



## Dopo la diagnosi di cancro delle ovaie

## After a diagnosis of Ovarian Cancer

**Scoprire che hai il cancro delle ovaie può lasciarti scioccata, turbata, in ansia o confusa. Sono reazioni normali. Potrebbe esserti d'aiuto discutere delle opzioni terapeutiche disponibili con il medico, i parenti e gli amici. Poni domande e reperisci tutte le informazioni che ritieni necessarie. Spetta a te decidere quanto vuoi essere coinvolta nelle decisioni riguardanti il trattamento.**

Il cancro delle ovaie è il nono cancro più diffuso tra le donne australiane, con oltre 1.200 diagnosi ogni anno. Non è noto perché alcune donne sviluppino il cancro delle ovaie e altre no. La diagnosi può essere difficoltosa in quanto spesso i sintomi sono vaghi e simili a quelli di molte altre malattie comuni.

### Come è trattato il cancro delle ovaie?

Potrebbero essere coinvolti diversi professionisti sanitari nel fornirti l'assistenza e i trattamenti richiesti. Il tipo di trattamento varia in base allo stadio del tumore e al tuo stato generale di salute. Quasi tutti i trattamenti comportano effetti indesiderati, ma la maggior parte è gestibile in modo efficace. Chiedi al medico di spiegarti quali effetti indesiderati sono previsti e come gestirli al meglio.

**L'intervento chirurgico** solitamente è il primo trattamento cui si ricorre per il cancro delle ovaie, con l'obiettivo di confermare la diagnosi, stabilire dove il cancro si è diffuso, se è nelle prime fasi, e rimuovere per quanto possibile il tumore se è in fase avanzata. In tal modo gli altri trattamenti quali la chemioterapia e la radioterapia saranno più efficaci.

**La chemioterapia** utilizza diversi medicinali in associazione che aggrediscono le cellule del tumore o ne rallentano o fermano la crescita. È un trattamento proposto alla maggior parte delle donne in quanto riduce il rischio che il cancro ritorni.

La chemioterapia per il cancro delle ovaie solitamente è somministrata tramite flebo in una vena del braccio. Il ginecologo-oncologo o l'oncologo medico ti spiegherà quali farmaci chemioterapici sono raccomandati nel tuo caso, nonché gli effetti indesiderati, la durata della chemioterapia e il luogo in cui la riceverai.

**La radioterapia** utilizza i raggi X per distruggere le cellule tumorali. È indicata solo in una minoranza delle donne affette da cancro delle ovaie. Il team che si occupa della tua terapia discuterà dell'opportunità o meno di ricorrere alla radioterapia nel tuo caso. La radioterapia può essere utilizzata anche per ridurre le dimensioni del cancro, alleviare il dolore, il fastidio o altri sintomi.

**La dietoterapia**, ovvero il seguire un'alimentazione sana che comprenda una varietà di alimenti, garantisce che l'organismo abbia gli elementi necessari per far fronte al trattamento e alla convalescenza. È importante discutere della tua alimentazione con il dietologo e il medico.

**La terapia dell'esercizio fisico** può migliorare la convalescenza dal cancro. La ricerca ha dimostrato che l'attività fisica regolare è di beneficio e può ridurre gli effetti indesiderati quali lo spossamento. Rivolgiti al fisioterapista o all'operatore specializzato in fisiologia dell'esercizio e al medico.

### E per quanto riguarda il benessere fisico ed emotivo?

- Non avere timore di chiedere assistenza professionale e appoggio emotivo.
- Prendi in considerazione l'idea di partecipare a un gruppo di appoggio per i malati di cancro.
- Impara a ignorare i consigli indesiderati e le "storie dell'orrore".
- Vivi giorno per giorno e ricorda che è probabile che ogni giorno sia diverso.

Le terapie complementari in abbinamento a trattamenti medici possono essere efficaci ed è stato dimostrato che alcune migliorano la qualità della vita o riducono il dolore. Non vi sono prove che queste terapie possano curare o prevenire il cancro. È importante ricordare che alcune non sono state testate per gli effetti indesiderati, potrebbero vanificare l'azione di altri trattamenti medici e potrebbero essere costose. Informa il medico di tutte le terapie complementari cui intendi ricorrere.

**Non dimenticare, in caso di preoccupazioni o dubbi, di rivolgerti al medico.**

### Dove trovo informazioni affidabili?

#### Helpline del Cancer Council 13 11 20

Informazioni e assistenza per te e i tuoi parenti al costo di una telefonata locale da qualsiasi località in Australia.

#### Sito web del Cancer Council

(con collegamenti ai Cancer Council dei singoli stati e territori)

**[www.cancercouncil.com.au](http://www.cancercouncil.com.au)**

*Cancer Council Australia ringrazia il National Breast and Ovarian Cancer Centre per il contributo dato alla preparazione di questa scheda informativa.*

**Servizio di traduzione e interpretariato 13 14 50**