



Vaccini, HPV e Covid

Tabù: Il carcinoma vulvare
Intervista Dr. Michele Comberlato
La mia storia per la "MutterNacht"



pag. 11



pag. 16



pag. 38

- | | | |
|---|---|--|
| <p>3 Tabù: Il carcinoma vulvare</p> <p>6 La conferenza stampa dell'ATAA</p> <p>7 Dr. Herbert Heidegger
Vaccino: chance e dovere</p> <p>9 Dr. Guido Mazzoleni:
Dati attuali e una nota critica</p> <p>11 HPV – Lo studio svedese</p> <p>12 mamazone: Attese troppo lunghe!</p> | <p>13 Intervista Primario Dr. M. Comberlato</p> <p>15 Commento</p> <p>16 Il film: I Colloqui sul Cancro</p> <p>19 Erna Holzer: Cancro e Covid</p> <p>20 Elena Breda: Racconto MutterNacht</p> <p>24 Grazie Despar</p> <p>26 Daniela Pircher e il suo libro</p> <p>28 Pausa Covid per il gruppo "Der Baum"</p> | <p>29 L. Bazzanella: On the road again</p> <p>30 La Chance è neutrale per il clima</p> <p>31 Gita provinciale 15.05.2021</p> <p>32 Cosa succede nei circondari</p> <p>38 Buono e sano con il Dr. Michael Kob</p> |
|---|---|--|

PARLIAMONE

Care lettrici, cari lettori

No, non c'è una fine all'orizzonte. Covid-19 determina ancora la nostra vita quotidiana, il nostro pensare, il nostro fare. Nei circondari quasi tutte le attività sono sospese, ad eccezione di alcuni corsi e gruppi di auto-aiuto che continuano online. Nei nostri pensieri siamo vicini ai nostri membri e in molte telefonate riusciamo a trasmettere questa vicinanza.

Ma anche se tutto sembra fermo, la vita continua. Per l'Assistenza Tumori Alto Adige questo significa soprattutto adempiere ai propri doveri. I nostri soci non sono soli. Gli uffici dell'ATAA nei singoli circondari sono sempre aperti, ricevono previo appuntamento telefonico. Aiutiamo, diamo sostegno (finanziario) a chi ne ha bisogno. E non ci siamo dimenticati del nostro importante impegno di informare e di promuovere la prevenzione. Il 4 febbraio, come ogni anno, abbiamo tenuto la nostra tradizionale conferenza stampa per celebrare la Giornata Mondiale contro il Cancro. Molti giornalisti sono venuti a sentire qual sia il focus di quest'anno. Il dottor Guido Mazzoleni, primario del reparto di Patologia e direttore del Registro Provinciale dei Tumori, ha presentato gli

ultimi dati. In termini di prevenzione l'Alto Adige purtroppo non è proprio un esempio. Interessanti i dati relativi alle diagnosi di tumore dallo scoppio della pandemia. Le statistiche parlano di un calo del 35% e questo purtroppo non è un dato positivo, bensì motivo di preoccupazione. Il dottor Herbert Heidegger, primario del reparto di Ginecologia dell'ospedale di Merano, ha sottolineato come gli ambulatori medici e gli ospedali siano luoghi sicuri e che i controlli preventivi non dovrebbero essere saltati per paura del contagio da Covid-19, come purtroppo è accaduto.

Nel contesto della prevenzione anche la vaccinazione HPV è un argomento molto importante. Questo vaccino previene infatti il cancro al collo dell'utero: in Italia risulta vaccinata una media del 54,1% della popolazione, in Alto Adige solo il 22,1%.

E c'è un'altra vaccinazione di grandissima importanza: quella contro il Coronavirus. Secondo il Primario Heidegger, i pazienti sottoposti a terapia tumorale dovrebbero entrare nelle categorie dei soggetti da vaccinare al più presto.

È un tema che solleva in ogni caso molte domande e preoccupazioni e ci sono ancora poche risposte chiare su questo argomento. Per esempio: anche gli ex-malati di cancro rientrano tra i gruppi a rischio che dovrebbero avere la priorità nel programma di vaccinazione? La risposta è no. Che dire però dei pazienti che hanno una mutazione BRCA1 o BRCA2? Anche questi contano come gruppi a rischio e ci sono indicazioni su quali vaccini siano più appropriati in questo caso? Una domanda per la quale non c'è ancora una risposta chiara. Molti es-pazienti hanno affrontato ore di attesa al telefono per venime a capo. La Chance ha cercato di fare un po' di luce su questo argomento.

La primavera, invece, non si lascia influenzare dal Coronavirus. Le giornate sono di nuovo più lunghe, il sole riempie le nostre valli e spero che i suoi raggi raggiungano i vostri cuori. Non lasciamoci abbattere e, soprattutto, abbiate cura di voi stessi!

Ida Schacher



Ida Schacher
Presidente

Con il gentile sostegno della Ripartizione Salute

AUTONOME PROVINZ
BOZEN - SÜDTIROL

Gesundheit



PROVINCIA AUTONOMA
DI BOLZANO - ALTO ADIGE

Salute



LA CHANCE: Periodico gratuito per i soci dell'Assistenza Tumori Alto Adige.

Editore: Assistenza Tumori Alto Adige, Via Marconi 1b, 39100 Bolzano, Tel: 0471 28 33 48, info@pec.krebshilfe.it, info@krebshilfe.it

Iscritta nel reg. prov. delle organizzazioni di volontariato Decr. n. 199/1.1-28.10.1997 Iscrizione al Tribunale di Bolzano N°3/2003

Segreteria: Assistenza Tumori Alto Adige Direttrice: Dr. Nicole Dominique Steiner Foto: Othmar Seehauser Foto di copertina: Statua di San Giorgio e il drago a Bressanone Layout: Studio Mediamacs, Bolzano Stampa: Tipografia Athesia Druck Srl, Bolzano Prossima edizione: agosto 2021



Falso tabù

Il carcinoma vulvare, un tumore raro che può essere prevenuto con la vaccinazione HPV



Foto: iStockphoto

Un tumore raro che colpisce solo 1.200 donne l'anno in Italia e una decina in Alto Adige. Se individuato precocemente e se non sono interessati i linfonodi, le possibilità di guarigione sono molto buone, ma è un tumore con degli effetti collaterali che compromettono fortemente la femminilità della paziente. Stiamo parlando del carcinoma della vulva. Circa il 60% è causato da malattie croniche della pelle della vagina, il 40% da infezione da HPV. Ciò significa che questo cancro può essere prevenuto con la vaccinazione contro il Papilloma virus.

La dottoressa Sonia Prader, da gennaio 2020 primario di Ginecologia e Ostetricia a Bressanone, ha lavorato intensamente su questo argomento e ha pubblicato diversi articoli su di esso, soprattutto in relazione al linfonodo sentinella. Proprio di recente ha partecipato come relatrice ad un webinar internazionale su questo tema. Prima di tornare in Alto Adige, ha lavorato e fatto ricerca per molti anni all'ospedale di Essen.

Dr. Prader, si parla molto del cancro alla prostata negli uomini, ma non si sente quasi mai parlare del cancro alla vulva, almeno negli ambienti non medici.

Dr. Sonia Prader: Questo è vero. Dipende senz'altro anche dal fatto che il cancro vulvare è uno dei tumori rari, mentre il cancro alla prostata è una delle neoplasie più comuni negli uomini. Ma un'altra ragione è certamente che è ancora un argomento tabù. E, se mi è permesso aggiungerlo, questo è particolarmente vero in Alto Adige.

Perché è un cancro in una zona molto intima e delicata del corpo?

Dr. Sonia Prader: Anche questo. In più del corpo femminile! E di questo non si parla. Ma quel che è peggio è che le donne, e soprattutto le donne anziane, si vergognano molto del loro corpo. Il cancro alla vulva rientra nell'area della sessualità e quindi è tabù. È una parte del corpo che non si guarda, non si tocca, e se c'è qualcosa che "non va" nella zona vaginale, sono tante, troppe, le donne che fanno fatica ad ammetterlo a se stesse, figuriamoci a parlarne.

>



Foto: Obimar Seelhauser

La Dr. Sonia Prader, da gennaio 2020 primaria del reparto di Ginecologia ed Ostetricia a Bressanone

Di conseguenza spesso lasciano passare troppo tempo prima di contattare un medico.

Quali sintomi indicano un cancro vulvare?

Dr. Sonia Prader: Cambiamenti nella pelle, rossore, gonfiore, forte prurito, dolore durante il rapporto. Questo cancro è evidente e visibile. E come per qualsiasi altro cancro, prima viene rilevato, migliori sono le possibilità di cura e meno invasiva è l'operazione. Bisogna sempre asportare anche porzioni del tessuto circostante, labbra interne e/o esterne, clitoride. A seconda della localizzazione del tumore e dell'estensione della lesione cancerogena, l'intervento può essere quindi molto invasivo. Si provvede comunque già durante il primo intervento alla ricostruzione della parte lesa con lembi di pelle.

Si guarisce da questo tumore?

Dr. Sonia Prader: Se la diagnosi è precoce e se il linfonodo sentinella non è interessato, la prognosi è eccellente!

In relazione al cancro alla prostata si parla sempre degli effetti profondi che questo ha sulla vita sessuale di un uomo. Va tenuto presente che è un tumore che colpisce principalmente gli uomini dai 65 anni in su. Ora l'età media delle donne che si ammalano di cancro vaginale è la stessa.

Dr. Sonia Prader: Questo è vero e per le donne vale anche per il cancro al seno. Molto spesso non solo questi effetti collaterali non sono menzionati, ma non sono neanche presi sul serio. Della sessualità di una donna, soprattutto di una donna non più giovane, generalmente non si parla e, peggio ancora, generalmente non viene considerata importante. Eppure molte donne hanno una vita sessuale molto soddisfacente anche dopo la menopausa.

L'operazione di un carcinoma della vulva mette in discussione la percezione del corpo e l'autostima di una donna?

Dr. Sonia Prader: Chiamiamo le cose con il loro nome: non solo le sensazioni corporee, ma anche le funzioni e tutta la vita sessuale. La chirurgia cambia l'aspetto

visivo ma anche la funzionalità dell'organo sessuale femminile. Può verificarsi un restringimento della vagina. A seconda della localizzazione del carcinoma e soprattutto delle sue dimensioni o del suo stadio, può essere necessaria anche la rimozione della clitoride. Nei casi avanzati la radioterapia segue circa tre o sei settimane dopo l'operazione. Questa terapia agisce sul tessuto molto delicato intorno alla vagina e lo indurisce. Le donne devono prendersi cura della loro vagina dopo l'intervento chirurgico se vogliono recuperarne la funzionalità.

Queste donne hanno un supporto adeguato dopo l'intervento?

Dr. Sonia Prader: Il mio reparto lavora con terapeuti sessuologi, ci vogliono delle competenze specifiche per poter aiutare. E questi problemi non possono essere affrontati in una conversazione di solo due ore. È un percorso lungo.

Questo carcinoma entra nella categoria delle malattie rare... pochi casi all'anno, meno di dieci in Alto Adige e circa 45.000 nel mondo. Ma potrebbero essercene ancora di meno.



Un team molto unito

Dr. Sonia Prader: Circa il 60% si sviluppa da alterazioni infiammatorie della pelle come il lichen sclerosus, o altre dermatosi che vanno tenute sotto controllo. Un altro 40% è invece causato da un'infezione da Papilloma virus. Questo significa che se le donne (e gli uomini) si facessero vaccinare contro l'HPV, i casi si dimezzerebbero. L'HPV è spesso considerato come una malattia venerea, è quindi probabile che si celi anche un aspetto religioso dietro il rifiuto della vaccinazione. Inoltre in Alto Adige continuano a circolare e vengono presi per verità falsi miti e idee sballate su Big Pharma. Inoltre sappiamo tutti che il movimento no-vax è molto forte.

Eppure è proprio questa vaccinazione che rappresenta un punto di svolta.

Dr. Sonia Prader: Il vaccino HPV e il vaccino contro l'epatite B sono gli unici due vaccini che abbiamo contro il cancro! La connessione tra il virus HPV e il cancro, scoperta premiata con il Nobel 2008, non è ancora penetrata nella coscienza generale. Questo vaccino può prevenire efficacemente il cancro! I virus attaccano soprattutto quando il sistema immunitario

è indebolito. Raccomandiamo quindi che i pazienti sottoposti a chemioterapia siano vaccinati contro l'HPV. In Catalogna e in Australia si vaccina il più possibile, fino ai 60 anni. L'HPV è simile all'herpes. Rimane silente nel corpo e si ripresenta attivamente in età avanzata, durante la chemio o anche in una situazione di crisi.

Torniamo un attimo all'aspetto malattia venerea...

Dr. Sonia Prader: Per quanto riguarda l'HPV, dobbiamo allontanarci dal contesto sessuale e puramente ginecologico. Questo virus è anche responsabile del cancro del pene, del retto e dell'ano (90%), del collo-testa (50%), della vescica... colpisce quindi anche uomini. Si nota anche che ci può essere un cluster di malattie associate all'HPV nelle famiglie. Presupponiamo che ci sia all'incirca un 15% di "famiglie HPV", e questo non tanto nel senso di trasmissione quanto di predisposizione. Bisogna anche dire che l'80-90% di queste infezioni si risolvono da sole e non causano il cancro. Nel momento in cui l'equilibrio fisico è disturbato, possono invece svilupparsi neoplasie.

In ogni caso, la vaccinazione è una protezione!

Dr. Sonia Prader: Assolutamente. Ragazze, donne e anche ragazzi e uomini dovrebbero farsi vaccinare. Purtroppo c'è un enorme deficit di informazione!

La vaccinazione è comunque un argomento controverso in questo particolare momento, se pensiamo al Covid.

Dr. Sonia Prader: La vaccinazione ha a che fare con la responsabilità. Verso se stessi e verso la società. Purtroppo le affermazioni senza base scientifica si trasmettono veloci e vengono percepite senza senso critico. In questo momento dobbiamo sperare di ricevere in fretta e in quantità sufficiente i vaccini contro il Covid e che poi vengano distribuiti secondo i giusti criteri di priorità. I pazienti in chemioterapia, con comorbilità, persone avanti con l'età o altri fattori di rischio hanno certamente la priorità. Quale tipo di vaccino? Quello che è disponibile! ●

Conferenza stampa Giornata Mondiale contro il Cancro 2021

Dati attuali - Le vaccinazioni come parte importante dell'assistenza sanitaria preventiva



Al centro della conferenza stampa dell'Assistenza Tumori Alto Adige in occasione del 4 febbraio, Giornata Mondiale contro il Cancro, ci sono stati non solo gli ultimi dati sui tumori in Alto Adige ma anche due vaccinazioni: il vaccino HPV, che riduce drasticamente il rischio di cancro, e il vaccino contro il Covid, un'arma importante per porre fine alla pandemia e che è consigliata anche ai pazienti affetti da cancro. Sono intervenuti il Dr. Herbert Heidegger, primario di Ginecologia e direttore del Centro senologico di Merano, e il Dr. Guido Mazzoleni, primario di Patologia anatomica e Istologia a Bolzano e direttore del Registro Tumori dell'Alto Adige.

