Villa del Sole
Casa di Cura • Salerno

Diario di una donna che si vuole bene.

a cura dell'equipe medica
della Casa di Cura Villa del Sole

Cara donna,

ti ricordo bambina quando il tuo sorriso illuminava la stanza, ed ancora adolescente e timida quando eri così curiosa del mondo fino da farmi a bassa voce domande di cui non ho ancora le risposte.

Ti rivedo con le amiche durante le prime chiacchierate a cui io non potevo partecipare, ricordo i vostri sorrisi complici e sicuri.

Ti ricordo a 18 anni quando sul tuo volto, guardandoti negli occhi, si intraveda appena la donna che saresti diventata.

Ricordo i primi successi e le prime delusioni.
E non vedo l'ora di vederti moglie, madre, adulta.

Donna: la mia donna.
Il mio consiglio più grande è e sarà sempre lo stesso:
"TRATTATI BENE E CONTINUA AD AMARTI …SEMPRE".

Una donna come te

indice

PRESENTAZIONE

06 CHI SIAMO

07 ATTIVITÀ SANITARIE

I SEZIONE: LA PREVENZIONE È VITA

08 PERCHÉ PREVENIRE È MEGLIO CHE CURARE

II SEZIONE: SCREENING GINECOLOGICO

12 DIAGNOSI PRECOCE NELLA PREVENZIONE DEL TUMORE DELLA CERVICE UTERINA

14 TABELLA RIEPILOGATIVA DEGLI ESAMI DA SVOGLERE

III SEZIONE: SCREENING SENO

20 PREVENZIONE SENOLOGICA

26 TUMORE AL SENO E SINTOMI VISIBILI

28 AUTOPALPAZIONE ED ESAMI DIAGNOSTICI

30 SPECIALE BRCA1 E BRCA2

La prevenzione ha un valore altissimo soprattutto quando si parla di patologie come il cancro alla mammella, che è tra le prime cause di morte oncologica per le donne.

Prevenire significa in molti casi accedere ad una diagnosi precoce che, in particolar modo per le patologie di genere, permette di individuare eventuali carcinomi in fase iniziale, di diminuire i tempi di cura e gli effetti collaterali delle terapie, allungando significativamente l'aspettativa di vita.

Una corretta prevenzione non può prescindere dall'informazione e questo diario redatto dall'equipe medica di Villa del Sole vuole darvi validi consigli sui controlli da effettuare per difendere la vostra salute.

La nostra clinica è al vostro servizio e speriamo di essere il partner ideale per giocare insieme questa importante partita per la difesa della qualità della vostra vita.

Direttore Sanitario
Giovanni Ricco

“Villa del Sole: per prenderci cura di te fin dal primo istante”

La **Casa di Cura Villa del Sole di Salerno** offre ai cittadini una serie di servizi di diagnostica e assistenza sanitaria articolati su diverse specialità: **chirurgia generale**, **chirurgia vascolare**, **ostetricia** e **ginecologia**, **medicina generale** e **cardiologia**.
Uno dei principali punti di forza è rappresentato dall'unità di **ostetricia** alla quale è collegato un **punto nascita** di elevato standard assistenziale. La media delle nascite nella struttura supera, infatti, i 1300 parti l'anno.
La **ginecologia oncologica** ed **endoscopica e** il servizio di **senologia** puntano a dare risposte concrete, tempestive e di alto livello alle necessità legate alla salute della donna per la creazione di un vero e proprio **ospedale di genere**.
Il settore della **cardiologia**, con un moderno laboratorio di **elettrofisiologia**, rappresenta un punto di forza nel quadro dell'offerta sanitaria salernitana e campana.
L'unità operativa di **malattie dell'apparato digerente** ed **endoscopia diagnostica** e **interventistica** offre al paziente un'assistenza completa e capace di garantire un percorso integrato diagnostico-terapeutico delle patologie digestive.
La **chirurgia vascolare**, con annesso servizio di **tecniche endovascolari**, è un fiore all'occhiello di questa struttura accreditata con il **Servizio Sanitario Nazionale**.

ATTIVITÀ ACCREDITATA CON IL S.S.N.

