"Se vuoi un anno di prosperità, fai crescere il grano

Se vuoi dieci anni di prosperità, fai crescere gli alberi

Se vuoi cent'anni di prosperità, fai crescere le persone."











Ringraziamo le aziende che con il loro contributo ci permettono di crescere giorno per giorno e portare avanti iniziative come questo giornale.







IN COPERTINA

"Senilità" opera di Vincent Van Gogh "LA BERCEUSE" (Augustine Roulin)



COMITATO SCIENTIFICO

Barni Sandro Bonetti Luisa Cazzaniga Marina Cremonesi Marco Mandalà Mario

COMITATO DI REDAZIONE

Bonetti Luisa Baccalà Monica Cazzaniga Marina Ceriani Vanda

DIRETTORE RESPONSABILE

Frigerio Angelo

VICEDIRETTORE

Cremonesi Marco

SEGRETERIA

Baccalà Monica Tel. 0363-314138 Fax 0363-314121 marketing@fili-frigerio.it

PROGETTO GRAFICO

Studio Origgi Via Mac Mahon, 78 - 20155 MILANO staff@studiooriggi.it

REALIZZAZIONE GRAFICA

Fiorenzo Venturini Viale Buonarroti, 5 - 24047 Treviglio (Bg)

Tipocarto Via L. D a Vinci - 24043 Caravaggio (BG)

Associazione "Amici di Gabry" ONLUS Via Matteotti, 125 - 24045 Fara G. d'Adda (BG)

N. AUTORIZZAZIONE 34

Del 06 Luglio 2001 Tribunale di Bergamo

SOMMARIO









EDITORIALE

"Associazione amici di Gabry: uno spazio aperto di accoglienza e di ascolto"



SPAZIO MEDICO

Dopo la terapia: cos'è il Follow-up? Dott. Marco Cremonesi



SPAZIO ASSOCIAZIONE

Gocce d'Acqua ... Angelo Frigerio



DALLA PARTE VOSTRA

Le Vostre lettere

Maria, Silvana, Kristina, Romina



SPAZIO PSICOLOGICO

Rischiarati da una nuova luce Dott. Luisa Bonetti



SPAZIO TECNICO

Quando la ricostruzione è un'arte ...



L'INTERVISTA

Intervista a Cristina Parodi Monica Baccalà



SPAZIO SALUTE

Riflessologia plantare e chemioterapia



Chiara Piasco

SPAZIO CULTURA

Il presepe e la tradizione natalizia

Michela Colombo



Intervista a pag. 16

Cristina Parodi Giornalista e presentatrice televisiva







ASSICURAZIONI GIANFRANCO FERRI Consulenze Assicurative & Finanziarie

DA NOI LA DONNA PAGA MENO & LE ASSICURAZIONI VALGONO DI PIU'! CI CONTATTI!!

Via Abate Crippa, 424047 Treviglio (Bg) - Tel. 0363-48.651 - Fax 0363-48.821 SUBAGENZIA Melzo (Mi) - Piazza Risorgimento 3/5 - Tel. 02-95.710.736 - Fax 02.95.738.998





ASSOCIAZIONE AMICI DI GABRY

Tel. e Fax 0363 305153 e-mail: info@amicidigabry.it www.amicidigabry.it

CHI INCONTRATE?

Donne disponibili all'ascolto Medico Specialisti del settore: Oncologo, Senologo, Esperti di Medicina Alternativa Psicologo

DOVE SIAMO

"Associazione Amici di Gabry' V.le Oriano, 20 24047 Treviglio (BG)

VIENI A CONOSCERCI, TI ASPETTIAMO!

Ci riuniamo e ti aspettiamo il lunedì - mercoledì - giovedì dalle 9:30 alle 11:30 e tutti i sabati

COLLABORAZIONE

Se diventi socio/a sostenitore, anche con un piccolo contributo, potenzierai il progetto che coinvolge ognuno di noi.

ASSOCIAZIONE "AMICI DI GABRY" ONLUS

Sede legale: Via Matteotti, 125 24045 Fara G. d'Adda P.I.: 02645050168 c/c bancario 210230/31 c/o Credito Cooperativo di Treviglio ABI 08899 - CAB 53643 c/c postale 16386245 ASSOCIAZIONE AMICI DI GABRY: UNO SPAZIO APERTO DI ACCOGLIENZA E DI ASCOLTO

Siamo giunti ad un punto tale del lavoro fatto insieme, che ci sembra giusto esprimere le nostre sensazioni, i desideri, gli obiettivi per il futuro.

Sono passati ormai più di quattro anni dalla costituzione dell'Associazione "Amici di Gabry", inizialmente c'erano solo otto persone attive, poi le braccia che lavorano, i cuori che ascoltano e le menti che organizzano si sono moltiplicati, fino ad arrivare ai giorni nostri con circa duecento soci tra uomini e donne.

Il supporto dei medici ha attribuito al progetto un profilo tecnico-scientifico di grande valenza, e la collaborazione con il giornale divulgativo "Amici di Gabry progetto di vita", ha aiutato i pazienti e le loro famiglie a guardare al di la del camice, a considerare gli oncologi come uomini oltre che come specialisti.

Medici e soci hanno reso concrete iniziative coinvolgenti come la vendita dei nostri oggetti personalizzati e dei fiori sui banchetti, le cene in allegria tutti insieme, il fantastico Green Day a Castel Cerreto che ha permesso l'acquisto di un automezzo utile al trasporto di alcuni pazienti che necessitano della radioterapia, dall'Ospedale di Treviglio a quello di Bergamo.

Tutto ciò è il risultato di un'organizzazione seria e di un grande impegno da parte di tutti noi, per cui la sede dell'Associazione è diventata punto nevralgico di idee, scambi di opinione, realizzazione di lavori manuali frutto delle abilità artistiche delle nostre donne.

Per questo, è desiderio da parte di tutti che la sede diventi un luogo in cui si possono trovare momenti di serenità, di libertà nel raccontare le proprie emozioni, perché la condivisione del proprio vissuto e il confronto reciproco rendono ogni donna più forte; comprendiamo, così, che non siamo sole davanti al dolore, ma spesso le sensazioni che proviamo in prima persona sono le stesse che prova la nostra amica seduta accanto a noi.