Le vaccinazioni sono una parte importante della prevenzione sanitaria e sono particolarmente importanti anche per le persone affette da cancro. Sia il Dr. Heidegger che il Dr. Mazzoleni hanno invitato a fidarsi delle raccomandazioni dei medici e a non farsi ingannare dalle molte notizie false. La vaccinazione HPV, insieme alla vaccinazione contro l'epatite, è la prima immunizzazione efficace contro il cancro. Aver avuto un tumore in passato, così come essere sottoposti a terapia per una malattia oncologica, non sono controindicazioni al vaccino. Tuttavia la decisione sull'opportunità di effettuare una vaccinazione Covid-19 deve essere coordinata con il medico curante e la situazione di rischio

individuale del paziente deve essere sempre valutata attentamente. Sia Heidegger che Mazzoleni hanno invitato i pazienti a non rinunciare agli screening di prevenzione o gli esami di controllo nella fase del follow up, per paura di infettarsi con il Coronavirus: gli ospedali e gli ambulatori sono sicuri.

I dati più recenti: nel periodo 2013-2017 in Alto Adige sono stati registrati in media 2.857 nuovi casi di cancro all'anno, di cui 1.582 nella popolazione maschile e 1.275 nella popolazione femminile (esclusi i tumori della pelle non maligni). Il cancro alla prostata è stato il tumore più comune tra gli uomini (23% del numero totale di casi), seguito dal tumore coloretale (13%), dal

cancro ai polmoni (10%), da quello alla vescica (10%) e dal melanoma della pelle (5%). Le donne sono state colpite principalmente dal cancro al seno (28%), seguito dal tumore coloretale (11%), dal cancro ai polmoni (7%), dal melanoma della pelle (5%) e dal cancro all'utero (5%). Gli ultimi dati disponibili sulla mortalità (2015-2019) mostrano che in media ogni anno muoiono di cancro 1.142 altoatesini, con una quota di uomini (629 persone) più alta rispetto alle donne (513 persone). In generale l'analisi nel tempo conferma una diminuzione del trend di incidenza dei tumori negli uomini ed una tendenza sostanzialmente stabile per i tumori nelle donne. ●

La vaccinazione: chance e dovere

Un'intervista al primario Dr. Herbert Heidegger, Ginecologia Merano

– l'ospedale è un luogo sicuro



Foto: Othmar Seibauer

Una notizia sensazionale, il risultato del cosiddetto "Studio Svedese sull'HPV", pubblicato sul New England Journal of Medicine sull'effetto della vaccinazione HPV, virus che può causare il cancro alla cervice, ma non solo. E poi: la vaccinazione contro il Covid per i pazienti oncologici e l'effetto della pandemia sulle diagnosi di tumore. Il Dr. Herbert Heidegger, primario di Ginecologia a Merano, ha presentato cifre e risultati interessanti alla conferenza stampa dell'Assistenza Tumori Alto Adige, il 4 febbraio scorso. L'abbiamo intervistato.

Quanto ai risultati dello "Studio Svedese sull'HPV", pubblicato sul New England Journal of Medicine, Lei parla di risultati sensazionali...

Dr. Herbert Heidegger: Assolutamente sensazionali, sì! Per la prima volta si è potuto dimostrare che il cancro può essere prevenuto grazie a una vaccinazione. Parliamo dei dati di quasi 1,7 milioni di ragazze e donne tra i 10 e i 30 anni, che sono stati esaminati per mettere in correlazione la vaccinazione HPV con il cancro della cervice uterina nel periodo 2006 - 2017. I risultati sono più che impressionanti: per le ragazze vaccinate prima dei 16 anni e presumibilmente prima del primo rapporto

sessuale, il rischio di sviluppare il cancro cervicale si è ridotto dell'88%! Una vaccinazione, la prima vaccinazione che previene il cancro! Ciò significa che questo cancro può essere eradicato.

Il cancro della cervice di per sé non è un tumore molto comune, vero?

Dr. Herbert Heidegger: Dalle nostre parti Le dico di sì. Attraverso lo screening con il Pap-test e il test HPV, dove gli stadi precancerosi possono essere rilevati precocemente, il rischio si è già ridotto di molto, questo è vero. Ma in tutto il mondo, il cancro cervicale è uno dei tumori più frequenti nelle donne.

Tuttavia, dovrebbero essere vaccinate non solo le ragazze (o eventualmente le donne fino a 45 anni), ma anche gli uomini. L'Alto Adige però è all'ultimo posto in Italia per numero di vaccinazioni...

Dr. Herbert Heidegger: Siamo appena sopra il 20% e questo è davvero un risultato vergognoso. Dobbiamo pensare a come motivare i giovani. Lo dovrebbe fare l'Ufficio Provinciale per la Prevenzione! Altri paesi stanno mostrando la strada: in Canada e in Danimarca, per esempio, ci sono giornate di vaccinazione e di informazione nelle scuole. Dobbiamo anche portare avanti la questione come medici specializzati in ginecologia. Avrebbe senso che anche i

>

ginecologi possano vaccinare. Molto spesso le mie pazienti mi chiedono informazioni per le loro figlie e, spiegando quanto sia utile la vaccinazione, molte di loro si convincono. Sono anni che ne parliamo, ma stiamo facendo davvero pochi progressi in questo campo. Siamo gli ultimi per numero di vaccinati in Italia nelle donne, per non parlare dei giovani uomini. Le cifre lì sono dell'ordine del 5%.

Un'infezione con l'HPV dovrebbe invece anche preoccupare il sesso maschile, e non solo per proteggere le loro partner...

Dr. Herbert Heidegger: No, infatti colpisce anche loro. Il 30% di tutti i tumori legati all'HPV in Europa sono maschili: carcinoma del pene e del retto, nonché i carcinomi della cavità orale.

L'atteggiamento negativo degli altoatesini nei confronti delle vaccinazioni è stato dimostrato anche recentemente dalla partecipazione inizialmente molto lenta del personale medico e sanitario alla vaccinazione contro il Covid-19. Lei è anche il presidente del comitato etico dell'Alto Adige. Qual è la sua posizione a questo riguardo?

Dr. Herbert Heidegger: L'articolo 32 della nostra Costituzione afferma che nessuno può essere costretto ad adottare una misura sanitaria che riguarda la sua salute. Questo da una parte. Ma poi la legge parla anche di un dovere verso la società, dell'obbligo alla solidarietà. Medici e paramedici hanno una responsabilità verso se stessi, ma anche verso la società e soprattutto verso le persone che si affidano alle loro cure. Certo, non possiamo obbligare nessuno. La strada maestra resta quella di un'informazione trasparente e approfondita, tenendo conto anche delle preoccupazioni. A Merano inizialmente solo il 60% dei medici ha accettato di farsi vaccinare, oggi siamo al 90%. Nel mio reparto credo che il 70% del personale infermieristico si sia fatto vaccinare.

C'è molta incertezza tra i malati oncologici (e non solo) sull'opportunità di vaccinarsi o meno.

Dr. Herbert Heidegger: In linea di principio c'è una raccomandazione precisa di vaccinazione per i pazienti con cancro. È vero che inizialmente solo pochi malati di cancro hanno partecipato agli studi per l'approvazione del vaccino, ma nel frattem-

po il campione è cresciuto e oggi abbiamo a disposizione cifre più robuste. Tutte le società di medicina, dico tutte, sono d'accordo che i pazienti oncologici e quindi immuno-compromessi, debbano essere vaccinati. E questo il più presto possibile! È possibile però che in questa categoria di pazienti il vaccino dimostri un'efficacia limitata, il che significherebbe che potrebbe essere necessario un terzo richiamo. In ogni caso occorre comunque sempre consultare il medico curante. Secondo me i malati cronici e i pazienti oncologici avrebbero dovuto essere vaccinati subito dopo gli anziani e il personale medico e paramedico. Sottolineiamo sempre che i pazienti oncologici dovrebbero avere priorità assoluta in base al principio che vanno vaccinati prima i soggetti più a rischio.

Ci sono preferenze rispetto a un tipo di vaccino piuttosto che a un altro?

Dr. Herbert Heidegger: So che c'è questa discussione, Pfizer - Astra Zeneca... lo dico che Pfizer o non Pfizer, non bisogna perdere tempo e farsi vaccinare il prima possibile. La discussione sul vaccino Astra-Zeneca è nata perché nei primi gruppi test per l'approvazione non erano state inserite molte persone anziane. Nel frattempo le cose sono cambiate e ci sono dati sufficienti anche riguardo a questo gruppo. In ogni caso, e lo dico per chiunque pensi ancora di poter prendere il Covid alla leggera: il Covid-19 non è solo un pericolo per gli anziani. Tra gli infetti ci sono anche molti giovani - e ci sono anche pazienti giovani in gravi e gravissime condizioni. Nel mio reparto abbiamo avuto grossi problemi con le donne incinte e i loro partner che erano positivi. Più di 50 donne erano positive al momento del parto. Abbiamo dovuto introdurre aree separate nel reparto maternità. Una sfida enorme per tutto lo staff, che è stata gestita brillantemente.

E cosa ci dice riguardo allo screening e alla diagnosi (precoce) del cancro?

Dr. Herbert Heidegger: Si tratta di una questione i cui effetti drammatici diventeranno evidenti solo nei prossimi anni. A prima vista abbiamo a che fare con una massiccia diminuzione delle diagnosi di cancro: attorno al 40 per cento in meno!

Però c'è poco da festeggiare...

Dr. Herbert Heidegger: Esattamente! Si tratta piuttosto di una situazione dramma-

tica, che è stata dimostrata in uno studio sui tumori ginecologici in Austria, e che è più che confermata dai dati del nord Italia, compresa Trento. 40% in meno di diagnosi di cancro al seno, meno 47% per il cancro alla prostata e nello stesso range anche le diagnosi di cancro al colon. E queste cifre possono probabilmente essere applicate anche all'Alto Adige.

Questo è dovuto al fatto che non vengono eseguiti esami preventivi e di controllo?

Dr. Herbert Heidegger: Esattamente. Anche qui stiamo parlando di una diminuzione del 50% delle mammografie e delle colonscopie. Questo è davvero un dato preoccupante. Si stima che nei prossimi cinque-dieci anni ci sarà fino al dieci per cento di morti in più per questo motivo.

E questo problema non riguarda poi solo il cancro, vero?

Dr. Herbert Heidegger: No affatto, esistono anche altre patologie gravi! A volte sembra che la Direzione sanitaria al momento non veda nient'altro che la pandemia di Covid, mentre ci sono problemi urgenti in tutte le specialità.

Qual è la situazione nel suo reparto a questo proposito?

Dr. Herbert Heidegger: Abbiamo sempre cercato di mantenere almeno gli esami di controllo, sono stati inevitabili alcuni rinvii, ma solo di due o tre settimane. A parte quei casi in cui si può tranquillamente aspettare qualche mese. E siamo altrettanto impegnati ad offrire gli esami di screening. Tuttavia, chi tenta prenotare tramite il CUP in questo momento, finisce sicuramente alla fine di una lunga lista d'attesa. Per questo motivo abbiamo comunicato ai medici di segnalare i casi urgenti direttamente a noi. Io stesso continuo a contattare le pazienti che dovrebbero effettuare i controlli previsti dal follow up, se vedo che non si presentano. C'è molta paura e incertezza. Posso solo sottolineare: non è rischioso venire da noi in reparto. "Venite all'ospedale! Fate i controlli. Non aspettate troppo!" ●

Diagnosi: da precoci a tardive

La pandemia rallenta gli screening – Partecipazione troppo bassa al vaccino HPV



Foto: Otlmer Seelauer

La popolazione altoatesina non è tra le più virtuose per quanto riguarda la partecipazione ai programmi di screening, e neanche nella risposta alla campagna vaccinale contro l'HPV. Il primario del reparto di Anatomia e Istologia Patologica, Dr. Guido Mazzoleni, ha utilizzato la tradizionale conferenza stampa dell'ATAA, il 4 febbraio scorso, Giornata Mondiale contro il Cancro, per una tiratina d'orecchi. Numeri alla mano, una volta tanto, gli altoatesini non sono i primi della classe ma il fanalino di coda.

La settimana attorno al 4 febbraio per i media è sempre un'occasione di accesso agli ultimi dati sulla salute degli altoatesini, almeno per quanto riguarda le malattie oncologiche. Il Dr. Mazzoleni, che è anche direttore del Registro Tumori dell'Alto Adige, è ospite di default dell'appuntamento, perché è lui che ha in mano e davanti agli occhi tutti i numeri, e sulla sua scrivania passano tutti i risultati delle biopsie e degli screening effettuati in Alto Adige. Certo, l'anno 2020 non è stato un

anno come gli altri, la pandemia di Covid-19 ha influenzato anche, e non poco, l'andamento delle malattie oncologiche. E non solo per la difficoltà a stabilire chi nel corso del 2020 sia morto per tumore e chi invece per Covid. "C'è molta confusione", ribadisce il Primario.

Comunque non tutto è nero, e quindi iniziamo con un primo dato positivo e molto importante: per la prima volta è stato registrato un calo del numero di

melanomi; l'Alto Adige registrava infatti da anni il numero più alto pro capite di tutta l'Europa. Mazzoleni: "Finalmente ci troviamo di fronte ad un trend inverso, significa che finalmente la gente sta più attenta e si protegge." Un altro calo significativo riguarda i tumori ben differenziati della tiroide nelle donne, che si confermano ad un livello inferiore rispetto al dato nazionale. Va ricordato che l'Italia assieme alla Corea del Sud detiene il record di incidenza a livello mondiale. "Si tratta di neoplasie ben dif-

>

ferenziate, a causa delle quali solitamente non si muore e i dati sono in parte riconducibili ad uno sforzo diagnostico eccessivo da parte degli endocrinologi”, sottolinea il Dr. Guido Mazzoleni.

Un dato molto interessante, perché da interpretare anche dal punto di vista sociologico, è la diminuzione dell'incidenza dei tumori nella popolazione maschile, mentre per le donne rimane pressoché stabile. La ragione è soprattutto una specie di sorpasso delle donne per quanto riguarda i tumori ai polmoni. Questa neoplasia, tra le più aggressive, è comunque sempre al terzo posto sia tra i maschi (10,2%) che tra le femmine (7,4%), ma mentre negli uomini è in calo perché diminuisce il numero dei fumatori, nelle donne è in aumento, perché nella popolazione femminile il trend delle fumatrici è inverso. E la quota dei tumori attribuibili al fumo (attivo e passivo!) è sempre la più alta. In ogni caso, quanto al fumo, gli altoatesini sono bravi, meno di loro fumano solo in Lombardia.

Diversa invece la statistica per il consumo a maggior rischio di alcool. Qui la provincia di Bolzano sale al primo posto in Italia con il 37,3%, seguita dal Trentino (31,5%) e dal Molise (29,3%), i più virtuosi, ultimi in classifica, sono i calabresi con appena il 7%.

Il livello di partecipazione allo screening per il tumore alla mammella in provincia è accettabile – “abbastanza accettabile” dice il primario di Patologia - ma potrebbe essere molto più alto, soprattutto visto che da qualche anno l'invito alla mammografia arriva addirittura insieme ad un appuntamento. Ciononostante nel 2019 solo il 65,6% delle donne ha risposto all'invito. “Il 2020 invece, dice Mazzoleni, è stato un disastro.” Infatti quello che potrebbe sem-

brare un numero positivo, ovvero un calo di circa il 50% delle diagnosi di tumore al seno, è invece un dato molto allarmante perché indice che le donne non sono andate a fare la mammografia. Per paura di prendersi il Covid e anche a causa della inevitabile riorganizzazione degli ospedali travolti dalla prima ondata della pandemia. Gli effetti della diminuzione degli esami di screening e di controllo diventeranno evidenti solo fra cinque o dieci anni, causando molto probabilmente un aumento significativo della mortalità. E questo non solo nell'ambito del tumore al seno, ma in generale.

