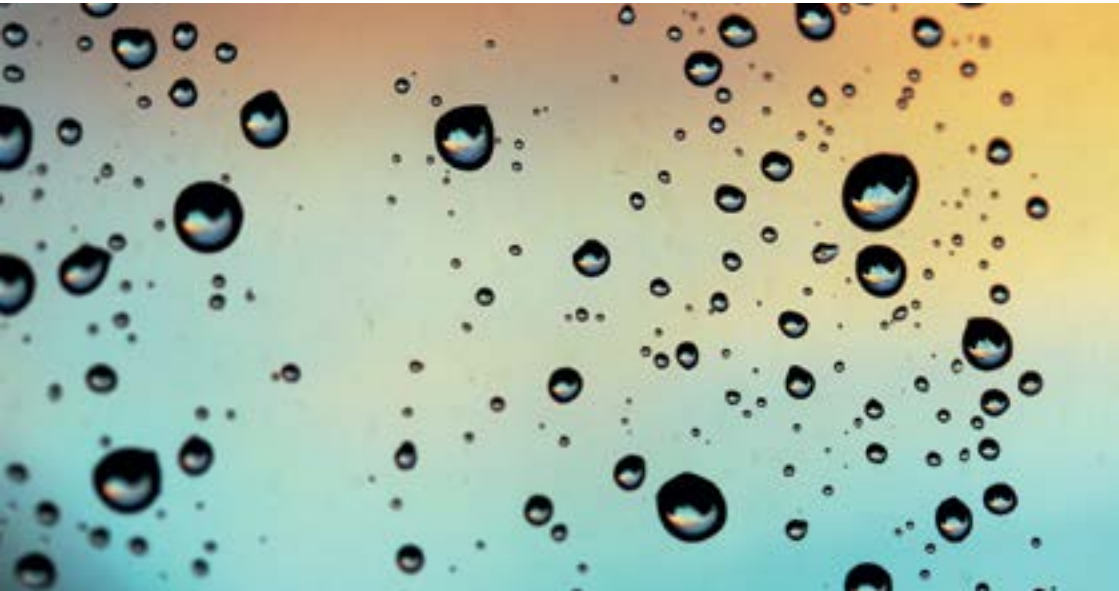
lega contro il cancro

# Medicinali contro il cancro

## Chemioterapia, terapia antiormonale, terapie mirate e immunoterapie

Leggere online

Un’informazione della Lega contro il cancro



# 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**
Direzione del progetto e redazione
Barbara Karlen, redattrice informazioni sul cancro, Lega contro il cancro, Berna

Consulenza scientifica
Cornelia Kern Fürer, infermiera specializzata in oncologia ed ematologia, Ospedale regionale Rheintal Werdenberg Sarganserland, Grabs; Prof. Dr. med. Alfred Zippelius, vice primario, professore di oncologia traslazionale, responsabile della rete Kompetenznetzwerk Immuntherapie – Tumorzentrum, Ospedale universitario di Basilea

Lettorato in tedesco
Romy Kahl, Lega contro il cancro, Berna

Illustrazioni
pp. 7, 8: Daniel Haldemann, Wil, SG

Immagini
Copertina: ImagePoint AG, Zurigo
p. 4: Fotolia
pp. 20, 44: Shutterstock

Grafica
Carsten Klein, Torgau

Stampa
Hartmanndruck & Medien GmbH, Hilzingen

**Questo opuscolo è disponibile anche in lingua francese e tedesca.**

© 2024, 2018, 2009, 2003, Lega svizzera contro il cancro, Berna | 4ª edizione

LSC / 05.2024 / 2000 I / 031101012111

# Indice


6 Terapie farmacologiche

13 Chemioterapia

17 Terapia antiormonale

21 Terapie mirate

24 Immunoterapia

28 Che cosa fare contro gli effetti collaterali?

42 Che cosa succede dopo i trattamenti?

45 Desidero una consulenza e altre informazioni

# Cara lettrice, caro lettore

Quando nel testo è utilizzata soltanto la forma maschile o femminile, questa si riferisce a entrambe.

Il cancro viene trattato con diversi medicinali. In questo opuscolo trova informazioni sulle seguenti terapie tumorali basate su farmaci:

- chemioterapia;
- terapia antiormonale;
- terapia mirata;
- immunoterapia.

Tutti questi medicinali mirano a distruggere le cellule tumorali.

Qui potrà scoprire il funzionamento di queste terapie. Imparerà quali effetti collaterali possono presentarsi e come alleviarli.

Ha delle domande? Lei o i Suoi cari desiderate un supporto? Si rivolga alla sua équipe medica per assistenza. Può anche contattare i consulenti delle Leghe cantonali e regionali contro il cancro. In alternativa, chiami la Linea cancro. 0800 11 88 11.

Cerca gli indirizzi e i numeri di telefono delle Leghe cantonali contro il cancro? Li trova nelle ultime pagine di questo opuscolo.

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.

# Terapie farmacologiche

Per il trattamento del cancro vengono utilizzate diverse terapie farmacologiche. Le terapie farmacologiche si suddividono in:

- chemioterapia;
- terapia antiormonale;
- terapie mirate;
- immunoterapia.

Tutte queste terapie mirano a distruggere le cellule tumorali. Vengono somministrate sotto forma di infusione, iniezione o compressa. Nella maggior parte dei casi, vengono combinati diversi trattamenti: contemporaneamente o uno dopo l'altro.

Ai pazienti viene installato a volte un accesso venoso permanente. Così non devono pungere la vena ad ogni infusione. I sistemi port o cateteri venosi periferici sono adatti a questo scopo.

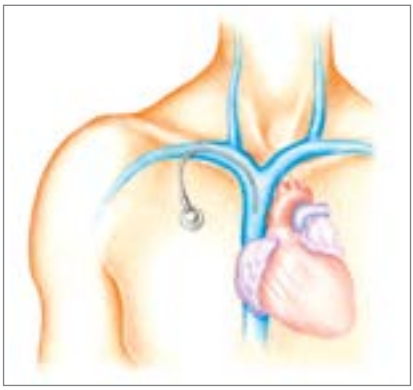
## Che cos'è un sistema port-a-chat?

Si tratta di un accesso permanente in vena. Il sistema port-a-chat, o port, viene posizionato sotto la pelle. Il port è visibile dall'esterno come un leggero rilievo. Per l'infusione, il port viene inserito attraverso la pelle in maniera indolore.

Il port viene inserito in ospedale. Il posizionamento del port avviene in anestesia locale o generale. Di solito è possibile tornare a casa il giorno stesso.

I port possono far scattare l'allarme ai controlli di sicurezza degli aeroporti. Per questo riceverà una carta del paziente che dovrà portare con sé quando viaggia.

**Invisibile sotto la pelle: port con catetere venoso.**



**Il port è visibile dall'esterno come una piccola protuberanza.**

**Per l'infusione, il port viene inserito attraverso la pelle in maniera indolore.**

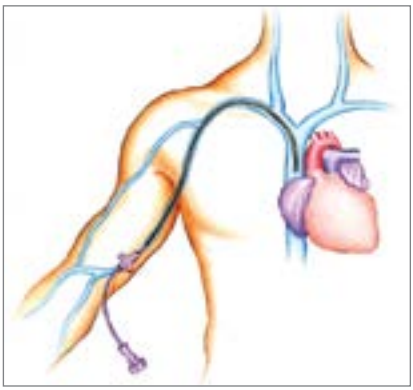
**L'infusione passa attraverso il port.**

## Che cos'è un catetere venoso?

Si tratta di un sottile tubicino di plastica che viene inserito nel sistema venoso. I cateteri venosi sono il PICC e il midline. Ognuno ha una lunghezza diversa.