AREA CHIRURGICA

- U.F. Ostetricia e ginecologia
  - nido fisiologico
- U.F. Chirurgia vascolare
  - chirurgia tradizionale
  - chirurgia endovascolare
- U.F. Chirurgia generale
  - senologia
  - chirurgia plastica e ricostruttiva
    (regime privato)

AREA MEDICA

- U.F. Cardiologia
  - elettrofisiologia
  - cardiologia clinica
- U.F. Medicina generale
  - malattie apparato digerente (MAD)
  - endocrinologia
  - diabetologia
  - malattie apparato respiratorio
  - ematologia
  - angiologia e vulnologia

DIAGNOSTICA

- Diagnostica per immagini
  - ecografia internistica, mammaria, pediatrica
  - radiologia tradizionale
- Diagnostica cardiologica e vascolare
  - ecografia cardiaca e vascolare
  - holter dinamico e pressorio 24h,
  - aritmologia controllo pace-maker
  - prove da sforzo
  - ecocardiografia: basale con stress farmacologico
  - ecocardiografia transesofagea
  - ecocolordoppler vascolare polidistrettuale
- Radiodiagnostica intraoperatoria
- Istopatologia intraoperatoria

SERVIZI AGGREGATI

- Endoscopia digestiva diagnostica ed interventistica
- Anestesia
- Neonatologia
- Laboratorio analisi

SERVIZI AMBULATORIALI DAY SERVICE DAY HOSPITAL DAY SURGERY

- Ginecologia
- Chirurgia generale
- Chirurgia vascolare
- Senologia
- Cardiologia
- Medicina generale
- Gastroenterologia

ATTIVITÀ IN REGIME PRIVATO

- Laboratorio analisi
- Diagnostica per immagini
- Chirurgia plastica e ricostruttiva
- Endoscopia digestiva
- Diagnostica vascolare
- Diagnostica cardiologica

1 la prevenzione è vita

Parola agli esperti

Un diario a misura di donna

"La prevenzione è vita": una frase troppe volte ascoltata e troppe volte non trasformata in pratica, però a volte RICORDARE le sane regole può essere uno sprone per METTERLE IN PRATICA:

Per aiutarvi a difendere la qualità della vostra esistenza e a mantenervi in salute, gli esperti di Villa del Sole hanno redatto per voi questa brevissima raccolta di consigli.

A vostra disposizione anche alcune pagine di questo diario per annotare le date delle vostre visite o altri *"memo"* che possono esservi utili durante il percorso di prevenzione.

Si inizia con una domanda:
Quali sono i pilastri di un corretto stile di vita per prevenire i tumori ?

- Una sana alimentazione: prediligere la dieta mediterranea, basata su cereali integrali, pochi zuccheri, tanta frutta e verdura di stagione, ricordando di non eccedere con la quantità di cibo e con le calorie.

- Attività fisica: 30 minuti di attività fisica cinque giorni alla settimana, scegliendo in base alle proprie preferenze e al livello di allenamento.

• Sane abitudini: Il fumo è completamente da eliminare, in quanto è tra le principali cause di molti tumori. L' alcool deve essere consumato con moderazione. Infine è bene fare attenzione anche all'esposizione al sole, ricordandosi di non esagerare e di usare le opportune protezioni, per evitare soprattutto i tumori a carico della pelle.

• Controlli periodici: Sottoporsi agli esami per la prevenzione dei tumori è fondamentale per tutte le donne a tutte le età. A questo proposito occorre ricordare che nel panorama della prevenzione oncologica il Ministero della Salute ha individuato due programmi organizzati di screening proprio per la donna: mammografico e cervicale.

Essere donna è così affascinante.
È un'avventura che richiede tale coraggio,
una sfida che non annoia mai
- Oriana Fallaci -

le mie note

mi chiamo:

il mio primo ciclo:

la mia prima visita ginecologica:

la mia prima visita senologica:

devo ricordare che:

io mi voglio bene!!!

