



# Uniti contro il cancro del seno

## Fattori di rischio e diagnosi precoce

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 60 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  
fax 031 389 91 60  
info@legacancro.ch  
www.legacancro.ch

### Redazione

Dott. med. Eva Ebnöther, Zollikon

### Supervisione

Dott. med. Karin Huwiler e la Commissione  
di esperti Cancro del seno,  
Lega svizzera contro il cancro, Berna

### Fotografie

Copertina: Radius Images/Alamy | p. 4: Reinhard  
Eisele, Project Photos GmbH & Co. KG, D-  
Walchensee

### Design

Lega svizzera contro il cancro, Berna

### Stampa

PCL Presses Centrales SA, Renens

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

© 2017, 2015, Lega svizzera contro il cancro, Berna | 7ª edizione aggiornata

# Indice

<b>Editoriale</b>	<b>5</b>
<b>Fattori di rischio per il cancro del seno</b>	<b>6</b>
Fattori di rischio non influenzabili	6
Fattori di rischio che dipendono dallo stile di vita	7
<b>Diagnosi precoce del cancro del seno</b>	<b>8</b>
La mammografia	8
Diagnosi precoce del cancro del seno con la mammografia	8
Effetti desiderati della diagnosi precoce del cancro del seno nel ambito di programmi	9
Effetti indesiderati della diagnosi precoce	10
Quando è opportuna una mammografia?	11
<b>Che cosa può fare Lei personalmente?</b>	<b>12</b>
Informazione e consulenza	12
Diagnosi precoce del cancro del seno	12
Preparati ormonali	12
Allattamento	12
L'autoesame del seno	13
In caso di disturbi rivolgersi al medico	13
Vivere in modo sano	13
<b>Informazioni complementari</b>	<b>14</b>



# Far fronte attivamente al rischio di cancro del seno

Cara lettrice,

In Svizzera il cancro del seno è chiaramente la forma di cancro più frequente tra le donne. Ogni anno a circa 5900 donne – e 40 uomini – viene diagnosticato un cancro al seno. Molte donne desidererebbero sapere quali fattori fanno aumentare il rischio di cancro del seno e se è possibile ridurre il loro rischio individuale.

In questo opuscolo vengono spiegati i principali fattori di rischio per il cancro del seno. Purtroppo non è possibile influire sui fattori di rischio più importanti. Tra questi citiamo il sesso, l'età, l'ereditarietà e il metabolismo ormonale naturale. Ciò nonostante, con uno stile di vita sano è possibile ridurre il rischio di ammalarsi di questo tumore.

Anche se non è possibile evitare il cancro del seno, lo si può diagnosticare precocemente. Se un tumore viene individuato tempestivamente, spesso il trattamento è più facile e le probabilità di sopravvivenza delle donne affette sono in genere più elevate.

Il metodo principale per individuare la presenza di un cancro del seno nelle donne dai 50 anni di età è la mammografia. In questo opuscolo vi informeremo sugli effetti desiderati e indesiderati della diagnosi precoce del cancro del seno e sulla situazione per quel concerne lo screening mammografico in Svizzera.

La Lega svizzera contro il cancro raccomanda e sostiene la diagnosi precoce del cancro del seno mediante lo screening mammografico delle donne sane a partire dai 50 anni di età, effettuato nell'ambito di programmi controllati che devono rispondere a chiari criteri di qualità. La Lega svizzera contro il cancro assume quindi una posizione analoga a quella dell'Organizzazione mondiale della sanità (OMS).

La Lega contro il cancro desidera incoraggiare tutte le donne a riflettere sul proprio rischio individuale di cancro del seno e decidere in prima persona quali esami vogliono fare per la diagnosi precoce.

*La Sua Lega contro il cancro*

# Fattori di rischio per il cancro del seno

**Alcuni fattori di rischio per il cancro del seno non sono influenzabili. Altri fattori di rischio sono strettamente legati allo stile di vita individuale – spesso li si possono evitare o per lo meno ridurre.**

## Fattori di rischio non influenzabili

Il principale fattore di rischio per il cancro del seno è il sesso femminile. Anche gli uomini possono ammalarsi di questa forma di cancro, ma per loro è molto più raro.

