"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."





# COPERTINA

La Terra

#### **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. 0363-314151 Fax 0363-314121 marketing@flli-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)

### **STAMPA**

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

Associazione "Amici di Gabry" ONLUS Via Matteotti, 125 - 24047 Fara G. d'Adda (Bg)

## N. AUTORIZZAZIONE 34

Del 06 Luglio 2001 Tribunale di Bergamo

# **SOMMARIO**









**EDITORIALE** "Ritorno sulla terra" Angelo Frigerio



3

# **SPAZIO MEDICO**

"Decifrare il linguaggio cellulare" Dott.ssa Marina Cazzaniga



Michela Colombo



# **SPAZIO TECNICO**

"FATIGUE": una malattia nella malattia

Dott. Marco Cremonesi



8

# LO SAPEVI CHE...

"Un dentista ci scrive..." Dott.ssa Verena Ruggeri



12

11

# SPAZIO PSICOLOGICO

"Una vera battaglia"

Dott.ssa Luisa Bonetti



# L'INTERVISTA

Il dottor Mentasti

Giuseppe Brigatti



14

SPAZIO CULTURA 16 "La leggenda della Befana..."

Monica Baccalà

SOCIAZIO



Intervista a pag. 14

Dottor Mentasti Direttore generale Azienda Ospedaliera Treviglio-Caravaggio







# 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

## **DOVE SIAMO**

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

# **VIENI A CONOSCERCI,** TI ASPETTIAMO!

Ci riuniamo e ti aspettiamo da lunedì a venerdì: dalle 9.30 alle 11.30 martedì e venerdì: dalle 9.30 alle 11.30 e dalle 15.30 alle 17.30

# **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 24047 Fara d'Adda P.I.: 02645050168 c/c bancario 210230/31 c/o Credito Cooperativo di Treviglio ABI 08899 - CAB 53643 c/c postale 16386245

# "RITORNO SULLA TERRA"

Prima di accingermi a scrivere questo editoriale ho voluto scorrere in modo veloce ma riflessivo le nostre precedenti dodici "uscite" per capire se il nostro impegno per questa rivista fosse stato esaustivo per raggiungere i nostri scopi.

Vi invito a farlo anche voi, scoprirete una concretezza ed una continuità di lavoro che probabilmente solo la visione globale di quanto proposto in tre anni di pubblicazione può dare.

Ne siamo fieri, ma ora avanti.

Dopo le copertine dei numeri di quest'anno rappresentanti visioni di pianeti nuovi da scoprire, torniamo sulla nostra terra, la pachamama, ed affrontiamo la nostra quotidianità e convivenza con la realtà cercando di essere concreti nell' interpretare i piccoli grandi problemi che il "pianeta" oncologico presenta. L'associazione vuole essere sempre più vicina ai pazienti per aiutarli in tutti quei problemi logistici ed esecutivi che creano stati di disagio ed essere sempre più di stimolo a tutti nel donare qualcosa di noi a chi ne ha bisogno.

Nelle pagine seguenti troverete il "bilancio morale" di quanto e' stato fatto e di quanto faremo, la cosa certa è che la schiera di chi vuole interpretare il volontariato in chiave moderna per fare e dare aumenta tutti i giorni e noi li ringraziamo con tutto il cuore.

Parlando del progetto editoriale per il 2005 riproporremo il tema "mammella" come già fatto tre anni orsono, questo perchè ci sono dei riferimenti precisi che ci permettono di fare raffronti con quanto proposto in precedenza. In primis una verifica sull'attuale situazione della cultura della prevenzione della popolazione femminile della nostra zona dopo la massiccia presenza con le iniziative della nostra associazione, tra cui questo giornale. In seguito una verifica di numeri visto che oramai è a regime lo screening mammografico e la qualità della sua attuazione è ora in linea con le richieste. E poi le nuove proposte terapeutiche che ora sono a disposizione della nostra struttura ospedaliera, che ci permetterà di misurare come in tre anni siano stati effettuati grandi passi mettendo a frutto la ricerca e la competenza dei nostri medici.

Buon lavoro a tutti.

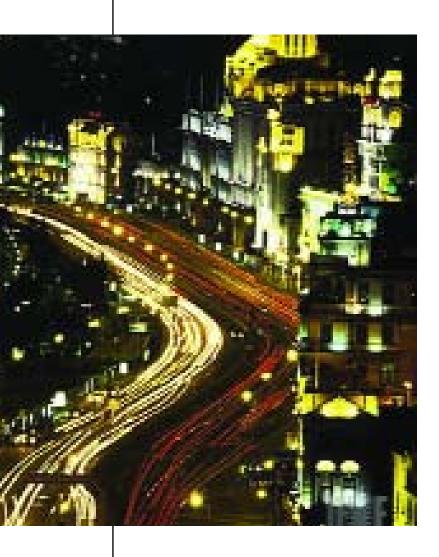






# COLUEM CIEVES

# "Decifrare il linguaggio cellulare"



La via maestra della ricerca verso strategie di cura sempre più mirate ed efficaci

a ricerca oncologica degli ultimi vent'anni ha trovato una via maestra nella lettura dei segnali cellulari che stanno alla base dei meccanismi di sviluppo del tumore.

