



Canadian Cancer Society  
Société canadienne du cancer

## Di che cosa ci occupiamo?

Grazie al lavoro dei nostri volontari e del nostro staff e alla generosità dei nostri donatori, la Canadian Cancer Society sta aprendo la strada nella lotta contro il cancro. La Canadian Cancer Society:

- finanzia eccellenti ricerche su tutti i tipi di cancro
- supporta una politica indirizzata al pubblico attenta alla salute
- promuove stili di vita attenti alla salute per aiutare a ridurre il rischio di cancro
- fornisce informazioni sul cancro
- sostiene le persone che convivono con il cancro

Contattateci per ottenere informazioni sul cancro, per collegarvi con i nostri servizi di supporto o per effettuare una donazione.



Canadian Cancer Society  
Société canadienne du cancer

Eliminiamo il cancro una volta per tutte  
1 888 939-3333 | [www.cancer.ca](http://www.cancer.ca)

Queste informazioni generali sono state preparate dalla Canadian Cancer Society. Non intendono sostituire il consiglio di un operatore sanitario qualificato.

Il materiale contenuto in questa pubblicazione può essere copiato o riprodotto senza autorizzazione; tuttavia, deve usata la seguente citazione:

*Diagnosi precoce e screening: Scheda informativa per gli uomini.*  
Canadian Cancer Society 2008.

Early Detection and Screening: Facts for men - Italian XXXXXX © XXX 2008

# Diagnosi precoce e screening

*Scheda informativa per gli uomini*



Eliminiamo il cancro una volta per tutte  
1 888 939-3333 | [www.cancer.ca](http://www.cancer.ca)

## Diagnosi precoce e screening

### *Scheda informativa per gli uomini*

È difficile dire perché ad una persona viene il cancro e ad un'altra no. Può sembrare che il cancro non possa essere evitato, ma si possono fare cose per ridurre i rischi di contrarre la malattia. Innanzi tutto si può vivere uno stile di vita salutare e prendersi cura della propria salute.

Questo opuscolo descrive quattro tumori comuni negli uomini che possono essere individuati precocemente con esami di screening o chiedendo al vostro medico di controllare eventuali avvisaglie e sintomi: **alla prostata, testicolare, coloretale e alla pelle**. Molti sintomi possono essere causati da problemi molto meno seri del cancro. Consultate il vostro medico per esserne sicuri. In caso di mancata prevenzione del cancro, il trattamento ha più possibilità di riuscita se viene individuato precocemente.

## Diagnosi precoce e screening

**Per diagnosi precoce** s'intende individuare il cancro in una fase precoce. Quando il cancro viene scoperto precocemente, è spesso più facile da curare. La conoscenza dei sintomi e visite mediche regolari aiutano ad individuare il cancro precocemente. Siate consapevoli del vostro corpo e non ignoratene i cambiamenti. Riportando subito i sintomi al proprio medico, si può affrontare il problema con tempestività.

**Lo screening** è l'individuazione precoce del cancro mediante esami o controllando la malattia quando non si ha alcun sintomo. Molti tipi di tumori non dispongono di un esame di screening, ma alcuni tumori possono essere scoperti ancor prima di notare che ci potrebbe essere qualcosa che non va. I test di screening possono aiutare a scoprire il cancro nelle fasi più precoci e trattabili. Alcuni esami di screening possono anche aiutare ad individuare condizioni precancerose che possono essere trattate prima che si sviluppi un tumore. Se un esame di screening rivela qualcosa di insolito, saranno necessarie visite di controllo.

I programmi di screening che offrono esami di screening per certi tipi di cancro sono disponibili in tutto il Canada. I programmi possono variare da provincia a provincia. Questi programmi di screening sono offerti a persone di gruppi d'età specifici che non hanno alcun'avvisaglia o sintomo di cancro. Se avete familiarità per un tumore specifico, potete essere più a rischio di sviluppare il cancro e potete essere sottoposti a test ad un'età più giovane o più spesso. Parlate con il vostro medico e fatevi consigliare un piano personale di esami.

È importante sapere che nessun esame di screening per il cancro è accurato al 100%. Per esempio, un test di screening può a volte rivelare la presenza di un tumore quando non c'è, oppure non rivelare la presenza del cancro quando è presente. Ma, nel complesso, gli esami di screening sono salvavita.

## Cancro alla prostata

Il cancro alla prostata comincia nelle cellule della ghiandola prostatica. In Canada è il cancro più comune tra gli uomini e viene diagnosticato più frequentemente negli uomini oltre i 65 anni d'età. Gli uomini con familiarità per cancro alla prostata o gli uomini di origine africana sono a maggior rischio di sviluppare la malattia ad un'età più giovane.

### *Che cosa si può fare?*

Se avete 50 anni o più, parlate con il vostro medico: vi dirà i rischi e benefici associati agli esami per il cancro alla prostata.