Un altro importante fattore è costituito dall'età: con l'avanzare dell'età aumenta anche il rischio di ammalarsi di cancro. Quattro pazienti su cinque hanno più di 50 anni al momento della diagnosi.

Anche i precedenti familiari assumono un ruolo importante. Una donna alla cui madre, sorella o figlia è stato riscontrato un tumore del seno corre un rischio maggiore di ammalarsi di cancro del seno.

In circa il 5–10 per cento dei casi, il tumore al seno è dovuto ad una predisposizione ereditaria. Nel patrimonio genetico delle donne affette dalla malattia, determinati geni sono modificati in modo tale da aumentare notevolmente

il loro rischio di sviluppare il cancro del seno. Circa la metà dei casi di cancro del seno ereditario è riconducibile a una mutazione dei geni BRCA-1 e/o BRCA-2 (dall'inglese BReast CAncer).

Anche il metabolismo ormonale dell'organismo influisce sul rischio di cancro del seno. Più a lungo l'ormone sessuale estrogeno agisce nell'organismo di una donna, più elevato è il suo rischio di ammalarsi di cancro del seno. Le donne la cui prima mestruazione (menarca) ha avuto luogo prima dei dodici anni e l'ultima dopo il 55<sup>esimo</sup> compleanno corrono un rischio più elevato di sviluppare un cancro del seno. Anche per le donne che hanno partorito il primo figlio dopo il 30<sup>esimo</sup> compleanno oppure non hanno figli il rischio è più elevato.

Altri fattori di rischio per il cancro del seno sono determinate lesioni al seno, una radioterapia nella regione del seno oppure il cancro all'utero o alle ovaie.

## Fattori di rischio che dipendono dallo stile di vita

Nelle donne che assumono per diversi anni in modo continuato una terapia ormonale combinata (estrogeni e progestinici) per ovviare ai disturbi della menopausa, aumenta il rischio di cancro del seno. Oggi si presume che una terapia a base di soli estrogeni non accresca il rischio di cancro del seno, ma questo trattamento viene preso in considerazione soltanto dopo un'ablazione dell'utero (isterectomia). Una volta interrotta l'assunzione dei preparati ormonali, il rischio di cancro diminuisce di nuovo. Le donne che prendono in considerazione una terapia ormonale devono ponderare a fondo i pro e i contro, il beneficio della terapia e i rischi che essa comporta. Durante la terapia ormonale è indispensabile sottoporsi a controlli medici regolari e la terapia deve essere seguita soltanto per il tempo strettamente necessario.

Il rischio di cancro al seno aumenta leggermente anche durante il periodo di assunzione di una pillola anticoncezionale. Quando la donna interrompe la contraccezione ormonale, il rischio si riduce nuovamente.

Le donne che dopo la menopausa sono in sovrappeso o diventano obese hanno un rischio accresciuto di cancro del seno: gli estrogeni vengono prodotti anche nei tessuti grassi, perciò le donne sovrappeso sono sottoposte maggiormente all'influsso degli estrogeni. Un'alimentazione equilibrata con molta frutta e verdura può servire ad evitare il sovrappeso.

Anche l'alcool aumenta il rischio di cancro del seno. Perciò si raccomanda di consumare alcool solo in modiche quantità e non quotidianamente.

Le donne che fanno regolarmente moto hanno un rischio minore di cancro del seno. Non è ancora chiaro quanta attività fisica sia necessaria per far diminuire veramente il rischio rispetto alle donne che praticamente non si muovono.

# Diagnosi precoce del cancro del seno

**Grazie alle misure di diagnosi precoce è possibile riconoscere il cancro del seno in uno stadio iniziale. La mammografia è il metodo principale per individuare il cancro del seno nelle donne dai 50 anni di età, prima che si manifestino i sintomi. Studi scientifici hanno dimostrato che con un programma mammografico di qualità controllata è possibile prevenire decessi a causa del cancro del seno.**

Lo scopo della diagnosi precoce del cancro del seno è quello di individuare il cancro del seno in uno stadio iniziale, quando è ancora piccolo e non ha formato metastasi. Se un tumore al seno viene individuato tempestivamente, spesso il trattamento è più facile e le probabilità di sopravvivenza della paziente sono in genere più elevate.