2 Screening ginecologico

Diagnosi precoce nella prevenzione del tumore della cervice uterina

Per la prevenzione della donna uno degli esami più importanti è il pap-test.
Si tratta del test di screening per il tumore del collo dell'utero e consiste nel prelievo di alcune cellule, tramite una spatola o uno spazzolino, all'interno del canale cervicale. Questo esame diagnostico, oltre ad individuare la presenza di funghi o batteri, permette di rilevare precocemente cellule anomale che potrebbero trasformarsi in carcinomi.

A chi è raccomandato?

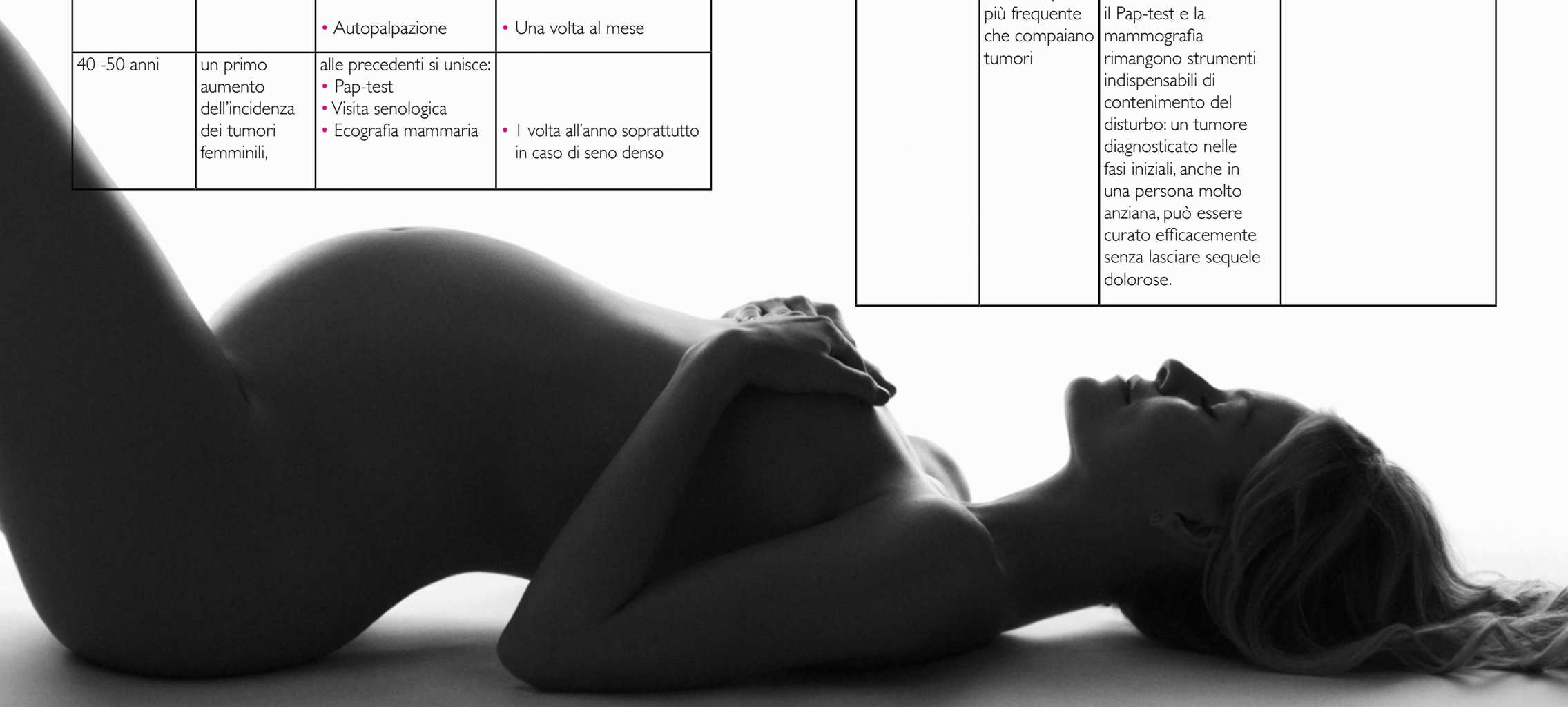
Il tumore del collo dell'utero è strettamente legato al Papilloma Virus, che si trasmette per via sessuale, per questo occorre fare questo esame dall'inizio dell'attività sessuale fino ai 65 anni, con cadenza triennale.

