

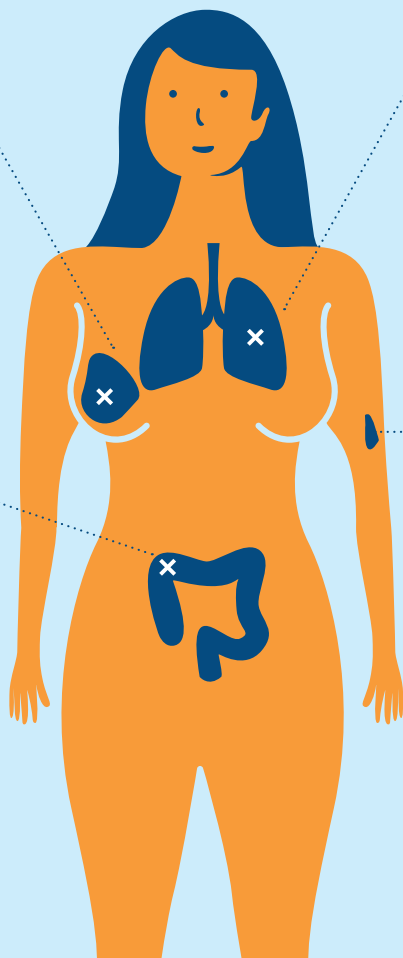
## Sintomi dei tumori più frequenti nella donna

### SENO

- Nodulo duro nel seno o sotto l'incavo del braccio
- Macchia rossa o eczema sulla pelle del seno
- capezzolo che cambia (taglia, colore) o perde liquido
- Differenze di misura tra i 2 seni

### COLON (INTESTINO)

- Sangue nelle feci che diventano rosse o nere
- Falso stimolo a defecare
- Cambiamenti nella consistenza delle feci: dure e/o liquide (alternanza tra costipazione e diarrea)
- Dolori continui al ventre



### POLMONI

- Tosse persistente dopo più di 4 settimane
- Aggravamento della tosse cronica
- Infezione dei polmoni che non guarisce malgrado gli antibiotici
- Sangue nel catarro
- Affanno non abituale nel salire le scale
- Dolori al petto

### PELLE

Macchia normale



Macchia da far controllare



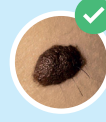
Forma regolare?



Bordi ben definiti?



Stesso colore ovunque?



Cambiamento di dimensione? Di forma? Di colore? Di spessore?

Se notate uno di questi sintomi, **questo non significa che avete un cancro**. Prendete un appuntamento con il medico per un controllo.

## Quel che potete fare ogni giorno per la vostra salute:



Camminate almeno 30 minuti



Mangiare 5 frutti e verdure



Limitatevi ad un bicchiere di vino al giorno



Protegetevi dal sole



Evitate di fumare

## Esame di controllo per il cancro al seno



Ho 50 anni o + e decido di farmi fare un controllo.



Chiamo la Fondazione vodese per la prevenzione del cancro (0848 990 990) che mi fissa un appuntamento per fare una mammografia vicino casa.



Ricevo i risultati via posta una settimana dopo:

- Se la mammografia è normale ricevo un invito per rifare il controllo tra due anni.
- Se la mammografia mostra un'anomalia chiamo il medico di famiglia che mi farà fare un esame complementare. Se non ho un medico, la Fondazione per la prevenzione del cancro prende contatto con me.



Fare questo controllo mi costa circa CHF 20.-; L'assicurazione malattia copre tutti gli altri costi.

## Esame di controllo per il cancro al colon



Ho 50 anni o + e decido di farmi fare un controllo.



Compilo un questionario con un professionista della sanità e, in seguito, ricevo un kit-test per la ricerca di sangue occulto nelle feci.



Faccio il test da sola a casa e lo invio al laboratorio in una busta fornita.



Ricevo i risultati via posta una settimana dopo:

- Se il test è normale, ricevo un buono per fare un nuovo controllo dopo 2 anni.
- Se il test rivela del sangue occulto nelle feci, chiamo il mio medico di famiglia che mi manderà a fare un esame complementare (colonscopia). Se non ho un medico curante, la Fondazione vodese per la prevenzione del cancro mi contatterà.



Fare questo controllo mi costa circa CHF 5.-. L'assicurazione malattia copre tutti gli altri costi.

*\*La colonscopia può essere scelta come primo esame di controllo del cancro del colon.*

Ho una domanda?  
Chiamo la Fondazione vodese per la prevenzione del cancro allo



0848 990 990



unisanté  
Centre universitaire de médecine générale  
et santé publique • Lausanne

Italian



Un cancro scoperto all'inizio della malattia aumenta le possibilità di guarigione!