

Poste Italiane SpA - Spedizione in Abbonamento Postale - D. L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n. 46) art. 1, comma 2, CNS BOLZANO Periodico quadrimestrale, Iscrizione al Tribunale di Bolzano N°3/2003

Foto: Othmar Seehauser



**Assemblea provinciale 2016**

**Nuove vie di speranza**

**Uomini**



Pag. 14

**Medicina  
complementare**



pag. 3



pag. 14



pag. 28

- |                                     |  |   |
|-------------------------------------|--|---|
| 3 La 35° assemblea provinciale      | 32 Prevenzione, un flop?                 | 52 Vendita di primule delle donne SVP   |
| 9 Il commento                       | 35 Veronesi: "Lo strumento più efficace" | 54 Mostra: L'altra faccia delle cellule |
| 10 Oncologia integrativa            | 36 Il Giardino della musica all'ospedale | 57 Gita sociale annua provinciale 2016  |
| 14 La medicina complementare        | 38 5 anni di terapia del movimento       | 58 La mostra del corso pittura          |
| 22 Inchiesta tra i soci maschi ATAA | 44 Aggiornamento per i fisioterapisti    | 62 Intervista col Sig. Ulrich Seitz     |
| 24 Auto mutuo aiuto per soli uomini | 46 50 anni aeroporto di Dobbiaco         | 63 Cosa succede nei circondari          |
| 26 Nuove vie della speranza         | 49 Corsa di Beneficenza in Val Pusteria  | 78 Buono e sano: il Tabouleh            |

## PARLIAMONE

Care lettrici e cari lettori,

A volte fa bene guardare oltre lo steccato, nel giardino del vicino. L'Assistenza Tumori Alto Adige esiste da 35 anni e in questo periodo ha compiuto un lavoro incredibile. In occasione dell'ultima assemblea provinciale abbiamo potuto constatare che, al 31 Dicembre 2015, gli iscritti erano 9381, tra cui 3.363 soci ordinari, ossia pazienti. Tutte queste persone ripongono fiducia in noi, aspettano che venga data loro una mano, contano sul fatto di averci vicino in questo difficile passaggio della loro vita. E sono molte le persone che, grazie a questa esperienza, hanno loro stesse iniziato ad aiutare altri e ad impegnarsi per chi si trova all'inizio di questo difficile percorso.

Non siamo soli, ci sono altre associazioni simili a noi. In Alto Adige ci sono la Lega Italiana per la lotta contro i tumori, la LILT, c'è mamazone, c'è l'Assistenza Tumori per bambini Arcobaleno o Peter Pan, per nominarne solo alcune. Ad Innsbruck esiste un'Assistenza Tumori che si è posta come obiettivo principale il sostegno alla ricerca. Nelle Marche, un paio di anni fa, abbiamo presentato la piccola associazione IOM. In questo numero vi presentiamo la RAVI, "Rico-

minciare a vivere": La piccola associazione nata a Torino 16 anni fa per iniziativa di alcune donne ammalate di tumore al seno. Offrono alle loro socie varie attività per il tempo libero e, come noi, danno molta importanza alle attività informative e alla prevenzione. Sono 22 volontari attivi, 120 soci, che pagano un contributo, e una mailing list di 300 indirizzi. Anche noi abbiamo iniziato in piccolo...

E in questo numero della Chance guardiamo anche verso nord. In Belgio, nel rinomato laboratorio di ricerca VRC, VesaliusResearch Center, lavora un giovane medico sudtirolese, Andreas Pircher, in un laboratorio dove verranno forse messe le basi per le terapie oncologiche del futuro. In Italia. Ad Innsbruck nel centro di ricerca contro il cancro del Tirolo. In tutta l'Europa e naturalmente anche Oltreoceano. Ovunque ci sono persone, ci sono ricercatori che lavorano per combattere sempre meglio il cancro. È grazie a queste persone, ai loro piccoli e grandi successi che il cancro, se diagnosticato precocemente, non è più una condanna a morte. E "Vie della speranza" è il titolo che abbiamo dato alla nuova rubrica in cui vorremmo presentarvi dei nuovi



Ida Schacher  
Presidente

metodi cura, dei nuovi progetti di ricerca anche al di fuori dell'Alto Adige.

Ma naturalmente ci guardiamo attorno anche nella nostra Provincia. Per es. a Merano, dove abbiamo visitato il servizio di Medicina Complementare. Anche questo è un approccio (non più tanto) nuovo che aiuta a combattere meglio il cancro senza dover soffrire troppo. Come Assistenza Tumori abbiamo anche organizzato una conferenza su questo tema: Oncologia Integrativa. Nel reparto radiologico della clinica Bonvicini tutti i diversi partner hanno presentato il loro approccio.

Auguro a tutti Voi una splendida estate, con molte passeggiate nella nostra bellissima natura e Vi auguro di stare bene.

Vostra  
Ida Schacher Baur  
la presidente



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

Editore: Assistenza Tumori Alto Adige, Via Tre Santi 1, 39100 Bolzano, Tel: 0471 28 33 48, Fax: 0471 28 82 82, e-mail: 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

Direttrice: Dr. Nicole Dominique Steiner Segreteria: Assistenza Tumori Alto Adige Foto: Othmar Seehauser

Layout: Studio Mediamacs, Bolzano Stampa: Tipografia Athesia Druck Srl, Bolzano Prossima edizione: dicembre 2016



# Protetti in ogni tempo

35° assemblea provinciale: con l'ATAA attraverso le tempeste della vita



Quest'anno l'Assistenza Tumori Alto Adige ha scelto come simbolo una mongolfiera, un'immagine molto esplicitiva degli alti e bassi attraversati da chi si ammala di cancro. E un'immagine simbolo per i compiti dell'associazione: trasportare gli associati in un "cesto protettivo" e farli di nuovo atterrare sicuri.

Ogni anno è una festa. E come ogni evento che si rispetti, nessuno è immune dall'agitazione della vigilia. Pochi giorni per i partecipanti, che diventano settimane invece, per coloro che stanno dietro e dentro la macchina dell'organizzazione. L'assemblea annuale dei soci dell'Assistenza Tumori Alto Adige. Un'occasione d'incontro. Tempo di bilanci e al tempo stesso un'occasione per informarsi.

I soci vengono da tutta la provincia. Gli autobus partono puntuali, ci si veste con l'abito della festa. Chi ci sarà quest'anno? Quale sarà lo slogan dell'evento? Cosa si saranno fatti venire in mente nel direttivo perché questa assemblea non scivoli nella routine ma diventi invece un pomeriggio stimolante?

Perché questo è l'assemblea provinciale dell'Assistenza Tumori Alto Adige. Un appuntamento obbligato visto che deve essere approvato il bilancio ratificando l'operato del direttivo, ma senza alcuna traccia di noia. A passare in rassegna le varie iniziative è stato anche quest'anno un presentatore, che, con l'ausilio di un PowerPoint, ha illustrato in modo divertente gli avvenimenti dell'anno passato. Quest'anno il compito è stato affidato a Pietro Polidori.

La presidente provinciale Ida Schacher ha aperto l'assemblea, ha salutato i soci e gli ospiti d'onore. Come ogni anno l'assessora alla Sanità Martha Stocker si è tenuta libera per questo appuntamento. L'assessora provinciale Waltraud Deeg ha invece ricoperto la funzione di presidente dell'assemblea.



Presidentessa Ida Schacher

## Gli ospiti d'onore:

Il Presidente dell'Unione dei Comuni, Andreas Schatzer, l'ex primario di Medicina di Bolzano e membro del Comitato Medico dell'Assistenza Tumori, Dott. Helmuth Amor, il chirurgo Dott. Herbert Hanni del Centro senologico di Brunico, il direttore dell'ufficio ospedali Ulrich Seitz e la Dott.ssa Petra Obexer del Centro di ricerca tumori del Tirolo.

Segue >



“Siete pronti?” il moderatore Pietro Polidori ha rappresentato l'anno 2015 dell'Assistenza Tumori Alto Adige

> “L'Assistenza Tumori Alto Adige”, afferma Ida Schacher, “ha più di 9.000 soci e già questo è un segnale chiaro di quanto ci sia bisogno di noi.” La mongolfiera, secondo la Presidente provinciale, trasmette un senso di libertà, ci trasporta col leggerezza oltre

gli ostacoli, ci apre nuovi orizzonti. “E anche se viene trasportata dal vento, se sale e scende, il passeggero si sente protetto. Vogliamo trasmettere ai nostri soci l'idea che siamo sempre al loro fianco, che possiamo dare loro protezione e senso di sicurezza.”

L'assessora provinciale alla sanità Martha Stocker ha ringraziato, nel corso del suo intervento di salute, l'Assistenza Tumori per il sostegno ai pazienti e l'ha definita un esempio positivo per una società che guarda alla solidarietà, che non

L'assessora Martha Stocker

Da sx.: Dott. Helmuth Amor, la presidente provinciale Ida Schacher e la presidente del circondario Val d'Isarco Nives Fabbian





Da tutte la parti della provincia i soci sono venuti a Bolzano

distoglie lo sguardo ma che, al contrario, dà una mano. "Dal mio primo incontro con L'Assistenza Tumori avvenuto moltissimi anni fa, rimango ogni volta sorpresa dalla rete che l'associazione ha saputo costruire!"

E poi è toccato a Pietro Polidori e alla sua retrospettiva sulle attività del 2015, accompagnato da un video. "Siete pronti?" ha chiesto al pubblico ed è partito. Il 31 dicembre l'Assistenza Tumori contava 9.381 soci, dei quali 3.263 ordinari e 6.128

sostenitori. Nel 2015 si sono aggiunti 36 soci ordinari e 174 soci sostenitori. 2.591 soci hanno usufruito di uno o più servizi offerti dall'associazione. 420 pazienti hanno usufruito di 7.223 ore di linfodrenaggio, che corrispondono a 130 ore la settimana in tutto il territorio. 125 soci hanno usufruito di soggiorni vacanza o di cura. 776 soci hanno partecipato a 1.257 ore di ginnastica e ginnastica in acqua.

Il comitato organizzativo: il moderatore Pietro Polidori, Dott. Marcus Unterkircher e Doris Brunner



Innanzitutto Polidori ha illustrato alcune "nuove mongolfiere" che l'ATAA ha fatto volare durante lo scorso anno. Il libro "Attivi contro il cancro" di Valentina Vecellio è stato pubblicato anche in italiano. L'Assistenza Tumori ha finanziato uno studio dell'Accademia di medicina generale incentrato sul tema Palliative Care. Le donne SVP hanno venduto anche nel 2015 le primule in occasione della Giornata della donna per finanziare il lavoro di ricerca di Petra Obexer presso il Centro di ricerca tumori del Tirolo. La psicologa Carmen Raffa ha elaborato, su incarico dell'Assistenza Tumori, un questionario per stabilire quali siano i bisogni dei soci maschi. Il lavoro dell'associazione è stato nuovamente certificato con l'ISO 9001:2008. Bressanone, Brunico e Merano hanno ottenuto nuovi ambulatori per il linfodrenaggio.

[Segue >](#)



Un'immagine azzecata per il lavoro dell'ATAA: la mongolfiera

> In seguito il presentatore ha invitato tutti ad effettuare un volo virtuale attraverso tutti i sette comprensori dell'Assistenza Tumori e ha indicato alcune delle attività e degli eventi più importanti dell'anno passato. Per farlo si è avvalso di una vivace Slide-Show. Concerti di beneficenza, serate

informative e dibattiti, cene di gala, stand informativi e gastronomici in occasione di eventi, mercatini di Natale, l'azione con le rose – i soci dell'ATAA non mancano di fantasia se si tratta di trovare i mezzi per una buona causa. Numerose offerte hanno come fine il benessere fisico e psichico dei

soci. Corsi di ginnastica e di pittura, camminate e grigliate in compagnia, sono solo alcuni esempi.

Poi si è passati di nuovo alle cifre e Polidori ha presentato ai soci i punti salienti del bilancio dell'Assistenza tumori. 970

Un brindisi





Il direttivo centrale con il team d'organizzazione, il revisore dei conti Giuseppe Paulato (2° da sx.), la Dott.ssa Petra Obexer e l'assessora Waltraud Deeg (5° e 6° da sx.)

pazienti e le loro famiglie hanno ottenuto nel 2015 finanziamenti per 263.329,27 €. È stato possibile, grazie all'iniziativa benefica Südtirol hilft, distribuire altri 156.530€ a 46 pazienti che, a causa della loro malattia, si trovano in crisi finanziaria. L'ATAA si finanzia per il 56% con mezzi propri

(quote dei soci e eventi benefici oppure donazioni) e per il 46% con finanziamenti degli enti pubblici (compresi i costi per le terapie). Il 5% dei mezzi dell'Associazione provengono dal 5 per mille delle dichiarazioni dei redditi. In riferimento a questo, i soci vengono invitati a indicare anche

in futuro l'Assistenza Tumori quale beneficiaria di questa quota nella dichiarazione dei redditi.

Dopo la relazione della commissione dei revisori dei conti fatta da Giuseppe Paulato, che, come ogni anno, [Segue >](#)

Ogni anno ci si ritrova



E alla fine un saluto dolce



> ha attestato la contabilità esemplare e trasparente dell'associazione, i soci all'unanimità hanno sollevato da ogni responsabilità il direttivo centrale dell'Assistenza Tumori.

L'assemblea è stata accompagnata dai sette musicisti della band Riffblech. In conclusione della manifestazione è stato dichiarato aperto il buffet nel foyer della sede dell'Associazione Artigiani dell'Alto

Adige, dove quest'anno si è svolta l'assemblea. L'animato brusio del buffet ha dimostrato poi che l'Assistenza Tumori non è solo una organizzazione importante, ma anche una grande famiglia!

## Il destino mi ha reso forte

Intervista con l'assessora alla famiglia e amministrazione Waltraud Deeg

Il destino ha voluto che già da bambina abbia dovuto confrontarsi col tema cancro. Waltraud Deeg è la figlia dell'ex assessora provinciale Waltraud Gebert Deeg, che ha sostenuto in modo considerevole la nascita dell'Assistenza Tumori e che morì di cancro nel 1988.

**Chance:** Lei conosce bene il tema cancro e i tragici effetti che ha, non solo per chi ne è colpito, ma anche per coloro che stanno vicino ai malati.

**Waltraud Deeg:** Fin da piccola il cancro è stato un tema importante nella mia vita. Mi ha reso orfana. Mio padre morì quando avevo 4 anni, mia madre quando ne avevo 15. Sono stata vicino a mia mamma e l'ho assistita fino alla fine.

**Chance:** Cosa ne pensa del tema dell'assemblea generale di quest'anno e dell'immagine della mongolfiera?

**Waltraud Deeg:** Per noi pusteresi la mongolfiera è un'immagine conosciuta e cara. E simboleggia veramente la vita. Ci sali su, voli verso l'alto e vieni trasportato dal vento. Non è sempre possibile determinarne la direzione. La mongolfiera sale e scende, e ti riporta sana e salva a terra, anche se non è sempre prevedibile dove atterrerà. Anche nella mia attività politica mi confronto con questi temi, con i continui alti e bassi.

**Chance:** È rimasta orfana a 15 anni – però non ha perso la fiducia e la gioia di vivere...

**Waltraud Deeg:** Forse è proprio per questo che sono particolarmente grata per ogni giorno in cui mi sento bene. Ho molta cura di me stessa, ho io stessa una figlia di 15 anni.

**Chance:** Sua madre non è stata solo assessora provinciale alla Sanità e presidente del Consiglio provinciale, ma si è sempre molto impegnata nel sociale.

**Waltraud Deeg:** Nel mio lavoro vengo quasi quotidianamente, in contatto con molte cose che sono state messe in piedi da mia madre e dalla sua generazione. Le donne della SVP e l'Associazione cattolica delle famiglie hanno festeggiato i loro 40 anni. L'Assistenza Tumori è stata fondata 35 anni fa. Il KVW, la Caritas e la Lebenshilfe – l'Alto Adige è pieno di associazioni di volontariato che nel corso degli anni sono cresciute e hanno dato i loro frutti. Da bambina ho avuto spesso a che fare con queste associazioni, mi riempie di orgoglio che esistano a tutt'oggi e che mi facciano da stimolo.

**Chance:** Ai suoi tempi, cioè quando lei avrebbe avuto bisogno, non esistevano ancora i sussidi finanziari, le informazioni sulla prevenzione e il fondo per aiutare i bambini dei pazienti.

**Waltraud Deeg:** Ho avuto fortuna nella sfortuna, quando sono rimasta orfana sono stata accolta da parenti nelle loro famiglie. Ma non vi è dubbio che l'Assistenza Tumori sia un'organizzazione che svolge un ruolo determinante quando si tratta di attraversare in modo sicuro un periodo di insicurezza. Grazie alla sua assistenza, consulenza e semplicemente grazie al fatto che dia il suo sostegno, rappresenta un appoggio importante per i pazienti e i suoi familiari – e per questo non ringrazieremo mai abbastanza i numerosi volontari per il loro impegno.

L'assessora Waltraud Deeg





## Care lettrici, cari lettori,



Dr. Nicole Dominique Steiner  
Direttrice

**S**cusatemi per questa citazione abusata di Martin Luther King, ma ci sta troppo bene. I have a dream. Io a dire il vero ne ho tre! Primo sogno: avere in ognuno dei quattro principali ospedali dell'Alto Adige un'equipe di cui faccia parte un medico di medicina complementare - integrato anche nel Tumorboard - e con lui anche diversi infermieri e terapeuti per trattamenti di medicina complementare, in modo che tutti i pazienti oncologici possano avvalersi di queste terapie senza dover viaggiare attraverso tutta la provincia.

Secondo sogno: che anche i maschi malati di tumore vadano volontariamente dallo psicologo oncologico. Che prenotino una visita presso la Medicina complementare. Che abbiano un amico "del cuore" con cui poter parlare di tutto, anche del loro cancro alla prostata e dei problemi connessi. Che possano parlare anche con la loro moglie/compagna e capiscano quanto un abbraccio possa essere d'aiuto. Terzo sogno: che tutti coloro che ne hanno diritto, si avvalgono delle visite di controllo preventive!

Ma andiamo con ordine. In questo numero della Chance, oltre a tanti altri argomenti, vi sottopongo due temi centrali. Un reportage approfondito sul reparto di Medicina Complementare di Merano. Dal

2014 si è conclusa la fase pilota del progetto e questo servizio è diventato un'ancora di salvezza per molti pazienti oncologici (e non solo). Però viene offerto solo a Merano. Il servizio è gratuito per tutti i pazienti oncologici di tutto l'Alto Adige, ma, a seconda delle condizioni fisiche in cui ci si trova, questo viaggio, a volte lungo, può essere un ostacolo. Sul tema oncologia integrativa si è tenuta in aprile una conferenza presso il reparto di radioterapia della clinica Bonvicini, organizzata in collaborazione con l'Assistenza Tumori. Anche di questo riferisco in modo approfondito, poiché mi sembra importante presentare tutte le parti in causa.

Anche sul tema uomini troverete due articoli. Vi presento i risultati di un'indagine effettuata lo scorso autunno tra i soci uomini dell'Assistenza Tumori. I risultati confermano il trend. Generalizzando: dieci per cento dei soci sono uomini. Il dieci per cento dei destinatari ha risposto al questionario e il risultato dimostra che gli uomini hanno ancora delle difficoltà ad ammettere delle debolezze, a chiedere ed accettare aiuto, e che gli uomini affrontano la malattia in modo assai diverso dalle donne. Questa è una faccia della medaglia. L'altra è uno spiraglio di luce: all'inizio di maggio si è incontrato per la prima volta a Brunico il gruppo di mutuo aiuto "L'albero - attivi dopo una patologia alla prostata".

Dodici uomini si sono presentati al primo incontro. Una delle regole del gruppo esorta tutti a parlare di tutto in modo aperto. Questi sì sono degli uomini forti!

E per ciò che riguarda la prevenzione: sul quotidiano Repubblica del 27 maggio scorso è stata pubblicata una statistica che mi ha sorpresa. "La prevenzione contro il cancro è un flop", titolava infatti. Una telefonata con Guido Mazzoleni, primario del Servizio di Anatomia Patologica e Istologia, ha portato a delle cifre un po' diverse e più positive. Comunque: non c'è male, ma non è ancora abbastanza. Il paptest è un esempio perfetto: grazie a questo controllo preventivo il cancro al collo dell'utero è quasi scomparso. Neanche 20 casi all'anno in Alto Adige. E allora, cosa state aspettando? Le visite di controllo preventivo sono gratuite e la vostra vita ne vale la pena!!

Ma leggete Voi stessi. Vi auguro una lettura interessante, godeteVi l'estate, sfruttate le belle giornate per fare movimento e per stare assieme alla famiglia e agli amici.

*Vostra Nicole Dominique Steiner*



Dott. Lorenz Larcher

## Nuova direzione della chirurgia plastica

Il dottor Lorenz Larcher succede al dottor Alexander Gardetto

Il reparto di chirurgia plastica, ricostruttiva ed estetica di Bressanone ha un nuovo direttore. A maggio il bolzanino Lorenz Larcher è succeduto ad Alexander Gardetto.

Dopo la specializzazione Larcher ha conseguito il master in microchirurgia ricostruttiva e ha lavorato soprattutto

a Salisburgo, alla clinica "Barmherzige Brüder", alla clinica universitaria di Salisburgo e alla clinica regionale Salisburgo.

Il dottor Lorenz Larcher è il fondatore dell'organizzatore del Bolzano Symposium of Plastic Surgery (BSPS), di cui a gennaio si è tenuta a Bolzano la sesta edizione.

## Molto più che acciaio, radio e chemio

Conferenza di oncologia integrativa – Integrazione della medicina tradizionale



Foto: Othmar Seehauser

Il cancro è una patologia che non colpisce solamente un organo o una parte del corpo, ma tutto l'individuo, il corpo e lo spirito. E quindi deve essere trattato in modo olistico. Per combatterlo in modo efficiente e duraturo e per sconfiggerlo, la medicina tradizionale non è sufficiente.

La terapia radiologica già da tempo è stata trasferita dall'ospedale di Bolzano alla Clinica Bonvicini. Il venerdì pomeriggio la clinica invita i pazienti radiologici e i congiunti a dipingere assieme all'artista Sigrid Trojer. E una volta al mese, a conclusione del corso, viene organizzata una conferenza su temi di attualità riguardanti il cancro. La prima conferenza, svoltasi ad aprile aveva come tema: la cura integrativa del seno e l'oncologia integrativa.

La clinica esiste da 50 anni e dal 2003 vi viene effettuata la terapia radiologica del servizio sanitario pubblico. Il Dott. Bonvicini con i figli Matteo ed Alessandro, hanno salutato tutti i presenti alla conferenza. Bonvicini ha sottolineato quanto venga apprezzato dai pazienti il fatto di potersi sottoporre alla radioterapia in un ambiente che non ricorda troppo un ospedale, senza per questo perdere in qualità. Il reparto, tra l'altro, lavora a stretto contatto con la clinica universitaria di Innsbruck e

le attrezzature e il know how rispondono ai più moderni standard europei.