Quali gli appuntamenti con la prevenzione da non perdere?

Controlli periodici possono essere di fondamentale importanza quando si parla di tumori, non a caso abbiamo ben interiorizzato lo slogan: #laprevenzioneèvita.
Per sapere quali sono gli appuntamenti indispensabili e i test raccomandati ad ogni età ecco una tabella riepilogativa.

Tabella riepilogativa degli esami da svolgere

ETÀ	RISCHIO	ESAMI DA FARE	PERIODICITÀ
20-40 anni	Basso	• Visita ginecologica • Pap-test (dai 21 ai 40 anni) • Test HPV • Autopalpazione	• Ogni anno • Ogni tre anni • A 12 anni (vaccinazione) • Una volta al mese
40 -50 anni	un primo aumento dell'incidenza dei tumori femminili,	alle precedenti si unisce: • Pap-test • Visita senologica • Ecografia mammaria	• 1 volta all'anno soprattutto in caso di seno denso
50-60 anni	un picco di incidenza dei tumori femminili	alle precedenti si unisce: • Mammografia • Pap-test	• Cadenza biennale
Otre i 60 anni	anni nei quali è più frequente che compaiano tumori	Le visite, i controlli, il Pap-test e la mammografia rimangono strumenti indispensabili di contenimento del disturbo: un tumore diagnosticato nelle fasi iniziali, anche in una persona molto anziana, può essere curato efficacemente senza lasciare sequele dolorose.	



Le donne che hanno cambiato il mondo
non hanno mai avuto bisogno di mostrare
nulla se non la loro intelligenza.
- Rita Levi Montalcini -

le mie note

Pap Test

data:

Referto:

Note durante l'autopalpazione:

io mi voglio bene!!!

Senza il sorriso delle donne,
il mondo sarebbe eternamente buio…
- Fabrizio Caramagna -

le mie note

Ecografia:

data:

Referto:

Memo prossimo esame:

io mi voglio bene!!!

L'uomo gode della felicità che prova,
la donna di quella che dà.
- Pierre-Ambroise-François Choderlos de Lacloss -

le mie note

Visita senologica

data:

Referto:

Consigli del medico:

Le donne sostengono la metà del cielo.
- Proverbio cinese -

le mie note

Mammografia:

data:

Referto:

Memo prossimo esame:

3 Screening seno

Prevenzione senologica

Ogni anno in Italia vengono diagnosticati 48.000 nuovi casi: il tumore del seno è il più frequente nel sesso femminile. Grazie, però, ai continui progressi della medicina e agli screening per la diagnosi precoce, nonostante il continuo aumento dell'incidenza, di tumore del seno oggi si muore meno che in passato.

Sono stati identificati molti fattori di rischio, alcuni modificabili, come gli stili di vita, altri invece no, come l'età (la maggior parte di tumori del seno colpisce donne oltre i 40 anni) e fattori genetico-costituzionali.
Tra gli stili di vita dannosi si possono citare, per esempio, un'alimentazione povera di frutta e verdura e ricca di grassi animali, il vizio del fumo e una vita particolarmente sedentaria.

Ci sono inoltre alcuni fattori legati alla vita riproduttiva che possono influenzare il rischio di tumore del seno: un periodo fertile breve (prima mestruazione tardiva e menopausa precoce) e una gravidanza in giovanissima età sono protettive, così come l'allattamento per oltre un anno.

Il 5-7 per cento circa dei tumori del seno è ereditario, legato cioè alla presenza nel DNA di alcune mutazioni nei geni BRCA1 e BRCA2.

Lo scopo della prevenzione senologica è quello di scoprire una lesione tumorale mammaria in fase iniziale, quando è molto piccola: ciò rende possibile un intervento tempestivo che porta alla guarigione in più del 97% dei casi.

Gli esami di diagnosi precoce per il tumore al seno sono:

- ecografia mammaria: utilizza gli ultrasuoni ed è consigliata, al posto della mammografia, nelle donne più giovani (fino 40 anni).

- mammografia: è un esame radiologico della mammella che serve ad identificare precocemente i noduli, anche quando sono ancora impercettibili al tatto.