La comunicazione cellulare si sta dimostrando sempre più la via per elaborare nuove strategie contro i tumori. Se però gli scienziati riescono di anno in anno a decifrare con sempre maggior precisione i messaggi che le cellule del nostro corpo si scambiano, e quindi in un certo senso a "leggere in noi", molto più difficile risulta tradurre queste informazioni in nuovi farmaci attivi.

Dicevamo quindi che le cellule parlano, comunicano incessantemente tra di loro, e il compito dei ricercatori è cercare di capire il loro linguaggio, per intervenire laddove viaggiano informazioni sbagliate, in grado di promuovere malattie come il cancro. Il tumore quindi può essere davvero interpretato come il frutto di una cattiva comunicazione. In particolare, sono coinvolti i messaggi che inducono la cellula a dividersi in due, a replicarsi.

E' un po' quello che succede in un computer. L'hardware, cioè schermo, tastiera e hard disk sono le singole cellule, vere e proprie macchine molecolari, che compongono i processi vitali del nostro organismo.

Gli ordini che dicono a queste macchine come e quando operare dipendono dai messaggi che le cellule si scambiano, messaggi che possono essere paragonati ai software, cioè i programmi che fanno "girare" i computer. Se viene danneggiato l'hardware, la cellula muore e viene eliminata, senza però danneggiare l'organismo. Se invece viene colpito il software la cellula comincia a comportarsi in modo sbagliato e questo può portare a una proliferazione incontrollata, cioè al cancro.

Il cancro agisce quindi in modo subdolo, perché la cellula si trova di fronte a un messaggio apparentemente corretto, che però fornisce indicazioni sbagliate sul tempo e sul luogo in cui si deve attivare.

Come riparare questi messaggi sbagliati?

Con nuove armi farmacologiche che fungono da vere e proprie forbici molecolari che intervengono solo sulla parte alterata.

La ricerca ha permesso di capire che gli errori di comunicazione si propagano attraverso segnali (cioè percorsi biochimici) che sono comuni a molte cellule. E' un po' come osservare una grande città di notte: le luci sono molte, impossibili da contare. Ma se sappiamo la posizione delle centraline elettriche, le possiamo spegnere tutte. Le nuove tecnologie per lo studio del genoma e delle proteine danno la possibilità di individuare questi errori di comunicazione.

Nei tumori umani già si conoscono 250 mutati e i tumori sono spesso il risultato un accumulo di più mutazioni genetiche. Conoscere in profondità questi aspetti potrebbe consentire di trovare una gerarchia tra questi geni, che ci permetterebbe di ottenere un effetto terapeutico bloccando l'azione di pochi di essi.

Ciò che la ricerca ha fatto in questi ultimi anni va appunto in questa direzione, e ne abbiamo già visto i primi risultati; alcuni di questi farmaci sono già una realtà, altri lo diventeranno nei prossimi anni.

# **5 FEBBRAIO 2005**

Alle ore 16.30 si terrà la S. Messa pressa la Cappella dell'Ospedale di Treviglio in occasione della giornata dedicata a Sant'Agata, protettrice delle donne operate al seno.

## **12 FEBBRAIO 2005**

Viaggio a Catania, città natale di S. Agata, con gli Amici di Gabry. Partenza in aereo ed arrivo in giornata. Si prega di confermare l'adesione entro il 27/12/2004. Per informazioni telefonare presso la sede dell'associazione.

Tel. 0363 305153

12 MARZO 2005 In occasione della festa della donna

"Gli Arzaghesi"
saranno a teatro
presso il Filodrammatici
di Treviglio

Marina Cazzaniga Medico Oncologo dell'U.O. di Oncologia Medica Azienda Ospedaliera Treviglio-Caravaggio



# SETCIEVICORRY CIETER

# Il Bilancio Morale

Di anno in anno, aggiungendosi un numero sempre più attivo di persone, l'associazione "Amici di Gabry" pone sempre e comunque l'attenzione, nel proprio operato, verso i pazienti con patologie tumorali ed i loro famigliari.