Grande l'interesse per il tema dell'oncologia integrativa: la sala della clinica Bonvicini era piena. Due ore e mezza di relazioni, durante le quali sono stati affrontati da diversi punti di vista sia il tema cancro sia la possibilità di trattarlo in modo olistico. Relax Training, psicologia oncologica, alimentazione, medicina complementare e terapia del movimento...

### Relax Training

Manuela Martelli è un'educatrice del movimento, un'attività che esercita con i neonati, bambini dell'asilo e della scuola, e anche con persone che soffrono di malattie psichiche o di varie patologie fisiche, tra cui il cancro. "Per me il lavoro col corpo è estremamente importante", dice. "E il respiro è una chiave, una via, per sbloccare le emozioni." Manuela offre ai pazienti corsi con



L'assessora Martha Stocker

esercizi di rilassamento statici e dinamici, esercizi che aiutano a lasciarsi andare ed esercizi che aiutano a riacquistare il rapporto col corpo e lo spirito.

### Una medicina tradizionale aperta

È un convinto medico tradizionale e non intende il termine assolutamente in maniera negativa. Ma durante il suo lavoro quotidiano ha capito che la medicina tradizionale funziona (ancora) meglio, se i pazienti ricevono ulteriori supporti da altre parti. Il Dott. Herbert Heidegger, primario di Ginecologia all'ospedale di Merano e direttore del Centro Senologico a Merano,



La riflessologia plantare e l'agopuntura sono delle terapie complementari che aiutano contro gli effetti collaterali della chemioterapia

vede l'oncologia integrativa, la collaborazione tra diversi componenti, medici specialisti, radioterapia, psicologia oncologica, medicina complementare, dietologi, sia in campo terapeutico che nella prevenzione, come la via più promettente per combattere con successo il cancro.

I numeri gli danno ragione. "Il cancro al seno è un carcinoma esemplare per l'oncologia. I centri senologici di Bolzano, Bressanone e Merano sono certificati ISO e lavorano secondo i più recenti standard internazionali. Il progresso nella diagnosi precoce, gli screening su vasta scala in tutto l'Alto Adige, la creazione di strutture per la cura oncologica, una chirurgia e chemio- e radioterapia efficienti, hanno fatto sì che a Merano dopo 5 anni il tasso di sopravvivenza sia dell'87%". È un risultato positivo anche messo a confronto con i dati a livello internazionale. Ma, afferma Heidegger, tecnica chirurgia e radioterapia da sole non sono sufficienti, ci vuole un approccio olistico per guarire un paziente e per garantirgli al tempo stesso una buona qualità di vita. "Se il corpo, lo spirito e l'anima sono in armonia, allora si rafforza il sistema immunitario e si preven- gono le recidive." In questo le donne sono molto più attente alla salute rispetto agli uomini e prendono da sè l'iniziativa

di cercare delle integrazioni alle terapie tradizionali. "Un'alimentazione sana, l'equilibrio psicologico, l'attività fisica (importante quanto un farmaco) e terapie complementari aiutano a superare meglio la malattia!"

### Consulenza dietologica

Maria Elena Azzaro presiede il reparto di Dietologia dell'ospedale di Merano. Dal 2013 sta raccogliendo dati per un protocollo che indaga il rapporto tra alimentazione e salute fisica. Il protocollo conferma in toto l'importanza delle dieci regole del codice oncologico internazionale. "Trop- po alcool, sovrappeso, poco movimento fisico, alimentazione sbagliata, fumo ecc. Favoriscono senza dubbio l'insorgenza del cancro, e questo sia prima che dopo la menopausa!" Le indagini nel Day-Hospital hanno confermato il ruolo importante dell'alimentazione anche durante la malattia e durante la terapia ormonale. "Più del 30% delle recidive potrebbero essere evitate con una dieta specifica e il controllo del peso corporeo!"

L'anamnesi del peso delle donne ha evidenziato che la maggioranza delle pa- zienti conosceva già le dieci regole contro il cancro, cosa che però non implica auto-

maticamente la loro adozione adeguando il loro stile di vita. Maria Elena Azzaro: "Il 75% delle donne sopra i 50 anni fa regolarmente movimento fisico. Il 36% delle donne sopra i 55 anni è sovrappeso, ha il colesterolo alto, il diabete oppure altri disturbi legati all'eccessivo peso corporeo, tutti fattori che possono contribuire all'in- sorgenza del cancro. Inoltre si muovono troppo poco."

Purtroppo non è garantito nemmeno il contrario: anche chi adatta il proprio stile di vita al cento per cento a queste dieci regole, non ha la garanzia assoluta di non ammalarsi di cancro. "Possiamo contribuire al 50% al fatto di non ammalarci, il resto è fortuna!"

### L'assessora provinciale Martha Stocker

"Ci stiamo specializzando sempre di più," afferma l'assessora provinciale alla Salute Martha Stocker nel suo breve discorso di salute. "Ma questo non basta. Abbiamo bisogno di competenze altamente qualificate associate ad umanità ed intuizione, così come di un approccio olistico." All'assessora è stato consegnato da Sigrid Trojer, che tiene ogni settimana il corso di pittura per i malati in [Segue >](#)



Un pubblico molto interessato

radioterapia, un quadro dipinto insieme alle pazienti. Martha Stocker ha promesso di dedicargli un posto d'onore nel suo ufficio.

### La psico-oncologia

Una diagnosi di cancro scambussola tutta la vita, dice lo psico-oncologo Norbert Längerer. "Si può però mantenere

una buona qualità di vita se si partecipa in modo consapevole e attivo alla pianificazione della terapia, se non ci si affida passivamente alla routine terapeutica." Uno dei compiti importanti dello psico-oncologo è quello di portare la paziente a essere responsabile di sé stessa e a infonderle fiducia. A farle conoscere quali sono le sue risorse.

L'attesa è la cosa peggiore. L'attesa della diagnosi, delle decisioni del tumorboard riguardo le terapie, dell'operazione, della chemioterapia. Sono momenti estenuanti. Tutti i pazienti oncologici normalmente vengono presentati all'onco-psicologo per almeno un incontro. Non tutti sono disposti ad accettarlo, della serie "non sono mica matto." Non tutti hanno bisogno di un tale sostegno. "È per esempio il caso delle donne sostenute da una famiglia solida alle spalle o con un vasto cerchio di amicizie", dice il dottor Norbert Längerer.

Parlando con loro, l'onco-psicologo deve aiutare le pazienti a sviluppare delle strategie. "Cosa posso fare oggi per me stessa? Come affronto tutto questo? Come lo dico ai miei figli?" La paziente deve sapere che può raccontare la verità, magari non tutta. Bisogna dare spazio alla paura e al dolore. Piangere anche davanti ai figli.

Anche la sessualità è un tema importante. Tante donne temono di non essere più attraenti per i loro uomini e evitano per questo motivo i momenti di intimità. Rassicura invece il Dott. Längerer: "Per l'uomo è importante che la moglie ci sia e non che seno ha!"

### La medicina complementare

Dal 2010 all'ospedale di Merano esiste un reparto di Medicina Complementare. Fino al 2014 si è trattato di un progetto pilota. Anche qui ogni paziente oncologico è esentato dal pagamento del ticket per tutte le terapie e le visite. Nel 2015 il reparto ha avuto contatti con 17.000 pazienti.

Circa il 50% sono pazienti oncologici, gli altri sono pazienti che vengono per le terapie del dolore. "I pazienti oncologici hanno la precedenza nelle prenotazioni", spiega la Dott.ssa Hildegard Zeisel, che ha presentato l'attività del reparto. Su mille prime visite all'anno, ca il 50% sono pazienti di Merano, il 30% di Bolzano e il 20% di Bressanone e Brunico.

L'obiettivo della medicina complementare è il miglioramento della qualità di vita dei pazienti, alleviare gli effetti collaterali delle terapie convenzionali, della chemio e della radioterapia. Un supporto terapeu-

L'educatrice del movimento Manuela Martelli





Gli organizzatori e i relatori della conferenza

tico adatto ai sintomi del singolo paziente, il rafforzamento del sistema immunitario e delle difese dell'organismo.

Le terapie sono molto varie: agopuntura, osteopatia, consulenza alimentare, riflessologia plantare, Shiatsu, medicina ortomolecolare (apporto di minerali e vitamine per rafforzare il fisico durante e dopo la chemioterapia), terapia del calore

o terapia alle onde magnetiche in caso di dolori ecc.

“Tutti i trattamenti seguono protocolli internazionali”, afferma la Dott.ssa Zeisel. “La medicina complementare non è un'alternativa alla medicina convenzionale, ma è dimostrato che le terapie convenzionali vengono sopportate meglio dai pazienti se soffrono meno gli effetti collaterali.”

### Terapia del movimento

Al termine della conferenza ha preso la parola una ex paziente. Valentina Vecellio, ex-atleta agonista, che sulla base della propria esperienza con la malattia ha messo in piedi un programma salutistico di successo. “Negli anni, 70 si era convinta che chi aveva il cancro non dovesse muoversi. Già al termine degli anni 80 si sono creati in Germania i primi gruppi sportivi di pazienti oncologici. Il mio gruppo è stato il primo in Italia!”

Questo avveniva cinque anni fa. Nel frattempo la terapia del movimento, sostenuta dal reparto di Ginecologia di Merano e dall'Assistenza Tumori altoatesina, ha avuto un successo senza precedenti. Valentina Vecellio ha anche pubblicato un libro. Il movimento fin dal primo giorno della terapia aiuta non solo a ridurre gli effetti collaterali, ma aumenta le forze di autoguarigione e agisce in modo positivo sul morale delle pazienti. “Però”, dice Valentina Vecellio, “il programma di movimento deve essere stabilito in accordo con il medico.” Il movimento è vita, questa è la ferma convinzione di Valentina Vecellio e di questo sono convinte anche le “ragazze”, come le definisce simpaticamente, del suo gruppo di terapia del movimento.

Da sx.: Ulrich Seitz, Dott. Paolo Bonvicini e il direttore della radioterapia, Dott. Martin Maffei



## L'essere umano nella sua interezza

La medicina complementare di Merano – i pazienti oncologici esentati dal ticket



Foto: Othmar Seehauser



Dott. Christian Thuile

Già entrando si percepisce qualcosa di diverso. Non c'è odore di ospedale. Nessun lungo corridoio in cui personale stressato corre avanti e indietro, niente sferragliare di carrelli con pasti, biancheria e prodotti per la pulizia. Tranquillità. Poltrone rosse. Quadri di arte moderna alle pareti. Il servizio di medicina complementare di Merano non accoglie il paziente in modo "clinico".

**F**ino al 2014 questo servizio, organizzato nel 2010 e diretto dal Dott. Christian Thuile, è stato un progetto pilota. Dal 2014 è diventato un servizio regolare, inserito nell'ospedale di Merano, ma aperto a tutti i pazienti della provincia.

Chi sono i frequentatori? Per oltre la metà si tratta di pazienti oncologici. Già durante la chemioterapia o subito dopo. Gli altri sono per lo più malati cronici. I pazienti oncologici hanno la precedenza nelle prenotazioni e sono esentati dal ticket. Per gli altri pazienti valgono tariffe inferiori a quelle praticate normalmente. Per la prima visita 80 €, visite successive 40 €. Shiatsu, agopuntura, terapia del calore ecc 30 € all'ora, 15 € per mezz'ora. I medicinali, ossia preparati omeopatici o sostanze della terapia ortomolecolare

che vengono somministrati in forma di infusione, bisogna invece pagarli privatamente.

I medici e il personale infermieristico che vi lavorano hanno una cosa in comune: oltre alla loro formazione medico-tecnica convenzionale, hanno acquisito altre competenze e intrapreso percorsi formativi aggiuntivi. Soprattutto hanno una cosa: empatia e anche tempo. Un'ora per paziente, cosa che negli altri reparti è pura utopia. L'offerta della medicina complementare comprende: omeopatia, agopuntura, riflessologia, shiatsu, fitoterapia, crioterapia, infusioni, laser, linfo drenaggio, osteopatia, salasso e aromaterapia. L'obiettivo è il miglioramento della qualità di vita e il rafforzamento dell'organismo sfinito dalle terapie antitumorali.

### Competenza e empatia

Nella medicina complementare tutto procede con calma. I pazienti sono ospiti, che tornano sempre di nuovo. E loro infatti si sentono più come ospiti che come pazienti. Ci si conosce. Si dialoga. Come va oggi? Com'è andata dopo l'ultima terapia? Cosa facciamo oggi?

Molti pazienti affrontano anche delle lunghe distanze per venire qui. Da Bressanone, dalla Val Pusteria, da Bolzano o dalla Val Venosta. La metà dei pazienti viene però da Merano e circondario.

Hiltrud Keim è stesa comodamente su un lettino. Sta leggendo il giornale. Sul suo addome è posizionato uno strumento di plastica rotondo e piatto che è collegato



Silvano Graziadei durante una seduta di terapia shiatsu

tramite un cavo con un apparecchio lì vicino. Percepisce un leggero calore che si irradia in tutto l'addome. Attraverso la finestra splende il sole. Chi vuole può farsi tirare le tende arancioni oppure, in inverno, farsi accendere una lampada a stelo che immerge la stanza in una luce soffusa.

Abita a Barbiano Hiltrud Keim. Viene a Merano tre volte la settimana. Questo per due settimane di seguito a cui seguono due settimane di pausa, per poi ricominciare con la terapia, il tutto per sei cicli.

Dopo un cancro al seno diagnosticato sei anni fa, ha metastasi al fegato e alle ossa. A Merano si sottopone a una terapia del calore. "Mi sono avvalsa fin dall'inizio dei servizi della medicina complementare", racconta l'insegnante di scuola media in pensione.

La terapia del calore porta calore nelle cellule e inibisce la crescita del tumore. Hiltrud Keim è venuta a Merano anche durante la chemioterapia per disintossicarsi dopo le infusioni chemioterapiche, per deacidificare e supportare l'organismo.

### Congruenza con i protocolli internazionali

Nella stessa stanza c'è Edith Maier, la coordinatrice delle infermiere del reparto. I pazienti non vengono mai lasciati soli. "Molti pazienti vengono di loro iniziativa, perchè si sono informati in internet o presso il loro medico curante o perchè avevano già avuto contatto con le terapie complementari. Altri vengono mandati dagli oncologi." La medicina complementare lavora in sintonia con oncologi e medici curanti e stabilisce i trattamenti complementari consultandosi con i medici sulla base di un protocollo internazionale e delle terapie decise dal tumorboard per ogni singolo paziente. Per ogni medicinale abitualmente in uso esistono indicazioni di compatibilità o incompatibilità.

Maria Schwarz effettua due giorni la settimana i massaggi di riflessologia plantare. Questo massaggio ai piedi con oli essenziali, spiega, aiuta i pazienti, dopo la chemioterapia, quando hanno nausea e problemi digestivi. Stimolazioni per l'armonizzazione e l'equilibrio rafforzano i pazienti anche psicologicamente. "Il contatto fa bene e

il problema di molte persone oggi è che non hanno contatti fisici." Il massaggio di riflessologia plantare dura 25-30 minuti, poi il paziente deve riposare. "Questo tempo lo utilizzo per strofinare i piedi con oli essenziali."

Le terapie vengono discusse in team. Oltre alle conoscenze mediche, qui è necessaria anche l'intuizione. Edith Maier: "Non tutti i pazienti sono uguali. Ci sono persone molto ricettive a queste terapie, altre meno."

Hans Peter Tschigg di Bolzano da sei mesi è ospite regolare della medicina complementare. Riceve infusioni con preparati ortomolecolari per rinforzare il suo organismo indebolito dalle terapie e dall'operazione e per aumentare la massa muscolare. È stato operato due mesi prima a Innsbruck. "Ero l'orgoglio del reparto", racconta. "Già il primo giorno dopo l'intervento ho fatto 3.000 passi!" Hanno dovuto asportargli un tumore nella parte bassa dell'esofago e mezzo stomaco. È dimagrito 14 kg e deve seguire una dieta rigida a cui si aggiunge l'alimentazione tramite sonda. I suoi sogni sono popolati da cotolette alla milanese.

*Segue >*



Edith Maier attacca Hiltrud Keim alla terapia del calore

> **Stimolare il potenziale di autoguarigione**

Presso la medicina complementare ci sono due sale per le infusioni, una da

sei, l'altra da tre posti, che, se si desidera, possono essere separati tramite tende. Sul tavolino vicino ad ogni postazione c'è una campanella, con la quale i pazienti possono chiamare subito un infermiere. Tutti, se

vogliono, ricevono un tè allo zenzero. Per la sala più grande ci sono due infermiere, per quella piccola una. Un medico del team è responsabile per entrambe le sale. Hans Peter Tschigg è da solo nella stanza piccola. Si sente un piacevole profumo di menta e di qualcos'altro di indefinibile. Assieme all'infusione viene proposta ai pazienti l'aromaterapia, poichè rilassa, aiuta a stimolare l'autoguarigione e agisce contro i disturbi del sonno.

L'agopuntura agisce sui flussi energetici



Maria Schwarz esegue un massaggio plantare



Edith Maier è responsabile per il personale infermieristico e per l'accoglienza dei nuovi colleghi. Il momento più importante è quello del colloquio. "Tutti quelli che si candidano a lavorare da noi devono aver ultimato una formazione aggiuntiva, però io bado soprattutto alle qualità umane. L'empatia è la premessa più importante per lavorare qui. Le competenze specifiche si possono approfondire anche strada facendo."

Le infusioni ortomolecolari o vitaminiche vengono effettuate sfruttando gli stessi accessi della chemioterapia. Le infermiere le preparano al momento. Una infusione dura tra un'ora e un'ora e mezza. Le sostanze





Da sx.: Dott. ssa Hildegard Zeisel, Dott. Anton Obrist, Dott. ssa Elfriede Daniel e Dott.ssa Judith Ladurner

somministrate variano a seconda del chemioterapico. I pazienti vengono esortati ad avvisare immediatamente in caso di una qualsiasi reazione.

Assieme al direttore medico Dott. Thuille nel reparto lavorano altri sei medici. La Dott.ssa Elfriede Daniel, che è anche sostituta del Dott. Thuille, si è specializzata in medicina cinese, agopuntura e fitoterapia. Come tutti gli altri medici della medicina complementare, non si occupa però solo dei suoi ambiti di competenza. Marianne Hinterhuber infatti è stata collegata da lei all'apparecchio per la terapia magnetica. Suona come un metronomo. Toc.toc.toc. Le onde magnetiche scorrono nelle mani o nei piedi e agiscono contro l'intorpidimento causato dalla chemioterapia. Uno dei disturbi frequenti causati dalla chemio.

La paziente di Bressanone si è ammalata di cancro al seno già nel 2001 e nel 2012 e a Merano ha ricevuto anche lei delle infusioni ortomolecolari. Lei conferma l'effetto del trattamento complementare, si sente molto più forte rispetto alle terapie precedenti e soffre decisamente meno degli effetti collaterali.

### Formazione medica con specializzazione complementare

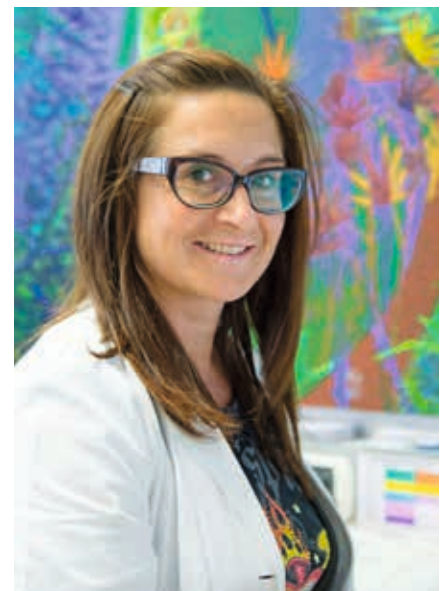
“La premessa per lavorare nel reparto di medicina complementare,” spiega la Dott.ssa Daniel, “è la formazione medica generale. Abbiamo medici con diverse specializzazioni, infermieri, fisioterapisti, osteopati. I pranoterapeuti invece non possono lavorare da noi, poichè questa terapia non è riconosciuta come terapia della medicina complementare.” I servizi effettuati nell'ambito della medicina complementare sottostanno al 90% agli standard unici di cura, LEA, che sono garantiti dal servizio sanitario statale.

Anche la Dott.ssa Hildegard Zeisel è specializzata in fitoterapia e agopuntura. Ogni lunedì mattina va a trovare le pazienti appena operate per carcinoma mammario nel reparto di ginecologia. Nei casi di affaticamento, di disturbi causati dalla menopausa indotta dalle terapie ormonali come le vampate di calore, l'insonnia ecc., l'agopuntura è la terapia complementare ideale. Gli aghi possono equilibrare il flusso energetico nel corpo. “Molti pazienti sottoposti a chemioterapia

vengono da noi per farsi mettere un ago fisso prima dell'infusione.”

Anton Obrist, medico con specializzazione nell'omeopatia classica, [Segue >](#)

Patrizia Ainhauser riceve i pazienti della medicina complementare





Anna Maria Reifer sta preparando una soluzione per il lavaggio di un catetere picc

> conferma che anche i preparati omeopatici sono efficaci nel contrastare gli effetti collaterali tipici della chemio- e radioterapia come afte, secchezza orale o problemi digestivi. Il 90% dei pazienti in cura sono

malati oncologici. I medici della medicina complementare hanno a che fare nel 70% dei casi con pazienti oncologici che desiderano integrare la terapia tumorale con quella complementare. "La nostra offerta si rivolge anche a pazienti con patologie croniche e dolorose," sottolineano i medici complementari. "La differenza è che questi pazienti devono fare i conti con tempi di attesa che possono arrivare anche fino a quattro mesi. I pazienti oncologici invece per la prima visita aspettano al massimo due settimane."

visita di follow-up per riesaminare la terapia complementare ed eventualmente integrarla o adattarla.

### Shiatsu

Il suo piccolo ambulatorio si distingue dagli altri. Non c'è una sedia per i trattamenti, nessun lettino. Nessun apparecchio e nessuna sostanza. Nessuna siringa. Silvano Graziadei lavora su un futon e su un tatami. Si inginocchia vicino al paziente sdraiato e lavora con tutto il suo corpo.

Nello shiatsu non si effettuano massaggi o pressioni con le mani e le braccia. "Impiego tutto il peso del mio corpo e aspetto la risposta del corpo del paziente che sto trattando." In questa terapia giapponese non vengono trattati i muscoli, ma bensì si equilibrano e stimolano i flussi energetici. "La tecnica shiatsu coinvolge tutto l'individuo dal punto di vista medico, fisiologico e psicologico. Si tratta dell'armonizzazione di Ying e Yang, dei flussi energetici del Qi. Dopo il trattamento il paziente si sente rassicurato." Silvano Graziadei è infermiere diplomato e ha lavorato per vent'anni presso il pronto soccorso.

