



IEO

Istituto Europeo di Oncologia

Il ritorno a casa.



Booklets

Una guida per i pazienti

Per migliorare il grado di informazione dei pazienti su alcuni importanti argomenti (quali ad esempio le terapie svolte, l'alimentazione da seguire e gli esercizi di riabilitazione) lo IEO pubblica questa collana di booklets per i pazienti.

Questa guida è stata realizzata per fornire ai pazienti e ai loro famigliari alcune informazioni, nella speranza che ciò possa essere d'aiuto.

Le informazioni qui contenute non potranno certo sostituire il colloquio diretto: Vi invitiamo pertanto ad esporre liberamente e senza timore ogni eventuale dubbio al personale del Reparto.

*Leonardo la Pietra
Direttore Sanitario
Presidente del Comitato Educazione Sanitaria*



IEO

Istituto Europeo di Oncologia

Gentilissima Signora,

poiché siamo convinti che un sereno ritorno a casa cominci già a partire dal giorno del ricovero, riteniamo utile darle alcune indicazioni che potranno facilitare la ripresa delle sue abitudini.

Qui di seguito troverà alcune risposte ai quesiti che più comunemente si pongono le donne operate al seno.

Indicazioni per tutti gli interventi senologici

Che cosa sentirò in sede di ferita?

Nella zona operata si può avvertire una sensazione di disagio o di tensione che è da considerarsi normale dopo un intervento chirurgico. Inoltre durante l'intervento possono essere temporaneamente irritati alcuni fasci nervosi per cui può capitare di avvertire formicolii, intorpidimento o alterazione della sensibilità al torace, alla spalla o al braccio che possono durare fino a qualche mese.

Come mi comporto se ho dolore?

Il dolore non va “*sopportato*”, ma sedato assumendo farmaci antidolorifici; gli analgesici di uso comune (per esempio quelli che usa contro il mal di testa) di solito controllano bene il dolore dovuto a un intervento di chirurgia senologica.

Quando dovrò togliere i punti?

La ferita chirurgica viene suturata con filo riassorbibile; praticamente è una sutura che non necessita di rimozione.

Dopo quanto tempo potrò fare la doccia o il bagno?

Salvo diversa indicazione del medico, 5 giorni dopo l'intervento chirurgico può rimuovere la medicazione e lavare la ferita con sapone neutro.



Che tipo di abbigliamento devo usare?

La scelta dell'abbigliamento è libera; consigliamo indumenti che non comprimano il seno e lascino libertà di movimento. Già dal giorno dopo l'intervento suggeriamo di indossare il reggiseno, preferibilmente senza ferretti. Se ha subito un'asportazione del seno con ricostruzione immediata con protesi, l'apposito reggiseno va indossato anche di notte per un mese.

Quante medicazioni dovrò fare?

Alla dimissione un chirurgo dell'équipe le controllerà la ferita e le indicherà la data della medicazione successiva che verrà eseguita presso la sala medicazione dell'ambulatorio. Durante questa medicazione, il chirurgo deciderà quando rivederla; se nel frattempo dovesse notare cambiamenti quali dolori e importante aumento del gonfiore, del rossore e febbre, la invitiamo a contattarci.

Ci sono dei movimenti o delle attività che devo evitare?

Per circa 3-4 settimane dall'intervento deve cercare di non fare movimenti bruschi e subire traumi sul seno. Se ha asportato il linfonodo sentinella alla dimissione le verrà consegnata una brochure informativa sulla riabilitazione motoria specifica.

Potrò depilarmi le ascelle ed utilizzare deodoranti?

Se vi è una ferita in zona ascellare è sconsigliata la depilazione e l'uso di deodoranti per almeno 4 settimane dall'intervento chirurgico e durante l'eventuale radioterapia.

Dopo quanto tempo sarà pronto l'esito istologico dell'intervento?

Alla dimissione il suo esame istologico definitivo non è ancora pronto; lo sarà dopo circa una settimana dall'intervento chirurgico. Durante le medicazioni ambulatoriali, un medico dell'équipe avrà modo di spiegarle il referto.

Dovrò fare delle cure dopo l'intervento?

Eventuali trattamenti complementari verranno decisi in maniera multidisciplinare dai chirurghi, dagli oncologi, dai radioterapisti, dagli anatomo-patologi che ogni giovedì pomeriggio si riuniscono per discutere di tutte le persone operate di cui sia disponibile l'esame istologico. Riceverà per posta una lettera di dimissione che riassume il tipo di intervento chirurgico, l'esame istologico completo, le eventuali cure e un programma di controlli per il futuro.