Per le donne di 50 anni e più, la mammografia è l'esame principale per la diagnosi precoce del cancro del seno. Eventualmente viene effettuata un'ecografia, se i risultati della mammografia non sono chiari oppure in caso di ispessimento del tessuto ghiandolare. Gli esami con la tomografia a risonanza magnetica (MRI, MRT) vengono effettuati nei casi in cui i risultati non siano chiari e nelle donne giovani con un elevato rischio di cancro del seno. Alle donne di ogni età si raccomanda di consultare il medico se notano alterazioni insolite del seno.

## La mammografia

Con mammografia si intende un esame radiologico del seno. Le mammografie permettono di scoprire alterazioni del seno, come i primi segni della presenza di un tumore. Per le donne dai 50 anni di età la mammografia costituisce il metodo principale per la diagnosi precoce. La mammografia viene utilizzata anche come metodo di accertamento quando una donna presenta alcuni sintomi.

Se l'esito della mammografia è sospetto, la donna si deve sottoporre ad ulteriori esami, che possono essere, per esempio, un'ecografia oppure il prelievo di un campione di tessuto (biopsia).

## Diagnosi precoce del cancro del seno con la mammografia

La mammografia per la diagnosi precoce del cancro del seno va eseguita preferibilmente all'interno di un programma. Nei cantoni che non offrono questa possibilità, la



tematica va discussa individualmente con il medico.

Nell'ambito dei programmi di diagnosi precoce del cancro del seno, le donne che non hanno nessun disturbo particolare sono invitate a sottoporsi ogni due anni, in modo sistematico e regolare, alla mammografia. Per i programmi di diagnosi precoce del cancro del seno si usano spesso altri termini, come screening del cancro del seno oppure screening mammografico.

## Effetti desiderati della diagnosi precoce del cancro del seno nel ambito di programmi

Studi scientifici hanno dimostrato che con un programma mammografico di qualità controllata è possibile prevenire decessi a causa del cancro del seno. Su 1000 donne che a 50 anni iniziano a partecipare a uno screening mammografico a scadenza biennale, nel corso di 20 anni a 65 sarà diagnosticato un cancro del seno. In questo periodo ne moriranno 16: senza lo screening ne sarebbero morte 20. Quindi, in 20 anni lo screening impedisce in media quattro decessi per cancro del seno.

Le mammografie nell'ambito di un programma devono soddisfare

requisiti di qualità più elevati rispetto alle mammografie eseguite su base individuale. Gli assistenti di radiologia che eseguono le mammografie nell'ambito di programmi di screening devono aver ricevuto una formazione speciale. Anche i medici che valutano le mammografie devono possedere una certa esperienza e seguire regolari corsi di perfezionamento. Inoltre, ogni mammografia deve essere valutata separatamente da due medici e all'occorrenza viene richiesto il parere di un terzo medico. I requisiti di qualità concernono anche gli apparecchi mammografici, affinché le lastre siano eseguite in condizioni ottimali e siano il più possibile chiare e interpretabili da parte dei medici.

Su 1000 donne dai 50 anni in sù che si sono sottoposte per 20 anni a screening ogni 2 anni:

- ricevono la diagnosi di cancro del seno 65
  - muoiono con screening, 16
  - in confronto: donne senza screening 20
  - decessi per cancro del seno evitati in media 4
  - non muoiono di cancro del seno 49
- sono sottoposte a  $\geq 1$  ulteriori esami per chiarire un reperto sospetto 250
- subiscono un eccesso di diagnosi 5-10

Queste cifre si basano su un rapporto di esperti inglesi pubblicato nel 2012 e su nostri calcoli.

