

Cancro della mammella

La guida per le migliori cure per il cancro



Informazioni relative a questa guida

Quando le viene detto che ha, o che potrebbe avere, il cancro della mammella potrebbe provare un senso d'angoscia. Possono succedere rapidamente molte cose, e le potrebbero venire in mente molte domande. Questa guida può aiutare lei, la sua famiglia e i suoi amici ad affrontare questa esperienza.

Informazioni e supporto

Cancer Council: Per informazioni e supporto, contatti Cancer Council al numero **13 11 20** per parlare con un professionista sanitario esperto, oppure visiti il sito www.cancer.org.au.

Per maggiori informazioni sul cancro della mammella cerchi l'opuscolo del Cancer Council "Understanding Breast Cancer" (Capire il cancro della mammella) sul sito del Cancer Council della sua zona.

Breast Cancer Network Australia: Per maggiori informazioni sul cancro della mammella e per supporto ai pazienti visiti il sito www.bcna.org.au.

McGrath Foundation: Per trovare una infermiera specializzata nella cura della mammella visiti il sito www.mcgrathfoundation.com.au.

Translating and Interpreting Service (TIS - servizio interpreti e traduttori): Se ha bisogno di un interprete, chiami TIS al numero 13 14 50 o visiti il sito www.tisnational.gov.au.

I sintomi del cancro della mammella possono includere variazioni di dimensioni o forma della mammella, comparsa di un nodulo o di una zona nodulosa, arrossamento, inspessimento o infossamenti sulla superficie (pelle a buccia d'arancia), un dolore insolito che non sparisce, variazioni al capezzolo come ad esempio perdite, arrossamento o retrazione (rientro del capezzolo).

Il suo medico di famiglia esaminerà le ascelle per verificare la presenza di noduli.

Esami iniziali di cui potrebbe aver bisogno

Esame fisico. Il suo medico di famiglia controllerà l'aspetto, la superficie e la forma delle mammelle.

Mammografia. Un tipo di esame ai raggi X alle mammelle. Ogni mammella viene pressata tra due lastre così da poter ottenere un'immagine radiografica. La mammografia può evidenziare variazioni troppo piccole per poter essere sentite al tatto.

Ecografia. Si usano onde sonore per creare un'immagine delle mammelle e/o delle ascelle.

Biopsia. Viene prelevato un piccolo campione di tessuto della mammella usando un ago e viene esaminato al microscopio.

Prescrizione di visita specialistica

Se il suo medico di famiglia ha qualche motivo di preoccupazione, le prescriverà una visita da uno specialista del cancro della mammella per eseguire ulteriori esami presso un ospedale pubblico o presso una struttura privata. Lo specialista del cancro della mammella è un medico altamente specializzato nel trattamento del cancro della mammella.

Può trovare un elenco di chirurghi senologi al sito www.breastsurganz.org.



Può farsi accompagnare alle visite da un familiare o da un/a amico/a.

Esami iniziali e prescrizione di visite specialistiche

Sintomi

A volte le persone con il cancro della mammella non hanno nessun sintomo.

Il cancro della mammella a volte viene individuato tramite lo screening (mammografia) eseguito regolarmente nelle donne di età compresa tra i 50-74 anni.



Tempistiche

La visita con lo specialista dovrebbe avvenire **entro due settimane** da quando le è stata prescritta.

Se non riesce ad ottenere un appuntamento entro questo lasso di tempo, contatti il suo medico di famiglia.



Potrebbero venire in mente le seguenti domande

- Posso scegliere se andare in un ospedale pubblico oppure in una struttura privata?
- Posso scegliere lo specialista che mi visiterà?
- Quanto mi costeranno le visite mediche?

Diagnosi e stadiazione

Se ha il cancro della mammella (le è stato **diagnosticato**) o se c'è il sospetto di cancro, lo specialista potrebbe eseguire i seguenti esami. Se ha già eseguito uno o più dei seguenti esami, lo specialista potrebbe volerli ripetere.

Potrebbero chiederle di sottoporsi a uno o a diversi tra i seguenti esami:

Mammografia

Ecografia

Biopsia

Risonanza magnetica per immagini (MRI). Una scansione che utilizza una potente calamita e onde radio per creare un'immagine dettagliata della mammella e che può essere utilizzata in alcuni casi di cancro della mammella.

