

Fascicolo sanitario elettronico

Leucemia oggi

Intervista con il Dr. Bernd Gänsbacher

Vacanze a Misano Adriatico





pag. 12



pag. 17



pag. 30

- 3 Il fascicolo sanitario elettronico
- 6 Intervista al primario Dr. Atto Billio: Leucemia oggi
- 9 Test genetico per evitare la chemio
- 11 Proteggersi dal tumore alla pelle
- 12 Farmaci: processo di approvazione
- 15 Il nuovo primario di chirurgia
- 16 Il commento
- 17 Sondaggio sul linfo-drenaggio
- 21 L'assemblea dei soci 2019
- 23 Reportage: in vacanza a Misano
- 28 Weekend Dragon-Boat a Venezia
- 29 Lettera
- 30 Cucito con il cuore
- 32 Tre Corse di Beneficenza
- 34 Scrittura creativa e arte-terapia
- 36 Giornata mondiale del cuore
- 38 Cosa succede nei circondari?
- 58 Buono e sano con il Dr. Michael Kob

PARLIAMONE

Care lettrici e cari lettori,

è arrivata la primavera, o meglio, è arrivata l'estate. Nel vero senso della parola. Penso di non avere mai assaporato talmente la luce e il caldo come quest'anno. Il motivo è del tutto particolare. L'inverno scorso è stato un inverno difficile per me. Da tutti i punti di vista. Buio, freddo. Colmo di paura e disperazione. La diagnosi di un cancro. Le indagini. Le terapie. L'incertezza. Ora ho terminato tutte le terapie. Sto di nuovo bene, proprio bene. Ho superato anche le visite più importanti, quelle a tre mesi dalla fine delle terapie e l'esito dice: guarita. Del cancro non c'è più traccia. E quindi ora assaporo tutto ciò che germoglia e cresce intorno a me. I colori variopinti dei fiori. Le tante stupende varietà di verde dei prati e dei

boschi. Il caldo profumo di terra, il ronzio delle api e il cinguettio degli uccelli. Sono colma di gioia e di infinita gratitudine. Gratitudine nei confronti dei medici a cui mi sono affidata ciecamente. Gratitudine nei confronti della mia famiglia. Quella naturale e la grande famiglia dell'Assistenza Tumori. Ringrazio tutti per la comprensione, per il sostegno, per avermi supportata e, sì, anche sopportata. In tutti questi anni in cui sono stata socia dell'Assistenza Tumori Alto Adige, membro del direttivo e presidente provinciale, ho stretto molte mani cercando sempre di portare consolazione. Adesso ho imparato nuovamente sulla mia pelle quanto questo sia importante. Una stretta di mano. Una telefonata. Restare assieme in silenzio.



Ida Schacher
Presidente

GRAZIE!

Sì, adesso sono di nuovo pronta ad affrontare la vita e a tuffarmi con nuova energia nel lavoro; le sfide che mi attendono sono molte, l'Assistenza Tumori Alto Adige continua ad essere un partner importante del servizio sanitario altoatesino. Con oramai quasi diecimila soci siamo una voce che conta. E non temiamo di alzare questa voce, quando si tratta di difendere gli interessi dei soci che si fidano di noi.

Vostra
Ida Schacher, la presidente

Con il gentile sostegno della Ripartizione Salute

AUTONOME PROVINZ BOZEN - SÜDTIROL
Abteilung Gesundheit



PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO - ALTO ADIGE
Ripartizione Salute



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 Foto di copertina: Parco Naturale Sciliar-Catinaccio
Layout: Studio Mediamacs, Bolzano Stampa: Tipografia Athesia Druck Srl, Bolzano Prossima edizione: Dicembre 2019

Tutti i dati sempre alla mano

Arriva in Alto Adige il fascicolo sanitario elettronico: sono i pazienti a gestire l'accesso



Un progetto europeo, che ora è in procinto di realizzazione. Il fascicolo sanitario elettronico. Non si tratta di un mezzo per sapere tutto dei pazienti spiandoli, ma bensì di un tool che può essere utile innanzitutto al paziente, ma anche a chi lo deve curare e infine anche al servizio sanitario pubblico. Sono i pazienti ad avere comunque l'ultima parola. Saranno infatti loro i responsabili della gestione del FSE. Decideranno se, quando e quali dati verranno inseriti nel fascicolo sanitario elettronico.

Il vantaggio è enorme: per i pazienti (cronici), che potranno avere sempre i dati a portata di mano, per il medico che ha a che fare con un caso urgente, ma anche per il servizio sanitario e per la ricerca.

L'Ufficio Governo Sanitario promuoverà a partire dal prossimo autunno un'imponente campagna di informazione. Il di-

rettore Johannes Ortler sta già girando in tutta la provincia per fornire le ultime informazioni ai distretti sanitari. "Si tratta di un mega-progetto, che arriverà ben oltre i confini provinciali e di cui non si riescono ancora a valutare tutti i vantaggi. Un progetto dal quale ci aspettiamo delle informazioni fondamentali riguardo la prevenzione, la diagnosi e le terapie",

sottolinea Johannes Ortler presentando il progetto alla Chance.

Ma andiamo con ordine. Il fascicolo sanitario elettronico, in breve FSE, per il momento è ancora un recipiente vuoto che si tratta di riempire. Che informazioni verranno inserite? Naturalmente soltanto quelle che esistono già in formato elet-



Il direttore dell'Ufficio Governo Sanitario Johannes Ortler

tronico. Ossia i referti di laboratorio, prescrizioni mediche, ricette e referti di visite specialistiche come radiografie, ecografie o risonanze magnetiche. Previa autorizzazione del paziente, questi dati verranno immessi automaticamente nel sistema, premesso naturalmente che siano stati redatti in una struttura sanitaria pubblica. Ma se qualcuno volesse inserirvi anche i dati prodotti da una struttura privata, non c'è problema. I pazienti potranno scansionare questi documenti autonomamente. Se tutto funziona, il FSE accompagnerà il paziente per tutta la vita e grazie ad esso si potrà accedere in ogni momento a tutte le informazioni rilevanti per il suo stato di salute. Rilevanti significa le visite, le prescrizioni, gli interventi chirurgici, le lettere di dimissioni.

Il FSE è al momento un progetto a livello locale e nazionale, ma è pensato per

essere utilizzato a livello sovraregionale e in un futuro prossimo il fascicolo sanitario elettronico dovrebbe essere a disposizione anche a livello europeo. Un supplemento e una premessa importanti per il diritto a scegliere liberamente il medico curante.

Un aspetto molto importante: gli attori principali sono i pazienti. Il consenso fornito per l'inserimento dei dati rilevanti riguardanti lo stato di salute, può essere revocato in qualsiasi momento. Inoltre: i pazienti possono decidere di volta in volta quali dati sono accessibili e hanno anche il controllo su chi è entrato nel sistema, per esempio il medico curante o il farmacista, e che dati sono stati richiesti o inseriti.

È però un sistema che richiede un grande impegno da parte dei pazienti. Devono attivarsi autonomamente, essere responsabili per il proprio FSE. Chi dà il proprio consen-

so e poi non se ne occupa più, non sarà più aggiornato su dati che verranno inseriti e quali no. Dopo aver dato il consenso per l'acquisizione della documentazione sanitaria, verranno inseriti tutti i dati in formato digitale. Chi non è d'accordo, deve decidere di volta in volta in modo esplicito quali dati vuole oscurare. In caso di pazienti minorenni, sarà il tutore legale, normalmente i genitori, a gestire il FSE. In generale, oltre al paziente e al medico di base, sarà solo chi produce i dati a poterli inserire nel sistema.

Per attivare il FSE è necessario che i pazienti siano in possesso di una carta dei servizi sanitari (da attivare presso il municipio) e di un apposito lettore oppure della SPID. L'accesso al FSE avviene sempre attraverso questi due sistemi. Ogni accesso ai dati salvati nel FSE, avverrà tramite un codice d'accesso casuale, generato di volta in volta.

Nel caso sia stato dato l'assenso, il servizio sanitario ha accesso alla documentazione raccolta, ma senza dati identificativi, ovvero in forma anonima. Queste informazioni sono estremamente importanti sia per la ricerca e per la gestione dell'assistenza sanitaria pubblica.

Pianificare in anticipo è sempre più importante in campo sanitario, specialmente in un periodo in cui ci sono sempre più pazienti anziani, ma sempre meno mezzi; vengono immesse sul mercato nuove cure che sono molto promettenti, ma anche estremamente costose. Per finanziare tutto ciò, bisogna fare bene i propri calcoli.

Il personale medico che non è coinvolto direttamente negli accertamenti, deve ottenere il consenso dei pazienti per accedere ai dati. Johannes Ortler: "In questo modo dovrebbe essere escluso un abuso dei dati, abbiamo tutelato la privacy fin nel minimo dettaglio e ottenuto il benessere del garante!"

È necessario il consenso esplicito del paziente anche per l'inserimento dati sensibili riguardanti un'infezione da virus dell'HIV o epatite C, aborti volontari, dipendenza da alcol o droghe, l'essere vittima di pedofilia o violenza sessuale.

Chi, oltre al paziente, ha accesso al FSE? Innanzitutto il medico di base o il pediatra. Essi si occupano di inserire i dati, di attualizzarli in modo da poter stilare il profilo sanitario del paziente, detto Patient Summary.

Hanno anche accesso all'inserimento, ma non alla visione di dati (sempre previo consenso del paziente) gli ospedali pubblici e i servizi sanitari o le strutture sanitarie convenzionate. I farmaci prescritti con ricetta elettronica verranno raccolti nel dossier farmaceutico.

I pazienti hanno inoltre a disposizione uno spazio personale, dove possono inserire informazioni e documenti di strutture private o precedenti alla digitalizzazione. Ma non solo: si può inserire anche la dichiarazione anticipata di trattamento, come pure l'assenso alla donazione d'organi.

Con il FSE i pazienti non diventano un'entità trasparente, visto che solo loro hanno la facoltà di decidere quali dati rendere accessibili e chi li possa visionare. Oltre ad aver disponibile la storia, è di fondamentale importanza che grazie a questo



Il servizio sanitario ha accesso in modo anonimo ai dati, senza i nomi dei pazienti

sistema si dispone sempre di un quadro clinico aggiornato del paziente.

Nel caso di un intervento di emergenza, i medici sono in grado di acquisire subito le informazioni più importanti per intervenire nel modo più efficace sul paziente. Gruppo sanguigno, allergie, malattie croniche, medicinali assunti ecc.

Il FSE, secondo Johannes Ortler, è un grande vantaggio per i malati cronici che sono costretti a muoversi continuamente tra la propria casa, l'ospedale e le diverse strutture o medici specialisti. Si pone così fine alle lunghe ricerche per trovare i referti delle ultime visite o il nome dei farmaci prescritti.

Un altro aspetto importante del FSE: dato che si tratta di un progetto dell'UE e che ben presto verrà implementato su tutto il territorio europeo, si auspica di arrivare ad un adeguamento e un'unificazione nella redazione di referti e anche nella terminologia. Il direttore dell'Ufficio Governo Sanitario Johannes Ortler: "In questo modo i dati

saranno più comprensibili oltre confine, ma anche per il singolo paziente."

Rimane solo un dubbio: coloro che non appartengono alla generazione 2.0, che non sono così in confidenza con i nuovi media, saranno in grado di gestire questo nuovo e importante strumento? Negli ospedali e nei distretti ci saranno degli sportelli che offriranno assistenza a coloro che incontreranno delle difficoltà.

Da subito il FSE è disponibile online per tutti i cittadini maggiorenni, residenti o domiciliati in Alto Adige. Per informazioni consultare: <https://civis.bz.it/it/servizi/servizio.html?id=1033546>

Riassumendo: lasciando da parte i dubbi, per quanto leciti, di abuso di dati sensibili, si può affermare che nel fascicolo sanitario elettronico i dati sono ben protetti. Il FSE è in grado di tutelare tutto ciò che riguarda la vostra salute e può salvare la vita. La vostra. ●

Risultati inimmaginabili solo qualche anno fa!

Intervista con il Dr. Atto Billio, primario del reparto di Ematologia dell'ospedale di Bolzano



“Il sangue è un succo molto speciale”, diceva Mefistofele nel Faust di Goethe. Si tratta di un tessuto fluido composto da cellule specializzate, adibito al trasporto di ossigeno e sostanze nutritive, di proteine e di cellule immunitarie. Il sangue viene prodotto nel midollo osseo e può essere colpito da una serie di neoplasie, raggruppate spesso sotto il nome di leucemia, i cosiddetti tumori liquidi. Negli ultimi anni sono stati fatti passi da gigante per quanto riguarda la terapia di queste malattie, soprattutto sul piano genetico-molecolare. La Chance ha intervistato il Dr. Atto Billio, primario del reparto di Ematologia all'ospedale di Bolzano.

L'ascensore blu dell'ospedale di Bolzano porta all'ottavo piano al reparto di ematologia di degenza e all'adiacente settore per l'attività ambulatoriale e di Day Hospital. L'ematologia si occupa di pazienti affetti da malattie e tumori del sangue come le leucemie, i linfomi, il mieloma multiplo e da disturbi della coagulazione.

Chance: Dr. Billio, parliamo prima del suo reparto. Quante persone ci lavorano?

Dr. Atto Billio: È un reparto molto complesso e ad alta tecnologia, dotato di 15 letti di degenza, 9 postazioni di terapia per pazienti ambulatoriali e di un laboratorio altamente specializzato per la diagnostica delle malattie ematologiche.

Siamo 13 medici più il sottoscritto, il coordinatore infermieristico Andrea Pinna, 36 infermiere/i, 11 tecniche/i di laboratorio, 7 amministrative/i, la responsabile della

qualità, la data-manager. Da poco lavora con noi anche un'infermiera dedicata ai pazienti trapiantati. Fanno parte del team anche una farmacista di reparto e due psicologi. In tutto una sessantina di persone. Collaboriamo strettamente con il Servizio di Immunoematologia e Trasfusionale diretto dalla Dr.ssa Cinzia Vecchiato. Devo infine assolutamente ricordare il grande contributo delle associazioni di volontariato come l'AIL, la LILT e l'Assistenza Tumori

Alto Adige che generosamente contribuiscono ad aiutare i pazienti e a facilitare e incoraggiare il nostro lavoro quotidiano.

Chance: *Quali sono le patologie più frequentemente trattate nel suo reparto?*

Dr. Atto Billio: Nel reparto di degenza vengono ricoverati prevalentemente pazienti con leucemie acute, pazienti con linfoma e mieloma che necessitano di chemioterapia intensiva. La maggior parte dei pazienti con linfoma, mieloma e alterazioni del midollo osseo (la "fabbrica delle cellule del sangue") vengono invece trattati con terapie ambulatoriali. A questo riguardo bisogna sottolineare che numerose terapie sub-intensive che negli anni scorsi necessitavano di un ricovero sono oggi nel nostro centro abitualmente somministrate in regime esterno.