## Effetti indesiderati della diagnosi precoce

Nella grande maggioranza dei casi, le mammografie per la diagnosi precoce non rilevano alterazioni sospette. Su 1000 donne che a 50 anni iniziano a partecipare regolarmente a uno screening mammografico a scadenza biennale, nel corso di 20 anni in 250 sarà riscontrato un reperto sospetto. Tra queste, in circa 185 donne emergerà nel corso di ulteriori esami che si tratta di un'alterazione benigna. Per queste donne si dice che il risultato della mammografia è «falso positivo». Gli esami e l'insicurezza possono rappresentare una situazione di stress non indifferente per la donna.

Può succedere che una donna abbia un tumore al seno che però non viene evidenziato o riconosciuto alla mammografia. Per questa donna si tratta di un esito «falso negativo». La mammografia consente di diagnosticare il cancro del seno in uno stadio precoce. Di conseguenza vengono scoperti anche tumori che probabilmente non causerebbero mai dei disturbi alla donna («eccesso di diagnosi»). Su 1000 donne dai 50 anni in su che si sono sottoposte per 20 anni a screening ogni 2 anni vi sono 5-10 diagnosi eccessive.

Purtroppo oggi non è possibile predire quali tumori non rappresentano un pericolo, per cui si raccomanda di sottoporre a terapia tutti i tumori che sono stati individuati. Ciò significa che alcune donne devono affrontare una terapia gravosa, sebbene non ne abbiano bisogno.

Può anche darsi che venga individuato e trattato un tumore maligno che si rivela incurabile.

I raggi X possono essere nocivi. In una mammografia la dose dei raggi è minima. Gli specialisti considerano che il beneficio di una diagnosi precoce sia molto superiore al rischio causato dall'esposizione alle radiazioni.

### La posizione della Lega svizzera contro il cancro

La Lega svizzera contro il cancro raccomanda e sostiene i programmi di screening mammografico eseguiti in conformità alle direttive europee sulla qualità. La Lega svizzera contro il cancro assume quindi una posizione analoga a quella dell'Organizzazione mondiale della sanità (OMS).

Lo Swiss Medical Board, un comitato svizzero che valuta le prestazioni mediche, nel suo rapporto del febbraio 2014 è giunto alla conclusione che i programmi di screening mammografico esistenti debbano essere condotti a tempo determinato e non debbano essere introdotti programmi nuovi. Dato che il rapporto non contiene nuovi dati e in più presenta lacune contenutistiche, la Lega svizzera contro il cancro non vede alcun motivo di modificare il proprio parere sullo screening mammografico.

## Quando è opportuna una mammografia?

### 1. Accertamento in caso di disturbi oppure alterazioni del seno

Quando una donna ha dei disturbi oppure delle alterazioni inconsuete del seno, con una mammografia (oppure altri metodi di esame) si chiarisce se si possa trattare di un tumore del seno. In presenza di disturbi o di alterazioni del seno, la mammografia è una prestazione coperta dall'assicurazione malattia obbligatoria.

### 2. Diagnosi precoce del cancro del seno in caso di precedenti familiari

Una donna la cui madre, sorella o figlia sono già state affette da un tumore al seno presenta un rischio più elevato di cancro del seno. Le si consiglia di discutere della situazione con il medico, in modo che possano essere pianificate delle misure individuali – per esempio esami regolari di diagnosi precoce già in giovane età. In caso di precedenti familiari la mammografia è una prestazione coperta dall'assicurazione malattia obbligatoria. Per le giovani donne con un rischio notevolmente elevato si fa ricorso anche alla MRI (tomografia a risonanza magnetica) per la diagnosi precoce del cancro del seno.

### 3. Diagnosi precoce del cancro del seno senza precedenti familiari (screening mammografico)

Nei cantoni Basilea Città, Berna, Friburgo, Ginevra, Grigioni, Giura, Neuchâtel, San Gallo, Ticino, Turgovia, Vaud e Vallese esistono programmi in cui le donne dai 50 anni di età vengono invitate ogni due anni a sottoporsi a uno screening mammografico. Negli altri cantoni non esistono ancora dei programmi del genere. Tuttavia, in alcuni di essi sono già stati fatti diversi passi politici in questa direzione (Situazione al giugno 2017). La partecipazione è facoltativa. La mammografia per la diagnosi precoce nell'ambito di un programma rientra nelle prestazioni obbligatorie dell'assicurazione malattia ed è esente dalla franchigia, ma la paziente deve pagare un'aliquota percentuale.