I cateteri PICC vengono inseriti in una vena del braccio. La loro punta arriva vicino al cuore. Sono impiegati in trattamenti che durano al massimo un anno. I PICC sono un'alternativa ai sistemi port.

**Catetere venoso (PICC)**



I cateteri midline vengono inseriti in due possibili vene: quella ascellare o la succlaviale. Sono un'alternativa ai cateteri endovenosi. I cateteri midline servono per somministrare liquidi. Si usano per periodi brevi, che vanno da una settimana fino a sei settimane.

Per l'inserimento di questi cateteri ci si reca in ospedale. Di solito si può tornare a casa il giorno stesso. Prima di iniziare la procedura, la pelle nel punto dove avverrà la perforazione viene anestetizzata. Si usa un'anestesia locale. Il personale infermieristico controlla spesso questa zona.

## Domande da porre all'équipe curante

L'oncologo e il personale infermieristico parleranno con Lei. Discuteranno le domande che ha sulla terapia con i farmaci. Se ha delle domande, le scriva a casa. In questo modo non le dimenticherà. È bene che qualcuno La accompagni a questa consultazione.

Non è sicuro della scelta del trattamento? Non esiti a parlarne. Lei ha il diritto di chiedere un secondo parere medico in qualsiasi momento. L'équipe di cura conosce questa possibilità. Invierà i documenti al medico competente.

Durante il colloquio con il medico potrà porre le seguenti domande:

- che tipo di terapia farmacologica riceverò?
- Devo recarmi in ospedale per questo e posso tornare a casa il giorno stesso?
- Quanto dura la terapia?
- Qual è l'esperienza dell'équipe curante nel trattamento del mio tipo di tumore? Personale esperto può migliorare l'andamento della malattia. Questa esperienza può anche migliorare la qualità di vita del paziente.
- Avrò effetti collaterali e indesiderati? Che cosa posso fare per contrastarli? Quando e a chi devo rivolgermi in caso di bisogno?
- Come incide la terapia sulla mia vita di tutti i giorni? In che modo influisce sul mio lavoro? E sul tempo che dedico alle attività ricreative?
- Chi posso contattare in caso di domande? In caso di domande o di effetti collaterali, a chi posso rivolgermi?
- Che cosa posso fare per migliorare il mio benessere?
- Chi può aiutarmi se la mia malattia mi preoccupa molto? Dove posso trovare sostegno per me e per la mia famiglia?

La Linea cancro e le Leghe cantonali e regionali contro il cancro sono pronte ad aiutare. Possono rispondere alle Sue domande. Per contattarle, vada a pagina 50.

## Esistono vaccini contro il cancro?

Attualmente non esiste un vaccino autorizzato per curare il cancro. Tuttavia, esistono vaccini contro alcuni virus. Alcuni di questi virus aumentano il rischio di sviluppare un cancro. I più noti sono:

- vaccini contro i virus dell'epatite B. Questi virus sono un fattore di rischio per il cancro del fegato;
- vaccini contro i papillomavirus umani (HPV). Gli HPV aumen-

tano il rischio di cancro al collo dell'utero.

## Che cos'è la medicina personalizzata?

Si tratta di un trattamento che i medici adattano al singolo individuo. Le caratteristiche delle cellule tumorali sono determinanti a tal fine. Le proprietà sono esaminate in laboratorio. Qui, vengono stabilite con precisione.

Esempi di medicina personalizzata sono:

- quando nelle cellule del tumore ci sono alterazioni genetiche, è possibile considerare l'uso di terapie mirate. Anche la chemioterapia può essere adattata a questi cambiamenti.
- Se un tumore presenta particolari recettori sulle sue cellule, è possibile trattarlo con anticorpi specifici.
- Se le cellule tumorali presentano recettori ormonali, è possibile ricorrere a farmaci antiormonali.

## Controlli i denti prima di iniziare i trattamenti

Si rechi dal dentista prima di cominciare i trattamenti. Faccia richiesta dello stato dentale. Si tratta di un rapporto scritto sui Suoi denti. Lo stato dentale mostra se i denti sono sani prima del trattamento.

Il dentista controllerà anche se ci sono infiammazioni nascoste nella bocca. Queste verranno trattate prima di iniziare il trattamento contro il cancro.

### Perché è importante controllare i denti?

I trattamenti per curare il cancro possono danneggiare i denti. Se il trattamento del tumore ha danneggiato i denti, controlli presso la Sua assicurazione sanitaria. Deve verificare se i costi del dentista sono inclusi nel contratto. Per fare questo chiarimento è necessario lo stato dentale.

Prima dei trattamenti contro il cancro, è importante avere denti e gengive sani.

Posticipi gli interventi programmati presso il dentista a dopo il trattamento contro il cancro. In questo modo evita il rischio di infiammazioni. Può succedere che, durante le terapie contro il cancro, a causa di un'emergenza, ha bisogno del dentista. In questo caso, lo informi delle terapie che sta facendo. Informi l'oncologo se ha appuntamenti dal dentista o per l'igiene dentale.

## Partecipare a uno studio clinico?

La scienza sviluppa costantemente nuovi trattamenti per il cancro. Gli scienziati eseguono studi clinici. Il loro obiettivo è sviluppare trattamenti contro il cancro migliori. Desiderano scoprire se il nuovo trattamento è più efficace di quello esistente.

Chieda al Suo medico se Lei può partecipare a uno studio clinico.

Per ulteriori informazioni, si rivolga all'équipe curante. Oppure consulti l'opuscolo «Terapia oncologica nell'ambito di uno studio clinico» (vedi p. 48).

## Costi dei trattamenti

L'assicurazione di base si fa carico dei costi per gli esami diagnostici del cancro. Copre anche i trattamenti necessari e si occupa delle spese legate alle conseguenze della malattia. L'assicurazione complementare, invece, si assume i costi di altre prestazioni. Ad esempio, le cure in un reparto privato in ospedale.

Una parte dei costi dei trattamenti è a carico del paziente. La quota di partecipazione ai costi delle cure, di solito, è così:

- franchigia: la tariffa minima obbligatoria è di 300 franchi all'anno. Ciò significa che Lei pagherà le prestazioni fino a 300 franchi all'anno.
- Aliquota percentuale: Significa che dovrà pagare il 10% delle spese per la salute. L'importo è a carico dell'assicurato, fino a un massimo di 700 franchi all'anno.

- Contributo ai costi ospedalieri: in caso di ricovero ospedaliero, si pagano 15 franchi per ogni giorno di degenza. A questi costi vanno aggiunti la franchigia e l'aliquota.

## Importante

Non sa se la Sua assicurazione sanitaria si assume i costi? Prima di procedere, si informi presso il Suo medico. Verifichi anche presso la Sua assicurazione sanitaria. Le Leghe cantonali contro il cancro possono offrire consigli su questioni assicurative. Potrà discutere e chiarire le questioni legate alle assicurazioni e al finanziamento. Lo farà in un incontro congiunto.

