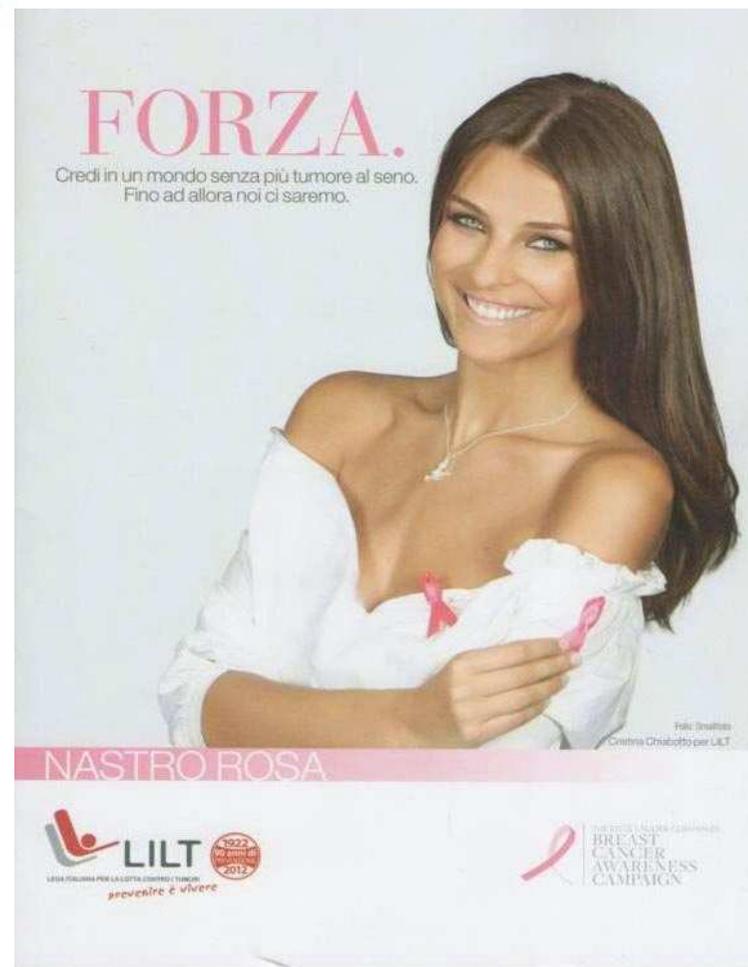




LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI
ONLUS (Organizzazione Non Lucrativa di Utilità Sociale)
Sede Provinciale di Torino



LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI
ONLUS
SEDE PROVINCIALE DI TORINO
Via San Massimo, 24 10123 Torino
c/o Ospedale San Giovanni Antica Sede
Tel. e fax: 011/83.66.26 – Tel. 011/633.3526

PERCHE' CI PRENDIAMO CURA DEL SENO?

Il tumore del seno è anche nel nostro paese il più frequente della popolazione femminile, rappresentando circa un terzo di tutte le neoplasie diagnosticate.

In Italia si registrano oltre 40.000 nuovi casi ogni anno: ciò significa che 1 donna su 8 riceve una diagnosi di tumore al seno.

E' bene quindi aiutare le donne a comprendere come prevenire, scoprire, trattare e vincere questa malattia.

Qualsiasi sensazione di cambiamento del normale aspetto della mammella o la comparsa di un nodulo mammario deve indurre a richiedere un controllo da parte del proprio medico e/o di uno specialista.

La LILT indica e promuove:

Prevenzione Primaria: intesa come corretto stile di vita:

- scegliere attentamente gli alimenti
- controllare il proprio peso corporeo
- svolgere una regolare attività fisica
- limitare l'assunzione di alcolici e l'abitudine al fumo

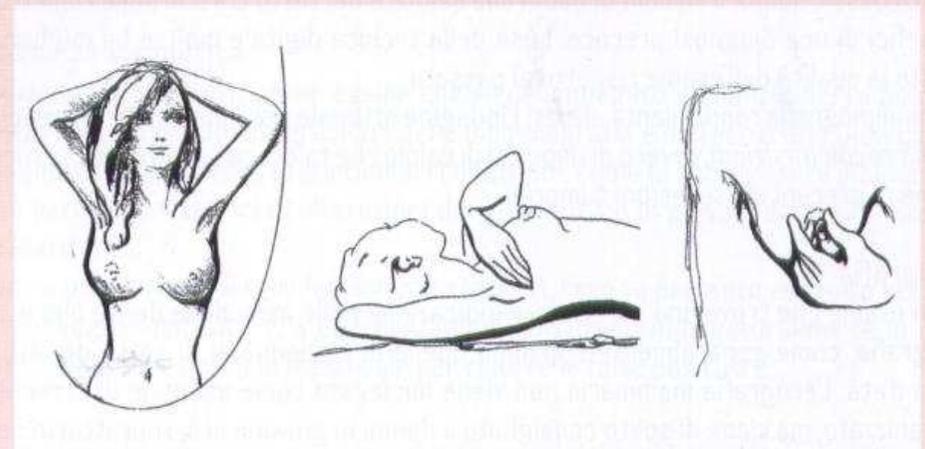
Prevenzione Secondaria rappresentata dalla diagnosi precoce.

La scoperta di un tumore, (in genere con la mammografia e l'ecografia) nella sua fase iniziale, permette una cura meno aggressiva e offre maggiori possibilità di guarigione. Essa costituisce oggi l'arma strategica raccomandata nella lotta al tumore della mammella

La LILT raccomanda vivamente di aderire all'invito di eseguire la mammografia di screening inviato dalla ASL ogni 2 anni alle donne nella fascia di età 49/69 anni.

L'autoesame

Tutte le donne dovrebbero eseguire ogni mese l'autoesame (auto-palpazione) del proprio seno, secondo le modalità di seguito indicate. È importante, infatti, che le donne comprendano che attraverso alcuni semplici gesti non devono essere in grado di formulare una diagnosi di tumore, ma di imparare a "conoscere" le loro mammelle e ad apprezzarne quindi le eventuali **anomalie**, che devono essere segnalate al medico.



1. Guardare allo specchio se vi sono irregolarità della cute o dei capezzoli

2. Palpare entrambe le mammelle con le dita unite e a piatto avendo cura di non tralasciare la palpazione dell'ascella

3. Evidenziare con una leggera spremitura del capezzolo se sono presenti secrezioni