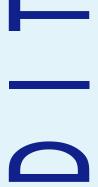
I rapporti di amicizia che si vengono a creare,fanno crescere sempre di più il desiderio di aiutare gli altri, affinchè la prossima donna che scenderà le scale e varcherà la soglia della sede, trovi anch'essa delle braccia aperte, delle mani tese, pronte a trasformare quelle lacrime in desiderio di tornare a vivere.

Gruppo di donne della associazione "Amici di Gabry"



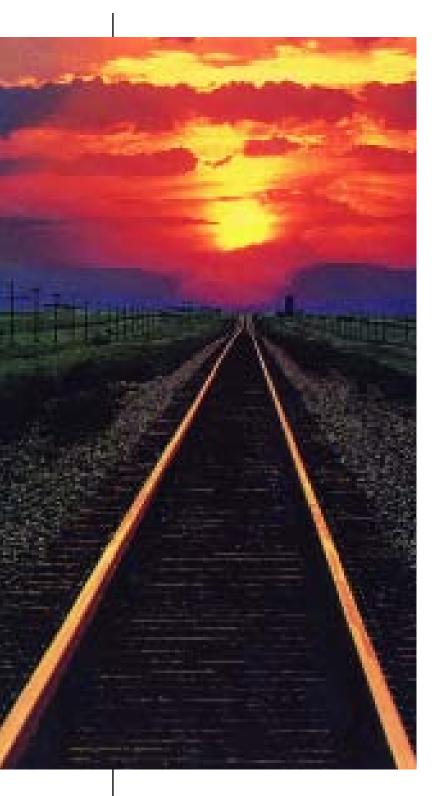








Dopo la terapia: che cos'è il 'Follow up



E' un termine anglosassone per indicare "Periodici controlli clinici nei pazienti affetti da neoplasie, durante e dopo il trattamento".

e pazienti che hanno terminato la chemioterapia, oppure quelle pazienti che dopo l'intervento chirurgico non sono candidate ad una chemioterapia, ma solo a terapia ormonale o a nessuna terapia vengono avviate ad eseguire controlli periodici.

A cosa servono questi controlli? I controlli a scadenze fisse servono a monitorare la paziente nel dopo terapia, ma soprattutto vengono eseguiti per scoprire una eventuale ripresa di malattia a carico della mammella residua, nelle pazienti che hanno eseguito un intervento conservativo, oppure dell'ascella operata o della zona pericicatriziale nelle pazienti sottoposte a intervento demolitivo. Gli unici esami utili, pertanto, risultano essere la visita clinica e la mammografia.

Tutti gli altri esami, dalla scintigrafia ossea alla RX torace, o all'ECO addominale, non sono utili durante il follow up, in quanto scoprire prima che diventi sintomatica una lesione polmonare o epatica non porta ad un miglioramento nell'attesa di vita della paziente.

E' tuttavia difficile, come tutti noi sappiamo dalla pratica clinica quotidiana, spiegare e soprattutto fare accettare alla paziente il concetto che trovare prima una lesione secondaria non serve a curarla meglio. Le scadenze del follow up, e gli esami da eseguire, vanno pertanto spiegate e motivate alla paziente, in modo da renderla partecipe delle scelte che verranno effettuate.

Gli esami periodici sono inoltre spesso accompagnati da un grande stato d'ansia da parte delle pazienti, che lo vivono come il momento della prova, il momento in cui si ritrovano a fronteggiare la propria malattia.

Con quale frequenza bisogna eseguire gli esami di follow up?

Le indicazioni scientifiche internazionali suggeriscono l'esecuzione della visita clinica ogni 3-6 mesi durante i primi 2 anni dopo l'intervento, quindi ogni 6-12 mesi negli anni successivi, mentre la mammografia deve essere eseguite una volta all'anno a partire dall'intervento chirurgico e comunque 6 mesi dopo la fine della radioterapia in quelle pazienti che sono state sottoposte a tale trattamento.

Le pazienti, inoltre, dovrebbero essere educate e aiutate a eseguire una corretta autopalpazione una volta al mese e a controllare segni e sintomi che possono far pensare ad una ripresa di malattia in altra sede.

E' comunque evidente che esami più approfonditi quali radiografie, ecografie e scintigrafia ossea, vanno proposti alle pazienti con sintomi di possibili metastasi a distanza.

Gli oncologi italiani, nel 1996, hanno prodotto delle linee-guida, cioè delle indicazioni per eseguire un corretto follow up:

- L'elemento centrale del Follow-up è il controllo clinico almeno due volte all'anno per i primi 5 anni dopo l'intervento, poi il controllo clinico diventa annuale.
- L'unico esame consigliato è la

mammografia annuale.

- Tutti gli altri esami non devono essere utilizzati in uno schema prefissato, perché non vi sono prove della loro utilità.
- Il follow-up deve tenere conto della centralità della paziente che ha diritto ad una figura di riferimento (Medico specialista o Medico di medicina generale), che ha diritto ad una informazione competente, interdisciplinare, non contraddittoria ed umanamente partecipe, che ha diritto ad una facilità di accesso ai controlli in tempi e modi dedicati senza difficoltà burocratiche.
- Si possono definire follow-up intensificati diversi in sottogruppi di pazienti afferite a protocolli di ricerca o in pazienti a diverso rischio di recidiva

Un corretto follow up diventa pertanto un insostituibile strumento per il medico nel controllo delle riprese di malattia a livello mammario o ascellare e per la paziente l'occasione di rinsaldare quel filo unico che la lega al proprio medico, evitando inutili ansie e preoccupazioni.