# Chemioterapia

Esistono diversi medicinali efficaci contro il cancro. La chemioterapia è un trattamento che si serve di farmaci per combattere i tumori.

La chemioterapia prevede più di cento farmaci diversi. Questi farmaci sono chiamati citostatici. Interrompono la divisione delle cellule cancerose. Così facendo, le distruggono in tutto l'organismo. In questo modo si impedisce al tumore di crescere ulteriormente.

I citostatici combattono le cellule tumorali. Però, possono danneggiare anche le cellule sane del corpo. Questa è la causa principale degli effetti collaterali.

## Come funziona la chemioterapia?

Per la chemioterapia ci si reca in ospedale o in uno studio medico. Di norma, la chemioterapia viene somministrata come infusione in vena. A volte si riceve la chemioterapia tramite iniezione. Altre volte si assume sotto forma di compresse, che si possono prendere a casa. Dopo la chemioterapia, si può tornare a casa il giorno stesso.

La chemioterapia dura solitamente diverse settimane o mesi. Viene somministrata a intervalli regolari, detti anche cicli. Questi cicli alternano pause di trattamento e di recupero.

La chemioterapia è spesso associata alla radioterapia. Talvolta anche con altre forme di terapia, come quella antiormonale.

## Perché controllare i valori del sangue?

I farmaci riducono la produzione di cellule del sangue nel midollo osseo. Questo riduce temporaneamente il numero di componenti del sangue. I componenti del sangue sono le piastrine, i globuli rossi e i globuli bianchi.

Si può fare la chemioterapia solo se i valori dei componenti del sangue sono alti. I parametri del sangue devono raggiungere certi valori limite. Se non è così, il personale me-

dico aspetta fino al prossimo trattamento.

Vengono controllati anche i valori del sangue. La chemioterapia può infatti alterare la funzione di alcuni organi, come i reni.

## Quando viene fatta una chemioterapia?

- Prima di un'operazione: la chemioterapia riduce le dimensioni del tumore. In questo modo i chirurghi possono rimuoverlo più facilmente. La chemioterapia uccide le cellule tumorali. Elimina anche quelle che si sono diffuse nel corpo in una fase precoce. Queste cellule tumorali sono le micro-metastasi.
- Dopo l'operazione: in questo caso, la chemioterapia uccide le cellule tumorali rimaste nel corpo. Questo aumenta le probabilità di guarigione.
- In presenza di metastasi: in questo caso, la chemioterapia allevia i sintomi e prolunga la sopravvivenza.
- In preparazione a un trapianto di cellule staminali. Oppure per un trapianto di cellule staminali del sangue.

## Quali sono i possibili effetti collaterali?

Qui troverà una lista con i disturbi più frequenti. Questo non implica che si manifesteranno tali effetti collaterali. Ogni persona ha una reazione diversa alla chemioterapia. Inoltre, ogni tipo di chemioterapia produce effetti diversi.

- Chi ha fatto una chemioterapia può avere infiammazioni. Può avere anche emorragie. Inoltre, può soffrire di stanchezza persistente, nota come fatigue. Uno dei motivi è il danneggiamento delle cellule staminali del midollo osseo.
- Le mucose possono seccarsi in varie parti del corpo. Potrebbe avere problemi a deglutire. Il senso del gusto potrebbe cambiare. Potrebbe avere infiammazioni e diarrea. Anche i rapporti sessuali potrebbero diventare difficili.

- Le persone che fanno la chemioterapia possono perdere i capelli. La perdita può variare da leggera a completa.
- Le persone colpite possono avere un senso di nausea.
- I polmoni o il cuore potrebbero non essere più ugualmente efficienti.
- Le cellule uovo o lo sperma possono essere danneggiate.
- La sensazione nelle mani e nei piedi può cambiare. Questo include il tatto, il dolore e la percezione della temperatura.

Dopo la chemioterapia, molti sintomi si riducono o scompaiono del tutto. Alcuni disturbi persistono più a lungo.

### Ha dei disturbi?

Si rivolga subito al personale infermieristico o al medico curante. L'équipe curante è istruita a gestire e curare i sintomi.

Molti disturbi si possono trattare prima di iniziare la chemioterapia. In modo che i sintomi non si manifestino o siano meno gravi. Chieda all'équipe curante quali sono i disturbi da segnalare subito.

Per informarsi sulla stanchezza persistente, legga l'opuscolo «La fatigue da cancro». È pubblicato dalla Lega contro il cancro. Per saperne di più, legga gli opuscoli della Lega contro il cancro.

## Chemioterapia ad alto dosaggio

Questa terapia implica l'utilizzo di dosi superiori di farmaci citostatici. Queste dosi sono più elevate rispetto a quelle della chemioterapia standard. Così facendo, si vuole distruggere un numero maggiore di cellule tumorali. Questo aumenta le probabilità di guarigione.

### Dove ricevo la chemioterapia ad alto dosaggio?

I centri specializzati eseguono questo tipo di chemioterapia. A tale scopo dovrà rimanere in ospedale per alcuni giorni.

Prima della chemioterapia ad alto dosaggio, si prelevano cellule staminali sane. Queste possono essere raccolte dal sangue o dal midollo osseo. Dopo aver finito la chemioterapia, riceverà un'infusione di cellule staminali. Queste cellule sono state prelevate dal Suo sangue sano in precedenza. Le cellule staminali entrano nel midollo osseo attraverso il sangue. Lì formano nuove cellule del sangue. Questo trattamento è necessario. Infatti la chemioterapia ad alto dosaggio distrugge le cellule staminali del sangue.

È anche possibile che non vengano prelevate cellule staminali dal sangue. In questo caso, le cellule staminali del sangue verranno prelevate da un parente. Potrebbero anche provenire da un donatore anonimo.

## Posso avere effetti collaterali?

Le strutture specializzate daranno informazioni precise e dettagliate. Spiegheranno quali effetti collaterali si possono presentare. Ha domande su questa forma di terapia? Chieda all'équipe curante.

# Terapia antiormonale

Un'altra forma di terapia farmacologica è la terapia antiormonale. Questa sopprime l'effetto degli ormoni sulle cellule tumorali.

Gli ormoni possono avere un impatto sulla crescita delle cellule tumorali. Le cellule tumorali che dipendono dagli ormoni sono chiamate ormono-dipendenti.

## Come funziona la terapia antiormonale?

Alcuni ormoni influenzano la crescita delle cellule tumorali. Gli estrogeni, ad esempio, influenzano le cellule del cancro del seno.

La terapia antiormonale interrompe l'effetto degli ormoni sulle cellule tumorali. Il tumore cresce quindi più lentamente o non cresce affatto. La terapia fa anche in modo che gli ormoni non vengano più prodotti.

La terapia antiormonale colpisce solo cellule tumorali ormono-dipendenti. Gli specialisti esaminano le cellule tumorali per capire se dipendono dagli ormoni. Lo fanno prelevando un campione del tumore con una biopsia.

## Come si riceve la terapia antiormonale?

Si inietta il medicinale. Per farlo, ci si reca in ospedale o in uno studio medico. Oppure il personale infermieristico inietta il farmaco a domicilio. È anche possibile prendere il medicinale a casa. Si presenta sotto forma di compresse.

Questa terapia dura di solito diversi mesi o anni. Anche se si usano farmaci antiormonali, il tumore potrebbe ricrescere. In questo caso la terapia viene interrotta. Il medico discuterà con Lei le fasi successive.