L'altro screening femminile, il Pap-test, va bene, il 90% delle donne in Alto Adige sono infatti controllate. Il numero di tumore alla cervice è infatti molto basso. Potrebbe però essere ancora più basso: grazie al vaccino contro il virus HPV, il Papilloma virus, questo tumore molto aggressivo che, non in Europa, ma in altre parti del mondo è sempre uno dei più frequenti nelle donne, potrebbe essere estirpato. Tra il 2016 e il 2018 ha causato 16 decessi in Alto Adige, nel 2019 5. Il precursore della neoplasia, cioè l'infezione HPV nella fascia d'età tra i 35 e i 40 anni, può arrivare ad un'incidenza del 20%.

Il vaccino HPV è gratuito per le ragazze tra gli 11 e i 17 anni, le donne di età compresa fra i 18 e i 45 anni ed i maschi tra gli 11 e i 26 anni possono invece ricevere la vaccinazione ad un prezzo agevolato. Nel maschio l'infezione è comunque responsabile di malattie neoplastiche come tumori della testa e della gola, tumore della lingua o dell'ano. È il primo tumore che può essere evitato tramite un vaccino, ma la risposta della popolazione è del tutto insoddisfacente. Delle ragazze nate tra il 2006 e il dicembre 2018 appena il 18,95 % risulta

vaccinato con ciclo completo, la media italiana è del 40,34%. Nei maschi si scende addirittura al 5,69%, contro una media italiana del 20,82%.

Un altro screening importante è quello del sangue occulto per scoprire forme pre-tumorali e neoplasie del colon. Un esame non invasivo che solo se positivo è seguito da una colonscopia. Un esame molto efficace per fermare un tumore in una fase precoce. Ma anche qui solo il 39,8% della popolazione interessata ha risposto (anno 2019). Il tumore del colon (11,6%) è la seconda causa di morte oncologica negli uomini dopo il tumore al polmone (20,1%), nelle donne con il 13,5% la seconda, dopo il tumore al seno con il 15,3%.

In generale le statistiche presentate dal Dr. Mazzoleni mostrano una diminuzione della mortalità per tumore nei maschi, con 671 decessi nel 2020 e una situazione sostanzialmente stabile nelle donne con 536 nel 2020 (numeri stimati).

Per quanto riguarda il Covid, dice il Direttore del Registro Tumori, ci saranno molte cose da studiare a fondo. Sono già stati presentati diversi studi che parlano di un calo significativo delle diagnosi di tumore. Uno studio effettuato a Reggio Emilia parla di una media di circa il 35% per tutte le tipologie di tumore. Meno 35% nei tumori al seno, meno 22% nei tumori al polmone, meno 53% nei tumori al colon, meno 32% nei tumori alla prostata e meno 49% nei tumori ematologici. “La diagnosi quindi non è più precoce ma tardiva, bisogna quindi andare a vedere com'è cambiata la stadiazione dei tumori a fine anno.” Tutte cose da studiare a fondo per il Dr. Guido Mazzoleni e il suo team. ●

La Chance digitale

Qui troverete anche il giornale in versione digitale.
Basta scansionare il codice QR e leggere online.



Lo studio svedese HPV

Il vaccino riduce in modo marcato il tumore al collo dell'utero



© Pixabay: Agelo Esslinger

I dati ottenuti da un ampio studio condotto dai ricercatori del Karolinska Institutet in Svezia, dimostrano che il vaccino contro il Papilloma virus umano, o HPV, riduce il rischio di sviluppare il cancro della cervice (o collo dell'utero). L'effetto è particolarmente marcato nel caso in cui la vaccinazione sia stata effettuata in giovane età.

Utilizzando i dati dei registri nazionali svedesi, il gruppo di ricerca ha seguito quasi 1,7 milioni di ragazze tra i 10 e i 30 anni di età per un periodo di tempo lungo 11 anni. Lo studio è durato dal 2006, anno in cui in Svezia è stata approvata la vaccinazione contro l'HPV, al 2017. Quasi un terzo delle donne esaminate era stato vaccinato, aveva cioè ricevuto almeno una dose del vaccino quadrivalente contro 4 tipi di virus HPV. Il cancro della cervice è stato osservato in 19 ragazze vaccinate e in

538 non vaccinate, una differenza eclatante che corrisponde a un'incidenza cumulativa, quindi a un numero di eventi che si verifica in un dato periodo nella popolazione, rispettivamente, di 47 casi su 100.000 persone e 94 casi su 100.000 persone. I ricercatori hanno inoltre calcolato che la vaccinazione è associata a una riduzione del rischio di cancro cervicale del 53 per cento quando eseguita tra i 17 e i 30 anni di età e dell'88 per cento quando fatta prima dei 17 anni. Per ottenere il maggior beneficio, il vaccino

quadrivalente va somministrato prima che la persona sia esposta all'infezione da HPV. Questo perché il vaccino non ha un effetto terapeutico, e non può quindi contrastare un'infezione da HPV già presente. ●

Fonte: Lei J et al. HPV Vaccination and the Risk of Invasive Cervical Cancer. *New England Journal of Medicine* 2020; 383:1340-8 / AIRC

mamazone: senza mammografia nessuna prevenzione

La campagna "Attivi contro il cancro al seno" rivela tempi di attesa troppo lunghi

Una cosa già nota da tempo e nuovamente riconfermata: i tempi d'attesa per effettuare gli esami di diagnosi precoce sono troppo lunghi. A lamentarsene sono tante donne che si sono rivolte all'iniziativa mamazone che oggi chiede una soluzione urgente al problema.

"Prima si scopre, maggiori sono le possibilità di cura", questo è il messaggio centrale dell'ultima campagna di sensibilizzazione di mamazone - Donne e ricerca contro il cancro al seno dal titolo "Attivi contro il cancro al seno". Tuttavia la diagnosi precoce di un possibile cancro al seno è possibile solo se il corrispondente esame di diagnosi precoce, cioè la mammografia, può essere effettuato in tempo utile. Questo non è stato garantito per un bel po' di tempo.

Al contrario: le donne altoatesine raccontano di tempi di attesa fino a 18 mesi per una mammografia. Anche le donne che già si sono ammalate di cancro al seno e che per anni sono state sottoposte ad un protocollo di controllo, si sono ritrovate con appuntamenti rinviati di mesi - in questo caso a causa della pandemia da Coronavirus. La diagnosi precoce, rammenta mamazone, non può funzionare così!

mamazone chiede ai responsabili di ridurre drasticamente i tempi di attesa per le mammografie o di cercare partner pri-

vati che gestiscano gli esami per conto del servizio sanitario. È importante, tuttavia, che anche al di fuori dello screening, gli esami mammografici rispettino i requisiti di qualità EUSOMA, cioè un controllo delle immagini effettuato in modo indipendente

da due radiologi che valutano ciascuno almeno 5000 immagini all'anno. "L'occhio allenato è fondamentale nella lotta contro il cancro al seno", concludono Erika Laner e Martina Ladurner di mamazone Alto Adige nel loro appello. ●

Informazioni

info@mamazone.it | www.mamazone.it | Tel. +39 335 650 63 53



Le sfide non mi hanno mai fatto paura

Dr. Michele Comberlato, il nuovo primario del reparto di Gastroenterologia a Bolzano

Foto: Ottmar Sehauser



Non ha mai ambito ad occupare posizioni di vertice, la spinta più forte gliel'hanno data i colleghi e poi il fatto che con l'età le scelte effettuate da qualcun altro possono andare strette... Il Dr. Michele Comberlato è diventato primario di un reparto che conosce da sempre, la Gastroenterologia, Fisiopatologia e Endoscopia Digestiva a Bolzano. Problemi da risolvere ce ne sono tanti, in primis la mancanza di personale e poi tutte le problematiche legate alla pandemia.

Com'è diventare capo di una squadra nella quale si lavora da sempre?

Dr. Michele Comberlato: Certo, da essere uno dei tanti a diventare direttore, le cose cambiano. Ho accettato l'idea di candidarmi a Direttore per gli ottimi rapporti che ho con tutti i miei colleghi e per una certa capacità di decisione, ma anche di mediazione, che ho potuto sviluppare negli anni in cui sono stato Presidente e Vicepresidente dell'Ordine dei Medici. Certo,

cambiano i rapporti, ma solo in parte ed io ho cercato di attuare un cambiamento in modo soft, senza strappi e condividendo al massimo le decisioni importanti.

Un reparto complesso il suo, e da sempre alle prese con lunghe liste d'attesa per gli esami endoscopici.

Dr. Michele Comberlato: Le liste sono un problema, non dico di no, ma bisogna dire anche che, almeno in parte, questa

situazione deriva dal fatto che non tutti gli esami sono sempre appropriati. Certe "priorità" a volte non sono davvero così urgenti, bisogna fare da filtro all'invio delle richieste.

Qual è per lei la priorità delle cose da affrontare?

Dr. Michele Comberlato: La mancanza di personale. Non è facile trovare dei medici gastroenterologici qualificati in attività

clinica ed endoscopia. Mi sono rivolto alle nostre associazioni scientifiche di specialità, e sono riuscito a trovare due medici giovani, con tanta voglia di mettersi in gioco. Certo, è un lavoro in più, bisogna trovare il tempo per formarli, e questo subito. In gioco c'è però il nostro futuro, bisogna mettersi nelle condizioni di poter affiancare personale competente ai colleghi già in servizio da anni. Due giovani colleghi sono entrati in squadra qualche anno fa, sono riusciti a superare brillantemente l'esame di bilinguismo e si sono inseriti benissimo nel team, siamo un bel gruppo! E adesso arrivano due giovani colleghi appena specializzati in ottobre... bisogna puntare sui giovani. Assolutamente!

Cosa l'ha portata a fare il medico?

Dr. Michele Comberlato: È una domanda da un milione di dollari... Diciamo che non ho mai avuto una particolare spinta interiore, quella che possiamo definire "la vocazione". Mi interessava lo studio di una disciplina così complessa e mi sono appassionato strada facendo. E alla gastroenterologia sono arrivato per puro caso. Io arrivo da una famiglia modesta, e ne sono fiero. Tutte le specialità richiedevano due anni di internato, una volta finiti gli esami, ma io volevo risparmiare ai miei questi costi aggiuntivi e così ho parlato con il Professor Dobrilla, che all'epoca era il primario della Gastroenterologia di Bolzano e Professore presso l'Università di Verona. Così ho potuto frequentare il reparto a Bolzano e ho fatto la tesi con lui. È stata una fatica notevole, lui era molto esigente, ma quando sei in ballo, balli. Ho imparato tantissimo e gli sono grato ancora oggi.

...e non si è fermato solo a Bolzano?

Dr. Michele Comberlato: No, certo che no. Il Professor Dobrilla ci ha sempre esortato ad ampliare le nostre conoscenze e capacità tecniche e così ho potuto frequentare i migliori reparti di gastroenterologia ed endoscopia in Italia e all'estero, prevalentemente in Europa, a Monaco di Baviera, a Oxford, ad Amsterdam, ad Amburgo, a Lione...

Ad un giovane medico che si affaccia alla professione cosa dice?

Dr. Michele Comberlato: Che bisogna impegnarsi, faticare molto e che le soddisfazioni arrivano con l'impegno. È un percorso molto lungo, spesso pesante, ma

con tantissime e bellissime soddisfazioni. La specialità poi non è mai finita, bisogna imparare sempre. Oggi poi su dieci medici sette sono donne, anche mia moglie è medico. È un carico notevole, lavoro, famiglia... non è facile.

Il suo lavoro è cambiato molto da quando è diventato primario?

Dr. Michele Comberlato: Diciamo che il carico certamente non è diminuito... Dopo tanti anni fatico molto, ma lavoro sempre con lo stesso entusiasmo. Faccio ambulatorio, seguo i pazienti ricoverati e mantengo la mia attività in Endoscopia, oltre a tutto il lavoro di gestione e organizzazione per cercare di fare in modo che tutto vada per il meglio. Oggi che dobbiamo fare i conti con la pandemia da Coronavirus il lavoro si è molto complicato. Facciamo tante visite anche online. Per una correzione di terapia o per un controllo degli esami di laboratorio non facciamo venire i pazienti in ospedale, per loro è più sicuro, ma per noi è tutto più difficile.

Che dice della scarsa risposta della popolazione agli screening del sangue occulto?

Dr. Michele Comberlato: Bisogna tornare ad informare, partire con delle campagne di sensibilizzazione, come all'inizio, anni fa con Lilli Gruber e Reinhold Messner, riprendere in mano il progetto e capire perché la sensibilità su questo tema così importante sia tanto bassa. In una analisi su cinque anni di screening abbiamo eseguito migliaia di colonscopie e scoperto centinaia di neoplasie, che altrimenti sarebbero state diagnosticate solo dopo la comparsa di sintomi importanti, magari perdendo la possibilità di essere curati in maniera efficace e definitiva.

In epoca di Covid si riesce a garantire la colonscopia entro trenta giorni da un test del sangue occulto sospetto?

Dr. Michele Comberlato: Forse non sono trenta giorni, ma cerchiamo di fare del nostro meglio perché l'attesa non sia troppo lunga.

E come riesce? Per le disposizioni Covid vi manca anche una sala?

Dr. Michele Comberlato: Di fronte all'accesso ridotto a causa della pandemia, abbiamo aderito alla richiesta dell'Azienda

di eseguire prestazioni oltre il normale orario di lavoro e ho trovato nei miei colleghi una grande disponibilità. In questo modo siamo riusciti a contenere le attese e mantenere gli intervalli previsti.

Il vostro lavoro è anche appesantito dal fatto che a causa del Covid dovete bardarvi come dei palombari.

Dr. Michele Comberlato: Diciamo che tutto è diventato più complicato. È vero. Abbiamo da gestire anche i pazienti positivi per i quali abbiamo due sale a disposizione che dobbiamo condividere però anche con i reparti chirurgici e con altre discipline, bisogna quindi aspettare la sala libera. Bisogna aspettare che arrivino i pazienti... Nelle sale normali bisogna arieggiare tra un paziente all'altro, sanificare tutto. Ma faccio fatica a lamentarmi. È tutto gestibile, alla prima ondata siamo stati travolti, adesso abbiamo tutti i dispositivi a disposizione, ci siamo organizzati. Noi lavoriamo sempre protetti con camici monouso, maschera ad alto filtraggio e visiera protettiva. Certo è un brutto momento e bisogna trovare una buona spinta motivazionale lo stesso. In questa fase è anche complicato mantenere il percorso di formazione dei colleghi giovani, di cui parlavo prima. Le procedure sono sempre complesse, ma siamo un bel gruppo e riusciamo a lavorare molto bene insieme.

E cosa fa nel tempo libero?

Dr. Michele Comberlato: Nel poco tempo libero che mi resta esco con il mio boxer Sasha, mi piace stare all'aria aperta, fare lunghe passeggiate con mia moglie. Una volta andavo anche a sciare... spero di tornare a farlo presto. Mi piace molto ascoltare musica, jazz, classica, rock, ma sono ancora affezionato ai CD, mi piace ascoltare un progetto musicale nella sua completezza. ●



Care lettrici, cari lettori,

La pandemia di Coronavirus continua a tenerci in scacco. Natale a casa, Pasqua a casa. Per chi non vive in famiglia, nessuna festa tutti insieme, spesso nessuna possibilità di incontrare figli e nipoti. Il Covid ci chiede tanti sacrifici e solleva molte domande. Purtroppo c'è anche chi sfrutta l'insicurezza di persone preoccupate mandando in giro "fake news" e aumentando la confusione.

