni due o quattro settimane. La terapia dura circa un anno. In presenza di metastasi, la terapia può durare anche più a lungo. Al termine delle terapie, il sistema immunitario è in grado di identificare le cellule tumorali. E di distruggerle. Questo per mesi o anni.

Quando viene utilizzata l'immunoterapia?

- Prima dell'intervento chirurgico, per ridurre le dimensioni del tumore. Questo migliora le probabilità di guarigione.
- Dopo l'intervento, per migliorare le probabilità di guarigione.
- In caso di metastasi non operabili, per rallentare la progressione del tumore.

L'immunoterapia può essere fatta da sola o in combinazione con altre terapie.

Quali effetti collaterali e disturbi posso avere?

Dopo queste terapie, è possibile che il sistema immunitario attacchi cellule sane. Questo fatto può causare:

- eruzioni cutanee pruriginose;
- diarrea;
- stanchezza;
- sintomi simil-influenzali (febbre, dolori muscolari);
- infiammazione delle ghiandole (tiroide o ipofisi);
- valori del sangue alterati, soprattutto quelli del fegato.

La maggior parte degli effetti collaterali scompare dopo la terapia. Gli effetti collaterali dovuti alla terapia del checkpoint sono vari. E a volte complessi. Pertanto, è opportuno che la terapia venga fatta in centri specializzati. Se avverte dei sintomi, informi immediatamente l'équipe curante. Identificare in fretta gli effetti collaterali aiuta a trattarli meglio.

Gli effetti collaterali possono comparire in momenti diversi. Durante la terapia, ma anche dopo un anno.

Per maggiori informazioni, legga l'opuscolo «L'immunoterapia con gli inibitori dei checkpoint» o visiti la pagina dedicata alle immunoterapie.

Terapie mirate

Si tratta di farmaci che colpiscono determinate caratteristiche delle cellule tumorali. Queste caratteristiche sono responsabili della crescita del tumore. I farmaci agiscono sui recettori delle cellule tumorali. Così facendo, bloccano la crescita del tumore. A volte il tumore scompare completamente.

Come funzionano le terapie mirate?

Questa terapia viene somministrata sotto forma di compresse. Per il trattamento ci si reca in ospedale o presso uno studio medico. Può tornare a casa il giorno stesso.

Quando viene utilizzata questa terapia?

Le terapie mirate possono essere utilizzate per i melanomi avanzati. Questi devono però presentare specifiche mutazioni genetiche. Per verificare se ci sono le mutazioni, viene prelevato del tessuto tumorale. Questo viene poi analizzato in laboratorio.

Le terapie mirate non si usano per tutte le persone che hanno il cancro. Ma, affinché la terapia funzioni, la cellula tumorale deve avere specifiche mutazioni genetiche.

Circa il 50% delle persone con melanoma ha queste alterazioni genetiche.

Le terapie mirate sono molto efficaci. Possono fermare la crescita del tumore. Possono anche fare regredire le metastasi.

Quali effetti collaterali e disturbi posso avere?

Gli effetti collaterali più comuni si manifestano sulla pelle e nelle mucose. Inoltre, riguardano il tratto gastrointestinale, gli occhi e il sistema cardiovascolare. Può comparire anche la febbre. Gli effetti collaterali dipendono dal tipo di medicinale. Non tutti i pazienti reagiscono ai farmaci allo stesso modo. E non tutti sperimentano effetti collaterali.

A che cosa devo prestare attenzione?

Informi immediatamente l'équipe curante se avverte dei disturbi. Molti di questi disturbi possono essere curati. Alcuni effetti collaterali si attenuano durante i trattamenti. O al termine dello stesso. Discuta anche quali effetti collaterali segnalare e a chi.

Per maggiori informazioni, visiti la pagina sulle terapie mirate.

Chemioterapia

La chemioterapia è una forma di terapia antitumorale che utilizza farmaci.

Come funziona la chemioterapia?

