

Si scrive screening si legge prevenzione dei tumori.



Se rientri nelle fasce d'età a rischio*, aderisci allo screening: fare prevenzione significa proteggerti dal cancro e...

...ALLUNGA LA LINEA DELLA VITA

Per maggiori informazioni:

www.lilt.it

www.ministerosalute.it

www.osservatorionazionale screening.it

Numero Verde
800-424242
Ministero della Salute

* **Tumore della mammella:** donne d'età 50-69 anni. **Test di screening:** Mammografia bilaterale ogni due anni.
Tumore della cervice uterina: donne tra i 25 e 64 anni. **Test di screening:** Pap test ogni 3 anni.
Tumore del colon retto: uomini e donne tra i 50 e 70/74 anni. **Test di screening:** ricerca sangue occulto nelle feci ogni 2 anni. Tra i 58 e 60 anni, **test di screening:** Rettosigmoidoscopia da ripetere ogni 10 anni.

LA PREVENZIONE PROTEGGE DAL CANCRO

Combattere i tumori è possibile.

Prima di tutto prevenendone la comparsa attraverso la riduzione dei fattori di rischio, adottando stili di vita sani come evitare il fumo, fare attività fisica e seguire una corretta alimentazione, ma anche individuando la malattia tempestivamente, attraverso una diagnosi precoce.

Molte Regioni hanno attivato o stanno avviando campagne di prevenzione dei tumori mediante i programmi di screening, che consistono nell'invito rivolto a determinate categorie di cittadini, da parte delle Asl, ad eseguire controlli periodici. In particolare 3 sono i tumori per cui la scienza ha dimostrato che i controlli periodici sono in grado di salvare molte vite: il tumore del colon retto, il tumore della cervice uterina ed il tumore della mammella.

In queste campagne di screening, gli esami necessari sono del tutto gratuiti:

- **Mammografia per il tumore della mammella;**
- **Pap test per il tumore della cervice uterina;**
- **Ricerca del sangue occulto nelle feci (o rettosigmoidoscopia) per il tumore del colon retto.**

TUMORE DELLA MAMMELLA

Cos'è il tumore della mammella?

È il tumore più diffuso fra le donne nei Paesi occidentali: si stima che una donna su 10 lo svilupperà nel corso della sua vita. D'altro canto, è anche uno dei tumori che possono essere scoperti precocemente, grazie alla mammografia.

Come si può diagnosticare precocemente il tumore della mammella?

La mammografia permette di individuare il tumore in una fase molto precoce, in cui può essere curato efficacemente. Va eseguita ogni due anni a partire dai 50 anni. L'80-90% delle donne con un tumore di piccole dimensioni e senza linfonodi colpiti può guarire definitivamente.



Cos'è la mammografia?

È una radiografia delle mammelle, che vengono appoggiate una per volta su un piano: qui vengono radiografate in senso orizzontale e verticale, mediante compressione. La manovra dura pochi secondi, ma può risultare fastidiosa. Tuttavia è necessaria per la buona riuscita dell'esame. I moderni mammografi emettono dosi molto basse di raggi X, con rischi quasi nulli per la salute.

La mammografia va fatta anche in assenza di disturbi?

Sì, perché in questo modo si possono individuare anche alterazioni piccolissime, altrimenti invisibili perché prive di sintomi.

Dove si può fare la mammografia?

In quasi tutte le Regioni italiane sono attivi programmi di screening per la diagnosi del tumore della mammella. La Asl invia una lettera di invito a tutte le donne residenti, di età compresa tra i 50 e i 69 anni, con la data, l'orario e la sede dell'appuntamento. Se effettuato in seguito a questo invito, l'esame è gratuito e non occorre la richiesta del medico.

Se la mammografia risulta normale?

Il Centro di screening invia l'esito per posta con il consiglio di ripetere l'esame dopo due anni.

E se la mammografia mostra qualche alterazione?

Quando vi sono dubbi o si evidenziano alterazioni anche minime, la donna viene richiamata per eseguire altri accertamenti che servono a confermare o escludere la presenza di tali alterazioni: lastre aggiuntive, visita senologica, ecografia mammaria. Nella maggior parte dei casi, questi accertamenti si risolvono con un esito di normalità.

La mammografia è un esame affidabile?

