

Linfoma di Hodgkin e linfoma diffuso a cellule B

Questo foglio informativo vi spiega quali sono le informazioni che potete chiedere prima, durante e dopo il trattamento per il linfoma. Potete chiedere maggiori informazioni e assistenza al vostro team. Lavorare con

il vostro team significa avere la certezza di ricevere il trattamento, le informazioni e il sostegno più adatti alla vostra situazione.

1. La visita dal vostro medico

Il vostro medico dovrebbe farvi una visita di controllo per vedere se riesce a scoprire la causa del vostro malessere. Vi chiederà se avete dei sintomi. Ad esempio potreste avere un nodulo o un'escrescenza.

Il vostro medico dovrebbe collaborare con voi per assicurarsi che abbiate tutte le informazioni e l'assistenza di cui avete bisogno. Al vostro medico potete chiedere cose che riguardano:

- Cosa succede nel vostro corpo e le possibili cause di ciò che sta succedendo
- Cosa accadrà o cosa potrebbe accadere
- Come vi sentite e cosa fare per star bene psicologicamente
- A chi potete rivolgervi per avere informazioni su dove ricevere l'assistenza di cui avete bisogno
- Dove potete ricevere maggiori informazioni e supporto

Il vostro medico potrebbe decidere di aspettare e vedere come si comporta il nodulo o l'escrescenza. Tornerete di nuovo dal medico in un periodo compreso tra le quattro e le sei settimane.

Il medico potrebbe eseguire degli esami per vedere se c'è un linfoma:

Ecografia

Vengono usate onde sonore per creare un'immagine dell'interno del corpo.

Biopsia

Viene prelevato un piccolo campione di tessuto dal nodulo o escrescenza per essere esaminato al microscopio.

Tomografia assiale computerizzata (CT scan)

Vengono utilizzati computer e raggi X per creare un'immagine dettagliata del corpo.

È possibile che il vostro medico vi mandi a fare ulteriori esami da uno specialista. Lo specialista è un medico qualificato a trattare persone che hanno il linfoma. Il vostro medico dovrebbe dare allo specialista delle informazioni sul vostro stato di salute in passato, dovrebbe dirgli se nella vostra famiglia ci sono dei casi di cancro e dovrebbe fornirgli i risultati dei vostri esami.

Potete farvi accompagnare alla visita da un familiare o da un amico. Potete chiedere al medico maggiori informazioni e assistenza per assicurarvi di avere ciò di cui avete bisogno.

2. Esami

Lo specialista vi dovrebbe sottoporre a degli esami per stabilire se avete il linfoma. Questa viene chiamata diagnosi. Se avete il linfoma gli esami mostreranno come sta crescendo il cancro e se il cancro si è diffuso. 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

Potreste dovervi sottoporre ad un unico esame o ad una combinazione di esami:

Biopsia

Viene prelevato un piccolo campione di tessuto dal nodulo o escrescenza per essere esaminato al microscopio.

Vi verrà fatta la biopsia nel caso non l'abbiate già fatta.

Tomografia ad emissione di positroni (PET)

Viene iniettata una piccola quantità di sostanza radioattiva e l'intero corpo viene scannerizzato per vedere dove si trova il cancro.

Potete chiedere al vostro medico come fare a trovare un gruppo di supporto per persone con il cancro. Può essere d'aiuto sapere che ci sono altre persone che capiscono cosa state provando.

I vostri amici e i vostri familiari possono parlare con un gruppo di supporto per chi assiste qualcuno con il cancro.

3. Trattamento

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

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

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:

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

È il trattamento più comune per il linfoma.

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

Potrebbe essere utilizzata insieme alla chemioterapia.

Trapianto autologo di cellule staminali o trapianto del midollo osseo si ha quando vi viene fatto un prelievo di sangue prima che veniate sottoposti alla chemioterapia. Alcune cellule, chiamate cellule staminali, vengono quindi estratte dal sangue prelevato. Le cellule staminali sono cellule che aiutano il corpo a far crescere nuove cellule sane. Alla fine del trattamento di chemioterapia, le cellule staminali estratte vengono nuovamente iniettate nel vostro sangue.

È possibile che per il trattamento del linfoma abbiate bisogno di molti cicli di chemioterapia o radioterapia. Questa viene chiamata terapia ad alto dosaggio. L'alto dosaggio potrebbe distruggere alcune delle cellule del midollo osseo e delle cellule staminali. Si tratta di un effetto collaterale del trattamento. Queste cellule sono necessarie per la produzione del sangue. Potreste aver bisogno di un trapianto autologo di cellule staminali per riacquistare le cellule del midollo osseo e le cellule staminali o se questa non è la prima volta che avete un linfoma.

Potreste aver bisogno di un trapianto allogenico di cellule staminali. Questo consiste nell'iniezione nel vostro corpo di cellule staminali che appartengono ad un'altra persona al termine del ciclo di chemioterapia. Questo non è un trattamento molto comune.

Per maggiori informazioni sul trattamento e sugli effetti collaterali potete parlare con il 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.

4. 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 linfoma e relativi risultati
- Trattamento ricevuto, e periodo in cui siete stati sottoposti
- Servizi di supporto 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. Voi e il vostro medico dovrete ricevere un piano di controllo che includa:

- I controlli più adatti a voi
- I 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 linfoma può tornare dopo il trattamento. Di solito viene riscontrato durante la visita di controllo, o se notate che i sintomi sono tornati. È importante sottoporsi a controlli regolari. Se notate che qualcosa è cambiato andate dal vostro medico. Potete chiedere al vostro medico una visita di controllo, maggiori informazioni e supporto.

5. 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 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 un linfoma. 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

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**

Leukaemia Foundation

- Informazioni e supporto: **1800 620 420**
- www.leukaemia.org.au

Carers Australia

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

