



Restare mobili malgrado il cancro

Per i malati di cancro è importante mantenere la possibilità di spostarsi in automobile. Molte terapie si svolgono in ambulatori. I numerosi viaggi per recarsi ai trattamenti sono faticosi e dispendiosi in termini di tempo e di denaro. Se un malato non è più in grado di mettersi al volante può subire una limitazione della sua mobilità, che si aggiunge agli altri inconvenienti.

La presente guida informativa fornisce consigli su come preservare la propria mobilità nonostante un cancro, senza correre rischi.

Innanzitutto, il viaggio fino al luogo della terapia deve essere pianificato accuratamente. I pazienti dovrebbero porsi tre importanti domande:

- posso ancora guidare l'auto da solo o andare in bicicletta?
- Il mio stato di salute è abbastanza stabile per muovermi con i mezzi pubblici?
- Posso ancora, banalmente, spostarmi da solo? O è meglio che mi faccia accompagnare o perlomeno venire a prendere?

Continuare a guidare in sicurezza

La capacità di guidare di una persona dipende, in linea generale, dalle sue attuali condizioni psico-fisiche. Al volante bisogna essere capaci di gestire una situazione stradale o ambientale inaspettata. Pertanto è fondamentale essere onesti con se stessi. Oltre alla malattia, anche le varie terapie e i medicinali possono influire sulla capacità di guidare. Riguardo ai farmaci, ci sono vari fattori da tenere in considerazione, come la durata dell'assunzione, l'assuefazione e la tollerabilità individuale. In generale si raccomanda pertanto prudenza e di valutare la situazione su base individuale.

Un cancro, ad esempio un tumore al cervello o un'operazione che limita le funzioni dell'organismo, possono ridurre notevolmente la capacità di guidare. Per fortuna, la maggior parte delle odierne terapie anticancro non comporta una limitazione duratura di questa facoltà. Di solito, i trattamenti più intensi e gravati da effetti collaterali sono eseguiti in ospedale, anche se le terapie ambulatoriali o i farmaci possono avere un impatto molto variabile. Per esempio, una persona può sentirsi in forma durante una chemioterapia o una radioterapia, mentre un'altra è stremata. Pertanto è necessario valutare di caso in caso l'idoneità a mettersi al volante. Il medico deve avvertire il paziente che le terapie e le combinazioni di farmaci possono compromettere eventualmente la capacità di guida.

Gli specialisti perciò raccomandano di non recarsi alla prima seduta terapeutica ambulatoriale guidando la propria automobile, ma di farsi trasportare e/o accompagnare da qualcuno. Dopo il primo trattamento si sa con maggior sicurezza come il paziente reagisce ai medicinali. L'ideale è chiarire con l'oncologo curante la questione dell'idoneità alla guida prima di ogni successivo ciclo di trattamento.

Alcuni farmaci causano stanchezza. Il problema non è solo il rischio di addormentarsi al volante; la stanchezza in sé riduce nettamente la capacità di guidare. I primi segni di stanchezza di solito sono ben riconoscibili, perciò è importante prenderli sul serio. Un medicinale può avere un effetto sedativo - voluto o indesiderato - che si protrae anche dopo il sonno, riducendo la lucidità alla guida. Il conducente ha la responsabilità di giudicare correttamente le proprie condizioni fisiche ed eventualmente di rinunciare a guidare.

Rischi di una ridotta capacità di guidare

La maggior parte dei medicinali non è rintracciabile da un test rapido effettuato dalla polizia in occasione di un controllo. Ad eccezione della morfina, non esistono nemmeno valori limite legali per la concentrazione di un farmaco nel sangue. Tuttavia, gli agenti di polizia sono istruiti a valutare attentamente il comportamento di un conducente e a riconoscere i segni di incapacità alla guida. Se per esempio una guida incerta suggerisce la presenza di un problema medico o se il conducente ammette di aver assunto farmaci, il pubblico procuratore può ordinare un prelievo di sangue e urina, associato a una visita medica. Dopo l'analisi del sangue e delle urine, viene emessa una perizia fondata su tre pilastri, ossia:

- gli accertamenti della polizia
- i reperti della visita medica
- i risultati dell'analisi del sangue e delle urine

Contro la persona inabile alla guida viene aperto un procedimento penale per infrazione della Legge federale sulla circolazione stradale. Attenzione: questo non vale solo per i conducenti di automobili, ma anche per chi viaggia in bicicletta, in scooter o con altri veicoli.