Ci si reca in ospedale o in uno studio medico. Di solito può tornare a casa il giorno stesso. Riceverà la chemioterapia per via endovenosa. A volte è anche possibile assumere la chemioterapia in forma di compresse. Questo può essere fatto anche a casa.

La chemioterapia si somministra ogni 1-3 settimane. Viene alternata da pause per il recupero, in sequenze dette cicli. Un trattamento completo comprende più cicli.

Quando viene utilizzata la chemioterapia?

La chemioterapia è tipicamente impiegata nel trattamento del melanoma avanzato. Soprattutto quando l'immunoterapia o le terapie mirate sono inefficaci. È utilizzata anche per mitigare i sintomi del cancro in stadio avanzato.

Quali disturbi ed effetti collaterali posso avere?

Oltre alle cellule tumorali, la chemioterapia danneggia anche le cellule sane. Questa è la causa principale del disagio e degli effetti collaterali. È importante sapere che esistono medicinali che possono prevenire o alleviare questi sintomi.

I disturbi più comuni dovuti alla chemioterapia sono:

- maggiori probabilità di sviluppare infezioni, emorragie o anemia;
- stanchezza persistente (fatigue), difficoltà di concentrazione e smemoratezza;
- nausea, vomito, diarrea o stitichezza;
- pelle e mucose secche, alterazione delle unghie, perdita di capelli e peli;
- alcuni alimenti hanno un sapore sgradevole o diverso rispetto a prima;
- perdita dell'appetito;
- sensazione di formicolio alle dita delle mani o dei piedi.

Dopo la chemioterapia, si riprenderà da molti di questi sintomi. Alcuni sintomi durano più a lungo.

Trova maggiori informazioni sulla chemioterapia e consigli per prevenire gli effetti collaterali nell'opuscolo «Medicinali contro il cancro» e alla pagina dedicata alla chemioterapia.

Radioterapia

Nella radioterapia, si utilizzano radiazioni. I raggi attraversano la pelle dall'esterno. Il loro obiettivo è distruggere le cellule tumorali. I raggi possono essere diretti contro il melanoma o contro le metastasi. Queste si trovano in altre parti del corpo.

Come funziona la radioterapia?

Ci si reca in ospedale o al centro radiologico da lunedì a venerdì per 4-6 settimane. Il trattamento dura pochi minuti ed è indolore, quindi si torna a casa. A volte, potrebbe essere necessario fare una radioterapia stereotassica. Si tratta di una radioterapia con radiazioni più forti rispetto a quella convenzionale.

Quando viene utilizzata la radioterapia?

La radioterapia viene utilizzata in questi casi:

- se il melanoma cutaneo non può essere rimosso con un'operazione chirurgica;
- in presenza di metastasi ai linfonodi o in altre parti del corpo;
- per alleviare i sintomi delle metastasi ossee o della compressione nervosa causata dal melanoma;
- combinata con l'immunoterapia o con la chemioterapia.

Quali disturbi ed effetti collaterali posso avere?

Oltre a distruggere le cellule tumorali, le radiazioni possono danneggiare anche le cellule sane. Questo può provocare dei disturbi. A differenza delle cellule tumorali, la maggior parte delle cellule sane è capace di riprendersi.

I disturbi da radioterapia e che hanno una durata breve sono:

- stanchezza;
- il punto della pelle che è stato irradiato è secco o arrossato;
- maggior sensibilità a raffreddori o infezioni.

La maggior parte dei sintomi scompare nel giro di poche settimane dopo il trattamento. A volte, però i sintomi possono persistere per settimane o mesi. I disturbi da radioterapia che hanno una durata lunga sono:

- scolorimento della pelle, nel punto di irradiazione;
- indurimento del tessuto adiposo sotto la pelle;
- stanchezza persistente (fatigue).

Maggiori informazioni a riguardo nell'opuscolo «La fatigue da cancro».