La collaborazione sempre più stretta con le altre associazioni del territorio, il grande lavoro dei medici e degli specialisti, la solidarietà di tutti coloro che, a seconda delle proprie potenzialità, sostengano le attività del gruppo, ci ha permesso di raggiungere concretamente alcuni obiettivi, a nostro avviso di grande utilità ed importanza.

Sono state organizzate serate di divulgazione sanitaria in alcuni paesi e contiamo di proseguire al fine di raggiungere un target di persone sempre più ampio. Il concetto di prevenzione è stato affrontato durante degli incontri con gli allievi delle scuole medie superiori di Treviglio e, da quest'anno, anche di Romano di Lombardia; i medici dell'Oncologia relazionano quali siano i principali fattori di rischio ed i "vizi" cui spesso si incorre, e che si imparano proprio in età adolescenziale. L'interesse mostrato sia dai ragazzi che dai docenti, forti delle esperienze degli scorsi anni, sono stati di rinforzo alla nostra associazione per credere ancora una volta in questo progetto e per coinvolgere l'attenzione anche delle fasce di età più giovani.

C'è un altro ambiziosa iniziativa che viene portata avanti con tenacia e disponibilità, quello del trasporto solidale che vede coinvolti 13 autisti volontari che accompagnano i pazienti che non dispongono dei mezzi di trasporto per raggiungere il reparto di radioterapia presso l'Ospedale Riuniti di Bergamo: in questi anni sono state accompagnate circa 50 persone.

La vicinanza fisica, psicologica e concreta si esprime, negli "Amici di Gabry", in tutte le iniziative che portano avanti, anche in quelle che, di primo acchito, appaiono semplicemente conviviali: il "Green Day", organizzato già da tre anni, ne è un chiaro esempio. Esso rappresenta un modo per stare insieme in allegria e per conoscerci anche se non bisogna dimenticare il lavoro di gruppo che sta dietro l'organizzazione di un evento così importante per noi. I banchetti, il Pozzo, le Ruote, la preparazione del pranzo, tutto viene eseguito dall'incessante impegno dei

volontari, dalla dedizione che ogni volta ci fa dire: "E' stato bellissimo, è da ripetere anche il prossimo anno!". Come lo è stato per il Green Day, così è stato anche per il Gran Galà , svoltosi al teatro Donizzetti di Bergamo mercoledì 16 giugno 2004 al fine di sostenere il progetto della rete oncologica che vede coinvolte, oltre la nostra, anche l'associazione "Cure Palliative" l'Associazione Oncologica Bergamasca. Il teatro, da buio e silenzioso, si è trasformato in luminoso, colorato di locandine, accogliente ed organizzato grazie a tutti coloro si siano attivati per raggiungere tale risultato. Per quanto riguarda il lavoro in sede: anche quest'anno è stato riproposto il concorso letterario "Percorsi e Pensieri" che, giunto alla sua terza edizione, ha visto un'enorme partecipazione di elaborati di alta qualità a livello stilistico e di contenuti; grazie di cuore, quindi, a tutti i poeti che hanno preso parte al concorso, alla giuria di squisita disponibilità e a tutti gli organizzatori. A tal proposito ricordo che in questi giorni verrà pubblicato l'opuscolo che raccoglie tutti i testi partecipanti alle tre edizioni del Premio Letterario. Proseguono poi i lavori dei vari sportelli che mettiamo a servizio degli utenti - psicologico, legale, medico, specialistico- e si sta attivando anche con un certo riscontro il lavoro dei volontari che prestano il loro servizio all'interno dell'ospedale.

Di recente, si sta creando un'ottima intesa con l'associazione AIL e con l'ADF – associazione Domenico Fenili, alla memoria del grande medico di laboratorio scomparso: quest'ultima si occupa, fra le altre cose, di prelievi domiciliari e noi stiamo studiando il modo per attuare una collaborazione mettendo a disposizione i nostri autisti al fine di avviare il progetto dei prelievi a domicilio per i pazienti oncologici.

Michela Colombo



# "La prevenzione: un dovere sociale"

In collaborazione con le associazioni di volontariato dei Paesi della Bergamasca Amici di Gabry ha pianificato i seguenti appuntamenti dedicati alla prevenzione oncologica:

# 15 OTTOBRE

Fara Gera d'Adda presso il Centro Socio Culturale

26 NOVEMBRE Calvenzano presso l'oratorio S. Croce

17 DICEMBRE Fornovo S. Giovanni presso il Palazzo comunale

> 4 FEBBRAIO Casirate presso il Centro Anziani

# **INOLTRE:**

## 19 DICEMBRE

Distribuzione della rivista e dell'opuscolo "Percorsi e pensieri"

