La prevenzione dei tumori nella donna

Nonostante i grandi progressi nella cura dei tumori che vediamo in questi anni è importante ricordare che gran parte della lotta contro il cancro si realizza con la prevenzione. In particolare la prevenzione si può ottenere con un adeguato stile di vita, evitando sostanze nocive (il rischio di ammalarsi di tumore del polmone per un fumatore è 250 volte maggiore che in un non fumatore!) e con una adeguata alimentazione ma, purtroppo, non è sempre facile riuscire in questi propositi anche perché viviamo in un mondo molto poco sano.

Segnalo come una passeggiata prolungata in centro a Milano equivalga al fumo di alcune sigarette e anche nelle nostre zone la situazione non è migliore.

Quindi dobbiamo puntare sull'individuazione delle condizioni che aumentano il rischio di tumore e, in questo, l'apparato genitale femminile è particolarmente adatto; l'esecuzione del pap test è l'esempio più importante di efficace prevenzione anche se solo limitata al collo dell'utero.

Vediamo quali sono i rischi di ammalarsi di tumore per la donna: **il tumore dell'ovaio colpisce una donna ogni 70** e spesso viene diagnosticato in fase avanzata, **il tumore dell'endometrio** (che è la mucosa interna dell'utero, quella che sanguina con le mestruazioni) **colpisce una donna ogni 12, il tumore del collo dell'utero** (che è la parte dell'utero che si affaccia in vagina) **si rileva in una donna ogni 16, il tumore della mammella compare in una donna ogni 10.** Sono cifre impressionanti sulle quali, però, si può ottenere una significativa modificazione del rischio con controlli periodici; programmi di screening efficaci, come quello che è in corso nella nostra A.S.L., possono ridurre il rischio di tumore del collo dell'utero a un tumore ogni 70 donne, non tanto perché si identificano i tumori iniziali quanto perché è possibile rilevare le alterazioni del collo dell'utero che aumentano il rischio di tale tumore, inoltre, associando al pap test la ricerca del Papilloma Virus si può ottenere, su base individuale, un ulteriore sensibilità rilevando le donne che pur avendo un pap test nella norma sono comunque ad alto rischio.

Nel caso del tumore dell'ovaio non esistono test specifici applicabili sulla popolazione generale ma è importante ricordare come la sola visita ginecologica sia molto poco utile nell'identificare masse (che siano tumori o no) delle ovaie e quindi è più vantaggioso sottoporsi ad ecografia vaginale annuale.

Anche nel tumore dell'endometrio non esistono ancora efficaci screening di massa ma, anche in questo caso, una ecografia trans vaginale annuale è molto utile per rilevare alterazioni potenzialmente pericolose. Nel tumore della mammella si rivela molto utile lo screening mammografico, con il quale con una tecnica radiologica che è la mammografia si può ottenere una consistente riduzione nell'incidenza nella popolazione.

Quindi il modo migliore per evitare brutte sorprese è sottoporsi a controlli periodici che possono essere più completi del solo pap test annuale e con i quali si possono rilevare molte altre condizioni pericolose ma risolvibili senza importanti disagi. Forse la più importante novità di questi ultimi tempi è proprio la ricerca del Papilloma Virus, infatti è ormai chiaro che alcuni sottotipi di questo virus (non tutti!) aumentano il rischio che frequenti alterazioni del collo dell'utero possano diventare pericolose, quindi la ricerca di tale virus eseguita durante il Pap test può fornire utili informazioni sul rischio che quella data donna ha di avere un tumore del collo dell'utero e per la quale possono essere utili controlli più frequenti.

In medicina il panorama è in continua evoluzione e diventano possibili cose che, fino a ieri, sembravano impossibili ma è importante ricordare come nella vita di tutti i giorni la cosa più importante sia tenere sempre bene presente che la salute è un bene che dipende in larga parte da noi stessi.

Dott. Enrico Di Mambro
Primario Ostetricia e Ginecologia
Ospedale di Adria

ANCORA SUI RIFIUTI

ROSOLINA ricicla 1/3 di quanto riciclano i cittadini del comune di LOREO. Non c'è da stare allegri, la disfunzione viene e verrà pagata sempre più cara dai cittadini. Non sembra che ci siano segni di radicale miglioramento della situazione. Necessita sicuramente un cambiamento di rotta da parte di chi dirige il settore.