A tempo di record, come mai era accaduto prima nella storia della medicina, la ricerca ha trovato non uno, ma diversi vaccini: Pfizer, Moderna, Astra Zeneca, Johnson&Johnson, Sputnik... Il prerequisito per questo risultato è stato una efficace sinergia tra politica, scienza e industria con l'immediata erogazione da parte dell'ente pubblico di ingenti finanziamenti, in modo che le varie fasi della ricerca potessero essere affrontate in parallelo per risparmiare tempo. Persone che non sono virologi o epidemiologi, non sono biochimici, e nella maggior parte dei casi nemmeno medici o personale sanitario, parlano in modo "erudito" dei vantaggi e degli svantaggi dei diversi vaccini. Anche in questo caso,

si alimenta la paura, si sfrutta l'ignoranza. La campagna di vaccinazione è iniziata. Prima di tutto le persone anziane, i medici e il personale infermieristico, gli insegnanti, le forze dell'ordine... Sì, e poi - finalmente - dovrebbe arrivare il turno di un'altra categoria particolarmente a rischio, per via di un sistema immunitario indebolito o stressato da una malattia presente o pregressa: quella dei pazienti ed ex pazienti oncologici, e più in generale le persone con un sistema immunitario indebolito. Anche qui c'è molta incertezza. I medici appartenenti alle varie società che si occupano di casi oncologici non hanno dubbi: vaccinare sì e il prima possibile è la loro raccomandazione.

Il Covid governa le nostre giornate: nuovi regolamenti, le curve di infezione. Anche nei notiziari e nei giornali la pandemia è l'argomento dominante da oltre un anno. Ma ci sono anche altri temi importanti: l'Assistenza Tumori Alto Adige ne ha affrontati due nella sua tradizionale conferenza stampa per la Giornata Mondiale contro il Cancro del 4 febbraio: la vaccinazione contro il virus HPV e il calo - preo-

cupante - delle diagnosi di cancro nel 2020. Preoccupante perché questa diminuzione è legata al calo degli esami di screening effettuati e ai controlli mancati. Oncologi e specialisti sottolineano che i reparti sono sicuri. La gente non deve avere paura di contrarre il Covid durante uno screening o un controllo.

La vaccinazione HPV è una pietra miliare nella lotta contro il cancro. Il cosiddetto Studio Svedese parla chiaro: la vaccinazione entro i 16 anni di età, riduce il numero di casi di cancro alla cervice dell'utero dell'88%. Una vaccinazione contro il cancro! Sembra fantastico! Le cifre della vaccinazione in Alto Adige, invece, sono tutt'altro che fantastiche: il tasso di adesione è di poco superiore al 20%. Anche qui ci sono molti pregiudizi e false informazioni.

Vi auguro una buona lettura e, nonostante il Covid, una primavera soleggiata che illumini le vostre giornate, dentro e fuori.

Nicole Dominique Steiner

Nessuna telefonata per richiedere offerte!



Frequentemente ci viene comunicato che persone vengono contattate telefonicamente con richieste di offerte per i pazienti di tumore. Facciamo notare che queste richieste non provengono dall'Assistenza Tumori Alto Adige.

L'Assistenza Tumori Alto Adige accetta unicamente offerte attraverso bonifici bancari, non effettua promozioni telefoniche, né richieste di offerte porta a porta.

I nostri donatori non ci regalano solamente il loro denaro, bensì anche la loro fiducia. Vogliamo essere all'altezza delle loro aspettative e, pertanto, manteniamo dei rigidi principi etici per l'utilizzo delle offerte.

L'Assistenza Tumori Alto Adige dispone del sigillo "donazioni sicure", garanzia che tutte le offerte arriveranno là dove veramente servono e non in dispendio amministrativo incontrollato.



Cancro - Parliamone

I Colloqui sul Cancro di Brunico su pellicola - Tre destini a fuoco



Foto: Othmar Seehausner

Se la gente non può venire da noi, andremo noi da loro, hanno pensato gli organizzatori dei Colloqui sul Cancro di Brunico. E così, al posto della quarta edizione in presenza negli spazi dell'UFO del capoluogo pusterese, il 5 febbraio è andato in onda sul canale RAI di Bolzano il film, "Cancro - Parliamone". Un film di Verena Duregger, moderatrice dei Colloqui sul Cancro, e del regista Stefan Ghedina.

Dopo tre incontri nel 2018, 2019 e 2020, e la riuscita serie di incontri "Cancro a teatro", i Colloqui sul Cancro di Brunico si sono adeguati alla situazione di emergenza e sono passati in modalità flessibile. Invece dell'evento all'UFO di Brunico, che è stato cancellato a causa delle restrizioni anti Covid, in occasione della Giornata Mondiale contro il Cancro, è stato trasmesso un film sul programma tedesco della Rai regionale che può essere scaricato dalla mediateca.

"Reden wir darüber":
www.raisudtirol.rai.it

Il film è fedele allo stile dei Colloqui sul Cancro. Non ci sono tabù. Il cancro e ciò che fa alle persone vengono affrontati in modo sincero. Verena Duregger si è approcciata in modo empatico alle persone che ha intervistato, e le telecamere del regista Stefan Ghedina e di Zak Mairhofer sono state altrettanto sensibili. Un viaggio attraverso l'Alto Adige, dalla Val Pusteria alla Val Venosta, un viaggio attraverso tre vite segnate profondamente dal cancro e un viaggio attraverso tre età di vita diverse. La giovane madre di due figli, Evelyn Tasser di 27 anni, Leopold Larcher, un atletico settenne, e il marito di Astrid Fleischmann,

Georg Gerstl, morto undici anni fa a soli 44 anni. Tre storie molto diverse con un denominatore comune: il cancro.

Come sempre accade nei Colloqui di Brunico sono coinvolti anche gli esperti. L'oncologo e direttore del Day Hospital di Brunico, Dr. Christoph Leitner, insieme a Verena Duregger e suo marito Andreas Leiter, uno dei fondatori dei Colloqui sul Cancro di Brunico, descrive lo sviluppo del cancro, le conseguenze della malattia e spiega il principio della chemioterapia. L'internista e medico palliativo berlinese, Dr. Matthias Gockel, parla invece del tabù



Le riprese effettuate nel maso di Evelyn Tasser

del cancro e del perché sia così importante parlarne in pubblico. Il dottor Lorenz Larcher, specialista in chirurgia estetica, plastica e ricostruttiva, sottolinea un aspetto altrettanto importante quanto la terapia per il paziente: ritrovare un'immagine corporea positiva grazie alle moderne tecniche ricostruttive per poter scendere a patti con la malattia. Il suo è un ruolo doppio nel film: Leopold Larcher è infatti suo padre. In ospedale lo incontra da medico, fuori dalla porta dell'ambulatorio torna invece figlio.

"Ce la faccio!". Questa è stata la reazione di Evelyn Tasser. Sentiva che c'era qualcosa che non andava in lei e alla fine la diagnosi è arrivata grazie alla sua testardaggine. Dopo la diagnosi invece non ha voluto approfondire la questione, cercando di vivere il più normalmente possibile. "Mi sono

detta che avrei potuto cadere giù dalle scale, avere un incidente in macchina e non esserci più... il mio compagno è fantastico, i bambini sarebbero in ottime mani con lui e anche con i nonni". Il tumore e 13 linfonodi sono stati rimossi. Dopo la chemioterapia e la radioterapia ha optato per una soluzione sicura e radicale: la mastectomia di entrambi i seni. Ha trasformato il taglio dei suoi lunghi capelli all'inizio della chemioterapia in un gioco da parrucchiere con i suoi bambini. Lo spettatore si accorge che Evelyn è ancora senza capelli solo quando all'improvviso si toglie la parrucca. Anche questo è un tabù. Evelyn ha avuto più paura di quello che avrebbe pensato la gente del paese che della diagnosi stessa. Su Instagram ha cercato specificamente giovani donne che si trovavano nella sua stessa situazione. Lei stessa vuole essere un

esempio per le giovani donne dell'Alto Adige che si ammalano di tumore. Non chiama mai il cancro con il suo nome. "Non voglio farlo entrare nel mio cuore".

Leopold Larcher è un ex-insegnante di educazione fisica e sommelier. Quando fa irruzione nel film, la prima scena che lo riguarda lo mostra all'aperto, nella foresta, con uno zaino e un binocolo. Prima di avere la diagnosi l'anno scorso, percorreva almeno 10.000 km l'anno con la sua bici da corsa. Ha due tumori molto aggressivi: alle ossa e alla prostata. "Bisogna credere in se stessi", dice Leopold Larcher, "bisogna affrontare la terapia con determinazione e ottimismo. Anche salendo in bici il Passo dello Stelvio non devi mai perdere di vista il tuo obiettivo, soprattutto affrontando gli ultimi metri". Larcher ha avuto difficoltà ad





Ciak in ospedale

accettare la malattia, soprattutto perché come atleta ha sempre seguito uno stile di vita responsabile e sano. Al contrario della strategia di Evelyn Tasser, per lui la malattia, le conseguenze, l'esito sono un tema onnipresente del quale si occupa in modo intenso. Leopold Larcher non ha problemi a parlare in modo aperto della sua situazione, compreso il problema della mascolinità e del sesso, ridotti a zero dalle terapie. Come sommelie è felice che il gusto e l'olfatto non siano compromessi dalle terapie. È un tecnico di degustazione nazionale, direttore di corsi di degustazione a livello italiano, nonché membro di una commissione DOC. Oggi Leopold Larcher riesce a vedere anche un vantaggio nella sua malattia: si impara, dice, ad avvicinarsi agli altri in modo diverso, a trovare una chiave di accesso a tutte le persone.

"La speranza è ciò che ti fa andare avanti. E abbiamo avuto speranza, quasi fino alla fine". Astrid Fleischmann ha pianto per molto tempo suo marito, prima di riuscire a riprendere in mano la sua vita. A 44 anni gli era stato diagnosticato un tumore maligno al cervello. "Georg era un combattente. Ce la facciamo!", diceva. Nei primi tempi dopo la diagnosi, una visita medica si susseguiva all'altra, finché un oncologo di Innsbruck fu molto chiaro con entrambi: "Vivete ogni momento, ogni minuto che avete". Se il tempo vita è limitato e lo si passa andando da un medico all'altro e da una terapia all'altra, non si vive. Dopo la morte del marito c'erano momenti in cui Astrid Fleischmann poteva stare sdraiata sul pavimento per ore, piangendo, piena di rabbia e di risentimento. Il pensiero di sua figlia, che ha reagito al dolore della madre con attacchi di panico, l'ha aiutata a tornare alla vita. La malattia e la morte non hanno posto nella nostra società, dice,

le vogliamo tenere fuori e sbagliamo. Oggi si occupa di life-coaching psicosociale e lavora come consulente per il lutto.

Alla fine del film viene posta la domanda: cos'è il cancro? Le risposte sono molto individuali. Per Evelyn Tasser, che non vuole chiamarlo per nome, è un ospite non gradito. Per l'oncologo Christoph Leitner queste cellule fuori controllo sono il risultato di una predisposizione genetica, di mutazioni, di uno stile di vita malsano o semplicemente della sfortuna. Leopold Larcher vede il cancro come una sfida da affrontare con spirito sportivo. Per suo figlio e medico, Dr. Lorenz Larcher, il cancro è un tema che riguarda tutti, una malattia onnipresente e insidiosa. Per Astrid Fleischmann oggi è solo "una malattia". Punto. Al medico palliativo Matthias Gockel spetta l'ultima parola. Affinché il cancro, la morte non spaventino più, bisogna liberarli dal tabù. "Parliamone!" ●

Andrà tutto bene

Erna Holzer ha preso il Covid mentre era in ospedale per la terapia tumorale



Foto: Othmar Seehausner

Le persone con più di 80 anni e quelle con una o più comorbidità, come il cancro, il diabete, le malattie cardiovascolari o con fattori di rischio come il sovrappeso, il fumo e l'ipertensione, non sono solo più suscettibili di infezione da Covid-19, ma rischiano anche un percorso grave della malattia. Verena Duregger, co-organizzatrice dei Colloqui sul Cancro di Brunico ha raccontato la storia di Erna Holzer nel settimanale "ff" nel mese di gennaio.

Erna Holzer ha il cancro. Nel bel mezzo del trattamento del tumore ha contratto il Coronavirus. Una storia che mostra come spesso si può essere forti nella vita.

Erna Holzer giace nel suo letto d'ospedale sotto un casco d'ossigeno, i volti delle persone attorno a lei sono irriconoscibili, nascosti dietro mascherina e schermo. Un'anestesista le comunica che sarà trasferita nel reparto di terapia intensiva. È il 27 ottobre 2020 ed è il momento di salutarsi, forse di dirsi addio. Erna Holzer chiama sua figlia. Le dice che non vede l'ora di poter rivedere la sua nipotina, e le promette che

comatterà. Anche se si sente addosso una stanchezza terribile.

Quante volte sarebbe più facile arrendersi?

Cadono i primi fiocchi di neve della stagione invernale. Nella stufa sta scoppiettando il fuoco. Erna Holzer è seduta al tavolo nella sua stube a Falzes. Vive da sola, suo marito è morto 15 anni fa dopo essere caduto dalle scale. I suoi figli vanno spesso a trovarla. A marzo nascerà il suo terzo nipote (l'articolo è uscito su ff a gennaio, n. d. r.). "Ho sempre creduto che sarei sopravvissuta per poterlo vedere", dice. La sua

voce si incrina per un attimo. Poi comincia a raccontare la sua storia. Come sette anni fa si è trovata seduta davanti al suo medico di famiglia e ha sentito quattro parole che avevano un sentore di definitivo. "Lei ha un cancro". Un mieloma multiplo, ecco il termine tecnico. Un cancro che inizia nelle plasmacellule del midollo osseo, che parte dal sistema vascolare. "Un malattia che non è curabile", dice l'ematologo dopo la visita a Bolzano, pochi giorni dopo. "Ma si può imparare a convivere bene". Che tipo di vita sarebbe stata? le veniva da chiedere "In quel momento però non sono stata capace di capire cosa intendesse. Oggi invece so cosa voleva dire".



L'allora 60enne ha tollerato bene la chemioterapia iniziale. Il seguente trapianto autologo, ovvero con le sue stesse cellule staminali del sangue estratte dal suo midollo osseo e ripulite dalle cellule tumorali, riesce bene. Dopo l'operazione rimane nel reparto di ematologia per tre settimane, fino a quando tutti gli effetti collaterali e i sintomi sono sotto controllo. Qualche mese dopo i medici ripetono la procedura.

Per sei anni vive una buona vita, come dirà più tardi al suo medico, riuscendo a dimenticarsi a volte persino della spada di Damocle che incombe sulla sua testa. Poi, un anno fa in agosto, il ritorno di quella sensazione che ormai riconosce. "Oops, sta per ricominciare", si dice, e lo racconta come se parlasse di un oggetto smarrito per un momento e poi ritrovato.