Chance: *La leucemia acuta è una malattia che colpisce in gran parte anche bambini e giovani?*

Dr. Atto Billio: Bambini sì. Infatti la leucemia acuta linfoblastica è la forma tumorale più frequente nei bambini e rappresenta più dell'80% di tutte le leucemie diagnosticate fino ad un'età di 14 anni. Negli adulti sono invece più frequenti le leucemie croniche. I più comuni tipi di leucemia sono quattro e la differenza sostanziale sta nel tipo di cellule dal quale parte la malattia: la leucemia linfoblastica acuta, la leucemia linfatica cronica (la leucemia più frequente nell'anziano), la leucemia mieloide acuta (colpisce tendenzialmente i maschi dopo i 60 anni) e la leucemia mieloide cronica (più rara). Secondo i dati dell'AIRTUM (Associazione Italiana Registri Tumori, ndr), la leucemia linfatica cronica rappresenta il 33,5% del totale delle leucemie, mentre quella mieloide acuta il 26,4%, la mieloide cronica il 14,1% e la linfatica acuta il 9,5%.

Chance: *In che cosa consiste esattamente la leucemia?*

Dr. Atto Billio: La leucemia consiste generalmente in un aumento dei globuli bianchi: nelle leucemie acute questi globuli bianchi sono rappresentati da forme immature che proliferano velocemente mentre nelle leucemie croniche le cellule sono più mature e crescono di solito lentamente.

Chance: *Da che cosa dipende se una persona si ammala o no?*

Dr. Atto Billio: È molto difficile ricondurre in un paziente l'origine della malattia. Le leucemie sono essenzialmente associate a mutazioni genetiche che colpiscono le cellule da cui hanno origine i globuli bianchi, i globuli rossi e le piastrine. Le mutazioni che possono contribuire allo sviluppo della leucemia possono essere secondarie ad esposizione a chemioterapia, radiazioni ionizzanti, sostanze chimiche e a virus.

Chance: *Non c'è uno screening visti i numeri così bassi...*

Dr. Atto Billio: No, e purtroppo nemmeno una prevenzione come in altri tumori.

Chance: *Quali possono essere i sintomi?*

Dr. Atto Billio: Sono disturbi vari che possono essere comuni anche ad altre malattie come per esempio febbre, sudorazione notturna, stanchezza e affaticamento, dolori ossei o articolari, perdita di peso, frequenti infezioni di ogni tipo, linfonodi o milza ingrossati, emorragie.

Chance: *In presenza di questi sintomi e se persistono è raccomandato quindi un esame del sangue?*

Dr. Atto Billio: Esattamente. In particolare l'emocromo che fa vedere la composizione del sangue ed eventualmente l'esame al microscopio che può evidenziare la presenza di cellule dall'aspetto diverso delle cellule normali. Se l'emocromo è sospetto è spesso indicato eseguire anche un esame del midollo osseo come un aspirato midollare o una biopsia osteomidollare. Le leucemie acute possono anche manifestarsi con sintomatologia neurologica che necessita di inquadramento diagnostico con esami radiologici ed esami del liquido che riempie gli spazi attorno al cervello e al midollo spinale (rachicentesi).

Chance: *Arriviamo dunque alle terapie.*

Dr. Atto Billio: La terapia dipende ovviamente dal tipo di leucemia. Nelle leucemie in genere si tratta di una terapia che combina chemioterapia e nuovi farmaci non chemioterapici come per esempio gli anticorpi monoclonali. Grazie alla sperimentazione di nuove classi di farmaci non chemioterapici si sta ormai aprendo la prospettiva di terapie personalizzate "intelligenti" in grado di risparmiare al paziente la tossicità della chemioterapia. A questo riguardo il successo più grande è rappresentato dalla cura senza

chemioterapia della leucemia mieloide cronica, considerata malattia inguaribile negli anni '70 ed oggi con sopravvivenze che nella maggior parte dei pazienti sono paragonabili a quelle delle persone non affette.

Chance: *...la terapia più importante rimane il trapianto?*

Dr. Atto Billio: Dobbiamo distinguere due tipi di trapianto:

1. quello comunemente chiamato autologo che consiste nel prelievo delle cellule staminali del paziente e nella loro successiva reinfusione dopo chemioterapia intensiva. Lo scopo di questo "trapianto" è di accorciare il periodo critico in cui il paziente è a rischio di infezioni e/o emorragie.

2. Il trapianto allogenico che consiste nel prelevare le cellule staminali da un donatore familiare o non familiare e nel reinfonderle dopo adeguata terapia preparatoria con lo scopo di rigenerare nel paziente un midollo e un sistema immunitario nuovo e sano in grado di controllare la malattia.

I due tipi di trapianto sono utilizzati per malattie e situazioni diverse. Mentre il trapianto autologo è sostanzialmente una chemioterapia intensiva, il trapianto da donatore presenta una grande complessità organizzativa e clinica che riguarda sia l'aspetto della donazione che l'aspetto di cura del paziente.

Chance: *Per il trapianto occorre sempre ricoverare il paziente?*

Dr. Atto Billio: Per entrambi i trapianti il paziente necessita di ricovero. La differenza è che mentre in casi selezionati di autotrapianto il paziente può anche essere dimesso dopo due - tre giorni, nel caso del trapianto da donatore il paziente rimane attualmente ricoverato per tutta la durata della degenza in camere sterili con filtri che lo proteggono dalle infezioni. Mi piace a questo riguardo ricordare che il programma di autotrapianto "esterno" è operativo a Bolzano e in pochi altri centri italiani e certamente rappresenta una delle punte avanzate della nostra offerta assistenziale.

Questo programma può essere attivato se il paziente dispone di un "care-giver" ovvero di una persona che lo assiste quotidianamente e se il paziente abita nel raggio di un'ora dall'ospedale. Per pazienti che provengono da posti più lontani abbiamo anche

>



Foto: Othmar Seehauer

a disposizione un numero di appartamenti vicini all'ospedale, dove il paziente e un suo congiunto possano stare durante la terapia.

Chance: *I pazienti possono comunque essere tranquilli quando si affidano alle cure nel suo reparto piuttosto di cercare farsi curare in qualche altro centro?*

Dr. Atto Billio: Il nostro programma trapianti è accreditato JACIE (Joint Accreditation Committee ISCT/EBMT), un comitato congiunto costituito dalla International Society for Cellular Therapy (ISCT) e dalla European Society for Blood and Marrow Transplantation (EBMT) e corrisponde agli standard più elevati in Europa. Partecipiamo a studi multicentrici internazionali e nazionali e garantiamo uno standard elevato assistenziale secondo consolidate linee guide internazionali.

Chance: *Dal 2017 anche in Europa ci sono dei farmaci sul mercato che promettono una guarigione miracolosa anche a pazienti in cui tutte le altre terapie sono fallite. Sono però carissimi, 250.000 dollari e più a infusione. In genere, le nuove terapie promettono bene ma i prezzi sono proibiti-*

vi per un sistema sanitario pubblico. Come vede Lei il futuro?

Dr. Atto Billio: Stiamo parlando della terapia cellulare con i CAR-T che usano un particolare tipo di cellule del sangue ovvero i linfociti T per individuare e distruggere le cellule della malattia. Il nostro reparto rientra nei pochi centri italiani autorizzati dal Ministero a erogare questo trattamento e il nostro centro sta preparandosi per poter offrire ai pazienti anche questa opportunità terapeutica. Il problema della sostenibilità è chiaramente la sfida che attende la sanità mondiale negli anni a venire. Confido però che terapie veramente efficienti come ad esempio i CAR-T possano comunque risultare vantaggiose anche in termini economici se in grado di risparmiare al paziente successive terapie altrettanto costose e meno efficaci sul piano del risultato.

Chance: *E per Lei personalmente cosa è la sfida più grossa nel suo lavoro quotidiano?*

Dr. Atto Billio: Quando ho iniziato lavorare come medico, la leucemia acuta era considerata come una malattia inguaribile.

Infatti forse è stata proprio questa sfida che mi ha portato a scegliere l'ematologia come specializzazione. Oggi grazie agli straordinari risultati della ricerca nell'adulto affetto da leucemie acute possiamo raggiungere anche il 40 - 50% di guarigione, mentre nei bambini malati di leucemia linfoblastica acuta, questa cifra sale al 90%. Grazie alla disponibilità di molte terapie innovative la cura delle malattie ematologiche è oggi molto più complessa che in passato e la sfida che attende l'ematologo nei prossimi anni è di selezionare una strategia terapeutica "personalizzata" per il paziente tenendo conto sia delle sue caratteristiche biologiche sia della sua personale scala di valori. Come dire: una sfida che richiede un piano sofisticato, esattamente come a scacchi. ●

La chemio non è sempre necessaria

L'Alto Adige offre gratuitamente test genetico per pazienti operate di tumore al seno



Foto: Othmar Stehauer

Dal mese di maggio, in Alto Adige, le pazienti con tumore al seno possono essere sottoposte su indicazione medica ad un test genetico in grado di definire meglio il tipo di terapia precauzionale da eseguire. In casi selezionati il test può evitare alla paziente l'impiego di una chemioterapia che si rivelerebbe inutile.

L'utilizzo di terapie farmacologiche dopo l'asportazione di un tumore al seno - la cosiddetta terapia adiuvante - svolge un ruolo importante essendo in grado di aumentare le possibilità di guarigione della paziente. Lo scopo della terapia adiuvante è quello di eliminare possibili cellule tumorali ancora presenti dopo la chirurgia, prevenendo così una eventuale ricaduta.

Le terapie adiuvanti oggi impiegate sono la chemioterapia, l'ormonoterapia e

l'immunoterapia, spesso utilizzate in combinazione.

La scelta sul tipo di terapia adiuvante da impiegare, si basa sulle specifiche caratteristiche del tumore. I tumori mammari sono infatti tumori molto differenti l'uno dall'altro e sulla base di alcune caratteristiche (estensione-stadio di malattia, espressione di recettori ormonali, velocità di replicazione delle cellule e espressione del recettore HER2) il medico definisce il tipo di terapia da impiegare per ogni singola paziente.

Esistono però situazioni complesse (circa 15% dei casi) in cui il medico si trova in una situazione di incertezza in merito all'impiego della chemioterapia. In tali situazioni è stato ampiamente dimostrato che l'impiego di alcuni test che analizzano il profilo genetico del tumore, sono in grado di definire meglio il profilo di rischio di ricaduta della paziente e la possibile utilità della terapia adiuvante.

L'impiego di tali test genomici viene eseguito da laboratori specializzati, utilizzando

>



Dr. Carlo Carnaghi, primario di Oncologia all'Ospedale di Bolzano

campioni del tumore asportato chirurgicamente. Il risultato del test rappresenta un valido aiuto per i medici nella pianificazione delle cure. La migliore conoscenza del profilo di rischio della paziente e della sensibilità alle cure da parte della malattia può evitare ad esempio l'impiego di una chemioterapia da cui la paziente è improbabile possa ricavare beneficio.

La Giunta provinciale dell'Alto Adige ha recentemente deliberato di includere i test genomici per le pazienti con tumore al

seno localizzato, nella lista del tariffario provinciale per le prestazioni specialistiche ambulatoriali. Questo significa che l'esecuzione del test per le pazienti dell'Azienda sanitaria dell'Alto Adige oggi è gratuito. Gli effettivi costi ammontano a 2.200 euro per ogni test. Questo fa dell'Alto Adige la prima provincia in Italia ad offrire questo tipo di test con il sostegno del Servizio sanitario pubblico. Con l'introduzione di tali test genetici l'Azienda sanitaria si allinea agli standard della maggior parte degli stati europei in accordo alle raccomandazioni delle

linee guida internazionali sulla gestione del carcinoma della mammella.

Ogni anno, in Alto Adige, a circa 400 donne viene diagnosticato un tumore al seno. Si stima che in futuro, annualmente, da 30 a 40 pazienti affette da questo tipo di tumore verranno sottoposte a un test genomico dal quale ci si attende una risposta che eviti a circa metà di loro l'impiego di una chemioterapia non necessaria. ●



Carlo Carnaghi, Primario di Oncologia medica, Bolzano:

"I test genetici predittivo-prognostici contribuiscono a personalizzare in maniera sempre più precisa il percorso di cura delle pazienti. In questo caso specifico è particolarmente importante il fatto che il test permette di evitare ad alcune donne i molti disagi legati a chemioterapia che peraltro si rivelerebbe inutile."

Florian Zerzer, Direttore generale dell'Azienda Sanitaria in Alto Adige:

"Si tratta di un altro importante miglioramento nel contesto dell'assistenza alla popolazione. Per me questo è anche una prova convincente che, in un ambito assistenziale così importante come quello dell'oncologia, l'Azienda sanitaria dell'Alto Adige è in grado di offrire una diagnostica ad alto livello, e di introdurre in modo rapido innovazioni che vanno a beneficio delle e dei pazienti."

Thomas Lanthaler, Direttore sanitario:

"I preparativi per l'introduzione di questo test in Alto Adige sono in corso già da diverso tempo. Oncologi, ginecologi, patologi, personale amministrativo e Direzione sanitaria sono stati coinvolti nel predisporre tutti i passi necessari all'introduzione di questa novità. Infine, vi è anche un ulteriore 'effetto collaterale' positivo, visto che il test costa meno della chemioterapia."

La prevenzione è la migliore protezione

L'Alto Adige ha il più alto tasso di cancro della pelle in Europa



L'estate invita all'attività sportiva, a prendere il sole e a spogliarsi. Ma attenzione: l'Alto Adige ha la più alta incidenza di cancro della pelle in Europa. Tra le cause l'elevata insolazione e l'altitudine del paese, ma anche il fatto che gli altoatesini amano trascorrere molto tempo all'aria aperta.

Se la malattia viene diagnosticata precocemente, la terapia del cancro alla pelle induce all'ottimismo. Ma meglio ancora è prevenire proteggendosi. Nel mese di maggio l'Assistenza Tumori Alto Adige ha lanciato una campagna informativa di prevenzione, il titolo della campagna partita prima in lingua tedesca con degli spot su Radio Südtirol 1 è: Io mi controllo e tu? (Ich schaue auf mich – und Du?)

Chiudersi in casa per evitare il sole non è una via d'uscita: "Dobbiamo imparare ad affrontare il sole con intelligenza e con la necessaria cautela. Proteggetevi dai pericolosi raggi solari e osservate regolarmente i vostri nei. In caso di sospetti cambiamenti, è necessario consultare immediatamente il proprio medico di famiglia", spiega il pro-

fessor Klaus Eisendle, primario del Reparto di Dermatologia all'ospedale di Bolzano.