Dott. Christian Thuile:  
"Non promettiamo miracoli"



### Un approccio olistico

Anche la Dott.ssa Ladurner, dermatologa come la Dott.ssa Daniel, è specializzata in agopuntura e fitoterapia. "Dopo la prima visita decidiamo se continuiamo noi a trattare il paziente o se è meglio indirizzarlo ad un collega specializzato in una branca che ci sembra più adatta. La prima visita dura un'ora. Sessanta minuti in cui il paziente ha l'occasione non solo di presentare il suo caso, ma anche di fornire informazioni su come si sente in generale. Per noi è importante l'approccio olistico." Dopo quattro-sei settimane si tiene una



La Dott.ssa Elfriede Daniel attacca Marianne Hinterhuber all'apparecchio per la terapia magnetica

## Intervista con il Dott. Christian Thuile: siamo un piccolo tassello

A fianco della medicina convenzionale per migliorare la qualità di vita dei pazienti

È stato lui, il Dott. Christian Thuile direttore del servizio medicina complementare all'ospedale di Merano, a seguire sin dall'inizio il progetto della medicina complementare, dalla fase sperimentale dal 2010 al 2014. Oggi questo tipo di cure è integrato nell'offerta terapeutica per malati di tumore e malati cronici.

**Chance:** Traguardo qualità di vita...

**Christian Thuile:** Migliorare la qualità di vita è il nostro obiettivo principale. Noi ci consideriamo come UN piccolo tassello nel grande spettro della medicina, una specie di meccanismo ad orologio che funziona in modo perfetto solo quando ci sono tutti gli ingranaggi.

**Chance:** Ma non siete in grado di fare miracoli?

**Christian Thuile:** Assolutamente no. E sicuramente non lo promettiamo. Anzi

seguiamo con tanto interesse anche tutto quello che succede nel campo della medicina tradizionale nonché nel nostro ambito della medicina naturale. Non siamo interessati ad erigere barriere, al contrario cerchiamo un dialogo con la medicina convenzionale per il benessere dei nostri pazienti.

**Chance:** Quando è il momento migliore per rivolgersi alle cure complementari?

**Christian Thuile:** Prima è, meglio è! Tante delle nostre terapie mirano a contrastare gli effetti collaterali delle terapie tradizionali, per esempio la nausea, la sindrome dell'affaticamento, l'intorpidimento di mani e piedi, le afte. Tutti effetti che fanno soffrire i pazienti inutilmente perché possono essere evitati. Ricorrendo all'agopuntura, all'omeopatia o quant'altro si possono rimediare questi effetti fastidiosi.

**Chance:** Sarebbe quindi ideale, se ogni ospedale disponesse di un servizio o al-

meno di un medico e degli infermieri con una formazione in medicina complementare?

**Christian Thuile:** Ideale... è difficile dire cosa sia ideale. In Alto Adige possiamo già essere contenti, in confronto alla situazione internazionale siamo già molto vicini alla situazione ideale. Non abbiamo niente da invidiare alla Charité a Berlino, a Francoforte, alla clinica di Zurigo e altri. Partecipiamo infatti a studi e a conferenze di altissimo livello e riceviamo numerosi inviti per presentare il nostro modello.

**Chance:** Poco tempo fa al suo reparto è stato conferito un importante premio internazionale.

**Christian Thuile:** Per essere precisi è stato uno dei nostri studi, realizzato insieme alla Charité, che è stato premiato dall'ISCMR, International Society for Complementary Medicine Research. È *Segue >*



Hans Peterg Tschigg riceve un'infusione orto-molecolare

> la prima volta che questo premio americano viene conferito in Europa. Di questo siamo molto fieri ed orgogliosi. In realtà però non sono il premio o la nomina internazionale le nostre vere ambizioni.

**Chance:** Lei è a capo di un team di sei medici di formazione tradizionale.

**Christian Thuile:** Infatti, il punto di partenza è questo. Siamo medici, derma-

tologi, anestesisti, medici generali e in più abbiamo seguito una formazione in terapia complementare. Tutto il personale, medico ed infermieristico, continua infatti a partecipare a dei corsi di formazione nell'ambito della medicina tradizionale come anche nell'ambito complementare. Non è che cerchiamo l'alternativa a tutti i costi.

Corridoio e sala d'aspetto delle cure complementari a Merano



**Chance:** Cercate invece la collaborazione?

**Christian Thuile:** Esatto. Non posso combattere o guarire un tumore senza la medicina tradizionale. Quello che posso fare io è aiutare il paziente ad arrivare in fondo alle sue terapie e senza dover soffrire troppo. Io voglio rafforzare il paziente, questo è il nostro obiettivo. Poi bisogna anche dire che non tutti sono disponibili verso il nostro tipo di terapia.

**Chance:** Quanti pazienti avete mediamente in un anno?

**Christian Thuile:** Nel 2015 abbiamo avuto 17.000 contatti.

**Chance:** Quasi tutti da Merano?



La massima igiene per la preparazione di infusioni

**Christian Thuile:** Certo, tanti pazienti da Merano e dintorni. Dalla Val Venosta, dove a Silandro i pazienti possono fare infusioni secondo la nostra prescrizione. Ma abbiamo anche pazienti provenienti da tutte le parti dell'Alto Adige.

**Chance:** E come va la collaborazione con gli altri reparti? In particolare con i reparti di oncologia nelle diverse strutture ospedaliere in provincia?

**Christian Thuile:** All'interno dell'ospedale di Merano la collaborazione funziona a meraviglia, ma abbiamo anche buoni contatti con altri ospedali: soprattutto con i reparti di oncologia e ginecologia.

**Chance:** A proposito ginecologia. Qual è l'identikit tipico dei suoi pazienti?

**Christian Thuile:** So dove vuole andare a parare. E in effetti è così. La maggior parte dei nostri pazienti sono donne, il 70%. La maggior parte con tumore alla mammella e con un grado di istruzione sopra la media. Gli uomini ci vengono "forniti".

**Chance:** Portati dalle loro donne?

**Christian Thuile:** Proprio così. E per questo sono dei pazienti perfetti. Arrivano contro volontà, poco convinti e poi tornano perché capiscono che gli fa bene!

**Chance:** La situazione dei singoli pazienti è molto diversa?

**Christian Thuile:** In effetti sì e noi ci muoviamo in base a quello che troviamo. Se una persona è già molto molto malata possiamo aiutarla a vivere in modo dignitoso con una relativa qualità di vita. Certo, ripeto, non possiamo fare miracoli.

**Chance:** Seguite dei protocolli?

**Christian Thuile:** Certo, ci basiamo su degli studi che vengono aggiornati in continuazione. Anche noi stessi abbiamo un protocollo, una specie di working process che riguarda l'interazione delle nostre terapie con tutti i farmaci antitumorali. In che caso posso somministrare vitamine e quando no? Quando serve del selenio, del ferro o invece della vitamina D e quando sono invece controindicati. Perché non tutto quello che è naturale fa bene sempre.

**Chance:** Ma non esiste un protocollo standard?

**Christian Thuile:** Abbiamo una base di partenza che viene poi ampliata con delle terapie che ci indica il caso particolare. Ogni medico agisce liberamente e in base alla sua personale esperienza. Che non vuol dire che non ci confrontiamo. Il passaggio alla medicina tradizionale poi è fluido. Esistono anche nell'ambito della medicina tradizionale delle terapie complementari molto valide. Fatto sta che in Alto Adige il 70 - 80 % dei pazienti desidera un completamento della terapia tradizionale, in Germania sono più del 90%.

**Chance:** E Lei com'è arrivato alla medicina complementare?

**Christian Thuile:** Già dai tempi del liceo sognavo di fare l'agopuntura. Per poterla fare dovevo però prima studiare medicina e già durante il periodo universitario ho iniziato a occuparmi anche di medicina naturale. Tra l'altro ho preso il diploma dell'ordine dei medici austriaci in medicina complementare per pazienti onco-ginecologiche.

## I nostri uomini...

Valutazione dei risultati dell'indagine tra i soci uomini dell'ATAA



Lo scorso autunno tutti i soci uomini dell'Assistenza Tumori, sia pazienti che sostenitori, hanno ricevuto a casa un questionario. Cosa si aspettano dall'associazione? Quale offerta apprezzano particolarmente e cosa vorrebbero venisse offerto ancora? Gli uomini rappresentano solo il dieci per cento dei soci dell' Assistenza Tumori e di questi ha risposto al questionario circa il dieci per cento.



Carmen Raffa, psicologa

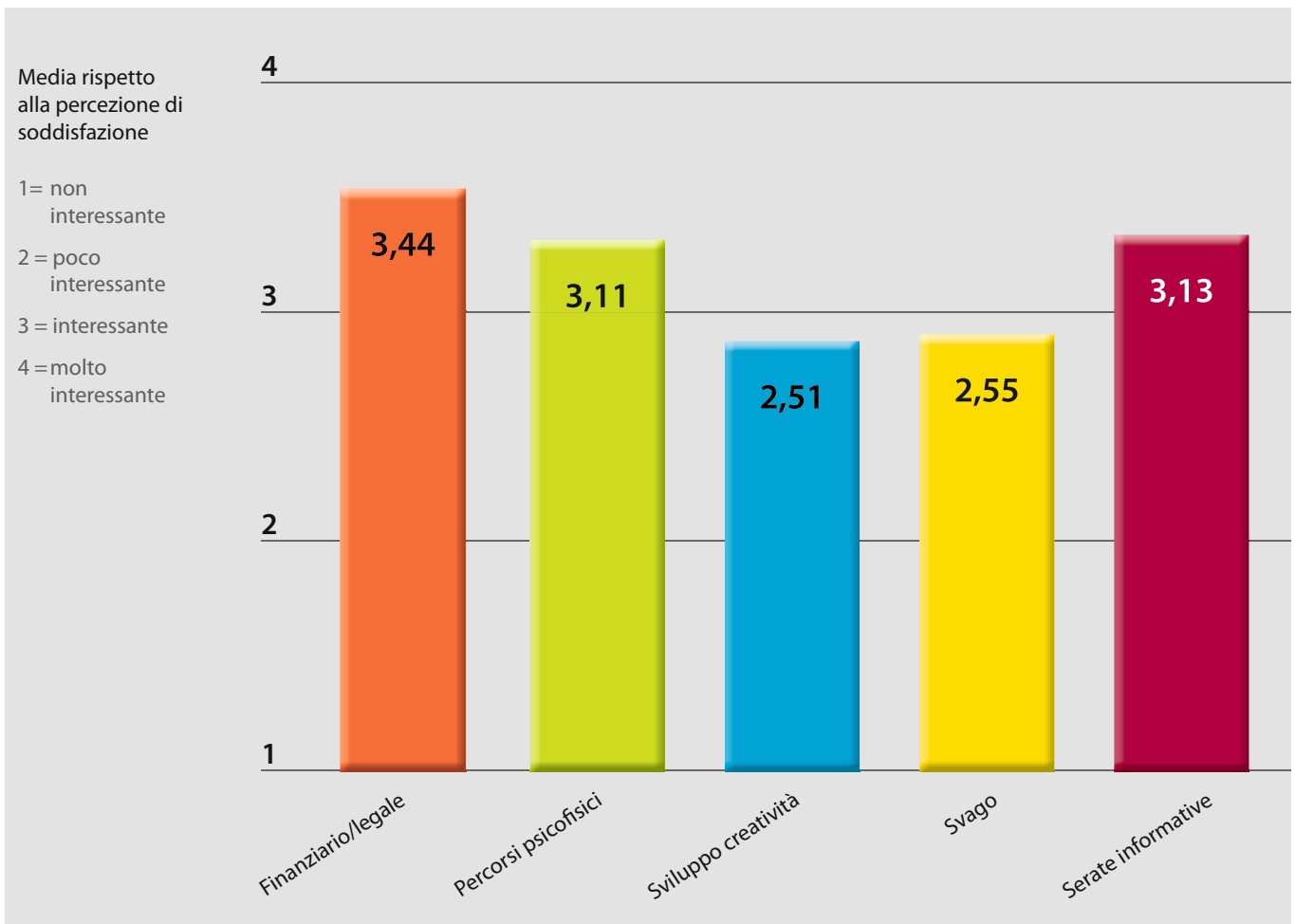
**C**armen Raffa, la psicologa che ha ricevuto l'incarico di effettuare quest'indagine da parte dell'Assistenza Tumori, non è però delusa. "Sono soddisfatta. In questo tipo di indagini volontarie si calcola tra il dieci e il venti per cento di feedback. Le risposte, anche se non mi permettono di considerare i risultati statisticamente rappresentative sono comunque sufficienti per trarre delle indicazioni per l'ATAA." Oltretutto la partecipazione corrisponde più o meno alla percentuale degli uomini che partecipano alle attività dell'Assistenza Tumori o a quella di coloro che sono attivi come

volontari o che fanno parte di qualche direttivo. I contenuti del questionario sono stati illustrati in modo esaustivo nel penultimo numero della Chance (3/2015).

Un aspetto significativo del sondaggio per Carmen Raffa è già il fatto che l'Assistenza Tumori Alto Adige abbia investito in una iniziativa di questo genere. "Questo dimostra il valore che l'associazione dà a certe cose."

Le risposte dimostrano che per i soci uomini è particolarmente importante il

sostegno finanziario dato dall'ATAA. Questo dipende dal fatto che a tutt'oggi in Alto Adige soprattutto nella fascia d'età sopra i 50 anni, molti uomini sono l'unico o il principale sostegno economico della famiglia. La malattia può far precipitare la famiglia in un grave disagio economico (oltre a tutti gli altri problemi) e l'aiuto non burocratico e diretto dell'Assistenza Tumori rappresenta più di un'ancora di salvezza.



Nel grafico raffigurato è possibile prendere visione dei risultati ottenuti. Considerando che la media è 2,5 (di 4) è evidente come tutte le aree di interesse e aspettative indagate vengono percepite come positive, anche se in misura diversa!

In generale gli uomini mostrano di essere interessati alle iniziative informative dell'Assistenza Tumori Alto Adige. Tutto ciò che riguarda la malattia, conferenze, volantini o altre occasioni per informarsi sono di loro interesse.

Questo indica una chiara differenza tra gli uomini e le donne, spiega Carmen Raffa. "Gli uomini sembrano più interessati alle cose pratiche per quanto riguarda le offerte dell'ATAA. Vogliono cose concrete., fatti."

Nell'ambito del tempo libero, delle gite, dei corsi si evidenzia una differenza tra i pazienti e i soci sostenitori. Mentre i pazienti hanno dichiarato meno interesse a iniziative di questo genere, i soci sostenitori ritengono più importante l'aspetto della socializzazione e delle iniziative comuni. E inoltre: tanto più giovani sono gli uomini, quanto meno interesse dimostrano per iniziative di socializzazione.

L'offerta di nuove iniziative indirizzate specificatamente agli uomini, è stata assolutamente scartata. Birdwatching, falegnameria fatta in comune, assistere insieme a eventi sportivi, pesca ecc. non sono state ritenute interessanti. Ci sono state poche proposte per iniziative di altro genere.

La maggioranza degli uomini che ha partecipato al sondaggio, si è detta favorevole a interventi di tipo psicologico, per il miglioramento della comunicazione nella famiglia e nella coppia. Secondo Raffa la spia di un disagio, collegata all'incapacità di molti uomini (non solo malati) di aprirsi e di comunicare. Carmen Raffa: "È un segnale positivo, che gli uomini riconoscano questa difficoltà, provino un disagio e vogliono fare qualcosa per contrastarlo."

Per ciò che riguarda le attività del tempo libero e soprattutto corsi nell'ambito della creatività, pur nel generale disinteresse, c'è

da fare una distinzione tra la città e le aree extraurbane. Fuori dalle città gli uomini non hanno espresso interesse, in città un poco. La psicologa afferma: "In Alto Adige è molto radicata la vita associativa e specialmente in ambito rurale gli uomini sono già attivi in varie associazioni (maschili): la banda, il coro, l'associazione sportiva, il gruppo folcloristico, i vigili del fuoco volontari o gli Schützen. Quindi nel tempo libero non resta più spazio per altre iniziative."

Ad ogni modo per l'Assistenza Tumori i risultati di questo sondaggio sono un aiuto per gli indirizzi futuri. Si può investire ancora di più in iniziative informative; per ciò che riguarda il tempo libero, sembra che le esigenze degli uomini siano pienamente soddisfatte dall'attuale programma. Per ciò che riguarda le informazioni medico-tecniche, l'Assistenza Tumori si sta già dando da fare per incrementarle ulteriormente, specialmente in riferimento alla prevenzione. ●

## Forti come un'albero

Gruppo di mutuo aiuto per uomini dopo un cancro alla prostata – Brunico



I partecipanti al gruppo di mutuo “l'albero” si sono incontrati per la prima volta all'inizio di maggio. Il fatto che fossero solo uomini, non è un segno di discriminazione. Gli uomini presenti hanno tutti una cosa in comune, si sono ammalati di cancro alla prostata. Si erano iscritti in cinque, ma poi al primo incontro a Brunico si sono presentati in dodici. Un segnale di disagio e di bisogno.

**A**lla base c'è infatti un disagio personale. Il Dott. Hartmann Aichner, primario di Ginecologia all'ospedale di San Candido dall'ottobre 1991 fino all'ottobre 2012, ha operato molti tumori al seno durante la sua carriera di medico. Tre anni e mezzo fa è capitato a lui. Diagnosi: cancro alla prostata.

“All'inizio ero scioccato come tutti i malati di cancro, paralizzato dalla diagnosi e in un certo qual modo perso nel vortice degli eventi,” si ricorda. “poi ho iniziato a guardarmi attorno, per vedere se veniva offerto qualcosa. Nel mio lavoro a ginecologia avevo visto che i gruppi di mutuo aiuto funzionano molto bene!”. L'esito della ricerca fu deludente: il gruppo di mutuo aiuto per uomini più vicino era ad Innsbruck, poi in Baviera. Hartmann Aichner decise di attivarsi da solo e contattò il Dott. Anton Huber, direttore del

servizio psicologico presso l'ospedale di Brunico.

Anton Huber colse l'occasione al volo. Nei gruppi di mutuo aiuto che segue come psicologo del servizio sanitario, ossia “La mia seconda vita” e il gruppo di terapia della scrittura “Cellule impazzite”, gli uomini sono delle apparizioni rare. “Le donne affrontano in modo più aperto la loro malattia, hanno un altro approccio. Ho cercato anch'io inutilmente di creare un gruppo per uomini. Senza successo.” In un gruppo misto è ovvio che per gli uomini sia molto difficile parlare dei loro problemi più intimi. “Gli uomini liquidano normalmente i problemi con un “ma in fondo sto bene” e non ci pensano più”, concorda il Dott. Aichner. In realtà i problemi e la sofferenza sono profondi!

Che la cosa non sia così facile lo dimostra il fatto che, all'appello del volantino che an-

nunciava la creazione di un gruppo di mutuo aiuto, avessero risposto cinque uomini e che poi al primo incontro del 5 maggio nella palestra dell'ospedale di Brunico, fossero in dodici. Un numero di gran lunga superiore alle aspettative di Aichner e Huber. Fino alla pausa estiva si sono tenuti tre incontri, alla fine di settembre si riprende. Possono partecipare uomini la cui diagnosi di tumore risalga ad almeno tre mesi prima.

Le regole del gruppo sono state fissate al primo incontro. “Ci siamo orientati al concetto dell'interazione tematica di Ruth Cohn,” spiega lo psicologo Anton Huber. Ciò significa: la prima condizione è il rispetto degli altri, parlare in prima persona, la riservatezza all'esterno del gruppo. Il fine è aumentare l'autostima, riconquistare la gioia di vivere e la fiducia in sé stessi, ritrovare il valore della vita, ma si tratta anche di fornire informazioni, di





Foto: Othmar Seehauser

aspetti psico-sociali, la dinamica di gruppo, il miglioramento della comunicazione in famiglia, con il partner, con gli altri. Si tratta però anche di vita salutare, terapie mediche, alimentazione, rilassamento profondo, rafforzamento della consapevolezza e gestione dello stress.

“Nel gruppo” - dice il Dott. Hartmann Aichner, che co-conduce gli incontri per

Dott. Hartmann Aichner



un verso in qualità di medico e per l'altro come paziente vivendoli entrambi in modo molto intenso - “siamo molto aperti. Parliamo senza imbarazzo e in modo diretto. Anche problemi come incontinenza, disturbi di erezione, imbarazzi nella vita di coppia e altri problemi legati alla malattia vengono messi apertamente sul tappeto. Aiuta molto sapere che non si è i soli e poter chiedere come fanno altri!”

Dott. Anton Huber



Quello che è importante per entrambi gli organizzatori del gruppo, lo psicologo Anton Huber e il medico e paziente Dott. Hartmann Aichner, è: “Decideremo il programma in corso d'opera, vedremo cosa serve. Temi maschili affrontati in modo diverso, la ricerca delle proprie risorse, input da parte dei partecipanti. Conferenze, esercizi di rilassamento profondo.”

Il Dott. Aichner aggiunge: “Gli uomini spesso non sono capaci o non abituati a parlare della sfera sessuale in modo serio o lo fanno banalizzando. Molti devono prima imparare ad aprirsi.”

“L'albero - attivi dopo il cancro alla prostata” è un gruppo di auto-aiuto semi-aperto che può accogliere al massimo 15 uomini. Semi-aperto perché gli interessati vengono pregati di venire almeno tre volte, prima di decidere se vogliono rimanere oppure no.

“Se no si crea troppa confusione.” Chi è impossibilitato a venire, viene pregato di avvertire in tempo. Al momento i partecipanti sono over 50 e provengono da tutta la Val Pusteria fino a Bressanone. Gli incontri si tengono ogni due-tre settimane. “In autunno si prosegue. Nuovi soci sono benvenuti!” Il Dott. Aichner e il Dott. Huber sono molto contenti dei primi passi. ●

## Scacco al cancro

Ricerca all'avanguardia di nuove terapie nel centro ricerca Vesalius a Lovanio



Dott. Andreas Pircher

È considerato il padre dell'anatomia moderna. Andreas Vesalius (1514 – 1564), anatomista, chirurgo, professore a Padova e a Venezia. Sezionava pubblicamente cadaveri a Bologna. Medico personale dell'imperatore Carlo V, morì sull'isola di Zante durante un pellegrinaggio in terra santa. A Lovanio (Leuven) in Belgio un centro ricerca d'eccellenza porta il suo nome.

Il medico belga Peter Carmeliet dirige il centro ricerca internazionale VRC che si occupa dell'angiogenesi (il proliferare dei vasi sanguigni) e del metabolismo delle cellule. A lavorare in questo laboratorio d'eccellenza, che fa parte dell'Istituto di Biotecnologia dell'università Lovanio, sono un'ottantina di ricercatori provenienti da tutta l'Europa e anche da Oltreoceano.

Anche lui si chiama Andreas, ma di cognome fa Pircher e sta a Lovanio da un anno circa. Di professione oncologo-ematologo e medico internista ha studiato medicina all'università di Innsbruck e lavorato alla clinica universitaria del capoluogo del Tirolo. Dopo la specializzazione, e prima di decidere definitivamente dove lavorare, ha deciso di inserire un periodo all'estero e di ricerca nel suo curriculum. Già durante gli studi universitari e durante la specializzazione si è occupato dell'an-

giogenesi, specie nei tumori dei polmoni, pubblicando diverse ricerche su questo tema e raccogliendo vari premi nel campo della ricerca.