Treviglio presso il salone dell'ex Upim

# **5 FEBBRAIO**

Concerto Gospel del gruppo "The Spirit Inside" di Treviglio

6 FEBBRAIO
Gazebo in piazza a Casirate

# RISULTATI DELLE ELEZIONI DEL CONSIGLIO DIRETTIVO

"Amici di Gabry"

28 OTTOBRE 2004

**NUMERO SOCI: 291** 

N. SOCI AVENTI DIRITTO AL VOTO: 194

N. VOTANTI: 41

**ELETTI:** 

PRESIDENTE: Angelo Frigerio

VICE PRESIDENTE: Marco Cremonesi

SEGRETARIO: Dario Gussoni

CONSIGLIERE: Luisa Bonetti

CONSIGLIERE: Angela Pievani

Il 6 Dicembre 2004
partirà il progetto pilota per
effettuare prelievi a domicilio
ai pazienti oncologici che devono
effettuare la chemioterapia.

L'idea, nata in seno all' ADF -Associazione Domenico Feniliè stata accolta dagli Amici di Gabry come spunto per aiutare le persone che necessitano di questo servizio.

Il progetto impegnerà in prima linea gli infermieri ed il laboratorio di analisi dell'Azienda Ospedaliera di Treviglio-Caravaggio e gli autisti del Trasporto Gabry.

# SPARIO TECHICO

# 'FATIGUE: una malattia dentro la malattia"



I successo della terapia nei tumori solidi ha aumentato il numero dei pazienti affetti da tumore che vivono a lungo e che convivono con la loro malattia, inoltre il miglioramento nel controllo del dolore, della nausea e del vomito, e l'aumentato interesse per la qualità di vita hanno fatto si che emergessero dei problemi prima trascurati. La "fatigue" (Termine inglese non traducibile) è sicuramente uno di questi.

Fatigue: cos'è?

A chiunque può capitare di sentirsi occasionalmente stanco, soprattutto dopo uno sforzo prolungato; in genere questo stato passa dopo una notte di riposo.

La "fatigue" correlata al cancro viene riferita dai pazienti come:

"estrema stanchezza, spossatezza, debolezza, mancanza di energia" che

viene percepita come "inusuale o anormale, del tutto sproporzionata rispetto al grado di esercizio o di attività svolte e che non regredisce né con il riposo né con il sonno".

Nei malati oncologici la fatigue può presentarsi sia legata alla malattia di base; sia come effetto collaterale delle terapie, oncologiche e non oncologiche; sia come espressione di una patologia concomitante, di solito di natura psichiatrica, quale la depressione.

La "Fatigue" è talmente importante che dal 2000 è stata identificata come nuova malattia.

Non va confusa con l'astenia (stanchezza), che si manifesta con una momentanea incapacità o mancanza di forza e che scompare dopo il riposo e senza coinvolgimento psicologico. I pazienti, invece, riferiscono la "fatigue" come un disturbo cronico, estremamente sgradevole, limitante le loro attività quotidiane e la loro qualità di vita, ma non scompare con il riposo.

E' pertanto un concetto soggettivo, difficilmente quantificabile e che si esprime a diversi livelli:

fisico: con diminuita energia e bisogno di riposare,

mentale : con diminuita attenzione e concentrazione.

affettivo : con diminuite motivazioni ed interessi.

La fatigue è presente nel 76-98% dei pazienti oncologici, può manifestarsi anche prima di qualsiasi trattamento (50%).

E' riferita soprattutto dalle donne con tumore della mammella, può essere associata ad interventi chirurgici e compare frequentemente durante la radioterapia.

#### Come si cura?

Le cause ed i meccanismi coinvolti nello sviluppo della fatigue non sono stati ancora completamente chiariti, anche se molti sono i fattori che fra loro correlati la possono provocare. In molti casi è possibile trattare le cause che portano alla fatigue correlata al cancro o, quantomeno, ridurne gli effetti.

Un regime nutrizionale appropriato, supplementi vitaminici e minerali, medicamenti antidepressivi e ansiolitici, modificazioni dello stile di vita, counselling psicologico sono tutti interventi che possono alleviare la fatigue.

L'anemia è una delle principali cause fisiologiche della fatigue ed è un problema molto comune nel paziente oncologico: circa il 60% dei pazienti ne è interessato. La sua incidenza e severità variano a seconda del tipo di tumore e del trattamento chemioterapico, arrivando anche all'80% dei casi.

Particolari accorgimenti possono essere adottati per trattare l'anemia: trasfusioni di sangue (veloce ma temporaneo rimedio non privo di rischi), presidi medici per aumentare i globuli rossi. E' stato recentemente dimostrato che la correzione dell'anemia, anche di lieve entità, porta ad un miglioramento significativo della qualità di vita; il beneficio che si ottiene è direttamente proporzionale al miglioramento dell'anemia.