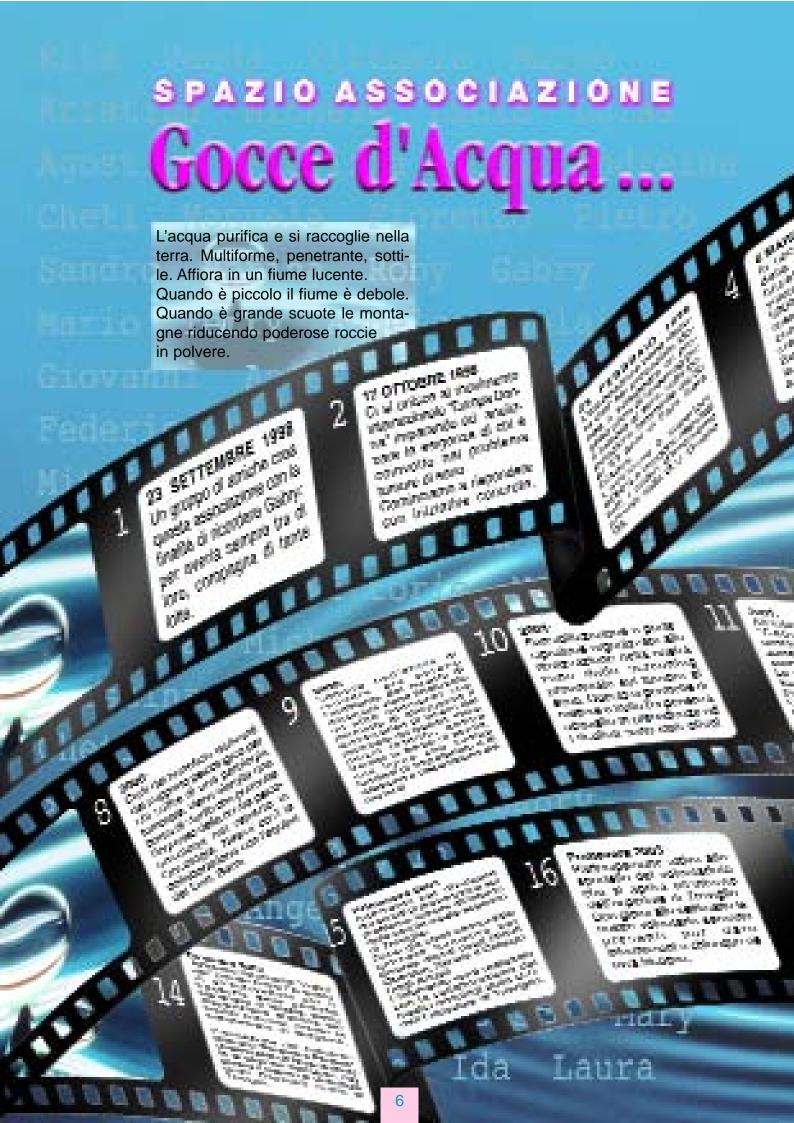
21 DICEMBRE

Premiazione del concorso letterario "Percorsi e Pensieri"

Ti aspettiamo all'Open Day presso il reparto di oncologia degli ospedali riuniti di Treviglio

> Marco Cremonesi Medico Oncologo U.O. di Oncologia Medica Treviglio







Le Vostre lettere

Lettera ai medici ...

Carissimi Medici Oncologi,

sono più di due anni che lavoro accanto a voi avendo il tempo e la possibilità di osservare la serietà e la professionalità con le quali seguite quotidianamente i pazienti affidati alle vostre mani. Però prima di essere medici siete persone e come tutti noi avete le vostre giornate difficili. Ho visto come rimanete male quando un paziente non risponde ad un trattamento e quanto siete soddisfatti quando invece risponde positivamente ad una terapia che avete scelto per lui. Spero di avere ragione dicendo che tutti noi che lavoriamo in oncologia lo facciamo per aiutare questi pazienti che sono "MOLTO particolari", spesso impauriti, preoccupati ed ansiosi. E se vi chiedo di dedicare qualche minuto a loro, fuori programma, è perché so che in quel momento quel paziente ha TANTO bisogno di quella rassicurazione che solo il suo medico oncologo può dargli. In certe occasioni la migliore medicina per questi pazienti sono queste preziose parole che solo voi potete pronunciare.Più che in tanti altri reparti, i nostri pazienti mettono le loro vite nelle vostre mani. Se certe volte sono pretenziosi è perché si fidano di voi: se non possono sentire le vostre parole rassicuranti, dove devono andare per essere consolati? Siete persone speciali e preziose per questi pazienti e la disponibilità che vi chiedo è per loro, non certo per me stessa!

Dott. Barni, io credo che lei possa essere molto contento del reparto che dirige.

Sento ogni tanto i pazienti che arrivano da noi da altre strutture lamentandosi del modo in cui sono stati trattati; non credo che noi abbiamo mai perso pazienti per questo motivo.

Auguro a tutti voi medici di continuare in futuro il gran lavoro che avete fatto fino ad adesso. Vi ringrazio di cuore per tutto quel che state facendo.

Arrivederci a domani. Kristina

Per prima cosa vorrei fare un caro saluto a tutte le lettrici del giornale Amici di Gabry.

Anch'io come tante altre donne colpite da tumore al seno vorrei portare tramite la rivista un mio piccolo pensiero. Quello che voglio dire alle donne colpite da questa malattia è di reagire, di non abbattersi per non sentire della compassione delle persone che per me è una cosa sgradevole e mi fa sentire inutile. Vi chiederete come, cercando di riempire le giornate, facendo cose che vi piacciono di più programmando dei viaggi nell'arco dell'anno. Perché credetemi viaggiare è una cosa bellissima oltre che scoprire le meraviglie delle città si conosce gente nuova, dove si possono creare nuove amicizie.

Il bello di questi viaggia è poi il ritorno a casa perché ci si sente ricaricate e pronte per affrontare la vita di tutti i giorni.

Maria

Il mio albero

Di tutti gli anni che ho passato a scuola mi sono rimaste molto impresse le lezioni del mio professore di religione.

Il caro professore un giorno ci disse: "disegnate un albero ...". Fui molto contenta di quel compito perché sono molto più brava ad esprimermi col disegno piuttosto che con le parole. Così disegnai il mio albero. Aveva un tronco sottile, ma radici profonde e impiantate nel terreno, aveva rami esili, ma aperti al cielo e a tutto il mondo. Era un albero molto bello, forse un po' troppo delicato e sottile però mi piaceva molto. A quardarlo mancava ancora qualcosa ... ma certo! I fiori e i frutti. Ci pensai un attimo e poi decisi di non disegnarli. Lo lasciai così. Un giorno sarebbero cresciuti. Passò un po' di tempo, forse due o tre anni e sono successe tante cose. Nel frattempo ho conosciuto la persona alla quale voglio dedicare la mia vita e con la quale dividere tutte le gioie che Dio vorrà darmi. Era tutto splendido e se avessi pensato a disegnare il mio albero sarebbe stato più bello che mai perché la mia anima amava.

