

# Tumore della mammella



Si scrive screening  
si legge prevenzione dei tumori.



REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA



*Ministero del Lavoro,  
della Salute e delle Politiche Sociali*



[www.regione.sardegna.it](http://www.regione.sardegna.it)

[www.lilt.it](http://www.lilt.it)

[www.ministerosalute.it](http://www.ministerosalute.it)



# Tumore della mammella

COMBATTERE I TUMORI È POSSIBILE.

Campagna di sensibilizzazione allo screening per la prevenzione del tumore della mammella promossa dalla Regione autonoma della Sardegna in collaborazione con il Ministero della Salute e con la Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori



## Cos'è il tumore della mammella?

È il tumore più diffuso fra le donne nei Paesi occidentali: si stima che una donna su 10 lo svilupperà nel corso della sua vita. D'altro canto, è anche uno dei tumori che possono essere scoperti precocemente, grazie alla mammografia.

## Come si può diagnosticare precocemente il tumore della mammella?

La mammografia permette di individuare il tumore in una fase molto precoce, in cui può essere curato efficacemente. Va eseguito ogni due anni a partire dai 50 anni. L'80-90% delle donne con un tumore di piccole dimensioni e senza linfonodi colpiti può guarire definitivamente.

## Cos'è la mammografia?

È una radiografia delle mammelle, che vengono appoggiate una per volta su un piano: qui vengono radiografate in senso orizzontale e verticale, mediante compressione. La manovra dura pochi secondi, ma può risultare fastidiosa. Tuttavia è necessaria per la buona riuscita dell'esame. I moderni mammografi emettono dosi molto basse di raggi X, con rischi quasi nulli per la salute.

## La mammografia va fatta anche in assenza di disturbi?

Sì, perché in questo modo si possono individuare anche alterazioni piccolissime, altrimenti invisibili perché prive di sintomi.

## Dove si può fare la mammografia?

Nella Regione Sardegna sono attivi programmi di screening per la diagnosi del tumore della mammella. Ogni ASL spedisce una lettera di invito a tutte le donne residenti, di età compresa tra i 50 e i 69 anni, con la data, l'orario e la sede dell'appuntamento. L'esame è gratuito e non occorre la richiesta del medico.

## Se la mammografia risulta normale?

Il Centro Screening invia l'esito per posta con il consiglio di ripetere l'esame dopo due anni.

## E se la mammografia mostra qualche alterazione?

Quando vi sono dubbi o si evidenziano alterazioni anche minime, la donna viene richiamata per eseguire altri accertamenti che servono a confermare o escludere la presenza di tali alterazioni.

## La mammografia è un esame affidabile?

Sì, la mammografia permette di vedere anche piccolissime alterazioni. Anche in caso di esito negativo, è possibile che compaia un tumore in fase iniziale prima del controllo successivo. Si consiglia perciò di controllare da sole il proprio seno, in attesa di ripetere l'esame dopo due anni, facendo attenzione ai seguenti cambiamenti:

- Modificazioni della grandezza o della forma dei seni o presenza di arrossamento;
- Retrazione della cute o del capezzolo;
- Secrezione di liquido dal capezzolo;
- Noduli o aumento di consistenza di una parte del seno.

Non è detto che la presenza di uno o più di questi segni abbia un significato: è comunque opportuno consultare il proprio medico o rivolgersi al Centro Screening. La presenza del solo dolore a uno o ad entrambi i seni non rappresenta di solito un sintomo importante e non deve quindi allarmare.

## Come si esegue l'autoesame del seno?

1. Porsi in piedi davanti allo specchio.
2. Osservare ogni singolo seno allo specchio, tenendo le braccia abbassate.
3. Controllare se ci sono eventuali cambiamenti di grandezza e di forma o alterazioni della cute e del capezzolo.
4. Alzare le braccia a portarle dietro la testa, osservando se ci sono retrazioni della cute o del capezzolo.
5. Sdraiarsi, meglio se su un piano rigido, portando il braccio sotto la testa dalla parte del seno da esaminare. Scorrere dolcemente le dita ben tese e la mano piatta sul seno con piccoli movimenti dall'esterno verso l'interno.
6. Eseguire gli stessi movimenti per l'altro seno.