Il focus delle ricerche a Lovanio si concentra sulla struttura, le caratteristiche e la proliferazione dei vasi sanguigni, di grande importanza per la ricerca sui tumori. Da tanti anni gli scienziati sanno che un tumore per crescere e per formare metastasi ha bisogno di una rete di vasi sanguigni. E qui entrano in gioco le cellule endoteliali, grazie alle quali i vasi possono ramificarsi. Il team del professor Peter Carmeliet si divide in diversi gruppi di lavoro, fatti di medici, biologi e tecnici che studiano da diversi punti di vista il comportamento di queste cellule.

Nel gruppo di studi di cui fa parte Andreas Pircher ci sono tre medici, dei biologi e

degli scienziati provenienti dalla Cina, dalla Polonia, dal Belgio, dalla Francia, dalla Svizzera, dalla Germania e appunto dall'Italia. Pircher del resto non è l'unico italiano, dal 2009 il prof. Massimiliano Mazzone di Torino si occupa del nesso tra i vasi sanguigni e le cellule immunitarie e di come il loro insieme possa influenzare la crescita di un tumore.

Quando Andreas Pircher racconta del suo lavoro sembra terribilmente complicato. Il gergo scientifico risulta spesso criptico per chi non si occupa di ricerca e fa girare la testa a chi sente parlare di queste cose per la prima volta. Detto in poche parole Pircher sta studiando come utilizzare lo sviluppo fisiologico dei vasi sanguigni per combattere e per fermare il cancro.



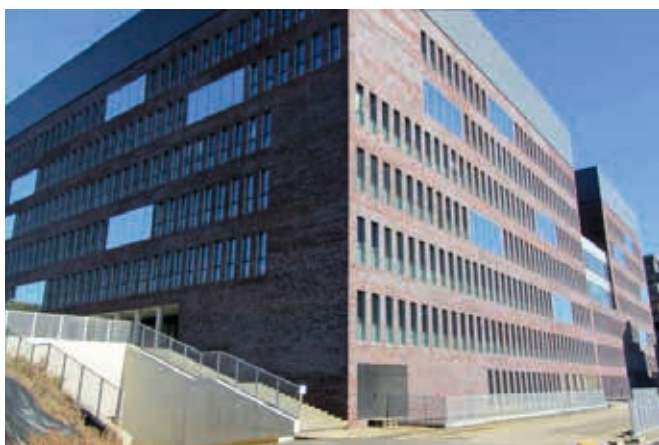
La cernita di cellule vive in base a determinati marker serve per estrarre cellule endoteliali dal resto del tessuto per poterle studiare meglio.

Nei primi anni del nuovo millennio, racconta Pircher, gli scienziati pensavano di dover cercare delle strategie per bloccare lo sviluppo dei vasi all'interno e attorno ai tumori per poter letteralmente far morire il tumore di inedia. I tumori però hanno reagito in modo immediato sviluppando delle resistenze e alla fine a rimanere danneggiato era soprattutto il tessuto sano attorno al tumore.

“Oggi invece ci muoviamo praticamente nella direzione opposta”, spiega il Dott. Andreas Pircher. “Cerchiamo il modo di curare il sistema vascolare in modo da non debellare e danneggiare il tessuto attorno al tumore permettendo ai vasi di penetrare il tessuto neoplastico per trasportare le sostanze della chemioterapia o della terapia ormonale il più vicino possibile al tumore e al suo interno.”

Gli scienziati del laboratorio belga hanno scoperto che le cellule endoteliali che si trovano all'interno delle pareti dei vasi sanguigni, sono indotte dal tumore a ramificarsi nella sua direzione, adattando il loro metabolismo. In questo modo hanno un aumentato fabbisogno di glucosio, cioè zuccheri, che serve per il loro sviluppo. “Queste cellule endoteliche hanno caratteristiche simili a quelle delle [Segue >](#)

L'Edificio VRC



Riunione con il prof. Carmeliet





Un'attività di routine nel laboratorio: Anne Bouche sta "pipettando" delle cellule.

> cellule tumorali", spiega il ricercatore. "Se riuscissimo a bloccare il consumo aumentato di zucchero, potremmo bloccare la crescita non controllata delle cellule tumorali senza compromettere la crescita funzionale delle cellule sane." Le ricerche mirano quindi ad un controllo del metabolismo glicidico, bloccandolo solo nelle cellule tumorali.

Nel laboratorio di Leuven/ Lovanio in Belgio la maggior parte degli esperimenti vengono svolti utilizzando cellule cresciute in una coltura, per alcuni esperimenti bisogna invece utilizzare topi o pesci zebra per poter testare su organismi vivi delle sostanze che potrebbero essere utilizzate per bloccare il metabolismo delle cellule maligne.

Effettivamente sono già in uso dei farmaci antitumorali utilizzati in chemioterapia che in un diverso dosaggio e in un diverso lasso di tempo potrebbero agire in questo senso sui vasi sanguigni tumorali. "Noi siamo convinti che in un altro dosaggio e in combinazione con altre sostanze potremmo utilizzare sostanze chemioterapiche già provate per combattere in modo sempre più efficace

Il gruppo di lavoro "metabolismo clinico", da sx.: Joanna Kalucka, Lucas Treps, Jermain Goveia, Andreas Pircher e Lena-Christin Conradi.



Il direttore del centro di ricerca Vealius, Prof. Peter Carmeliet





Stefan Vinckier (Esperto di microscopia) illustra una rete di vasi sanguigni.

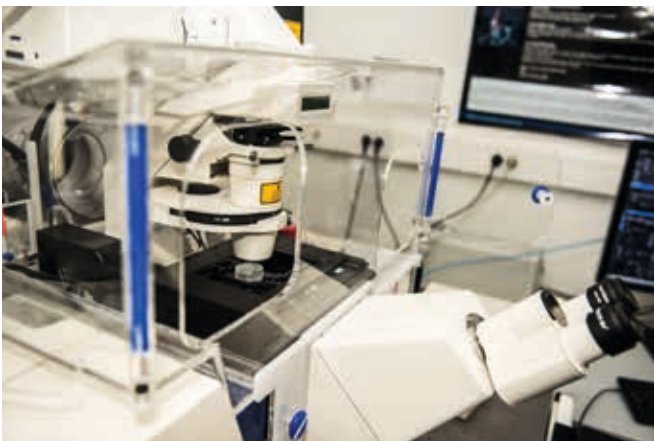
la crescita del tumore." Si tratta di bloccare un determinato enzima che regola il metabolismo della cellula endoteliale. "La ricerca però non è mai immediata, possono passare anni prima che un determinato farmaco entri in circolazione", spiega Andreas Pircher.

"Proprio questo è il motivo per cui i ricercatori preferiscono lavorare con sostan-

ze già in uso, magari anche per patologie molto diverse. Per accelerare i tempi di utilizzo sul paziente. L'iter per portare un medicamento ex novo sul mercato è lungo e complicato. Un altro vantaggio che viene dall'uso di sostanze già in uso è che le case farmaceutiche ovviamente interessate a promuovere i loro prodotti, mettono a disposizione i mezzi per la ricerca.

Il dottor Andreas Pircher si occupa nella sua ricerca specifica delle cellule endoteliali nel carcinoma polmonare. Isola le cellule tumorali, le estrae e crea dei campioni in coltura per poi poter studiare il loro metabolismo confrontandolo con quello di cellule sane. "I nostri risultati confermano sempre di più la nostra idea che sia proprio il metabolismo glucidico [Segue >](#)

Live-Imaging. Tramite questo microscopio si riesce ad esaminare il comportamento delle cellule vive.



Andreas Pircher rimette delle provette contenenti cellule endoteliali nell'incubatore.





Presentazione, discussione e confronto di risultati di ricerca con il prof. Carmeliet. Da sx.: Peter Carmeliet, Andreas Pircher, Lena-Christin Conradi, Jermain Goveia e Joanna Kalucka.

> alla radice della crescita tumorale!" Questo approccio sembra portare nella direzione giusta, ma per poterlo realizzare in modo clinico, cioè sui pazienti, occorrono ancora tantissimi esperimenti, e passerà ancora tanto tempo. "La percezione di trovarsi sulla strada giusta anche se è ancora lunga è una fortissima motivazione per l'impegno di tutte le persone coinvolte nelle ricerche!"

## Intervista al dottor Andreas Pircher

Da un anno ricercatore al VRC di Lovanio

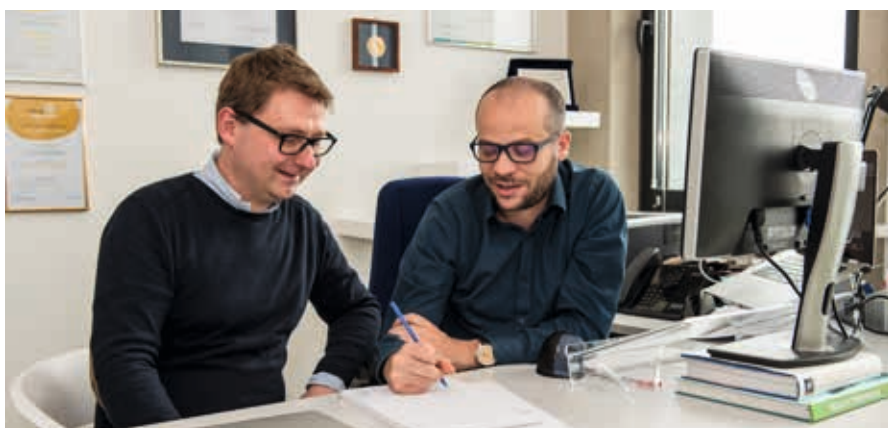
Anche se il Belgio è un paese piccolo, è molto aperto e si respira un clima internazionale. Condizioni perfette per ospitare un centro ricerca inserito in una rete mondiale come lo è il VRC, il Vesalius Research Center.

Lovanio è sede dell'Università Cattolica Lovanio, KUL, uno degli atenei più rinomati a livello mondiale, numero 35 nel ranking mondiale. Attualmente ci sono iscritti 55.000 studenti, un 16% circa proviene dall'estero. La KUL conta 15 facoltà, le cliniche universitarie sono famose per il loro standard all'avanguardia e il VRC fa parte del Vlaams Instituut voor Biotechnologie (VIB), l'Istituto biotecnologico fiammingo, dove più di 1.200 ricercatori di 60 nazioni sono impegnati in ricerche sui componenti molecolari della vita.

**Chance:** Com'è la vita in Belgio?

**Andreas Pircher:** Il Belgio è un paese incredibilmente aperto, offre un'ottima qualità di vita e ammetto che mi sto godendo molto il fatto di far parte di un contesto internazionale. Certo, ci vuole un po' per abituarsi al clima e allo stile di vita non proprio mediterraneo (ride). Iniziando dalla cucina che propone piatti del tipo "cozze con patate".

Un confronto sugli ultimi dati, prof. Massimiliano Mazzone e Andreas Pircher.





Andreas Pircher esamina tessuto tumorale dal quale estrarre cellule endoteliali per confrontare il tessuto tumorale con quello sano.

**Chance:** Prima di firmare un contratto di ricercatore ha lavorato alla Clinica universitaria di Innsbruck. Qual è la differenza?

**Andreas Pircher:** Sicuramente qui sto vivendo un momento molto impegnativo e produttivo. Le richieste sono tante e le giornate lavorative non finiscono mai. Ognuno è focalizzato al massimo sul suo ambito di ricerca. Il capo dà le direttive, ma all'interno di queste c'è la massima libertà.

**Chance:** Un'attività quindi che prende tutto, ma anche molto appassionante....

**Andreas Pircher:** Certo. Siamo come un team di giornalisti alla ricerca di uno scopo o come degli investigatori che stanno seguendo una traccia promettente. Dobbiamo lavorare in continuazione con il massimo impegno. La concorrenza internazionale fa altrettanto e chi arriva prima può contare su mezzi per le sue ricerche e può pubblicare sulle riviste internazionali che contano. Siamo sempre concentrati sui dati. Iniziamo alle 8 nel laboratorio, ci fermiamo verso le 20, ma poi continua il lavoro al computer. Non di rado si lavora anche di notte o sino alla mattina, specialmente

prima di concludere e di pubblicare dei lavori. Diciamo che la pressione è notevole!

**Chance:** E i risultati?

**Andreas Pircher:** ...si fanno aspettare. Voglio dire, il quotidiano di un ricercatore è pieno di frustrazioni. Ci sono tante vie che non portano da nessuna parte. Ma il nostro obiettivo non deve essere di scoprire ogni giorno l'America, il nostro obiettivo è di mettere insieme con tanta pazienza, abilità e anche passione pezzo per pezzo sperando che forse, ma non necessariamente, un giorno sì, si arrivi ad una scoperta importante. Se succede questo allora l'emozione è indescrivibile! Ma non tutti e non sempre si può arrivare a risultati eccellenti. Fare ricerca significa essere sempre pronti a ricominciare da zero, accontentarsi dei piccoli, piccoli passi e lavorare sempre con la stessa dedizione, la stessa curiosità e anche con la stessa ossessione.

**Chance:** Che cosa farà dopo?

**Andreas Pircher:** Sono molto felice che grazie ad una borsa di studio per giovani ricercatori io abbia avuto l'opportunità di

fare ricerca in un laboratorio d'eccellenza come questo. Qui tutto è ai massimi livelli, l'avanguardia è lo standard, veramente un livello altissimo. Ma alla fine vorrei tornare a lavorare con i pazienti, vorrei applicare la ricerca nel quotidiano clinico. Sicuramente tornerò a lavorare in reparto. E sono sicuro che l'esperienza di qui mi aiuterà a poter lavorare ancora meglio con i pazienti. ●

Peter Carmeliet nel laboratorio dei pesci zebra



## Prevenzione, un flop?

Non in Alto Adige – Ma partecipano sempre in troppo pochi

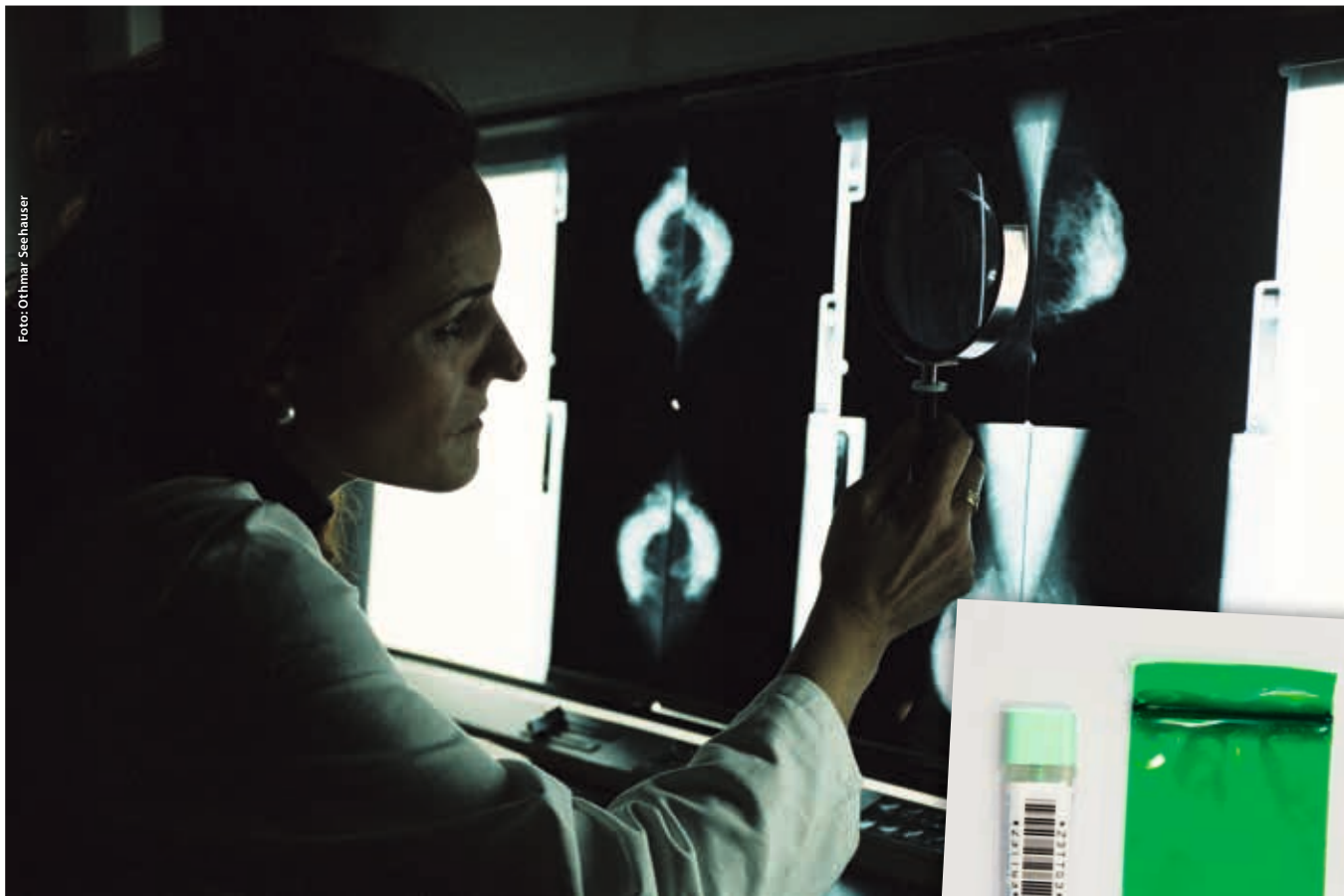


Foto: Othmar Seehauser

La prevenzione tumorale – un flop, ecco il titolo del quotidiano “La Repubblica” del 27 maggio. Un confronto tra i dati delle regioni d’Italia ha evidenziato una discrepanza sia nell’offerta preventiva degli esami che nella risposta della popolazione.

Sono sempre in troppi – e questo vale anche per l’Alto Adige – ad ignorare gli inviti agli screening dei tumori.

La ricerca di Repubblica ha confrontato offerta e risposta agli screening nel 2014.: mammografia, pap-test e sangue occulto nelle feci. In tutta Italia il 74% delle donne è stato invitato alla mammografia; il 72% al pap-test e il 67% della popolazione al di sopra di 50 anni ha ricevuto l’invito allo screening per il cancro al colon. Il 57 % delle donne ha seguito l’invito allo screening per il cancro alla mammella, il 41% ha effettuato un pap-test e sempre un 41% della popolazione ha colto l’occasione del test del sangue occulto nelle feci. Uno screening molto semplice, da prendere in farmacia e da fare a casa.

Il primo fatto evidente della statistica - ma per nulla sorprendente - è la differenza nord-sud. Ma non solo. Ci sono regioni del Mezzogiorno come, per esempio il Molise o la Puglia, che arrivano ad un 51% per quanto riguarda le donne che hanno accolto l’invito alla mammografia, mentre in Liguria e in Sardegna sono il 49% oppure il 38%. Impossibile quindi generalizzare!

La Campania, la Calabria e la Sicilia sono le ultime nella statistica. In queste tre regioni sono rispettivamente il 27%, il 38% e il 33% le donne che hanno partecipato allo screening per il tumore al seno. Cifre



Il kit per fare il test del sangue occulto si prende in farmacia

ancora più basse per il pap-test. Nello stesso ordine sono il 33%, il 17 % e il 18 % ad aver aderito. Per lo screening del cancro al colon i numeri sono altrettanti deludenti: il 28 %, il 17 % e il 22 % della popolazione con più di 50 anni ha eseguito il test del sangue occulto.

Ma non è solo colpa della popolazione, se guardiamo quante persone vengono invitate dal servizio pubblico sanitario troviamo numeri sconcertanti: In Calabria per esempio appena l’8% delle donne aventi diritto viene invitato alla mammografia, per il pap-test sono ancora meno: solo il 6%.





**Autonome Provinz Bozen - Südtirol**  
**Provincia Autonoma di Bolzano - Alto Adige**

Koordinierungstelle für das Kolon Rectum-Screening  
 Centro di coordinamento per lo screening colon rettale  
 Italianallee 13/m Corso Italia - Bozen 39100 Bolzano - Tel. 0471 90.71.99

ITALIANO

**ISTRUZIONI DI PRELIEVO**

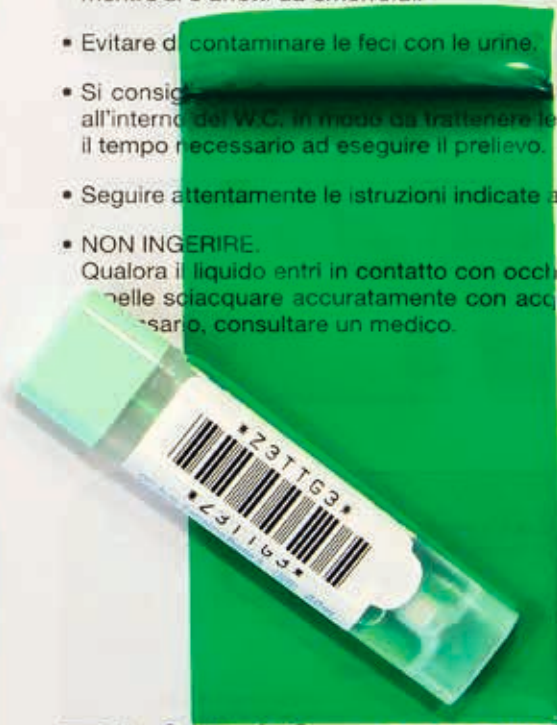
**1**  
 Svitare ed estrarre il tappo VERDE dal tubo.  
 Scrivere sull'etichetta i dati richiesti

N: Nome	A: Etá
S: Sesso	D: Data

**2**  
 Strisciare l'asticella sopra le feci piú volte in orizzontale e verticale.

**3**  
 Inserire l'asticella nel tubo, riavvitare ed agitare.  
 Riconsegnare il prelievo in laboratorio il piú rapidamente possibile.  
 Nel caso in cui non venga riconsegnato subito lo conservi in frigorifero (2-10°C).

- Lo scopo del test è di rilevare l'eventuale presenza di sangue nelle feci, che è sintomo comune a numerose patologie.
- Non è necessario praticare alcuna particolare dieta prima del test.
- Non eseguire il test durante il periodo mestruale, ne mentre si è affetti da emorroidi.
- Evitare di contaminare le feci con le urine.
- Si consiglia di essere igienica all'interno del W.C. in modo da trattenere le feci per il tempo necessario ad eseguire il prelievo.
- Seguire attentamente le istruzioni indicate a tergo.
- **NON INGERIRE.** Qualora il liquido entri in contatto con occhi, bocca o pelle sciacquare accuratamente con acqua e, se necessario, consultare un medico.