Qualora sia ritenuto opportuno verrà anche convocata telefonicamente per un colloquio con gli oncologi e/o i radioterapisti o i medici della farmacoprevenzione. Naturalmente può sempre far riferimento al suo chirurgo per ulteriori delucidazioni.

Dopo quanto tempo potrà riprendere il lavoro?

È bene tenere presente che un intervento chirurgico, di qualunque tipo e per qualunque indicazione lo si effettui, è sempre un evento stressante per l'organismo, che quindi ha bisogno di un pò di tempo per ristabilirsi. Può decidere con il suo medico curante la durata della convalescenza, in relazione alle sue condizioni generali.



IEO

Istituto Europeo di Oncologia

Potrò prendere il sole?

È possibile prendere il sole dopo l'intervento chirurgico tranne sulla ferita. Per le prime 2-3 settimane dopo l'intervento è utile proteggere dal sole la cute operata applicando una crema antisolare e utilizzando il costume. Queste piccole regole valgono anche nel caso sia stata sottoposta a radioterapia intraoperatoria. Se viene sottoposta a terapia esterna invece, non può prendere il sole per tutta la durata del trattamento e deve aspettare almeno due mesi prima di incominciare a farlo.

Potrò guidare dopo l'intervento?

Non esistono controindicazioni particolari alla guida, tuttavia è consigliabile non guidare per circa 3-4 settimane dal giorno dell'intervento chirurgico poiché manovre associate alla guida possono causare dolore con conseguente riduzione della sicurezza personale.

Avrò diritto all'esenzione del ticket?

Se al momento della dimissione saremo già in possesso di un accertamento citologico o istologico, anche se provvisorio, saremo in grado di rilasciarle il modulo di esenzione che dovrà presentare alla ASL di appartenenza per il rilascio dell'attestato di esenzione dal pagamento della quota di partecipazione alla spesa sanitaria. Se non potremo rilasciarle questo modulo alla dimissione, lo invieremo a domicilio insieme alla relazione clinica che riceverà entro 1 mese circa dalla dimissione.

Dove posso richiedere la fotocopia della cartella clinica?

Presso l'accettazione centrale dell'IEO esiste un modulo da compilare per richiedere la fotocopia della sua cartella clinica che potrà ritirare personalmente, o delegando qualcun altro, o ricevere per posta a domicilio.

Dove posso richiedere il certificato di degenza per il datore di lavoro?

Al momento della dimissione potrà richiedere l'attestato di ricovero presso l'accettazione centrale situata al piano terra.



Indicazioni per gli interventi senologici comprendenti l'asportazione dei linfonodi ascellari

Ci sono dei movimenti o delle attività che devo evitare?

Per prevenire la formazione del linfedema (gonfiore alla mano, avambraccio o braccio, dovuta a stasi linfatica), l'arto interessato dall'asportazione dei linfonodi non deve essere sottoposto a traumatismi e non deve sollevare grossi pesi; inoltre, si devono evitare ferite, abrasioni e scottature. Se ciò avvenisse è raccomandabile disinfettare accuratamente la parte. Prelievi di sangue, misurazione della pressione e fleboclisi sono da evitare sul braccio operato.

Dovrò fare fisioterapia?

Salvo diversa indicazione del chirurgo, dal primo giorno dopo l'intervento riceverà in camera i fisioterapisti che le insegneranno gli esercizi riabilitativi; dopo la rimozione del drenaggio gli esercizi dovranno essere eseguiti 3 volte al giorno per 6 settimane dopo l'intervento e andranno ripresi durante l'eventuale radioterapia.

Esiste la possibilità che venga dimessa con il drenaggio?

Questa evenienza sta diventando sempre più frequente; nel caso specifico la invitiamo, alla dimissione, a parlare con l'infermiera di turno che le illustrerà la gestione domiciliare di questo presidio.

Dopo la rimozione del drenaggio, cosa succederà del siero che si forma?

La normale formazione di siero sotto l'ascella (sieroma) rende necessario il drenaggio tramite una indolore puntura evacuativa eseguita in sede di medicazione, ogni 4-5 giorni per circa un mese dall'intervento.

Alla comparsa del gonfiore sotto l'ascella devo sospendere gli esercizi di fisioterapia?