Nei cantoni senza programma di screening una donna che desiderasse sottoporsi ad una mammografia per la diagnosi precoce deve discutere la questione con il proprio medico. In questo caso i costi per la mammografia per la diagnosi precoce non sono coperti dall'assicurazione malattia obbligatoria, ma eventualmente possono essere presi a carico da un'assicurazione complementare.

# Che cosa può fare Lei personalmente?

**Il cancro del seno può insorgere in qualsiasi donna. Le donne possono però contribuire a mantenere minimo il rischio di cancro del seno e a fare in modo che – nel caso – la malattia sia individuata il più presto possibile.**

## Informazione e consulenza

Discuta con il Suo medico se rientra tra le donne il cui rischio di essere affette dal cancro del seno è elevato:

- caso di cancro del seno tra parenti (madre, sorella, figlia);
- predisposizione ereditaria al cancro del seno e/o al cancro dell'ovaia;
- tumore maligno delle ovaie.

## Diagnosi precoce del cancro del seno

In molti cantoni (vedere p. 11) sono attivi dei programmi in cui le donne dai 50 anni di età vengono invitate ogni due anni a sottoporsi quasi gratuitamente a uno screening mammografico. La partecipazione è facoltativa. Ponderi benefici e rischi individuali prima di decidere se sottoporsi o no allo screening mammografico. Se nel Suo cantone non esiste un programma, affronti il discorso della diagnosi precoce del cancro del seno con il Suo medico.

## Preparati ormonali

L'assunzione di determinati preparati ormonali può accrescere il rischio di cancro del seno.

- Prima di decidere di ricorrere a preparati ormonali per prevenire una gravidanza oppure per trattare i disturbi della menopausa, si faccia spiegare esattamente dal Suo medico i vantaggi e i rischi. Potrebbero esserci delle alternative che si addicono meglio al Suo caso.
- Se assume un preparato ormonale, si sottoponga regolarmente a visite mediche di controllo.

## Allattamento

Alcuni studi indicano che le donne che hanno allattato a lungo corrono un rischio lievemente inferiore di cancro del seno.

## L'autoesame del seno

L'autoesame del seno è un metodo semplice per individuare eventuali alterazioni del seno. Non sostituisce però in alcun modo un esame medico o una mammografia per la diagnosi precoce del cancro del seno. Negli studi non è stato possibile dimostrare che l'autoesame regolare comporti una diminuzione dei casi di decesso per cancro al seno. Ciò nonostante non è escluso che nei singoli casi una donna possa approfittare dell'autoesame regolare del seno.

## In caso di disturbi rivolgersi al medico

Se dovesse notare delle alterazioni inconsuete al seno, si rivolga il più rapidamente possibile al Suo medico, affinché esamini:

- noduli o indurimenti ai seni o nelle ascelle;
- alterazioni delle dimensioni, della forma o del colore del seno;
- alterazioni cutanee, per esempio arrossamenti o retrazioni;
- retrazione del capezzolo oppure perdite sanguinolente dal capezzolo;
- dolori o tensioni diverse da quelle abituali durante le mestruazioni.

## Vivere in modo sano

Cerchi di adottare uno stile di vita più sano possibile. In questo modo ridurrà il rischio di diverse malattie:

- evitare il sovrappeso;
- fare sufficiente attività fisica;
- consumare alcool in piccole dosi e non quotidianamente;
- mangiare in modo equilibrato e variato, con molta frutta e verdura;
- non fumare.