Quest'anno è successo qualcosa che ha interrotto la mia vita ferendomi profondamente.

Ho disegnato il mio albero. Ha ancora radici profonde ben piantate nel terreno quindi non cadrà. Fortunatamente è cresciuto in una terra molto fertile. Ci sono fiori, colori, armonia e bellezza proprio come quello c'è nella mia famiglia e nelle persone che mi stanno vicino e che mi vogliono bene. Ma per sopravvivere non basta solo la terra c'è bisogno anche della pioggia. Ma non è acqua quello che lo nutre ... e le nuvole non sono nuvole bianche o azzurre o grigie. Sono rosse e lo bombardano di pioggia chimica. Si chiama chemioterapia. L'albero ha cambiato il suo colore naturale dalle punte alle radici. I rami sono ricresciuti, freddi e spogli perché tutte le foglie stanno cadendo ai suoi piedi proprio come i miei bellissimi capelli. Il tronco ha un nodo e manca un ramo. C'è anche una lunga cicatrice nella corteccia è troppo profonda e purtroppo rimarrà per sempre. Il tempo la renderà invisibile agli altri, ma non a

Adesso non è un granchè. Non è più lui. E' brutto ... innaturale ..., però è vivo. E farà di tutto per ritornare bello come prima. Anzi di più. Perché? Perché ama la vita e quel sole meraviglioso che non posso dimenticare nel mio disegno. E' il dono più importante anche se se ne sta in un angolino del cielo in quanto le nubi ne hanno occupato gran parte e si impegna a tenerlo in vita, senza accorgersene, dandogli luce, colore, forza e amore, proprio quello che Marco mi trasmette ed io ho tanto bisogno di lui.

Romina

"Ciò che il tumore mi ha dato"

Col tumore; finalmente riesco ad essere me stessa ... più coerente.

Per me, è sempre stato difficile esserlo, da anni adattavo il mio essere per gli altri, non mi conoscevo e quel poco di me che affiorava lo nascondevo, era troppo poco, niente di eccezionale, mi imbarazzava.

E poi ho scoperto di avere un nodulo al seno. Il Tumore!

La coscienza non arriva subito, per qualche tempo galleggi tra disperazione e speranza, senza renderti ben conto di quel che sta succedendo.

In queste condizioni; in questa pausa di vita ... di dolore, "L'IO" si sbarazza di ogni velo, torna a galla, finalmente vedi chi sei realmente, conosci la debolezza, la forza ed il coraggio che non sapevi di avere; guardi indietro la vita passata "normalmente, quasi non sentita, che mi sembra di non averla vissuta veramente. Ed è allora che ho sentito diventare eccezionale la mia normalità, il mio niente si è trasformato in molto, ho cominciato ad amarmi per quella che io sono: "Voglio star bene con me stessa".

Mi sono liberata dai lacci che da sola mi ero imposta, a differenza di prima in cui mi sentivo imprigionata in qualsiasi situazione, ora sento la vita, con le sue gioie ed i suoi dolori e il mio bisogno di viverla pienamente, sempre.

Non so quanto durerà, se sarà per tanto tempo o per poco tempo, non importa, perché anche il poco mi appaga, felice solo di esistere, senza rimpianti e senza illusioni, consapevole delle possibilità che le mie condizioni di vita propongono; sento un attaccamento alla vita che prima non avevo

Il tumore mi ha fatto abbandonare la convinzione di vivere un'esistenza eterna, apparentemente indesiderabile, mi ha fatto prendere coscienza della mia natura mortale.

Silvana

"In questo spazio
vogliamo dar voce alle donne.
Inviateci dunque le vostre
lettere, poesie, riflessioni e,
perché no, osservazioni,
opinioni e arrabbiature".

Potete inviare gli scritti alla sede dell'associazione:
V.le Oriano, 20 - 24047 Treviglio Fax: 0363 305153
e-mail: info@amicidigabry.it
Oppure farceli pervenire
in sede negli orari
di apertura:
Lun - Mer - Gio: 9:30/11:30
Tutti i Sabati



Rischiarati da una nuova luce



I gruppi di sostegno psicologico per la donna operata come luogo per uno scambio affettivo è un aiuto in un momento particolare della propria vita.

a circa due anni in ospedale vengono organizzati i gruppi di riabilitazione psico- fisica rivolti alle donne operate al seno.

Mi capita talvolta di leggere perplessità sul volto delle persone quando lo propongo loro: " Quale aiuto posso ricevere da chi è nella mia stessa situazione?..... Ma io non so parlare..... Ce la faccio da sola.....

Dietro a questa espressioni c'è il

timore di dar voce ai propri sentimenti, di scoprirsi nelle proprie fragilità e forse manca un po' di coraggio per dare una nuova svolta alla propria vita.

Due amiche ci scrivono:

"Per la prima volta mi sono recata con mio marito nel reparto di Oncologia a Treviglio dove ho incontrato la dottoressa Cazzaniga. Dopo una lunga conversazione mi ha parlato dei gruppi di riabilitazioni organizzati per le pazienti come me operate al seno, dieci incontri comprendenti la riabilitazione fisica del braccio e il supporto psicologico.

Appena uscita dallo studio il mio primo pensiero è stato negativo riguardo il gruppo psicologico: come poteva essermi d'aiuto sentire altre



persone parlare delle stesse sofferenze e della rabbia che già io in quel periodo provavo.

Mi sentivo molto distante da questa proposta, poi parlandone a mio marito ho preso la decisione di incontrare comunque la dottoressa Luisa Bonetti la quale mi ha subito incoraggiato spiegandomi lo svolgimento del gruppo.

Il primo incontro è stato di presentazione delle donne che ne facevano parte, poi Luisa, mi è più facile chiamarla per nome, ha incominciato a chiedere come avevamo affrontato questo evento e che cosa era cambiato dentro di noi.

Ognuna ha raccontato il proprio stato d'animo e anche io ho avuto la possibilità di confrontare con le altre il mio modo di reagire a questo evento.

Tutte siamo riuscite con l'aiuto della dottoressa a esternare piccole e grandi paure che avevamo dentro.

Con loro ho instaurato un rapporto nuovo di amicizia, ancora oggi ci vediamo con entusiasmo e tanta voglia di vivere.