- risonanza magnetica: si tratta di un esame complementare agli altri, molto potente, che viene eseguito tramite contrasto. Per la sua elevata sensibilità non è adatto a tutte le pazienti, ma viene usato soprattutto in donne con protesi, con alto rischio genetico o con neoplasie già diagnosticate.

- citologia: solo in alcuni casi specifici, valutati dal medico, la diagnosi precoce può prevedere il ricorso a un esame citologico che consiste nell'osservazione al microscopio ottico di cellule prelevate o esfoliate.

Naturalmente, ad ogni età e fase della vita della donna sono consigliati alcuni esami diagnostici piuttosto che altri.

Se le donne in Russia possono lavorare per le ferrovie, perché non possono volare nello spazio?
- Helen Kirkpatrick, prima donna nello spazio -

le mie note

Autopalpazione

data:

Note:

Prossima autopalpazione:

Le donne hanno sempre
dovuto lottare doppiamente.
Hanno sempre dovuto portare due pesi,
quello privato e quello sociale.
Le donne sono la colonna vertebrale delle società.
- Rita Levi-Montalcini -

le mie note

Presenza sintomi visibili:

data:

Controllo dal medico:

Esame da svolgere:

tumore al seno

Il tumore al seno ha un'altissima incidenza ed è la più frequente neoplasia che colpisce le donne in Italia. Sono infatti circa 48.000 i nuovi casi che vengono diagnosticati ogni anno.
È causato dalla moltiplicazione incontrollata di alcune cellule della ghiandola mammaria.
La prevenzione, che inizia con l'autopalpazione e continua con l'ecografia mammaria (consigliata alle giovani donne) e la mammografia, oggi ci consente di giungere ad una diagnosi precoce per cui le donne possono guarire completamente grazie alle nuove terapie chirurgiche, mediche e radioterapiche.

Il primo approccio per il tumore al seno è l'intervento chirurgico.

- Se il nodulo è piccolo si opta per la chirurgia conservativa: asportazione della parte in cui si trova la lesione, senza eliminare completamente il seno.

Si può procedere con: quadrantectomia o resezione mammaria con biopsia del linfonodo sentinella, seguita sempre da radioterapia.

- Forme più avanzate di cancro vengono trattate con l'asportazione dell'intero seno, secondo una tecnica chiamata mastectomia (asportazione della ghiandola), che può essere semplice o radicale.

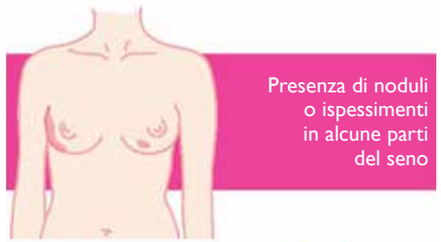
Oggi è possibile conservare il complesso areola e capezzolo mediante nuove tecniche chirurgiche da noi praticate. In taluni casi si pratica biopsia incisionale seguita da polichemioterapia che serve a ridurre il diametro del nodulo, per procedere poi ad intervento chirurgico conservativo.

La ricostruzione del seno può essere effettuata:

- in un sol tempo (inserendo la protesi)
- in due tempi (inserendo prima l'espansore e successivamente la protesi).

sintomi visibili

Vi sono alcuni campanelli d'allarme che la donna non deve sottovalutare:



Presenza di noduli o ispessimenti in alcune parti del seno

Infossamento o retrazione del capezzolo con cambiamento di forma

Modificazioni della pelle come ad esempio arrossamenti o pelle a buccia d'arancia sul seno

Secrezione dal capezzolo:
- sangue
- sierosa (giallina)
- acqua di roccia (trasparente)

Apparizione di rash cutaneo nell'area circostante il capezzolo

Presenza di un nodulo duro nel seno o nell'ascella

autopalpazione

L'autopalpazione è un esame che ogni donna deve imparare a fare da sola! Andrebbe praticata a partire dai venti anni, in un ambiente caldo (ad es. durante una doccia calda) e in modo regolare (una volta al mese alla fine del ciclo mestruale). L'autopalpazione vi permette di rilevare con anticipo ogni possibile variazione del seno. Se si palpa un nodulo non bisogna spaventarsi, ma consultare il medico di famiglia che, dopo avervi visitato, vi invierà presso un'Unità di Senologia dove sarete assistite da personale specializzato che si interessa di patologia mammaria.