A partire del 26 maggio scorso, la pusterese, ora 67enne, ricomincia con la chemioterapia all'ospedale di Brunico e con la radioterapia a Bolzano. E si prepara ad un nuovo trapianto di cellule staminali. Ma a causa della pandemia da Covid-19 non c'è subito posto nel reparto di Ematologia. È già fine agosto quando viene finalmente chiamata. Lei sa già per esperienza che i primi giorni sono brutti. Ma passati quelli, non migliora. La causa è un'infezione presa in ospedale. Il 22 settembre, un mese dopo, viene dimessa. "Non è che stessi proprio bene", ricorda, "ma nel reparto mancavano i posti letto". All'inizio di ottobre sale la sua temperatura e il controllo evidenzia un livello molto alto dei parametri da infiammazione. Una sepsis e altri dieci giorni di ricovero in ospedale. Appena ritornata nella sua bella casa, il termometro ricomincia a salire. Erna Holzer viene ricoverata in ospedale. La diagnosi: infezione da Coronavirus.

Quanti colpi del destino può sopportare una persona?

"Per una paziente appena uscita dalla maratona dei trattamenti anti mieloma, con un sistema immunitario praticamente azzerato, un'infezione con il Covid-19 è un ulteriore stress enorme per il fisico", dice l'internista che si occupa del suo caso. Le conseguenze infatti sono gravi. Erna Holzer riesce a malapena a respirare, viene messa sotto la maschera d'ossigeno. Ma la sua condizione peggiora di giorno in giorno. L'ultimo ricordo prima che si sfuochi tutto, è la frase dell'anestesista, come se l'avesse appena sentita: "Dobbiamo trasferirla nel reparto di terapia intensiva di Bolzano".

Intubare una paziente così debilitata e con questa pesante comorbilità non è una decisione facile per i medici. Ma Erna Holzer ha dimostrato di essere sopravvissuta a cose ben peggiori. "È fortunata, il nostro reparto di cure intensive è di alto livello", le spiega l'internista. E in quel momento non è neppure particolarmente sotto pressione. La dottoressa non ha le lacrime facili, ma quando assiste all'ultima chiamata della paziente con sua figlia, prima di essere trasferita in intensiva, quando sente come la paziente si congeda da sua figlia in caso non facesse più ritorno, non ce la fa più a trattenerle, le lacrime. "Non ci si dimentica di una cosa del genere".

Il luogo dove Erna Holzer passerà i prossimi nove giorni, lo conosce solo dalle foto sul giornale. I medici e le infermiere che l'hanno in cura la incoraggiano e le mandano spesso i saluti della famiglia, così le viene raccontato dopo. Fa fatica a capire cosa sia realtà e cosa no. Sogna che riuscirà a sopravvivere. E poi sogna ancora di fare

delle palline con la carta dei cioccolatini e di scagliarle contro il muro. Per questo motivo, nel sogno, la minacciano di staccarla dalle macchine che la tengono in vita. Passa due giorni particolarmente critici: 48 ore sospesa tra la vita e la morte. I medici fanno tutto il possibile, girano Erna Holzer a pancia in giù, per poi rimetterla sulla schiena.

Poi succede quello che rende il Covid-19 così inafferrabile. Con la stessa rapidità con cui la malattia ha invaso il suo fisico, all'improvviso si placa. La paziente è fuori pericolo. Rimane a Bolzano per altri due giorni e poi ritorna a Brunico nel reparto di riabilitazione. I primi giorni dipende in tutto e per tutto dal personale infermieristico. Anche un cucchiaino sembra pesare come il piombo. Ogni gesto richiede uno sforzo immane. Esitante, Erna Holzer osa fare piccoli passi. Rimanere per un attimo seduta nel letto. Chiede un bicchiere d'acqua. Stringe i pugni. Il 20 novembre risulta per la prima volta negativa al test per il Coronavirus. Erna Holzer viene informata che ha infettato sua figlia incinta. Fortunatamente tutto è andato bene.

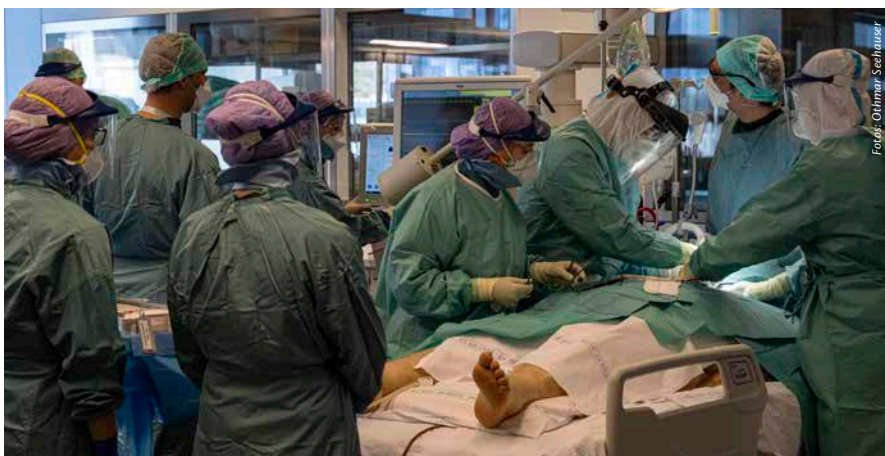
Per sette anni il cancro è stato un compagno più o meno visibile nella sua vita. Poi è arrivato il Coronavirus ed è stato come dover rivivere tutto da capo, ma in solo sette settimane. Davanti a sé, sul tavolo, Erna Holzer stende i referti medici. Non riesce a capire tutto quello che dicono. Ma per lei è un modo di venirne a capo, di poter fissare un frangente di vita vissuto come nella nebbia. Sulla panca c'è una scatola da scarpe piena di medicine. Il trattamento del tumore per il momento è concluso. Come tracce visibili del Covid le sono rimasti la sottile cannula di ossigeno attorno al collo e il continuo rumore della pompa della bombola d'ossigeno. "Presto", ne è sicura Erna, "non avrò più bisogno neppure di questo".

Si ricorda l'ultimo pensiero prima che l'anestetico facesse effetto?

Erna Holzer sorride. Certo dice, "Ho ancora un sacco di cose da fare", e riprende il lavoro a maglia. Il nipotino in arrivo avrà bisogno di calzettini.

Quanto spesso si può essere forti nella vita?

Molto spesso, dice Erna Holzer.



Una scena alla quale si assiste quasi tutti i giorni accendendo il televisore

La scrittura ha smosso qualcosa

Elena Breda ha scritto un testo per il progetto "MutterNacht 2021"

sul tema maternità e malattia



L'8 maggio, la MutterNacht - mutternacht@hdf.it - invita per la settima volta a confrontarsi nel giorno antecedente la Festa della Mamma con un tema speciale inerente il tema della maternità. L'attenzione è rivolta quest'anno all'aspetto maternità e malattia. Gli organizzatori stanno raccogliendo già da febbraio testi su questo tema, che verranno poi pubblicati in un libro. Elena Breda di Bolzano vi ha partecipato. Ne pubblichiamo alcuni stralci e abbiamo parlato con lei.

Cosa l'ha portata a decidere di partecipare con un testo?

Elena Breda: A dire il vero è stata una decisione spontanea, me l'ha proposto la presidente del circondario di Bolzano, Claudia Bertagnolli, una mia ex collega. Sono una persona molto aperta e non ho mai avuto problemi a condividere le mie esperienze con gli altri, e così ho pensato, perché no?

Scrivere significa confrontarsi ancora una volta intensamente con un periodo vissuto e riviverlo nuovamente. Fissare parole nero su bianco e leggere i propri testi, mette in moto qualcosa dentro di noi. Scrivere per la Notte della Mamma ha fatto qualcosa con lei?

Elena Breda: Ho notato innanzitutto una cosa. La mia esperienza è ancora molto fresca e in un certo senso ne sono ancora troppo coinvolta per poter scrivere di certe cose. Non ho ancora potuto rielaborare tutto. Ci vorrà ancora molto tempo prima che questo processo possa concludersi. Saranno due anni il 21 maggio. Quello che ho notato scrivendo è che ci sono molti aspetti positivi nella situazione che ho vissuto. Ad esempio il sostegno ricevuto da mia mamma, mio marito e mia figlia, che ora ha 11 anni. A volte mi sentivo, per così dire, colpevole perché a me le cose sono andate bene. Una cosa di cui sono diventata veramente consapevole mentre scrivevo, è che esiste un prima e un dopo. Questo vale per tutti gli ambiti della mia vita e così sarà per sempre. E un'altra cosa è emersa scrivendo:

una profonda gratitudine. Scrivere ha sicuramente smosso qualcosa!

Ha scritto il testo tutto d'un fiato o in varie fasi?

Elena Breda: Ci ho messo un po' per cominciare, ho continuato a rimandare. Poi, un giorno, facendo sci di fondo, di colpo ha fatto click. Tornata a casa, mi sono seduta al tavolo e in quel fine settimana ho scritto il 90% del testo. Poi l'ho solamente affinato. ●

Debolezza e forza

Un testo per la documentazione MutterNacht: Elena Breda
ripercorre la sua esperienza con il cancro



Nella vita può capitare che accadano degli eventi e che si vengano a creare delle situazioni che incidono non poco sulla vita della famiglia e che non si possono risparmiare ai propri figli. Sono eventi che, dal momento che si sono verificati e che non c'era nulla che si potesse fare per evitarli, vanno riconosciuti, accettati e affrontati. Includendo nel percorso anche i propri figli.

(...)

Molte mamme avranno sperimentato non solo in se stesse forza, adattabilità e pazienza (che intuivano essere proprie o che, magari, non sapevano di avere), ma anche nei loro figli. Ci siamo accorte che, di fronte all'inevitabile, siamo in grado di attivare delle risorse che ci aiutano, che riusciamo a "fare di necessità virtù". Abbiamo compreso che oltre la tristezza e le lacrime, oltre il senso di incredulità e impotenza, oltre la rabbia, la paura e i sensi di colpa, abbiamo in noi una formidabile forza e un meraviglioso spirito che ci sostengono e ci spingono ad andare avanti. (...)

Personalmente ringrazio la Dott.ssa Martina Pircher del Servizio psicologico dell'ospedale di Bolzano, che mi sta aiutando molto. Mi aiuta anche a elaborare quel dispiacere e quel senso di colpa che, come mamma, sorge dal fatto di non aver potuto evitare a mia figlia Sofia l'esperienza della mamma malata di tumore al seno, operata (con mastectomia), curata con chemioterapia, operata nuovamente (per inserire la protesi definitiva), con tutti i disagi che le varie tappe hanno comportato.

Sofia adesso ha quasi 11 anni, quando mi è stato diagnosticato il tumore ne aveva 9. Non mi ha visto disperarmi o piangere o arrabbiarmi ed imprecare, perché non ho reagito in questo modo (non perché me lo sia imposta, ma perché è stato così), ma mi ha vista completamente esausta per diversi giorni dopo ogni sessione di chemioterapia (ricevuta nella fase iniziale ogni 2 settimane), talmente debole da non riuscire quasi ad abbracciarla, mi ha vista calva, gonfia a causa del cortisone, ha visto e vede la cicatrice sul mio seno quando siamo insieme



Fasce per coprire il pic, decorate con tanto amore dalla figlia Sofia



Elena Breda nell'ottobre del 2019

in bagno. Sa che avevo un tumore al seno, sa che l'interno del mio seno destro è stato svuotato bene bene per asportare tutta la parte malata, sa che ho ricevuto e sto ricevendo le cure necessarie. (...)

Durante il percorso iniziato ad aprile 2019 con la diagnosi del mio tumore al seno, Sofia ha vissuto anche parecchi momenti positivi: prima che fossi operata (il 21 maggio 2019), abbiamo festeggiato insieme con gioia la sua prima Comunione; passata l'estate 2019 (ho iniziato la chemioterapia a luglio 2019), nella seconda fase della chemioterapia, con i farmaci un po' meno potenti, mi ha visto riprendere le forze, come famiglia abbiamo fatto insieme delle passeggiate autunnali e in inverno abbiamo pattinato e abbiamo sciato insieme, godendoci le discese (io con la mia bella parrucca sotto il casco); dopo l'inserimento della protesi definitiva (6 marzo 2020), in estate, siamo andati tutti insieme in montagna e abbiamo fatto sia delle belle escursioni che delle vie ferrate. Ultimamente, poi, vado a fare jogging (con la mascherina!) e sono arrivata a correre anche fino a 11 km.

Ho evidenziato le attività fisiche, soprattutto quelle condivise con Sofia e mio marito Fabrizio, perché agli occhi di Sofia il mio essere attiva fisicamente – ed essere attiva insieme a lei! – significava e significa che sto bene. Ringrazio il mio corpo e il mio organi-

smo che mi hanno sostenuta e che fanno sì che io possa continuare a rassicurare Sofia. Ancora adesso se per caso, sovrappensiero e senza alcun particolare motivo, porto la mano alla pancia o alla testa e Sofia lo vede, subito lei mi chiede: "Tutto bene?" "Sì, mia cara Sofia, sto bene!".

Mia cara Sofia, ti abbraccio con tutto l'amore di mamma di cui sono capace e ringrazio che sono stata così fortunata e che siamo qui insieme. Spero di essere con te, sorridendo, anche quando tu sarai adulta e, chissà, mamma! Spero di poter stare accanto a te così come è accanto a me, con infinito amore, la mia cara mamma Rosa, che è il mio punto di riferimento e alla quale spero di assomigliare sempre più!

Cara mamma, se nei momenti difficili sono sempre riuscita a trovare un sorriso è in gran parte merito tuo! Se riesco a essere mamma e moglie, se -nonostante il peso e le tensioni- riesco a sorridere con Sofia e Fabrizio, è in gran parte merito tuo! Il tuo amore umano è emanazione dell'amore divino. Grazie!

Cari Fabrizio e Sofia, sin dall'inizio siamo sempre riusciti anche a sorridere. Grazie, caro Fabrizio, per il tuo sostegno, per le tue premure e per il coraggio e il senso pratico con cui affronti tutto questo! Grazie, cara Sofia per aver capito le mie difficoltà e per

avermi aspettata con fiducia quando ero "fuori gioco"!

Nel raccontare la mia esperienza e l'esperienza della mia famiglia mi sento molto vicina alle donne che stanno affrontando un tumore. Sto cercando le parole giuste, perché sono consapevole che quello che è successo e sta succedendo a me può essere simile a ciò che è successo ad alcune, ma anche molto diverso da quello che hanno vissuto e stanno vivendo altre. Forse non servono molte altre parole. Servono comprensione, ascolto, presenza: vi prendo per mano, vi abbraccio, vi ascolto, vi do sostegno, vi faccio ridere, credo in voi! Siete meravigliose! Siete belle! Siete amabili! Siete preziose!

Prendiamoci per mano, abbracciamoci, ascoltiamoci, sosteniamoci, facciamo insieme delle belle risate, incoraggiamoci! Siamo meravigliose! Siamo belle! Siamo amabili! Siamo preziose!

Elena Breda
Bolzano, 6 febbraio 2021

Versione abbreviata del testo per la MutterNacht, nella versione integrale Elena Breda ripercorre anche la sua esperienza con la malattia e la morte del padre. (n.d.r.) ●

Aiutare arrotondando

Campagna natalizia di raccolta fondi in tutti i negozi Despar:

40.500 Euro per l'ATAA



Statisticamente parlando, c'è un negozio Despar in ogni comune dell'Alto Adige. La società commerciale Aspiag gestisce 115 piccoli negozi e 50 filiali proprie in Alto Adige. Come distributori di prossimità, l'azienda non solo vuole essere vicina ai suoi clienti, ma anche mostrare responsabilità verso la società. Ogni anno, Despar realizza quindi tre o quattro campagne di raccolta fondi. Nel periodo prenatalizio a cavallo tra il 2020 e il 2021, i clienti hanno donato più di 40.000 Euro all'Assistenza Tumori Alto Adige.