Mi sono posta la domanda: Cosa mi hanno dato questi incontri?

Ho sicuramente imparato a non avere più paura ma ad avere voglia di vivere in modo migliore, senza piangermi addosso, pronta anzi ad affrontare nuove sfide.

Ho inoltre capito l'importanza di persone come la dottoressa che sanno esserti vicine nei momenti di bisogno.

Grazie dunque per avermi dato la possibilità di uscire da un grande incubo.

GIOVANNA

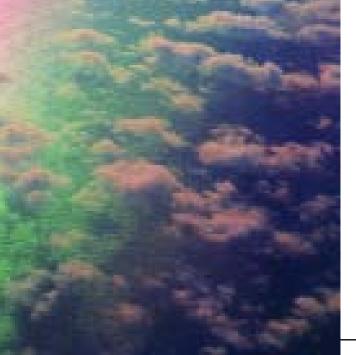
Ciao sono Agostina,

ho deciso di aderire a questa serie di incontri di carattere psicologico e fisioterapico con grande entusiasmo perché ho avuto subito fiducia delle persone che lo conducevano.

Ho anche pensato che sarebbe stata sicuramente un esperienza positiva in un momento particolare della mia vita.

Infatti mi ha dato la possibilità di confrontarmi con altre persone reduci dalla mia stessa esperienza di malattia e di capire che l'aprirsi e rapportarsi con gli altri non può che aiutarti a superare i momenti critici che ti capitano lungo il cammino della vita. Mi ha inoltre insegnato a saper cogliere i lati positivi per avere nuovi stimoli per proseguire più ricaricati imparando ad apprezzare maggiormente la vita e a darle il giusto valore

Vorrei concludere con una immagine che mi piace usare all'inizio dei nostri gruppi, quella del fuoco che ci da la possibilità di bruciare ciò che non occorre più ma che ci dona a sua volta calore e luce per rischiarare i momenti bui.



Luisa Bonetti Psicologa dell'Associazione e dell'U.O. di Oncologia Medica Treviglio

COURSEL CIETES

Quando la ricostruzione è un'Arte...



odellare la creta per dare a un pugno di terra un volto di donna...quale esperienza più appagante dell'arte della scultura che vede sorgere dal nulla i propri sogni?

Eppure non solo gli scultori hanno il privilegio di vedere fiorire i lineamenti e le forme da qualcosa che ancora non è: da alcuni anni, anche le pazienti che hanno dovuto subire un intervento mutilante nel corpo, ma anche nello spirito, come la mastectomia, hanno la possibilità di vedere il corpo che mantiene la propria identità fisica, grazie al lavoro, che è anche arte, dei chirurghi, che hanno rivisto nel tempo il concetto originario di "chirurgia radicale", fino ad arrivare a coniugare al meglio la radicalità oncologica con il vissuto di sé della donna ammalata di tumore alla mam-

Ma quali domande, quali dubbi portano dentro di sé queste pazienti? Paola è una paziente che ha subito una mastectomia per un carcinoma mammario ed esprime i suoi dubbi, a nome di tutte le donne, agli esperti, i Dr.i Lorenzo Colpani e Antonio Paludetti.

D. Tutte le pazienti devono fare la mastectomia quando viene scoperto un tumore alla mammella? E quando escono dalla sala operatoria, come sono?

R. La mastectomia non è sempre necessaria. Anzi, nella maggior parte dei casi la terapia chirurgica è mirata alla conservazione della mammella. La terapia conservativa si prefigge di asportare il tumore in maniera oncologicamente corretta e nel contempo ottenere un buon risultato estetico. Ovviamente, dopo una quadrantectomia, la morfologia della mammella operata risulta alterata, ma con le tecniche di chirurgia plastica oggi in uso si ottengono ottimi risultati tanto che spesso risulta difficile distinguere quale sia la mammella operata.

Nei casi in cui sia necessaria la mastectomia è possibile effettuare la ricostruzione immediata della mammella asportata.

Abbiamo a disposizione diverse tecniche che prevedono l'utilizzo di materiali protesici e non, a seconda delle caratteristiche del soggetto.

La più usata, anche per la sua relativa semplicità, è la tecnica che prevede l'impianto di una protesi ad espansione, posizionata in regione sottomuscolare (viene creata una "tasca" tra la parete toracica, il muscolo grande pettorale e il muscolo dentato). Compito dell'"espansore" è di distendere progressivamente i tessuti a formare una "tasca" dove sarà, in un secondo tempo, alloggiata una protesi in silicone simile a quelle utilizzate nella chirurgia estetica. Noi utilizziamo espansori anatomici scelti per forma e volume (a seconda del tipo di paziente) con superficie in silicone testurizzata (rugosa). L'espansione già iniziata parzialmente in sala operatoria verrà completata progressivamente mediante riempimenti successivi della protesi con soluzione fisiologica (acqua e sale). Normalmente sono previste 4-5 sedute ambulatoriali, che consistono nell'iniettare, attraverso la cute e nell'apposita "valvola" dell'espansore, la soluzione fisiologica (50-70 cc per ogni seduta). Tale manovra è assolutamente indolore e viene notevolmente semplificata dall'utilizzo di una piccola "calamita", che identifica sulla superficie cutanea la posizione della valvola dell'espansore. Quindi la paziente operata di mastectomia uscirà dalla sala operatoria con l'espansore già in sede, riempito parzialmente e con due piccoli drenaggi (nel cavo ascellare e nel solco sottomammario), che serviranno per dre-



Antonio Paludetti Medico chirurgo Treviglio

nare le secrezioni sieroematiche compatibili con il tipo di intervento chirurgico. Tali drenaggi saranno rimossi dopo circa 4-5 giorni (manovra indolore). A fine intervento verrà eseguita una medicazione dedicata, mediante cerotti posizionati attorno al nuovo profilo mammario, per rendere più stabile l'espansore.

D. Tutte le pazienti che hanno subito una mastectomia possono mettere l'espansore e fare poi la ricostruzione?

R. L'espansore può essere utilizzato nella maggior parte dei casi. È possibile, inoltre, effettuare la ricostruzione con espansore anche qualora questo non sia stato posizionato contestualmente nel corso dell'intervento di mastectomia. Noi preferiamo la ricostruzione immediata (meno problemi psicologici e minor numero di



associazione





...nel 2003 il cammino prosegue...