Se siete a maggior rischio per il cancro alla prostata a causa di familiarità oppure se siete di origini africane, proponete la possibilità di cominciare gli esami ad un'età più giovane.

Questi esami possono essere usati per l'individuazione precoce del cancro alla prostata:

- **Esame rettale digitale (DRE):** esame fisico della ghiandola prostatica attraverso il retto. Il medico inserisce un dito con guanto nel retto per sentire se nella prostata vi sono noduli o qualcos'altro di eventualmente insolito.
- **Esame dell'antigene prostatico specifico (PSA):** esame del sangue che misura l'antigene prostatico specifico, una sostanza prodotta dalla prostata.

Gli esami del PSA e del DRE possono aiutare a rilevare precocemente la presenza del cancro alla prostata ma possono anche causare “falsi allarmi” o non accorgersi della presenza di un tumore alla prostata. In alcuni casi, questi esami possono individuare tumori alla prostata che potrebbero non rappresentare una seria minaccia per la vostra salute. È importante che parliate con il vostro medico dei rischi personali di sviluppo del cancro alla prostata e dei benefici e rischi degli esami.

### *A cosa prestare attenzione*

Questi segnali e sintomi potrebbero essere causati da cancro alla prostata o da altri problemi di salute, come una prostata infiammata o ingrandita. Consultate il medico se avete:

- il bisogno di urinare spesso, soprattutto di notte
- un intenso bisogno di urinare
- difficoltà a cominciare o fermare il flusso dell'urina
- un'incapacità ad urinare
- flusso di urina debole, diminuito o interrotto
- una sensazione che la vescica non si è completamente svuotata
- bruciori o dolori durante la minzione
- sangue nelle urine o nel liquido seminale
- eiaculazione dolorosa

## Cancro testicolare

Il cancro testicolare comincia nelle cellule di un testicolo. Anche se il cancro testicolare è abbastanza raro, gli uomini tra i 15 ed i 49 anni d'età sono a maggior rischio di svilupparlo. Il trattamento per il cancro testicolare ha di solito un ottimo esito, soprattutto se il tumore viene individuato precocemente.

### *Che cosa si può fare?*

Acquisite familiarità con i vostri testicoli e controllateli regolarmente. Il miglior momento per farlo è dopo un bagno o una doccia calda, quando i testicoli discendono ed i muscoli dello scroto sono rilassati. Consultate il vostro medico immediatamente se notate qualcosa d'insolito.

Sottoponetevi a controlli medici regolari effettuati dal vostro medico che comprendano un esame ai testicoli.

### *A cosa prestare attenzione*

Le seguenti avvisaglie e sintomi possono essere causati dal cancro testicolare o da altri problemi di salute. Consultate il medico se avete:

- un nodulo sul testicolo
- un testicolo dolorante
- una sensazione di pesantezza o trascinarsi nella parte inferiore dell'addome o allo scroto
- un dolore sordo nella parte inferiore dell'addome e all'inguine



## Cancro coloretale

La maggior parte dei tumori coloretali comincia nelle cellule che rivestono la parte interna del colon e del retto. È il terzo tumore più comune in Canada sia per gli uomini che per le donne. Il tumore coloretale spesso cresce lentamente ed in modo prevedibile. Potrebbe non causare alcun sintomo nelle fasi precoci perchè nella parte inferiore dell'addome (sotto la zona dello stomaco) un tumore ha tanto spazio per crescere ed espandersi. Gli esami di screening aiutano a scoprire il cancro coloretale prima che se ne sviluppino i sintomi. Di solito può essere trattato con esito positivo quando viene diagnosticato precocemente.

### *Che cosa si può fare?*

Se avete 50 anni o più, è consigliato un esame per la ricerca del sangue occulto fecale (FOBT) almeno ogni 2 anni. Quest'esame controlla la presenza di sangue nelle feci visibile solo al microscopio. Il sangue nelle feci non è sempre sintomo di cancro. Potrebbero esserci altre cause - per esempio, polipi (escrescenze carnose non cancerose), ulcere o anche emorroidi.

Se l'FOBT rivela tracce di sangue nelle feci, fra i test di controllo consigliati s'includono:

- **Colonoscopia:** un test che consente al medico di vedere il rivestimento dell'intero colon usando un tubo sottile e flessibile con una luce ed una videocamera all'estremità.
- **Sigmoidoscopia:** un test che consente al medico di vedere il rivestimento del retto e la parte inferiore del colon usando un tubo sottile e flessibile con una luce ed una videocamera all'estremità.

- **Clisma al bario con doppio contrasto:** una radiografia del colon e del retto che usa un colorante speciale (chiamato bario) che aiuta il medico a vedere il rivestimento del colon più chiaramente.