La voce di amministratori: "Abbiamo convocato riunioni in tutto il territorio, mandato lettere informative con disegni esplicativi, messo cassonetti, istituito le isole ecologiche a Rosolina e al mare. Controlleremo coloro che hanno dichiarato di effettuare il compostaggio domestico ricevendo lo sconto del 20% sulla T.I.A. (Tariffa Igiene Ambientale) -sono 710 famiglie-.

La parola di cittadini: "se venisse istituita la raccolta rifiutiporta a porta si raggiungono buoni risultati creando conoscenza e coscienza ecologica.... - Chi ha l'incarico di emanare direttive sulla politica dei rifiuti ha mai messo il naso dentro i cassonetti? Ha mai osservato le cosidette isole ecologiche?".

Il nostro paese *"UNO DEI CENTO COMUNI DELLA PICCOLA GRANDE ITALIA"* non fa bella figura e non soltanto nei confronti di Loreo.

R.C.

El cocon

Mi co me levo
me fasso la dressa
e po' co la dressa
me fasso el cocon;

sul viso me meto
la cipria e 'l beleto
e quando so bela
me sento al balcon;

a vardo la piassa
me ocio el moroso
cussì se me sposo
no vago in canon.*

Co riva la sera
me vardo in t'el specio
me molo la dressa
me desfo el cocon.

*andare in canon = andare in semenza, sfiorire.

Da "Vecchie Cante di Rosolina" di dott. Giuseppe Avanzi

LÈGGERE

di Aurora Favero

C. B. Divakaruni, **SORELLA DEL MIO cuore**, Einaudi, E 14 .

Nella Calcutta degli anni ottanta, Anju e Sudha crescono come gemelle in una grande casa pregna di storie.

La loro famiglia è tutta al femminile: nonne, mamme e zie le circondano di silenzioso affetto e di amorosa protezione. Le due bambine sviluppano una fortissima affinità e un'amicizia straordinaria, un sentimento intensissimo che le aiuterà a sopportare le delusioni dell'adolescenza, le fatiche del vivere quotidiano, le ingiustizie sociali e la lontananza.

La storia di un'alleanza che va oltre i legami di sangue, sullo sfondo di un'India fatta di tradizioni e contraddizioni.

Aurora Favero

T. Terzani, **UN INDOVINO MI DISSE,** Ed. Tea E 8,00

Nel 1976 un indovino cinese avverte Tiziano Terzani, corrispondente dall'Asia del settimanale tedesco "Dear Spiegel", che nel 1993 avrebbe corso un grande rischio di morire e precisimante gli consiglia di non volare per quell'intero anno.

Terzani non credeva agli indovini e dimentica la profezia sino alla fine del '92, quando, stanco e dubbioso del suo lavoro, ripensa alle parole dell'indovino e decide di fermarsi per un po'. Continua a lavorare senza mai prendere aerei per un anno.Il risultato di questa esperienza è questo libro, un po' autobiografia e racconto di viaggio.

Fiorella Giolo

AVVISO AI POSSESSORI DI LIBRETTI AL PORTATORE

Dal prossimo 31 gennaio, chi possiede un libretto al portatore con una somma depositata maggiore di 12.500 Euro rischia una multa fino a 2.600 Euro.

Questa la novità che interessa i risparmiatori italiani, e che é "frutto" della ricezione della direttiva comunitaria antiriciclaggio.

Non si conosce esattamente il numero di coloro interessati dal provvedimento. All'ABI spiegano infatti che "non esistono dati, nè numeri, nè l'ammontare dei libretti al portatore", ma esiste soltanto il dato complessivo di tutti i libretti, troppo vasto per dare un quadro specifico di quelli al portatore.

Se si possiede quindi un libretto al portatore con un saldo superiore ai 12.500 Euro, bisogna correre ai "ripari" entro la fine del mese: convertendo il libretto al portatore in un libretto nominativo, oppure ritirando dal libretto l'importo eccedente i 12.500 Euro previsti.