**DIANA OC-SENSOR II**  
 OC-SENSOR

05/2014/11 - 06/2012 - Rev. 0

Non è possibile sbagliare, è tutto descritto, step by step

Questo significa che in questa regione la prevenzione è un fatto personale!

La Basilicata invece si occupa della prevenzione. Addirittura il 100% delle donne viene chiamata alla mammografia, per il colon è l'80% della popolazione interessata. Il numero delle persone che alla fine partecipa agli esami di screening dimostra che per il pubblico vale la pena investire nella prevenzione: Il 59% delle donne in Basili-

cata ha fatto il test per il tumore al seno e il 43% ha fatto i pap-test, confortanti anche i numeri delle persone che hanno fatto lo screening per il tumore del colon, il 61%.

Certo chi abita nel nord o nel centro d'Italia è piú riguardato. Sono quattro le regioni e province che invitano il 100 % delle persone interessate agli screening: Il Friuli, la Val d'Aosta, l'Emilia Romagna e l'Alto Adige. In Friuli partecipa tra il 56 e il 62%, in Emilia

Romagna il 71% delle donne fa prevenzione per il tumore alla mammella ma solo il 50% di loro fa anche il pap-test. Il 56% della popolazione fa il test del sangue occulto. In Val d'Aosta sono il 71% ovvero il 64 % delle donne (seno e pap-test) e il 72 % della popolazione sopra i 50 anni per il test del sangue occulto. Sembra incredibile, ma l'Alto Adige è il fanalino delle regioni al nord. Del 100% di donne invitate alla mammografia si presenta solo il 50%, per il pap-tet *Segue >*



L'esame ecografico del seno

> sono ancora in meno, vale a dire il 39% e solo il 28% della popolazione invitata fa lo screening per il tumore al colon.

I nostri vicini trentini sono più bravi per quanto riguarda gli screening. Il 73% delle donne fa la mammografia, mentre il 58% fa il pap-test. Il test per il sangue occulto viene effettuato dal 42%. Questo a fronte dell'84% delle persone interessate che ricevono l'invito.

Questi numeri sono deludenti, soprattutto considerando quanto poco invasivi siano questi test che vengono offerti in modo gratuito dal servizio sanitario pubblico. Quello che balza all'occhio è che sicuramente bisogna investire ancora di più

nell'informazione perché la prevenzione diventi un fatto di routine, così come accade con la visita annuale dal dentista o il cambio gomme stagionale!

Stupefacenti sono i numeri relativamente bassi dell'Alto Adige. Il servizio sanitario invita il cento per cento degli aventi diritto ai diversi screening, e fino qui siamo esemplari. La risposta però non lo è. Abbiamo non uno ma diversi ospedali dove fare la mammografia o il pap-test, abbiamo tre centri senologici in provincia, il kit per il test del sangue occulto va invece ritirato gratuitamente nelle farmacie. E lo stesso, ripetiamo i numeri: solo il 50% delle donne si presenta per la mammografia, il 39% per il pap-test e il 28% fa il test per il sangue occulto. Come è possibile? O è invece vero il detto "non fidarti di nessuna statistica che non hai falsificato tu"?

Un motivo sufficiente per prendere il telefono e chiedere lumi al primario del servizio di Anatomopatologia ed Istologia all'ospedale di Bolzano, nonché direttore del Registro tumori provinciale, dottor Guido Mazzoleni. Effettivamente, il dottor Mazzoleni relativizza i numeri riportati da Repubblica. "Per quanto riguarda il pap-test sono circa l'80% le donne che effettuano il pap-test. E di conseguenza il tumore al collo dell'utero è diventato del tutto insignificante, appena 20 casi all'anno."

Diversa è la situazione per lo screening del tumore alla mammella. Secondo i numeri ufficiali, appena il 54% delle donne si prenota per la mammografia. "Attenzione",

dice però Mazzoleni. "Ci sono tante donne che vanno autonomamente a fare la mammografia, prenotano quindi privatamente o magari la fanno in una delle cliniche private." Anche le donne che ad ogni visita dal ginecologo privato fanno un'ecografia e un test di palpazione del seno non sono contemplate dalla statistica. E quindi sono di più.

Per quanto riguarda lo screening per il cancro al colon, introdotto in Alto Adige solo tre anni fa, i numeri sono invece veramente deludenti! Se poi pensiamo che un po' meno di metà delle persone che hanno effettuato il test del sangue occulto nel 2013 è stata invitata a sottoporsi alla colonscopia dopo un esito positivo del test e che al 47% di questi è stata successivamente diagnosticata una forma precancerosa o un tumore al colon già conclamato, si capisce bene perché sia legittimo parlare di esito deludente. Questo significa infatti che lo screening funziona e che può salvare delle vite visto che il tumore al colon se trovato in uno stadio precoce (e asintomatico!) è guaribilissimo.

Concludiamo. In Alto Adige la situazione reale è meglio di quella riportata dalla statistica ma è lungi dall'essere perfetta. Sono ancora troppe le persone che non hanno capito quanto importante sia la prevenzione. Soprattutto nelle zone rurali, precisa Mazzoleni, le persone sono molto scettiche. Che fare? Informare, informare e ancora informare! Una missione che l'Assistenza Tumori ha a cuore e prosegue da tanto tempo e con grande impegno!

## Nessuna telefonata per richiedere offerte!



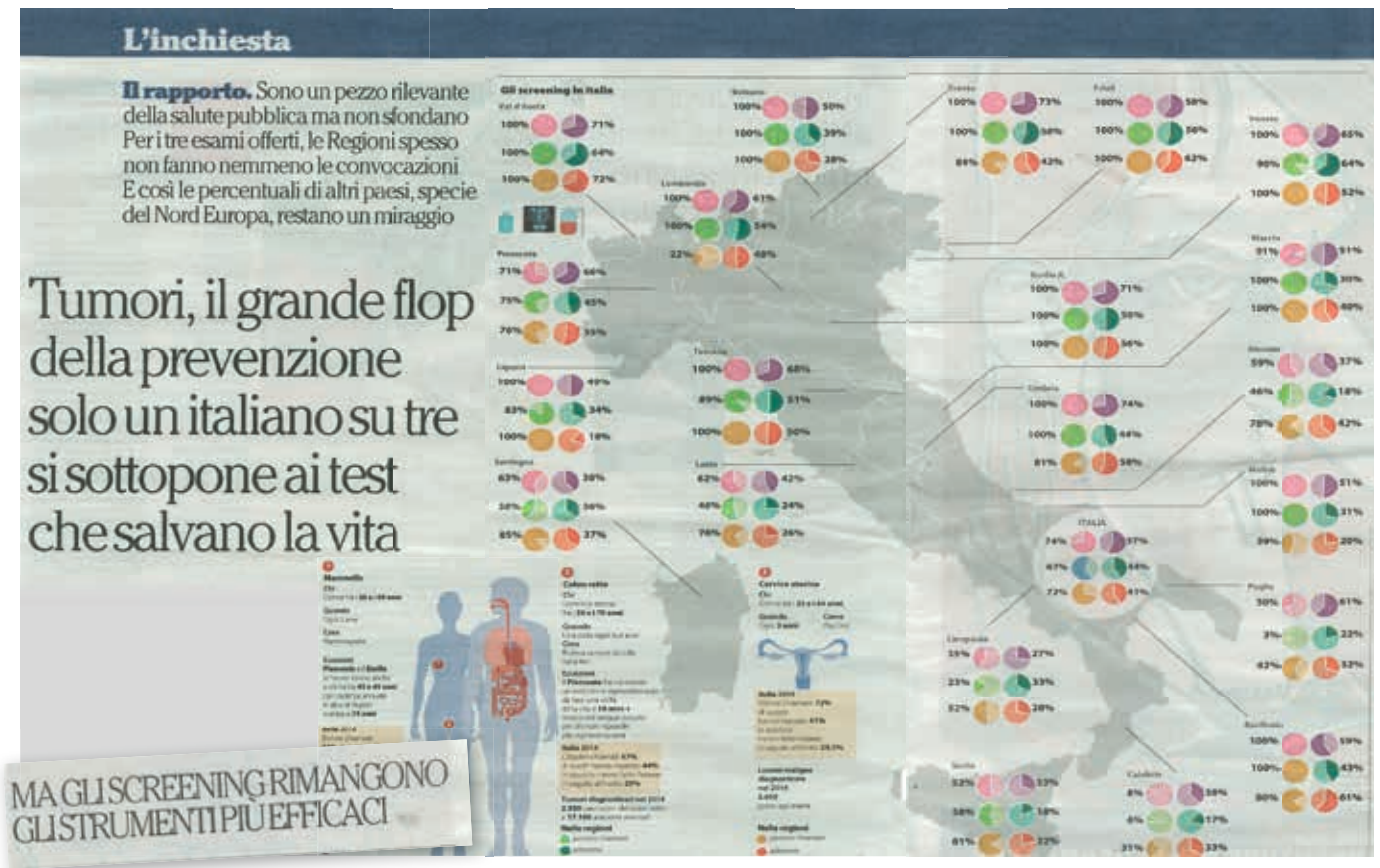
Frequentemente ci viene comunicato che persone vengono contattate telefonicamente con richieste di offerte per i pazienti di tumore. Facciamo notare che queste richieste non provengono dall'Assistenza Tumori Alto Adige.

**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.





## Lo strumento più efficace

Umberto Veronesi: Servono ulteriori screening e un'informazione più capillare

È stato Umberto Veronesi, fondatore e direttore a lungo dell'Istituto Europeo del Cancro a Milano che da ministro alla salute nel 2000 ha introdotto lo screening di massa per il tumore alla mammella. Di seguito riproponiamo estratti di un suo intervento su Repubblica, il 27 maggio 2016.

“Gli screening rappresentano (...) l'iniziativa di sanità pubblica più importante per il controllo di alcuni dei tumori più diffusi. Per renderli più efficaci dobbiamo avere obiettivi ambiziosi, capaci di stimolare l'adesione della popolazione agli screening attuali: per il tumore del seno, del collo dell'utero e del colon.

Da ministro della sanità nel 2000 (...) ho dovuto attuare un programma compatibile con le risorse e la cultura di allora: una mammografia ogni due anni a partire dei 50 anni di età. Oggi le nostre conoscenze si sono molto evolute e si è dimostrato che un intervallo di due anni è troppo lungo per ottenere una diagnosi tempestiva. Inoltre i tumori mammari appaiono in età sempre più precoce, quindi il limi-

te dei 50 anni va decisamente abbassato. Dobbiamo pensare ad uno screening in continuità: ecografia annuale da 35 anni, e mammografia a partire dei 40 anni. E per questo tumore dobbiamo porci l'obiettivo “mortalità zero”.

All'Istituto europeo di oncologia abbiamo dimostrato che se il tumore del seno impalpabile - individuabile solo con ecografia, mammografia o risonanza magnetica- e subito trattato chirurgicamente, la percentuale di guarigione è del 99%. Anche per il tumore dell'utero la diagnostica è andata oltre il pap-test. (...) La quasi totalità dei tumori del collo dell'utero è dovuto al virus HPV, Human Papilloma Virus. Oggi disponiamo dell'HPV-test in grado di rilevare la presenza del virus molto prima del pap-test, (...) e disponiamo di un vaccino. (...) La campagna per la vaccinazione gratuita delle dodicenni è partita da qualche anno, fra non pochi problemi di informazione e cultura. Ma la via è segnata ed è una via straordinaria perché nelle generazioni future questo tumore è destinato a scomparire o quasi.

In alcune regioni (...) è già stata avviata una campagna per la vaccinazione dei maschi, poiché l'HPV è trasmesso attraverso i rapporti sessuali e il maschio ne è portatore come la donna, ed è la causa di tumori dell'oro faringe e dell'ano. Anche per il tumore del colon possiamo puntare più in alto, (...) proponendo una colonoscopia in media ogni cinque anni (dai 10 ai 2 a seconda dei casi) dopo i 50 anni. La colonoscopia è infatti in grado di scoprire e allo stesso tempo rimuovere le eventuali lesioni iniziali (polipi).

Infine è indispensabile allargare il principio dello screening ad altri tumori, primo fra tutti quello del polmone che oggi uccide 100 italiani al giorno. È stato dimostrato che con una tac a basso dosaggio annuale ai forti fumatori, la mortalità per cancro polmonare può ridursi dall'attuale 70% al 30%... bisogna aggiornare gli screening (...) e fare una potente e capillare azione informativa che finora è completamente mancata.”

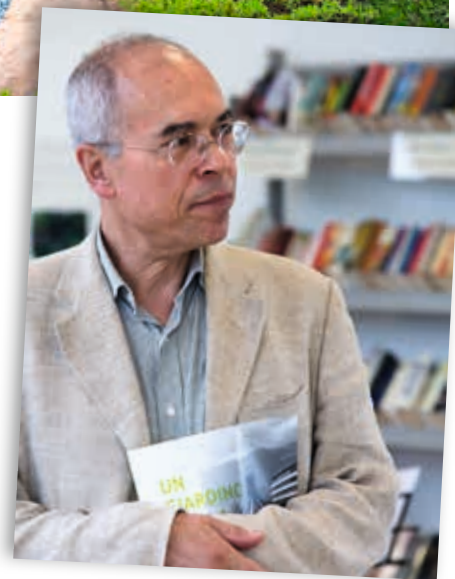
da “La Repubblica”, 27 maggio 2016)

## Uni spazio per l'anima

Inaugurato il Giardino della Musica sul tetto del reparto di oncologia



Foto: Othmar Seehauser



Primario Dott. Claudio Graiff

L'ospedale e in particolare il reparto di oncologia sono luoghi collegati all'immagine della sofferenza e della paura, un ambiente vissuto come disumano, freddo, dominato dalla tecnologia. Nello stesso momento è un luogo di grandissima umanità, un luogo dove ci si prende cura dell'altro, un luogo di guarigione. E cosa c'è di più umano? Gli artisti di "Terrae" hanno trasformato il giardino pensile sul tetto dell'oncologia in giardino della musica.

**P**er aspettare la visita oncologica o la chemioterapia i pazienti ora possono scegliere tra la sala d'attesa del reparto o invece recarsi al piano superiore nel giardino d'inverno, trasformato grazie agli oggetti portati da casa dal personale dell'oncologia in un ambiente accogliente e confortevole pieno di luce e piante o addirittura nel giardino pensile sul tetto dell'oncologia. Un display chiama anche qui i numeri del mangiacoda.

Alberto Larcher, Giuseppe Dondi, Roberto Rossi e Fabio Seppi della Val di Non hanno "operato" su alcune parti del giardino pensile sopra il reparto d'oncologia per trasformarle in un giardino per la musica, un "Kunst-Garten". Un luogo d'incontro, di scambio e di condivisione. Un luogo

creativo nato dalla forza e dagli elementi della natura: in primis appunto la terra, ma anche l'acqua, i rami, le foglie, le pietre. Aperto non solo ai pazienti di oncologia ma a tutti quelli che gravitano nell'ospedale. Incontro.

A lavorare con "Terrae" Sabine Bortolotti e Annalisa Covi, due artiste giovani altoatesine. Insieme e su invito del primario del reparto di oncologia, Dott. Claudio Graiff, e dell'associazione Alexander Langer e il suo presidente Edi Rabini. Il tutto è nato dall'idea che si curano le malattie non solo con la scienza e con i (chemio)farmaci, ma che ci vogliono anche medicine per l'anima. In questo contesto si inserisce il concetto dei "Donatori di Musica", progetto portato avanti dal dottor Graiff assieme ai

collegi primari di altri reparti di oncologia in Italia dal 2007 e che vede il reparto almeno una volta al mese trasformarsi in sala da concerto.

Ognuno dei sei artisti ha dato via ad un suo progetto individuale, partendo dalla stessa materia, ma l'insieme parla di armonia e identica e condivisa è la missione: fare arte per far pensare e per far incontrare. Come le note emesse da diversi strumenti o diverse voci di un coro, le installazioni vanno a formare un insieme. E non era un



Il collettivo d'artisti "Terraè" con le due artiste altoatesine. Da sx.: Sabine Bortolotti, Annalisa Covi, Alberto Larcher, Giuseppe Dondi, Alberto Rossi e Fabio Seppi.

caso che, alla presentazione al pubblico del giardino della musica il 9 giugno scorso, è seguito un concerto dei donatori di musica. Due pezzi di Mozart e Beethoven eseguiti dal Monteverdi Wind Chamber Ensemble sotto la guida di Fabio Neri.

Le opere inserite nel giardino s'intendono come simboli dell'incontro, dello scambio e dell'insieme. Un albero della vita con appese delle note musicali; due sedie che saranno modificate nel tempo dalle piante; delle anti-gabbie, il proget-

to che Sabine Bortolotti Annalisa Covi hanno sviluppato insieme, e che saranno conquistate e mutate dalle piante. Tracce di legno e un fiume di pietra rosa della Val di Non.

Il Monteverdi Wind Chamber Ensemble



Le anti-gabbie di Sabine Bortolotti e Annalisa Covi



## Grazie al movimento va tutto meglio

Cinque anni di terapia del movimento a Merano: la via della salute, relazioni e corsa



Il 30 aprile la terapia del movimento di Merano ha festeggiato i suoi cinque anni di esistenza. Una festa carica di emozioni e con molte informazioni riguardo al tema movimento e cancro. Prima di iniziare, tutti i presenti sono stati invitati ad effettuare un semplice e veloce Check-up nella cosiddetta via della salute.

L'avventura iniziò cinque anni fa. Valentina Vecellio, ex-atleta, ma anche ex paziente di cancro al seno, ha sviluppato assieme al Primario di ginecologia dell'ospedale di Merano, Herbert Heidegger, la terapia del movimento. Valentina è partita da se stessa. Durante la malattia il movimento l'ha aiutata a sopportare meglio le terapie e a riprendere più in fretta le forze. Quindi ha voluto trasmettere ad altri le proprie esperienze positive. Il Dott. Heidegger le ha dato la possibilità di farlo.

Oggi la terapia del movimento è una parte fissa dell'offerta della ginecologia di Merano; è stato scritto un libro e Valentina Vecellio, anche grazie alla sua personalità positiva e coinvolgente, è riuscita a ridare a molte donne una nuova consapevolezza del proprio corpo e maggiore autostima.

Tra le sessanta e le settanta persone hanno approfittato della possibilità di eseguire un breve check-up sulla "via della salute". Bisognava indicare peso, altezza e età e poi il medico sportivo Pierpaolo Bertoldi e tre infermiere provvedevano a misurare l'ossigeno nel sangue, la pressione sanguigna, la circonferenza vita, pancia e fianchi. Quasi tutte le partecipanti e i tre uomini che si sono presentati, avevano valori nella norma! Un buon segno. Sulla "via della salute" si potevano anche ricevere informazioni su un'esposizione al sole responsabile e ogni partecipante ha ricevuto un set di confezioni per provare delle creme solari.

E poi si è iniziato veramente. L'assessore comunale allo Sport Gabi Strohmmer, ha portato i saluti della città e ha espresso apprezzamento per il lavoro della Breast-Unit



Il primario di ginecologia Herbert Heidegger

dell'ospedale di Merano, della terapia del movimento, come pure il lavoro dei partner sostenitori, ossia l'Assistenza Tumori Alto Adige e mamazone. La presidente provinciale dell'Assistenza Tumori, Ida Schacher, e una rappresentante di mamazone sono state insignite con la medaglia della città.

Alex Schwazer, che dopo la squalifica per doping ha ricominciato a gareggiare e si sta allenando per le Olimpiadi, ha salutato via video gli ospiti della festa prima che Valentina Vecellio ripercorresse le tappe della Terapia del movimento. - Il concetto del-



Sono venuti in tanti per festeggiare la terapia del movimento

la Terapia è semplice. (Almeno) una volta la settimana le vanno dedicate due ore, l'accento va sull'allenamento aerobico e la coordinazione, ma si allenano anche la resistenza e la forza, lo stretching conclude poi la serie di esercizi. Ci si allena dieci mesi all'anno: i primi tre mesi in palestra,

poi anche in piscina. Ogni anno partecipano circa 50 pazienti.

"Il movimento fisico aiuta contro l'affaticamento, la depressione e la paura," sottolinea Valentina Vecellio. "Chi inizia con la terapia, fa fatica le prime due vol-

te, ma la forza ritorna già dopo le prime tre settimane."

Inoltre la terapia del movimento aiuta anche a superare la quotidianità. "Tutto diventa più facile!" All'inizio di ogni ciclo le partecipanti fanno un test, e al- [Segue >](#)

Le iscrizioni per la corsa



Un riconoscimento per l'ATAA, per il primario e per mamazone





Attenti, pronti, via...

> la fine lo ripetono. I progressi si possono documentare!

“Già Ippocrate affermava che un individuo ha bisogno di una giusta razione di cibo e di movimento”. Il Dott. Herbert Heidegger non ha lasciato dubbi nel suo discorso di saluto, sull'importanza della Terapia del movimento: “Lo sport è importante quanto un medicinale contro il cancro!” La terapia dello sport dovrebbe diventare standard. È dimostrato che il movimento

fisico regolare, non solo diminuisce il rischio di ammalarsi di cancro ma protegge anche, in caso di malattia, dalle recidive. “Fino alla fine degli anni '70 si diceva che i pazienti oncologici non dovevano muoversi, invece oggi si consiglia ai pazienti di fare movimento fin dall'inizio, ovvero di non smettere di farlo!”

Due esperte hanno illustrato il tema della terapia del movimento da diversi punti di vista. Alessandra Boscheri, medi-

co dello sport alla "Klinik Rechts der Isar" a Monaco e la prof.ssa Friederike Scharhag Rosenberger, vicedirigente della terapia del movimento e dello sport del reparto di Medicina Oncologica presso il "Nationales Centrum für Tumorerkrankungen (NCT) della clinica universitaria di Heidelberg.

La Dott.ssa Boscheri ha iniziato la sua relazione con una provocazione: “Ci sono voluti milioni di anni per trasformare le scimmie in uomini civilizzati e solo 40

Il team della ginecologia con Valentina Vecellio



Il Dott. Heidegger si congratula con le partecipanti alla corsa







Valentina Vecellio e il Dott. Herbert Heidegger con le due relatrici, Dott.ssa Alessandra Boscheri e la prof.ssa Friederike Scharhag Rosenberger.

anni per passare dall'uomo sano all'uomo sovrappeso!" Non per niente il sovrappeso e la mancanza di movimento sono le cause principali dell'insorgenza del cancro. Il grasso corporeo produce ormoni e questi possono incentivare lo sviluppo del cancro. Chi fa sport almeno quattro ore la settimana riduce al 37% il rischio di ammalarsi di cancro! Ma non solo. L'attività sportiva ostacola le recidive. Un aumento di peso di sei-dieci chili aumenta la mortalità, una perdita di peso salutare allunga di

parecchio la vita! "Lo sport non sostituisce le terapie tradizionali," ha sottolineato Alessandra Boscheri. "Ma in sinergia con l'onco-psicologia e la dietologia è un aspetto importante nel processo di guarigione". A Merano, dice la Boscheri, i pazienti trovano delle condizioni ideali. "Qui tutto si trova sotto uno stesso tetto!"