Non è difficile! Evitare la luce diretta del sole tra le ore 11 e le 15, e non dimenticare che i dannosi raggi UV sono presenti anche all'ombra. Utilizzare crema protettiva solare con un elevato fattore di protezione solare, 30 o meglio ancora 50. Occhiali da sole, maglietta leggera a maniche lunghe e cappello da sole fanno parte della protezione - specialmente per i bambini.

La tintarella non è più di moda, neanche quella da solarium, perché anche le radiazioni UV artificiali possono favorire lo sviluppo del cancro della pelle. L'autoesame deve tenere sotto controllo alcuni fattori "spia": se, per esempio, una macchia di pig-

mento non risulta essere uniformemente rotonda o ovale, se ha bordi irregolari o diversi colori o se è più grande di 2 millimetri. In tutti questi casi bisogna sempre consultare il medico. Dall'età di 40 anni si consiglia inoltre di fare un check-up con il dermatologo a intervalli regolari, circa ogni due anni.

Per l'autunno l'Assistenza Tumori Alto Adige ha in programma anche una campagna di informazione radiofonica in lingua italiana. ●

Il futuro è già qui!

Intervista al Dr. Bernd Gänsbacher, scienziato e membro della commissione CAT dell'Agenzia Europea del Farmaco (EMA)



Foto: Bernd Gänsbacher | Oliver Oppitz Photography

Negli ultimi anni i risultati della ricerca nel campo della genetica dei tumori hanno raggiunto risultati tali da andare oltre ogni aspettativa. Hanno però un costo altissimo, i farmaci di ultima generazione, in particolare quelli prodotti dall'ingegneria genetica, motivo per cui le aziende farmaceutiche vengono spesso criticate dall'opinione pubblica. La Chance ha intervistato il Dr. Bernd Gänsbacher, originario della Val Sarentino, che negli anni 90, negli Stati Uniti ha contribuito a fondare le basi dell'ingegneria genetica moderna.

Il Dr. Gänsbacher è membro del CAT, il Comitato per le Terapie Avanzate dell'Agenzia Europea del Farmaco, che si occupa della valutazione della qualità, della sicurezza e dell'efficacia dei prodotti per le terapie più avanzate (Advanced-Therapy Medicinal Products, ATMPs). È anche membro della commissione per la sicurezza biologica (ZKBS) del Ministero della Salute tedesco a Berlino.

Ogni prima settimana del mese si trova a Berlino, la terza settimana del mese vola invece ad Amsterdam, all'EMA. Durante la nostra conversazione, il Dr. Gänsbacher ha tenuto a sottolineare che le industrie farmaceutiche siano spesso vittime di ingiusti pregiudizi.

Chance: *Dr. Gänsbacher, molti si chiedono il motivo per cui l'entrata di un farmaco*

nel mercato europeo avvenga sempre in ritardo rispetto alla sua commercializzazione negli Stati Uniti.

Dr. Bernd Gänsbacher: Sì, il processo di approvazione e produzione di un farmaco è un ambito molto complesso e lungo che, contrariamente a quello che pensa l'opinione pubblica, avviene senza alcuna influenza da parte della politica che non



L'ultimo meeting EMA del 12 giugno 2019 a Bucarest



Una conferenza EMA ad Amsterdam

ne ha nessuna competenza. Molti farmaci vengono commercializzati in Europa alcuni mesi dopo la loro approvazione negli Stati Uniti. Questo è dovuto in parte al fatto che all'interno dell'Unione Europea ogni Paese ha una propria agenzia del farmaco, come l'AIFA in Italia o la BfArM in Germania, mentre negli Stati Uniti i 50 stati sono rappresentati da un'unica agenzia, la FDA. Inoltre gran parte della ricerca farmaceutica viene svolta negli USA, specialmente per quanto riguarda i tumori. Anche la maggior parte dei premi Nobel vengono assegnati a ricercatori statunitensi. Io stesso ho lavorato in Pennsylvania e a New York come medico per 18 anni.

Chance: *Anche l'Europa ha la sua Agenzia del Farmaco, l'EMA, fondata nel 1995, con sede recentemente spostata da Londra ad Amsterdam, e di cui Lei stesso fa parte.*

Dr. Bernd Gänsbacher: Questo è vero, ma ogni stato membro deve comunque decidere le proprie linee guida e decidere come, quando e a che prezzo un farmaco verrà commercializzato.

Chance: *L'EMA si occupa di valutare e monitorare la ricerca scientifica e di effettuare controlli di sicurezza su farmaci utilizzati nella medicina umana e veterinaria. I farmaci destinati all'uso nell'uomo vengono valutati da due dipartimenti...*

Dr. Bernd Gänsbacher: Esattamente, un dipartimento si occupa dei farmaci a

composizione chimica (CHMP), l'altro dei farmaci a composizione biologica, il CAT. In quest'ultima categoria ricadono i farmaci per la terapia genetica, molecolare e cellulare, come anche il cosiddetto tissue-engineering, ovvero la produzione artificiale di tessuti biologici da colture cellulari.

Chance: *A che punto della fase di sperimentazione di un farmaco entra in azione la commissione del CAT?*

Dr. Bernd Gänsbacher: Molto presto. Non appena un gruppo di scienziati ha un'idea e dei risultati concreti per lo sviluppo di un nuovo farmaco, il progetto viene sottoposto ad una commissione composta da 32 ricercatori, che decidono insieme se i risultati preliminari sono promettenti. In tal caso il farmaco verrà sviluppato e commercializzato.

Chance: *Quindi ogni caso viene discusso e ponderato.*

Dr. Bernd Gänsbacher: Esattamente. Se la commissione dà l'ok, i ricercatori possono cercare degli investitori disposti a finanziare la loro ricerca. Il CAT offre anche delle linee guida e un servizio di consulenza.

Chance: *Il processo di approvazione di un farmaco è molto lungo e costoso...*

Dr. Bernd Gänsbacher: Possono volerci fino a dieci anni ed è un processo molto "faticoso". Ci sono varie fasi sperimentali

che vanno dalla produzione all'autorizzazione, all'immissione nel mercato. Si parla di una fase preclinica, nella quale il farmaco viene anche testato su animali, per esempio topi a cui sono state iniettate cellule cancerose. Il farmaco sperimentale deve sempre essere confrontato con un placebo o un farmaco già in commercio. Se viene dimostrato scientificamente che il nuovo farmaco riduce la crescita del tumore più efficacemente del farmaco con cui viene confrontato, la ricerca può passare alla fase successiva, quella clinica.

Chance: *Come ultima tappa c'è la fase di sperimentazione sul paziente?*

Dr. Bernd Gänsbacher: Sì. Questa cade proprio prima della commercializzazione. Vengono proposti protocolli sperimentali, soprattutto a pazienti terminali, casi in cui tutte le altre terapie sono fallite, come ad esempio pazienti con tumore mammario metastatizzato.

Chance: *Si tratta sempre di studi comparativi?*

Dr. Bernd Gänsbacher: Certamente. Nella terza fase della sperimentazione vengono confrontati 500 pazienti sottoposti alla migliore terapia standard sul mercato, con 500 pazienti sottoposti alla nuova terapia, per esempio. Solo se un numero significativo di soggetti trattati con il farmaco sperimentale avrà un reale miglioramento del quadro clinico, il farmaco verrà auto-

rizzato per il commercio. Se l'esperimento non dimostra una differenza statisticamente significativa tra i due farmaci, il nuovo farmaco non verrà autorizzato, il che può causare la perdita di milioni di euro al produttore del farmaco.

Chance: *Si tratta di somme enormi. Ci sono sempre voci che parlano di corruzione...*

Dr. Bernd Gänsbacher: Ne sono a conoscenza e posso assicurarle che non avviene nulla di tutto ciò. I pregiudizi verso l'industria farmaceutica non sono giustificati. Le sperimentazioni cliniche e le università non danno spazio agli imbrogli. Ma ovviamente nella giungla delle fake news viene sostenuto di tutto in rete.

Chance: *Due anni fa è stato commercializzato in Europa un farmaco contro la leucemia che negli Stati Uniti ha creato molto scalpore nel 2011.*

Dr. Bernd Gänsbacher: Sì, il famoso caso Emily Whitehead. Una bambina di sette anni malata di leucemia linfoide acuta, dichiarata in fase terminale dopo il fallimento di tutte le terapie. La paziente è stata poi trattata con un farmaco in fase di approvazione all'interno di una sperimentazione clinica e oggi studia all'università! I medici le hanno somministrato delle cellule del suo stesso sistema immunitario, dei linfociti T, dopo averli prelevati e modificati geneticamente con l'utilizzo di virus HI. Le cellule T riprogrammate geneticamente hanno agito specificamente contro le cellule tumorali, facendola guarire. Molti hanno parlato di un miracolo.

Chance: *Quello che all'epoca fu un esperimento, oggi è una terapia standard.*

Dr. Bernd Gänsbacher: Sì, e nel 2017 è arrivata anche in Europa, ma non in tutti gli stati membri e solo in ospedali universitari o molto specializzati. Ci vuole un laboratorio con personale iper-specializzato, che sia in grado di preparare la terapia individualizzata per ogni paziente, le lascio immaginare i costi... Le cellule T del paziente vengono modificate tramite ingegneria genetica, in modo tale da essere in grado di riconoscere le cellule tumorali CD19 positive delle leucemie e dei linfomi. È una terapia specifica in cui le cellule immunitarie modificate infuse al paziente andranno ad attaccare solamente le cellule tumorali che presentano il marker CD19. È un principio simile a

quello della vaccinazione. Inoltre, le cellule T hanno una memoria, sono in grado di riconoscere le cellule tumorali anche ad anni di distanza.

Chance: *Questi medicinali, Kymriah e Yescarta, possono essere usati solo quando sono fallite tutte le altre terapie?*

Dr. Bernd Gänsbacher: Sì, è così. Possono essere usati sia per le leucemie e i linfomi non-Hodgkin e vengono somministrati come infusione, dopo essere stati crioconservati.

Chance: *Ci sono anche altri tipi di tumore per cui stanno studiando delle terapie dello stesso genere, per esempio il tumore al seno. In questi casi può essere utilizzata la metodica delle cellule T?*

Dr. Bernd Gänsbacher: In realtà funziona meglio con i tumori liquidi, quelli del sangue, che non quelli solidi. Nel caso del tumore al seno le cellule tumorali si trovano compattate nel tessuto e non disperse nel sangue, il che le rende poco accessibili ai linfociti T modificati.

Chance: *E per quanto riguarda gli effetti collaterali?*

Dr. Bernd Gänsbacher: Qualsiasi farmaco ha degli effetti indesiderati. Nel caso di Kymriah e Yescarta possono essere anche gravi, per esempio disturbi dello stato di coscienza o febbre molto alta, ma i medici sono preparati e possono somministrare farmaci per risolvere la situazione.

Chance: *Un'ultima domanda: sono finanziabili questi farmaci? Durante i Colloqui sul Cancro a Brunico lo scorso febbraio, il primario di Oncologia a Bolzano, il Dr. Carnaghi, ha spiegato che in effetti ci sono farmaci avanzati nuovi e molto efficaci sul mercato, che però molto probabilmente già dal 2020 non saranno più finanziabili da un Sistema Sanitario Pubblico per i costi troppo elevati.*

Dr. Bernd Gänsbacher: Questo è un punto dolente! Come abbiamo già detto, la ricerca ha purtroppo dei prezzi molto elevati, come anche i brevetti. Yescarta e Kymriah costano 275.000 dollari e più per infusione. Hanno il grande vantaggio di curare i pazienti, ma viceversa resta aperta la questione su come un sistema sanitario pubblico possa accollarsi spese del genere per curare tutti i pazienti. ●

Dr. Bernd Gänsbacher

Nato nel 1948 a Sarentino, diplomato a Bressanone e laureato in Medicina a Innsbruck. Ha proseguito la sua formazione con una specialistica in medicina interna e allergia ed immunologia all'Università della Pennsylvania, dopodiché ha conseguito anche la specialistica in oncoematologia presso il Memorial Sloan-Kettering Cancer Center (MSKCC) di New York, dove ha lavorato, insegnato e svolto attività di ricerca. Dal 1994 è Associate Member e Professore del Leukemia Service del MSKCC. Il Dr. Gänsbacher ha partecipato a gruppi di lavoro che già nel 1990 hanno dato vita all'ingegneria genetica nel campo dei medicinali antitumorali, introdotti anche nel MSKCC, dove nel 1992 ha diretto due studi pionieristici su pazienti con Melanoma e Carcinoma Renale. Dal 1996 è stato Professore ordinario presso l'Università Tecnica di Monaco, presso il Klinikum rechts der Isar e direttore dell'Istituto di Oncologia Sperimentale e Ricerca Farmaceutica. La sua metodica dei "case discussion rounds" (CDR) è stata introdotta in numerose cliniche universitarie europee e americane. Il Dr. Gänsbacher ha ottenuto anche diversi premi ed ha pubblicato più di un centinaio di articoli scientifici. Dal 2000 al 2004 è stato presidente dell'Associazione Europea per la Terapia Genetica e Cellulare (ESGCT) e dal 2004 è membro della Commissione Centrale per la Sicurezza Biologica (ZKBS) del Ministero della Salute tedesco a Berlino. Dal 2013 è membro anche del Comitato per le Terapie Avanzate (CAT) dell'Agenzia Europea del Farmaco (EMA).

Antonio Frena è il nuovo primario di chirurgia

La commissione ha scelto il candidato con pluriennale esperienza nel reparto



I candidati erano cinque, alla fine è stato scelto un chirurgo che conosce il reparto già dal 1994: Antonio Frena dal 1 giugno è il nuovo Primario della Divisione di Chirurgia generale dell'Ospedale San Maurizio di Bolzano.

La scelta è caduta sul Dott. Frena per la sua pluriennale esperienza nel reparto di chirurgia generale e la sua conoscenza dell'oncologia chirurgica a livello provinciale, le sue proposte originali per aumentare la partecipazione di giovani specialisti e le sue idee nel campo dell'educazione e dello sviluppo del personale.

Nato a Roma nel 1962 ma di origine ladina, dopo la maturità classica al Liceo Carducci di Bolzano, Antonio Frena si è laureato all'università Cattolica di Roma nel

1987. Specializzatosi in Chirurgia Generale a Bologna e in Chirurgia Oncologica Epato-bilipancreatica a Parigi (F), ha conseguito il Dottorato di Ricerca in Biologia dei Tumori dell'Apparato Digerente a Modena. Il suo campo di attività clinica e di ricerca, dopo i primi anni dedicati al trapianto di fegato, si è sviluppato nell'ambito della chirurgia oncologica di fegato, vie biliari e pancreas. Ha trascorso alcuni periodi di perfezionamento all'estero, a Mannheim in Germania, a Los Angeles all'UCLA (USA) e a Parigi (F).