## Quando riceverò la terapia antiormonale?

Se il tumore dipende dagli ormoni, i medici possono somministrare una terapia antiormonale. Questa viene somministrata in varie fasi del trattamento contro il cancro:

- dopo un'operazione, per ridurre il rischio di ricaduta;
- prima di un'operazione o di una radioterapia, per rimpicciolire il tumore;
- come terapia palliativa, quando non è più possibile una cura. L'obiettivo è rallentare la crescita del tumore e alleviare i sintomi.

## Quali effetti collaterali posso avere?

Gli effetti collaterali più comuni sono elencati di seguito. Questo non significa che Lei avrà tutti questi effetti indesiderati. Ogni persona reagisce in modo diverso alla terapia antiormonale. I farmaci antiormonali possono causare:

- vampate di calore;
- sudorazione improvvisa;
- secchezza della pelle e delle mucose.

Potrebbe anche sentirsi stanco o svogliato. Possono comparire gonfiori (edema) o coaguli di sangue (trombosi). In alcuni casi anche osteoporosi. Alcuni farmaci antiormonali influenzano la vita sessuale.

Per saperne di più legga gli opuscoli della Lega contro il cancro. In particolare, «Il cancro e la sessualità maschile» e «Il cancro e la sessualità femminile».

## Ha dei disturbi?

Si rivolga subito al personale infermieristico o al medico curante. L'équipe curante è istruita a gestire e curare i sintomi. Chieda all'équipe curante quali sono i disturbi da segnalare subito.

L'alternanza tra attività fisica e momenti di rilassamento migliora il benessere. Vari studi lo confermano. Inoltre, molti pazienti hanno ottenuto benefici da trattamenti medici complementari.

Per saperne di più, legga gli opuscoli della Lega contro il cancro. In particolare, «Medicina complementare e cancro».

# Terapie mirate

La terapia mirata è un'altra forma di terapia farmacologica contro il cancro.

## Come funziona la terapia mirata?

I medicinali per la terapia mirata sono precisi. Intervengono sui processi cellulari specifici delle cellule tumorali. Per raggiungere questo scopo, si servono di alcune caratteristiche specifiche delle cellule tumorali. Le usano come bersagli. Perché il trattamento sia efficace, le cellule tumorali devono avere caratteristiche specifiche. Per questo, la terapia mirata non è adatta a tutti i pazienti con il cancro.

I medicinali per la terapia mirata funzionano in modi diversi:

- alcuni interferiscono la formazione di vasi sanguigni. Di conseguenza, le cellule tumorali non ricevono più sangue e muoiono;
- altri farmaci bloccano la crescita delle cellule tumorali. Le cellule tumorali possono smettere di crescere. Questo arresto può essere temporaneo o permanente;
- alcuni medicinali trasportano sostanze tossiche o radioattive nelle cellule tumorali;
- altri ostacolano la trasmissione dei segnali delle cellule tumorali.

## Come viene somministrata?

Viene somministrata con un'infusione o con un'iniezione sotto la pelle. In alternativa, ci sono anche le compresse. Per la terapia, ci si reca in ospedale o in uno studio medico. Solitamente si può tornare a casa il giorno stesso.

## Quando viene somministrata?

La terapia mirata viene combinata con tre terapie: la chemioterapia, la radioterapia o la terapia antiormonale. Può prolungare la vita e migliorarne la qualità.

Le terapie mirate sono state approvate per il trattamento di alcuni tipi di tumore. Si tratta del cancro del seno, del polmone, dell'intestino e

della leucemia. Studi clinici verificano se i farmaci esistenti possono trattare altri tumori. Questi studi esaminano anche la possibilità di approvare nuovi medicinali.

## Quali effetti collaterali posso avere?

Gli effetti indesiderati riguardano la pelle e le mucose. Si manifestano anche disturbi nel tratto gastrointestinale e nel sistema cardiovascolare. I medicinali possono avere effetti collaterali diversi. Questi dipendono dal tipo di medicinale assunto. Non tutte le persone, poi, hanno effetti collaterali. Ogni persona reagisce in modo diverso alla terapia.

Importante: in caso di effetti indesiderati, informi il personale medico. Molti di questi disturbi possono essere curati. Chieda anche quali effetti collaterali devono essere segnalati immediatamente. E, soprattutto, a chi.

## Che cosa sono gli anticorpi monoclonali?

Gli anticorpi fanno parte del sistema immunitario. «Monoclonale» significa che derivano dalla stessa cellula. Gli anticorpi monoclonali sono dei medicinali. Essi mirano a colpire obiettivi ben precisi. Attaccano una caratteristica specifica delle cellule tumorali.

Gli anticorpi monoclonali sono prodotti in laboratorio. Funzionano come gli anticorpi dell'organismo.

### Come agiscono gli anticorpi monoclonali?

Alcuni anticorpi sono progettati per riconoscere e legarsi alle cellule tumorali. Quando si legano alle cellule tumorali, agiscono come un marcatore. Segnalano la presenza di cellule cancerose al sistema immunitario. Quest'ultimo riconosce le cellule tumorali e può combatterle. Altri interrompono l'apporto di sangue o rallentano la crescita delle cellule tumorali.

Talvolta gli anticorpi contengono particelle radioattive, che vengono dirette verso il tumore. Queste particelle radioattive vanno a colpire il tumore da molto vicino. Le cellule sane vengono risparmiate dalle radiazioni.

## Coniugati anticorpo-farmaco

Si tratta di una nuova forma di chemioterapia mirata. Gli anticorpi monoclonali vengono combinati con un medicinale usato per la chemioterapia. Gli anticorpi aiutano i principi attivi della chemioterapia a raggiungere le cellule tumorali. In questo modo agiscono in modo mirato.

## La terapia mirata è un'opzione per me?

Ciò dipende da diversi fattori. In particolare, dal tipo di tumore, dallo stadio della malattia e dalle caratteristiche delle cellule tumorali. Chieda al medico se questa terapia è adatta al Suo caso oppure no.

# Immunoterapia

Le immunoterapie aiutano il sistema immunitario a combattere il tumore. La medicina utilizza immunoterapie attive e passive. L'immunoterapia attiva rafforza le difese immunitarie. In quella passiva si introducono delle sostanze nell'organismo. Queste combattono le cellule tumorali come fa il sistema immunitario.

Esistono varie forme di immunoterapia, ad esempio:
- gli inibitori del checkpoint immunitario;
- terapia cellulare CAR-T.

## Inibitori del checkpoint immunitario

### Come funzionano?

Le cellule del corpo presentano dei checkpoint sulla loro superficie. Queste caratteristiche proteggono le cellule. Il sistema immunitario infatti non le attacca. Anche le cellule tumorali sono cellule dell'organismo. Anch'esse hanno dei checkpoint. Il sistema immunitario non le riconosce e non può combatterle.

Gli inibitori del checkpoint immunitario agiscono sui checkpoint presenti sulle cellule tumorali. Bloccandoli, permettono al sistema immunitario di identificare e attaccare le cellule malate.

### Come viene somministrata l'immunoterapia?

Dovrà recarsi in ospedale per diversi appuntamenti. Di solito è possibile tornare a casa il giorno

stesso. La terapia si somministra con un'infusione. Questa avviene ogni due o quattro settimane. Dopo la terapia, il sistema immunitario mantiene la capacità di riconoscere le cellule tumorali. Questa capacità dura per mesi o anni.