Importantissimo è che i pazienti non subiscano passivamente le terapie, ma che vi partecipino attivamente. Gli obiettivi della

terapia dello sport sono il miglioramento della qualità della vita, la prevenzione della depressione e della sindrome della fatigue, come pure la riduzione degli effetti collaterali della chemio- e della radioterapia. "I pazienti devono essere aiutati ad uscire dal circolo vizioso terapia – ridotta attività – meno movimento fisico – aumento della stanchezza – attività ancora più ridotta. L'allenamento dovrebbe iniziare subito dopo la diagnosi." Presso la medicina dello sport, i pazienti oncologici ricevo- [Segue >](#)

Valentina Vecellio con l'assessora Martha Stocker e il primario Heidegger



In coda per partecipare alla corsa





Alessandra Boscheri: "Solo in Baviera ci sono 70 gruppi sportivi per pazienti oncologici"

> no un piano di allenamento personalizzato. L'80% dell'allenamento deve avvenire nella fascia aerobica, in modo da bruciare grassi." In Baviera ci sono 70 gruppi sportivi per pazienti oncologici.

La prof.ssa Friederike Scharhag Rosenberger ha presentato le linee guida della sport oncology americana del 2010. "Lo sport è parte integrante della terapia contro il cancro, è dimostrato scientificamente che la resistenza riduce considerevolmente

i sintomi degli effetti collaterali, che aiuta in caso di osteoporosi e per prevenire gli edemi linfatici."

Ma Scharhag Rosenberger ha messo in guardia dal fai-da-te nei centri fitness. "L'allenamento deve essere fissato consultandosi col medico curante; quanto più è attivo il paziente, tanto meglio sopporterà la terapia." Ogni tipo di movimento è meglio di niente e non è mai troppo tardi per iniziare. Sarebbe ideale allenarsi con amici,

la famiglia o il partner. Oppure in gruppi sportivi oncologici.

Le unità di allenamento non devono essere estenuanti, però "possono essere faticose". La scienziata dello sport ha consigliato un allenamento secondo il sistema del semaforo: "Adequatevi allo stato di forma del giorno, ma andateci anche se non vi sentite bene. Anche se fate poco. Dopo l'allenamento vi sentirete sicuramente meglio!"

Il sindaco di Merano Paul Rösch e il primario Herbert Heidegger



Intermezzo scherzoso





Valentina Vecellio ha corso in coppia con il sindaco di Merano Paul Rösch

Al centro Nazionale di Oncologia di Heidelberg i pazienti possono scegliere tra vari gruppi sportivi. "Il 65-70% sono donne che approfittano di questa offerta", sottolinea Friederike Scharhag Rosenberger. Ci sono gruppi sportivi per la riabilitazione, c'è chi fa il canottaggio sul Neckar, gruppi di osteoporosi, incontri per il rilassamento (yoga) e la ginnastica per il pavimento pelvico.

Tra le due relazioni l'atmosfera in sala è stata alleggerita da un "Intermezzo

scherzoso". Alcune signore della terapia del movimento avevano preparato due coreografie con Valentina Vecellio e sotto la supervisione di Sabine Raffeiner.

Un ringraziamento particolare è stato indirizzato al Dott. Herbert Heidegger e al suo team del reparto di ginecologia dell'ospedale di Merano. Una Valentina Vecellio visibilmente commossa ha ricevuto in regalo dalle "sue ragazze" un albero della vita con le loro storie. Con il Macky Messer di

Berthold Brecht, cantato da Ute, si è conclusa la parte ufficiale della manifestazione.

Dopo un piccolo spuntino, ovviamente salutare, i partecipanti si sono spostati sul piazzale davanti all'ospedale per concludere la festa: una corsa di tre chilometri e mezzo ha segnato la fine della manifestazione. Circa ottanta i partecipanti, i primi alla partenza e all'arrivo sono stati Valentina Vecellio e il sindaco di Merano, Paul Rösch. ●

La delegazione del comune di Merano



Come tutelarsi dal sole



## Leggere il corpo

Un corso di aggiornamento per i fisioterapisti dell'Assistenza Tumori



Una terapia oncologica non colpisce solo un organo, ma è uno stress per l'intero organismo. Vengono coinvolti organi, muscoli, colonna vertebrale, apparato digerente, sistema linfatico. L'Assistenza Tumori Alto Adige offre da anni ai propri soci in tutti i circondari e in tutte le sezioni linfodrenaggi gratuiti. I terapeuti frequentano regolarmente dei corsi di aggiornamento.

Iris e Michael Wolf lavorano dagli anni 90 negli USA come fisioterapisti, due volte all'anno vengono in Europa per tenere dei corsi. In Germania, Austria, Svizzera e dal 2015, per la prima volta, in Italia. Negli USA l'osteopatia è considerata da sempre un'importante terapia manuale, molto prima che anche in Europa venisse riconosciuta l'importanza di questo trattamento. Nel novembre del 2015 tutti i fisioterapisti dell'Assistenza Tumori sono stati invitati a un seminario di una settimana, in maggio poi hanno frequentato la seconda parte del corso sulla tecnica cranio-sacrale, una tecnica manuale specifica che integra il linfodrenaggio.

Nei corsi è prevista una parte teorica e una pratica. Prima viene spiegato come funziona il sistema, poi vengono mostrate le manipolazioni su un modello, successivamente vengono mostrate su un volon-

tario e infine i participant vengono invitati a farsi vicendevolmente un trattamento sotto la supervisione dei due esperti.

Dopo la chemio- e la radioterapia gli organi si ritirano e i tessuti connettivi circostanti si induriscono. Con l'aiuto della tecnica delle fasce muscolari, spiega Iris Wolf, si può arrivare al tessuto connettivo. I disturbi dovuti a questi indurimenti, come dolori o limitazioni nei movimenti, possono essere risolti. Dipende dalla sensibilità del fisioterapista riconoscere questi punti e le differenze tra destra e sinistra.

Venerdì, ore 12.45: sala trattamenti dell'Assistenza Tumori a Bolzano. Il lettino è posto nel mezzo, dietro Iris Wolf con in mano un modello dello scheletro della schiena. Dall'altra parte della sala siedono i fisioterapisti dell'associazione. Edith,



Una squadra: i terapeuti dell'ATAA

responsabile dell'ambulatorio di Bressanone si stende sul lettino. Iris Wolf tasta lungo il corpo. Prima in superficie e poi entra più in profondità. "Inizio con i punti orientativi ossia caviglie, ginocchia, cosce, anche. Agisco lì dove mi servono informa-



I fisioterapisti con i referenti Iris e Michael Wolf



Michael Wolf spiega un movimento

no a muoversi sul corpo. Si intrattengono sul torace, passano alle vertebre cervicali e al cranio per tornare infine al torace, dove Iris Wolf ha notato una differenza tra lato destro e sinistro.

Questa tecnica, spiega Iris Wolf, supporta il linfodrenaggio perchè il corpo viene ulteriormente stimolato ad eliminare linfa. La tecnica cranio-sacrale inizia dal "saccodurale". Così viene definita la parte dura della parete del cervello (Dura mater) che circonda il midollo e le radici dei nervi che da esso si diramano, in modo da proteggerli da danni meccanici. Se questa è indurita i nervi sono esposti a compressioni.

Le fisioterapiste e il loro collega dopo questa settimana sono pieni di nuovi stimoli per il loro lavoro. Oltre al linfodrenaggio, hanno imparato delle tecniche che possono rendere ancora più efficaci le loro terapie. Agatha Pallhuber di Brunico: "Abbiamo imparato molte nuove tecniche terapeutiche in questa settimana. Adesso dobbiamo solo applicarle!" Ingeborg Nollet, che dirige l'ambulatorio di Silandro, è d'accordo. "È stata una settimana molto intensa. Adesso devo rielaborare tutto per poi integrare queste

tecniche nel mio lavoro." Edith Huber di Bressanone ha tratto profitto soprattutto dall'applicazione pratica durante il corso. "Una cosa è sentire qualcosa di teorico, un'altra è sentirla sul proprio corpo." Anche Elisabeth Schwingshackl di Brunico e la sua collega Renate Trafojer, non vedono l'ora di applicare le nuove conoscenze acquisite.

Lorenzo Malto è l'unico uomo del gruppo. Si occupa dei pazienti della Bassa Atesina e dell'Oltradige. Oltre ai contenuti del corso, ha apprezzato la possibilità di trascorrere e dialogare una settimana con le colleghe. "Chi lavora sempre da solo, trova stimoli importanti anche in questo." Ha molto apprezzato le esercitazioni pratiche. "A parte che ha fatto bene anche a noi venir trattati, ma così si impara molto sull'efficacia delle manipolazioni e su quanto si possa andare in profondità". ●

*Questo articolo è l'inizio di una nuova rubrica. A partire dal prossimo numero illustreremo con i fisioterapisti dell'Assistenza Tumori, i vari aspetti del linfodrenaggio.*

nd

zioni," spiega ai presenti. Definisce questo approccio "leggere il corpo".

Le nove fisioterapiste e il loro collega uomo seguono con grande attenzione le sue dimostrazioni. Le sue mani continua-

## 50 anni aeroporto militare di Dobbiaco

Voli per due piccoli pazienti oncologici – Le Frece Tricolori e le loro acrobazie



Herbert

All'inizio si percepisce solo un piccolo ronzio, quasi fosse uno sciame di insetti. Poi diventa più forte. Un rombo che ben presto si trasforma in un rumore di motori assordante. E poi si riesce anche a vederle. Quello che all'orizzonte all'inizio pare essere uno stormo di uccelli, sono in realtà nove piccoli aerei, ognuno guidato da un pilota. Tutti uguali. La formazione delle "Frece Tricolori".

**A** Dobbiaco gli aerei della formazione italiana di volo acrobatico non sono una novità. Non per nulla Dobbiaco è la sede del "Club 58" delle Frece Tricolori, il più grande d'Italia con i suoi 850 soci, il cui presidente è Rudy Krautgasser. Inoltre il 7 Maggio sono stati una delle massime attrazioni dei festeggiamenti per il 50. Anniversario dell'Aeroporto Militare di Dobbiaco.

In quell'occasione l'aeroporto di Dobbiaco ha ricevuto anche un nome. Quello del generale dell'aeronautica militare italiana Mario Pezzi (1898-1968). Il suo record di volo in altitudine conseguito nel 1938, quando con il suo aeroplano ad elica raggiunse quota di 17.083 m, non è stato ancora battuto! Le Frece Tricolori hanno sor-

volato Dobbiaco puntualmente alle 10.45, quando è stato scoperto il monumento in onore di Pezzi.

La squadriglia di volo acrobatico è una calamita per il pubblico. Grandi e piccoli trattengono il fiato quando gli aerei eseguono in cielo le loro acrobazie. Uno vicino all'altro oppure in formazione a tre. Formano un triangolo perfetto, oppure un rombo. Volano dritti oppure a testa in giù. Si dividono a destra e sinistra e volano in formazione da quattro uno contro l'altro, per poi incrociarsi e riunirsi di nuovo. In cielo lasciano delle scie chilometriche di fumi tricolori. Tre volte hanno sorvolato Dobbiaco e poi hanno fatto ritorno alla base di Rivolto, La valle infatti è troppo

stretta per eseguire delle grandi manovre acrobatiche.

Gli spettatori stanno impazienti col naso all'insù e quasi tutti restano in silenzio, quando questi intrepidi piloti mostrano ciò che sanno fare. A una velocità di oltre 700 chilometri l'ora ci vuole assoluta precisione, ma anche nervi saldi quando si vola così vicini o uno sopra all'altro. Il più piccolo errore sarebbe fatale. C'erano più di mille persone il 7 maggio all'aeroporto di Dobbiaco, un numero che ha superato di molto le aspettative degli organizzatori. E così



Fabian con il suo migliore amico

non ci è voluto molto per consumare tutte le pietanze e le bevande offerte.

I festeggiamenti sono stati organizzati dall'aeronautica di Dobbiaco assieme all'Aero Club Dobbiaco e al suo presidente

Manfred Lanzinger. Il Club conta tra i suoi soci 21 piloti, di cui tre sono donne e altri ottanta sono soci sostenitori. Per il sabato e la domenica l'Aeroclub di Dobbiaco ha sottoscritto un contratto di gestione della pista di decollo ed atterraggio dell'aeropor-

to militare. I soci del Club stessi si occupano della manutenzione dei loro aerei e del servizio radio.

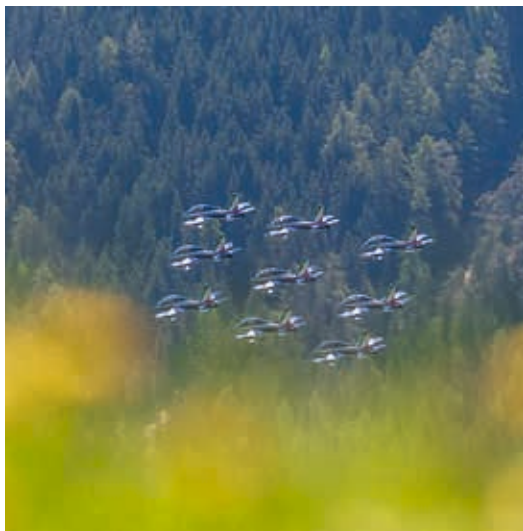
Da venerdì sera fino a sabato sera a Dobbiaco tutto ruotava intorno [Segue >](#)

Le scie di condensa nei colori del tricolore



Perfetta precisione





Tre volte hanno sorvolato la valle di Dobbiaco prima di far ritorno alla base



Il Capo di Stato Maggiore Enzo Vecciarelli (2. d. dx.) con i piccoli passeggeri, con il sindaco Guido Bocher, Ida Schacher e Rudi Krautgasser.

> al volo. È stata invitata ad essere presente in entrambe le giornate anche la sezione Alta Pusteria dell'Assistenza Tumori; una buona occasione per informare un pubblico così numeroso riguardo all'importante attività dell'associazione. Gli organizzatori hanno messo a disposizione dell'Assistenza Tumori Alta Pusteria l'incasso netto dell'iniziativa. Un assegno è stato infatti consegnato alla Presidente provinciale, Ida Schacher.

Ma la cosa più importante di questa iniziativa non sono state le donazioni, bensì le emozioni. Herbert e Fabian, che, con i loro nove anni, sono sicuramente i soci più giovani della sezione Alta Pusteria dell'Assistenza Tumori, non si dimenticheranno certo questo 7 maggio. I due piccoli pazienti oncologici sono stati infatti invitati a

sorvolare Dobbiaco e le Dolomiti di Sesto con un piccolo aereo a motore.

"I nostri aerei, due ultraleggeri, possono trasportare, oltre al pilota, solo un passeggero", spiega il presidente dell'aeroclub Rudi Krautgasser. Il piccolo Herbert non voleva assolutamente volare senza il suo migliore amico e senza il papà Egon Steinwandter.

"L'Aeronautica è stata così gentile da metterci a disposizione due dei suoi aerei a quattro posti e due piloti militari". Il comandante maggiore dell'Aeronautica militare italiana, il Capo di Stato Maggiore Enzo Vecciarelli e il Maggiore Alberto Luppi, comandante della base di Dobbiaco, hanno voluto salutare personalmente i due piccoli passeggeri.

Il volo sopra le Dolomiti di Dobbiaco è stato un'avventura non solo per Herbert e Fabian ma anche per la presidente Ida Schacher. Hanno volato in formazione da quattro aerei infatti, quasi come fossero anche loro parte delle frecce tricolori.

Ida Schacher in compagnia del sindaco Guido Bocher, il Capo di Stato Maggiore Enzo Vecciarelli, Fabian con papà Egon e l'amico e Manfred Lanzinger con il piccolo Herbert. Direzione San Candido e frontiera di stato, di ritorno fino a Brunico e Plan de Coronas.

Dobbiaco è un piccolo aeroporto militare e le persone che ci lavorano sono in tutto dodici. Di particolare importanza è la stazione meteorologica. Fa parte della base anche "Villa Irma", dove possono trascorrere le ferie i membri dell'Aeronautica militare italiana e i loro familiari.

Anche la presidente Ida Schacher ha provato il brivido del volo



Ha aperto i festeggiamenti venerdì sera la partita di calcio tra i membri dell'aeronautica, dell'esercito, dell'Aeroclub e del Club 58 Frecce Tricolori. Sabato i visitatori hanno avuto la possibilità di visitare una mostra sulla storia dell'aeroporto militare di Dobbiaco. Si potevano ammirare anche dei caccia e alcuni elicotteri, come pure un drone di ricognizione, il Predator.

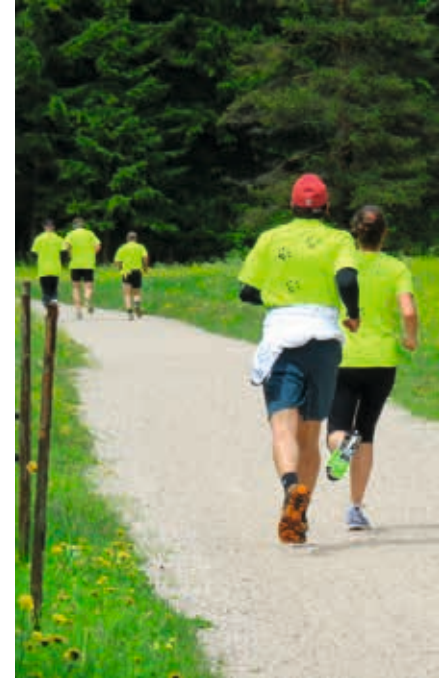
Gli elicotteri hanno simulato un'azione di soccorso e anche il drone si è levato in volo. In onore del 50esimo anniversario dell'aeroporto di Dobbiaco lo Stato italiano ha emesso anche un nuovo francobollo. Infine, con un pranzo per soli invitati a "Villa Irma", questa bella festa si è avviata al termine.



## Pioggia con il sole nel cuore

### La 13. Corsa di Beneficenza in Val Pusteria – Solidarietà e festa a Dobbiaco

Niente da fare. Fino a dopo le 14 pioggia. Ma poi di colpo verso le 15, proprio al momento della partenza, ha smesso. Malgrado tante disdette, alla fine sono partiti comunque in 130 da Carbonin in direzione Dobbiaco. E anche i bambini sono stati in cento. Come sempre perfetta l'organizzazione di Assistenza Tumori e associazione "Lince".



Il bel tempo è una fortuna dettata dal caso, la solidarietà con i malati invece è una fortuna che nasce dal profondo del cuore. La corsa di beneficenza Val Pusteria è stata, anche nella sua 13° edizione, una grande festa popolare. A ogni angolo facce sorridenti che sprigionavano gioia, chi correva, chi marciava, chi applaudiva dal lato della strada. Donne e uomini di tutte le età. Le magliette dei bambini sono state sponsorizzate dalla cassa Rurale, quelle degli adulti dalle aziende Weberhof e Klaudehof.

Come sempre i soci dell'associazione "Lince" si sono occupati di cibo e bevande. Tiatlen, salsicce grigliate e cotte, e non poteva mancare nel tendone la banda musicale di Dobbiaco. Dagli alpini è stata offerta come sempre un pentolone di pasta e fagioli.

Non si è trattato di una corsa cronometrata, ma ecco chi sono stati i più veloci. Per gli uomini: Eugen Innerkofler, Lukas Walder, Manfred Feichter e per le donne:

Karin Burgmann, Maria Steinwandter e Julia Burgmann; tra i marciatori i primi sono stati Herbert Beikircher, Angelika e Hannah Sieder e Maria Kugler, tutti premiati con una torta golosa. Fra i bambini invece il vincitore della corsa è stato Gabriel Pastorello.

Un grande applauso è andato come tutti gli anni a Ida Schacher che con tanta passione, cuore e impegno ha organizzato assieme ai suoi volontari questa festa. [Segue >](#)

Partiti



Manca poco all'arrivo





Che bello farsi truccare



...una medaglia dolce per tutti



Pubblico bagnato



Dobbiaco in festa

> Tutto sommato il meteo alla fine è stato benevolo. Solo dopo l'arrivo dell'ultimo partecipante, si è messo nuovamente a piovere.

La corsa di beneficenza è la più importante manifestazione dell'Assistenza

Tumori della Val Pusteria e attira atleti da tutto l'Alto Adige. "Quest'anno", ha ribadito la presidente Ida Schacher, "abbiamo avuto meno partecipanti per cause di forza maggiore, ma chi c'era era molto preparato!"

La partenza della corsa, che copre una distanza di 15 km era come sempre a Carbonin e il percorso si svolgeva lungo la Rienza nera, terreno ideale per la lunga distanza. Il percorso dei bambini nel centro di Dobbiaco era di 1,5 km.

Felici che tutto è andato bene!



I primi tre





Hop hop hop



Il buon umore resiste alla pioggia



Dai, vieni anche tu?

## Corsa non competitiva di mamazone e DEBRA il 4 giugno

Nell'ambito della Cortina Dobbiaco Run, tenutasi per la 17esima volta domenica 5 giugno 2016, sabato 4 giugno ha avuto luogo una prova non competitiva lungo un percorso di 8,5 km intorno al suggestivo Lago di Dobbiaco, il cui ricavato è andato alle due associazioni DEBRA Südtirol-Alto Adige e mamazone – Donne e ricerca contro il tumore al seno.

Nuvole e pioggia non hanno ostacolato l'entusiasmo degli oltre 250 partecipanti provenienti da tutta Italia che si sono presentati alla griglia di partenza mostrandosi solidali con le donne che si confrontano con il tumore del seno e con le persone che soffrono della rara malattia quale è la Epidermiolisi bullosa. Con i fondi raccolti, mamazone e DEBRA potranno realizzare

progetti attivi nella lotta a queste due malattie.

Presente anche il "Leo Club Dolomiten" costituitosi recentemente. Questa corsa a sostegno delle due associazioni dobbiacensi è stato il primo impegno ufficiale dell'organizzazione giovanile del Lions Club Sillian - San Candido.

Da sx.: Isolde Mayr Faccin, debra; Matthias Feichter e Raphael Egarter, Leo Club Dolomiten; Erika Laner, mamazone; Greta e Elisa Pircher, Stefanie Wisthaler, Leo Club Dolomiten



## I colori di solidarietà

Consegna dell'assegno della vendita di primule delle donne SVP



Lo scorso 8 marzo, giornata della donna, le donne SVP hanno resistito a vento, temporale, neve e pioggia, per vendere primule e, per la prima volta quest'anno, anche mazzetti di erbe. Alla fine la somma raccolta è stata di 46.131,41 €, un decimo del totale raccolto dalle donne SVP per la ricerca contro il cancro in 15 anni.



**A** maggio la microbiologa Petra Obexer, che con il suo gruppo dell'Istituto di ricerca oncologico del Tirolo sta cercando una terapia contro il neuroblastoma, ha ricevuto, assieme alla presidente dell' Assistenza Tumori Alto Adige, Ida Schacher, l'assegno simbolico dalla presidente delle donne SVP, l'onorevole Renate Gebhard, presso la sede della Südtiroler Volkspartei di Bolzano.

