

3. Esami

Lo specialista potrebbe effettuare ulteriori esami che mostreranno il progredire del cancro e la sua eventuale diffusione. Questa procedura viene chiamata stadiazione.

Allo specialista potete chiedere:

- Che tipo di esami dovrete fare
- Cosa succederà durante gli esami
- Cosa si capirà dal risultato degli esami

Potete chiedere al vostro medico di mettervi in contatto con un infermiere specializzato nell'assistenza di chi

soffre di cancro alla mammella. L'infermiere specializzato può fornirvi le informazioni e il supporto di cui avete bisogno per rimanere in buona salute fisica e psicologica.

Potete chiedere al vostro medico come fare a trovare un gruppo di supporto per persone con il cancro alla mammella. Può essere d'aiuto sapere che ci sono altre persone che capiscono cosa state provando. I vostri amici e familiari possono parlare con un gruppo di supporto per chi assiste qualcuno con il cancro.

4. Trattamento

Il vostro specialista dovrebbe lavorare con un team. Il team è formato da persone che comprendono le questioni relative al cancro alla mammella.

Il vostro team controllerà i risultati degli esami. Dovrebbe essere compito del team chiedervi cosa volete fare e di cosa avete bisogno. Dovreste collaborare per creare il miglior piano possibile per il vostro trattamento.

Al vostro team potete chiedere:

- Che tipo di trattamento state ricevendo
- Perché state ricevendo quel trattamento
- Cosa accadrà durante il trattamento
- Quali saranno gli effetti del trattamento
- Quanto durerà il trattamento
- Rischi e benefici del trattamento
- Come potreste sentirvi durante il trattamento, effetti collaterali e cosa potete fare per sentirvi il meglio possibile
- Cosa potete aspettarvi che accada dopo il trattamento

Se siete una donna giovane, il team dovrebbe parlarvi del mantenimento della fertilità e della possibilità di avere figli in futuro. Il team può aiutarvi a trovare maggiori informazioni e supporto relativi ai rischi di una menopausa precoce, o alla scomparsa del ciclo mestruale e a modifiche ormonali. Potete parlare con uno specialista in materia di fertilità o con un consulente in questioni genetiche così da avere a vostra disposizione tutte le informazioni di cui avete bisogno per compiere una scelta.

Il vostro team potrebbe suggerirvi di prender parte a dei test clinici. I test clinici vengono utilizzati per sperimentare nuovi trattamenti, o per vedere se un trattamento funziona meglio di un altro. Prima di decidere sul vostro trattamento potete chiedere di avere più tempo per pensarci o potete anche chiedere un secondo parere.

Le terapie complementari possono includere massaggi, agopuntura e meditazione, oltre ad altri medicinali che potreste prendere contemporaneamente al vostro

trattamento. Alcune terapie potrebbero non andare bene durante il vostro trattamento. Per cui se state facendo o se desiderate intraprendere una terapia complementare è molto importante che ne parliate col vostro team.

Potreste dovervi sottoporre ad un unico trattamento o ad una combinazione di trattamenti:

Intervento chirurgico consiste nell'asportazione del cancro.

L'intervento chirurgico conservativo al seno è quello in cui vengono asportati solo il cancro e una piccola area attorno al cancro.

La mastectomia è un intervento per la rimozione del seno. Nel caso di mastectomia, potete scegliere di avere un intervento di chirurgia ricostruttiva immediatamente oppure in seguito. La chirurgia ricostruttiva è un intervento chirurgico in cui il team ricostruisce il seno.

L'intervento chirurgico è il trattamento più comune per le donne con il cancro alla mammella allo stadio iniziale.

Radioterapia consiste nell'uso di radiazioni per arrestare la crescita del cancro.

Potrebbe essere utilizzata dopo l'intervento chirurgico in caso di diagnosi precoce di cancro alla mammella.

Chemioterapia o terapia farmacologica viene utilizzata per fermare la crescita del cancro.

Potrebbe essere utilizzata prima o dopo l'intervento chirurgico.

Terapia mirata o biologica consiste nell'iniezione nel corpo di farmaci che attaccano le cellule cancerogene.

Terapia ormonale o endocrina consiste nell'assunzione di ormoni che agiscono sulla crescita del cancro per impedirne la diffusione.

Per maggiori informazioni sul trattamento e sugli effetti collaterali chiedete al vostro medico o **visitare il sito** www.cancer.org.au/about-cancer/treatment

Il vostro team dovrebbe discutere con voi di quello che avete bisogno prima, durante e dopo il trattamento. Potete chiedere informazioni e assistenza in qualsiasi momento per assicurarvi di avere tutto ciò di cui avete bisogno. Il vostro team può mettervi in contatto con altri servizi e con professionisti nel campo sanitario per assicurarsi che rimaniate in buona salute fisica e psicologica.