Per sostenerci, per ricevere la rivista a casa tua, per partecipare attivamente alle nostre iniziative: Tel. 0363 305153 c/c postale: 16386245

interventi per la paziente).

Tra le controindicazioni vi è la pregressa radioterapia sulla gabbia toracica, la presenza di infezioni della cute e alcune malattie dei tessuti come le collegenopatie.

D. Si può eseguire l'intervento di posizionamento dell'espansore in questa struttura ospedaliera?

R. Certamente. Presso l'U.O. di Chirurgia II di Treviglio già da diversi anni e nell'U.O. di Chirurgia di Calcinate dal gennaio 2000, l'intervento di ricostruzione immediata con espansore è diventato una pratica consolidata. Attualmente utilizziamo



Lorenzo Colpani Medico Chirurgo - Calcinate

anche la tecnica della "mastectomia skin sparring" (risparmio di cute), che consente di avere a fine intervento un'unica cicatrice centrale e di utilizzare una maggiore superficie cutanea, ottenendo in tal modo risultati estetici migliori, soprattutto per quanto riguarda il recupero di un solco sotto- e inframammario ottimale.

D. Ci sono precauzioni particolari nel periodo che intercorre tra l'espansore e il posizionamento della protesi definitiva?

R. Durante la fase di espansione è bene che la paziente non solleciti eccessivamente l'arto interessato con sport o lavori faticosi.

Normalmente, la paziente inzia la riabilitazione fisica dedicata dopo 6-7 giorni. Consigliamo di riprendere progressivamente l'attività sportiva e l'uso dell'automobile dopo 1 mese circa dall'intervento chirurgico. Successivamente è consigliabile un controllo periodico allo scopo di individuare e trattare precocemente le rare, ma possibili, complicanze.

L'Azienda Ospedaliera di Treviglio è oggi in grado di offrire, grazie alla preparazione e alla dedizione dei propri esperti, la possibilità di non perdere l'immagine e il vissuto del sé alle pazienti che hanno dovuto subire una mastectomia. Esiste una seconda fase, quella delle rifiniture, del cesello, che è lasciata alle mani esperte e all'abilità professionale del Maurizio Nava, Direttore della UO di Chirurgia Plastica dell'Istituto Tumori di Milano, che anni di amicizia e di collaborazione lo legano alla struttura aziendale. Per le pazienti operate a Treviglio e Calcinate, infatti, esiste un percorso privilegiato quando arriva il momento di affrontare la ricostruzione definitiva della mammella operata.

Lo sai che...

dal 1° gennaio 2003
l'associazione ha messo
a disposizione del reparto di
oncologia dell'ospedale
di Treviglio
un'autovettura per il
trasporto
di pazienti bisognosi
di radioterapia.

Cristina Parodi



o incontrato la Signora Cristina Parodi che gentilmente mi ha ricevuto nella sua casa a Bergamo alta.

Signora Parodi ha iniziato la sua carriera nel mondo dello spettacolo grazie all'esperienza del giornalismo?

Ho iniziato a scrivere al liceo quando ero ancora ad Alessandria, collaboravo con il giornale e poi con l'università.

A proposito ho saputo che la sua tesi è stata premiata!

Ma va!

Ha influito molto la sua preparazione giornalistica?

All'università ho iniziato a scrivere soprattutto su riviste sportive specializzate, mi occupavo di tennis, lavoravo infatti nei tornei di tennis a livello internazionale.

So che la sua carriera televisiva è nata con Odeon TV.

Si sono stata contattata da Odeon Tv per lavorare per un programma sportivo e di attualità e così ho iniziato proprio con Odeon TV dove mi occupavo principalmente di calcio. Ho subito fatto esperienza giornalistica in Mediaset, in redazione sportiva dove mi occupavo di calcio ed ho fatto praticantato. Poi l'anno dopo è stato l'anno della nascita del telegiornale, del TG5. Mi hanno proposto di passare alle news, di condurre il TG5 con Mentana, nel 1992. Ho accettato subito perché il calcio fondamentalmente non mi interessava più . E' stata un'esperienza bellissima di 4 anni.

Poi nel 1996 è nata l'opportunità di Verissimo. Io lavoravo a Roma, volevo trasferirmi al nord, avevo in progetto cambiamenti di vita, matrimonio, figli,... quindi mi andava bene cambiare. Verissimo poi è bello perchè è un mix di cronaca, argomenti seri ed argomenti più leggeri e gradevoli.

In genere quando si diventa "famosi" qualcosa cambia ... cambiano i ritmi di vita, cambiano le amicizie,... e forse cambia anche qualcosa che è dentro di noi.

Lei cosa ne pensa? Come ha vissuto la sua esperienza?

Dipende da ognuno, si è vero molte persone che lavorano in televisione in realtà finiscono per crearsi il personaggio televisivo che magari è diverso da quello che si è. Per me è stato molto semplice nel senso che non saprei essere diversa da così, io sono proprio per natura molto antidiva, molto normale, sono una persona estremamente semplice. Si, mi ritengo una privilegiata per il mio lavoro, per le soddisfazioni, i lussi ed i privilegi, ma se non ce l'avessi o se capitasse che non dovessi più farcela punterei su altre cose, principalmente la famiglia che mi

sono creata. La famiglia mi da sicurezza, serenità e felicità, per cui, partendo da questo, secondo me il lavoro è una cosa in più, qualcosa di bello che mi sono costruita, che ho raggiunto, ma non come qualcosa che ti cambia, che ti rende diversa da altri: è semplicemente un lavoro.

Complimenti per aver mantenuto questa semplicità!

Grazie, io sono così come mi vedete in televisione, non potrei essere diversa!

Ho visto che è molto sensibile alle iniziative di solidarietà. Quest'estate ha condotto la serata dedicata a Papa Roncalli a Bergamo

Si, in realtà l'ultima beneficenza che ho fatto è stata a Bergamo per l'ospedale, una delle cause che ho abbracciato con entusiasmo per tanti anni è infatti quella di essere vicina al reparto di pediatria degli Ospedali Riuniti di Bergamo, che conosco bene.

Abbiamo fatto una bella serata al teatro Donizzetti prima dell'estate ed è andata molto bene.