Nella stadiazione lo specialista esegue ulteriori esami per verificare l'esatta posizione del cancro, per verificare se sta crescendo e a quale stadio si trova. Non si consiglia di eseguire regolari stadiazioni per la maggior parte delle persone con cancro della mammella allo stadio iniziale.



Tempistiche

I risultati dovrebbero essere disponibili **entro due settimane** da quando ha eseguito gli esami.



Potrebbero venirle in mente le seguenti domande

- Cos'è il cancro della mammella?
- Che esami dovrò fare?
- Quanto costano gli esami/le visite mediche?
- Dove farò la terapia? Ho la possibilità di scegliere?
- A che stadio è il mio cancro?
- Quali sono i servizi di supporto disponibili?
- Come posso avere accesso ad una infermiera specializzata nella cura della mammella?

Terapia

Esistono diversi modi per trattare il cancro della mammella. Lo specialista le illustrerà le diverse opzioni di terapia disponibili.

La sua terapia verrà eseguita da un team di esperti, ed è possibile che lei abbia bisogno di più di una terapia per poter ottenere i risultati migliori. Il team si consulterà con lei e con la sua famiglia, o con chi la assiste, per pianificare la terapia.

Potrebbe essere necessario sottoporsi a una o più delle seguenti terapie:

L'intervento chirurgico consiste nella rimozione del cancro. L'intervento chirurgico viene quasi sempre eseguito per le persone con cancro della mammella allo stadio iniziale.

La **chirurgia conservativa della mammella** consiste nel rimuovere solo il cancro e una piccola zona circostante. È conosciuta anche col nome di ampia escissione locale o mastectomia parziale.

Se il nodulo non si sente al tatto, si inserisce un filo guida o altro marcatore nella mammella sotto guida ecografica o mammografica in radiologia, il giorno dell'intervento chirurgico o prima, per aiutare il chirurgo a identificare il cancro della mammella se è di piccole dimensioni. Prima viene iniettato un anestetico locale nella mammella per non sentire dolore. Verrà controllato tramite mammografia prima dell'intervento chirurgico per assicurare che sia nella posizione giusta.

La **mastectomia** consiste nella rimozione della mammella. Di solito, in caso di mastectomia, può decidere di eseguire la chirurgia ricostruttiva immediatamente, in un secondo momento o di non farla affatto. La chirurgia ricostruttiva è un intervento chirurgico attraverso cui il chirurgo ricostruisce la mammella.

Intervento chirurgico ai linfonodi. Potrebbe essere necessaria anche la rimozione di alcuni linfonodi situati nell'ascella. Questo intervento viene chiamato biopsia del linfonodo sentinella o dissezione ascellare. Questo intervento mostra se il cancro si è diffuso ai linfonodi nell'ascella e aiuta a prendere decisioni relative alla terapia.

La **chemioterapia** utilizza farmaci per distruggere le cellule cancerogene e per fermare la crescita del cancro. Potrebbe essere utilizzata prima o dopo l'intervento chirurgico.

La **terapia mirata** utilizza farmaci per aggredire specifiche caratteristiche delle cellule cancerogene e per fermare la crescita del cancro.

La **terapia endocrina** è un tipo di terapia ormonale. Impedisce al corpo di produrre certi ormoni o blocca il funzionamento degli ormoni nell'organismo. Aiuta a ridurre le dimensioni del cancro e ne rallenta la diffusione. Potrebbe ricevere la terapia ormonale per 5 anni, e a volte anche più a lungo.

La **radioterapia** utilizza raggi X per distruggere le cellule cancerogene che potrebbero essere rimaste nella mammella e/o nell'ascella dopo l'intervento chirurgico. Alle persone con cancro della mammella allo stadio iniziale, dopo un intervento di chirurgia conservativa della mammella, viene quasi sempre raccomandata la radioterapia. La radioterapia a volte viene consigliata dopo la mastectomia.

Per maggiori informazioni visiti il sito

www.cancer.org.au/cancer-information/treatment.

È inoltre disponibile l'assistenza di supporto (ovvero terapie o servizi che la aiutano durante l'esperienza del cancro).



Tempistiche

Se si tratta della sua prima terapia, la chemioterapia dovrebbe iniziare **entro quattro settimane** dall'approvazione del suo piano di terapia.