La mammografia è un esame accurato, che permette di vedere anche piccolissime alterazioni. Anche in caso di esito negativo, è possibile che compaia un tumore in fase iniziale prima del controllo successivo. Si consiglia perciò di controllare

da sole il proprio seno, in attesa di ripetere l'esame dopo due anni, facendo attenzione ai seguenti cambiamenti:

- Modificazioni della grandezza o della forma dei seni o presenza di arrossamento;
- Retrazione della cute o del capezzolo;
- Secrezione di liquido dal capezzolo;
- Noduli o aumento di consistenza di una parte del seno.

Non è detto che la presenza di uno o più di questi segni abbia un significato: è comunque opportuno consultare il proprio medico o rivolgersi al Centro di screening. La presenza del solo dolore a uno o ad entrambi i seni non rappresenta di solito un sintomo importante e non deve quindi allarmare.



Come si esegue l'autoesame del seno?

1. Porsi in piedi davanti allo specchio.
2. Osservare ogni singolo seno allo specchio, tenendo le braccia abbassate.
3. Controllare se ci sono eventuali cambiamenti di grandezza e di forma o alterazioni della cute e del capezzolo.
4. Alzare le braccia e portarle dietro la testa, osservando se ci sono retrazioni della cute o del capezzolo.
5. Sdraiarsi, meglio se su un piano rigido, portando il braccio sotto la testa dalla parte del seno da esaminare. Scorrere dolcemente le dita ben tese e la mano piatta sul seno con piccoli movimenti dall'esterno verso l'interno.
6. Eseguire gli stessi movimenti per l'altro seno.

TUMORE DELLA CERVICE UTERINA

Cos'è il tumore della cervice uterina?

È un tumore che colpisce il collo dell'utero, la parte più bassa che sorge in vagina. Insieme al tumore del colon retto è al secondo posto tra i tumori femminili, dopo quello della mammella. È molto più diffuso nei Paesi in via di sviluppo, mentre nei Paesi industrializzati è relativamente raro, grazie alla diffusione del Pap test.

Come si forma?

Il tumore è preceduto da alterazioni del tessuto che riveste il collo dell'utero, chiamate displasie. Alcune displasie possono regredire spontaneamente o rimanere invariate senza provocare danni all'organismo. Una piccola percentuale può invece evolvere in un tumore vero e proprio, impiegando circa 10-15 anni.

Cosa si può fare per diagnosticare precocemente il tumore della cervice uterina?

Eseguire regolarmente il Pap test. In questo modo si possono identificare le displasie, curarle e impedire la comparsa del tumore. Se tutte le donne tra i 25 e i 64 anni effettuassero questo esame ogni 3 anni, i casi di tumore del collo dell'utero diminuirebbero del 90%.

Cos'è il Pap test?

È un esame semplice e non doloroso, a cui dovrebbero sottoporsi ogni tre anni tutte le donne tra i 25 e i 64 anni di età, anche in assenza di disturbi. Si esegue prelevando con una spatola e uno spazzolino il materiale presente sul collo dell'utero, che viene "strisciato" e fissato su un vetrino e quindi analizzato in laboratorio. Perché riesca al meglio, il test va eseguito:

- Ad almeno tre giorni dalla fine delle mestruazioni e in assenza di perdite di sangue;
- Astenendosi da rapporti sessuali nei due giorni prima dell'esame;
- Evitando ovuli, creme o lavande vaginali nei tre giorni precedenti il test.

Il Pap test e lo striscio sono la stessa cosa?

Esistono due tipi di "strisci vaginali":

- lo striscio oncologico (Pap test), che serve a scoprire eventuali lesioni che possono trasformarsi in tumore e che va effettuato una volta ogni tre anni;
- lo striscio batterioscopico o batteriologico, che serve a scoprire le cause di un'infezione vaginale e che va effettuato solo quando il medico lo ritiene necessario.

A chi ci si può rivolgere per effettuare il Pap test?

La lettera di invito della Asl indica dove effettuare l'esame, gratis e senza richiesta del medico.

Un'ostetrica effettuerà l'esame, generalmente presso il consultorio di zona.

Se il Pap test risulta normale?

Il Centro di screening invia una lettera con l'esito e consiglia di ripetere il test dopo tre anni.

Il Pap test è un esame affidabile?

