



IEO

Istituto Europeo di Oncologia

Programma SENOLOGIA

Il ritorno a casa



IEO

Booklets

Una guida per i pazienti

Lo IEO pubblica una collana di Booklets al fine di aiutare il paziente a gestire eventuali problematiche (quali ad esempio le terapie svolte, l'alimentazione da seguire, gli esercizi di riabilitazione ecc.) a cui può andare incontro sia durante il periodo di ricovero che a seguito della dimissione.

Questa guida è stata concepita come un utile strumento per fornire ai pazienti e ai loro familiari tutte le informazioni esplicative e le indicazioni operative di cui hanno bisogno.

Nella speranza che possa essere d'aiuto
Le ricordo che le informazioni qui contenute non possono certo sostituire il colloquio diretto e La invitiamo a richiedere liberamente e senza timore ogni eventuale chiarimento al personale medico ed infermieristico del Reparto.

Il Direttore Sanitario



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.

Come devo gestire la ferita chirurgica?

La ferita chirurgica viene suturata con filo riassorbibile; praticamente è una sutura che non necessita né di medicazione né di rimozione. In alcuni casi possono essere utilizzati in aggiunta piccoli cerotti di carta (tipo steri strip) o una colla speciale che forma una patina impermeabile sulla ferita chirurgica a migliorare la tenuta della sutura. La colla si staccherà progressivamente da sola nel giro di 10-15 giorni.



Dopo quanto tempo potrò fare la doccia?

Salvo diversa indicazione del medico, 2 giorni dopo l'intervento chirurgico può rimuovere la medicazione e, in presenza o assenza di drenaggio, fare la doccia con sapone neutro, asciugare tamponando la ferita e disinfettare con Clorexidina. Non rimuovere i cerotti di carta tipo Steri Strip, se presenti, in quanto si rimuoveranno spontaneamente dopo alcune docce.

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 deve indossare il reggiseno, preferibilmente senza ferretti. Se ha subito un'asportazione del seno con ricostruzione immediata con protesi, o espansore l'apposito reggiseno va indossato anche di notte per un mese.

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, nel caso di dissezione ascellare un fisioterapista la seguirà negli esercizi di riabilitazione.

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 setti-

mane 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 10 giorni dall'intervento chirurgico. Durante il controllo post operatorio, un medico dell'équipe avrà modo di spiegarle il referto.

Quando verrà programmato il controllo post intervento?

La data del controllo verrà programmata al momento della dimissione oppure previo contatto email con il chirurgo di riferimento.

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 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 potrò 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.

Potrò prendere il sole?

È possibile prendere il sole un mese dopo l'intervento chirurgico tranne sulla ferita. Dopo l'intervento è possibile prendere il sole proteggendo la cute operata applicando una crema antisolare protezione totale 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?

E' consigliabile non guidare per circa 2 settimane dalla rimozione dei drenaggi salvo diverse indicazioni del medico 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.

Il drenaggio potrà essere rimosso quando il quantitativo del drenato sarà inferiore a 30 ml.

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

La normale formazione di siero sotto l'ascella (sieroma) può rendere necessario il drenaggio tramite una indolore puntura evacuativa eseguita in sede di controllo post operatorio.

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 il modulo per rivolgersi presso un negozio ortopedico per ricevere la protesi definitiva esterna in silicone; avrà diritto ad una nuova protesi ogni 3 anni.

Protesi provvisorie in gommapiuma sono a disposizione presso il negozio interno della Fondazione IEO.

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



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

L'Istituto Europeo di Oncologia, per una migliore continuità assistenziale, mette a disposizione dei propri Pazienti un Servizio di Continuità Assistenziale.

In questo servizio è attivo un supporto telefonico:

02 9437.0100

**Lunedì e Mercoledì mattina
dalle 08.30 alle 12.30**

**Martedì, Giovedì e
Venerdì pomeriggio
dalle 15.00 alle 18.30**

A questo numero risponderà una delle infermiere che lavorano quotidianamente nei nostri reparti.

Le verrà chiesto il suo nominativo e numero identificativo IEO affinché l'infermiera possa accedere ai Suoi principali dati clinici.

Insieme potrete poi valutare il problema che Lei vive ed avere indicazioni appropriate da seguire. La sua richiesta sarà documentata tra i suoi dati clinici e in base alla situazione l'infermiera comunicherà anche al medico di riferimento il problema insorto facendola poi contattare, se necessario, in un secondo tempo.

Note

A series of 20 horizontal dotted lines for writing notes.



Contatti

- Infermiere Senologia

Servizio non destinato per prenotazioni di visite o esami

Tel. 02-94372743

E nastrososa@ieo.it

Da Lunedì al venerdì dalle ore 9-12 e dalle ore 14-16

- Prenota una visita specialistica

Tel. C.U.P. 02-57489.001

W: e-cup dal sito www.ieo.it

- Fisioterapia

Tel. 02-57489.747

E fisioterapia@ieo.it

- Psicologia

Tel. 02-57489.043

- Prevenzione e Genetica Oncologica

Tel. 02-57489892 02-94372655

(ore 9-12 e 14-16 dal lunedì al venerdì)

E divisione.prevenzionegeneticaoncologica@ieo.it

<http://www.ieo.it/it/PREVENZIONE/Tumori-ereditari>

- Nutrizione - stile di vita

E info.smartfood@ieo.it

<http://www.ieo.it/smartfood/>

- Salute sessuale

E unitaginecologiapreventiva@ieo.it

- Fertilità e procreazione

Tel. 02-57489.001 02-57489.543

E chemioginecologia@ieo.it

#32



IEO Istituto Europeo di Oncologia
Via Ripamonti 435 20141 Milano

T +39 02 57489.1

E info@ieo.it W www.ieo.it

A cura del Programma di senologia

Sistema Sanitario



Regione
Lombardia

Lo IEO è accreditato

Joint Commission



EUSOMA