A Bolzano dal 1994, era in precedenza il responsabile della struttura semplice di Chirurgia del Fegato e vie Biliari. L'attività scientifica di Frena conta 275 pubblicazioni, la partecipazione a diversi progetti di ricerca nazionali ed internazionali, la presenza nell'Editorial Board di riviste scientifiche. La sua casistica operatoria consiste in oltre 3700 interventi chirurgici. ●



Care lettrici e cari lettori,

I progressi della ricerca sul cancro negli ultimi anni sono davvero incredibili! Ce li siamo fatti spiegare dal Dr. Bernd Gänsbacher, membro della Commissione CAT dell'Agenzia del Farmaco Europea, EMA. Grazie alle nuove terapie geniche e molecolari, pazienti che solo dieci anni fa avevano poche speranze oggi possono essere guariti o arrivare a convivere con il cancro, quasi fosse una malattia cronica come l'ipertensione o il diabete. Il tutto sempre con una buona qualità di vita. Quello che ad alcuni sembra addirittura un miracolo è dovuto al fatto che è enormemente aumentata la nostra conoscenza dei processi di base. Oggi la natura delle varie cellule è oggetto di studi sempre più approfonditi e i nuovi farmaci, cosiddetti intelligenti, agiscono solo sulle cellule malate e non più come le vecchie chemioterapie su ogni genere di cellula a moltiplicazione veloce. Tuttavia, questa nuova tecnologia genica, queste nuove terapie, che vengono adattate individualmente ad ogni paziente, hanno costi che mettono in crisi il sistema sanitario pubblico. D'altro canto, sarebbe eticamente inaccettabile una divisione dei pazienti su base economica e sociale, con malati che possono permettersi certe terapie e altri costretti a soccombere. Mai! Perché questo rimanga così, ognuno di noi è chiamato a dare il proprio contributo affinché il sistema sanitario pubblico resti accessibile. E possiamo farlo assumendoci la responsabilità per noi stessi e per la

nostra salute. Quanto sia importante uno stile di vita sano e responsabile, lo abbiamo scritto più volte nella Chance. Esercizio fisico, controllo del peso, protezione solare, non fumare, le visite preventive ecc. Tutto questo può prevenire il cancro. Tutto ciò contribuisce a contenere i costi della sanità pubblica salvaguardando il principio di accessibilità. Ma non basta. Dobbiamo essere responsabili anche nell'utilizzo delle risorse. In altre parole, non dobbiamo farci prescrivere medicinali o esami inutili. Dobbiamo tenere informato il nostro medico di famiglia di tutti gli esami e tutte le visite che eseguiamo. Dobbiamo fare la dichiarazione anticipata di trattamento...

E un'altra cosa ancora: autorizzare la disponibilità dei dati relativi alla salute. Dati che dovrebbero essere disponibili ad ogni cittadino, ai medici curanti e ai servizi autorizzati. Senza questa autorizzazione, un medico di fronte ad un caso di emergenza non può cercare rapidamente il gruppo sanguigno del paziente, le sue possibili allergie o altri dati importanti per decidere la terapia. Senza consenso questi dati sono coperti dalla privacy. Sono dati sensibili che possono salvare vite umane o almeno aiutare a risparmiare costi e tempo per esami che non sarebbero necessari.

Per facilitare tutto ciò, la Provincia Autonoma di Bolzano mette da subito a disposizione un nuovo sistema: il fascicolo

sanitario elettronico. Tramite il FSE è possibile avere sempre accesso ai dati rilevanti per la salute nel momento in cui davvero servono. Presso il medico di famiglia o dal pediatra, in laboratorio, in farmacia, in ospedale o presso uno specialista. Si tratta di uno strumento importante, soprattutto per i pazienti cronici, per avere sempre a portata di mano tutte le informazioni rilevanti. La chiave di questo fascicolo sanitario elettronico è la partecipazione dei cittadini. Ognuno di noi è chiamato a dare il proprio consenso all'inserimento di dati digitali tramite SPID (=identità digitale) o tramite la carta di cittadinanza elettronica, sia sul computer o presso uno sportello cittadino appositamente dedicato. Consenso che può essere ritirato dal cittadino completamente o parzialmente in qualsiasi momento. Esami di laboratorio, radiografie, prescrizioni mediche, lettere di dimissione... Nel FSE è documentata la nostra storia (da paziente), con il nostro nome in chiaro per coloro che hanno bisogno di queste conoscenze per poterci curare meglio. In modo anonimo invece per la ricerca e per chi pianifica e gestisce le risorse. Se voglio il miglior trattamento possibile per me e se voglio che rimanga accessibile, devo essere pronto ad occuparmi attivamente e responsabilmente della mia privacy. Devo essere un paziente responsabile e maturo.

Vostra

Nicole Dominique Steiner

Nessuna telefonata per richiedere offerte!



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

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

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

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



Meglio che altrove, ma da migliorare...

Indagine tra i pazienti membri dell'ATAA affetti da linfedema



Alexandra Mittich lavora da molti anni con pazienti affetti da linfedema. Nella sua tesi di master in Assistenza e Gestione sanitaria a Krems, si è occupata del linfedema e ha condotto un sondaggio tra i membri dell'Assistenza Tumori Alto Adige che beneficiano del servizio di linfodrenaggio offerto dall'associazione.

Nel 2016 l'ATAA ha fornito il linfodrenaggio a 445 pazienti (26 uomini e 416 donne) per un totale di 7.541 prestazioni, e la fisioterapia individuale a 27 pazienti per 401 prestazioni. L'ATAA non registra invece i bendaggi eseguiti perché non rientrano nelle terapie prescrivibili dal sistema sanitario pubblico.

L'indagine è stata condotta tra il novembre 2017 a l'aprile 2018. All'epoca, nei diversi ambulatori di circondario dell'Assistenza Tumori, erano in cura per linfedema

secondario 405 pazienti. Le fisioterapiste/i dell'associazione hanno distribuito a tutte le paziente/i i questionari con un totale di 28 domande a cui rispondere spuntando le apposite caselle. Alla fine, 138 di questi questionari sono stati restituiti, (parzialmente) compilati.

Dati socio-demografici: Delle 138 persone che hanno partecipato al sondaggio, 132 erano donne e solo 6 gli uomini. Questa la suddivisione per aree geografiche: 26 del circondario di Bolzano Salto Sciliar, 19 della

Valle Isarco, 23 del circondario di Merano Burgraviato, 28 dell'Oltradige Bassa Atesina, 10 della Val Venosta e 32 della Val Pusteria (suddivisa in Alta e Bassa Pusteria). L'età media era di 64 anni.

Dati clinici: 86 (62%) delle pazienti intervistate soffrono di linfedema come conseguenza della terapia del cancro al seno; 15 delle pazienti intervistate (11%) come conseguenza di un tumore all'utero o alle ovaie, 12 dopo un tumore della testa o del collo. Nelle altre 25 persone, il linfedema

come quadro clinico secondario è sorto invece dopo tumori nella regione toracica (9), al fegato (1), intestino (2), reni (4), organi riproduttivi femminili (5), tiroide (2) e alle ossa (3).

10 domande riguardo al grado di soddisfazione: il 68% degli intervistati ha visitato uno specialista in ospedale dopo la comparsa dei primi sintomi, il 47% di loro però solo dopo diverse settimane. Si raccomanda invece di iniziare la terapia il più presto possibile, poiché la progressione della malattia - stadio 0-III - può portare alla cronicizzazione dei disturbi e comporta un ulteriore stress fisico e mentale. Nel 6% dei pazienti la diagnosi di base è stata sufficiente, al 30% è stato effettuato un esame ecografico, solo il 13% è stato sottoposto ad una scintigrafia, che sarebbe considerata come parametro di riferimento per la diagnosi di linfedema dell'arto. Il 51% degli intervistati ha confermato un buono stato di salute generale e il 75,5% ha dichiarato di essere regolarmente sottoposto a visite specialistiche. Il 47% degli intervistati si è dichiarato molto soddisfatto dei medici cu-

ranti, l'80% dei fisioterapisti curanti. Il 59,5% degli intervistati ha dichiarato di indossare una calza a compressione su misura, il 4% una calza standard. Gli intervistati hanno anche dichiarato che lo scambio con altri pazienti e il contatto sociale con persone nella stessa situazione si concretizza grazie all'Assistenza Tumori.

Cosa manca? L'indagine ha mostrato con chiarezza che mancano medici con competenze sufficienti per una diagnosi approfondita. I tempi di attesa negli ospedali sono sproporzionatamente lunghi e dopo la terapia di base (i due cicli di otto sedute) non sono previsti altri interventi. Continuare da soli con il linfodrenaggio e la fisioterapia però è un costo che la maggior parte dei pazienti non può affrontare da sola. Inoltre da più parti si è lamentato che mancano sia fisioterapisti specializzati sia strutture dedicate per terapie in regime di ricovero.

Conclusione: La situazione in Alto Adige è generalmente migliore che in molte altre regioni, in quanto le persone malate

di linfedema hanno diritto a due calze di compressione su misura all'anno e possono avvalersi del ticket per i trattamenti effettuati nell'ambito del sistema sanitario provinciale. In più possono avvalersi dell'offerta ATAA per i soci: due serie di linfodrenaggio (2 cicli di otto sedute a settimana). Tuttavia, secondo l'autrice della tesi di master, proprio perché si tratta di una patologia cronica, questi servizi spesso non sono sufficienti. Pazienti con linfedema necessitano di una continuità terapeutica a vita.

Per il futuro: Alexandra Mittich auspica una maggiore considerazione della linfologia nei programmi dei corsi di laurea in medicina, scienze infermieristiche e fisioterapia. Questo faciliterebbe una migliore connessione tra altre patologie con le malattie linfatiche. In molti casi, la progressione e la cronicizzazione del linfedema secondario potrebbero essere evitate se le diagnosi fossero immediate e le terapie potessero essere prescritte e iniziate in tempo utile. ●



L'aspetto estetico è il problema minore dei pazienti con linfedema

La Chance digitale

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



Il male nascosto

Il linfedema è una patologia sottovalutata curata in modo non sempre adeguato



Foto: Othmar Seppauer

Una tesi di laurea sul linfedema e la situazione dei pazienti in Alto Adige. Un questionario per tutti coloro che si avvalgono del servizio di linfodrenaggio offerto dall'Assistenza Tumori Alto Adige. Alexandra Mittich, infermiera strumentista e specializzata in linfodrenaggio, si è laureata in Assistenza e Gestione sanitaria. Punto di partenza della sua tesi: il linfedema è una malattia cronica grave e per lo più sottovalutata, di cui molti casi non sono neanche diagnosticati.

La tesi di Alexandra Mittich è composta da tre parti, un quadro di riferimento generale, un'indagine tra i pazienti dell'Assistenza Tumori dell'Alto Adige e due interviste approfondite con due pazienti.

In Alto Adige il linfedema rappresenta quasi l'1% di tutte le malattie croniche; in Italia sono circa due milioni i pazienti affetti da linfedema, con circa 40.000 nuovi casi ogni anno. In Alto Adige le cifre ufficiali parlano di una prevalenza di 44 casi ogni

100.000 abitanti, che corrisponde a circa 260 casi per la popolazione totale. Secondo la letteratura, tuttavia, si può ipotizzare una prevalenza di 200-300 casi ogni 100.000 abitanti. Questo significa che in verità i casi sono da cinque a sei volte in più, cioè tra 1.050 - 1.600 persone ogni 100.000 abitanti.

Come si spiega Alexandra Mittich questa discrepanza? "Molti casi", dice Mittich, "non sono diagnosticati e sottovalutati dai medici, che parlano solo di gonfiore del

piede senza indagare la causa." Il linfedema è un male sconosciuto e nascosto. "Molte persone, chiedendomi dell'argomento della mia tesi, non sapevano neanche di che cosa si trattasse", ricorda Alexandra Mittich. I pazienti colpiti devono far fronte anche a questa ignoranza e di conseguenza anche alla poca comprensione per la loro situazione, spesso molto complicata.

Si distingue tra linfedema primario (=sporadico o congenito) e secondario,



Alexandra Mittich sta mettendo una calza di compressione ad una paziente

che consiste in danni al sistema di drenaggio linfatico in seguito a traumi, radiazioni, alterazioni dei linfonodi. Molto spesso è causato da una malattia tumorale e gli interventi chirurgici associati (ad es. cancro al seno). Statisticamente, il linfedema secondario è più comune del linfedema primario.

"Devo ammettere che sono rimasta sorpresa che la mia università abbia accettato immediatamente l'argomento scelto da me per la mia tesi. Il linfedema non è considerato un problema serio negli ambienti medici", spiega Alexandra Mittich. A torto come dimostrano invece le cifre e considerando che questa patologia cronica comporta malessere e stress alle persone colpite e non per ultimo anche costi non indifferenti al sistema sanitario pubblico. Sono più le donne che uomini affette da questo male, che nella maggior parte dei casi (dopo il cancro al seno) si sviluppa nelle braccia o negli arti inferiori. Le persone affette da linfedema a parte l'aspetto estetico, che comunque pesa sullo stato psicologico dei pazienti,

hanno da affrontare molti problemi anche nella vita quotidiana.

Alexandra Mittich è impiegata da molti anni presso lo studio medico privato San Nicolò - Pinzetta - Ambach. "Nel mio lavoro sono a stretto contatto con i pazienti che raccontano molto. Tanti lamentano di non sentirsi presi sul serio, di non riuscire a trovare un medico per la diagnosi e la terapia, di sentirsi soli nell'affrontare il loro problema. E così sono arrivata a scegliere il tema della mia tesi di laurea: Volevo capire com'è davvero la situazione."

Alexandra Mittich è rimasta molto sorpresa nel valutare il suo questionario, distribuito tra i membri dell'Assistenza Tumori. "Purtroppo, devo dire che non tutte le risposte erano del tutto sincere o almeno non corrispondevano a quanto mi viene infatti in continuo riferito dai pazienti."

L'ATAA eroga ai pazienti aventi diritto diversi cicli di linfodrenaggio, da effettuare una o più volte alla settimana inoltre il

Servizio Sanitario Provinciale fornisce due calze di compressione all'anno, sempre che ci sia la prescrizione medica. Chiunque abbia esaurito questa quota o a chi per qualsiasi motivo non sia stato prescritto dal servizio sanitario pubblico deve affrontare da solo queste spese. Un drenaggio linfatico privato costa fino a 100 euro a seduta, una calza di compressione su misura costa tra i 300 e i 400 euro.