Come tutti gli esami medici, non è infallibile e talvolta può ignorare lesioni che in realtà ci sono. A questo proposito è importante sapere che:

- l'attendibilità dipende soprattutto dalla qualità dell'esame. Si consiglia quindi di effettuarlo in centri dove si controlla periodicamente la qualità dell'esame;
- le displasie possono rimanere immutate per anni: ripetendo il test ogni 3 anni si possono quindi identificare le lesioni non diagnosticate prima, senza rischi per la salute.

E se l'esame mostra qualche alterazione?

La donna viene contattata dal Centro di screening e invitata a sottoporsi a ulteriori accertamenti (colposcopia).

TUMORE DEL COLON RETTO

Cos'è il tumore del colon retto?

È un tumore che colpisce l'ultima parte dell'intestino (colon retto). È al secondo posto come frequenza tra le malattie tumorali in Italia e in Europa.

Come si forma?

In genere si sviluppa a partire da piccole formazioni benigne, chiamate polipi o più precisamente adenomi, che si formano nell'intestino con l'età. Solo una piccola percentuale di questi adenomi può trasformarsi in un tumore vero e proprio. Il processo di trasformazione è comunque molto lento (10-15 anni).

Cosa si può fare per diagnosticare precocemente il tumore del colon retto?

In caso di diagnosi precoce si può guarire in un'altissima percentuale di casi. È scientificamente provato che l'esecuzione periodica di esami come la ricerca del sangue occulto fecale o la rettosigmoidoscopia può salvare molte vite: si possono diagnosticare tumori allo stadio iniziale, e quindi più facilmente guaribili, o asportare polipi prima che diventino tumori.

Cos'è l'esame per la ricerca del sangue occulto fecale?

Consiste nel verificare la presenza o meno di sangue nelle feci, invisibile a occhio nudo. Si rivolge a persone che non hanno apparenti disturbi intestinali.

L'esame per la ricerca del sangue occulto fecale va fatto anche in assenza di disturbi?

Sì, perché i tumori del colon retto spesso non danno alcun disturbo per anni. Uno dei segni più precoci di un tumore o di un polipo intestinale è però proprio il sanguinamento, invisibile a occhio nudo, anche diversi anni prima della comparsa di qualsiasi altro sintomo.

A chi ci si può rivolgere per effettuare l'esame per la ricerca del sangue occulto fecale?

In molte Regioni italiane sono in corso o in fase di realizzazione programmi di screening mediante ricerca del sangue occulto fecale: le persone tra i 50 e i 70/74 anni vengono invitate dalla Asl mediante una lettera a ritirare il materiale per effettuare l'esame.

Si scrive screening si legge prevenzione dei tumori.



Se rientri nelle fasce d'età a rischio*, aderisci allo screening: fare prevenzione significa proteggerti dal cancro e...

...ALLUNGA LA LINEA DELLA VITA

Per maggiori informazioni:

www.lilt.it
www.ministerosalute.it
www.osservatorionazionale screening.it



* **Tumore del colon retto:** uomini e donne tra i 50 e 70/74 anni. **Test di screening:** ricerca sangue occulto nelle feci ogni 2 anni. Tra i 58 e 60 anni, **test di screening:** Rettosigmoidoscopia da ripetere ogni 10 anni.
Tumore della mammella: donne d'età 50-69 anni. **Test di screening:** Mammografia bilaterale ogni due anni.
Tumore della cervice uterina: donne tra i 25 e 64 anni. **Test di screening:** Pap test ogni 3 anni.

Come si esegue l'esame per la ricerca del sangue occulto fecale?

Bisogna raccogliere un campione di feci in un apposito flacone, senza osservare alcuna particolare dieta. La raccolta va effettuata a casa e il campione va riconsegnato al laboratorio del programma di screening.

Se l'esame risulta negativo?

In caso di esito negativo le persone sono invitate a ripetere il test ogni 2 anni.

E se l'esame risulta positivo?

L'esame risulta positivo per la presenza di sangue occulto fecale in circa 5-6 persone su 100. Questo non indica necessariamente la presenza di tumori o polipi intestinali: un sanguinamento nelle feci può dipendere anche da cause banali come emorroidi, ragadi o diverticoli. A volte, però, il sanguinamento può essere il primo segnale della presenza di polipi, che possono essere asportati per impedirne la possibile trasformazione in tumore maligno. Più raramente, chi risulta positivo al test ha effettivamente un tumore: in genere, però, è in fase molto precoce e quindi più facilmente curabile. In tutti i casi di positività a questo esame è necessario un accertamento con colonscopia.

