



LILT

LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI

prevenire è vivere

SEZIONE PROVINCIALE DI IMPERIA - ONLUS

Corso Mombello 49 - SANREMO

Tel. 0184 57.00.30 - Fax 0184 50.68.00

e-mail: info@legatumorisanremo.it

www.legatumorisanremo.it

Per la tua salute

*Delegazioni a Bordighera e a Diano Castello
Info point a Ventimiglia*

La **Legna Italiana per la Lotta contro i Tumori** è una libera associazione che ha lo scopo di:

- far apprendere le tecniche della prevenzione
- effettuare i controlli tempestivi
- facilitare la diagnosi precoce
- organizzare incontri di educazione alla salute
- formare il personale sanitario
- migliorare la qualità di vita dei pazienti oncologici

La Lega è aperta a tutti:

soci, volontari e sostenitori sono l'unica sua forza

IL NUOVO CODICE EUROPEO CONTRO IL CANCRO

- 1) Non fumare; se fumi, smetti. Se non riesci a smettere, non fumare in presenza di non-fumatori.
- 2) Evita l'obesità. Fai ogni giorno attività fisica.
- 3) Mangia ogni giorno frutta e verdura: almeno cinque porzioni. Limita il consumo di alimenti contenenti grassi di origine animale.
- 4) Se bevi alcolici, che siano birra, vino o liquori, modera il loro consumo a due bicchieri al giorno se sei uomo, ad uno se sei donna.
- 5) Presta attenzione all'eccessiva esposizione al sole. E' di importanza fondamentale proteggere bambini ed adolescenti.
- 6) Osserva scrupolosamente le raccomandazioni per prevenire l'esposizione occupazionale o ambientale ad agenti cancerogeni noti, incluse le radiazioni ionizzanti.
- 7) Controllatevi il seno regolarmente, specie dopo i 25 anni, eseguendo una mammografia all'anno tra i 40 e i 50 anni. Dopo i 50 anni sottoponetevi almeno ogni 2 anni a mammografia.
- 8) Le donne dai 25 anni in su dovrebbero essere coinvolte in screening per il carcinoma della cervice uterina con la possibilità di sottoporsi periodicamente a strisci cervicali. Questo deve essere fatto all'interno di programma organizzati, sottoposti a controllo di qualità.
- 9) Dopo i 40 anni è consigliabile sottoporsi annualmente al controllo medico della cavità orale, ad esplorazione rettale e ricerca sangue occulto delle feci. Dopo i 50 anni sottoponetevi annualmente ad un controllo clinico della prostata.
- 10) Se vi accorgete di una insolita perdita di sangue, di un cambiamento (di forma o di colore) di un neo, della comparsa di un nodulo, rivolgetevi al medico.
- 11) Se avete sintomi persistenti, come tosse, raucedine, cambiamenti delle abitudini intestinali, o una inspiegabile perdita di peso, rivolgetevi al medico.
- 12) Partecipate ai programmi di vaccinazione contro l'epatite B.

Se diagnosticati in tempo molti tumori sono curabili

ATTIVITÀ DI PREVENZIONE

Visita per la **PROSTATA e TESTICOLI**

Dott. Paolo Armela

Visita al **SENO** e insegnamento dell'**autopalpazione**

Dott. Claudio Battaglia

Prevenzione e diagnosi precoce delle

NEOPLASIE GASTRO-INTESTINALI

Dott. Claudio Battaglia

HEMOCCULT (ricerca sangue occulto nelle feci)

Consulenza **ONCOLOGICA** sul

RISCHIO GENERICO e GENETICO

Dott.ssa Carla Gatti

Esame del **PAP-TEST**

Dott. Bruno Brusacà - Dott. Paolo Meloni -

Dott.ssa Terenzia Simari

Visita all'**APPARATO RESPIRATORIO**

Dott.ssa Paola Dignetti - Gianni Prest

Controllo della **GOLA**

Dott.ssa Orietta Rocchetti

Controllo dei **NEI**

Dott. Pierre Mario Isola - Dott. Giovanni Virno

Prof. Mariano Bormioli

Visita del **CAVO ORALE**

Prof. Amedeo Zerbinati - Dott. Massimo Garoglio

ECOGRAFIE di prevenzione

CORSI PER SMETTERE DI FUMARE

Dott. Riccardo Battaglia

AMBULATORIO PSICO-ONCOLOGICO

SERVIZIO AUTO

Trasporto pazienti oncologici deambulanti dal domicilio ai Centri di Cura. Le richieste dovranno pervenire entro 3 giorni lavorativi dalla data fissata per la terapia.

Prenotazioni al n. 333 5000875

dal lunedì al venerdì, dalle ore 10 alle 12

Per informazioni e per fissare appuntamenti, telefonare dal lunedì al venerdì al numero **0184 57 00 30**, dalle ore 9,00 alle ore 12,00. Fax: **0184 50 68 00**

CENTRO DI CURE PALLIATIVE ASSISTENZA DOMICILIARE TERAPIA DEL DOLORE

Il servizio ha lo scopo di alleviare la sofferenza dei malati oncologici in fase terminale, seguendoli gratuitamente a domicilio attraverso una équipe composta da medici, psicologi, infermieri e volontari laici per alleviare i problemi che derivano dal dolore e da altri sintomi. L'obiettivo è quello di assicurare ai pazienti e ai loro familiari assistenza improntata al rispetto della dignità, dei valori umani, spirituali e sociali con la più alta qualità di vita possibile ed una morte dignitosa, dando poi alla famiglia sostegno nella fase del distacco e del lutto.

L'assistenza è attivata semplicemente mediante un colloquio ed il consenso del medico di medicina generale.

Un servizio di counseling e sostegno con un numero dedicato è attivo "sempre" (sette giorni su sette).

La rinascita

E' un gruppo in sostegno della vita dopo il tumore seno. Gli scopi sono:

- accrescere la solidarietà tra donne colpite da un tumore al seno
- sostenere ed informare la donna che affronta la malattia
- offrire corsi di psicoterapia di gruppo guidati da una professionista qualificata.

SOSTIENI LA TUA SEZIONE LILT

recandoti in Sede o mediante versamento in

c/c postale 13196183

c/c Bancario IBAN: IT 43 U 06175 22700 0000028044

intestati alla

Legga Italiana per la Lotta contro i Tumori

ONLUS - Sanremo

- | | |
|--------------------|----------|
| - Soci Ordinari | € 15 |
| - Soci Benemeriti | € 100 |
| - Soci Sostenitori | da € 300 |

Con il tuo aiuto contribuirai alla lotta contro i tumori

In sede di dichiarazione dei redditi è possibile:

- dedurre dal reddito IRPEF l'importo versato con assegno, c/c postale o bonifico
- effettuare la scelta del 5 x mille a favore della LILT indicando il codice fiscale 80003370089