Se si tratta della sua prima terapia, l'intervento chirurgico dovrebbe essere eseguito **entro cinque settimane** dall'approvazione del suo piano di terapia.



Può chiedere al suo medico di famiglia di venir indirizzata/o presso un altro specialista per avere una seconda opinione.

Rischio di linfedema

Alcune terapie per il cancro, di solito la chirurgia, che riguardano la mammella o i linfonodi dell'ascella, possono far aumentare il rischio di sviluppare un linfedema (rigonfiamento di una parte del corpo). Il suo specialista dovrebbe parlarle di questo rischio e disporre che venga gestito in modo appropriato.

Sperimentazioni cliniche

Potrebbero invitarla a partecipare a una sperimentazione clinica. Le sperimentazioni cliniche vengono utilizzate per capire se una nuova terapia è sicura e più efficace delle terapie esistenti. Molte persone malate di cancro oggi vivono più a lungo e hanno una migliore qualità della vita grazie alle sperimentazioni cliniche.

Per maggiori informazioni visiti il sito www.australiancancertrials.gov.au.

Terapie complementari

Parli con il suo team di assistenza sanitaria delle eventuali terapie complementari (inclusi gli integratori alimentari come le vitamine) che utilizza o che vorrebbe utilizzare. Anche una semplice vitamina, infatti, potrebbe non andare bene con la sua terapia.



Potrebbero venirle in mente le seguenti domande

- Che terapia mi consiglia?
- Dove dovrò andare per sottopormi alla terapia?
- Quanto costerà la terapia e quanto dovrò pagare di tasca mia?
- Quali attività/esercizi possono aiutarmi durante e dopo la terapia?
- Potrò continuare a lavorare?
- Quale sarà l'impatto della terapia sulla mia vita quotidiana?
- Chi sono le persone che fanno parte del mio team e chi è il mio contatto principale?
- Quali sono i possibili effetti collaterali della terapia?
- Chi devo contattare se non mi sento bene o se ho delle domande?
- La terapia avrà un impatto sulla mia capacità di avere dei figli?



Decisioni relative ai costi

Potrebbe essere necessario pagare per alcune visite, esami, farmaci, per il pernottamento, per gli spostamenti o per il parcheggio.

Parli con il suo medico di famiglia, con lo specialista o con il suo assicuratore (se possiede una polizza sanitaria privata) per capire quali costi vengono coperti e quali potrebbero essere le spese che deve pagare di tasca propria.

Se ha dei dubbi sui costi, può parlare con il suo team di assistenza sanitaria o con un assistente sociale di come:

- usare il metodo bulk-billing (senza esborso di tasca propria) oppure eseguire la terapia con il sistema pubblico
- ricevere aiuto per l'alloggio durante la terapia
- capire l'impatto che la terapia potrebbe avere dal punto di vista finanziario.

Può contattare il Cancer Council al numero **13 11 20** per parlare del supporto finanziario con un professionista sanitario.

Per maggiori informazioni sui costi, visiti il sito www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance e www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance/what-will-i-have-to-pay-for-treatment.

Recupero

La terapia per il cancro può provocare dei cambiamenti fisici ed emotivi.

Pianificazione dei controlli di routine

Il suo team di assistenza sanitaria collaborerà con lei per creare un piano per lei e per il suo medico di famiglia. Il piano spiegherà:

- chi sarà il suo punto di contatto principale dopo la terapia
- quanto spesso dovrà fare le visite di controllo e quali esami saranno richiesti
- come capire e gestire gli effetti collaterali della terapia
- come ricevere aiuto immediato se pensa che il cancro si sia ripresentato o sia peggiorato
- come ridurre il rischio di sviluppare il cancro della mammella in futuro.

Molte persone si preoccupano perché pensano che il cancro si possa ripresentare. Il suo specialista e il team di assistenza sanitaria le parleranno di ciò di cui avrà bisogno e possono indirizzarla ad altri professionisti sanitari e a servizi di supporto comunitari.

Potrebbe ricevere informazioni anche sui seguenti argomenti:

- segnali e sintomi ai quali fare attenzione per capire se il cancro si è ripresentato
- effetti tardivi della terapia e specialisti che potrebbe aver bisogno di consultare
- come fare delle scelte di vita sana per avere le migliori possibilità di recupero e per stare bene.