# Informazioni complementari

## La Lega contro il cancro le offre aiuto e consulenza

### **Krebsliga Aargau**

Kasernenstrasse 25  
Postfach 3225  
5001 Aarau  
Tel. 062 834 75 75  
Fax 062 834 75 76  
admin@krebsliga-aargau.ch  
www.krebsliga-aargau.ch  
PK 50-12121-7

### **Krebsliga beider Basel**

Mittlere Strasse 35  
4056 Basel  
Tel. 061 319 99 88  
Fax 061 319 99 89  
info@klbb.ch  
www.klbb.ch  
PK 40-28150-6

### **Bernische Krebsliga**

#### **Ligue bernoise contre le cancer**

Marktgasse 55  
Postfach  
3001 Bern  
Tel. 031 313 24 24  
Fax 031 313 24 20  
info@bernischekrebsliga.ch  
www.bernischekrebsliga.ch  
PK 30-22695-4

### **Ligue fribourgeoise contre le cancer**

#### **Krebsliga Freiburg**

route St-Nicolas-de-Flüe 2  
case postale 96  
1705 Fribourg  
tél. 026 426 02 90  
fax 026 426 02 88  
info@liguecancer-fr.ch  
www.liguecancer-fr.ch  
CP 17-6131-3

### **Ligue genevoise contre le cancer**

11, rue Leschot  
1205 Genève  
tél. 022 322 13 33  
fax 022 322 13 39  
ligue.cancer@mediane.ch  
www.lgc.ch  
CP 12-380-8

### **Krebsliga Graubünden**

Ottoplatz 1  
Postfach 368  
7001 Chur  
Tel. 081 252 50 90  
Fax 081 253 76 08  
info@krebsliga-gr.ch  
www.krebsliga-gr.ch  
PK 70-1442-0

### **Ligue jurassienne contre le cancer**

rue des Moulins 12  
2800 Delémont  
tél. 032 422 20 30  
fax 032 422 26 10  
ligue.ju.cancer@bluewin.ch  
www.liguecancer-ju.ch  
CP 25-7881-3

### **Ligue neuchâteloise contre le cancer**

faubourg du Lac 17  
2000 Neuchâtel  
tél. 032 721 23 25  
LNCC@ne.ch  
www.liguecancer-ne.ch  
CP 20-6717-9

### **Krebsliga Ostschweiz SG, AR, AI, GL**

Flurhofstrasse 7  
9000 St. Gallen  
Tel. 071 242 70 00  
Fax 071 242 70 30  
info@krebsliga-ostschweiz.ch  
www.krebsliga-ostschweiz.ch  
PK 90-15390-1

### **Krebsliga Schaffhausen**

Rheinstrasse 17  
8200 Schaffhausen  
Tel. 052 741 45 45  
Fax 052 741 45 57  
info@krebsliga-sh.ch  
www.krebsliga-sh.ch  
PK 82-3096-2

### **Krebsliga Solothurn**

Hauptbahnhofstrasse 12  
4500 Solothurn  
Tel. 032 628 68 10  
Fax 032 628 68 11  
info@krebsliga-so.ch  
www.krebsliga-so.ch  
PK 45-1044-7

### **Thurgauische Krebsliga**

Bahnhofstrasse 5  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 626 70 00  
Fax 071 626 70 01  
info@tgkl.ch  
www.tgkl.ch  
PK 85-4796-4

### **Lega ticinese contro il cancro**

Piazza Nosetto 3  
6500 Bellinzona  
Tel. 091 820 64 20  
Fax 091 820 64 60  
info@legacancro-ti.ch  
www.legacancro-ti.ch  
CP 65-126-6

### **Ligue vaudoise contre le cancer**

place Pépinet 1  
1003 Lausanne  
tél. 021 623 11 11  
fax 021 623 11 10  
info@lvc.ch  
www.lvc.ch  
CP 10-22260-0

### **Ligue valaisanne contre le cancer Krebsliga Wallis**

Siège central:  
rue de la Dixence 19  
1950 Sion  
tél. 027 322 99 74  
fax 027 322 99 75  
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  
CP/PK 19-340-2

### **Krebsliga Zentralschweiz**

**LU, OW, NW, SZ, UR**

Löwenstrasse 3  
6004 Luzern  
Tel. 041 210 25 50  
Fax 041 210 26 50  
info@krebssliga.info  
www.krebssliga.info  
PK 60-13232-5