“Le primule sono un segno vitale e variopinto di solidarietà”, puntualizza Ida Schacher. “Un simbolo della bellezza del-

la vita e un incoraggiamento a non mollare nella lotta contro il cancro!” Renate Gebhard ha ringraziato le molte donne in tutta la provincia che, nonostante il ritorno dell'inverno nel giorno della donna, non si sono fatte scoraggiare e hanno dato il loro contributo ad una buona causa. L'azione della vendita delle primule è stata ideata nel 2001 da Martha Stocker, allora presidente delle donne SVP e oggi assessora provinciale alla Salute e per il Sociale.

Quest'anno c'erano 144 stand, rispetto all'edizione precedente si sono infatti ag-

giunti Villa Ottone, San Candido, Gais, Rio Pusteria, Collepietra e Vadena. “Il mio ringraziamento va a tutti i volontari, ai donatori e anche ai giardinieri che ci hanno messo a disposizione le piante a un buon



Felici della solidarietà dimostrata, Renate Gebhard, Ida Schacher e Petra Obexer



Da 15 anni le donne SVP sostengono la ricerca contro il tumore

prezzo," afferma la presidente provinciale dell'SVP, Gebhard.

"Il cancro è tuttora una minaccia e continua a fare paura"; dice Petra Obexer, che da anni si occupa di ricerche sul neuroblastoma, un forma di cancro neurologica che colpisce soprattutto i bambini nella prima infanzia. Anche lei, afferma la scienziata, rimarrebbe inizialmente scioccata se si dovesse confrontare con una diagnosi di cancro. Panico. Paura. Un buco nero. Senza fondo. "Però," così la Obexer, "negli ultimi dieci anni si è fatto moltissimo, sono

state sviluppate molte nuove terapie che stanno mostrando la loro efficacia." Oggi la quota di sopravvivenza ad es. di bambini con tumori neurologici è del 98%, mentre dieci anni fa era del 70%.

Con il suo gruppo di ricerca la Dott. ssa Obexer studia il comportamento di proteine, soprattutto della sostanza Foxo III. "Ci chiediamo cosa faccia questa sostanza per indurre l'insorgenza di un cancro e come possiamo impedirlo." All'Istituto di ricerca

sul cancro del Tirolo il gruppo di ricerca di Petra Obexer cerca dei modulatori che, in combinazione con le terapie oncologiche, aumentino le possibilità di guarigione. "La novità nella nostra attività di ricerca è che ora non lavoriamo solo con delle colture di cellule, ma in 3D, ossia con campioni di tessuto."

La ricerca costa e i ricercatori del TKI devono autofinanziare se stessi e il loro lavoro. Per questo c'è bisogno di donazioni, come quelle che vengono dalle donne SVP e dall'Assistenza Tumori Alto Adige. Un contributo prezioso per la vita! ●



## L'altra faccia delle cellule

Esposizione all'ospedale di Bolzano – L'associazione RAVI di Torino



Foto: Othmar Seehauser

Un cuore, un ghepardo, un pesce, una regata, pinguini, visi stilizzati che sorridono – queste fotografie hanno un'estetica tutta particolare con i loro sfondi rossi, viola o blu. Leggendo i titoli delle varie immagini si resta costernati. Tessuto tumorale, tessuto di un seno, cellule di placenta, un epitelio. Le fotografie sono rimaste in esposizione per due settimane in aprile nel foyer dell'ospedale di Bolzano.



Dott. Guido Mazzoleni,  
primario di Anatomopatologia ed Istologia

“Durante il nostro lavoro al microscopio vediamo tutti i giorni immagini del genere”, spiega il Dott. Guido Mazzoleni, primario del servizio di Anatomopatologia ed Istologia. I tumori e altre mutazioni dei tessuti, se colorati, al microscopio assumono forme strane, forme di animali, forme geometriche ecc. E ogni patologo ha la sua collezione di queste “immagini tumorali”. Una delle fotografie esposte è proprio del Dott. Mazzoleni, che ha organizzato la mostra in collaborazione con l'associazione RAVI di Torino.

L'idea è nata all'interno della SIAPEC, “Socetà Italiana di Anatomia Patologica e Citologia Diagnostica”, l'associazione dei patologi italiani di cui Gabriella Contardi

è responsabile per il bilancio. È lei che ha scritto a tutti i patologi chiedendo di inviare una foto.

Scopo della mostra era anche quello di avvicinare il grande pubblico al significato del lavoro del patologo. “Se si tratta di cancro, sono sempre il chirurgo e l'oncologo a stare sotto i riflettori. Ma prima di loro viene il patologo. È lui che ha in mano una vita, è il primo che effettua la diagnosi.”

Pina Martinazzo e Gabriella Contardi, vicepresidente della RAVI, sono arrivate a Bolzano appositamente per l'inaugurazione. Hanno portato materiale informativo sulla loro associazione e si sono messe a

disposizione per le domande degli interessati. Sono socie fondatrici della RAVI ed entusiaste della loro missione.

Si sono conosciute 16 anni fa durante la chemioterapia al day-hospital dell'ospedale Molinette. RAVI sta per “Ricominciare a vivere”. “Invece di lamentarci, abbiamo fondato, assieme ad altre donne nella stessa situazione, la nostra associazione, per fare del bene a noi e ad altre donne,” raccontano Pina e Gabriella. Una storia che suona simile a quella dell'Assistenza Tumori Alto



Pina Martinazzo e Gabriella Contardi

Adige. "Solo che noi siamo un gruppo piccolo: 25 volontari attivi, cento soci che pagano regolarmente l'iscrizione e trecento indirizzi nella nostra mailing-list."

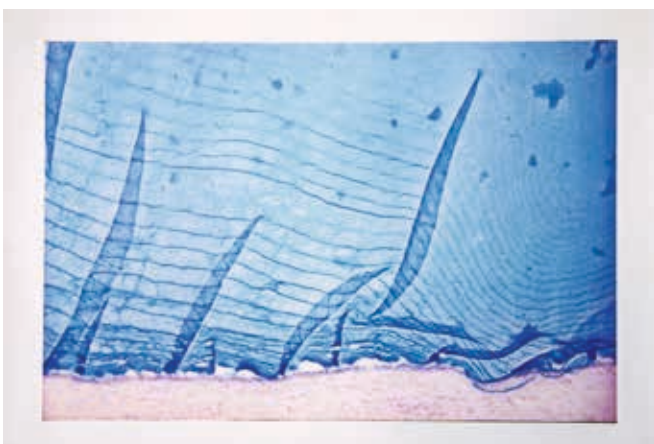
Ma anche se sono un piccolo gruppo, le donne della RAVI possono essere orgoglio-

se di quello che hanno raggiunto. Tutte le attività che offrono sono gratis e seguono il concetto dell'"Umanizzazione della terapia"; tutte le attività si svolgono presso l'ospedale Molinette. E l'offerta è ricca: scrittura creativa, origami, creazione di gioielli, cucito creativo e pittura su stoffa, biodanza,

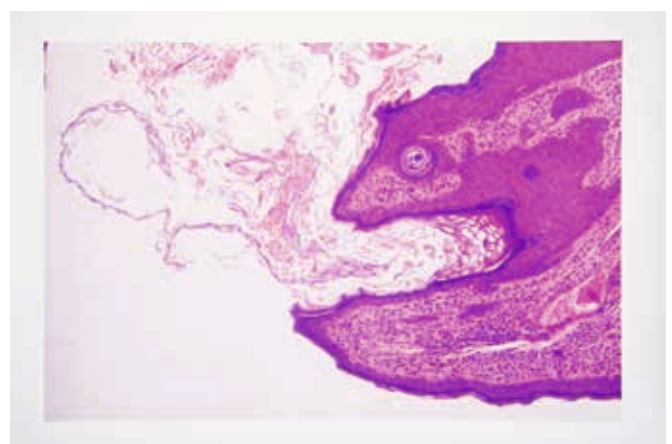
tango, terapia del movimento con appoggio psicologico, pomeriggi intorno a un tè.

Di un'offerta vanno particolarmente orgogliose, ossia quella organizzata con il sostegno della ditta cosmetica SOTIS, che mette a disposizione sia i cosme- [Segue >](#)

Una regatta a Porto Cervo



Pesce o rospo?





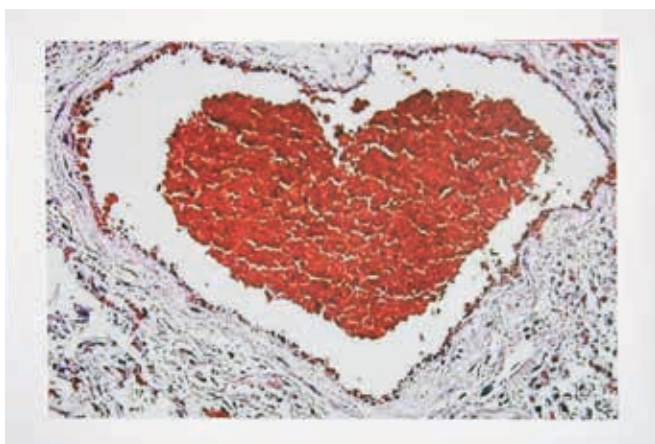
Sono di un'estetica strana queste immagine delle cellule. Una foto è stata donata per l'asta natalizia dell'ospedale.

> tici che le estetiste: trattamenti cosmetici per donne durante la chemioterapia, che vengono offerti da sette anni ogni lunedì presso la Breast-Unit.

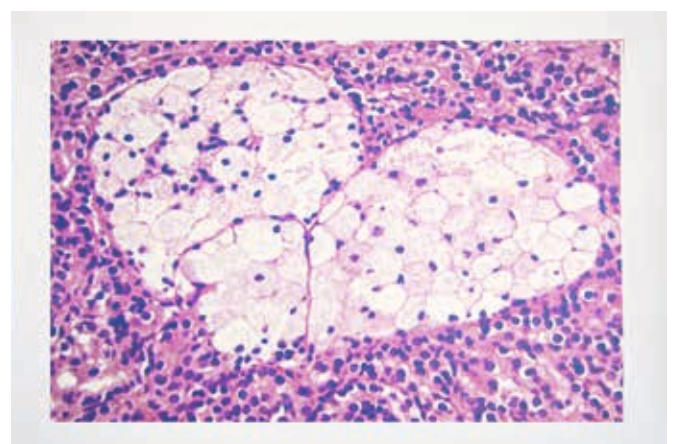
Pina e Gabriella lo definiscono regalarsi delle coccole. "Le donne arrivano da noi "grigie" e se ne tornano a casa con una luce nuova in volto."

Di grandissima importanza per la RAVI è anche il tema informazione. A Torino il mese di ottobre si tinge di rosa e si svolge all'insegna della prevenzione del cancro al

Il cuore della cellula



A la maniera del pointilismo





seno. Ogni due settimane è aperto lo sportello "Pazienti chiedono - medici rispondono". Questa iniziativa non è riservata solo alle pazienti con cancro o ai soci della RAVI, ma a tutti i cittadini. Ogni medico che partecipa è a disposizione per due ore per ogni possibile domanda in campo medico. "In media approfittano dell'occasione dalle dieci alle dodici persone per incontro."

E anche i volontari della RAVI come Gabriella e Pina portano luce nella loro vita grazie a questa attività. "Lo stare assieme ad altre persone che hanno vissuto le stesse nostre esperienze, aiutarsi a vicenda a risolvere i problemi, avere uno scambio, condividere le esperienze, ci ha dato forza e ci ha aiutato a trovare la giusta distanza dalla malattia. Nonostante la situazione che ci siamo trovate a vivere, è stato proprio il periodo iniziale con la RAVI il momento che ci ha dato forza e ci ha riempito di energia." Pina aggiunge: "Nell'associazione ci occupiamo anche, con tutti i possibili

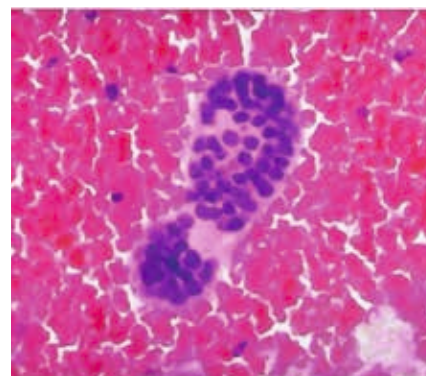
problemi pratici e organizzativi che questo comporta, di tutto ciò ci aiuta a prendere le distanze dalla malattia."

La vita dopo la malattia? Pina e Gabriella si guardano. "Può suonare strano," risponde infine Gabriella, "ma la vita ora è più piena e abbiamo più fiducia in noi stesse e quello che abbiamo vissuto ci ha aiutato a riservarci più spazio e a dare valore alle cose grandi e piccole della vita." Pina concorda. "Anche dopo una recidiva, quando ho dovuto rivivere questa difficile esperienza, questo non è cambiato. Ho trovato sostegno e ho imparato a non perdere l'ottimismo e a concentrarmi su quelle cose che per me sono veramente importanti. Sono qua, sto bene, sono piena di iniziativa e riuscirò a infondere ancora più speranza e a tendere la mano a coloro che si sono appena ammalati."

La paura resta, ma le donne della RAVI hanno imparato a gestirla, a inglobarla

nella loro vita ma senza permetterle di prendere il sopravvento. "Oggi abbiamo un altro approccio e possiamo trasmettere questa visione positiva delle cose e questa forza anche a coloro che si trovano all'inizio di questo percorso!" ●

L'impronta di uno scarpone da montagna



## Gita sociale annua provinciale il 17/09/2016

**C**ari soci, quest'anno la gita sociale ci porterà in Val Pusteria, a Brunico dove sabato 17 settembre festeggiamo la Santa Messa nella chiesa parrocchiale di Brunico. Successivamente pranziamo nella casa culturale "Michael Pacher" e il pomeriggio lo trascorriamo assieme in lieta compagnia con diverse visite guidate.

**Prenotazioni:** entro venerdì 09 settembre presso le proprie sedi di sezione e di circondario

**Diritto di precedenza:** è riservato ai soci ordinari. Eventuali accompagnatori devo-

no necessariamente essere soci dell'Assistenza Tumori Alto Adige e potranno partecipare solo in caso di disponibilità di posti.

**Orario e luogo di partenza** dei rispettivi autobus vi sarà comunicato dopo la Vostra prenotazione

**Il contributo di partecipazione** si paga tramite bonifico bancario o presso le sedi di sezione e di circondario entro il 05 settembre. Eventuali disdette si accettano fino a 2 giorni prima dell'evento, dopodiché la quota non sarà più restituita!



**Quota di partecipazione per:**  
soci ordinari è di € 20,00  
eventuali accompagnatori € 30,00

### Programma

10:00	Ore (ca.)	Arrivo a Brunico
10:30	Ore	Santa Messa nella chiesa parrocchiale di Brunico "Maria ascensione"
12:00	Ore (ca.)	pranzo sociale nella casa culturale "Michael Pacher" di Brunico
14:30	Ore (ca.)	un pomeriggio in lieta compagnia con alcune visite guidate
17:00	Ore (ca.)	Rientro in pullman

*Ci aspettiamo una partecipazione numerosa da parte vostra e di poter passare assieme una bella giornata.*

## Sentirsi a casa in ospedale

La mostra del corso pittura per pazienti di radioterapia alla clinica Bonvicini



“Mi sono sentita subito a casa, qui alla clinica Bonvicini”, dice Christine Völser, in rappresentanza dei partecipanti al corso pittura del reparto radioterapia. In casa e non alla clinica Bonvicini! Un bel complimento per questa iniziativa nell’ambito dell’oncologia integrativa.



Christine Völser ringrazia

**P**roprio una festa. Tante persone, vestite in modo elegante e con un bicchiere di spumante in mano, un vero vernissage. Al punto che chi entrava venerdì 17 giugno nel corridoio del reparto di radioterapia della clinica Bonvicini aveva l’impressione di trovarsi in una galleria d’arte.

Per l’ultima volta prima di lasciare il suo incarico Ulrich Seitz, direttore dell’ufficio ospedali, ha fatto gli onori di casa e invitato a questa bella serata. Il suo sentito ringraziamento è andato a Sigrid Trojer che con passione e competenza ha accompagnato i partecipanti in questi mesi di avvicinamento alla pittura ed è andato infatti a tutti i pazienti della radioterapia che hanno aderito a questa iniziativa. “Le loro opere che possiamo ammirare questa sera”, diceva

Seitz, “sono la prova che dall’esperienza negativa del tumore possono uscire gioia, forza e creatività.”

Anche l’assessora Martha Stocker ha ribadito lo stesso concetto. Il cancro è sempre legato a momenti di disperazione, di tristezza e di dolore, ma allo stesso tempo può far nascere speranza, fiducia e creatività. “E tutti questi quadri così pieni di colore e di gioia di vivere ne sono la prova.”

Il dottor Paolo Bonvicini, titolare della clinica Bonvicini che da diversi anni ormai ospita il reparto di radioterapia dell’ospedale di Bolzano, è un convinto fautore dell’oncologia integrativa. “Sicuramente andiamo avanti in questa direzione”, diceva presentando già una parte del programma

autunnale, sempre per i pazienti di radioterapia e le loro famiglie. Ci saranno incontri del tipo onco-psicologico per coppie per dare conforto in questo momento non facile per il loro rapporto. Barbara Sartoni della UISP comincerà con un corso di terapia del movimento in collaborazione con Valentina Vecellio di Merano. E altro ancora.

È fondamentale offrire ai pazienti anche un aspetto ludico-umano nel quotidiano clinico, ha sottolineato il dottor Martin Maffei, direttore del reparto di radioterapia. Aiuta i pazienti a sopportare meglio le cure. Il suo particolare ringraziamento è andato a Anita e Anna che per la clinica



L'assessora Martha Stocker con Sigrid Trojer e Juliska Ausserer (sx.), il Sig. Seitz e il responsabile del reparto radioterapia, Dott. Martin Maffei

Bonvicini hanno curato la parte organizzativa del corso di pittura, prendendosi cura con il cuore.

Per l'artista Sigrid Trojer è stata la prima volta che ha lavorato con malati di tumore. Un'esperienza profonda e intensa. "Non

solo i partecipanti se ne sono tornati a casa pieni di colore e di sensazioni positive", ha ribadito, "ma anch'io."

A fine serata Valentina Vecellio e le sue "ragazze" del corso di terapia di movimento di Merano, hanno dimostrato agli ospiti

quanto positivo sia l'effetto di questa terapia. Il loro intermezzo scherzoso è stata la dimostrazione di quanto sia importante il movimento, l'aerobica, il bodybuilding, la coordinazione e la flessibilità soprattutto per le pazienti ginecologiche nella fase postacuta della terapia tumorale. [Segue >](#)

Il gruppo della terapia del movimento di Merano alla fine del loro "Intermezzo scherzoso". Coordinazione, flessibilità, movimento aerobico e soprattutto il divertimento di fare le cose insieme



Barbara Sartoni offrirà la terapia del movimento alla clinica Bonvicini





Sigrid Trojer spiega a Oskar Asam, all'assessora Martha Stocker e al dottor Paolo Coser (LILT) il concetto del corso di pittura

## Intervista al dottor Paolo Bonvicini: "Credo nell'oncologia integrativa"

Il dottor Paolo Bonvicini è il responsabile della clinica privata Bonvicini. Da diversi anni la sua struttura ospita la terapia radiologica del servizio sanitario pubblico.

**Chance:** La scienza ha fatto passi da gigante nel combattere il cancro, ma sembra che ci voglia anche altro...

**Dott. Bonvicini:** Oggi siamo in grado di offrire le migliori terapie ai nostri pazienti, seguiamo i protocolli più all'avanguardia e

abbiamo a disposizione le apparecchiature più sofisticate. Ma tutto questo non basta. Dobbiamo offrire di più. Dobbiamo dare loro un sostegno umano e psicologico senza il quale anche la migliore terapia potrebbe fallire. E questo non solo a chi è malato ma anche a chi gli sta vicino.

**Chance:** La clinica Bonvicini è una struttura privata e lo stesso ospita già da diversi anni un reparto importante del servizio sanitario pubblico, la radioterapia.

**Dott. Bonvicini:** Lo spostamento del reparto di radioterapia da noi, in un ambiente privato, non è avvenuto per caso. Qui possiamo offrire ai pazienti un ambiente diverso da quello ospedaliero. Un ambiente più tranquillo, meno "clinico", se capisce cosa intendo dire. Meno i pazienti tumorali debbano stare in ospedale, meglio è. Qui trovano un ambiente alternativo, più familiare. La struttura è più piccola, non si sentono persi o in balia di qualche cosa che gli fa paura perché ricorda la malattia.

Dott. Paolo Bonvicini: "Grazie a queste iniziative i pazienti possono uscire dal circolo vizioso della malattia."



Dott. Martin Maffei con Anita e Anna, che si sono prese cura del corso delle persone che l'hanno frequentato





Martha Stocker: "Questa mostra è la dimostrazione che si possano trovare speranza , gioia e felicità anche nei momenti difficili della nostra vita."

Io credo nell'oncologia integrativa e credo che meglio collaborano i diversi partner, l'ospedale, gli oncologi, noi, il territorio, meglio possiamo accompagnare i pazienti nel loro ritorno alla normalità.

**Chance:** Quindi non si vede in concorrenza con il servizio sanitario pubblico come clinica privata?

**Dott. Bonvicini:** Assolutamente no. A parte che come si fa di parlare di concor-

renza in un settore come il nostro? È l'opposto: noi siamo complementari, ognuno di noi può aiutare a modo suo e meglio ancora insieme per portare queste persone alla guarigione e a riprendersi in mano la loro vita.

**Chance:** Il corso pittura è stato solo un inizio?

**Dott. Bonvicini:** Un inizio molto positivo direi! Ci ha fatto capire che questa

strada è quella giusta e che si può e bisogna fare di più. In autunno partiamo con una serie di iniziative che aiuteranno le persone a trovarsi a proprio agio presso la nostra struttura e che le incoraggeranno a vivere meglio il loro quotidiano. Iniziative indirizzate a chi è malato ma anche a chi sta vicino alla persona malata. Il servizio sanitario pubblico offre la miglior terapia acuta, noi come struttura privata possiamo sfruttare la nostra maggiore flessibilità per migliorare la fase postacuta. ●

Un dono particolare per Ulrich Seitz. Il quadro di Christa Prizzi

Matteo e Paolo Bonvicini



## “La decisione più difficile”

### Ulrich Seitz lascia l'incarico all'Ufficio Ospedali

Non ha perso neppure una delle assemblee provinciali dell'Assistenza Tumori ed è stato un partner affidabilissimo in tante altre iniziative. Seitz ha deciso ora di lasciare il servizio pubblico per un altro incarico. Dal 2009 era direttore dell'ufficio ospedali dopo aver ricoperto l'incarico di vice già dal 2002.

**C**erto, prima di approdare al servizio sanitario pubblico, ormai più di vent'anni fa, aveva provato diverse strade. Ulrich Seitz dopo il liceo linguistico aveva frequentato la scuola per segretari d'albergo e per qualche anno, prima di prestare servizio civile e di iniziare a studiare giurisprudenza, aveva anche lavorato nel settore. Adesso è pronto per una nuova sfida.

