

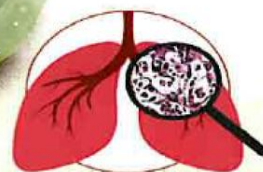
Cos'è il Progetto Pilota CCM

È un progetto attivo in alcune città italiane (Firenze, Pisa, Torino, Milano), finanziato dal Ministero della Salute, per studiare le migliori strategie per l'estensione su larga scala dello screening del tumore polmonare con la TC torace a bassa dose associato a programmi per la cessazione del fumo.

È realizzato in collaborazione con i Medici di Medicina Generale dei territori interessati e coordinato dall'Istituto per lo Studio e la Prevenzione Oncologica (ISPRO) di Firenze.

Per maggiori informazioni scrivi a info@liberodalfumo.it o visita il sito www.liberodalfumo.it

ccm



SCREENING DEL POLMONE

Progetto pilota CCM di un programma di screening per il tumore polmonare integrato con la cessazione del fumo



Quali sono i possibili rischi e benefici della partecipazione al progetto?

BENEFICI

Il progetto offre la possibilità di individuare precocemente noduli polmonari di piccole dimensioni, con maggiori probabilità di trattarli con successo. Inoltre permette la quantificazione del rischio cardiovascolare. Infine consente l'accesso a un programma antifumo intensivo personalizzato.

RISCHI

La TC torace a bassa dose espone a una dose di radiazioni ionizzanti, che peraltro è molto bassa. Inoltre possono verificarsi:

FALSI POSITIVI: il test di screening evidenzia noduli che devono essere esaminati ma che risultano essere di natura benigna.

FALSI NEGATIVI: la TC torace a bassa dose, come tutti i test, non è perfetto; può succedere che non venga individuato un tumore che invece è presente. Per questo è importante segnalare al medico curante eventuali sintomi che persistono nel tempo, sia durante che al termine del progetto.

REPERTI INCIDENTALI: la TC torace a bassa dose talvolta rileva alcune alterazioni in altri organi, come per esempio il cuore, che poi possono richiedere ulteriori accertamenti diagnostici.

STRESS: essere sottoposti a esami ed eventuali approfondimenti può causare disagio e ansia.

SOVRADIAGNOSI: possono essere riscontrate forme tumorali a lenta crescita o scarsamente aggressive, che non avrebbero causato danni alla sua salute. Non potendo distinguerle da quelle aggressive, vengono comunque curate, causando disagi per i trattamenti necessari.

Piano d'azione



1. ADESIONE AL PROGETTO



2. VALUTAZIONE DEL RISCHIO



3. CESSAZIONE DEL FUMO



4. TEST DI SCREENING



DANNI

Il fumo di tabacco contiene oltre 7000 sostanze nocive per la salute ed è causa di cancro, malattie cardiovascolari e respiratorie. Tra i fumatori il rischio di cancro al polmone è 20-25 volte superiore rispetto a quelli che non fumano.

BENEFICI

Quando smetti di fumare, in poco tempo il tuo corpo ritrova la giusta forma e il tuo aspetto migliora sensibilmente. Da subito il tuo senso dell'olfatto e del gusto migliorano e potrai goderti appieno il sapore dei cibi. Oltre a un graduale miglioramento del respiro, spariranno la tosse e altri problemi dell'apparato respiratorio, aumenterà la resistenza fisica e migliorerà la prontezza di riflessi. Avrai una maggiore concentrazione e calma e dormirai meglio.

SUBIRE IL FUMO DEGLI ALTRI È PERICOLOSO

Le persone esposte al fumo passivo respirano sostanze simili a quelle assunte dai fumatori attivi. L'inalazione di fumo passivo provoca la morte prematura e diverse malattie, come cancro ai polmoni, malattie coronariche e respiratorie. Inoltre peggiora alcune patologie come l'asma.



Proteggi i tuoi cari, soprattutto i bambini!

PROVA A SMETTERE DI FUMARE Preparati un piano d'azione



1

LISTA DEI TUOI MOTIVI

Scrivi una lista dei tuoi motivi per smettere di fumare: elenca i vantaggi che avrai smettendo e gli svantaggi che hai se continui a fumare.



2

DECIDI UNA DATA PER SMETTERE

Scegli un giorno in cui sai che non avrai stress e concediti un paio di settimane per prepararti.



3

SBARAZZATI DELLE SIGARETTE

Sbarazzati di tutte le sigarette che hai a casa, in auto o sul posto di lavoro.



4

FREQUENTA LUOGHI IN CUI NON SI FUMA

Impara a soggiornare sempre in zone in cui è vietato fumare.



5

DI A TUTTI CHE HAI SMESSO

Informa familiari, amici e colleghi che stai smettendo di fumare e chiedi incoraggiamento e comprensione.



6

TIENITI IN MOVIMENTO

Pratica attività sportiva o tieniti in movimento facendo lunghe passeggiate a piedi o in bici.

LO SCREENING PUÒ SALVARTI LA VITA!

NON È MAI TROPPO TARDI PER SMETTERE!