Se confrontati alla media, alcuni uomini sono più a rischio di contrarre il cancro colorettales. Parlate con il vostro medico di quando e quanto spesso dovrete sottoporvi ai test se avete:

- un genitore, fratello, sorella o figlio con cancro colorettales (soprattutto se il parente lo ha contratto prima dei 45 anni d'età)
- anamnesi personale di cancro colorettales
- una diagnosi precedente di malattia infiammatoria intestinale o polipi
- una condizione ereditaria come una poliposi adenomatosa familiare (FAP) o cancro del colon ereditario non poliposico (HNCC)

### ***A cosa prestare attenzione***

Le seguenti avvisaglie e sintomi possono essere causati dal cancro colorettales o da altri problemi di salute. Consultate il medico se avete:

- un senso di malessere generale all'addome (gonfiore, senso di pienezza, crampi)
- un cambiamento nelle abitudini intestinali, come diarrea o costipazione, senza alcun motivo apparente
- sangue nelle feci (rosso vivo o molto scuro)
- feci che sono più assottigliate del solito
- un urgente bisogno di andare di corpo
- la sensazione che la vescica non si è completamente svuotata

- nausea o vomito
- affaticamento (sentirsi molto stanchi)
- perdita di peso

## **Cancro alla pelle**

I diversi tipi di cancro alla pelle (a cellule basali, cellule squamose e melanoma) cominciano in diversi tipi di cellule della pelle. I carcinomi della pelle a cellule basali e cellule squamose sono molto comuni in Canada ma entrambi i tipi possono essere trattati facilmente e con successo.

### ***Che cosa si può fare?***

La migliore maniera per prevenire il cancro alla pelle è quella di proteggersi dal sole. Ecco alcuni consigli su come esporsi al sole in tutta sicurezza:



- Proteggete voi stessi e la vostra famiglia particolarmente tra le 11 del mattino e le 4 del pomeriggio quando i raggi del sole hanno la massima intensità, o in qualunque altro momento della giornata quando l'indice UV è 3 o superiore. State all'ombra - sotto gli alberi, un tendone od un ombrellone - e cercate di programmare le attività all'aria aperta prima delle 11 del mattino o dopo le 4 di pomeriggio.
- Copritevi le braccia, le gambe e la testa. Scegliete abiti che siano ampi, a trama fitta e leggeri. Non dimenticate il cappello per proteggere la testa, il viso, le orecchie ed il collo.
- Usate una crema solare con un fattore di protezione solare (SPF) 15 o superiore. Non dimenticate di applicare la protezione solare nei giorni nuvolosi e durante l'inverno.

- Portate gli occhiali da sole per aiutare a prevenire danni agli occhi. Scegliete occhiali con schermatura uniforme, lenti medio-scure e protezione UVA e UVB.
- Evitare l'uso di apparecchiature per l'abbronzatura. Proprio come il sole, le lampade abbronzanti e le lampade solari producono raggi ultravioletti che possono causare scottature solari, danneggiare la pelle ed aumentare il rischio di cancro alla pelle.
- Controllate la vostra pelle regolarmente. Acquisite familiarità con la vostra pelle e riferite eventuali cambiamenti al vostro medico.

### ***A cosa prestare attenzione***

Le seguenti avvisaglie e sintomi possono essere causati dal cancro alla pelle o da altri problemi alla pelle. Consultate il medico se avete:

- nevi congeniti o nei che cambiano forma, colore o dimensione
- ferite che non guariscono
- parti della pelle che sanguinano, causano prurito o diventano arrossate e gonfie



## **Come ridurre il rischio di contrarre il cancro**

I media riportano innumerevoli informazioni sulla salute, alcune delle quali sono ambigue o perfino contrastanti. Quello che sappiamo è che si può ridurre l'eventualità di contrarre il cancro facendo scelte salutari ogni giorno. Almeno la metà di tutti i tumori possono essere prevenuti mediante uno stile di vita salutare e politiche che proteggono la salute dei canadesi. Si può:

- Non fumare ed evitare il fumo passivo.
- Mangiare da 5 a 10 porzioni di verdura e frutta al giorno. Scegliere alimenti ad alto contenuto di fibre e a basso contenuto di grassi. Se consumate bevande alcoliche, limitatevi ad 1 o 2 bevande al giorno.
- Fate attività fisica regolarmente. Questo vi aiuterà anche a mantenere un giusto peso corporeo.
- Proteggete voi stessi e la vostra famiglia dal sole, particolarmente tra le 11 del mattino e le 4 del pomeriggio quando i raggi del sole hanno la massima intensità, o in qualunque altro momento della giornata quando l'indice UV è 3 o superiore. Controllate regolarmente la vostra pelle e riferite eventuali cambiamenti al vostro medico.
- Seguite le linee guida per lo screening del cancro. La conoscenza della vostra familiarità per il cancro aiuterà voi ed il vostro medico a decidere quale programma personale di esami scegliere.
- Andate dal medico o da un altro operatore sanitario se notate un cambiamento nel vostro normale stato di salute.
- Seguite le istruzioni per la salute e la sicurezza sia a casa che sul luogo di lavoro quando utilizzate, conservate o smaltite materiali pericolosi.