Per maggiori informazioni visiti il sito www.cancer.org.au/cancer-information/after-a-diagnosis/after-cancer-treatment.



Potrebbero venirle in mente le seguenti domande

- Chi devo contattare se non sto bene?
- Cosa posso fare per essere più sano/a possibile?
- Dove posso ricevere ulteriore aiuto?

Vivere con un cancro in stadio avanzato

Se il cancro si ripresenta

A volte il cancro può ripresentarsi dopo la terapia. Può ripresentarsi nello stesso posto dov'era comparso la prima volta oppure in un'altra parte del corpo.

Se il cancro si ripresenta, potrebbero indirizzarla presso lo specialista o l'ospedale dove è stato/a curato/a la prima volta, oppure presso un diverso specialista.

La terapia dipenderà dallo stato di diffusione del cancro, dalla velocità di crescita e dai sintomi che lei prova.



Potrebbero venirle in mente le seguenti domande

- Dove si trova il cancro? Si sta diffondendo?
- Quali sono le terapie disponibili?
- Quali sono le possibilità che la terapia questa volta funzioni?
- Esiste una sperimentazione clinica disponibile?
- Ci sono altri luoghi dove posso ricevere supporto?

Pianificazione anticipata delle cure

Il suo medico di famiglia o il team di assistenza sanitaria potrebbero parlare con lei, con la sua famiglia e con chi la assiste delle sue terapie ed esigenze mediche future.

Disposizione anticipata di trattamento

Le disposizioni anticipate di trattamento, conosciute anche col nome di testamento biologico, sono un documento legalmente vincolante preparato da lei per far sapere alla sua famiglia e al team di assistenza sanitaria il tipo di terapia e di assistenza che desidera, o che non desidera, ricevere nel caso lei stesse così male da non essere più in grado di prendere quelle decisioni autonomamente. Per maggiori informazioni visiti il sito www.advancecareplanning.org.au.

Cure palliative

Il suo specialista potrebbe indirizzarla presso i servizi di cure palliative, ma questo non sempre significa cure di fine vita. Oggi le persone possono venir indirizzate a questi servizi con molto anticipo se si ha il cancro o se la malattia si ripresenta. Le cure palliative possono aiutarla a vivere al meglio, per esempio attraverso la gestione del dolore e dei sintomi. Queste cure possono essere somministrate a casa, in ospedale o in un altro luogo di sua scelta.

Ne parli con il suo medico di famiglia o con lo specialista oppure visiti il sito www.palliativecare.org.au.

Prendere decisioni sulla terapia

Potrebbe decidere di non sottoporsi ad alcuna terapia, oppure di sottoporsi solo ad una terapia per la riduzione del dolore e del malessere. Parli della sua decisione con il team di assistenza sanitaria, col suo medico di famiglia, con i suoi familiari e con chi la assiste. Per maggiori informazioni visiti il sito www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment.



Potrebbero venirle in mente le seguenti domande

- Cosa potete fare per alleviare i miei sintomi?
- Che tipo di supporto aggiuntivo posso ricevere se la mia famiglia e i miei amici si prendono cura di me a casa?
- Potete aiutarmi a parlare alla mia famiglia di quello che sta succedendo?
- Che tipo di supporto è disponibile per la mia famiglia o per chi mi assiste?
- Potete indirizzarmi ai servizi di supporto comunitario?

Avvertenza: Consulti sempre il suo medico per questioni relative alla sua salute. Questa guida è da intendersi unicamente come un'introduzione generale e non sostituisce la consulenza da parte di professionisti medici, legali o finanziari. Le informazioni sul cancro vengono costantemente aggiornate e revisionate dalla comunità medico-scientifica. Sebbene siano state prese tutte le misure per assicurare l'accuratezza al momento della pubblicazione, Cancer Council Australia e i suoi membri declinano qualsiasi responsabilità per perdite o danni subiti per l'utilizzo o per aver fatto affidamento sulle informazioni qui fornite.

Publicato nel novembre 2021.

Questa pubblicazione è basata sulle informazioni del percorso ottimale di cura per persone con cancro della mammella (2a edizione), disponibile sul sito www.cancer.org.au/OCP.