I pazienti affetti da linfedema combattono su molti fronti. Il danno estetico è ancora l'ultimo dei problemi. Arti spessi e gonfie, piedi spessi che rendono quasi impossibile indossare le scarpe. Inoltre ci sono i disturbi cutanei e le infiammazioni causate dalla calza di sostegno. In estate portare una calza di compressione è un calvario. Se i piedi sono gonfi, i pazienti devono spesso indossare scarpe di diverse misure più grandi della misura reale, il piede sano ha bisogno di una soletta. La pelle brucia ed è tirata, la mobilità è compromessa. "Chi non ce l'ha", dice Alexandra Mittich, "fa fatica immedesimarsi in queste persone." ●

Radici forti, per rifiorire

L'Assemblea Generale dell'Assistenza Tumori Alto Adige il 6 aprile 2019



Foto: Othmar Seehauser

Ogni anno, nel mese di aprile, l'ATAA convoca i soci all'assemblea generale annuale. E ogni anno un piccolo numero di soci provenienti da tutta la provincia si mette in viaggio per assistere alla retrospettiva dell'anno passato. Ripassando il 2018 un dato è emerso chiaramente: la necessità di sostegno alle persone malate di tumore è in costante aumento. Il numero dei soci nel 2018 è salito a 9945.

“L'Assistenza Tumori è un albero forte con radici solide, che fiorisce dopo le tempeste invernali e i cui rami si espandono capillarmente su tutto il paese.” Un'immagine efficace con la quale la presidente provinciale Ida Schacher ha aperto i lavori dell'assemblea generale. Alla deputata SVP Renate Gebhard l'onore della presidenza dell'assemblea; Claudia Bacher invece ha presentato la retrospettiva sulle numerose attività dell'ATAA. L'assessora Waltraud Deeg e la ricercatrice sul cancro Petra Obexer sono salite sul podio per salutare i soci mentre l'assessore alla sanità, Thomas Widmann, si è scusato per un impegno inderogabile.

Poco più di un terzo dei soci dell'Assistenza Tumori sono malati di tumore e sono infatti circa 3.000 i soci che hanno usufruito di uno o più servizi offerti dall'ATAA. L'impegno dell'associazione inizia molto spesso quando i malati sono ancora ricoverati, le donne operate di tumore al seno per esempio ricevono in dono un cuscino a forma di cuore e un reggiseno a compressione e poi questo impegno continua in molti modi. Tra i servizi e le offerte dell'ATAA nel 2018 troviamo il drenaggio linfatico (8.581 ore per 416 pazienti), una vasta gamma di corsi (1.300 ore per 785 partecipanti), ergoterapia, Dragon Boat, gruppi di auto-aiuto, vacanze (mare e montagna per un totale di

139 soci), campagne di sensibilizzazione ed eventi informativi, escursioni (per un totale di 1.693 soci), attività come “Rapunzel” (iniziativa con dei parrucchieri per raccogliere fondi per l'acquisto di parrucche) o il servizio di trasporto malati organizzato dai singoli circondari.

L'ATAA sostiene i suoi soci anche finanziariamente. Nel 2018, quasi 500.000 euro sono stati erogati a sostegno di soci che a causa della malattia si sono trovati ad affrontare delle difficoltà economiche. 1.154 soci hanno ricevuto un aiuto immediato pari a 250.000 euro; altri 217.000 euro sono andati a 49 pazienti/famiglie nell'ambi-



Stare insieme rende forti

to dell'iniziativa "Südtirol hilft". Un nuovo fondo istituito due anni fa per soci in particolare difficoltà, ha versato nel 2018 9.300 euro a cui si aggiungono i quasi 28.000 euro erogati nell'ambito del fondo "Aiuto per figli di genitori malati di cancro".

L'Assistenza Tumori è orgogliosa di autofinanziarsi per il 57%. Si tratta di mezzi provenienti da donazioni, dalle quote associative e fondi raccolti grazie alla fantasia dei numerosi volontari che lavorano a livello di circondari, che si impegnano in continuazione per trovare sponsor e per organizzare eventi di beneficenza. La campagna "Una rosa per la vita", concerti, corse di beneficenza, mercatini di Natale, watten a premi e molto altro ancora sono alcuni degli esempi di autofinanziamento. Il restante 43% proviene dalla Provincia e copre i costi per le terapie, i costi del personale e gli affitti. Un contributo importante è rappresentato ogni anno dalla campagna di vendita di primule delle donne SVP, soldi che confluiscono nella ricerca sul cancro e sostengono il lavoro della biologa mo-

lecolare Petra Obexer, che lavora presso l'Istituto di Ricerca sul Cancro di Innsbruck.

Il contributo sociale più importante garantito dall'Assistenza Tumori, tuttavia, è il sostegno diretto dei pazienti. Da 38 anni l'associazione è infatti a fianco delle persone affette da cancro. E chi meglio di coloro che hanno vissuto la stessa esperienza può immedesimarsi in chi deve affrontare il cancro? Senza i tanti volontari attivi in tutti i circondari, l'ATAA non potrebbe mai riuscire in tutto questo.

All'inizio dell'assemblea è stata inoltre approvata una modifica dello statuto, necessaria a causa di nuove disposizioni legislative. Oltre ad alcuni cambiamenti meramente tecnici, è stato poi deciso di dividere Alta e Bassa Pusteria in due circondari indipendenti.

Giuseppe Paolato, uno dei tre revisori dei conti, ha confermato all'ATAA una condotta efficiente e trasparente. L'Assemblea generale è stata organizzata dal coordinatore

Marcus Unterkircher insieme a Doris Brunner. Nelle pause e durante la retrospettiva sono stati i ritmi jazz di Stefan Oberhofer e Hansi Mutschlechner ad accompagnare i partecipanti. ●



La presidente provinciale Ida Schacher

Viva la Krebshilfe

Il soggiorno al mare di Misano Adriatico: Amicizia e divertimento



Dodici giorni in un piccolo paradiso, anzi dieci, perché due giornate se ne vanno con il viaggio. Così si potrebbe riassumere il soggiorno al mare organizzato dall'Assistenza Tumori per i soci dal 28 maggio al 9 giugno a Misano Adriatico. Molti dei 46 partecipanti che si sono ritrovati all'Hotel Kursaal sono degli habitués. Vengono ormai da diversi anni e non da ultimo vengono proprio anche per rivedere gli amici salutati l'anno prima. "Qui ci ritroviamo, qui passiamo le ferie nostre, tutte per noi, alle quali si aggiungeranno poi quelle con la famiglia."

L'Hotel Kursaal è giusto di fronte al Bagno 55 – 56, non proprio nel centro di Misano e quindi un po' più tranquillo come location. Ma basta camminare dieci minuti sul lungomare e ci si ritrova in pieno centro. La spiaggia poi è appena pochi passi fuori dall'albergo. La hall dell'Hotel Kursaal è luminosa e spaziosa, vari divani invitano alla sosta, sul lato opposto al mare una grande vetrata dà sul giardino e su una grande piscina con le sedie a sdraio. A parte la posizione strategica, l'ambiente

accogliente e anche elegante, le belle stanze luminose e pulite e la buona cucina, è il personale che rende il soggiorno al Kursaal così particolare. Dagli addetti alle pulizie al personale della reception, dai camerieri e baristi al direttore e agli animatori, sono tutti gentilissimi oltre ad essere molto professionali e premurosi. Le condizioni migliori per fare passare tanto al gruppo altoatesino quanto a tutti gli altri ospiti della struttura, dei giorni indimenticabili all'insegna di relax e benessere. Vacanze

con la V maiuscola insomma, nel vero senza della parola.

Per la prima volta è Alessandro Altadonna ad accompagnare il gruppo. Ex-Infermiere di sala operatoria e con una grande esperienza nell'accompagnare gruppi durante soggiorni estivi, la sua prima mossa è stata chiedere all'albergo una stanza al pianterreno da allestire come infermeria, mettendosi a disposizione, in caso di necessità, anche degli altri ospiti e del personale.

Tutte le mattine dalle 8 alle 9.30 era lì per misurare la pressione, prendere i valori della glicemia o applicare medicazioni (che ovviamente effettuava anche la sera se occorreva). A parte questo fascia oraria fissa, comunque era disponibile 24 ore su 24 per ogni tipo di evenienza. "Ho subito chiesto una stanza perché fare queste cose nella hall davanti agli occhi di tutti non mi sembrava proprio il caso", sostiene Alessandro, Ale per tutti. "Ci vuole un po' di intimità!"

Dieci giorni che sono volati e il giudizio più che positivo da parte di tutti non ha vacillato neppure di fronte ai primi quat-

tro giorni freddi e piovosi. L'unica pecca, se proprio bisogna cercarne una, è che dodici giorni sono pochi. Più di uno dei partecipanti vorrebbe tornare ai 15 giorni di qualche anno fa, ovviamente pagando di più. Per favore...!

Le giornate avevano più o meno tutte lo stesso ritmo. La mattina ginnastica a corpo libero in spiaggia con uno dei due animatori, Carlo o Lilly, seguita poi da lezioni di "bachata" (si pronuncia baciata), una danza latino-americana. Poi bagno di sole, bagni in mare o burraco, almeno per il gruppo di giocatrici affiatate e formato

da Kira, Maura, Cinzia e Bruna. Pranzo alle 12.30, riposo e poi, a partire delle 16.30 tornei di bocce, di ping-pong, freccette e altro. Verso le 18 di nuovi balli e la sera dopo cena invece animazione. Carlo e Lilly hanno trovato poi in Alessandro Altadonna un compagno inaspettato, oltre a essere un bravissimo infermiere infatti ha anche il talento dello showman. Unica la sua imitazione di Lilli Gruber con rossetto, parrucca rosa e seni finti o di Emilio fede a leggere le notizie del "telegiornale" riassumendo così la giornata. ●



La bella piscina e la hall dell'hotel Kursaal e l'ingresso del Bagno 55 - 56



Un brindisi alla "Krebshilfe". A sinistra il famoso tavolo numero sette.

Bolzano - Misano Adriatico in giornata

Visita lampo alla compagnia di vacanzieri che ha soggiornato all'Hotel Kursaal dal 28 maggio al 9 giugno



Sono diversi anni che avevo in mente di fare visita a uno dei gruppi che vanno al mare e scrivere un reportage per la Chance. Così il 4 giugno alle 5.16 nella stazione di Bolzano sono salita sul treno per arrivare alle 10.30 a Misano dopo due cambi. Neanche tanto lunga, in fondo. Alle 16.20 poi il ritorno.

Uscita dal treno la sento subito, l'aria calda, un po' umida e leggermente salata del mare. È caldo ma non afoso, la leggera brezza mi dice che il mare non è molto lontano. Misano Adriatico si sta preparando per la stagione estiva. Caffè, bar e negozi sono aperti, tutti tirati a nuovo, ma non c'è ancora la ressa, che inizierà appena chiudono le scuole. Il percorso dalla piccola stazione all'albergo è piacevole e tranquillo, regna la calma.

All'Hotel Kursaal è Alessandro ad aspettarmi, la maggior parte del gruppo è in spiaggia,

dove li raggiungiamo, dopo aver saluto Lino, il bagnino. Subito all'inizio del bagno ci si imbatte nel "gruppo burraco". Quattro donne che si sfidano quotidianamente nel loro gioco preferito, chi all'ombra chi con la sedia al sole. Sono Kira, Maura, Bruna e Cinzia.

Più in là verso il mare ci sono gli ombrelloni riservati ai membri dell'Assistenza Tumori che del resto anche i componenti italiani del gruppo chiamano affettuosamente "la Krebshilfe". Vengono un po' da tutto l'Alto Adige: Bolzano, Merano, Bassa Atesina. La maggior parte di loro si divide

una stanza e molti sono "coinquilini" già da diverse stagioni. Di solito i compagni di stanza si dividono anche l'ombrellone, come per esempio Vittorio da Merano e Mario da Bolzano.

Certo gli uomini sono beati fra le donne, dei 46 componenti del gruppo appena nove infatti sono maschi. Per Vittorio non è una novità, anche al corso di ginnastica offerto dall'Assistenza Tumori che frequenta lui è l'unico uomo. Sono tre anni che viene a Misano e non riesce proprio a capire gli altri soci maschi, che non sfruttano que-

>



Giorni spensierati e indimenticabili passati a Misano Adriatico. Ognuno segue il suo programma: relax totale, trovare nuovi amici, prendere il sole o giocare a carte...

sta occasione. “Vado d'accordissimo con le donne, ma certo, ogni tanto è anche piacevole passare dei momenti in compagnia di qualche uomo. Che siano in tanti ad ammalarsi di tumore lo sappiamo. Ma all'Assistenza Tumori se ne vedono ben pochi. Peccato per loro!”

Franco, che si chiamerebbe Mirto con il primo nome, viene da quattro anni assieme alla moglie Kira. “Siamo tutti e due dei miracolati”, dice. “Tra animazione, bagni di sole e giochi ce la spassiamo”, dice, “è una meraviglia!”

Judith è il cucciolo, la mascotte del gruppo, nata nel 1967. Prima di venire a Misano Adriatico con il gruppo di fine maggio, ha partecipato due volte con la figlia al Soggiorno Madre e Figli. Adesso sua figlia dodicenne preferisce andare con la zia e così si trova per il secondo anno ad andare da sola. “Devo dire che qualche volta non è niente male partire da sola. Mi sento molto a mio agio in questa compagnia così allegra!” Per la cronaca, la più anziana del gruppo è Fernanda, nata nel 1938.

Quando mi fermo vicino agli ombrelloni alcuni si avvicinano, incuriositi da questa persona in spiaggia vestita da città e per lo più con blocco e biro in mano. Quando sentono che sono dell'Assistenza Tumori, ognuno vuole dire la sua. “È meraviglioso qui”, “Viva la Krebshilfe che ci permette di venire ogni anno in questo posto bellissimo.” Oppure: “Stiamo benissimo qui, non è solo bello, ma c'è anche animazione, stasera ci sarà il karaoke e tutti quanti sono meravigliosi e gentilissimi con noi!” Tutti positivi

quindi i giudizi, e bisogna proprio dirlo, c'è anche tanta riconoscenza per l'impegno dell'Assistenza Tumori a favore dei malati.

In sala da pranzo una parte è riservata ai diversi tavoli del gruppo dall'Alto Adige e infatti anche qui ci si rende subito conto del clima allegro e affiatato. Ci sono dei tavoli “storici”, come per esempio il tavolo sette e altri che si sono formati ex-novo. Ad ogni tavolo comunque si chiacchiera e si ride, da vecchi amici. Dopo il pranzo si prende il caffè al bar e poi la maggior parte si ritira in stanza per una breve pausa prima che ricominciano i giochi.

“Scriva come stiamo bene qui”, mi raccomandano prima di salutarmi. “Che non pensino che qui regni solo tristezza e che non si parli di altro che della malattia!” La malattia infatti qui non entra. A Misano Adriatico ci si diverte, ci si rilassa, si sta in compagnia e si ride molto. Il quotidiano e le preoccupazioni non fanno parte dei bagagli e sono rimasti in Alto Adige!