**Chance:** Lei è sempre stato vicino all'Assistenza Tumori Alto Adige. Cosa apprezza in particolare di questa associazione?

**Ulrich Seitz:** L'ATAA è un partner indispensabile. Ha saputo creare una rete che copre tutta la provincia e ha capito che si possono aiutare i malati solo coinvolgendo tutto il loro contesto di riferimento. Il partner, la famiglia...

**Chance:** Per la sanità pubblica è bene sapere che c'è qualcuno che arriva là dove il pubblico non riesce ad arrivare?

Da sempre molto vicino all'ATAA



**Ulrich Seitz:** Naturalmente. Ci sono tanti problemi, forse sempre di più, che non hanno direttamente a che fare con la malattia ma ne sono la conseguenza. Le terapie lunghe rendono complicato il ritorno ad una vita “normale”. Ci sono persone che cadono in miseria senza avere alcuna colpa e hanno bisogno di un aiuto immediato, non condizionato da lunghe e complicate procedure burocratiche. I pazienti hanno bisogno di sostegno psicologico, umano, emotivo, hanno bisogno di qualcuno che chiede loro come va.

**Chance:** E tutto questo un servizio pubblico non lo può garantire?

**Ulrich Seitz:** Sicuramente no, non può e non deve. Compito del servizio sanitario pubblico è garantire il massimo standard delle cure, un'ottimale servizio sanitario, strutture attrezzate al meglio, le migliori cure, deve saper attirare e mantenere personale che garantisca know how all'avanguardia, e deve garantire ad ogni malato il massimo delle cure. L'Assistenza Tumori invece può garantire un'assistenza personalizzata che tiene conto anche delle necessità individuali.

**Chance:** Negli ultimi anni il servizio sanitario ha preso delle decisioni poco popolari ed è stato anche molto criticato per questo. L'ATAA invece ha appoggiato senza esitare queste decisioni.

**Ulrich Seitz:** Parla della certificazione della chirurgia tumorale e della riorganizzazione degli ospedali? Sì devo dire che l'ATAA ha dimostrato coraggio, si è messa controcorrente. Cosa questa che io personalmente ho molto apprezzato, nonché un segno di particolare professionalità e serietà!

**Chance:** Dell'Assistenza Tumori Alto Adige fa parte un consultivo medico-



Ulrich Seitz

scientifico che osserva il servizio sanitario e la sua offerta con occhio vigile e critico non risparmiando critiche o prese di posizioni nette servendosi anche di consulti per andare in fondo a certi quesiti. Non l'ha mai vissuto come ingerenza in questioni interne della politica sanitaria?

**Ulrich Seitz:** Al contrario. Ho sempre pensato che proprio a causa di questa vigilanza e di questo osservare in modo critico l'ATAA non è una semplice associazione tempo libero e interessi comuni. L'Assistenza Tumori vuole portare i suoi soci ad essere pazienti indipendenti, attivi e responsabili. E collabora in rete con altre associazioni quali LILT, mamazone e altri che hanno lo stesso obiettivo.

**Chance:** Secondo Lei quale sarà la sfida più importante per il servizio pubblico sanitario dei prossimi anni?

**Ulrich Seitz:** Bisogna continuare a garantire a tutti i pazienti i migliori standard di terapia che rispecchiano le ultime nuove conoscenze scientifiche. La situazione economica non deve assolutamente pesare sulla qualità dei servizi medici. Bisogna inoltre puntare sempre di più su informazione e prevenzione. E in questo l'ATAA ha un ruolo molto importante.

**Chance:** Dopo vent'anni di servizio lascia il settore pubblico e va nel privato...

**Ulrich Seitz:** Mi creda, è stata la decisione più difficile della mia vita! Il mio cuore rimane legato alle associazioni e alle tematiche delle quali mi sono occupato in tutti questi anni.

## BOLZANO SALTO SCILIAR



### ▲ Gita culturale in Trentino ▲

Una bellissima giornata primaverile, perfetta per andare alla scoperta delle bellezze del Trentino, lo scorso 16 aprile.

In tanti soci hanno partecipato e hanno apprezzato il programma della gita: la vista di un caseificio a Fiavè, una passeggiata al lago di Tenno, il pranzo vicino alla cascata di Varone e in conclusione la visita di Riva del Garda. ▼



Segue >

# COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

## BOLZANO SALTO SCILIAR



### ◀ Pellegrinaggio a Madonna della Corona ▶

Sempre con il sole i soci sono partiti in pellegrinaggio al santuario Madonna della Corona sopra la valle dell'Adige.

Dopo la messa accompagnata da un coro di Verona i soci si sono recati al vicino lago di Garda per concludere questa bella giornata di maggio. ▼





## ▼ Scrivere è un gioco da bambini ▼

...ed è molto divertente, soprattutto se lo si fa in compagnia. Il laboratorio di scrittura creativa del circondario Bolzano alla sua seconda edizione. Due ore ogni due settimane alla ricerca della parola giusta, giocare con parole, ricordi e significati e lasciarsi sorprendere dai risultati. Arrivederci in autunno. Concentrazione e condivisione ▲



## ◀ La vendita delle rose ▲

La vendita delle rose ogni anno riesce a portare a conoscenza gli obiettivi dell'Assistenza Tumori Alto Adige e a raccogliere fondi. In tanti paesi del Salto e dello Sciliar hanno aderito alla manifestazione come anche a Bolzano.

Sono stati in tanti i volontari pronti a dare una mano nella preparazione e nella vendita delle rose come sono stati in tanti ad acquistare delle rose per esprimere la loro solidarietà. La presidente del circondario Bolzano Salto Sciliar Monika Gurschler ringrazia a tutti.

# COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

## VAL PUSTERIA

### SEZIONE ALTA PUSTERIA

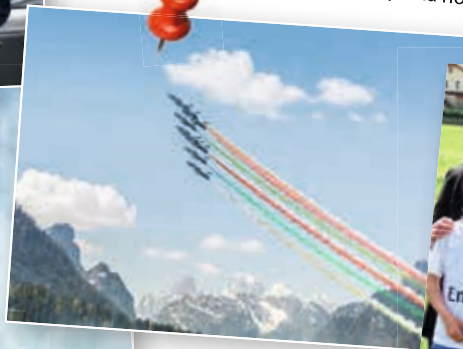
#### ► Gruppo carnevale Monguelfo

Portano il sorriso a tante persone con le loro performance ma anche con la loro generosità. Da tanti anni il gruppo carnevale Monguelfo sostiene l'Assistenza Tumori con delle donazioni generose. Nella foto la consegna di un assegno.



#### ◄ Festa dell'aeronautica a Dobbiaco

Una festa per grandi e per piccoli, i 50 anni dell'aeroporto di Dobbiaco. Un'occasione per la nostra presidente e due piccoli pazienti di alzarsi in volo.



#### ▼ Club tempo libero Jusuf

Il club tempo libero Jusuf di Casies è uno dei nostri sostenitori. Ringraziamo i ragazzi per ricordarsi che c'è chi ha bisogno di una mano!



#### Non dimenticare

Prendetevi una penna e scrivete nella vostra agenda:

**domenica 21 agosto**  
**Festa delle Malghe**  
**a Prato alla Drava.**

**Programma:** ore 10 brindisi,  
ore 11 messa.

Non mancherà il buon mangiare e bere!

**Vendita delle primule a Dobbiaco** ▶  
Ogni anno si attivano le donne SVP di Dobbiaco per vendere delle primule a sostegno della ricerca contro il cancro.



## ▶ Mostra ▶

Nell'ambito di un piccolo vernissage sono stati esposti i quadri nati durante la terapia di pittura. Disegnando si aiuta se stesso, creando un'immagine dell'io. I quadri sono come specchi, chi vuole può trovare la sua anima. Disegnare porta luce nel buio.



## ◀ Cena di gala "Dal lago alle montagne"

Un menu a sette portate hanno preparato allievi e cuochi stellati per una cena di beneficenza al rifugio Fondovalle a Sesto Pusteria lo scorso marzo. Il motto della cena gala: Dal lago alle montagne. ▼



# COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

## VAL PUSTERIA

### SEZIONE BASSA PUSTERIA

#### ► Una rosa per la vita

Ringraziamo tutti i volontari che si sono impegnati nella vendita delle rose.

Martha Erlacher e Horst Bacher hanno portato le rose in Val Pusteria. ▼

Gli uomini hanno tolto le spine alle rose ▼ e le donne hanno preparato i mazzi da vendere.

#### ▼ Un mare di rose



#### ◀ LEO

Alcuni soci hanno aiutato la Caritas nella raccolta di viveri per il progetto LEO, "Viveri e Orientamento" per persone bisognose.

## VAL VENOSTA

### ▼ Gita primaverile ▶

Una gita fatta di camminata e preghiera. A piedi e in funivia i soci si sono recati fino a Riolagundo per festeggiare la messa. Doris Haller ha accompagnato la funzione con la sua chitarra.



### ▼ Preghiera per i malati ▶

La porta sacra della cappella all'ospedale di Silandro. Luogo dove incontrarsi per pregare insieme



### Preghiera di maggio ▶

I soci si sono riuniti per pregare alla Santissima Madre di Dio.



### Da ricordare

Lo stand d'informazione alla manifestazione "Marmo e albicocche" il 6 e 7 agosto a Lasa.

Segue >

# COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

## > VAL VENOSTA



◀ **Il cancro della pelle**  
In tanti hanno seguito la conferenza del dottor Zampieri sui rischi per la pelle e su come comportarsi con il sole, organizzata in collaborazione con l'associazione culturale di Castelbello. Nella sua introduzione il Dott. Heinrich Stecher ha illustrato il lavoro e gli obiettivi dell'Assistenza Tumori.

**Da ricordare**  
La gita sociale,  
Sabato 17 settembre  
a Brunico.



◀ **Una rosa per la vita** ▶  
Grazie all'aiuto e all'entusiasmo di tanti volontari anche quest'anno la vendita delle rose è stata un successo.



**La schiena è importante** ▶  
I partecipanti entusiasti della ginnastica per la schiena augurano a tutti una bellissima estate e arrivederci il 10 ottobre..



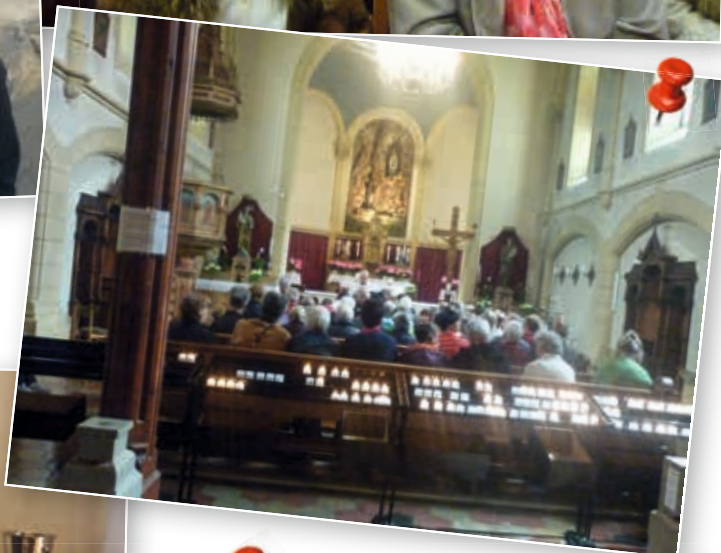
## Assemblea generale ▶

"Protetti in ogni tempo" è stato il motto scelto come programma dell'assemblea generale dei soci in aprile.



## ▶ Pellegrinaggio

L'8 maggio i soci sono andati in pellegrinaggio al santuario di Maria Lourdes.



## ▶ La natura ha tutto

I soci del circondario Val Venosta sono stati invitati dalle contadine di Tarres ad una conferenza sui rimedi naturali. Margareth Kurz, membro del consiglio di circondario, ha colto l'occasione per presentare le attività dell'Assistenza Tumori, i servizi e il programma di prevenzione, come per esempio la tessera personale per inserire e tener conto degli screening effettuati.



## ▶ Donazione

Il comandante dei Vigili di Fuoco di Oris, Michael Telsler, ha consegnato un assegno al consiglio di circondario. Grazie per averci nel cuore!



# COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

## OLTRADIGE - BASSA ATESINA



### ◀ Siegis Motofete

Un grande evento per gli appassionati delle moto che sono venuti anche da lontano per la benedizione delle due ruote. Christian Andergassen, titolare di "Siegis Essen und Trinken" ideatore e organizzatore di questa manifestazione, con il suo staff hanno offerto il ricavato di più di 5.000,00 € all'Assistenza Tumori Oltradige-Bassa Atesina. Sulla foto il frate che ha benedetto le moto con la vicepresidente Berta Tschigg Ambach e lo staff volontario.

### AGENDA

Ricordiamo che per le singole manifestazioni segnate nell'agenda bisogna prenotarsi. Se si vuole partecipare bisogna telefonare, a partire da un mese prima dell'evento, all'ufficio di circondario di Egna tel. 0471 820466



### Una rosa per la vita ▲

15.600 rose sono state cedute contro una piccola offerta la domenica di Pasqua e la domenica della Festa delle Mamma. La popolazione del circondario è sempre generosa con chi ha bisogno e per questo va ringraziata ancora una volta.

Sulle foto i volontari di Egna. ▶  
Mille grazie a tutti! A chi ha lavorato e a chi ha comprato!





## Gita a Fivè

A maggio i soci sono partiti con il pullman per la consueta gita primaverile del circondario a visitare un'azienda agricola per la produzione del formaggio a Fivè. Dopo il pranzo in una locanda tipica, chi voleva poteva fare una passeggiata tranquilla a Tenno e anche a Giva del Garda.



## Pellegrinaggio a Pietralba

I pellegrini che si sono recati a Pietralba non si sono fatto spaventare da un'improvvisa nevicata primaverile. Con l'autobus di linea hanno raggiunto il Santuario per la S. Messa per ringraziare la Madonna. Dopo si sono recati al bar vicino riscaldandosi con una bibita calda.



## Visita all'Istituto di ricerca a Innsbruck

Alcuni membri del consiglio direttivo sono partiti per andare a Innsbruck a trovare la Dr. Petra Obexer all'Istituto di ricerca tumorale tirolese.

Durante la visita guidata sono state illustrate le diverse tecniche di ricerca antitumorali e alla fine è stato dimostrato il congelamento shock a -196 C di una rosa congelata nell'azoto liquido.



# COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

## VALLE ISARCO

### ▼ Mercatino di Pasqua ►

Mercatino di Pasqua nella sede del circondario di Bressanone



### ◀ Preparazione delle rose a Bressanone ►

Venerdì Santo alla giardineria Auer di Bressanone, dove sono stati preparati i mazzi di rose da vendere la domenica di Pasqua



### ▲ Preparazione delle rose a Vipiteno ►

In tanti hanno aiutato a preparare le rose per la domenica di Pasqua





## Una rosa per la vita

Molti volontari in vari circondari hanno aiutato a vendere le rose domenica di Pasqua. Anche quest'anno la vendita ha avuto un grande successo. Grazie a tutti i volontari! ▼



## Gita di primavera a Rattenberg e Kramsach ▼

Il 14 maggio ha avuto luogo la gita primaverile a Rattenberg e Kramsach(A). È stato visitato il famoso museo Agostiniano ed è seguito il pranzo presso il "Brauhaus Rattenberg".

▼ Nel pomeriggio nella vicina Kramsach visita all'"Allegro Cimitero senza Salme".



# COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

## MERANO - BURGRAVIATO

### Gita primaverile

Il 19 maggio i soci sono partiti in direzione Brennero per passare la giornata in Tirolo.

A Rattenberg è stata visitata l'officina di vetro soffiato Kisslinger.

Dopo una tipica merenda tirolese purtroppo non era possibile visitare l'Achensee a causa della forte pioggia.

Una bella giornata in compagnia.



### Donazione Vespa Club BZ

Nel lontano 1946 l'ingegnere aeronautico Corradino d'Ascanio e il designer Mario d'Este hanno presentato un nuovo tipo di motorino. L'imprenditore Enrico Piaggio ne rimase talmente impressionato che decise di metterlo in produzione. Ecco com'è nata la vespa, chiamata così per la forma particolare.

Il 15 maggio il Vespa Club BZ ha festeggiato all'ippodromo di Merano i settant'anni dalla produzione della prima vespa. Tra gli invitati anche il circondario Merano dell'Assistenza Tumori che in questa occasione ha ricevuto una donazione di 1.500 Euro.



## ◀ Vendita delle rose

Tra Pasqua e Pentecoste in tante occasioni sono state vendute delle rose davanti alle chiese di tutto il circondario. Un sentito grazie di cuore a tutti i volontari e tutte le persone che hanno voluto dare un segno di solidarietà.



## ◀ Mercato delle pulci ▶

Il mercato delle pulci è un'ottima occasione per presentare il lavoro dell'associazione, per ricavare fondi per il lavoro nel circondario e per dare un nuovo utilizzo a oggetti che altrimenti sarebbero da buttare. Ringraziamo gli organizzatori e tutti i volontari che hanno aderito ai due mercati nel mese di maggio. ▼



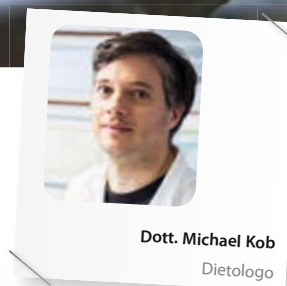


## Il Tabouleh

Un'insalata fresca ed estiva fatta di bulgur con una nota orientale



Il Tabouleh è un'insalata di bulgur libanese che viene servita fredda. Indispensabili sono parecchi pomodori maturati al sole, il tutto condito con prezzemolo e limone. Una nota tipica la dà la menta fresca. Il Tabouleh è privo di colesterolo, povero di grassi, privo di lattosio, è un piatto vegetariano –vegano e, grazie alle verdure fresche e le erbe aromatiche, è ricco di vitamine e antiossidanti.



Dott. Michael Kob  
Dietologo

### INGREDIENTI per 4 persone::

240g di bulgur (semola di grano duro cotta al vapore e poi essiccata)  
1 litro di brodo vegetale  
2 pomodori maturi ma sodi  
1/2 cetriolo sbucciato  
1 piccola cipolla rossa  
3 cucchiaini di olio d'oliva  
2 cucchiaini colmi di menta tritata  
4 cucchiaini colmi di prezzemolo tritato  
succo di un limone  
sale, pepe

### PREPARAZIONE:

1. Tagliare i pomodori in piccoli dadini e lasciarli sgocciolare in un passino per un'ora.
2. Cuocere il bulgur nel brodo vegetale seguendo le istruzioni e lasciarlo riposare.
3. Passare per un passino il liquido della cottura rimasto e farlo raffreddare.
4. Nel frattempo tritare la cipolla, pelare e tagliare a dadini il cetriolo.
5. Mettere il bulgur in una scodella e dividerlo con una forchetta.
6. Mescolarci assieme i pomodori, la cipolla, il cetriolo, la menta e il prezzemolo e aggiungere succo di limone e olio d'oliva.
7. Condire eventualmente con sale, pepe e altro olio d'oliva. Lasciar riposare per almeno un'ora o, meglio ancora, per tutta la notte.
8. Prima di servire, decorare con foglie fresche di menta e prezzemolo. Tradizionalmente viene servito su foglie di insalata romana.

### Variante:

Con un po' di curcuma e di cardamomo il piatto guadagna una nota orientale. Il tabouleh si accompagna benissimo come contorno alle grigliate, ma può essere servito come piatto principale. Ideale anche per un pranzo veloce in ufficio.

Invece del bulgur si può usare anche il couscous (meglio usare la misura media oppure grossa). In differenza al bulgur non occorre cuocere il couscous, ma c'è bisogno del succo di un altro limone e al posto del prezzemolo si utilizza più menta.

Il tabouleh di couscous deve essere preparato al minimo quattro ore prima, poiché il couscous ha bisogno di più tempo per gonfiarsi.

Va servito molto freddo.

## ASSISTENZA TUMORI ALTO ADIGE | SEDE CENTRALE

Via Tre Santi, 1 | 39100 Bolzano  
Tel. +39 0471 28 33 48 | Fax +39 0471 28 82 82  
info@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>

## BOLZANO SALTO-SCILIAR

Via Tre Santi, 1 | 39100 Bolzano  
Tel. +39 0471 28 37 19 | Fax +39 0471 28 82 82  
bolzano-salten-schlern@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup> 14 <sup>30</sup> - 15 <sup>30</sup>	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup> 14 <sup>30</sup> - 15 <sup>30</sup>	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>

### Ambulatorio I & II

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

## OLTRADIGE - BASSA ATEESINA

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
Orario	08 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup>	08 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> 14 <sup>00</sup> - 17 <sup>00</sup>	08 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup>	08 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup>	08 <sup>00</sup> - 14 <sup>00</sup>

### 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-burggrafenamt@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup> 14 <sup>30</sup> - 16 <sup>30</sup>	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>

### Ambulatorio Merano

Via Roma, 3 | 39012 Merano  
Tel. +39 0473 49 67 15

### Ambulatorio Lana

Distretto Socio Sanitario Lana,  
Via Andreas Hofer, 2 | 39011 Lana  
Tel. +39 0473 55 83 72

## 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 <sup>00</sup> - 11 <sup>00</sup>	-	14 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup>	-	08 <sup>00</sup> - 11 <sup>00</sup>

### Ambulatorio

Via Principale 134 | 39028 Silandro  
Tel. +39 0473 73 66 40

## VAL PUSTERIA

### Sezione Bassa Pusteria

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

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	17 <sup>00</sup> - 19 <sup>00</sup>	08 <sup>30</sup> - 12 <sup>00</sup>	08 <sup>30</sup> - 12 <sup>00</sup>	08 <sup>30</sup> - 12 <sup>00</sup>	-

### 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

### Sezione 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	08 <sup>30</sup> - 11 <sup>30</sup>	08 <sup>30</sup> - 11 <sup>30</sup>	08 <sup>30</sup> - 11 <sup>30</sup>	08 <sup>30</sup> - 11 <sup>30</sup> 16 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup>	-

### Ambulatorio

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

## VALLE ISARCO - ALTA VALLE ISARCO - VAL GARDENA

Via Roma, 5 | 39042 Bressanone  
Tel. +39 0472 81 24 30 | Fax +39 0472 81 24 39  
eisacktal@krebshilfe.it

	Lu	Ma	Me	Gio	Ve
Ricevimento	14 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup>	08 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	08 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	08 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>	08 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup>

### Ambulatorio Bressanone

Via Roma, 5 | 39042 Bressanone  
Tel. +39 0472 81 24 30

### Ambulatorio Vipiteno

Ospedale 5° piano, Via Santa Margherita 24 | 39049 Vipiteno  
Tel. +39 0472 77 43 46

### Ambulatorio Chiusa

Distretto sanitario Chiusa, Seebegg, 17 | 39043 Chiusa  
Tel. +39 0472 81 31 35



# ASSISTENZA TUMORI ALTO ADIGE