Robert Hillebrand è il coordinatore Despar per il Trentino Alto Adige di Aspiag Service. In dicembre ha consegnato un assegno di 40.500 Euro a Ida Schacher, presidente provinciale dell'ATAA. Questa somma è stata raccolta nel solo periodo che va dal 23 novembre al 12 dicembre 2020.

L'idea di questa campagna di raccolta fondi è tanto semplice quanto convincente: alla cassa i clienti sono stati invitati ad arrotondare l'importo da pagare e molti l'hanno fatto.

Robert Hillebrand: "Vorrei ringraziare tutti i donatori, ma soprattutto tutti i nostri dipendenti alla cassa. Sono stati l'anima del progetto, hanno partecipato con entusiasmo all'azione, anche se questo ha comportato per loro un bel po' di lavoro in più.

L'hanno vissuta come una specie di gara a chi riusciva a raccogliere più donazioni?

Robert Hillebrand: Qualcosa del genere! E a fine giornata, alla chiusura delle casse, erano tutti orgogliosi della somma raccolta.

Come mai avete deciso di raccogliere fondi per l'Assistenza Tumori?

Robert Hillebrand: Non era mica la prima volta. Abbiamo tre o quattro eventi di raccolta fondi ogni anno, e abbiamo già pensato una volta all'ATAA. Il cancro è una malattia diffusa che può colpire tutti, direttamente o indirettamente. Una sofferenza fisica ma anche psicologica, tanto per le persone malate quanto per le persone che hanno intorno.

E non solo. Per molti pazienti la diagnosi comporta anche delle difficoltà finanziarie.

Robert Hillebrand: Esattamente ed è lì che vogliamo aiutare e poi sappiamo esattamente che il nostro denaro donato tramite L'ATAA arriva proprio lì dove serve!

La campagna di raccolta fondi ha interessato solo l'Assistenza Tumori Alto Adige?

Robert Hillebrand: No, siamo un'azienda regionale e per questo con il ricavato abbiamo sostenuto anche la LILT del Trentino.

Quanto avete potuto raccogliere in tre settimane?

Robert Hillebrand: L'impressionante somma di 62.000 Euro, 40.500 dei quali sono andati all'ATAA mentre i restanti 21.500 Euro sono andati alla LILT. Il principio delle piccole donazioni funziona e molto bene devo dire: la gente ha i soldi già in mano, non deve tirare fuori il portafoglio e tutti possono contribuire con poco e fare del bene.

Le campagne di raccolta fondi di Despar hanno sempre un aspetto sociale?

Robert Hillebrand: Come azienda di vendita al dettaglio e fornitore locale, vediamo una grande responsabilità verso i nostri clienti e il nostro ambiente. In molte campagne ci mettiamo anche del nostro, arrotondando o raddoppiando la somma raccolta. A marzo, abbiamo condotto una campagna chiamata "Le donne hanno bisogno del mondo" per prevenire la violenza. Il denaro raccolto è stato utilizzato per sostenere una rete di alloggi protetti per le donne. ●



Robert Hillebrand,
coordinatore Despar per il Trentino Alto Adige
di Aspiag Service

IL 5 PER MILLE all'ATAA

Codice Fiscale 94004360213 dell'Assistenza Tumori Alto Adige - Come fare?

Nella dichiarazione dei redditi di quest'anno è possibile destinare il 5 per mille dell'Irpef all'Assistenza Tumori Alto Adige. Al momento della presentazione della dichiarazione dei redditi, sul modello UNICO, 730 e CU, basta apporre la propria firma.

Cosa fare?

Inserisca nel modello Unico 730 oppure CU il codice fiscale dell'Assistenza Tumori Alto Adige e firmi nell'apposito spazio.

Codice Fiscale dell'Assistenza Tumori Alto Adige: 9400 4360 213

In caso di compilazione della dichiarazione dei redditi da persona esterna,

questa Vi chiederà l'assegnazione del 5 per mille.

La destinazione sul CU:

Se non si presenta una dichiarazione dei redditi (730 o UNICO), si può comunque indicare la destinazione del 5 per mille e dell'8 per mille su una copia del CU che si riceve dal datore di lavoro o dall'INPS e su cui sono riportate apposite caselle. Queste caselle possono essere riempite con la firma ed il codice fiscale dell'Assistenza Tumori Alto Adige. Successivamente si deve firmare nuovamente in calce, inserire il CU in una busta e depositare gratuitamente la copia presso un ufficio postale o in banca. La busta deve recare l'indicazione "Scelta per la

destinazione del 5 per mille dell'IRPEF", scrivendo nome, cognome, e codice fiscale del contribuente.

Grazie!

Questa è una possibile scelta in più e non esclude l'8 per mille allo Stato e alle confessioni religiose e non comporta esborsi aggiuntivi.

Vi ringraziamo di cuore!

Tagliare qui

5 per mille
all'Assistenza Tumori Alto Adige
Codice Fiscale: 94004360213
Vi ringraziamo!

I post del mercoledì

La malattia (anche) un periodo di regali inattesi – un'intervista con Daniela Pircher

Daniela Pircher si è ammalata di cancro al seno nel gennaio 2014. Il periodo della terapia è stato raccolto in un libricino, „Käferchengeflüster – Weil jeder Tag zählt“ ("Il sussurro delle coccinelle ... perchè ogni giorno conta"). La Chance ha incontrato l'autrice.



Daniela, com'è arrivata a scrivere questo libricino? È stato un progetto sin dall'inizio o un caso? Ha scritto di tanto in tanto qualcosa su dei fogli, si è comprata un quaderno apposito all'inizio della terapia...?

Daniela Pircher: Né uno né l'altro. Quando mi sono ammalata, Whatsapp non era ancora così utilizzato. Avevo molte

amicizie su Facebook e tutti continuavano a chiedermi come stavo ecc. Ma non avevo abbastanza energie per rispondere a tutti e così ho preso l'abitudine di scrivere una volta alla settimana, il mercoledì, un resoconto della settimana e postare, per così dire, un segno di vita a tutti. Di solito di domenica, distesa nel letto o sul divano, il pc sulle gambe raccontavo la mia settimana.

Era la prima volta che ha scoperto la scrittura come mezzo espressivo, o la scrittura era già una sua abitudine?

Daniela Pircher: Diciamo che era la prima volta che ho scritto in modo consapevole. Come ho scritto anche nel libro, a scuola mi dicevano sempre che non sapevo scrivere... Questa è una delle cose positive che ho scoperto grazie alla malattia. La scrittura è oggi, oltre ai corsi di comunicazione, la mia attività principale.

Lei ha un blog..

Daniela Pircher: Sì, gedankensmoothie.com, ma non solo. Scrivere è diventato il mio lavoro. Faccio testi per le pagine web del settore alberghiero e ristorazione, e per promuovere nuovi prodotti.

Ormai è passato un certo tempo dalla malattia. Come la vede oggi, guardandosi alle spalle?

Daniela Pircher: Quando penso a quel periodo, sono felice dei regali che la vita ci offre. Le persone care, la bellezza della natura. Sono una persona profondamente ottimista, mi sono sempre concentrata sulle cose positive, senza rinnegare quelle negative. Vivo al 100% nel presente e affronto le giornate in modo consapevole e piena di entusiasmo. Sono felice se il mio libro può essere di aiuto agli altri, se può dare degli spunti di riflessione. È per questo che ho messo 60 copie a disposizione dell'Assistenza Tumori.

È tutto iniziato con una pallina...

Daniela Pircher ha scritto un libro sulle sue esperienze durante la terapia del cancro

All'età di 34 anni, nel gennaio 2014, la musicista e artista Daniela Pircher scopre una piccola pallina...e le viene diagnosticato un cancro al seno. Durante questo difficile periodo ha scoperto la scrittura (e la pittura) come "valvola di sfogo". Dopo aver completato la sua terapia si è regalata un libro formato da tante piccole storie scritte durante l'anno di terapia: „Käferchengeflüster – Weil jeder Tag zählt“ (Il Sussurro delle coccinelle... perché ogni giorno conta).



La copertina e la quarta di copertina del libro di Daniela Pircher

È stato un anno interamente dominato da una serie di parole ed esperienze nuove. Pallina, catetere, disastri maggiori e minori, rubrica, baci (mancanti), situazioni estreme, complicazioni, complimenti, compromessi. Ma soprattutto, c'erano innumerevoli coccinelle, senza le quali sarebbe stato ancora più difficile superare la fase di terapia acuta della malattia con chirurgia, radiazioni e chemioterapia.

Coccinelle ovunque, dunque. E qui occorre spiegare cosa siano mai queste coccinelle. Daniela Pircher, che vive da sola, è riuscita ad organizzarsi grazie alla disponibilità dei suoi amici, un servizio di aiuto che copriva l'arco delle 24 ore. Piccoli sostegni di ogni genere: servizio visita, servizio cuochi, servizio taxi, servizio parrucchiere, dog-sitter per il cane, servizio maglia per fabbricare berretti per tenere calda la testa senza capelli. Tutti questi amici li ha so-

prannominati coccinelle. Alcuni di loro, soprattutto nella prima fase post-operatoria e di chemioterapia, erano in servizio permanente, ma anche chi di mattina, chi di sera, aiutanti per situazioni molto particolari, così come aiutanti occasionali.

Daniela Pircher racconta con un linguaggio tutto suo le giornate alle prese con i piccoli e grandi problemi che possano insorgere all'improvviso. Nella retrospettiva ci sono i momenti belli, pieni di sorprese (come per esempio trovare una porzione del suo amato salmone affumicato nella cassetta della posta), tanti piccoli lumi, senza però nascondere i momenti neri, gli aspetti negativi della terapia, la nausea, i bassi livelli di glicemia. Il tenore di base è un grande ringraziamento, alle tante coccinelle come all'universo, e poi la gioia di essere sopravvissuta passo dopo passo a questo anno difficile, addolcito dalle tante

cose grandi e piccole che le sono capitate da tutte le parti. Alla fine di quest'anno Daniela Pircher sa soprattutto una cosa: "La mia vita sarà meravigliosa e non vedo l'ora di viverla appieno... chiuderò una fase della mia vita e ne inizierò una nuova, una nuova pagina bianca da riempire".

Quello che si porta via dalla sua esperienza con la malattia è riassunto da un proverbio africano: "La vita non significa aspettare che passi un temporale, è imparare a ballare sotto la pioggia". L'autrice voleva ringraziare anche per il sostegno dell'Assistenza Tumori Alto Adige e così ha colto l'occasione del suo quarantesimo compleanno in gennaio per regalare sessanta copie del suo libro da distribuire ai soci. ●

Chi vuole seguire Daniela Pircher:
www.gedankensmoothie.com

Riposo forzato

Il gruppo di auto-aiuto per uomini "Der Baum" - Solo tre incontri da febbraio 2020



A partire da settembre si sono incontrati solo tre volte. Sono gli uomini del gruppo di auto-aiuto "Der Baum". Tuttavia, il dottor Hartmann Aichner e lo psicologo Anton Huber sono sempre a disposizione di tutti. I due capigruppo hanno optato per non offrire una versione online della loro attività: i componenti sono persone troppo diverse tra loro, anche per approccio e background. Quello che è certo – almeno così hanno dimostrato i tre incontri in presenza tra settembre e novembre - è che la pausa forzata non ha intaccato la sintonia e il livello di intimità del gruppo.

Il Dr. Hartmann Aichner fa parte del gruppo nel doppio ruolo di paziente e di leader della discussione, avendo un background medico. Le riunioni in autunno, racconta, sono state come ritrovarsi con dei vecchi amici. "Ci siamo sentiti degli estranei solo per i primi cinque minuti, poi abbiamo ritrovato tutte le nostre dinamiche e abbiamo potuto riprendere da dove ci eravamo fermati l'ultima volta. Questo è possibile però, ammette, perché la maggior parte dei componenti fa parte del gruppo sin dai primi incontri e perché nel loro caso la malattia risale già a qualche tempo fa, infatti solo uno degli uomini è attualmente ancora in terapia. "Ma se ci sono domande, sono sempre disponibile per telefono. Io stesso chiamo tutti una volta al mese per chiedere come va. Due membri del gruppo si sono ammalati di Covid, uno dei quali in modo relativamente grave." Abbiamo una grande sala disponibile - dice il Dr. Aichner - ma il gruppo rientra comunque tra le categorie vulnerabili". Tradotto: non sono previsti incontri fino a nuovo avviso (forse a partire da dopo Pasqua).

Il Dr. Aichner stesso ammette di sentire la mancanza dello scambio con gli altri. Ma è anche l'isolamento generale dovuto al Coronavirus che rende difficile immaginare, almeno a breve scadenza, di potersi incontrare regolarmente. "Io personalmente evito tutti i rischi. Cammino molto all'aria aperta e mantengo le distanze. Nessun contatto inutile!". Lo psicologo Anton Huber non solo è disponibile per telefono, ma anche nell'ambulatorio onco- psicologico. "Decideremo come procedere mese per mese", dice Huber. Fino a Pasqua, aggiunge, gli incontri in presenza in ogni caso sono fuori questione. "Dopo quella data decideremo in modo spontaneo. Del resto, si fa presto ad avvisare i 15 membri". In circostanze normali, il gruppo di auto-aiuto guidato si incontra una volta al mese, la sera, all'ospedale di Brunico.

Come psicologo Anton Huber conduce anche colloqui individuali in zoom con i pazienti, ma la qualità dello scambio non è la stessa, dice. "Non si può trasmettere l'atmosfera del gruppo al cento per cento

attraverso lo schermo". Le conversazioni di terapia individuale, d'altra parte, sono possibili, afferma. In ogni caso, se la pandemia permetterà di riprendere le riunioni di gruppo, ci sarà molto da lavorare e da elaborare insieme. Il Covid e ciò che la pandemia ha fatto a noi, alle nostre vite, lascerà un segno, ribadisce lo psicologo Huber.

Il gruppo di auto-aiuto "Der Baum" è stato fondato dal Dr. Hartmann Aichner e da Anton Huber 5 anni fa. Si tratta del primo gruppo di auto-aiuto in Alto Adige esclusivamente maschile, interamente composto da uomini con una diagnosi di cancro alla prostata. Parlare, scambiarsi idee, rendersi conto che non si è soli con la propria sofferenza, le proprie esperienze, le proprie paure e difficoltà, aiuta a superare meglio questa difficile fase della vita. L'albero: una bella immagine per riprendere il controllo della propria vita. Radicato, stabile, con lo sguardo rivolto sempre verso il cielo. Il simbolo dell'ottimismo. ●

On the road again

Lucio Bazzanella è uno degli autisti del circondario Bassa Atesina Oltradige



Da circa cinque anni, Lucio Bazzanella si mette regolarmente alla guida spostandosi dalla Bassa Atesina o dall' Oltradige all'ospedale di Bolzano, oppure alla Radioterapia della clinica Bonvicini o magari a Merano. A volte va anche ad Aviano, Pavia o Bologna. Lucio è infatti uno degli autisti volontari del circondario ATAA della Bassa Atesina-Oltradige.

Lucio è il figlioccio di Mariangela Berlanda Poles, la presidente del circondario. Quando lui è andato in pensione, lei non ha perso tempo nel coinvolgerlo in una buona causa. Guidare è da sempre la sua passione, ha molta esperienza e lo fa in piena sicurezza. "Nei nostri trasporti - dice Lucio - dobbiamo guidare con molta attenzione. Nessuna frenata o accelerazione improvvisa; non vogliamo che i pazienti si spaventino, o che magari, al ritorno dalla terapia, si sentono male per colpa nostra".