L'educazione riguardo la fatigue può dare grande beneficio ad alcuni pazienti.

L'uso di un diario personale può aiutare il medico e il paziente a distinguere un certo modello di fatigue o ad identificare attività specifiche che siano associate con aumenti della sintomatologia. Questa informazione può essere utile per sviluppare una pianificazione nel trattamento che preveda la modificazione di specifiche attività e appropriati periodi di riposo.

Per alcuni pazienti, per esempio, possono essere utili brevi periodi di riposo programmati durante la giornata. Alcuni pazienti, per esempio traggono beneficio dall'educazione all'igiene del sonno. I principi di igiene del sonno dovrebbero essere stabiliti su misura per ogni singolo paziente e dovrebbero tentare di fissare orari precisi in cui il paziente vada a letto e si svegli, nonché le procedure di routine prima di addormentarsi. Un regolare esercizio fisico circa sei ore prima di andare a letto può migliorare il sonno mentre schiacciare un pisolino nel tardo pomeriggio può peggiorarlo.

L'esercizio può avere effetti benefici nell'alleviare la fatigue.

Il tipo di esercizio che sembra essere più benefico comprende il movimento ritmico e ripetitivo di grandi gruppi muscolari così come avviene camminando, andando in bicicletta o nuotando. Il programma di esercizio dovrebbe essere cominciato gradatamente e dovrebbe includere un tipo di lavoro lieve-moderato per diversi giorni o settimane.

L'ansia, la difficoltà nell'affrontare il cancro o il suo trattamento, o i disturbi del sonno possono contribuire a far aumentare la fatigue e possono essere migliorati usando tecniche di riduzione dello stress o terapie cognitive, come le tecniche di rilassamento, l'ipnosi, l'immaginazione guidata o la distrazione. Per alcuni pazienti una distrazione (ad esempio ascoltare musica) o altre tecniche di tipo cognitivo sono particolarmente efficaci allorché i sintomi si associno con deficit di attenzione. Rivolgersi ad uno psicologo per una consulenza e per un training per la gestione dello stress può essere raccomandabile in alcuni pazienti.

Il cancro e il suo trattamento possono anche interferire con l'assunzione alimentare Un esercizio fisico regolare può migliorare l'appetito e aumentare l'assunzione alimentare. Può anche risultare utile, rivolgersi a un dietologo per impostare un programma dietetico personalizzato.

Marco Cremonesi Dirigente di l° livello Oncologia Medica Azienda Ospedaliera Treviglio-Caravaggio





associazione



# ...nel 2005 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

# SIVERFE

# "Un dentista ci scrive

La chemioterapia riduce le difese immunitarie e può portare a complicanze irritative per le mucose della bocca oltre che a problematiche odontoiatriche.

Queste patologie relative alla bocca a volte sono dolorose ed invalidanti e spesso impediscono una corretta alimentazione al paziente, vanno perciò prevenute o trattate correttamente e velocemente quando insorgono.

E' innegabile che nei pazienti che sono seguiti almeno annualmente dal proprio dentista l'insorgenza di una emergenza odontoiatrica è più rara rispetto ai pazienti che non lo vedono da anni; da qui nasce l'importanza della prevenzione poiché è senza dubbio meno facile che in una bocca curata e pulita (con una carica batterica quindi sotto controllo) si sviluppi una mucosite o una stomatite, rispetto ad una bocca che presenta depositi di tartaro e placca batterica di vecchia data. E' importante perciò, fare una seduta di igiene orale professionale prima di intraprendere il percorso terapeutico proposto dall'oncologo.

Un caso a parte è rappresentato da quei pazienti che sono portatori di protesi mobili, i quali dovranno essere non solo attenti all'igiene dei denti ancora presenti in bocca, ma dovranno avere un occhio di riguardo nella pulizia della loro protesi e non dimenticarsene come spesso succede, presi da problemi più pressanti. La protesi mobile va tolta dalla bocca almeno due volte al giorno e va strofinata con uno spazzolino specifico (reperibile in ogni supermercato) al fine di togliere ogni residuo alimentare presente ed ogni traccia di placca, ed è opportuno sapere che le pastiglie efferfervescenti, tanto pubblicizzate, sono un ausilio ma non sostituiscono l'azione meccanica dello spazzolino. E' importantissimo poi che i portatori di protesi prevengano l'insorgenza di piaghe da decubito (dove si appoggia la protesi), all'insorgere di infiammazione e dolore il dentista è in grado con un semplice ritocco di prevenire la formazione di una

vera e propria ulcera.