5. Dopo il trattamento

Alla fine del trattamento, il vostro team dovrebbe fornirvi un riepilogo del trattamento. Si tratta di un documento che contiene tutte le informazioni sul trattamento che avete ricevuto:

- Esami effettuati per la diagnosi del cancro alla mammella e relativi risultati
- Trattamento ricevuto, e periodo in cui siete stati sottoposti
- Servizi di assistenza e altri programmi per il trattamento che avete ricevuto

Ora che il vostro trattamento è terminato, il vostro team dovrebbe collaborare con voi per creare un piano. Il vostro specialista deciderà quale medico o specialista sia più adatto a gestire le vostre cure.

Dovreste avere un piano di controllo che includa:

- I controlli più adatti a voi
- Piani per la gestione di eventuali effetti collaterali dovuti al trattamento
- Come fare per ricevere aiuto immediato se pensate

che il cancro sia tornato o sia peggiorato

Il vostro medico dovrebbe collaborare con voi e discutere di:

- Come trovare informazioni e assistenza per rimanere fisicamente e psicologicamente sani e per ricevere ciò di cui avete bisogno
- Segnali e sintomi a cui prestare attenzione che potrebbero significare che il cancro sta tornando
- Prevenzione e vita sana

A volte il cancro alla mammella può tornare dopo il trattamento. Di solito viene riscontrato durante la visita di controllo, o se voi notate che i sintomi sono tornati. È importante sottoporsi a visite di controllo regolari. Se notate che qualcosa è cambiato andate dal vostro medico. Potete chiedere al vostro medico di mostrarvi come controllarvi il seno da sole, potete chiedere di fare una visita di controllo o di ricevere informazioni e supporto.

6. Vivere con il cancro

Effetti collaterali

Alcune persone soffrono effetti collaterali durante e dopo il trattamento. Gli effetti collaterali sono la risposta del vostro corpo al trattamento che state ricevendo. È normale averli, ma possono farvi star male.

Potreste avere effetti collaterali immediatamente, potreste non averne affatto o potreste averli mesi dopo il vostro trattamento.

Potete parlare degli effetti collaterali con il vostro medico e ricevere informazioni e supporto per aiutarvi a stare bene, o **visitare il sito** www.cancervic.org.au/about-cancer/survivors/long-term-side-effects

Piano di cura avanzato

Il vostro team potrebbe collaborare con voi alla creazione di un piano di cura avanzato. Il piano di cura avanzato

è un modo per pianificare le vostre volontà e per assicurarsi che tutti sappiano quali sono i tipi di cure mediche che volete ricevere in futuro.

Potete parlare della creazione di un piano di cura avanzato con il vostro medico o **visitare il sito** www.advancecareplanning.org.au

Cure palliative

Le cure palliative vengono utilizzate in stadi differenti del trattamento per aiutarvi a farvi sentire bene.

Le cure palliative possono aiutarvi ad alleviare il dolore, a ridurre i sintomi e a migliorare la qualità della vita.

Potete parlare del tipo di cure palliative più adatte a voi con il vostro medico o **visitare il sito** www.palliativecare.org.au

Costi

Ci sono dei costi da affrontare ad ogni fase del cancro, questi includono il trattamento, l'alloggio e gli spostamenti. Potreste avere dei costi da affrontare se ricevete il trattamento presso un servizio sanitario privato anche se avete un'assicurazione medica privata.

Se avete domande sul costo relativo ai diversi tipi di trattamento potete parlarne con il vostro team e con la vostra assicurazione privata. Potete anche parlarne con l'assistente sociale del vostro ospedale.

Potete parlare del costo del trattamento con il vostro medico o **visitare il sito** www.canceraustralia.gov.au/affected-cancer/living-cancer/dealing-practical-aspects-cancer/costs-treatment

Potete parlare del costo dell'alloggio e degli spostamenti con il vostro medico o **visitare il sito** www.cancercouncil.com.au/get-support/practical-support-services

Ci sono molte cose a cui pensare quando si ha il cancro alla mammella.

Ci sono anche molte informazioni e servizi di assistenza. È importante che facciate le scelte più adatte alla vostra situazione. Potete collaborare con il vostro team per assicurarvi di ricevere le migliori cure possibili.

Informazioni e supporto

Breast Cancer Network Australia

- Informazioni e supporto: **1800 500 258**
- www.bcna.org.au

Cancer Council

- Potete parlare con un infermiere specializzato nell'assistenza ai malati di cancro: **13 11 20**
-  Se avete bisogno di un interprete: **13 14 50**

Carers Australia

- Informazioni e supporto per chi assiste qualcuno con il cancro: **1800 242 636**

Per maggiori informazioni visitate www.cancerpathways.org.au



Australian Government
Cancer Australia