Importante

Discuta dei Suoi sintomi con l'équipe curante in una fase iniziale. Chieda anche che cosa può fare per alleviare i sintomi. Maggiori informazioni nell'opuscolo «La radioterapia» e alla pagina dedicata alla radioterapia.

Partecipare a studi clinici

La scienza sviluppa costantemente nuovi trattamenti contro il cancro. In studi clinici, ricercatori testano un nuovo trattamento per il cancro. Lo scopo è vedere quanto sia efficace e se è meglio dei trattamenti esistenti.

Desidera partecipare a uno studio clinico?

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

Medicina complementare

«Complementare» non significa che sostituiscono, ma che integrano la medicina convenzionale. I trattamenti complementari possono aiutare a migliorare il benessere generale. Migliorano la qualità della vita durante e dopo i trattamenti. Possono contribuire al rafforzamento generale e a rendere più sopportabili gli effetti collaterali. In genere questi trattamenti non sono efficaci contro il melanoma stesso.

Importante

Se è interessato a trattamenti di medicina complementare, ne parli prima con il medico. Infatti, alcuni prodotti potrebbero interferire con il trattamento del cancro. Possono influenzare l'efficacia dei farmaci.

Può trovare maggiori informazioni nell'opuscolo «Medicina complementare e cancro» e presso le Leghe cantonali e regionali contro il cancro. Queste saranno liete di consigliarla e aiutarla a trovare dei professionisti in terapie complementari.

Cure palliative

Si tratta dell'assistenza completa delle persone affette da cancro incurabile. Le cure palliative tengono conto del benessere fisico, sociale, emotivo e spirituale dei pazienti. Considerano la persona nella sua interezza. Queste cure non sono riservate solo all'ultima fase della vita. Chieda all'équipe curante di valutare le misure palliative. Questo dovrebbe essere fatto già all'inizio della malattia o dei trattamenti.

I consulenti delle Leghe regionali e cantonali contro il cancro e della Linea cancro saranno lieti di aiutarla. Per esempio, nella pianificazione delle cure palliative.

Direttive anticipate

Le direttive anticipate sono un documento. In esso Lei scrive la Sua volontà e le Sue preferenze sulle decisioni mediche future. È un modo formale per dire in anticipo cosa si vuole, nel caso non si possa più decidere. È consigliabile compilare le direttive anticipate il prima possibile.

I consulenti delle Leghe cantonali e regionali contro il cancro saranno lieti di assisterla. La aiuteranno a compilare le direttive anticipate.

Che cosa fare in caso di effetti collaterali?

L'essenziale in breve

- I trattamenti possono avere effetti collaterali.
- È importante collaborare strettamente con l'équipe curante. In questo modo, gli effetti collaterali possono essere trattati individualmente.
- Si può ricorrere a farmaci, a misure di supporto o ad aggiustamenti del piano terapeutico.

Anche gli interventi chirurgici, le terapie farmacologiche e la radioterapia possono causare effetti collaterali. Gli effetti collaterali variano da persona a persona. Possono presentarsi in modi e intensità diverse.

L'équipe medica le informerà sui possibili effetti collaterali. Prima dei trattamenti, riceverà dei farmaci. Questi farmaci aiutano a prevenire, limitare o evitare gli effetti collaterali. È importante prenderli come prescritto.

Importante

- Informi l'équipe curante se ha dei disturbi.
- Chieda quali disturbi deve segnalare immediatamente e a quale persona.
- Non è necessario sopportare disagi ed effetti collaterali. La maggior parte può essere prevenuta o trattata.
- Informi l'équipe curante se sta assumendo dei medicinali.

Che cosa fare in caso di dolore?

Presti attenzione al proprio dolore. Non è necessario sopportarlo perché può essere molto snervante ed estenuante.

I medicinali sono solo uno dei modi per trattare il dolore. Altre opzioni sono:

- medicina complementare (agopuntura, medicina tradizionale cinese, naturopatia);
- fisioterapia;
- attività fisica (sport ed esercizio fisico);
- esercizi di rilassamento (yoga, meditazione, training autogeno, mindfulness);
- radioterapia;
- psicoterapia.

Se il dolore viene trattato in una fase iniziale, di solito può essere alleviato. Pertanto, se ha dolori, ne parli sempre con il medico.

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

Modi per alleviare il dolore

Che cosa fare se ho un linfedema?

Il linfedema si verifica in genere dopo la rimozione dei linfonodi. Le persone che hanno un linfedema ricevono dei trattamenti. Questi includono il drenaggio linfatico manuale e la terapia compressiva. Il drenaggio linfatico manuale è un massaggio che stimola i vasi linfatici. Dopo il drenaggio linfatico, le verranno applicati dei bendaggi compressivi. Questo aiuta a drenare. Evita che il liquido si accumuli nel tessuto.

L'esercizio fisico quotidiano aiuta molte persone a promuovere il drenaggio linfatico.

Per saperne di più, legga l'opuscolo «Il linfedema dopo un cancro».

Che cosa fare per combattere la stanchezza?

La fatigue è una stanchezza persistente, difficile da superare e stressante. Fa sentire emotivamente, mentalmente e fisicamente esausti. Anche dopo aver dormito o riposato bene, chi soffre di fatigue si sente ancora esausto. La fatigue è di solito un effetto collaterale temporaneo. Se si sente stanco dopo i trattamenti, lo dica all'équipe medica.

Quali sono i sintomi della fatigue?

I sintomi della fatigue sono:

- stanchezza persistente, pallore;
- respiro affannoso o palpitazioni anche dopo un piccolo sforzo;
- vertigini, mal di testa, problemi di concentrazione;
- svogliatezza e diminuzione dell'appetito.

Che cosa può aiutarla?

- Sfrutti i momenti della giornata in cui si sente più energico per fare ciò che ritiene importante.
- Mangi quello che Le piace e beva circa 1,5 litri di acqua al giorno.
- Cerchi di rimanere fisicamente attivo. Anche una passeggiata breve fa bene al metabolismo. Migliora la circolazione e aiuta la mente.

Per saperne di più, legga gli opuscoli «La fatigue da cancro», «Attività fisica e cancro» e la pagina web dedicata alla fatigue.

Che cosa fare in caso di reazioni cutanee?

Durante la terapia farmacologica possono verificarsi reazioni cutanee. Includono pelle che perde colore, rash, prurito e l'infiammazione della pelle. Appaiono anche vesciche e screpolature su mani e piedi.

Come proteggere la propria pelle?

- Eviti il contatto con adesivi e colla.
- Eviti detergenti forti e prodotti cosmetici a base alcolica.
- Preferisca una doccia tiepida invece di un bagno caldo.
- Eviti di lavarsi intensamente sotto la doccia.
- Rimanga all'ombra. Se possibile, non si esponga direttamente al sole.
- Eviti eccessiva pressione sulle mani e sui piedi.
- Si prenda cura della propria pelle. Utilizzi creme idratanti e leggermente grasse.

Il personale infermieristico Le darà consigli su come gestire le reazioni cutanee. Informi l'équipe curante se nota dei cambiamenti della pelle.

Che cosa succede dopo i trattamenti?

L'essenziale in breve

- Dopo i trattamenti si effettuano esami periodici di controllo.
- Aiuti come la riabilitazione oncologica e l'assistenza a domicilio aiutano i malati a migliorare la loro vita quotidiana.

Parli con la Sua équipe curante delle opzioni utili per Lei dopo i trattamenti. Insieme capirete quali aiuti sono possibili e quali paga l'assicurazione.

Potrebbe essere utile chiamare un consulente della Lega contro il cancro. Oppure contattare un altro esperto.

Controlli periodici

Dopo i trattamenti si effettuano esami periodici di controllo. I motivi sono:

- prevenire una recidiva del melanoma il più precocemente possibile;
- trattare gli effetti collaterali del trattamento. Si tratta della fatigue, delle cicatrici e dei problemi cutanei.

Soffre di ansia? Ha difficoltà sul lavoro, in famiglia o nelle relazioni? Un controllo periodico è previsto anche per questo.

Riabilitazione oncologica

La riabilitazione oncologica sostiene la persona malata di cancro in tutte le fasi della malattia. Offre trattamenti che aiutano a stare meglio. In particolare:

- allevia i disturbi fisici;
- supporta psicologicamente;
- sostiene per tornare alla vita quotidiana e lavorativa.

Riabilitazione ospedaliera o ambulatoriale?

Per la riabilitazione ospedaliera, sarà ricoverato in un ospedale per diverse settimane. La riabilitazione ambulatoriale si svolge con incontri individuali. Questi incontri hanno luogo in ospedale o nello studio medico. Durano dodici settimane. Può sottoporsi alla riabilitazione prima, durante o dopo i trattamenti.

Discuta con il medico se e quando fare la riabilitazione.

Chi paga la riabilitazione?

Di norma, l'assicurazione sanitaria di base paga la riabilitazione.

Per la riabilitazione in ospedale, il medico deve chiedere prima l'approvazione dei costi all'assicurazione sanitaria. Se l'assicurazione accetta, coprirà i costi della riabilitazione. Per la riabilitazione ambulatoriale, il medico emette la prescrizione. L'assicurazione si assume i costi delle prestazioni.

Chi mi aiuterà se ho bisogno di cure a casa?

Servizi di cura (per es. Spitex o Hospice) sono a disposizione delle persone che hanno bisogno di assistenza a casa. Chieda al medico di prescriverle questi servizi. Assistenti qualificati la aiuteranno nelle seguenti attività:

- igiene personale;
- alzarsi e andare a letto;
- preparazione dei farmaci;
- cura delle ferite;
- terapia del dolore.

Alcuni servizi di cure sono specializzati nell'assistenza domiciliare a persone con un tumore. Questi servizi sono, per esempio, Onko-Spitex, Palliative Spitex, Hospice.

Chi paga i servizi di cura a domicilio?

L'assicurazione sanitaria di base paga le cure a domicilio. Queste devono però essere prescritte dal medico. Le prestazioni comprendono, ad esempio, la cura delle ferite e l'igiene personale.

Può anche richiedere servizi extra. Questi includono l'aiuto per fare la spesa, aiuto nelle faccende di casa, e accompagnamento a visite mediche. Questi però non sono coperti dall'assicurazione di base. Per questo è necessaria un'assicurazione complementare. Chieda alla Sua assicurazione se e quali servizi vengono rimborsati.

Lavorare con e dopo il cancro

Pianifichi con attenzione il proprio rientro al lavoro. Coinvolga i responsabili delle risorse umane della Sua azienda in questo processo. Dopo il rientro, potrebbe essere possibile concordare compiti più semplici o lavorare meno ore.

Se ha domande, i consulenti delle Leghe regionali e cantonali contro il cancro e la Linea cancro saranno lieti di aiutarla.

Maggiori informazioni sul tema sono disponibili nell'opuscolo «Cancro: le sfide da affrontare sul posto di lavoro».

Desidero una consulenza e altre informazioni

La Sua Lega cantonale o regionale contro il cancro

Consiglia, accompagna e sostiene le persone malate di cancro e i loro familiari. L'offerta comprende:

- colloqui discreti e personali;
- colloqui per chiarire questioni assicurative e finanziarie;
- supporto nella compilazione delle direttive anticipate;
- proposte di corsi e seminari;
- i consulenti possono aiutarla a trovare uno specialista. Questo specialista può dare consigli sulla nutrizione. Può anche offrire terapie alternative. Inoltre, può fornire supporto psicologico e fare terapia.