Cosa pensa della nostra associazione che, come ha potuto leggere sulla nostra rivista, si occupa essenzialmente del sostegno psicologico alle donne affette da tumore alla mammella, oltre che al supporto tecnico e medico legato alle mammografie gratuite, ...?

Credo che per una donna il tumore alla mammella sia una cosa terribile: anche quando sembra che vada tutto bene, finisce per privarti di una parte di te che è anche simbolo della femminilità. Per cui ritengo che richieda un particolare aiuto, una particolare assistenza psicologica, attività che considero ammirevole.

So che in questo senso è molto importante tutto il lavoro di prevenzione, io tra l'altro avevo fatto una bella campagna di prevenzione al tumore alla mammella per la regione Piemonte: offrivano tutti i con-

trolli, le visite....

In questi casi so che la prevenzione, l'esame costante è importante perché è proprio una di quelle cose che ti possono salva-



re la vita. Quindi è importante sollecitare, sensibilizzare a questo tipo di atteggiamento.

Come donna ... quale messaggio vorrebbe trasmettere alle donne impegnate in questa lotta per la vita?

Il messaggio in queste situazioni è quello di non mollare, di crederci ed avere la forza di andare avanti, perché oltre alle cure mediche conta molto l'atteggiamento

psicologico-mentale, la forza di volontà per affrontare questi momenti terribili. Certamente sono i casi in cui è necessario avere la forza e la volontà di combattere. Se è possibile bisogna fare esami, prevenzione perchè è importante abituarsi al controllo del proprio corpo. Per chi invece si trova nelle situazioni più gravi posso solo dire di avere la forza di lottare.

Tutte noi dell' Associazione Amici di Gabry la ringraziamo per la disponibilità prestata e le facciamo i migliori auguri per il suo lavoro e soprattutto per i suoi tre figli!

Grazie, tanti auguri anche a voi.

Monica Baccalà

Monica
Baccalà
Responsabile
Immagine e
Comunicazione
dell'associazione
"Amici di Gabry"

Riflessologia Plantare e Chemioterapia



Riflessologia Plantare e Chemioterapia, a cura dei Dott. Piasco Chiara e Barni Francesco

a riflessologia plantare è una tecnica naturale, antica, che utilizza le vie energetiche per mandare informazioni mirate e precise alla parte nobile del nostro corpo, per ottenere risposte riequilibratici dagli organi in sofferenza. Di semplice applicazione, si basa su pressioni a livello del piede, plantarmente o dorsalmente, o di altre parti del corpo (orecchio,

mano, naso, lingua, testa...).

E' una tecnica che permette di entrare in contatto con livelli diversi, oltre a quello strutturale, per cercare le cause più profonde e primitive del malessere.

Il piano di intervento si basa su un'indagine preliminare, alla quale fa seguito un primo percorso specifico, che viene poi successivamente modificato in risposta alle diverse esigenze del soggetto.

Nel caso specifico la riflessologia è stata applicata nel day hospital oncologico dell'ospedale di Romano di Lombardia, su pazienti trattate con chemioterapia (CMF 1, 8-28), al fine di ridurre o eliminare la nausea causata dai farmaci.

Tecnicamente sono stati applicati tre percorsi terapeutici, di cui uno definito di Pronto Intervento, un secondo di mantenimento, e un terzo specifico e adattato alle singole esigenze.

Il progetto nasce dalla collaborazione col Dott. Sandro Barni, per cercare di portare un ulteriore aiuto, non farmacologico, alle sue pazienti.

Da qui, e con l'aiuto di Mari, un'infermiera del Day Hospital, artefice del progetto iniziale, si sono messe in atto tutte le strategie e i protocolli necessari alla realizzazione di questo progetto.

Abbiamo applicato questa sperimentazione nel Day Hospital

Oncologico, su un totale di nove pazienti: sei hanno terminato il percorso terapeutico stabilito, una ha deciso di interrompere la terapia perché stava bene, due sono ancora in corso di trattamento.

Si può concludere che con l'ausilio delle tecniche non convenzionali, ed in particolare della riflessologia plantare, si è riscontrata una netta diminuzione della nausea ed una netta diminuzione dello stato d'ansia.

Si può a ragione affermare che non solo si permette al soggetto di migliorare lo stato di salute in modo più spontaneo e naturale, senza che vi sia un continuo ricorso ai farmaci, , ma si permette loro di vivere normalmente senza ansia e senza nausea.

Con l'ausilio della riflessologia si instaura un rapporto diverso, più umano; l'efficacia terapeutica del trattamento viene rafforzata anche dal migliore stato psico-fisico del paziente, che non si trova più a disagio nel fare le terapie, ma si ricarica di una "energia vitale" che viene da dentro, dalla propria voglia di ritornare il più presto possibile a trascorrere una vita serena, senza più l'incubo della malattia. Credo che questa sperimentazione

abbia dato frutti più che soddisfacenti, speriamo che questo lavoro, il primo di questo genere, possa essere 'inizio di una più stretta collaborazione di tutti gli "operatori della salute", per arrivare a fornire alle persone un servizio umano, nel pieno rispetto della vita di ciascuno.

Da parte delle persone sottoposte al trattamento ho ricevuto grosse soddisfazioni, il loro grazie alla fine di ogni trattamento è stato per me la miglior ricompensa a tutti i sacrifici.

"Lei è la signorina che fa passare la nausea dai piedi?" mi sono sentita chiedere entrando in sala infusione, "posso venire anche io da lei?". E così non ho saputo dire di no a chi chiedeva solo di poter stare un po' meglio.

Credo che questo sia il miglior modo per ricordare e ringraziare per la loro disponibilità Maria, Giuseppina, Graziella, Concetta, Maria Elena, Oliva, Enza, Francesca e Adelina.



Pazio cultura III Presepe e la uradizione natalizia

bbiamo la fortuna di pubblicare questo numero del giornale "Amici di Gabry, progetto di vita" proprio nel periodo che coincide con l'Avvento natalizio.

A questo proposito, vorrei condurvi in un viaggio meraviglioso attraverso gli usi e i costumi che caratterizzano le tradizioni del Natale, nel passato e nel presente, dei paesi che sentono in particolar modo questo momento di gioia e di intenso significato.

Diamoci la mano e partiamo, ma in punta di piedi, sottovoce, per non sciupare l'incanto...