Oltre alle capacità di guida, tra le qualità che un autista dell'ATAA deve possedere, ci sono anche empatia e sensibilità. Lucio Bazzanella: "Bisogna capire quando un paziente vuole chiacchierare e quando invece ha bisogno di tranquillità". Di solito, prima di iniziare una conversazione, aspetta che sia il suo passeggero a dire la prima parola. Ha imparato poi ad essere sensibile ai possibili sbalzi di umore e ad adattarsi immediatamente.

L'auto di servizio dell'Assistenza Tumori della Bassa Atesina ha sette posti, ma

dopo lo scoppio della pandemia di Covid possono essere trasportati al massimo due pazienti alla volta, per garantire la sicurezza di tutti. La macchina è dotata di una parete divisoria in policarbonato e le maniglie vengono disinfettate dopo ogni viaggio, così come accade con i sedili tutte le sere dopo l'ultimo viaggio.

In totale ci sono 15 conducenti che si alternano. Circa ogni 12 settimane, Lucio è in servizio dal lunedì al venerdì. Prima del Covid, a volte c'erano talmente tante richieste che bisognava chiamare un secondo autista. Se uno però ha un impegno mentre è di turno, non è un problema. Tutti sentono di far parte di una squadra e si sostituiscono a vicenda. "Quando ci sono da fare dei viaggi più lunghi - dice Lucio Bazzanella - i miei colleghi mi chiedono spesso se mi va di sostituirli, anche se non sono in servizio". Sanno che per lui nessuna strada è troppo lunga.

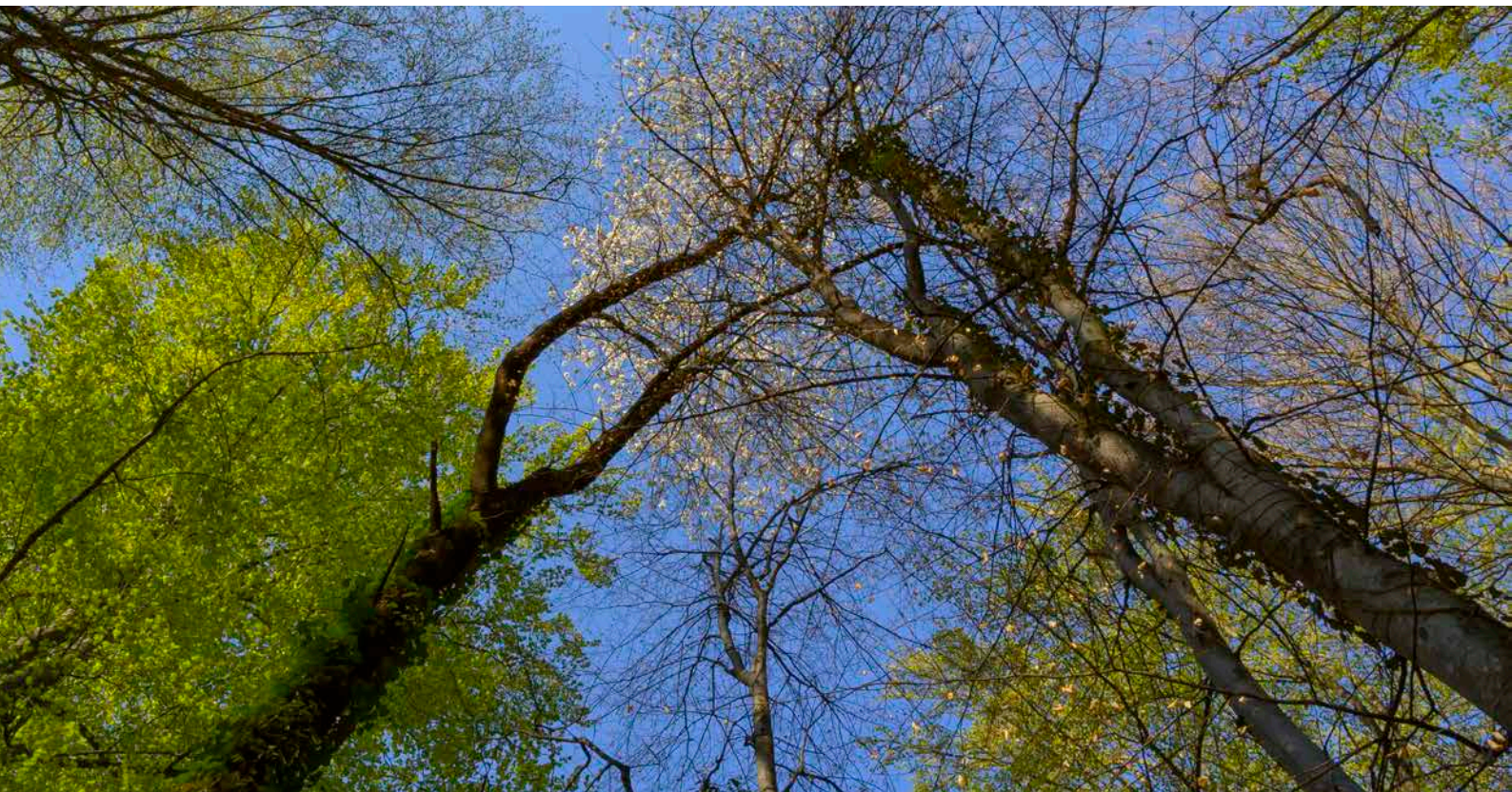
Durante il suo primo turno di quest'anno, a gennaio, Lucio invece, nell'arco di una settimana, ha dovuto fare solo tre viaggi.

Tuttavia i giorni di reperibilità possono essere lunghi. Spesso il servizio inizia già alle 6 del mattino ma poi, magari, per la corsa successiva bisogna attendere fino alle 5 del pomeriggio. E poi bisogna saper attendere con pazienza, soprattutto quando un malato deve sottoporsi a lunghi esami o terapie. Infatti non è sempre possibile organizzare nel frattempo un'altra corsa. Per Lucio però questo non è mai un problema.

Ma perché ci sono meno pazienti da trasportare ora? Da un lato perché gli esami e le terapie sono in parte rimandati a causa del Covid, dall'altro Lucio crede che la gente abbia anche paura. Soprattutto perché non si può escludere che a bordo ci sia un altro passeggero. "Ecco perché molti scelgono il taxi". Inoltre, dice Lucio, a causa della pandemia molti componenti della famiglia sono a casa dal lavoro, quindi possono accompagnare i loro cari agli appuntamenti. Comunque, per parte sua, non vede l'ora che le cose tornino alla normalità! ●

La Chance diventa neutrale per il clima

Processo di stampa sostenibile e carta riciclata certificata



Ogni azione provoca (direttamente o indirettamente) gas serra, CO₂, che hanno un effetto nocivo sull'ambiente e sul clima. Mobilità, trasporto, consumo e produzione di energia, attività produttiva, imballaggio... L'economia e la produzione neutrali rispetto al clima sono quindi all'ordine del giorno. Proprio come il comportamento responsabile di ogni individuo. La protezione attiva del clima e dell'ambiente è un obbligo verso la società e le generazioni future. Anche l'Assistenza Tumori Alto Adige si fa carico di questa responsabilità. D'ora in poi infatti, La Chance sarà stampata in modo ecologico.

I ghiacciai si sciolgono, gli eventi meteorologici estremi lasciano il segno: tempeste, inondazioni, acquazzoni tropicali, grandine, cicli stagionali alterati, siccità estrema o periodi prolungati di pioggia. Il cambiamento climatico ha smesso da tempo di essere la minaccia vuota di qualche catastrofista. Il crescente riscaldamento dell'atmosfera terrestre causato dalla CO₂ sta avendo un effetto su tutti i paesi del mondo. Questi cambiamenti si notano anche in Alto Adige. Non solo nei

grandi eventi isolati e drammatici come la tempesta Vaja, alla fine di ottobre del 2018 - parliamo di milioni di alberi abbattuti e il paesaggio alpino stravolto per decenni - ma anche attraverso un inizio sempre più tardivo della stagione fredda, estati insolitamente piovose o inverni estremamente secchi.

Anche la stampa è un metodo di produzione che inquina l'ambiente in molti modi: alto fabbisogno di legno per la produzione della carta, alto consumo di energia e quin-

di alte emissioni di CO₂, residui di alcol, solventi contenuti negli inchiostri. Anche se non è possibile una produzione completamente neutrale per il clima, è possibile ridurre in modo significativo l'impatto ambientale. D'ora in poi l'Athesiadruck stamperà dunque La Chance in modo neutrale per il clima, cioè secondo metodi di stampa sostenibili, ma soprattutto su carta riciclata che rispetta la certificazione internazionale FSC (Forest Stewardship Council) per la gestione sostenibile delle foreste. ●

Gita sociale annua provinciale

(se fattibile causa Coronavirus)

07.08.2021



Cari soci,

quest'anno la gita sociale ci porterà a Silandro in Val Venosta, dove sabato 07 agosto celebreremo la Santa Messa nella chiesa parrocchiale di Silandro. Dopo il pranzo sociale passeremo il pomeriggio assieme con caffè e dolci.

Prenotazioni: entro venerdì 23 luglio presso le sedi di circondario

Diritto di precedenza: è riservato ai soci ordinari. Eventuali accompagnatori devono essere soci dell'Associazione e potranno partecipare solo in caso di posti disponibili

Orario e luogo di partenza degli autobus: Vi saranno comunicati dopo la Vostra prenotazione

Il contributo di partecipazione si paga tramite bonifico bancario o presso le sedi di circondario entro il 23 luglio. Eventuali disdette si accettano fino a 2 giorni prima dell'evento, dopodiché la quota non sarà più restituita!

Quota di partecipazione per: soci ordinari € 20,00
eventuali accompagnatori € 25,00

Programma

Ore 10.30

Arrivo a Silandro

Ore 11.00

Santa Messa nella chiesa parrocchiale di Silandro

Ore 12.30

Pranzo sociale

Fino alle ore 15.30

Lieto stare assieme con caffè e dolci

Dalle ore 15.30

Rientro

COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI BOLZANO - SALTO - SCILIAR

Il numero di telefono dell'ufficio
e degli ambulatori di Via Tre Santi è
0471/28 37 19



Giornata Mondiale dell'Ammalato "Uno solo è il vostro Maestro e voi siete tutti fratelli" (Mt 23)

Le socie ed i soci si sono incontrati per
partecipare alla Santa Messa nella Chiesa
Tre Santi. (11.02.2021)



MERANO - BURGRAVIATO

In questa edizione della Chance vorremmo ricordare le nostre numerose escursioni, le diverse attività come il watten a premi, la vendita delle rose e tutti i bei momenti che abbiamo potuto passare in compagnia, tutte cose che ci sono state negate nell'ultimo anno a causa della pandemia da Coronavirus. Noi tutti speriamo di rivedervi presto e di poter riprendere appena possibile tutte le nostre attività e le nostre proposte per i soci. Sappiate comunque che noi, il consiglio con il presidente Oskar Asam e la nostra segretaria Sigrun, siamo sempre disponibili per rispondere alle vostre domande o richieste. Gli orari dell'ufficio sono gli stessi di prima, ma vi chiediamo di prendere appuntamento per telefono 0473 445757 o 340 6438679. Non vediamo l'ora di rivedervi tutti!!!





Dare sostegno a chi soffre

Come per tutti gli altri circondari dell'Assistenza Tumori Alto Adige, anche per noi in Val Passiria è stato difficile fermare tutte le nostre attività e incontri negli ultimi 12 mesi. E sembra che dobbiamo ancora avere pazienza, il Coronavirus ci tiene ancora in pugno. Come aiutare in questa situazione? Come accompagnare e sostenere le famiglie in questi momenti difficili? Per noi non è un compito facile! Grazie ad una serie di piccole iniziative in paese, organizzate da associazioni e grazie a molte donazioni che ci sono pervenute anche in questi mesi, abbiamo potuto comunque rimpinguare un po' il nostro conto. Grazie a questo fatto e al sostegno di "Alto Adige aiuta", siamo stati in grado di portare degli aiuti finanziari ad alcune famiglie della valle. Famiglie che ci hanno contattato in via confidenziale, che ci hanno raccontato le loro difficoltà e preoccupazioni, che ci hanno chiesto aiuto e consigli. Sono tempi difficili. Manca la possibilità di starsi vicini, la possibilità di parlarsi di persona, di stringersi e tenersi per mano. Grazie a Zoom, Whatsapp ed al telefono siamo riusciti a tenerci in contatto, a parlarci vedendoci e a mandarci piccoli messaggi di conforto, a far vedere che ci siamo. Sicuramente questo è più facile in una valle come la nostra dove tutti si conoscono. In qualche modo siamo come una grande famiglia e di questo siamo molto orgogliosi!

La collaborazione con l'ufficio circondariale di Merano, con la segretaria Sigrun Abart ed il Presidente Oskar Asam a sempre funzionato a meraviglia. Siamo grati all'Assistenza Tumori Alto Adige e siamo fieri di poter far parte di questa meravigliosa Associazione! Isabella Halbeisen, Erika Gufler, Annalise Gufler

Vendita punch per l'Assistenza Tumori

La Compagnia degli Schützen Andreas Hofer da diversi anni regala ai suoi membri e sostenitori le bellissime cartoline di Natale prodotte dai soci del gruppo Val Passiria dell'ATAA, ricevendo in cambio una donazione.

Il gruppo ATAA della Val Passiria sostiene molte famiglie e anziani della valle, che si trovano in difficoltà economiche con buoni spesa o fornendo in modo diretto un aiuto finanziario. Soprattutto in questo anno di pandemia sono stati in tanti ad aver bisogno di sostegno da parte di tutti noi.

Sabato 19 dicembre per la prima volta, gli Schützen di San Leonardo hanno distribuito del punch fatto in casa nel centro del paese, in cambio di una donazione volontaria. Qualche giorno prima alcuni membri del nostro gruppo si sono incontrati per preparare 15 l di punch, hanno riempito delle piccole bottigliette e preparato delle etichette con le istruzioni d'uso. In pochissimo tempo tutto il punch è andato a ruba in cambio di una piccola donazione. Ringraziamo per questo gesto di generosità, che ci ha permesso a dare un raggio di speranza a molte famiglie in difficoltà. (Patrick Wilhelm)





Una persona speciale: Johanna Gufler

"Sentitevi protetti, benedetti e uniti nell'amore".

La nostra Johanna! Come descriverla? È stata una colonna dell'Assistenza Tumori in Val Passiria. Ci ha sostenuto con i suoi preziosi consigli, con la sua disponibilità e il suo calore umano. Era, è e rimarrà parte preziosa del nostro gruppo e non la dimenticheremo mai.

Quando ha chiuso gli occhi per sempre nel settembre 2020, circondata dai suoi cari, serenamente e piena d'amore, è stato molto doloroso per la sua famiglia, i parenti, i molti amici e compagni. Lasciare andare una persona così meravigliosa è sempre molto difficile. Ci ha lasciato delle parole però che ci serviranno da sostegno, guida e aiuto.