Linea cancro 0800 11 88 11

Un consulente ascolterà le Sue domande sul cancro al telefono. Risponderà e informerà sui possibili passi da fare. Potrà parlare delle Sue paure e insicurezze con libertà. Potrà condividere la propria esperienza personale. Inoltre, il consulente darà gli indirizzi di ospedali e centri specializzati nella Sua zona. Questi centri sono specializzati nella cura del Suo tipo di cancro.

Le chiamate e le consulenze non costano nulla. È possibile contattare i consulenti via e-mail a: helpline@legacancro.ch. Oppure tramite Skype a krebstelefon.ch.

Cancerline: la chat sul cancro

Bambini, giovani e adulti possono parlare con un consulente online. Devono andare sul sito www.legacancro.ch/cancerline per iniziare una chat. La chat è aperta dal lunedì al venerdì, dalle 10.00 alle 18.00. Se ha domande sulla Sua malattia o vuole parlare, può entrare in chat.

Servizio di consulenza stop-tabacco 0848 000 181

Consulenti specializzati danno informazioni su come smettere di fumare. Su richiesta, si possono avere colloqui gratuiti. Per informazioni, visiti il sito www.rauchstopplinie.ch.

Corsi

Le Leghe contro il cancro offrono corsi. Questi corsi sono per coloro che sono stati colpiti dal cancro e per i loro familiari. Si svolgono in vari luoghi in Svizzera. Per maggiori informazioni visiti il sito www.legacancro.ch/corsi

Altri malati di cancro

Può condividere le Sue preoccupazioni sul cancro nel forum della Lega contro il cancro. Visiti il sito www.forumcancro.ch. Può anche partecipare alle discussioni nel forum dell'associazione Aimac. Il sito è www.forumtumore.aimac.it.

Può condividere le Sue esperienze in un gruppo di autoaiuto. Spesso è più facile parlare con persone che vivono esperienze simili.

Verifichi con la Lega cantonale o regionale contro il cancro se ci sono gruppi di autoaiuto nella Sua zona. Scopra anche se ci sono gruppi di discussione o corsi. Questi sono per persone colpite dal cancro e per i loro familiari.

Trova gruppi di autoaiuto nelle Sue vicinanze sul sito www.autoaiutosvizzera.ch. Se abita in Ticino, visiti il sito www.auto-aiuto.ch.

Gruppi di autoaiuto sul melanoma cutaneo

Il gruppo di autoaiuto per il melanoma è costituito da persone a cui è stato diagnosticato un melanoma cutaneo. Si tratta di incontri regolari dove i partecipanti possono condividere le proprie esperienze e trovare sostegno nell'affrontare la malattia. Attualmente, in Svizzera ci sono solo due gruppi, entrambi in lingua tedesca: uno a Zurigo e l'altro ad Aarau. Per maggiori informazioni visiti la pagina:
www.autoaiutosvizzera.ch/shch/it.html.
Nella sezione «Alla ricerca», selezioni «Elenco dei temi» e selezioni la lettera M.

Cure infermieristiche a domicilio

Le cure domiciliari, come Spitex, offrono assistenza e cure a casa, non in ospedale. In alcuni Cantoni, ci sono servizi di assistenza infermieristica a domicilio per chi ha il cancro.

I servizi disponibili variano di nome da Cantone a Cantone. Possono chiamarsi Onko-Spitex, spitalexterne Onkologiepflege SEOP, hospice, e altri. Per gli indirizzi, contatti la Lega cantonale o regionale contro il cancro.

Consulenza nutrizionale e dietetica

Molti ospedali forniscono consulenza nutrizionale. Esistono anche liberi professionisti al di fuori degli ospedali. Questi professionisti danno consulenze alimentari. Lavorano insieme a un team di cura. Sono registrati presso un'associazione di categoria.

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

È possibile cercare un nutrizionista nella propria zona sul sito dell'ASDD: www.svde-asdd.ch.