Tempo per me di salutare. Torno alla stazione ancora ignara che il ritorno sarà molto lungo. Due treni in ritardo, una coincidenza persa ... ma questa è un'altra storia. ●



Vittorio e Franco (alias Mirto)



Sempre sorridente: il bagnino Lino

Nelle migliori mani

L'infermiere Alessandro Altadonna e gli animatori Lilly e Carlo



Quarant'anni in corsia, infermiere nella sala operatoria di Ortopedia e di Chirurgia infantile e in Sala gessi. Iscritto all'ordine dal 1973 e in pensione dal 2004 – questo è Alessandro Altadonna. Ad occuparsi del divertimento e del relax sia fisico che psichico sono invece Lilly e Carlo, i simpatici animatori dell'Hotel Kursaal e del Bagno 55-56.

Esperienza nel gestire gruppi ne ha da vendere, Alessandro Altadonna, Ale come lo chiamano tutti. Da anni accompagna i ragazzi altoatesini alla famosa Colonia 12 Stelle. Dal 28 maggio al 9 giugno invece per la prima volta si è messo in gioco come responsabile di un gruppo di soci dell'Assistenza Tumori al soggiorno marino di Misano Adriatico.

“È un gruppo meraviglioso”, dice Altadonna. “Ognuno con la sua specificità e la sua storia. Per me è importante mettermi a disposizione di ognuno di loro per ascoltarlo, per poter garantire a tutti tranquillità e serenità e trasmettere loro fiducia.” A sentire i partecipanti, l'obiettivo è stato centrato in pieno. Ale è per tutti un punto di riferimento. La prima cosa che ha fatto quando è arrivato è stato chiedere all'albergo una stanza da allestire come infermeria. “Non mi andava di misurare pressione e glicemia nella hall davanti a tutti, i pazienti hanno un diritto a una loro privacy.”

Con grande sorpresa di tutti, Alessandro si è rivelato poi non soltanto un ottimo

infermiere e compagno di viaggio ma anche un abile entertainer. Tutte le sere ha contribuito all'animazione degli ospiti dell'albergo insieme ai due animatori Lilly e Carlo. E chi l'ha visto chiacchierare con i partecipanti del viaggio ha avuto l'impressione che li conoscesse da anni. Una persona di compagnia, empatica, con cui divertirsi ma allo stesso momento serio e affidabile nel suo lavoro. Dal 25 luglio al 7 agosto tornerà a Misano Adriatico come accompagnatore del gruppo madri/ padri con figli. Per le sue esibizioni si scrive da solo i testi, e tutto l'hotel si piegava dal ridere per le sue performance nei panni di Lilli Gruber o Emilio Fede con tanto di travestimento.

Alessandro ha scritto anche due libri: un'autobiografia in cui racconta il suo lavoro all'ospedale di Bolzano e uno sulla sua partecipazione a cinque missioni in Irak. È stato anche tra i volontari del dopo terremoto in Irpinia e ha partecipato a missioni umanitarie in Siria e in Eritrea.

Sono la coppia del sorriso che viene da dentro, i due animatori dell'Hotel Kursaal

della stagione 2019. Loro si chiamano Lilly e Carlo. Giovani, con già qualche esperienza come animatori alle spalle e con una grande volontà di far star bene le persone. Sempre di buon umore e con tante idee su come passare bene il tempo insieme divertendosi e anche muovendosi.

Tutti e due hanno preso servizio il giorno in cui è arrivato il gruppo di Bolzano, il 28 maggio, e si fermeranno a Misano Adriatico fino a settembre. Tutte le mattine alle 9.30 danno appuntamento agli ospiti in spiaggia per il risveglio muscolare e cominciare così la giornata freschi e in forma. Seguono poi lezioni di ballo latino-americano. Lilly ha già lavorato con gruppi di malati, per Carlo invece è la prima esperienza. “Ma la malattia non è mica un tema - dicono tutti e due - La cosa più importante per noi è fare che la gente sorrida, dar loro energia e carica positiva”. ●

Gondolieri per un fine settimana

Esperienza dragon-boat a Venezia con Valentina Vecellio

Ventitre donne e due draghi... Per la seconda volta la coach Valentina Vecellio, terapeuta dello sport certificata in oncologia clinica nonché ex-paziente è partita insieme ad un gruppo di donne nel mese di aprile per Venezia per effettuare una terapia del movimento del tutto particolare. Remare infatti è un'attività molto indicata per la riabilitazione funzionale della muscolatura di spalla e braccia spesso danneggiata dai trattamenti chirurgici e radioterapici della malattia tumorale. E in più un'attività che rafforza la fiducia in se stessi.

Ci vogliono equilibrio, ritmo e spirito di gruppo per riuscire a domare insieme il drago. Un dragon-boat va maneggiato da 10 a 12 persone, ci vogliono una persona che dà il ritmo, la pagaiatrice di riferimento e una timoniera. Dopo aver imparato il movimento in palestra le vogatrici altoatesine hanno solcato il Canal Grande e le piccole e silenziose calli della meravigliosa città lagunare. Dall'anno scorso le donne della terapia del movimento fanno parte della rete mondiale dei gruppi dragon boat in più di 26 paesi del mondo. ●



Movimento riabilitativo, divertimento e spirito di gruppo – ecco come si può riassumere il valore dell'esperienza dragon-boat a Venezia



Foto di gruppo con la coordinatrice Valentina Vecellio davanti al Ponte Rialto



L'esercizio in palestra

LETTERE

Un'esperienza di vita...

Mi ricordo come se fosse ieri, erano le 09:36 di venerdì 18 novembre 2016 e mi trovavo nel bagno della mia stanza dell'ospedale di Merano. Stavo finendo di prepararmi, quando sono entrati la dottoressa e gli infermieri, li sentivo parlare con il mio caro amico e compagno di stanza Robert. Mi pregustavo già il ritorno a casa, tutto era pronto per la partenza. Uscii dal bagno, salutai i medici, mi sedetti sul letto, e ascoltai cosa mi dovevano dire.

"La maggior parte degli esami è andata bene ma la TAC ha evidenziato una massa nella zona del mediastino, vicino ai polmoni e pertanto devono essere condotti degli accertamenti..." sentii dire il medico.

Il mondo di colpo si fermò, scoppiai a piangere, ripensai all'incubo fatto proprio nella notte precedente, e dove veniva evidenziata una massa grigia. Ecco allora la

conferma della mia malattia, un tumore maligno, il Linfoma di Hodgkin. Riflettevo sull'importanza della vita, che non si poteva fermare a 35 anni con una dolce compagna, Maria, e con un bimbo di soli 18 mesi, Mattia.

Devi lottare pensai... e così fu. Andavo a fare le chemioterapie, sempre entrando sorridente e felice in reparto, in quanto mi sentivo ogni volta un passo più vicino alla guarigione.

È stata un'esperienza di vita, che mi ha permesso di conoscere persone fantastiche, il mio amico di stanza Robert che ora non c'è più, la prima persona che mi ha incoraggiato a lottare; medici, infermieri... Mi sono avvicinato all'Assistenza Tumori Alto Adige, dove ho conosciuto persone straordinarie, gli amici di Bolzano e di Egna, come la Sig.ra Berlanda, Erika, Tamara, ho avuto la fortuna

di conoscere Alfred, diventato un amico, e tante altre persone, ognuno di loro mi ha insegnato qualcosa...e poi ho avuto il piacere di avvicinarmi a manifestazioni sportive ed eventi benefici, come la "Run For Life" di Egna, che da sempre uniscono persone e permettono di raccogliere fondi che vengono destinati a progetti benefici per aiutare tante altre persone in difficoltà. Ci tengo a sottolineare l'importanza di questi eventi...unici nel loro genere.

Dopo 8 chemioterapie e 17 radioterapie oggi mi sento più forte di prima, mi sento una persona fortunata e mi rendo conto che nella vita ci sono persone più sfortunate di me.

E come dico sempre: "Crederci sempre e non mollare mai, la Vita è preziosa!"

Matteo

Cuscini a cuore fatti col cuore

Il gruppo bricolage della Bassa Pusteria



Lo spazio è piccolo. Un tavolo rettangolare nel mezzo e sopra dei modelli a forma di cuore, stoffe colorate, imbottitura sintetica bianca, forbici, spilli. Intorno al tavolo otto donne tutte indaffarate. Il rumore della macchina da cucire riempie lo spazio, assieme al clac-clac delle forbici che tagliano le stoffe, le matite che passano intorno ai modelli a forma di cuore e le voci delle otto donne che stanno lavorando contente. Un pomeriggio di bricolage presso la sede dell'Assistenza Tumori di Brunico.

Il gruppo si incontra ogni due settimane di giovedì pomeriggio a partire dalle 14.30. Tra le otto e le dieci signore. Il programma varia. Tutte attendono con ansia di sapere cosa ha programmato Christine, l'anima creativa del gruppo. Il bricolage è il suo hobby e a casa ha un pozzo praticamente inesauribile di materiale che proviene ancora dai suoi tempi passati all'Associazione Famiglie. E se anche dovesse mancare qualcosa, sa comunque come

procuraselo. Da tre anni è socia dell'ATAA e adesso le piace rendersi disponibile per l'Associazione Tumori.

I giovedì pomeriggio hanno una doppia funzione. Da una parte confezionare dei cuscini a forma di cuore e poi fare dei lavoretti per il mercatino di Natale o gli stand informativi. Cartoline di saluto o di ringraziamento, di condoglianze, orsacchiotti o bamboline fatte a maglia, sale

alle erbe, vasetti e porta candele dipinti a mano, oggetti che dimostrano l'amore e la cura con cui sono stati realizzati. Dall'altra è un'occasione di scambio per le donne, un modo per passare un pomeriggio in compagnia di persone con esperienze ed interessi simili. Un diversivo. Si beve del tè o un succo, non possono mancare dolci o biscotti e così si crea un'atmosfera cordiale che fa del bene alle signore e anche agli oggetti che realizzano.

I cuscini a cuore vengono realizzati in tre grandezze, più o meno larghi. Dopo averli cuciti, vengono impacchettati con cura e consegnati alla breast-nurse Gaby dell'ospedale di Brunico. Ogni donna operata al seno ne riceve uno. Questo cuore non è solo un saluto colorato ed affettuoso da parte di donne che hanno vissuto lo stesso destino, ma ha anche un'altra funzione importante. Protegge la ferita. Bisognerebbe tenerlo

sotto il braccio dormendo, in macchina o anche semplicemente stando sedute. Poi col tempo diventa un saluto variopinto, un ricordo di qualcosa che è superato e resta sul letto o sul divano.

Anna-Maria è la sarta del gruppo. O porta con sé la macchina da cucire, o cuce a casa propria i pezzi di stoffa e li riporta la volta successiva per essere imbottiti e

impacchettati. Per l'ospedale di cuori non ne mancano mai, questo è sicuro. Oltre ad Anna-Maria, ci sono altre tre Anna nel gruppo, e poi ci sono Frieda, Christine, Lena e la presidente del circondario Bassa Pusteria Valle Aurina Val Badia, Martha Feichter. ●



Un lavoro che richiede concentrazione



Anna Maria è la sarta ufficiale



Christine è la mente creativa



Gli ultimi punti



Da cuore a cuore

Fare del bene a sè e agli altri

Un giugno all'insegna della corsa: Run for life, Run for Charity,
Corsa di beneficenza della Val Pusteria



Le competizioni di beneficenza godono di una sempre maggiore partecipazione in Alto Adige. Una combinazione ideale: fare del bene al proprio corpo e al tempo stesso aiutare altre persone a vincere la gara contro un avversario temibile come il cancro. Nelle prime due settimane di giugno si sono tenute ben tre corse di beneficenza a favore dell'Assistenza tumori: il Run for life ad Egna, il Run for charity e la Corsa della Pusteria a Dobbiaco.

Gli 800 partecipanti, grandi e piccoli, alla Run for life, il cui incasso viene ripartito tra il circondario Oltradige-Bassa Atesina dell'Assistenza Tumori Altoatesina e una struttura di cure palliative per bambini ammalati di cancro promosso dal Lions-Club, hanno colorato di rosa il 1 giugno il centro di Egna. Era questo infatti il colore delle magliette dei partecipanti. Gli organizzatori possono andare fieri di aver battuto un nuovo record, anche se quando siamo andati in stampa la somma definitiva non

era ancora ufficiale. Si tratta comunque di oltre 10.000 euro. Cuore pulsante dell'iniziativa è stato Alfred Monsorno, a cui è andato un sentito grazie da parte della presidente del circondario, Maria Angela Berlanda Poles. Come in occasione delle passate edizioni, anche questa volta il sindaco di Egna e alcuni suoi colleghi dei Comuni limitrofi non hanno potuto esimersi dal partecipare personalmente alla corsa. Gli adulti devono percorrere, a piedi o in bici, una distanza di 2,5 km, i bambini invece 800 m.

Possiamo dire che, in qualche modo, si è trattato della prova generale per la gara di beneficenza della Val Pusteria della settimana successiva: la Gianni Poli Charity Run del 2 giugno, disputata il giorno dopo i 30 km della Cortina-Dobbiaco Run. Partendo dal Grand Hotel di Dobbiaco si percorrevano 8,5 km passando per il lago di Dobbiaco e ritorno. L'ammontare delle quote di iscrizione dei 320 partecipanti viene devoluta all'Assistenza Tumori dell'Alta Pusteria e in più Gianni Poli, il mitico vincitore della



Felici!! I più veloci della Corsa di Beneficenza della Val Pusteria, Julia Kuen e Reinhold Stoll



I piccoli atleti con la presidente Ida Schacher, l'assessora Waltraud Deeg e il moderatore Alfred Moling

Maratona di New York del 1986, ha messo a disposizione della Corsa di Beneficenza della Pusteria, organizzata ogni anno dall'Assistenza Tumori Alto Adige a Dobbiaco, tutte le bevande non utilizzate nei ristori della gara competitiva. Sono stati raccolti 3.800 euro che Gianni Poli ha consegnato alla presidente del circondario e anche presidente provinciale dell'Assistenza tumori, Ida Schacher. Molti partecipanti, oltre alla quota di iscrizione, hanno voluto contribuire anche con una donazione e, come ogni anno, l'Assistenza Tumori ha organizzato uno stand informativo alla partenza, dove ci si poteva iscrivere anche alla gara del fine settimana successivo a Dobbiaco.

Un tempo splendido ha accolto anche i 120 partecipanti della Corsa di Beneficenza della Val Pusteria, che è partita alle 15 del sabato di Pentecoste dal parcheggio del lago di Misurina. Da lì bisognava percorrere una distanza di 16 km per arrivare fino al centro di Dobbiaco, dove, ad attendere i corridori sotto il tendone, c'era una festa popolare con tanto di musica (Lederhosen-Feeling) e leccornie (gulasch di cervo, salsicce, pasta all'amatriciana, omelette con mirtilli rossi) preparate come ogni anno dall'Associazione Lince.