Johanna amava la vita, ha accettato il suo percorso con la malattia, grata per ogni momento vissuto, passo dopo passo con tutti i momenti belli e tristi. Desiderava che il suo percorso non fosse ricordato come un cammino di sofferenza, perché non lo ha vissuto come tale ma, al contrario, come una via piena di fiducia e di amore. Apprezzava il sostegno di tutte le belle persone da cui era circondata, la natura, gli animali e continuava a ribadire che era felice. Aveva la capacità di vivere appieno il momento. La rendeva felice essere seduta su una panchina, ascoltare e guardare gli uccelli, godersi i fiori, ammirare un arcobaleno o sentire la pioggia sulla pelle e sentirsi parte del tutto.

Non si faceva dominare dal pensiero di essere malata, perché ha accettato tutto quello che la vita le ha dato. Aveva la capacità di cogliere l'attimo, di gioire semplicemente del fatto di esserci con il suo grande cuore pieno d'amore. Johanna non ha mai accettato di essere identificata con la sua malattia, che non ha mai vissuta come nemica. L'ha accettata come un percorso pieno di amore, gioia, felicità e umorismo, non solo come sofferenza ed è stata sempre piena di fiducia nella convinzione che tutto sarebbe andato bene. Fino alla fine ha continuato a dire "Va tutto bene - va bene così".

A tutti coloro che l'hanno accompagnata nel suo cammino, desidera lasciare un messaggio: Sentitevi protetti, benedetti e uniti nell'amore! Noi dell'Assistenza Tumori Val Passiria porteremo la nostra Johanna SEMPRE nei nostri cuori. Lei era, lei è e lei rimarrà una parte di noi. (Isabella Halbeisen)



COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI VAL VENOSTA



Ringraziamo per il sostegno e la generosa donazione dell'iniziativa di beneficenza prenatalizia „Mitnond im Malser Advent“. (La foto è stata scattata prima della pandemia)

Il tè fa beneficenza

I "Südtiroler Kräuterrebellen Lorenz & Leander" hanno messo a disposizione 700 bustine di tè, distribuite dai commercianti di Malles a favore dell'Assistenza Tumori Val Venosta. Ringraziamo per la donazione di 3.800 Euro.

Nonostante la pandemia, la campagna natalizia di beneficenza di Malles ha potuto essere realizzata.



COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI BASSA PUSTERIA

Donazione Haarstudio Mayr

Ringraziamo tutti coloro che hanno partecipato nel 2020 all'iniziativa raccolta capelli. Il salone „Haarstudio Mayr“ di Brunico ha potuto raccogliere tante trecce da tutte le parti dell'Alto Adige ed inviarle alla ditta tedesca, produttrice di parrucche Bergmann. Il ricavato dell'iniziativa di € 1.350 è andato al circondario Bassa Pusteria.



„Zommholtn“ un miracolo natalizio per l'Assistenza Tumori Alto Adige

Il circondario Bassa Pusteria vende ogni anno corone d'avvento al Mercatino di Natale di Brunico. L'anno scorso non è stato possibile, perché a causa della pandemia da Coronavirus il mercatino è stato cancellato. Tre ragazze hanno preso l'iniziativa e hanno avviato una vendita online su Facebook. Con l'aiuto di amici e amiche, e dei loro genitori, hanno intrecciato delle corone d'Avvento, le hanno decorate su ordinazione e le hanno persino consegnate a domicilio. Un sentito ringraziamento a Stefanie, Sandra e Carmen per il loro enorme impegno.



ALTA PUSTERIA



Sostegno in tempi difficili

Una sorpresa riuscita: la presidente provinciale Ida Schacher è stata invitata ad un incontro spontaneo nel centro di Dobbiaco e si è trovata davanti ai responsabili dell'azienda Ernog di Rasun che le hanno consegnato un assegno. Grazie per il sostegno in questo periodo così difficile.



Giornata del malato

Per onorare la Giornata mondiale del malato ci siamo incontrati l'11 febbraio per pregare insieme nella chiesa parrocchiale di Dobbiaco.



Donare un'ora

„Dona un'ora del tuo tempo di lavoro“. Anche quest'anno i dipendenti della ditta Walterscheid Monguelfo SpA hanno voluto donare una o più ore del loro tempo lavorativo in segno di solidarietà con l'Assistenza Tumori. La direzione ha arrotondato la somma raccolta. Ringraziamo per questo prezioso sostegno.



Biscotti di natale

Il Covid non è riuscito a impedire la nostra tradizionale iniziativa prenatalizia di preparare insieme dei biscotti. Nel pieno rispetto di tutte le misure anti Covid siamo riusciti nella nostra impresa, per poi distribuire i nostri dolci natalizi in cambio di una donazione. Ringraziamo tutti coloro che hanno partecipato.



COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI VALLE ISARCO

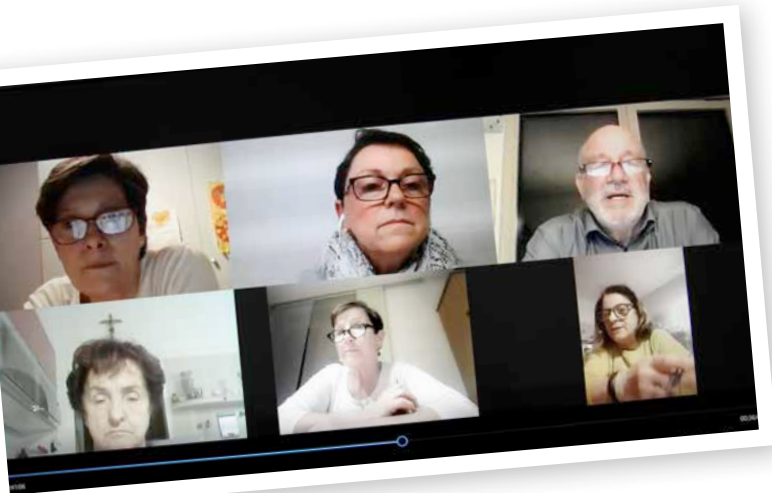


Corone d'avvento per l'ATAA

Sono dieci anni che Marianne Messner di Gudon confeziona e vende delle corone d'Avvento per il circondario Val Isarco dell'Assistenza Tumori. In tutti questi anni ha potuto donare € 6.900 all'Associazione. Nella foto da sx.: la figlia, Verena Messner, la presidente del circondario, Nives Fabbian De Villa, Marianne Messner e la vicepresidente Elfriede Burger.



BASSA ATESSINA



Seduta in videoconferenza

Nel rispetto delle disposizioni contro il Covid-19 il consiglio del circondario si riunisce in video-conferenza.



Indirizzo e-mail

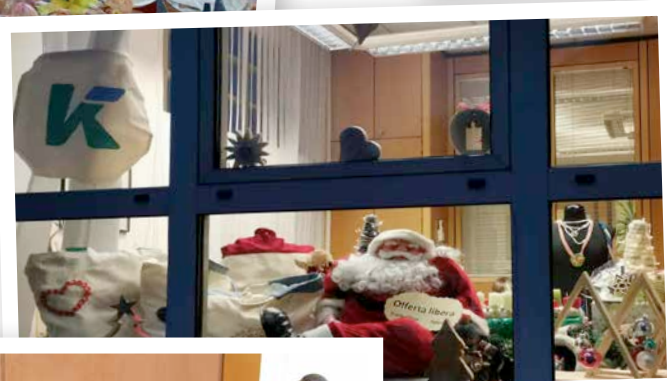
Richiesta a tutti coloro che sono raggiungibili attraverso la posta elettronica: comunicateci il vostro indirizzo e-mail inviandolo a ueberetsch-unterland@krebshilfe.it, avremo così una comunicazione più veloce!

Vetrina della solidarietà

Ne periodo prenatalizio la sede di Egna si è trasformata in un piccolo mercatino all'insegna della solidarietà. Sono stati esposti addobbi e lavoretti fatti a mano. Ringraziamo tutte le mani operose che hanno donato le loro creazioni e che si sono prodigate per la buona riuscita dell'iniziativa, un segno tangibile a sostegno dell'Associazione in questi tempi di pandemia. Il mercatino continua con oggetti primaverili e saremmo felici se vorrete venire a dare un'occhiata.



Orario estivo - ferie
Nei mesi di giugno/luglio/agosto
l'ufficio del circondario è aperto di
lunedì pomeriggio,
ore 14-18, martedì-mercoledì-
giovedì-venerdì, ore 08-12.



AGENDA = La CHANCE

Vi ricordiamo che tutte le iniziative del circondario previste fino ad agosto sono inserite ne La CHANCE 3/2020, uscita lo scorso 2020. Per poter partecipare (COVID-19 permettendo) siete pregati di prenotarvi presso l'ufficio del circondario al n. 0471 820466 a partire da un mese prima dell'evento.

Offerte

Ci sono sempre persone generose che non vogliono essere nominate e che invece di ricevere regali per il compleanno o altri anniversari chiedono delle donazioni a favore dell'Associazione. Mille grazie a tutti loro!



Dr. Michael Kob
Dietologo

Frittata di ceci con asparagi verdi e piselli



Foto: Dr. Michael Kob

Ingredienti per 4 persone:

- 150g di farina di ceci
- 2 cucchiaini di sale + ½ cucchiaino per la preparazione degli asparagi
- 1 cucchiaino di curry in polvere (opzionale)
- 450ml di acqua
- 3 cucchiaini + 1 cucchiaino di olio extravergine d'oliva
- 300g di asparagi verdi
- 100g piselli (freschi o congelati)

Preparazione

1. In una grande ciotola mescolare la farina di ceci con 2 cucchiaini di sale, il curry in polvere e 2 cucchiaini di olio d'oliva.
2. Aggiungere gradualmente l'acqua, mescolando bene con una frusta fino a quando non ci sono più grumi.
3. Lasciate riposare il composto in frigorifero per almeno 4 ore (o durante la notte).
4. Lavare bene gli asparagi, rimuovere l'estremità legnosa e pelare i gambi.
5. Tagliare i gambi in piccole fette con un coltello e dividere le punte degli asparagi nel senso della lunghezza.
6. Scaldare 1 cucchiaino di olio d'oliva in una padella, aggiungere le fette di asparagi, salare (1/2 cucchiaino di sale) e rosolare leggermente su tutti i lati per circa 5 minuti a fuoco medio. Dopo 2 minuti aggiungere anche i piselli.
7. Togliere dalla padella e mescolare le fette di asparagi e i piselli nella miscela di farina di ceci.
8. Oliare una teglia piatta e rotonda, per esempio una tortiera (o foderare con carta da forno) e versarvi la farina di ceci con la miscela di verdure.
9. Distribuire con cura le punte di asparagi tagliate a metà.
10. Cuocere nel forno preriscaldato a 220° C per circa 25-30 minuti fino a quando la superficie sarà dorata.

La preparazione di questa "frittata" richiede un po' più di tempo di una classica frittata con le uova, ma è molto più sana e nutriente. La ricetta è ricca di proteine e fibre, vegetariana, vegana, senza colesterolo, lattosio e glutine, e a basso contenuto di grassi saturi. Si può servire con un'insalata mista.

ASSISTENZA TUMORI ALTO ADIGE | SEDE CENTRALE

Via Marconi, 1b | 39100 Bolzano
Tel. +39 0471 28 33 48
info@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	-

BOLZANO - SALTO - SCILIAR

Via Tre Santi, 1 | 39100 Bolzano
Tel. +39 0471 28 37 19
bozen-salten-schlern@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	09 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	09 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	-
	14 ³⁰ - 15 ³⁰	-	14 ³⁰ - 15 ³⁰	-	-

Ambulatorio I & II

Via Tre Santi, 1 | 39100 Bolzano
Tel. +39 0471 28 37 19

Ambulatorio Fiè

Piazza della Chiesa, 4 | 39050 Fiè allo Sciliar
Tel. +39 0471 28 37 19

OLTRADIGE - BASSA ATESSINA

Largo Cesare Battisti, 6 | 39044 Egna
Tel. +39 0471 82 04 66 | Fax +39 0471 82 04 66
ueberetsch-unterland@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰
	-	14 ⁰⁰ - 17 ⁰⁰	-	-	-

Ambulatorio Laives

Centro Anziani, Passaggio zona scolastica, 4 | 39055 Laives
Tel. +39 0471 82 04 66

Ambulatorio Egna

Largo Cesare Battisti, 6 | 39044 Egna
Tel. +39 0471 82 04 66

Ambulatorio Caldaro

Distretto sanitario Caldaro 2° piano, Piazza Rottenburg, 1 | 39052 Caldaro
Tel. +39 0471 82 04 66

MERANO - BURGRAVIATO

Via delle Corse, 27 | 39012 Merano
Tel. +39 0473 44 57 57 | Fax +39 0473 44 57 57
meran-burggrafenamnt@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	09 ⁰⁰ - 12 ³⁰	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	09 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	-
	14 ⁰⁰ - 16 ³⁰	-	14 ⁰⁰ - 16 ³⁰	14 ⁰⁰ - 16 ³⁰	-

Ambulatorio Merano

Via Roma, 3 | 39012 Merano

Ambulatorio Lana

Distretto Socio Sanitario Lana, Via Andreas Hofer, 2 | 39011 Lana

VAL VENOSTA

Via Ospedale 13 | 39028 Silandro
Tel. +39 0473 62 17 21 | Fax +39 0473 42 02 57
vinschgau@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	14 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 11 ⁰⁰

Ambulatorio

Via Principale 134 | 39028 Silandro
Tel. +39 0473 73 66 41

VAL PUSTERIA - VALLE AURINA - VAL BADIA

Piazza Cappuccini, 9 | 39031 Brunico
Tel. +39 0474 55 13 27
unterpustertal@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	15 ⁰⁰ - 19 ⁰⁰	08 ³⁰ - 12 ⁰⁰	08 ³⁰ - 12 ⁰⁰	08 ³⁰ - 12 ⁰⁰	-

Ambulatorio Brunico

Villa Elsa, Via Andreas Hofer, 25 | 39031 Brunico
Tel. +39 0474 55 03 20

Ambulatorio Campo Tures

Via Hugo von Taufers, 19 | 39032 Campo Tures
Tel. +39 0474 55 03 20

Ambulatorio Pedraces

Pedraces, 57 | 39036 Frazione di Badia
Tel. +39 0474 55 03 20

ALTA PUSTERIA

Via Gustav Mahler, 3 | 39034 Dobbiaco
Tel. +39 0474 97 28 00 | Fax +39 0474 97 28 00
oberpustertal@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	09 ⁰⁰ - 11 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	09 ⁰⁰ - 11 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	-
	-	14 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	-	16 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	-

Ambulatorio Dobbiaco

Via Gustav Mahler, 3 | 39034 Dobbiaco
Tel. +39 0474 97 28 00

Ambulatorio Monguelfo Tesido

Via P.-Johann-Schwingshackl, n. 1
39035 Monguelfo Tesido

VALLE ISARCO - ALTA VALLE ISARCO - VAL GARDENA

Via Roma, 7 | 39042 Bressanone
Tel. +39 0472 81 24 30 | Fax +39 0472 81 24 39
eisacktal@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	14 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰

Ambulatorio Bressanone

Via Roma, 7 | 39042 Bressanone
Tel. +39 0472 81 24 30

Ambulatorio Vipiteno

Ospedale 1° piano interrato, Via Santa Margherita 24 | 39049 Vipiteno
Tel. +39 0472 77 43 46

Ambulatorio Rio di Pusteria

Distretto sanitario Rio di Pusteria, Via Mathias-Perger, 1 | 39037 Rio di Pusteria
Tel. +39 0472 81 32 92



ASSISTENZA TUMORI ALTO ADIGE