Di fronte allo specchio, con le braccia allineate lungo il corpo, osserva eventuali deformità del tuo seno.

Porta le mani dietro il capo e, stringendole l'una nell'altra, tirale indietro ed osserva la presenza di eventuali retrazioni della cute.

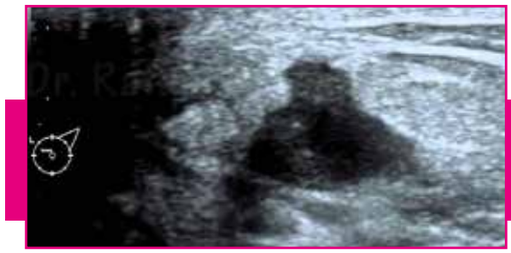
Premi le mani sui fianchi ed osserva, effettuando una inspirazione profonda, la presenza di eventuali retrazioni della cute.

Con il braccio omolaterale alla mammella da esaminare sollevato, esegui movimenti palpatori circolari, dall'esterno verso l'interno e dall'alto verso il basso.

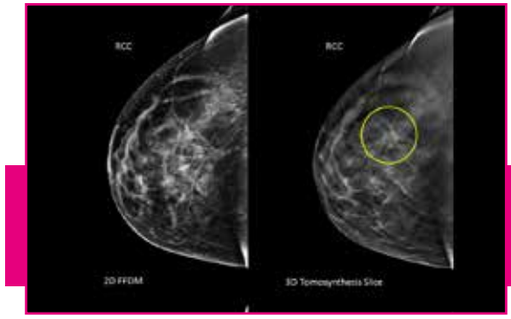
Spremi tra le dita delicatamente il capezzolo ed osserva l'eventuale secrezione.

Sdraiata, ripeti in questa posizione le manovre precedentemente descritte.

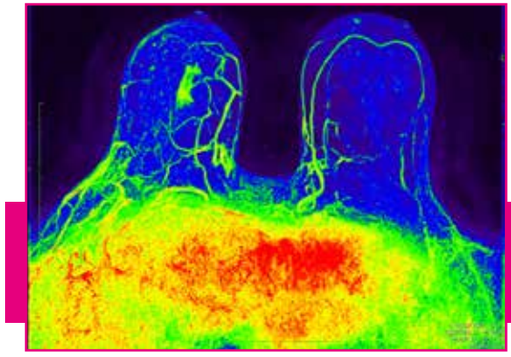
esami diagnostici da eseguire



Ecografia con nodulo



Mammografia con nodulo



Risonanza magnetica mammelle

La prevenzione inizia con l'autopalpazione, continua con la visita specialistica e con le indagini strumentali (eco nelle giovani e mammografia al di sopra dei 40 anni). Questo percorso consente di giungere ad una diagnosi precoce aumentando le possibilità di guarire grazie alle nuove terapie chirurgiche, mediche e radioterapiche.

Speciale BRCA1 e BRCA2

La scelta di conoscere meglio il proprio rischio

PERCHÉ PARLARE DI RISCHIO GENETICO?

Considerando la popolazione generale, le statistiche mostrano che circa il 12 per cento delle donne svilupperà il cancro al seno entro i 70 anni di età.

Nel caso del cancro all'ovaio si parla dell'1.3 per cento.
Tale rischio aumenta se nella stessa famiglia ci sono parenti di primo grado che si sono ammalate del medesimo tumore, e se nel codice genetico della donna è presente una mutazione dannosa nel gene BRCA1 (55-65% seno, 39% ovaio) o BRCA2 (45% seno, 17% ovaio).

A CHI SI RIVOLGE IL TEST GENETICO

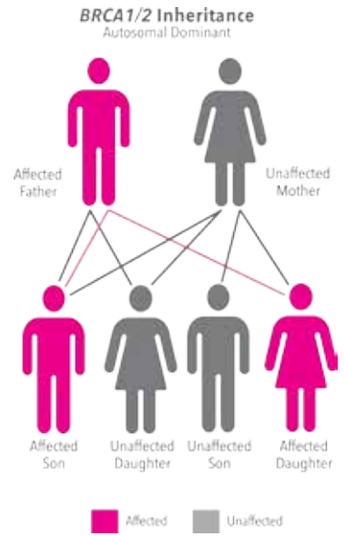
Il test genetico per la ricerca di mutazioni dei geni BRCA1 e BRCA2 è indicato, previa consulenza genetica, in:

- Nuclei familiari che, in base al numero di parenti affetti da tumori della mammella e/o dell'ovaio ed età di insorgenza della malattia, presentano una elevata probabilità che sia presente una mutazione.
- Donne sane che in famiglia hanno avuto casi di tumore al seno o all'ovaio, soprattutto se il cancro è comparso prima dei 50 anni di età. Il test permette di seguire percorsi per la diminuzione del rischio oncologico (da concordare con il proprio medico curante).
- Donne con diagnosi di tumore della mammella o dell'ovaio. La presenza della mutazione in BRCA ha un valore prognostico; tumori legati a questa mutazione rispondono meglio ad alcuni tipi di chemioterapie, e sono trattabili con farmaci specifici.

COME VIENE ESEGUITO IL TEST

Il test genetico consiste nell'esecuzione di un prelievo di sangue, nell'estrazione del DNA genomico dai globuli bianchi e nell'analisi dell'intera regione codificante dei due geni BRCA. Il DNA viene quindi analizzato in modo da evidenziare gli specifici geni BRCA1 e BRCA2 e le relative eventuali mutazioni.

I test genetici per il cancro al seno e all'ovaio



I RISULTATI

Esito positivo

L'esito positivo del test indica l'esistenza di una mutazione patogenetica a carico dei geni BRCA1 o BRCA2 e quindi un aumento considerevole del rischio di sviluppare un tumore al seno ed all'ovaio. L'esito positivo del test non indica però che una donna svilupperà sicuramente il tumore ma solo che ha una più alta probabilità che ciò si verifichi. Infatti la predisposizione genetica da sola non è sufficiente per dare origine ad un tumore. Perché insorga devono intervenire anche altri fattori di tipo individuale e/o ambientale. Una volta identificato un aumento del rischio è importante che la donna sana valuti insieme all'oncologo le strategie di riduzione di tale rischio. Nella donna già affetta da tumore, la presenza di una mutazione BRCA diventa invece importante per orientare la terapia farmacologica verso trattamenti specifici.

Esito negativo

L'esito negativo del test indica che non si evidenzia alcuna mutazione ereditaria a carico dei geni BRCA1 e BRCA2. Se si appartiene ad una famiglia in cui è stata individuata un mutazione, l'esito negativo indica che non si è ereditata quella alterazione e quindi non si ha un aumentato rischio, che è pertanto uguale a quello della popolazione generale. Se nessuno in famiglia si è sottoposto al test, il risultato negativo indica che il soggetto non è portatore di una mutazione ma non è escluso che possa essere portatore di una mutazione su altri geni o di una mutazione non ancora scoperta su BRCA1 o BRCA2. Anche in caso di esito negativo è comunque importante sottoporsi a controlli regolari .

CENTRO DI GENETICA MOLECOLARE
IRCCS NEUROMED

Responabile Laboratorio
Dott. Stefano GAMBARDELLA

Informazioni
Via dell'Elettronica - 86077 Pozzilli (Is)
Tel. 0865.915209 - Cell. 338.3191070
centrogeneticamolecolare@neuromed.it

Casa di cura Villa del Sole

Via Belvedere, 31 - 84135 Salerno
CUP 089.564412 - Fax 089.564401
info@villadelsole.org

Direttore Sanitario
Dott. Giovanni Ricco
ordine dei medici di Salerno n 5204

COME RAGGIUNGERCI

In treno
Fermata stazione Salerno. Bus o taxi fino a via del Belvedere.

In auto
Segui A24, A1/E45 e A30 in direzione Salerno.
Prendi l'uscita Rione Petrosino da Tangenziale di Salerno.
Continua su via Panoramica. Guida in direzione di via Belvedere.

www.villadelsole.org