### **Krebsliga Zug**

Alpenstrasse 14  
6300 Zug  
Tel. 041 720 20 45  
Fax 041 720 20 46  
info@krebssliga-zug.ch  
www.krebssliga-zug.ch  
PK 80-56342-6

### **Krebsliga Zürich**

Freiestrasse 71  
8032 Zürich  
Tel. 044 388 55 00  
Fax 044 388 55 11  
info@krebssligazuerich.ch  
www.krebssligazuerich.ch  
PK 80-868-5

### **Krebshilfe Liechtenstein**

Im Malarsch 4  
FL-9494 Schaan  
Tel. 00423 233 18 45  
Fax 00423 233 18 55  
admin@krebshilfe.li  
www.krebshilfe.li  
PK 90-4828-8

## **Ulteriori organizzazioni**

### **Gruppo «Sostegno pazienti EOC»**

Centro di Senologia EOC  
Tel. 079 605 12 60  
sostegno.senologia@gmail.com

### **Brustoperierte Frauen (Zentralschweiz)**

Kontaktstelle: Krebsliga Zentralschweiz  
Tel. 041 210 25 50, info@krebssliga.info

### **«Vivre comme avant»**

Association d'aide aux femmes atteintes  
d'un cancer du sein  
tél. 032 435 60 75  
doudou.ljc@bluewin.ch  
www.vivre-commes-avant.ch

### **Marrainage Cancer du Sein**

permanence 7/7, 365 jours  
Genève: tél. 078 622 37 44  
marrainage@savoirpatient.ch  
www.savoirpatient.ch  
Valais: tél. 079 840 16 66  
marrainageVS@savoirpatient.ch  
www.savoirpatient.ch  
Vaud: tél. 021 623 11 30  
marraines.cancerdusein@gmail.com  
www.marrainescancerdusein.ch

### **English Speaking Cancer Association (ESCA)**

Office: Phone 022 791 63 05  
Helpline (outside of office hours):  
Phone 022 723 22 31  
info@cancersupport.ch,  
www.cancersupport.ch

### **English Speaking Cancer Support Group in Basel**

cancersupportbasel@gmail.com  
www.cancersupportbasel.wordpress.com

### **Europa Donna Svizzera**

3000 Bern  
Tel. 077 431 89 04  
info@europadonna.ch  
www.europadonna.ch

### **Association Savoir Patient (ASAP)**

**Réseau Cancer du Sein**  
Agir ensemble pour améliorer les soins  
et la qualité de vie.  
Bd de la Cluse 55, 1205 Genève  
Tél. 022 379 49 78  
rcs@savoirpatient.ch, www.savoirpatient.ch

### **swiss cancer screening**

Federazione svizzera dei programmi  
di screening del cancro  
Effingerstrasse 40, casella postale, 3001 Berna  
Tel. 031 389 93 53  
www.swisscancerscreening.ch

Qui può trovare gli indirizzi dei programmi di  
diagnosi precoce, l'opuscolo «Lo screening  
mammografico del cancro del seno» e ulteriori  
informazioni sulla diagnosi precoce del cancro  
del seno.

## **Legga svizzera contro il cancro**

Effingerstrasse 40  
casella postale  
3001 Berna  
Tel. 031 389 91 00  
Fax 031 389 91 60  
info@legacancro.ch  
www.legacancro.ch  
CP 30-4843-9

### **Opuscoli**

Tel. 0844 85 00 00  
shop@legacancro.ch  
www.legacancro.ch/  
opuscoli

### **Forum**

www.forumcancro.ch,  
piattaforma virtuale della  
Legga contro il cancro

### **Cancerline**

www.legacancro.ch/  
cancerline, la chat sul  
cancro per bambini,  
adolescenti e adulti  
lunedì–venerdì  
ore 11.00–16.00

### **Skype**

krebstelefon.ch  
lunedì–venerdì  
ore 11.00–16.00

### **Linea 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.**

### **Linea cancro**

**0800 11 88 11**

lunedì–venerdì  
ore 9.00–19.00  
chiamata gratuita  
helpline@legacancro.ch



# lega contro il cancro

Uniti contro il cancro del seno 

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.