La terapia con inibitori del checkpoint immunitario è spesso associata ad altre cure. Ad esempio, si può combinare con trattamenti a base di anticorpi, con la radioterapia, o con la chemioterapia.

## Quali effetti indesiderati posso avere?

Gli effetti collaterali possono interessare qualsiasi organo. I più comuni sono:

- disturbi della pelle;
- disturbi gastrointestinali;
- infiammazioni del fegato;
- disturbi endocrini come l'infiammazione della tiroide o il diabete mellito.

Le terapie di checkpoint possono avere vari effetti collaterali. È meglio fare queste terapie in centri specializzati.

Se avverte dei sintomi o disturbi, informi subito la Sua équipe curante. È importante riconoscere i sintomi il prima possibile. Se sono effetti collaterali dell'immunoterapia, si possono curare meglio.

Inoltre, gli effetti indesiderati possono manifestarsi in momenti diversi: durante la terapia, ma anche un anno dopo l'ultima dose.

Per ulteriori informazioni, legga l'opuscolo della Lega contro il cancro «L'immunoterapia con gli inibitori dei checkpoint».

# Terapia CAR -T

## Come agisce la terapia CAR-T?

In questa terapia, si trasformano le cellule immunitarie del corpo, chiamate cellule T, in cellule CAR-T. Le cellule CAR-T convertite riconoscono le cellule tumorali e le combattono. Le lettere CAR sono l'abbreviazione di *CD19-specific Chimeric Antigen Receptor.*

## Come funziona la terapia CAR-T?

Per farlo, ci si reca in un ospedale specializzato. Il paziente viene collegato a una macchina simile a quella per la dialisi. Questa è detta «macchina per l'aferesi». Ciò significa che il sangue scorre attraverso questo dispositivo. Nel frattempo, il dispositivo separa alcune cellule del sistema immunitario, chiamate cellule T. Il sangue rimanente ritorna nel corpo. Le cellule immunitarie T vengono poi inviate in laboratorio, dove vengono modificate geneticamente. Il procedimento in laboratorio può richiedere fino a 30 giorni.

Prima di ricevere le cellule CAR-T, il paziente deve sottoporsi a chemioterapia. Questa, eliminando alcune cellule immunitarie, fa spazio alle cellule CAR-T. Dopo la chemioterapia, le cellule CAR-T modificate vengono reintrodotte nel sangue. Questo si fa tramite infusione. Una volta introdotte nel corpo del paziente, la degenza in ospedale può durare da due a quattro settimane. Il periodo di degenza è fondamentale. Serve per intervenire velocemente se compaiono effetti collaterali. Serve anche per controllare se il trattamento funziona.

Se le cellule CAR-T hanno eliminato il tumore, è necessario fare controlli regolari dal medico.

## Quando viene utilizzata la terapia cellulare CAR-T?

L'équipe medica può raccomandare la terapia CAR-T per certi tipi di leucemia e linfoma. Questa terapia richiede che le cellule tumorali presentino caratteristiche ben precise.

## Quali effetti collaterali posso avere?

La sindrome da rilascio di citochine. Si tratta di una reazione eccessiva del sistema immunitario. I sintomi sono: febbre, brividi, pressione bassa, battito cardiaco accelerato. La sindrome di solito si manifesta pochi giorni dopo l'infusione. I suoi sintomi sono facilmente curabili.

Alcune persone presentano disturbi del sistema nervoso. Si tratta di sintomi quali mal di testa, vertigini o confusione. Di solito si manifestano pochi giorni dopo l'infusione. I sintomi sono facilmente curabili.

Altre persone, invece, hanno livelli bassi di cellule nel sangue: globuli rossi, globuli bianchi o piastrine. Di conseguenza, a volte si verificano infezioni. Il rischio di infezione aumenta quando si hanno pochi globuli bianchi.

Ha dei disturbi? Contatti immediatamente l'équipe curante.

# Che cosa fare contro gli effetti collaterali?

Le terapie farmacologiche contro i tumori mirano a distruggere le cellule malate presenti in tutto il corpo. Sono efficaci contro le cellule tumorali. Possono anche causare effetti collaterali. Alcuni effetti collaterali si notano durante la terapia. Altri, invece, solo al termine della stessa.

Se e in quale forma si presentano effetti collaterali dipende da:
- il tipo di farmaco assunto;
- il dosaggio del farmaco;
- le caratteristiche del paziente. Il farmaco, infatti, non agisce allo stesso modo per tutti.

Alcune persone non sperimentano alcuno di questi effetti indesiderati. Altre avvertono effetti collaterali diversi. Nessuno avverte tutti gli effetti collaterali.

## L'équipe curante La informerà

Il personale infermieristico e il medico resteranno in contatto con Lei. Le spiegheranno quali sono gli effetti collaterali. Le diranno anche che cosa fare per prevenirli. Le verrà anche spiegato quali effetti collaterali deve segnalare subito.

Avverte dei disturbi? Allora informi per tempo l'équipe curante. Infatti, molti disturbi possono essere curati con medicinali o misure di assistenza.

## Quali medicinali prendere?

Non tutti i medicinali possono essere combinati con quelli della terapia tumorale. Pertanto, informi sempre l'équipe curante o il farmacista. Dica loro quali farmaci sta assumendo o quali desidera utilizzare. Anche se:
- è possibile acquistarli senza ricetta medica;
- sono medicinali antidolorifici che si hanno in casa;

- si sta assumendo il farmaco da molto tempo;
- sono rimedi naturali e di origine vegetale;
- il medicinale è stato prescritto nell'ambito di una terapia complementare.

Trova maggiori informazioni sulle terapie di medicina complementare nell'opuscolo «Medicina complementare e cancro».

## Emocromo alterato

Gli esperti dicono che l'emocromo è alterato se c'è un disturbo nel sangue. Si tratta della formazione dei globuli bianchi, dei globuli rossi e delle piastrine.

### Che cosa fare se i globuli bianchi sono pochi?

I globuli bianchi sono detti «leucociti». Questi sono responsabili delle difese immunitarie. Se i leucociti sono pochi, l'organismo non riesce a combattere gli agenti patogeni.

Faccia attenzione alle infezioni e informi l'équipe curante in caso di:

- mal di gola, difficoltà a deglutire, dolore alla bocca e alla gola;
- bruciore o dolore durante la minzione;
- naso che cola, tosse improvvisa, respiro corto o doloroso;
- gonfiori, arrossamenti e aumenti di calore dove ci sono le lesioni;
- comparsa di febbre.

**Importante:** ha la febbre superiore a 38 gradi o brividi? In tal caso è necessario contattare immediatamente l'équipe curante. Può trattarsi di un'infezione che deve essere trattata con antibiotici.

### Che cosa fare se i globuli rossi sono pochi?

I globuli rossi sono chiamati «eritrociti». Questi trasportano l'ossigeno nel sangue. Se c'è una quantità troppo bassa di eritrociti nel sangue, significa che si ha l'anemia.

## Disturbi causati da pochi globuli rossi

- Stanchezza, pallore;
- respiro affannoso o palpitazioni dopo uno sforzo minimo;
- vertigini improvvise;
- mal di testa;
- umore depresso.