Sarebbe bello poter prevenire il mal di denti, ma se l'urgenza odontoiatrica i verifica fra una chemioterapia e l'altra è opportuno che il vostro dentista ed il vostro oncologo possano discutere collegialmente la migliore terapia per voi. A volte i pazienti oncologici necessitano di Radioterapia del cavo orale e del collo. Per questi pazienti vi è l'indicazione ad una bonifica di tutte le possibili fonti di infezione della bocca, con estrazioni programmate almeno tre settimane prima dell'inizio della radioterapia. Questo perché non si possono più fare estrazioni durante la radioterapia e sino a sei mesi dopo il termine di tale trattamento.

Le complicanze che il dentista deve temere per un paziente in terapia oncologica sono la diminuzione delle piastrine e dei globuli bianchi che possono provocare importanti sanguinamenti o importanti infezioni. E' opportuno quindi quando è possibile portare al proprio dentista un emocromo recente, anche quando si necessita solo di una seduta di igiene professionale.

Ricordiamoci pertanto di fare periodici controlli presso il nostro dentista, di prestare scrupolosa attenzione alla nostra igiene orale domiciliare e di favorire la collaborazione fra il nostro dentista e lo

specialista oncologo.

Dr.ssa Verena Ruggeri Medico Chirurgo-Odontoiatra



# " Una vera battaglia "



La fatigue è un problema che va affrontato su più fronti ma che spesso viene ancora sottovalutato

bbiamo visto come la "Fatigue" sia un sintomo comune alla maggioranza dei pazienti oncologici in terapia che incide in modo significativo sulla qualità della vita del paziente stesso ma coinvolge anche i familiari che gli sono accanto.

Da questo punto di vista possiamo anche valutare l'impatto economico della fatigue nelle situazioni in cui un familiare è costretto a lasciare il proprio lavoro per dedicarsi al malato o, più frequentemente, deve prendere dei giorni di permesso e ridurre comunque il suo impegno lavorativo.

Ovviamente, le persone più giovani e con un ruolo attivo all'interno della famiglia e della società, traggono il maggior disagio da questa malattia.

L'evidente impatto sulla qualita di vita del paziente può anche influire sulla sua capacità di tollerare la terapia prescritta o sulla decisione di continuare il trattamento del tumore.

Il punto nodale di questo problema è legato però alle differenze nella percezione di fatigue tra gli oncologi e i pazienti.

Un recente studio di Vogelzang ha analizzato le differenze nella percezione di fatigue e dolore tra gli oncologi e i pazienti. I risultati indicano che il 61 per cento dei pazienti giudica la fatigue il sintomo che altera maggiormente la propria vita quotidiana (contro il 37 per cento degli oncologi), mentre il 61 per cento degli oncologi ritiene che sia il dolore il problema principale (contro il 19 per cento dei pazienti).

La conseguenza psicologica di questa errata percezione è che il 74 per cento dei pazienti si è rassegnato a considerare la fatigue un sintomo inevitabile con il quale convivere e non curabile e quindi spesso non lo riferisce al proprio medico. Il paziente non sa darsi spiegazione di questa stanchezza infinita, confonde spesso i suoi sintomi con quelli di una sindrome depressiva, la accetta in

maniera silenziosa ostacolando inconsapevolmente la soluzione.

Diventa quindi molto importante diffondere la cultura della qualità della vita del paziente oncologico, in modo da incoraggiare il paziente a parlare con il suo medico non solo della nausea, del dolore, ma anche di quei sintomi magari più sfumati ma



che condizionano molto la sua vita.

Ma perché i pazienti non hanno difficoltà a parlare dei disturbi fisici, anche se non accadono sempre, mentre nel caso della fatique e della depressione non sempre viene riferito il disturbo anche quando è presente sempre?

Sembra di poter dire che il problema sta nella difficoltà di comunicazione tra medico e paziente: al sintomo nausea viene data una risposta farmacologica, anche in assenza di una comunicazione di disagio da parte del paziente, non è così nel caso della fatigue. Non a caso la fatigue è stata anche definita la malattia della comunicazione.

E necessaria quindi una buona capacità di accoglienza, di ascolto e di comprensione, in modo da poter cogliere anche da sfumati sintomi il reale malessere del paziente.

E importante distinguere la differenza tra uno stato depressivo legato al vissuto emotivo del paziente e che richiede un intervento psicologico e la fatigue che è una sindrome basata su precisi meccanismi fisiopatologici e biochimici, la cui cura è di competenza dell'oncologo.