In caso di incidente, il conducente inabile alla guida non solo rischia la propria vita, mettendo a repentaglio anche quella degli altri, ma può essere penalizzata anche la sua copertura assicurativa.

In viaggio con i mezzi pubblici

Molte persone in Svizzera viaggiano abitualmente con i mezzi pubblici di trasporto. Ci si può recare a una seduta di trattamento in treno, bus o tram? Secondo gli specialisti, un cancro non costituisce di per sé un ostacolo al ricorso ai mezzi pubblici, ma il paziente deve comunque porsi le seguenti domande:

Il mio stato di salute è stabile?

Ha paura, per esempio, di avere dolore, di star male o di avere un mancamento? Allora non dovrebbe mettersi in viaggio da solo, ma farsi accompagnare da qualcuno oppure rivolgersi a un servizio di trasporto. Chieda al medico di certificarle che non può recarsi autonomamente al trattamento. Prima del viaggio, verifichi se la cassa malati si assume i costi. Per ulteriori informazioni sui costi di trasporto, legga la guida informativa «I costi del trasporto per recarsi alle terapie e agli esami», disponibile nello shop online.

Posso stare seduto per lunghi tragitti?

Non è solo una questione di pazienza: la maggior parte dei pazienti affetti da cancro ha un rischio più elevato di trombosi, ossia di formare coaguli sanguigni nelle vene, soprattutto delle gambe. Una lunga immobilità aumenta ulteriormente questo rischio, per cui chiedi al medico com'è la Sua situazione e che contromisure può eventualmente prendere.

In che condizioni versa il mio sistema immunitario?

Anche questa è una domanda importante se ci si accinge a viaggiare per effettuare un trattamento contro il cancro. I medici sono in grado di stabilire, con un esame del sangue, se la Sua malattia o terapia ha ridotto le Sue difese immunitarie. Se per strada entra

spesso in contatto con altre persone, può proteggersi dalle infezioni osservando i seguenti consigli:

- molto importante: lavarsi le mani! Circa l'80 per cento delle malattie contagiose è trasmesso dalle mani alla bocca
- quando è fuori casa, eviti di mangiare con le mani o di toccare la bocca, il naso o gli occhi;
- chiedi al medico di controllare la Sua copertura vaccinale. La possibilità di ricevere vaccinazioni malgrado la malattia dipende dal Suo quadro ematologico.

Ci sono servizi di trasporto nella mia regione?

La Lega regionale contro il cancro del Suo Cantone può aiutarla. Alcune Leghe cantonali o regionali contro il cancro offrono persino un proprio servizio con assistenti volontari, altre possono fornire gli indirizzi dei servizi di trasporto nella Sua regione.

Per ulteriori informazioni e domande

- Linea cancro: 0800 11 88 11, helpline@legacancro.ch
- www.legacancro.ch/regione
- Media: media@legacancro.ch

Questa è un'informazione verificata dal Krebsinformationsdienst (KID = Servizio tedesco d'informazione sul cancro), del Deutsches Krebsforschungszentrum (Centro di ricerca tedesco contro il cancro), il giorno 15.01.2018 (fonti presso il KID).

Ringraziamo il KID per la cortese concessione dell'adattamento e dell'uso dei suoi documenti in Svizzera

Impressum

Lega svizzera contro cancro, Effingerstrasse 40, Casella postale, 3001 Berna. Tel. 031 389 91 00
www.legacancro.ch

La presente guida informativa è disponibile in italiano, francese e tedesco al sito www.legacancro.ch/shop

© 2019, KID e Lega svizzera contro il cancro, Berna