Informi l'équipe curante se soffre di questi sintomi. Anche nel caso in cui questi peggiorano o se ci si addormenta ripetutamente in modo involontario.

Questo perché l'anemia può essere curata con medicinali o trasfusioni di sangue.

## Che cosa fare se le piastrine sono poche?

Le piastrine del sangue sono dette «trombociti». Queste sono responsabili della coagulazione del sangue. Se ci sono pochi trombociti, il sanguinamento dura più tempo. Inoltre, quando ci si ferisce, il sanguinamento è più abbondante.

A volte fuoriesce sangue dal naso o si creano ematomi, cioè accumuli di sangue. Anche se il numero di trombociti è basso, il corpo può comunque fermare l'emorragia.

Contatti l'équipe curante se:

- compaiono ematomi grandi come una capocchia di spillo. Ad esempio sulla tibia, sulle caviglie o in bocca.
- compaiono lividi su tutto il corpo.
- fuoriesce sangue dal naso, sanguinano le gengive. Oppure se si fa fatica a fermare il sangue dopo piccoli tagli.

Attenzione!

- Avverta l'équipe curante prima di assumere dei medicinali.
- Discuta insieme al Suo medico se e quando sia il caso di andare dal dentista.
- Non faccia iniezioni nei muscoli senza aver prima consultato il medico.

## Fatigue

La fatigue è una stanchezza persistente. Per questo è difficile da superare ed è stressante. Si prova una stanchezza emotiva, mentale e fisica. Ci si sente esausti anche dopo aver dormito molte ore.

Di norma, la stanchezza è un effetto collaterale temporaneo. Se dopo la fine del trattamento si sente ancora stanco, contatti l'équipe curante.

## Deconcentrazione e smemoratezza

Se una persona con tumore avverte certi sintomi, potrebbe avere il cosiddetto «cervello da chemio». Questo può manifestarsi fino a un anno dopo le terapie. Si tratta di:

- disturbi della memoria;
- mancanza di concentrazione;
- problemi di apprendimento;
- disturbi nella ricerca delle parole;
- problemi nella gestione della vita quotidiana.

### Come migliorare la concentrazione?

- Evitare distrazioni e non lasciarsi disturbare.
- Programmare pause all'aria aperta.
- Sfruttare il momento della giornata in cui la concentrazione è più alta.

## Nausea e vomito

Ha la nausea e deve vomitare? A tal proposito, ci sono numerosi farmaci. Questi alleviano i sintomi o ne prevengono la comparsa. Inoltre, vengono somministrati prima del trattamento.

### Che cosa aiuta contro la nausea e il vomito?

- Assumere i medicinali prima di stare male.
- Assumere farmaci che inibiscono i succhi gastrici.
- Esercizi di rilassamento, agopuntura o agopressione.

### Se sta male, agisca subito

Si sente male, ha problemi di stomaco o ha la nausea? Assuma i medicinali di riserva prescritti e contatti la Sua équipe curante.

Nell'opuscolo «Alimentazione e cancro» trova ulteriori consigli per alleviare la nausea o la perdita di appetito.

## Che cosa aiuta contro la stitichezza?

- Una dieta ad alto contenuto di fibre con frutta fresca, verdura o prodotti integrali spesso aiuta.
- Bere ogni giorno da uno a due litri di acqua o di tè non zuccherato.
- L'esercizio fisico, i massaggi addominali o la digitopressione stimolano l'attività intestinale.
- Evitare alimenti che hanno un effetto astringente come banane, cioccolato o tè nero.
- È possibile assumere un preparato a base di magnesio in consultazione con il proprio medico.

Informi l'équipe curante in caso di costipazione prolungata e/o dolore addominale. In questo caso, il medico prescriverà un lassativo.

## Che cosa aiuta contro la diarrea?

- Beva da uno a due litri al giorno. Oltre all'acqua, si consigliano tè nero e brodo.
- Mangi più riso bianco, pasta, cioccolato fondente (almeno il 70% di cacao) e banane.
- Alimenti non raccomandati: frutta secca, uva, latticini o verdure crude. Questi possono anche stimolare la digestione.
- Se la diarrea dura più a lungo, la perdita di liquidi e minerali sarà elevata. Le bevande isotoniche o una miscela elettrolitica acquistata in farmacia possono aiutare a compensare la perdita di liquidi

In caso di effetti indesiderati, informi l'équipe curante. Esistono molti modi per curare la dissenteria.

## Che cosa aiuta contro la perdita di appetito?

- Fare una passeggiata prima di mangiare.
- Mangiare quello che piace.
- Mangiare tante piccole porzioni al giorno.
- Se possibile, mangiare in compagnia di persone con cui piace stare.
- Evitare gli odori sgradevoli. Il cibo freddo ha un odore meno forte di quello caldo.

Chieda alla Sua équipe curante o a un consulente nutrizionale di darle dei suggerimenti. Per saperne di più sull'alimentazione, legga l'opuscolo «Alimentazione e cancro».

## Trombosi nelle gambe

Una trombosi si verifica quando un coagulo di sangue blocca un vaso sanguigno. Questo fenomeno si verifica più frequentemente nelle vene delle gambe.

### Quali sintomi indicano una trombosi?

- Gonfiore.
- Dolori.
- Pelle arrossata, bluastra o scolorita.

Avverte questi disturbi? Contatti immediatamente il medico.

### Che cos'è un'embolia polmonare?

Il coagulo di sangue può staccarsi dal suo punto di origine e bloccare un vaso polmonare. Questo fenomeno è noto come «embolia polmonare».

Le persone colpite presentano inizialmente una lieve, poi crescente o improvvisa mancanza di respiro. Se si sospetta un'embolia polmonare,

è necessario chiamare immediatamente i servizi di pronto soccorso. Chieda alla Sua équipe curante quali sono i sintomi a cui deve prestare attenzione.

## Infiammazione della bocca e della gola

I medicinali per il trattamento del cancro possono danneggiare le mucose della bocca e della gola. Di conseguenza, la mucosa può infiammarsi. Talvolta le persone interessate da questo problema presentano anche un'infezione fungina.

### Come proteggere e curare la mucosa orale?

- Pulisca i denti dopo ogni pasto utilizzando uno spazzolino morbido o elettrico e un dentifricio delicato. Sciacqui la bocca con molta acqua, poiché i residui di dentifricio seccano la mucosa orale.
- Quando lava i denti, utilizzi almeno una volta alla settimana un gel al fluoro.
- È possibile rimuovere la placca sciacquando la bocca con acqua salata (sciogliere un pizzico di sale in 1 dl di acqua) o con bicarbonato di sodio (sciogliere un pizzico di bicarbonato di sodio in 1 dl di acqua) più volte al giorno. Il bicarbonato di sodio è acquistabile in farmacia.
- Eviti l'uso di collutori piccanti o a base alcolica e il filo interdentale. Pulisca gli spazi tra i denti con uno spazzolino interdentale.
- Non assuma alimenti che irritano la mucosa orale, come agrumi, aceto e spezie piccanti.

Chieda all'équipe curante, al dietologo o al medico per ulteriori consigli contro le infiammazioni della mucosa orale.

## Perdita dei capelli

Le persone malate di cancro non sempre sperimentano la perdita di capelli durante le terapie farmacologiche contro il tumore. La caduta o meno dei capelli dipende dal tipo e dal dosaggio dei medicinali. Anche la quantità di capelli che si perdono varia da persona a persona. A volte i capelli si assottigliano durante le prime settimane di terapia. Altre volte cadono tutti nel giro di pochi giorni.