Questo ci riporta quindi al nuovo approccio al paziente oncologico che definiamo "globale", in quanto prende in considerazione tutte le manifestazioni di sofferen-

Quindi la gestione dei sintomi può richiedere I 'intervento contemporaneo dello specialista medico e dello psicolo-

Il sostegno psicologico può essere utile ad alleviare lo stato di ansia e di turbamento che pervade il paziente a causa

> anche delle difficili condizioni fisiche in cui si trova.

Parlarne è il primo passo per chiedere "una mano".

Sappiamo bene essere come malati di tumore significa sentire tutta la pesantezza del vivere.

Un senso di spossatezza totale, fisica ed emotiva, compromette seriamente la qualità di vita di questi pazienti.

In queste situazioni la persona ha assolutamente bisogno di un aiuto esterno, di qualcuno che gli riveli i meccanismi che lo stanno logorando dentro, qualcuno che raccolga lo sconforto per la difficile battaglia che si sta combattendo nel suo animo.

Il paziente desidera un cambiamento ma spesso non sa come fare e finisce per vivere una sorta di rassegnazione passiva, oppure manifesta comportamenti di reazione che non producono effetti se non il disorientamento di chi gli sta accanto.

" Non so come comportarmi", mi viene talvolta detto da un familiare vicino al malato, " Qualsiasi cosa faccia non va bene....." Questo ci da l'idea della prostrazione in cui può vivere il paziente e chi gli sta accanto.

Fondamentale quindi che anche la famiglia sia correttamente informata sulle cause e quindi i possibili trattamenti della fatique, nonché abbia lei stessa un supporto per meglio gestire la situazione con il paziente a partire dal riconoscerla e a decidere di parlarne con il proprio medico.







# Il Dottor Mentasti



Dr. Mentasti, quando ha incontrato per la prima volta il Volontariato in ospedale?

I mio primo incontro con le associazioni che si muovono all'interno dell'ospedale di Treviglio-Caravaggio è stato proprio in occasione della prima sede messa a disposizione del Volontariato, il 9 gennaio 2003, per iniziare il percorso della sua strutturazione in ospedale. Da allora strada ne è stata fatta assieme.

Vi devo confidare che nel gennaio 2003, per me - che ero fresco di Sanità - era difficile comprendere appieno il senso, il perché del volontariato dentro l'ospedale. Oggi credo di aver capito qualcosa di più e sono soddisfatto dei buoni rapporti che ho instaurato con le Associazioni di Volontariato che svolgono la loro attività all'interno dell'ospedale. Ad esse anche quest'anno ho dedicato particolare attenzione, con incontri con le singole associazioni e dando risposte organiche alle richieste che mi sono state fatte.

Dr. Mentasti, lei quest'anno ha messo a disposizione del Volontariato un grosso spazio presso la portineria dell'ospedale di Treviglio-Caravaggio, come mai?

Dopo alcuni incontri con le singole associazioni di Volontariato ho capito che occorreva loro una sede comune, di grande spazio e visibilità, per attivare un nuovo percorso di crescita su progetti che interessano tutti i pazienti. Per questo mi è stato di particolare aiuto ed indirizzo don Piero Perego, ex cappellano dell'ospedale e coordinatore storico del Volontariato che opera nella Gera d'Adda.

Dr. Mentasti, per quanto riguarda i rapporti con l'associazione "Amici di Gabry" cosa mi può dire?

L'associazione "Amici di Gabry" è una della associazioni più attive e dinamiche nel fornire collaborazione. Ho potuto constatare come essa sia orientata al soddisfacimento dei bisogni assistenziali del paziente oncologico, a volte anche precorrendo i

tempi della nostra Azienda. In particolare, durante un incontro con il presidente, sig. Angelo Frigerio, ho
impegnato la Direzione Sanitaria ad
identificare processi sovra-dipartimentali che seguano l'ammalato
oncologico in tutti i suoi momenti,
dalla diagnosi al follow-up. In una
frase: centralità del paziente oncologico rispetto alla organizzazione
delle attività dipartimentali.

Dr. Mentasti, a proposito di Oncologia, c'è qualche novità?

La Regione Lombardia ci ha oggi comunicato che la nostra Azienda Ospedaliera è destinataria di un finanziamento per la creazione di un nuovo Servizio di Radioterapia all'ospedale di Treviglio-Caravaggio. Questo nuovo servizio, certamente per necessario la Bassa Bergamasca e per tutta la provincia di Bergamo, consentirà all'Azienda ospedaliera di avviare grandi progetti di sviluppo per il nostro ospedale cittadino, per completare il ciclo delle prestazioni necessarie al paziente oncologico.

Vorrei approfittare di questo spazio per formulare, all'Associazione "Amici di Gabry" ed ai Lettori della sua rivista, i miei migliori auguri per le prossime Festività Natalizie e per l'anno nuovo.