L'Italia è, per eccellenza, la nazione della cultura e della religiosità, per lo straordinario numero di chiese e santuari ma, soprattutto, per il folclore con cui, ancora oggi, vengono festeggiati i momenti religiosi.

La spiritualità popolare, si colora di sagre, manifestazioni, celebrazioni ai santi patroni e, nell'Italia del sud, questi riti sono talmente belli e grandiosi da attirare turisti da ogni parte del mondo: Napoli, infatti, vanta il presepe più bello ed antico di tutta Italia.

Il presepe venne ideato da San Francesco nel 1223, che volle manifestare concretamente la nascita di Gesù e le vicende che accompagnano il grande evento; da qui l'idea di drammatizzare il Natale attraverso rappresentazioni, ricordando, tra i tanti, lo spettacolare presepe vivente della val Gardena.

Nei giorni nostri, nelle case italiane, i personaggi della Natività sono costruiti con gesso, plastica, intagliati nel legno, modellati con le tecniche più svariate e fantasiose; tuttavia, la tradizione del presepe viene un po'offuscata dalla presenza imponente dell'anglosassone albero di Natale.

In Europa, un tempo, a sostituire il più ingombrante pino natalizio, c'era un ceppo di quercia, che veniva spruzzato di acqua benedetta e messo ad ardere nel focolare dal capo famiglia: le ceneri del ceppo venivano cosparse

sul corpo di persone malate come rimedio superstizioso alle disgrazie, o come cerimoniale di accoglienza per i nati del 25 dicembre.

I nascituri erano inoltre marchiati con una minuscola croce rovente sulla pianta del piede, per scongiurare chissà quale infausto destino.

I nostri bambini (più fortunati direi!), attendono ansiosamente l'arrivo del Natale per l'usanza, tipicamente pagana, dello scambio dei doni.

E' piacevole vedere, negli occhi sognanti dei piccoli, l'attesa piena di curiosità dell'arrivo di Gesù Bambino che porterà il tanto sospirato ultimo programma della Play Station o la bambola vestita all'ultima moda che parla e gioca con loro ...

La mattina del 25 dicembre, quindi, si fonderanno ad aprire, accanto al presepe o sotto l'albero, i doni precedentemente richiesti con una letterina spedita al fantomatico destinatario: niente di meno che Gesù Bambino o Babbo Natale a cui la sera prima avranno avuto cura di lasciare dei biscottini ed una tazza di latte per ristorarsi dopo un così lungo viaggio... Personalmente, lavorando con i bambini, ogni anno quando arriva dicembre, mi sento pervadere da una felicità immensa, e guardo con stupore fanciullesco le cose che mi circondano: la mia speranza è che ogni persona possa provare le stesse sensazioni di pace e serenità che mi fanno vivere con entusiasmo questi giorni, il mio augurio per questo Natale è che la mia gioia sia anche la vostra.

Michela Colombo

Michela Colombo Segretaria presso la sede associativa "Amici di gabry".

C.F.P. CONSORZIO ENFAPI TREVIGLIO Via P. Nenni 4 - TREVIGLIO (BG) Tel. 0363/49296 - 0363/47034 Fax 0363/595531

Il C.F.P. è espressione delle aziende del territorio

[COLOMBO FILIPPETTI Spa — SAME DEUTZ-FAHR GROUP Spa — SONZOGNI CAMME Spa — Off. Mecc. Rozzoni Sri — Olvan Spa — Stucchi Sri — Alumat Sri — Brega Sri — Elettromeccanica CDC Sri — GPE Sri — Grazioli Sri — Orsa Sri]

e ha come riferimento le esigenze formative emergenti nel settore industriale: forma operai nei settori elettrico e meccanico. Negli stessi settori attiva inoltre corsi per capi intermedi e aggiornamento nel campo informatico per gli impiegati in una prospettiva polivalente.

Principali corsi organizzati:

CORSI DI QUALIFICA DI BASE (per ragazzi con 15 anni)

- Corso "Montatori manutentori di sistemi elettromeccanici-elettronici"
- Corsi "Operatore alle macchine utensili"

CORSI DI QUALIFICA POST-DIPLOMA

- Corso "Progettista di software gestionale"
- Corso "Specialisti in macchine utensili a CNC"

CORSI DI AGGIORNAMENTO

- Corsi di Software di Servizio (diurni e serali)
- Corsi di Excel/Acces/Internet/Power Point
- Corsi di Disegno Meccanico
- Corsi di CAD meccanico
- Corsi di Inglese





Sede Associativa V.le Oriano, 20 • 24047 Treviglio (BG)
Tel. e Fax: 0363/305153
E-mail: info@amicidigabry.it
Reg. Prov. Ass. 28/96 - Fg 7 - Sez. D
P.I./C.F. 02645050168

L'ASSOCIAZIONE OFFRE I SEGUENTI SERVIZI

SPORTELLO INFORMATIVO

E' un servizio rivolto a chi, per la prima volta, entra in contatto con l'Associazione, ha come obiettivo quello di accogliere i bisogni della persona e di aiutarla a conoscere la realtà del nostro lavoro attraverso la presentazione dei servizi che offriamo. (Su appuntamento)

SPORTELLO DI CONSULENZA MEDICA

E' un servizio attraverso il quale poter avere maggiori chiarimenti rispetto alla propria condizione di salute; ha funzione di filtro per la consulenza medica specislistica. (Il venerdì su appuntamento)

SPORTELLO DI CONSULENZA SPECIALISTICA

Oncologo, Senologo, Dietologo, esperto di medicina alternativa rispondono alle specifiche legate alla propria condizione di salute (Su appuntamento)

SPORTELLO DI CONSULENZA PSICOLOGICA

E' uno spazio di ascolto e di elaborazione dei vissuti legati alla malattia al quale potersi rivolgere per una consulenza o individuale o familiare. (Su appuntamento)

SPORTELLO DI CONSULENZA LEGALE

GRUPPI DI AUTO AIUTO

E' uno spazio dove condividere con altre donne l'esperienza del tumore al seno promuovendo la consapevolezza di poter uscire dalla condizione di solitudine e sofferenza, riscoprendo la capacità di progettare il proprio futuro.

Promuoviamo incontri formativi rivolti alla popolazione e/o a piccolo gruppo su tematiche legate alla malattia tumorale.

