

LA RADIOTERAPIA NELLE PAZIENTI AFFETTE DA TUMORE MAMMARIO

La radioterapia, nelle pazienti sottoposte a chirurgia conservativa per neoplasia della mammella rappresenta il completamento standard del trattamento locale; l'associazione della radioterapia dopo l'escissione locale della neoplasia consente un controllo locale della malattia sovrapponibile a quello ottenuto con la mastectomia e pertanto, nelle pazienti in cui è possibile questo approccio, è la strategia terapeutica da preferire.

La radioterapia postoperatoria è inoltre indicata anche in alcune pazienti sottoposte a mastectomia qualora ci siano fattori di rischio predittivi di ricaduta locale.

La radioterapia dopo chirurgia conservativa consiste nell'irradiazione del volume mammario residuo per un totale di 20 sedute seguito da un sovradosaggio (boost) sul letto operatorio che prevede altre tre applicazioni per un totale di 23 sedute; in alcuni casi il sovradosaggio viene erogato durante l'intervento chirurgico in un'unica seduta alla quale poi segue il trattamento radiante sull'intera mammella con fasci esterni.

In casi selezionati è possibile erogare il trattamento radiante "completo" tramite IORT (radioterapia intraoperatoria) che sostituisce il trattamento radiante postoperatorio.

Gli effetti collaterali della radioterapia sulla mammella così come le sequele subacute e tardive sono oggi veramente modesti.

L'effetto collaterale più frequente è l'eritema cutaneo; durante il trattamento la cute irradiata si comporta come dopo una esposizione solare protratta. La zona irradiata può apparire arrossata, lievemente edematosa e pruriginosa, in alcuni casi si possono avere zone di desquamazione secca o umida. Le zone più sensibili sono l'areola, il solco sottomammario e il pilastro anteriore del cavo ascellare. L'intensità dell'eritema dipende da diversi fattori quali il volume mammario (mammelle voluminose sono a maggior rischio), pregressa chemioterapia, carnagione chiara. La cura della cute è un gesto indispensabile. Raccomandiamo di lavare la zona con acqua tiepida e di asciugarsi tamponando, evitare di applicare saponi e talchi profumati, deodoranti, lozioni o profumi. Utile l'utilizzo di creme lenitive previa prescrizione del radioterapista.

Le reazioni cutanee di solito scompaiono nel giro di due-quattro settimane dal termine del trattamento.

Durante il trattamento radiante è sconsigliata l'esposizione diretta al sole della cute irradiata da effettuarsi con cautela e previa applicazione di crema solare ad alto fattore protettivo anche nei dodici mesi successivi al termine del trattamento. È possibile fare il bagno in mare o in piscina quando l'eritema acuto si è completamente risolto di solito dopo 30 giorni dal termine della radioterapia.

Altri sintomi che possono presentarsi durante il trattamento o a breve distanza dal termine dello stesso sono una sensazione di tensione mammaria dovuta ad un aumento della raccolta di liquidi a livello della mammella irradiata sia per effetto delle radiazioni che della alterata circolazione linfatica post chirurgica; in questo caso può essere utile non indossare reggiseni molto contenitivi e riprendere gli esercizi di riabilitazione appresi dopo l'intervento.

A distanza anche di molti mesi dal termine della radioterapia si può osservare un aumento di consistenza della mammella irradiata dovuto ad un variabile processo di fibrosi indotto dalle radiazioni.

Oggi la radioterapia è sicura e ben tollerata, gli effetti collaterali sono modesti e di breve durata e consentono una buona qualità della vita; al termine della seduta giornaliera di radioterapia la paziente non è radioattiva ed è possibile, anzi consigliato, che si dedichi a tutte le attività sociali e di relazione che rendono la vita degna di essere vissuta.

Dott.ssa Milena Gabbani

LINFEDEMA DELL'ARTO SUPERIORE, OVVERO IL "BRACCIO GONFIO"

In alcuni casi, l'asportazione dei cavi ascellari, può compromettere il drenaggio della linfa dell'arto superiore e della mammella. Rimanendo accumulato nei tessuti, il liquido può causare il cosiddetto linfedema, che si forma gradualmente nell'arco di pochi giorni o anche di diversi anni dall'intervento.

I più comuni sintomi del linfedema sono: gonfiore, senso di pienezza o pesantezza del braccio interessato, difficoltà ad alzare l'arto, irrigidimento della pelle, la riduzione della capacità motoria o della flessibilità della mano o del polso, la difficoltà a infilare il braccio nella manica della giacca o della maglia, il senso di compressione dato da anelli, orologio o braccialetti.

La prevenzione del linfedema

L'infezione, più specificatamente la risposta del corpo all'infezione, può indurre la formazione del linfedema. Alcuni semplici accorgimenti, che devono diventare vere e proprie abitudini quotidiane, possono però allontanare il rischio quasi del tutto.

In particolare:

1. Applica regolarmente una crema idratante.
2. Pulisci con attenzione eventuali tagli o graffi e, se necessario, applica una crema antibiotica e copri la ferita.
3. Non fare il bagno con acqua eccessivamente calda ed evita bruschi sbalzi di temperatura.
4. Evita l'esposizione diretta al sole nelle ore più calde e proteggiti da eventuali scottature utilizzando sempre la crema solare.
5. Cerca di evitare le punture degli insetti, proteggiti con creme e spray repellenti.
6. Indossa un paio di guanti per le attività di giardinaggio o simili e non fare mai attività troppo pesanti.
7. Evita movimenti che comportino uno sforzo ripetuto da parte della muscolatura del braccio; cerca di non stirare, lavare i vetri o lavorare a maglia troppo a lungo e non praticare sport che affaticano il braccio.
8. Non indossare gioielli stretti e in generale elastici che comprimono il braccio
9. Fai molta attenzione quando ti radi le ascelle, in modo da non provocarti piccoli tagli.
10. Non sollevare carichi pesanti con il braccio a rischio.
11. Quando viaggi in aereo indossa sempre una gomitiere compressiva (disponibile nei negozi di prodotti medici) per equilibrare gli sbalzi di pressione.
12. Evita prelievi di sangue dal braccio a rischio e fatti misurare la pressione dall'altro lato.



*Grazie
Jolanda!!!*

*Come molte di voi già sapranno,
Jolanda,
per motivi personali, ha sospeso
(speriamo momentaneamente!)
le sue innumerevoli attività in Andos.
A Lei va il ringraziamento di tutte noi
per la sua presenza costante,
premurosa e precisa.
Al suo numero di cellulare 3488857048,
ora, vi risponderà Giulia Paciaroni.*

Grazie ancora a Jolanda e un grazie
anche alle persone che si sono divise le varie attività
permettendo così di dare un seguito ai servizi che l'Andos offre a tutte le donne.

5 x 1000

per **A.N.D.O.S. COMITATO DI VERONA**
Associazione Nazionale Donne Operate al Seno



L'associazione **A.N.D.O.S. Onlus** ha lo scopo di promuovere, avviare e sostenere tutte le iniziative utili per la riabilitazione delle **donna operata al seno** e promuovere la conoscenza della **diagnosi precoce**.

Sostieni l'Associazione destinando la quota del **5 x mille** della tua imposta apponendo la firma sulla dichiarazione dei redditi nello spazio riservato a questa scelta.

A TE NON COSTA NULLA, A NOI PUOI DONARE TANTO

Firma e scrivi il codice fiscale **A.N.D.O.S. Verona**

Codice fiscale:

93049710234