La perdita dei capelli modifica l'aspetto esteriore. La caduta dei capelli rappresenta quindi un momento difficile per la maggior parte delle persone interessate dal problema. Chieda alla Sua équipe curante che cosa la attende e si informi sulle misure preventive.

Il personale infermieristico Le darà dei consigli su che cosa fare per trattare le alterazioni della pelle. Informi l'équipe curante di eventuali cambiamenti della pelle.

### Perdita dei capelli durante la chemioterapia

La chemioterapia può causare la caduta di tutti i peli del corpo. Non appena il corpo ha eliminato i farmaci, i capelli ricominciano a crescere. Di solito questo avviene per i capelli circa due-quattro settimane dopo la chemio. Ad alcune persone i capelli ricrescono durante la terapia.

A volte i capelli ricrescono di un colore diverso, sono più ondulati o leggermente più sottili. La chemioterapia può distruggere i pigmenti dei capelli, con conseguente comparsa di capelli grigi temporanei o permanenti. I capelli che ricrescono ricci tendono col tempo a riacquistare la loro struttura liscia originale.

I peli del corpo impiegano un po' più di tempo a ricrescere rispetto ai capelli. La ricrescita di ciglia e sopracciglia può durare fino a dieci mesi.

### Cambiamenti dei capelli durante la terapia mirata

A volte i capelli cambiano dopo alcuni mesi di trattamento. I capelli della testa e i peli del corpo possono diventare più sottili, più ricci e più fragili. Anche il colore può cambiare. Negli uomini, la crescita della barba può diminuire.

### Si lasci consigliare

L'associazione Look good feel better, in collaborazione con le Leghe regionali contro il cancro, organizza workshops di bellezza e cosmesi. Qui imparerà come affrontare meglio i cambiamenti fisici causati dal cancro.

Ad esempio, riceverà consigli per il trucco, per la cura della pelle o per i copricapi (parrucche o sciarpe). Verrà assistita da un'estetista o da una truccatrice.

Questi workshops si svolgono in un ospedale nelle Sue vicinanze o presso la Lega contro il cancro nella Sua regione. È inoltre possibile ottenere un supporto psiconcologico.

Per saperne di più sulla perdita dei capelli e su come affrontare i cambiamenti, legga l'opuscolo «La terapia antitumorale ha cambiato il mio aspetto».

## Cambiamenti della pelle

Durante la terapia farmacologica possono verificarsi varie alterazioni cutanee, come scolorimento della pelle, rash cutaneo, prurito, infiammazione della pelle, vesciche e screpolature su mani e piedi.

### Come proteggere la pelle

- Eviti il contatto con collanti presenti in cerotti o colle, con detergenti aggressivi, con cosmetici contenenti alcol come profumi o dopobarba.
- Preferisca una doccia tiepida a un bagno caldo.
- Eviti lavaggi intensi sotto la doccia.
- Rimanga all'ombra. Se possibile, non si esponga direttamente al sole.

- Faccia attenzione a non avere lesioni da pressione sulle mani e sui piedi.
- Si prenda cura della pelle utilizzando prodotti idratanti e leggermente grassi.

Il personale infermieristico Le darà dei consigli su che cosa fare per trattare le alterazioni della pelle. Informi l'équipe curante di eventuali cambiamenti della pelle.

## Sindrome mano-piede

Durante la terapia farmacologica del tumore, mani e piedi possono essere dolorosamente arrossati o gonfi. Informi l'équipe curante se nota un arrossamento della pelle delle mani e dei piedi.

### Che cosa può fare Lei?

- Utilizzi creme idratanti per la pelle.
- Eviti la pressione o l'attrito sulle aree interessate.
- Eviti l'acqua calda. Bagni mani e piedi con acqua fredda ogni giorno.
- Eviti la luce solare diretta.

## Neuropatia

Si tratta di una malattia del sistema nervoso. I sintomi più comuni sono formicolio, intorpidimento o dolore alle mani e ai piedi.

È importante riconoscere tempestivamente i sintomi della neuropatia e discuterne con il personale infermieristico o il medico. Questi sintomi possono manifestarsi durante o dopo il trattamento. Spesso i sintomi si attenuano al termine del trattamento.

I disagi possono essere alleviati attraverso l'allenamento di forza e resistenza o mediante esercizi di equilibrio. Chieda al medico se può fare esercizi specifici di fisio- o ergoterapia.

## Desiderare figli nonostante il cancro

La chemioterapia può danneggiare o distruggere gli ovuli e gli spermatozoi. Le persone che fanno la chemioterapia possono non essere più in grado di concepire o avere figli in modo naturale.

Discuta l'eventuale desiderio di avere figli prima di iniziare i trattamenti. Anche se al momento avere un figlio non è prioritario. Il Suo medico La informerà sui possibili rischi di infertilità e sulle opzioni per preservare la fertilità.

### Misure per preservare la fertilità

Gli ovociti e gli spermatozoi possono essere congelati prima di iniziare il trattamento. Questo procedimento si chiama «crioconservazione». Anche il tessuto delle ovaie o dei testicoli può essere congelato. Se gli ovuli o il tessuto ovarico sono congelati, si può tentare di avere figli praticando l'inseminazione artificiale dopo il trattamento.

Può anche darsi che nel Suo caso non siano necessarie misure di preservazione della fertilità. Se il ciclo mestruale si ripristina dopo il completamento della chemioterapia, una donna dovrebbe essere in grado di rimanere incinta di nuovo.

### Contraccezione

Sebbene la chemioterapia possa danneggiare gli ovuli e lo sperma, non si può escludere una gravidanza. Le cellule uovo o spermatiche danneggiate possono causare malformazioni nel nascituro. È quindi importante praticare la contraccezione durante la chemioterapia. Questo anche se la donna non ha più le mestruazioni durante la chemioterapia.

## Vita sessuale e intimità

I trattamenti antitumorali possono avere un impatto sulla vita sessuale. Il desiderio sessuale diminuisce nella maggior parte delle persone durante un trattamento contro il cancro. Molti non reagiscono affatto agli stimoli sessuali. Altre persone non raggiungono più l'orgasmo.

Anche un cambiamento dell'aspetto fisico può influire sul desiderio sessuale. Le persone colpite si sentono estranee nel loro corpo cambiato, non si percepiscono più come desiderabili o hanno paura di mostrarsi al loro partner. La luce soffusa può essere d'aiuto.

Anche gli effetti collaterali delle terapie antitumorali, come la forte stanchezza o i sintomi della menopausa, influiscono sulla sessualità e sull'intimità. La mucosa della vagina, ad esempio, è secca e infiammata. Questo può rendere dolorosi i rapporti sessuali. Gel o oli lubrificanti possono aiutare a contrastare questo problema.

Alcuni uomini possono avere disturbi legati all'erezione. Anche questo disturbo può essere curato.

I cambiamenti nella vita sessuale e nell'intimità possono avere un impatto sulla vita di coppia. Se possibile, parli con il Suo partner delle Sue esigenze, paure e insicurezze.

Chieda alla Sua équipe curante, a un sessuologo o a uno specialista in sessuologia.