Cure palliative

Le cure palliative sono per persone con malattie incurabili, come il cancro avanzato. L'obiettivo è migliorare la qualità di vita dei pazienti con tumori, fino alla fine.

L'associazione palliative ch garantisce cure palliative professionali in tutta la Svizzera, indipendentemente dalla diagnosi e dal luogo di residenza.

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

Sul sito www.cartinapalliative.ch è disponibile una mappa. Questa mostra i servizi di cure palliative in Svizzera. I servizi rispettano elevati standard di qualità.

La Sua équipe curante

L'équipe curante dà consigli per gestire i problemi legati alla malattia e al trattamento. Può chiedere a loro come rendere più facile il percorso verso la guarigione. Questa équipe è composta da specialisti. Questi La seguono, La curano e La sostengono durante la malattia.

Psiconcologia

Un esperto in psiconcologia fornisce supporto alle persone affette da cancro e ai loro cari, assistendoli nel comprendere, gestire e affrontare più efficacemente la malattia.

La consulenza psiconcologica è fornita da professionisti con competenze in diverse discipline, come medicina, psicologia, infermieristica, assistenza sociale e teologia. È importante che questo professionista abbia una formazione specifica in psiconcologia. Consulti il sito www.psychoonkologie.ch/it/betroffene-angehorige/psychoonkologische-unterstutzung-finden/lapos per trovare psiconcologi nella Sua zona.

Opuscoli della Lega contro il cancro

- **La chirurgia dei tumori**
- **Terapie orali in oncologia**
- **L'immunoterapia con gli inibitori dei checkpoint**
- **La radioterapia**
- **Medicina complementare e cancro**
- **Dolori da cancro e loro cura**

- **Diario del dolore**
- **La fatigue da cancro**
- **Alimentazione e cancro**
- **Il cancro e la sessualità femminile**
- **Il cancro e la sessualità maschile**
- **Quando anche l'anima soffre**
- **Riabilitazione oncologica**
- **Attività fisica e cancro**
- **Prendersi cura di una persona cara malata di cancro**
- **Scelte di fine vita**
- **Direttive anticipate della Lega contro il cancro**
- **Il periodo del lutto**

Presso la Lega contro il cancro sono disponibili ulteriori opuscoli sui singoli tipi di cancro, sulle terapie e sulla gestione del cancro. Questi opuscoli sono gratuiti e disponibili anche in formato elettronico. Sono offerti dalla Lega svizzera contro il cancro e dalle Leghe cantonali e regionali contro il cancro. Questo è possibile solo grazie alle generose donazioni.

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

Esprima la Sua opinione sull'opuscolo compilando il questionario alla fine di questo opuscolo oppure online all'indirizzo: www.legacancro.ch/opuscoli. La ringraziamo fin d'ora per il Suo contributo.

Opuscoli di altre organizzazioni

«La caduta dei capelli», a cura dell'associazione Aimac. Scaricabile gratuitamente dal sito https://www.aimac.it/libretti-tumore/caduta-capelli .

«Terapia oncologica nell'ambito di uno studio clinico», a cura del Gruppo svizzero di ricerca clinica sul cancro, disponibile all'indirizzo www.sakk.ch.

Informazioni su Internet

Offerte della Lega contro il cancro

www.forumcancro.ch
Piattaforma virtuale di scambio della Lega contro il cancro.
www.legacancro.ch
Servizi di sostegno della Lega svizzera contro il cancro e recapiti delle Leghe cantonali.
www.legacancro.ch/cancerline
La Lega contro il cancro offre una chat in diretta con consulenza.
www.legacancro.ch/corsi
Corsi per persone ammalate e familiari.
https://www.legacancro.ch/il-cancro/riabilitazione-oncologica
Offerte di riabilitazione oncologica in Svizzera.
www.legacancro.ch/psicooncologia
Per trovare uno psiconcologo nelle vicinanze.