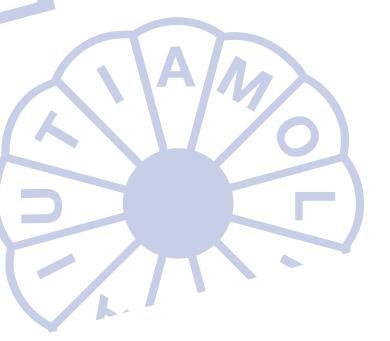
Giuseppe Brigatti Responsabile U.R.P. Comunicazione aziendale Azienda Ospedaliera Treviglio-Caravaggio L'associazione ringrazia le amiche di Adele Brembati che hanno voluto ricordare la loro amica scomparsa devolvendo un contributo per sostenere i progetti in programma.

### 19 Dicembre 2004

In P.zza mercato a Treviglio siamo tutti invitati alla festa organizzata dall'A.I.L. in occasione delle feste natalizie.

# Festa della Befana

il 6/01/04 in P.zza Mercato siete tutti invitati per una festa in onore delle "donne..."



treviglio

# La leggenda della befana

Come tutti noi sappiamo il 6 Gennaio si festeggia la Befana, la simpatica vecchietta che, nella più pura tradizione popolare italiana, volando su una scopa porta i doni ai bambini calandosi giù dai camini. E' per questo che noi tutti immaginiamo una vecchia signora con uno scialle sulla testa, con abiti scuri, strappati e sporchi di fuliggine. In realtà l'Epifania non è solo la festa che tutti i bambini aspettano per ricevere i doni, ma è una ricorrenza religiosa collegata alla visita dei Re Magi a Gesù.

alla visita dei Re Magi a Ğesù. La leggenda della Befana risale alla notte in cui i tre Re, Melchiorre, Baldassare e Gaspare, partirono da paesi diversi per portare oro, incenso e mirra a Gesù. In ogni luogo in cui passavano gli abitanti accorrevano per conoscerli e unirsi a loro, ma ci fu una vecchietta che all'ultimo minuto cambiò idea e si rifiutò di seguirli. Il giorno dopo, pentita, cercò invano di raggiungere i Re Magi e così non riuscì a vedere Gesù e nemmeno a portargli dei doni. Da allora, nella notte fra il 5 e il 6 Gennaio, volando sulla sua scopa con un sacco sulle spalle, passa per le case a portare ai bambini buoni i doni che non ha offerto a Gesù. Il termine Befana nasce infatti dal greco Epifania che significa "apparizione, manifestazione", per indicare appunto la nascita del Signore.

Dalle nostre parti è facile trovare paesi in cui ogni anno si festeggia l'Epifania secondo la tradizione popolare. Senza andare troppo lontano... a Calvenzano

ed a Brignano è famoso il rito in cui viene bruciata la famosa "vecchia".: un pupazzo, creato secondo le caratteristiche della nostra Befana, che dopo aver fatto il giro del paese viene bruciato da tutti gli abitanti nella Piazza. Il sei Gennaio in questi paesi è un altro giorno di festa che consente il ritrovo della popolazione: un momento per trovarsi e mangiare castagne in compagnia!

Questa festa, oltre ad avere il significato religioso che vi ho appena presentato, richiama facilmente il passaggio ad una nuova fase dell'anno... la Befana con i propri doni ci porta i presagi della primavera, la stagione da tutti attesa per il fatto di portare via il lungo freddo invernale, soprattutto ai freddolosi come me che amano il caldo!

Il culto della Befana, oltre che in Italia, lo troviamo anche in varie parti del mondo: dalla Persia alla Normandia. dalla Russia all'Africa del Nord. In questo culto molti paesi ritrovano il mito della Dea genitrice primordiale, signora della vita e della morte, della rigenerazione della Natura. Per altri invece la Befana, nella sua figura, riassume l'immagine della Dea antenata custode del focolare, luogo sacro della casa... non è un caso infatti che si serve proprio dei camini per introdurre l'allegria nelle case, svolazzando con la sua fantastica scopa magica! O più semplicemente la vecchietta rappresenta l'anno vecchio che, dopo le feste del periodo Natalizio, se ne va lasciando dei doni... come dice il detto popolare: L'Epifania tutte le feste le porta via!

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

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

II 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





# AMICI DI GABRY - ONLUS 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

Il servizio è a disposizione esclusivamente per i soci dell'Associazione per problematiche inerenti alla malattia.

Per appuntamento telefonare negli orari di apertura alla sede associativa in Viale Oriano a Treviglio

# • 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 piccoli gruppi su tematiche legate alla malattia tumorale.