Dal punto di vista medico, non c'è alcun motivo di astenersi dai rapporti sessuali durante il trattamento. Il rapporto sessuale non ostacola il trattamento né favorisce la progressione della malattia. Il cancro non è contagioso. Ciò significa che le cellule tumorali non possono essere trasmesse da una persona all'altra.

Tuttavia, durante una chemioterapia, tracce dei farmaci si trovano anche nei secreti vaginali e nello sperma. Pertanto, si raccomanda l'uso del preservativo per proteggere il/la partner durante la chemioterapia. Chieda alla Sua équipe

curante per quanto tempo ciò è necessario.

## Menopausa precoce

Durante la menopausa le ovaie producono sempre meno ormoni. Finché le mestruazioni cessano del tutto.

A causa del trattamento con medicinali, la menopausa può verificarsi in modo inaspettato, anche in persone molto giovani. In questo caso i sintomi possono essere più gravi rispetto alla menopausa lenta.

Entrare in menopausa presto e senza preavviso può causare stress psicologico. In caso di domande, si rivolga al Suo medico, ai consulenti della Linea cancro o della Lega regionale o cantonale contro il cancro (vedi p. 50).

## Carenza di testosterone

A volte la produzione di testosterone diminuisce durante o dopo il trattamento contro il cancro. Questo può causare un minore interesse sessuale e limitare la funzione erettile. In questi casi, la carenza di testosterone può essere curata con i medicinali. A condizione che la malattia tumorale lo consenta. Discuta con il medico curante.

Per saperne di più su questo argomento, consulti gli opuscoli della Lega contro il cancro «Il cancro e la sessualità femminile» o «Il cancro e la sessualità maschile».

# Diario dei trattamenti

Tenere un diario dei trattamenti può essere utile. In esso, si possono annotare i sintomi, i farmaci assunti e gli effetti collaterali.

**Come annotare le informazioni (esempio)**

| **Diarrea** | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Data | 22.07. | | | | | | | |
| Ora | | | | | | | | |
| Frequenza | 3 volte | | | | | | | |
| Farmaci assunti | 3x2 compresse | | | | | | | |

| **Nausea e vomito** | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Data | 22.07. | | | | | | | |
| Ora | 07.00 | | | | | | | |
| Ha la nausea? | Sì, prima di prendere i farmaci | | | | | | | |
| Ha vomitato? | No | | | | | | | |
| Farmaci assunti | | | | | | | | |

# Che cosa succede dopo i trattamenti?

Soprattutto al termine dei trattamenti, può essere utile rivolgersi a una consulente della Lega contro il cancro nella Sua zona, alla Linea cancro o a un altro professionista esperto.

Discuta con il Suo medico delle misure che potrebbero fare al caso Suo una volta terminati i trattamenti. Insieme potrete scoprire che cosa è sensato fare e quali prestazioni vengono rimborsate dall'assicurazione sanitaria.

## Esami di controllo

Dopo il completamento dei trattamenti, si effettuano dei controlli regolari. Gli esami di controllo servono a due scopi:

- riconoscere e alleviare eventuali complicazioni o effetti collaterali della malattia o del trattamento;
- riconoscere e trattare precocemente la ricomparsa della malattia o la formazione di metastasi.

## Chi mi aiuta nella vita quotidiana?

Se ha bisogno di assistenza o cure a domicilio, chieda al medico di prescrivere i servizi di cura e assistenza a domicilio (per es. Spitex). Presso questi fornitori di servizi lavorano infermieri qualificati che La supportano nelle seguenti attività:

- igiene personale;
- stendersi e alzarsi dal letto;
- preparare i medicinali da assumere;
- cura delle ferite;
- curare il dolore.

Alcuni fornitori di cure a domicilio si sono specializzati nell'assistenza alle persone malate di cancro. Si riconoscono facilmente perché nel loro nome utilizzano termini come «onco», «oncologia» o «palliativo». Questi servizi si chiamano, per esempio, Onko-Spitex, Palliative-Spitex.

### Chi paga l'assistenza infermieristica a domicilio?

L'assicurazione sanitaria di base paga le prestazioni dei servizi di assistenza infermieristica domiciliare.

A questi fornitori è possibile richiedere anche dei servizi aggiuntivi, come ad esempio un aiuto per fare la spesa, per le faccende domestiche o per recarsi alle visite mediche. Queste prestazioni non sono rimborsate dall'assicurazione di base.

## Riabilitazione oncologica

La riabilitazione oncologica La sostiene in tutte le fasi della malattia. Durante la riabilitazione oncologica riceverà i trattamenti che La aiuteranno a stare meglio, ad esempio:

- alleviare i disturbi fisici;
- imparare esercizi di respirazione;
- supporto per affrontare la malattia;
- supporto psicologico;
- supporto per tornare alla vita quotidiana.

### Riabilitazione ospedaliera o ambulatoriale?

Per la riabilitazione ospedaliera, sarà ricoverato in un centro riabilitativo. Questo per diverse settimane. Per la riabilitazione ambulatoriale, avrà incontri individuali. Questi si terranno in un ospedale o uno studio medico. Saranno per un periodo di dodici settimane. La riabilitazione può iniziare prima, durante, o dopo i trattamenti per il cancro. Parli con il medico. Chieda se e quando può iniziare la riabilitazione.

### Chi paga la riabilitazione?

Di solito, la riabilitazione oncologica è rimborsata dall'assicurazione sanitaria di base. La riabilitazione ambulatoriale viene prescritta dal medico. L'assicurazione poi rimborsa le prestazioni. Per la riabilitazione in ospedale, il medico deve avere il via libera dall'assicurazione. Questa pagherà i costi se è d'accordo.

## Lavorare con e dopo il cancro

Se lavora, pianifichi attentamente il Suo ritorno insieme al personale delle risorse umane della Sua azienda. Nella fase iniziale, ad esempio, si possono adattare i compiti o ridurre le ore di lavoro. In caso di domande, i consulenti delle Leghe regionali e cantonali contro il cancro saranno lieti di aiutarla.

# 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. Condividerà la propria esperienza personale. Inoltre, 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 lorofamiliari. 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.

## 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

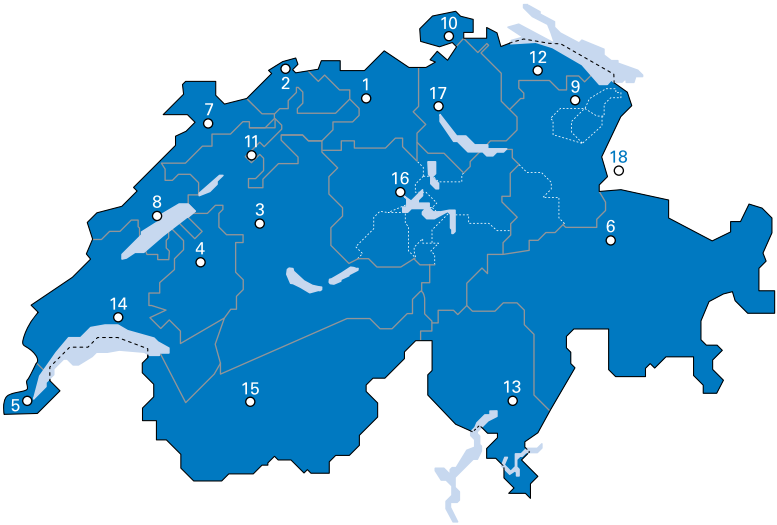
## Fonti


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.