Ogni quanto va ripetuta la ricerca del sangue occulto fecale?

L'esame va fatto regolarmente ogni due anni. Nelle Regioni dove è già partito un programma di screening organizzato, la Asl invia regolarmente un invito per posta.

La ricerca del sangue occulto fecale è un esame affidabile?

Come tutti gli esami di screening, non è infallibile. È possibile infatti che polipi o piccoli tumori non provochino un sanguinamento tale da essere evidenziato dall'esame. È quindi opportuno rivolgersi al proprio medico in presenza dei seguenti disturbi:

- Modificazioni persistenti delle abitudini intestinali;
- Presenza di sangue nelle feci evidente a occhio nudo;
- Sensazione di ingombro rettale persistente dopo l'evacuazione.

Oltre alla ricerca del sangue occulto nelle feci, ci sono altri metodi di diagnosi precoce del cancro del colon retto?

Si: oggi sappiamo che mediante un particolare esame, la rettosigmoidoscopia, è possibile vedere se ci sono polipi o tumori nell'ultima parte dell'intestino. È qui infatti che si localizzano il 60-70% dei tumori o polipi che possono trasformarsi in tumore. Questo esame consente di trovare tumori in fase iniziale e perciò più



facilmente curabili, ma soprattutto di eliminare i polipi che potrebbero evolvere in forme maligne.

Come si esegue la rettosigmoidoscopia?

Tramite un endoscopio, uno strumento flessibile del diametro di 1 cm, munito di una fonte di luce: introdotto dall'ano, permette di esaminare la superficie interna dell'ultima parte dell'intestino e asportare eventuali polipi. La rettosigmoidoscopia dura circa 10 minuti. Perché riesca bene, occorre una buona pulizia intestinale, tramite una semplice peretta due ore prima.

L'esame provoca dei disturbi?

Di solito è ben tollerato e solo raramente provoca dolore, di breve durata. Non occorre somministrare farmaci. Dopo l'esame si può riprendere la normale attività quotidiana. Prelievi o asportazione di polipi effettuati durante l'esame possono provocare lievi perdite di sangue, generalmente controllabili. Solo in pochissimi casi (1 su 10.000 esami) sono state osservate complicanze tali da richiedere un ricovero ospedaliero.

Dopo la rettosigmoidoscopia sono necessari altri esami?

Se si riscontrano polipi di grosse dimensioni o con particolari caratteristiche (7% dei casi) va fatta anche una colonscopia: si possono così escludere alterazioni negli altri tratti dell'intestino, che in questi casi sono più frequenti.

A chi ci si può rivolgere per la rettosigmoidoscopia?

In alcune Regioni italiane sono in corso o in fase di progettazione programmi di screening di popolazione in cui uomini e donne tra i 58 e i 60 anni sono invitati a effettuare una rettosigmoidoscopia. L'esame è del tutto gratuito e non necessita di richiesta medica.

La rettosigmoidoscopia è un esame affidabile?

Come tutti gli esami di screening, non è infallibile. Per quanto raramente, può

accadere che polipi o tumori non siano visualizzati, o che siano presenti nella parte più alta del colon, non esplorata con l'esame. Bisogna quindi rivolgersi al proprio medico in presenza dei seguenti disturbi:

- Modificazioni persistenti delle abitudini intestinali;
- Presenza di sangue evidente a occhio nudo nelle feci.

Ogni quanto va ripetuta la rettosigmoidoscopia?

I programmi di screening che invitano a fare la rettosigmoidoscopia propongono l'esame una sola volta nella vita, perché riduce il rischio di ammalarsi di tumore del colon retto per molti anni.

Per maggiori informazioni:



www.osservatorionazionale screening.it

www.lilt.it

www.ministerosalute.it

A cura del Dipartimento della Prevenzione e della Comunicazione
del Ministero della Salute

Fonte: Osservatorio Nazionale Screening



Ministero della Salute



www.ministerosalute.it

www.lilt.it

CAMPAGNA DI SENSIBILIZZAZIONE ALLO SCREENING PER LA PREVENZIONE DEL **CANCRO DEL SENO**, DELLA **CERVICЕ UTERINA** E DEL **COLON RETTO** PROMOSSA DAL MINISTERO DELLA SALUTE IN COLLABORAZIONE CON LA LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI