



Dopo la diagnosi di un tumore del collo dell'utero

After a Diagnosis of Cervical Cancer

È comprensibile che molte donne provino sconcerto o turbamento quando si sentono dire che hanno un tumore del collo dell'utero. Si tratta di reazioni naturali. Gli effetti di una diagnosi di un tumore del collo dell'utero variano da donna a donna, ma per la maggior parte delle interessate si tratterà di un momento difficile.

Il tumore del collo dell'utero occupa il 13° posto nella triste classifica dei tumori più comuni che colpiscono le donne in Australia. Ogni anno questo tipo di cancro viene diagnosticato a circa 780 donne.

Potreste trovare utile parlare delle opzioni terapeutiche a vostra disposizione con medici, familiari e amici. Fate domande e procuratevi tutte le informazioni che ritenete vi servano.

Quali sono le terapie per il tumore del collo dell'utero?

Vari operatori sanitari potrebbero occuparsi delle vostre terapie e della vostra assistenza.

Il tipo di terapie a cui vi sottoporrete dipende dall'ubicazione del tumore, dal fatto che il tumore si sia propagato o meno o dal rischio che lo faccia, dalla vostra età e dalle vostre condizioni generali di salute. Chiedete al medico di spiegare quali effetti collaterali potete attendervi e qual è il modo migliore di tenerli sotto controllo.

Intervento chirurgico – questa è la terapia più comune per le donne che presentano piccoli tumori ubicati solo nel collo dell'utero. Il tipo di intervento chirurgico dipenderà dalle dimensioni del tumore. Il tumore e il tessuto circostante vengono asportati per evitare che nessuna parte del tumore rimanga annidata nell'organismo. Tale intervento potrebbe comportare un'isterectomia con cui l'utero e il collo dell'utero vengono asportati oppure una trachelectomia con la quale viene asportato solo il collo dell'utero. Di solito questi interventi vengono praticati su giovani donne che presentano un tumore nella fase precoce in quanto consentono alla donna di poter restare incinta.

Il chirurgo potrebbe asportare i linfonodi nella zona addominale o pelvica per vedere se il tumore si è propagato oltre il collo uterino. Se il tumore viene scoperto nei linfonodi, potreste avere bisogno di ulteriori terapie.

Linfedema

Se alcuni dei linfonodi vengono asportati, le gambe potrebbero gonfiarsi perché il vostro sistema linfatico non funziona a dovere. In questo caso si parla di linfedema. Un medico, un'infermiera o un fisioterapista vi farà vedere come muovere le gambe per evitare la formazione di coaguli del sangue e per favorire il drenaggio di eventuale liquido linfatico.

Radioterapia – questa forma di terapia usa raggi X per sopprimere le cellule cancerogene o per danneggiarle in modo che non possano moltiplicarsi. La radioterapia viene di norma somministrata se le vostre condizioni di salute non sono idonee ad un intervento chirurgico di maggiore portata oppure se il tumore si è propagato nei tessuti o nei linfonodi attorno al collo dell'utero. Questa terapia potrebbe essere anche somministrata dopo un intervento chirurgico o in combinazione con la chemioterapia.

Chemioterapia – questo intervento terapeutico usa farmaci per sopprimere le cellule cancerogene o per rallentarne la crescita. Di norma i farmaci vengono somministrati attraverso una vena (per via endovenosa). Potreste dover trascorrere una notte in ospedale oppure essere trattate come pazienti ambulatoriali. Il numero di sedute di chemioterapia cui dovrete sottoporvi dipenderà dal tipo di tumore del collo dell'utero e da quali altre terapie state seguendo. Se l'unica terapia da voi seguita è la chemioterapia, probabilmente dovrete sottoporvi ad un massimo di sei sedute ogni 3–4 settimane nell'arco di diversi mesi.

Gli effetti collaterali variano da persona a persona. Potrebbero includere stanchezza, disturbi alla vescica, disturbi intestinali, menopausa e infertilità.

Che ne sarà del mio benessere fisico ed emotivo?

Il consumo di cibo nutriente e lo svolgimento, se possibile, di attività fisica a scadenza regolare, anche se si tratta di esercizi leggeri per brevi periodi di tempo, potranno favorire la circolazione, ridurre la stanchezza e migliorare il vostro umore.

- Non abbiate timore a richiedere sostegno professionale ed emotivo.
- Prendete in considerazione l'eventualità di aderire ad un gruppo di supporto per persone affette da cancro.
- Cercate di ignorare consigli indesiderati e racconti fatalistici.
- Vivete alla giornata e ricordate che probabilmente ogni giorno sarà diverso.

Terapie complementari quali fitoterapia, agopuntura, massaggi, rilassamento e meditazione possono essere efficaci in combinazione con terapie mediche e alcune di esse hanno dimostrato di poter migliorare la qualità della vita o ridurre il dolore. Non è stato però comprovato che tali terapie possano far guarire dal cancro o prevenire il suo insorgere. È importante ricordare che alcune di tali terapie non sono state testate per eventuali effetti collaterali, potrebbero essere costose e potrebbero interferire con altre terapie mediche. Mettete il medico al corrente di tutte le terapie complementari che state contemplando di usare.

Ricordate, se nutrite delle remore o desiderate maggiori informazioni, interpellate il vostro medico. Se non capite l'inglese, richiedete l'assistenza di un interprete abilitato.

Dove possono procurarmi informazioni affidabili?

Helpline del Cancer Council 13 11 20 – Informazioni e sostegno per voi e per i vostri familiari al costo di una chiamata locale da qualsiasi località dell'Australia. www.cancercouncil.com.au

Servizio traduzioni e interpreti (TIS) 13 14 50



After a Diagnosis of Cervical Cancer

Many women feel understandably shocked and upset when told they have cervical cancer. These are natural responses. A diagnosis of cervical cancer affects each woman differently, but for most it will be a difficult time.

Cervical cancer is the 13th most common cancer affecting Australian women. About 780 women are diagnosed with the disease every year.

You may find it helpful to talk about your treatment options with your doctors, family and friends. Ask questions and find out as much information as you feel you need.

How is cervical cancer treated?

You may have a number of different health care professionals involved in your treatment and care.

The type of treatment you have will depend on the location of the cancer, whether or not the cancer has spread or is at risk of spreading, your age and general health. Ask your doctor to explain what side effects to expect and how best to manage these.

Surgery – is the most common treatment for women who have small tumours found only within the cervix. The type of surgery will depend on the extent of the cancer. The cancer and surrounding tissue are removed to make sure no part of the cancer is left behind. This could involve a hysterectomy, where the uterus and cervix are removed, or a trachelectomy, where only the cervix is removed. This is usually done in young women with early stage cancer because it preserves a woman's ability to become pregnant. Your surgeon may remove lymph nodes in your abdominal or pelvic area to see if the cancer has spread beyond the cervix. If cancer is found in the lymph nodes, you may need more treatment.

Lymphoedema

If some of your lymph nodes are taken out, your legs may swell because your lymphatic system is not working properly. This is called lymphoedema. A doctor, nurse or physiotherapist will show you how to move your legs to prevent blood clots and help drain any lymph fluid.

Radiotherapy – uses x-rays to kill cancer cells or injure them so they cannot multiply. Radiotherapy is usually given if you are not well enough for a major operation or if the cancer has spread into the tissues or lymph nodes surrounding the cervix. It may also be used after surgery or in combination with chemotherapy.

Chemotherapy – uses drugs to kill or slow the growth of cancer cells. It is usually given through a vein (intravenously). You may need to stay overnight in hospital or you may be treated as a

day patient. The number of chemotherapy sessions you have will depend on the type of cervical cancer and what other treatment you are undergoing. If your only treatment is chemotherapy, you will probably have it up to six times, every 3–4 weeks over several months.

Side effects vary from person to person. They may include tiredness, bladder problems, bowel problems, menopause and infertility.

What about my physical and emotional wellbeing?

Eating nutritious food and exercising regularly, if you can, even if it's gentle or for a short time, can help to improve circulation, reduce tiredness and improve your mood.

- Don't be afraid to ask for professional and emotional support.
- Consider joining a cancer support group.
- Try to ignore unwanted advice and 'horror stories'.
- Live day-to-day and remember that every day is likely to be different.

Complementary therapies, such as herbal medicine, acupuncture, massage, relaxation and meditation, can work alongside medical treatments and some have been shown to improve quality of life or reduce pain. There is no evidence that these therapies can cure or prevent cancer. It is important to remember that some of these therapies have not been tested for side effects, may be expensive and may work against other medical treatments. Let your doctor know about all complementary therapies you are thinking of using.

Remember, if you have any concerns or questions, contact your doctor. Make sure you have a qualified professional interpreter if you don't understand English.

Where can I get reliable information?

Cancer Council Helpline 13 11 20 – Information and support for you and your family for the cost of a local call anywhere in Australia.
www.cancercouncil.com.au
Translating and Interpreting Service (TIS) 13 14 50