Altre offerte

www.avac.ch
Associazione «Lernen mit Krebs zu leben»
www.cipa-igab.ch
Comunità di interesse Familiari Curanti CIFC
www.komplementaermethoden.de
Società per la lotta contro il cancro della Renania Settentrionale-Vestfalia
www.krebshilfe.de
Deutsche Krebshilfe
www.krebsinformationsdienst.de
Centro di ricerca sul cancro di Heidelberg
www.krebs-webweiser.de
Centro medico universitario di Friburgo, Germania
www.palliative.ch
Associazione svizzera per la medicina, la cura e l'accompagnamento palliativo
www.patientenkompetenz.ch
Fondazione Patientenkompetenz
www.psychoonkologie.ch
Società svizzera di psiconcologia
www.selbsthilfeschweiz.ch
Gruppi di autoaiuto per malati e familiari

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

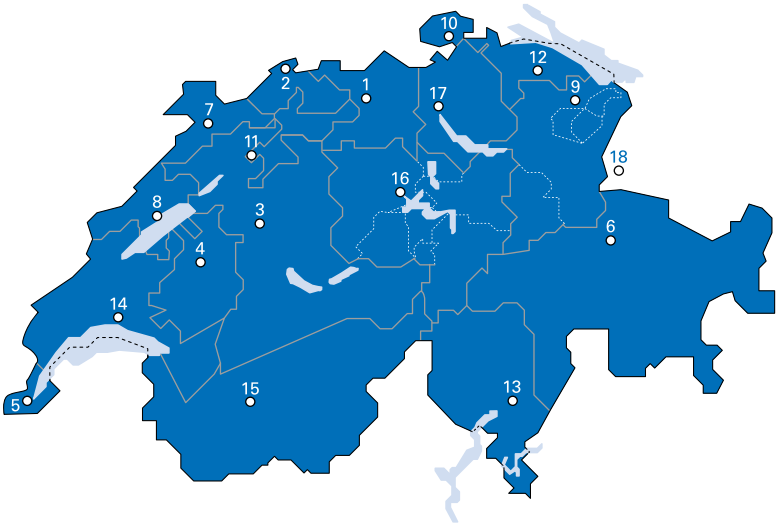
Deutsches Krebsforschungszentrum (2019). *Zielgerichtete Krebstherapie: Das Tumorwachstum punktgenau hemmen*. https://www.krebsinformationsdienst.de/behandlung/gezielte-krebstherapie.php

Heinzerling L., de Toni E., Schett G., Hundorfean G. & Zimmer L. (2019). *Checkpoint-Inhibitoren – Diagnostik und Therapie von Nebenwirkunge*n, in Deutsches Ärzteblatt, 116:119-26

Marguelis A., Kroner T., Gaisser A. & Bachmann-Mettler I. (2017). *Onkologische Krankenpflege*. 6. Auflage. Springer.

Maucher I. V. (2022). *Antikörper-Wirkstoff-Konjugate*. https://www.gelbe-liste.de/wirkstoffgruppen/antikoerper-wirkstoff-konjugate

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@krebsliga-sh.ch
www.krebsliga-sh.ch
IBAN: CH65 0900 0000 8200 3096 2

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

12 Krebsliga Thurgau
Bahnhofstrasse 5
8570 Weinfelden
Tel. 071 626 70 00
info@krebsliga-thurgau.ch
www.krebsliga-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
Avenue 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@krebsliga-wallis.ch
www.krebsliga-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@krebsliga.info
www.krebsliga.info
IBAN: CH61 0900 0000 6001 3232 5

17 Krebsliga Zürich
Freiestrasse 71
8032 Zürich
Tel. 044 388 55 00
info@krebsligazuerich.ch
www.krebsligazuerich.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.

Uniti contro il cancro

Linea cancro
0800 11 88 11
lunedì–venerdì
ore 10.00–18.00
chiamata gratuita
helpline@legacancro.ch

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 confermare la donazione.

Oppure online su www.legacancro.ch/donazione.