Il percorso lungo la pista ciclabile che segue la Rienza, poteva essere portato a

termine correndo o camminando. I primi a tagliare il traguardo sono stati Julia Kuen e Reinhold Stoll. La gara per i bambini è partita mezz'ora dopo in centro a Dobbiaco e Ida Schacher e l'Assessora Waltraud Deeg non hanno potuto fare a meno di correre 1,5 km assieme ai piccoli atleti. A ognuno è stata consegnata una medaglia fatta di biscotto. Ha funto da moderatore Benno Moling. Un sentito grazie da parte di Ida Schacher è andato a tutti gli sponsor, in testa a tutti le ditte Pellegrini, Tecno Fenster e la Cassa Rurale di Dobbiaco, che hanno sostenuto con convinzione la manifestazione. ●



Una nuvola rosa in centro a Egna...



La partenza della Corsa di Beneficenza Val Pusteria al lago di Misurina

L'anima che parla attraverso penna e pennello

Un laboratorio di scrittura in blu

Cielo d'estate, temporale e quiete dopo la tempesta



Blu di prussia. Un unico colore. Eppure ogni foglio è diverso. Claudia T. e Claudia R., Katia, Silvia e Nicole, la responsabile del corso di scrittura creativa, hanno pensato di invitare per l'ultimo incontro a Bolzano Emanuela Laurenti, ex paziente e diplomata in arte-terapia antroposofica. La particolarità di questo laboratorio: Emanuela è seduta al tavolo assieme alle altre, con un foglio bianco davanti e un grosso pennello in mano.

Non si tratta di un incontro tipico di arte-terapia, come non si tratta di un incontro tipico di laboratorio di scrittura, ma la combinazione delle due cose. E agisce in profondità. Molto in profondità. Si dipinge in tre fasi. Prima si tratta di ricoprire il foglio di blu. Un cielo terso d'estate. Pennellata dopo pennellata. Rigorosamente dall'alto verso il basso, si incomincia col pennello sempre a sinistra e non lo si dovrebbe staccare mai fino ad arrivare con un'unica pennellata alla fine del foglio.

Fase due: una volta terminato il cielo blu, bisogna nuovamente togliere colore. Con delle gocce d'acqua e energiche pennellate a strisce o circolari, fino a quando quasi tutto il foglio non sia ritornato bianco. O meglio, non bianco ma pieno di nuvoloni temporaleschi. Una tempesta. Scrosci di pioggia. - Nella terza fase si va a ricreare sul foglio un cielo blu d'estate. Tra una fase e l'altra le partecipanti vengono invitate a fissare le proprie impressioni. E' il momento della scrittura automatica, lasciando andare

semplicemente la penna, seguendo il libero fruire dei pensieri. Ma il blu e il pennello tornano a catturare la maggioranza di loro. I testi sono di un'insolita intensità. Quando si tratta di leggerli ad alta voce, è evidente quanto forte sia stata la componente emozionale nello scrivere. Per Emanuela è la prima esperienza simile con la scrittura. Si meraviglia di se stessa. Si meraviglia di quanto agisca in profondità un'esperienza del genere. Si meraviglia di come il blu viva di vita propria nelle parole.

Alla fine non c'è un foglio uguale all'altro. Emanuela definisce il foglio come una finestra sull'anima. E infatti lo è. A volte la tempesta è ancora presente, il blu parla di sforzo, di lotte, di emozioni in subbuglio. Altre volte il blu esprime una dolce quiete e serenità. Anche la tecnica di pittura non è la stessa per tutte. Alcuni pennelli scivolavano morbidi e leggeri sul foglio, altri tradiscono lo sforzo della mano che li sostiene. I segni sembrano incisi col fuoco sul foglio. Ogni segno, ogni tentativo di togliere colore, una battaglia da vincere. L'anima nel pennello e nella penna, immagine e testo una finestra sull'anima. E un'esperienza unica. Da ripetere. Su questo sono tutte d'accordo. ●



IL 5 PER MILLE all'ATAA

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

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

Cosa fare?

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

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

In caso di compilazione della dichiarazione dei redditi da persona esterna, questa Vi chiederà l'assegnazione del 5 per mille.

La destinazione sul CU:

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

un ufficio postale o in banca. La busta deve recare l'indicazione "Scelta per la destinazione del 5 per mille dell'IRPEF", scrivendo nome, cognome, e codice fiscale del contribuente. Grazie!

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

Vi ringraziamo di cuore!

Tagliare qui

5 per mille

all'Assistenza Tumori Alto Adige

Codice Fiscale: 94004360213

Vi ringraziamo!



Gita sociale annua provinciale

14/09/2019

Cari soci,

quest'anno la gita sociale ci porterà a Bressanone in Val Isarco dove sabato 14 settembre festeggiamo la Santa Messa nel duomo di Bressanone. Dopo la Santa Messa visiteremo la Cappella di San Giovanni Battista. Per il pranzo sociale ci rechiamo al Forum di Bressanone e il pomeriggio lo trascorriamo assieme in lieta compagnia con il gruppo di ballo folcloristico di Varna.

Prenotazioni: entro il venerdì 06 settembre presso le proprie sedi di circondario.

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

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

Il contributo di partecipazione si paga tramite bonifico bancario o presso le sedi di circondario entro il 06 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	€ 25,00

Programma:

ore 10.15: arrivo a Bressanone

ore 10.30: Santa Messa nel Duomo di Bressanone con visita della Cappella di San Giovanni Battista

ore 12.15: pranzo sociale nel Forum di Bressanone

ore 14.30: un piacevole pomeriggio in lieta compagnia con il gruppo di ballo folcloristico di Varna

ore 17.00: rientro

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



Südtiroler Herzstiftung
 Fondazione Cuore Alto Adige
 Verein EO - Associazione ODV

**Mythos und
 Wirklichkeit über
 die Unterschiede
 zwischen Männer-
 und Frauenherzen**

**Miti e realtà
 sulle differenze
 del cuore
 dell'uomo
 e della donna**

Waltherhaus
 Haus der Kultur
 Casa della Cultura
 „Walther von der Vogelweide“

Eröffnung - Apertura
 ore 10.00 Uhr

Vorträge • Relazioni:
 ore 10.00 – 12.00 Uhr

Differenze fra sesso e genere.
 Come nasce „la cardiologia di genere“.
 Fattori di rischio peculiari della donna.
 Differenze fra cuore della donna e
 dell'uomo, stereotipi sulla diversa
 sintomatologia dell'infarto nei due
 sessi, differenze nella espressione
 dell'aterosclerosi, delle placche
 aterosclerotiche della donna e
 dell'uomo.

Accenni anche alle differenze di genere
 nelle malattie vascolari, nella demenza
 e nell'Alzheimer.

Maria Grazia Modena, Professoressa di Cardiologia,
 Policlinico di Modena

**Kardiologische Rehabilitation – für alle
 gleich oder was ist anders bei Frauen
 und Männern?**

Dr. med. Christa M. Bongarth,
 Ärztin für Innere Medizin, Kardiologie,
 Internistische, Intensivmedizin, Sportmedizin,
 Ernährungsmedizin, Kardiovaskuläre
 Präventivmedizinerin DGPR®, Ärztliche Direktorin,
 Klinik Höhenried GmbH

Weltherztag Giornata Mondiale del Cuore

28.09.2019

Bozen - Bolzano | Waltherhaus



Das Herz der Frau // Il cuore della donna

COSA SUCCEDA NEI CIRCONDARI

BOLZANO - SALTO - SCILIAR



◀ **Sulle montagne ... sempre ti cercherò**
Concerto di beneficenza a San Genesio.
Ringraziamo di cuore per la donazione di
€ 5.000,00.

Anticipazioni
Visite senologiche con Dr. Mietto
presso il Circondario

Gita culturale

Gita culturale a Palazzo Te, residenza estiva
dei Gonzaga. Pranzo e pomeriggio a Valeggio,
grazioso borgo sul Mincio



Contatto

Per un appuntamento con la presidente **Maria Claudia Bertagnoli**
presso la sede del circondario di Bolzano -
via Tre Santi 1: chiamare **0471 283719** oppure **335 1211393** o
via e-mail **bozen-salten-schlern@krebshilfe.it**

Autunno in movimento

Balli di gruppo con Annamaria Azzarelli, acqua-gym, ginnastica di mantenimento e pilates con Monica Fattor e Marco Egi e ginnastica di rilassamento con Guido Moser. Vi aspettiamo a partire da ottobre. Info e iscrizioni presso la sede del circondario.



^
Assemblea Generale
Da solide radici, spuntano nuove gemme e rami. Una nuova pianta fiorisce.



^
Una rosa per la vita
Anche quest'anno grazie alle nostre volontarie e volontari abbiamo potuto organizzare questo evento. La cittadinanza ha particolarmente apprezzato la rosa nel vasetto. Una novità per il nostro Circondario.

Orario d'apertura al pubblico della segreteria del circondario: Dal 1 settembre 2019:

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

Anticipazioni
Visite senologiche con
Dr. Mietto presso il Circondario
(per informazioni chiamare in ufficio)

COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

BOLZANO - SALTO - SCILIAR

Watten

Dai 12 agli 86 anni, questa è l'età dei partecipanti al gioco delle carte. Un ringraziamento particolare al KVW per la donazione di € 1.859,60 al nostro Circondario.



Anticipazioni:

Gita provinciale a Bressanone
il 14 settembre 2019

Castagnata a Velturmo il 5 ottobre 2019

Pellegrinaggio

Attraversando la Val d'Isarco, accompagnati dalle spiegazioni esaurienti e molto interessanti da parte della nostra guida Donatella, siamo arrivati al Santuario della Nostra Signora delle Valanghe a Maria Trens di Vipiteno. Una giornata all'insegna di cultura, spiritualità e ottima compagnia.



VALLE ISARCO - VAL GARDENA

Concerto di beneficenza >

Walter Messner Windschnur di Gudon ha organizzato il 17 febbraio in occasione del suo 75esimo compleanno e dei 60 anni di carriera nella chiesa parrocchiale di Gudon un concerto di beneficenza a favore dell'Assistenza Tumori Alto Adige. Il ricavato è stato di € 2.245,00.



Vendita delle rose a Bressanone <

I preparativi per la vendita delle rose il venerdì Santo presso la giardineria Auer.



Da ricordare:
Gita provinciale
sabato 14 settembre
a Bressanone

COSA SUCCEDA NEI CIRCONDARI

VALLE ISARCO - VAL GARDENA

Santuario Madonna della Corona

Tanti soci si sono radunati per il pellegrinaggio al Santuario Madonna della Corona lo scorso 9 maggio.



Santuario Madonna della Corona

Momento conviviale dopo le preghiere davanti alla Madonna della Corona.



Una rosa per la vita >

Lo stand per la vendita delle rose la domenica di Pasqua davanti alla Chiesa dei Cappuccini a Bressanone con Sebastian e Rosa.



Ballo per la mezza età

Il gruppo si è ritrovato ogni lunedì da gennaio ad aprile sotto la simpatica guida di Josefina Frener. I partecipanti erano molto entusiasti ed attendono con piacere i prossimi incontri che inizieranno a settembre.



Visita a Bressanone ^

Visita alla nostra sede da parte della presidente e della vicepresidente del circondario di Bolzano Salto Sciliar, Maria Claudia Bertagnolli e Brigitta Thaler Rass.



90° Compleanno

Visita alla nostra socia Hanni Ebensberger in occasione del suo 90° compleanno. "La Hanni" per tantissimi anni ha prestato un aiuto prezioso alla nostra associazione



Attenzione!

Nuovi corsi serali da settembre a Bressanone e a Vipiteno:

1. Ginnastica di mantenimento in acqua a Bressanone dal 26 settembre dalle ore 17.30 alle 18.20
2. Ginnastica di mantenimento a Bressanone dal 23 settembre dalle ore 19.00 alle 20.00
3. Ginnastica di mantenimento a Vipiteno dal 26 settembre dalle ore 18.00 alle 19.00



COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

ALTA PUSTERIA

Conferenza salute dell'intestino

In tanti hanno seguito l'invito alla conferenza „La salute dell'intestino“ con Dr. Kathrin Fischer. Ringraziamo di cuore alla referente.



Pellegrinaggio a Rifiano

Anche questo è una tradizione cara ai soci dei due circondari, Bassa e Alta Pusteria: il comune pellegrinaggio nel mese di maggio. Quest'anno al Santuario dei Sette Dolori della Madonna a Rifiano.



◀ **Via crucis a Santa Maria**
È una tradizione molto cara ai soci, la via crucis a Santa Maria. Camminando e pregando abbiamo percorso le singole stazioni.

Serata al teatro durante la quaresima

► "Mio signore, non sono stato io a tradirti" questa è la traduzione di una pièce teatrale presentata a Dobbiaco durante il periodo della quaresima. A sorprendere la grandissima sensibilità di chi rappresentava il Giuda.



Cortina-Dobbiaco-Charity Run 2019

Una piccola parentesi al grande evento della corsa Cortina Dobbiaco è ogni anno la Charity – Run il cui ricavo va all'Assistenza Tumori.



Vendita di mazzolini di fiori

Il 15 agosto ci saranno in tutta l'Alta Pusteria davanti alle chiese delle bancherelle per la vendita di mazzolini benedetti di fiori e di erbe. Il ricavo va a favore dell'Assistenza Tumori.



▲ **Tiro al segno dei cacciatori provinciali**
L'associazione dei cacciatori altoatesini ha donato il ricavo della manifestazione di tiro al segno all'Assistenza Tumori.



◀ **Corsa di beneficenza della scuola elementare di Dobbiaco**

Ringraziamo di cuore a tutti i piccoli atleti che insieme alle maestre e con la loro partecipazione alla corsa di beneficenza organizzata dalla loro scuola hanno voluto dare un sostegno alle famiglie dei malati di tumore.



▶ **16a Corsa e Marcia di Beneficenza della Pusteria**

Ogni chilometro è un segno di sostegno. In tanti hanno partecipato alla corsa di beneficenza della Pusteria che è sempre anche una festa per tutta la valle. Tantissimi i piccoli partecipanti, premiati ognuno con una medaglia dolcissima.



Semina
Una nuova bella iniziativa organizzata dall'ispettorato forestale di Monguelfo per i bambini malati di tumore e le loro famiglie. Hanno seminato insieme del grano che verrà raccolto a fine agosto. ▶



COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

BASSA PUSTERIA - VALLE AURINA - VAL BADIA

Pellegrinaggio a Rifiano >

Il 16 maggio i due circondari Alta e Bassa Pusteria sono andati insieme in pellegrinaggio al Santuario dei Sette Dolori della Madonna a Rifiano. Dopo le preghiere hanno pranzato al "Sandwirt", ringraziamo a Hubert per l'ottima organizzazione.