È importante non sospendere gli esercizi per evitare che si formino aderenze della cicatrice nei tessuti all'interno dell'ascella; se gli esercizi le provocano dolore, *assuma un antidolorifico, ma non li sospenda.*

Indicazioni per gli interventi senologici comprendenti l'asportazione del seno

Ho diritto ad avere la protesi da mettere nel reggiseno?

Se ha subito un intervento di asportazione del seno, prima della dimissione le infermiere le consegneranno una protesi provvisoria ed il modulo per rivolgersi presso l'ufficio protesi della ASL di appartenenza per ricevere la protesi definitiva esterna in silicone; avrà diritto ad una nuova protesi ogni 3 anni.

Le segnaliamo inoltre l'esistenza in commercio di capezzoli artificiali da poter utilizzare in attesa della ricostruzione dell'areola e del capezzolo.



IEO

Istituto Europeo di Oncologia

Supporto psicologico

Esiste la possibilità di avere un supporto psicologico per affrontare quello che sto vivendo?

Siamo consapevoli che la diagnosi di tumore, i trattamenti affrontati o che dovrà affrontare, abbiano un impatto profondo sulla qualità della vita e a livello psicologico ed emotivo.

È indubbio che il tumore mammario colpisca profondamente la donna nella sua identità femminile.

Una serie di reazioni che indicano tensione e disagio psicologico è del tutto prevedibile e normale. Reazioni di tristezza, di rabbia, di sconforto, momenti di crisi e di tensione emotiva, ansia, paure o in alcuni casi senso di panico possono comparire e sfuggire al controllo.

Ci si può sentire a volte sopraffatte dagli eventi, fra-stornate, stordite, confuse, scoraggiate, irrequiete, a volte demoralizzate con voglia di piangere...

Se sente il desiderio di parlarne con qualcuno che non sia né un familiare, né il suo medico, può rivolgersi a una persona esperta nell'aiutare le donne colpite da un tumore al seno.

L'Unità di Psico-oncologia ha lo scopo di rispondere alle richieste delle donne che desiderano parlare della propria esperienza e comprendere meglio i propri sentimenti, le emozioni legate alla malattia e all'impatto dei trattamenti.

Può chiedere al personale infermieristico o medico di contattarci o può scegliere di richiedere Lei personalmente chiamando al numero seguente:

T +39 02 57489.881



Informazioni riguardanti la patologia oncologica

Le consigliamo di visitare questi siti:

<http://www.ieo.it>

Il sito dell'Istituto Europeo di Oncologia, fornisce informazioni sulle tecniche innovative riguardanti i tumori al seno quali il linfonodo sentinella, la radioterapia intraoperatoria, la farmacoprevenzione, l'ormonoterapia. Fornisce inoltre soluzioni e proposte per il problema del fumo, per coloro che vogliono smettere di fumare.

<http://www.mammo.it>

Contiene una esauriente raccolta di informazioni sul tumore della mammella, dalla prevenzione alla diagnosi, dalle associazioni al glossario.

Il sito ospita anche due Forum nei quali i pazienti possono scambiarsi pareri ed opinioni.

<http://www.europadonna.it>

Il sito di Europa Donna, movimento di opinione europeo contro i tumori del seno il cui scopo principale è quello di richiamare l'attenzione sulla necessità di affrontare il tumore del seno con mezzi adeguati ed in maniera incisiva.

<http://www.airc.it>

Il sito è una vera e propria guida che informa su cosa è il tumore, come prevenirlo e come curarlo.

Vengono descritte tutte le specialità con particolari approfondimenti sul tumore al seno.



IEO

Istituto Europeo di Oncologia

<http://www.radioterapiaitalia.it>

Fornisce l'elenco di tutti i centri di radioterapia d'Italia.

<http://www.andos.it>

Il sito fornisce alle donne operate al seno una serie di servizi quali:

- ambulatori per la riabilitazione ed il linfodrenaggio
- assistenza sociale in campo burocratico, assicurativo, previdenziale
- assistenza psicologica pre e post intervento e/o trattamento medico
- socializzazione mediante la condivisione di problemi e soluzioni con donne che hanno vissuto esperienze analoghe
- educazione sanitaria di formazione
- informazione e prevenzione

Informazioni

Il reparto di senologia le augura una degenza serena e un buon ritorno a casa e le ricorda che anche dopo le dimissioni, il personale medico ed infermieristico rimarrà a sua disposizione per chiarire ulteriori dubbi e preoccupazioni, e per risolvere eventuali problemi.

A questo proposito dal lunedì al venerdì, al numero

T +39 02 57489.715

risponderà una infermiera esperta in senologia

E senologia.postricoveri@ieo.it

Nel caso di mancata immediata risposta, la preghiamo di lasciare un messaggio nella casella vocale, perché verrà ricontattata al più presto.

La divisione di senologia

- **Direttore** Dott. **Alberto Luini**
E alberto.luini@ieo.it
- **Condirettori** Dott.ssa **Viviana Galimberti**
E viviana.galimberti@ieo.it
Prof. **Paolo Veronesi**
E paolo.veronesi@ieo.it
- **Vice Direttori** Dott. **Mattia Intra**
E mattia.intra@ieo.it
Dott. **Oreste Gentilini**
E oreste.gentilini@ieo.it
Dott.ssa **Anna Rita Vento**
E annarita.vento@ieo.it
- **Caposala** **Luigia Rubio**
T 02 57489.844
E luigia.rubio@ieo.it
- **Segreteria**
T 02 57489.725
F 02 57489.780
Patrizia Bonezzi
E patrizia.bonezzi@ieo.it
Manuela Butti
E manuela.butti@ieo.it
Elena Cassi
E elena.cassi@ieo.it
Vittoria Rossi
E vittoria.rossi@ieo.it
- **Pre Ricoveri**
T 02 57489.716
Katia Venditti
E katia.venditti@ieo.it
Elena Rocca
E elena.rocca@ieo.it
- **Ricoveri:**
T 02 57489.519
Barbara Rossetti
E barbara.rossetti@ieo.it
- **Medicazioni e Postdimissioni:**
T 02 57489.715
Monica Mauri
Simone Manera
E senologia.postricovero@ieo.it

IEO Booklet

- 1 Smettere di fumare
- 2 Radioterapia
- 3 Gestione della PEG
- 4 Lavaggio Port
- 5 Stomatite
- 6 Il Drenaggio
- 7 Intervento chirurgico
- 8 Derivazione urinaria - Indiana Pouch
- 9 Neovesvica ileale ortotopica
- 10 Laringectomia
- 11 Gestione delle urostomie
- 12 Igiene e cura della cannula per il paziente sottoposto ad tracheostomia
- 13 Il port
- 14 La nausea ed il vomito
- 15 Linfedema agli arti superiori
- 16 Riabilitazione motoria in chirurgia urologica
- 17 Guida all'autocateterismo
- 18 Riabilitazione della deglutizione dopo chirurgia oro - faringea
- 19 Radiologia Interventistica
- 20 Codice rosso: il paziente in isolamento totale
- 21 Terapia radiante della pelvi e nutrizione
- 22 Neovesvica ileale e nutrizione
- 23 Riabilitazione motoria dopo interventi di Chirurgia Cervico Facciale
- 24 Preparazione e conservazione degli alimenti
- 25 Codice rosso Isolamento totale per visitatori
- 26 Codice Giallo Isolamento parziale
- 27 Codice Rosso Isolamento totale
- 28 Alimentazione nel periodo di isolamento per i pazienti
- 29 Codice Giallo Isolamento parziale per i visitatori
- 30 La ricostruzione mammaria
- 31 Il ricovero in Senologia
- 32 Il ritorno a casa
- 33 Gestione della digiunostomia nutrizionale
- 34 Il trattamento del dolore postoperatorio
- 35 La nutrizione durante il trattamento Oncologico
- 36 Returning Home a Guide for patients
- 37 La salute dei denti e della bocca nel paziente oncologico
- 38 Esercizi di riabilitazione motoria dopo intervento al seno
- 39 Novità nello screening cervicale
- 40 Riabilitazione motoria dopo biopsia del linfonodo sentinella

Per ulteriori informazioni
www.ieo.it



IEO

Istituto Europeo di Oncologia

- 41 La radioterapia esterna in senologia
- 42 Trial clinico sulle micrometastasi (23-01) in senologia
- 43 LEEP
- 44 Nuove metodiche di radioterapia intraoperatoria in senologia
- 45 Biopsia linfonodo sentinella in anestesia locale
- 46 Studi pre-chirurgici di farmacoprevenzione in senologia
- 47 Promemoria intervento laser cervicale

#32



IEO Istituto Europeo di Oncologia
Via Ripamonti 435 20141 Milano

T +39 02 57489.1 F +39 02 57489.208
E info@ieo.it W www.ieo.it

A cura del
Comitato Educazione Sanitaria
e della Divisione di Senologia

Lo IEO è accreditato



Joint Commission
International