< Workshop Make-up

Una nuova offerta per le pazienti durante e dopo la chemioterapia. Isolde Seeber spiegherà una volta al mese come ritrovare la femminilità e la fiducia in se stesse grazie ad un utilizzo mirato di utensili da make up

Vendita delle Rose 2019

Un grande successo la vendita delle rose in tutte le parrocchie del circondario. Da Rasun Anterselva fino a Chienes, da Predoi a Corvara tanti volontari hanno raccolto donazioni per l'associazione. Ringraziamo in particolare a Herbert Mahlknecht, nella cui giardineria abbiamo preparate le rose alla vendita come tutti gli anni. Gli auguriamo ogni bene per la benmeritata pensione. >



Grigliata conviviale >

Al posto della solita gita primaverile quest'anno il circondario Bassa Pusteria ha deciso di organizzare una grigliata conviviale a Haidenberg/ San Lorenzo. Chi voleva poteva arrivare a piedi o invece in macchina. Per l'aperitivo è stato preparato del pane fresco. Dopo la grigliata è rimasto anche del tempo per ballare o per giocare a carte. Una bellissima giornata spesa insieme.



COSA SUCCEDA NEI CIRCONDARI

BASSA PUSTERIA - VALLE AURINA - VAL BADIA

Lavorare con la creta e con il legno >

Sotto la guida di Heidi Unterberger un piccolo gruppo di soci si è sperimentato nel lavoro con la creta e con il legno, materiali che danno anche un particolare piacere nel lavorarli.



Una donazione dolce

Una donazione di un particolare sapore dolce hanno fatte le ragazze del convitto delle Orsoline a Brunico. Durante la Quaresima hanno rinunciato al dessert e le suore hanno messo da parte 50 cent per ogni dessert non consumato. Le ragazze hanno deciso di donare la somma ricavata di 325 euro all'Assistenza Tumori. Klotilde e Hartmann Aichner hanno colto l'occasione di presentare l'associazione alle ragazze durante la cena per la consegna dell'assegno.



Dati ed indirizzo E-Mail

Chiediamo a tutti i soci di inviarc
eventuali cambiamenti anagrafici.
Potete contattarci via telefono allo 0474 551327
o via mail unterpustertal@krebshilfe.it.
Vi ringraziamo anche per suggerimenti e proposte
per migliorare la nostra offerta.

MERANO - BURGRAVIATO

Grigliata sociale con il circondario Val Venosta

Il 15 giugno i soci dei circondari di Merano e della Val Venosta si sono incontrati per l'ormai consueta grigliata sociale. Quest'anno si sono aggiunti anche dei soci dei circondari Bolzano e Oltradige Bassa Atesina. Sotto un cielo estivo la bellissima giornata in infra-circondariale è passata fin troppo veloce.

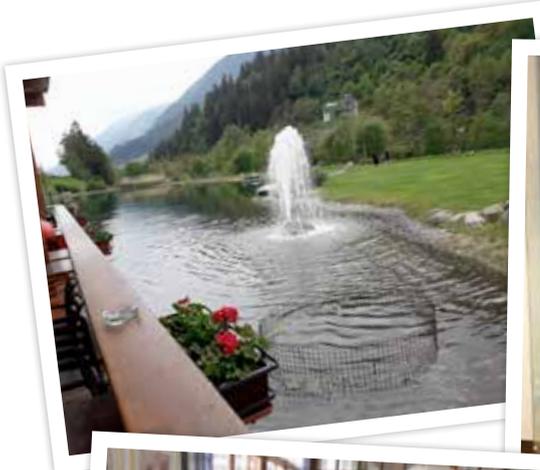


COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

MERANO - BURGRAVIATO

Gita primaverile in Val Passiria

Il 17 maggio i soci si sono recati in Val Passiria per visitare il Museo Andreas Hofer Museum presso il "Sandwirt". Infatti dopo la visita li aspettava un delizioso pranzo nella stube della casa natale Andreas Hofer. Il pomeriggio una sorpresa preparata dal gruppo soci in Passiria: un buffet di dolci e torte presso il laghetto di pesca sportiva a San Leonardo. C'era anche chi si è improvvisato pescatore. Una giornata davvero particolare. >



Festa di carnevale nell'ufficio del circondario
Lunedì 4 marzo, i soci del circondario hanno preparato una festa in maschera per il carnevale nell'ufficio della sede. Le maschere hanno portato tanta allegria. <





◀ **Vendita delle rose all'ospedale di Merano**
Il 10 e l'11 aprile i soci hanno venduto delle rose alle due entrate dell'ospedale Tappeiner di Merano. Ringraziamo i volontari e a chi ci ha sostenuto con una donazione.

COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

OLTRADIGE - BASSA ATESINA

Una rosa per la vita >

Le rose aspettano in grandi vasi davanti alle chiese dei vari paesi del circondario la domenica di Pasqua e alla Festa della Mamma per essere cedute contro un'offerta. Ringraziamo i tanti volontari dei vari paesi per la loro disponibilità e la popolazione per le offerte generose.



< Egetmann

Abbiamo collaborato con l' "Egetmann-Verein" di Termeno per gestire lo stand in piazza durante la sfilata di Carnevale di martedì grasso.



Run for life

La 3ª edizione è stata un grande successo. Partecipanti di tutte le fasce d'età da 01-99 si sono ritrovati in piazza a Egna. La nuvola pink, che passò per i portici era uno spettacolo molto suggestivo. Ringraziamo le mogli degli autisti e le altre volontarie per la preparazione dei meravigliosi dolci venduti in questa occasione. Grazie al comitato organizzativo Inge e Alfred e a tutti gli sponsor, che hanno reso possibile la manifestazione.



Run for life anche a Bellaria

Margareth ha organizzato una corsa parallela per i soci partecipanti al soggiorno estivo a Bellaria. Si sono allenati tutti i giorni e il sabato mattina hanno corso sulla spiaggia. Bravi!



COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

OLTRADIGE - BASSA ATESSINA



Orari d'apertura

A settembre ritorna il solito orario d'ufficio: da lu-ve ore 08-12 e martedì anche di pomeriggio ore 14-17

Pellegrinaggio a Pietralba

Il Santuario di Pietralba si è presentato in mezzo alla nebbia. I Pellegrini dei vari paesi hanno partecipato alla S. Messa che è stata celebrata per tutti gli ammalati. Al termine sono andati a scaldarsi presso un bar vicino.



AGENDA

Ricordiamo che per le singole manifestazioni segnate nell'agenda bisogna prenotarsi telefonando, a partire da un mese prima dell'evento, al tel. 0471 820466 oppure scrivere una e-mail a ueberetsch-unterland@krebshilfe.it

A settembre ritorna il solito orario d'ufficio: da lu-ve ore 08-12 e martedì anche di pomeriggio ore 14-17.



Gita a del circondario a Asiago
Molto concentrati i soci seguono le spiegazioni su come si prepara il formaggio. Quest'anno la gita del circondario ci ha portati ad Asiago a visitare un caseificio e poi a pranzo su una malga vicina. Nebbia e pioggia non hanno potuto disturbare neanche la foto di gruppo.



VENOSTA



Un coniglietto all'asta

Nathalie Trafoier del Ristorante Kuppelrain ha avuto un'idea particolare per Pasqua. Insieme ad una "Chocolaterie" di Monaco ha preparato da cioccolato pregiatissimo un coniglietto di asqua di 12 kg. Un imprenditore venostano ha pagato 1000 euro all'asta a favore dell'Assistenza Tumori. Ringraziamo di cuore per questa bellissima iniziativa.

Consegna donazioni

A gennaio hanno strappato applausi con la presentazione della commedia „La zia americana“ e poi hanno voluto condividere il ricavo della serata con l'Assistenza Tumori. Ringraziamo al gruppo teatro popolare di Cengles.

Lavoretti

Fare dei lavoretti creativi insieme fa bene all'anima.



Informazione DAT a Castelbello

Sono venuti in tanti per assistere alla conferenza del Dr. Herbert Heidegger sulla Dichiarazione Anticipata di Trattamento.



Il nostro stand informativo
alla festa
Marmo & Albicocche,
il 4 agosto a Lasa.

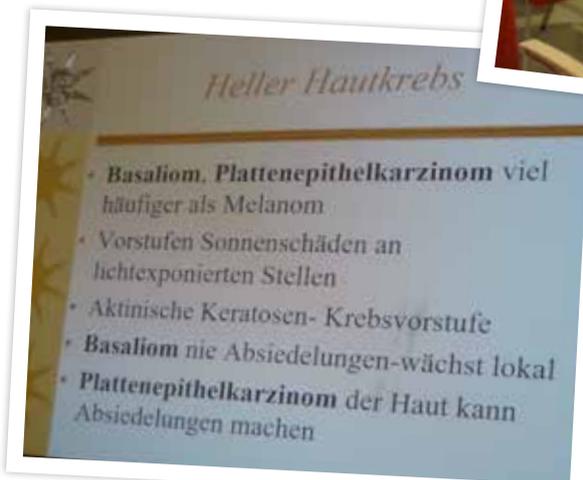
Novità:
Gruppo auto aiuto:
Cercansi partecipanti per
aiutarsi e supportarsi a
vicenda.
Iscrizioni nella sede del
circondario, tel. 0473 621721

COSA SUCCEDDE NEI CIRCONDARI

VENOSTA

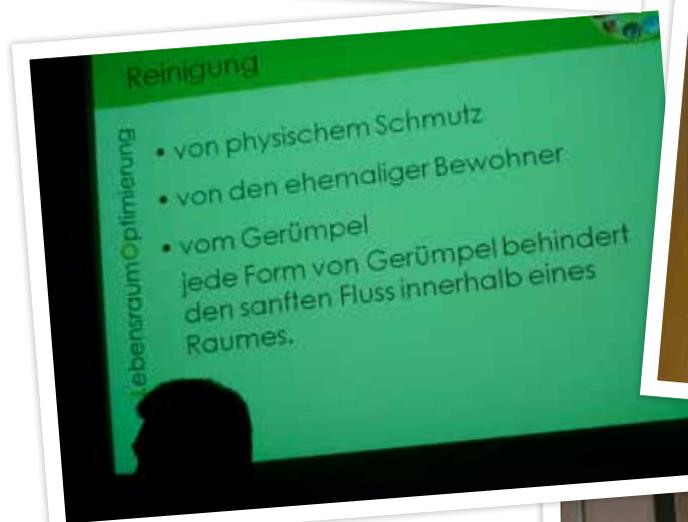
Serata informativa con Dr. Lukas Tappeiner >

Quando splende il sole d'estate viene voglia di spogliarsi e stare al sole. Ma attenzione: Una esposizione eccessiva ai raggi UV è uno dei maggiori fattori di rischio per i tumori della pelle. Per una diagnosi precoce bisogna auto-controllarsi di frequente.



Informazione Feng Shui

Più vitalità e gioia di vivere in un ambiente feng shui. Una serata per imparare come un ambiente positivo può influenzare il nostro quotidiano. Importante: liberare gli spazi dal superfluo



Gruppo auto aiuto per chi ha perso una persona cara.



Donazione

Ringraziamo per la donazione dei ricavi della festa in tenda a Oris a Pentecoste.

Trovare conforto e scambiarsi le esperienze di lutto e come superarlo.

DAT:

Dr. Hermann Zingerle
aiuta nella redazione della
Dichiarazione Anticipata di
Trattamento.
Per appuntamenti rivolgersi
alla sede di circondario,
tel. 0473 621721

Grigliata

Che bella giornata calda!
Già la mattina presto i primi volontari
hanno iniziato a preparare la grigliata
conviviale con il circondario di
Merano. Il pomeriggio è volato tra
musica e chiacchiere.



Gita primaverile a Müstair

Müstair è il paese più a est della
Svizzera e confina con la Val
Venosta. Il convento San Giovanni
è un tesoro unico per la sua
architettura, i suoi affreschi e il
tesoro del convento. Dopo la visita
ci siamo rilassati all'Hotel Posta
di Glorenza.





Dr. Michael Kob
Dietologo

Cheesecake vegano ai frutti di bosco (senza cottura)

Questo cheesecake goloso e fresco è un'alternativa vegana al classico dolce in stile newyorkese. Dato che non ha bisogno di cottura, è particolarmente adatto al periodo estivo.



Foto: Asia Kob

Ingredienti

Base

- 250 g di biscotti secchi (privi di lattosio e uova, per es. Digestives)
- 50 g di margarina vegetale (a temperatura ambiente)

Ripieno

- 500 g jogurt vegetale (di soia, riso o cocco)
- 250 g di panna vegetale (di soia, riso o avena)
- 100 g di latte vegetale (di soia, riso o avena)
- 100 g di fragole o lamponi
- 50 g di zucchero
- 7 g di agar agar*
- mirtilli o altri frutti di bosco per la decorazione

*Agar agar è un gelatificante naturale, privo di gusto, prodotto da alghe rosse e utilizzato al posto della gelatina (prodotta dalla pelle e dalle ossa di maiali, manzi o pesci). Si trova nei reparti di pasticceria dei supermercati o nei negozi bio.

Preparazione

1. Frullare i biscotti in un mixer assieme alla margarina, in modo da ottenere un impasto leggermente appiccicoso
2. Stenderlo con le mani in una teglia grande (o varie piccole) rivestita di carta da forno, da ottenere una base compatta (dell'altezza di ca 1 cm). Lasciare la base in freezer per almeno 30 minuti o per varie ore in frigorifero in modo che si compatti bene.
3. Mescolare in una pentola il latte e la panna vegetali, l'agar agar e lo zucchero. Far bollire e aggiungere lo joghurt vegetale. Lasciare cucinare insieme a basso fuoco al massimo per un minuto mescolando continuamente. Togliere dal fuoco.
4. Frullare le fragole o i lamponi
5. Stendere circa i due terzi della crema sulla base della torta e aggiungere poi una piccola quantità di purea di frutta. Stenderla bene con l'aiuto di un cucchiaino o un piccolo mestolo di legno.
6. Aggiungere il resto della crema e coprirla nuovamente con la purea di frutta in modo da ottenere una superficie marmorizzata. Lasciare raffreddare e mettere poi la torta in frigo per almeno 2 ore.
7. Decorare con mirtilli o altri frutti di bosco prima di servire.

La ricetta è priva di lattosio, di colesterolo, è vegetariana e vegana.
Per ottenere una versione senza glutine, utilizzate dei biscotti privi di glutine.

ASSISTENZA TUMORI ALTO ADIGE | SEDE CENTRALE

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

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

BOLZANO - SALTO - SCILIAR

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

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

Ambulatorio I & II

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

Ambulatorio Fiè

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

OLTRADIGE - BASSA ATESSINA

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

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

Ambulatorio Laives

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

Ambulatorio Egna

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

Ambulatorio Caldaro

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

MERANO - BURGRAVIATO

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

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

Ambulatorio Merano

Via Roma, 3 | 39012 Merano
Tel. +39 0473 49 67 35

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 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	14 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	08 ⁰⁰ - 11 ⁰⁰

Ambulatorio

Via Principale 134 | 39028 Silandro
Tel. +39 0473 73 66 25

VAL PUSTERIA - VALLE AURINA - VAL BADIA

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

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

Ambulatorio Brunico

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

Ambulatorio Campo Tures

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

Ambulatorio Pedraces

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

ALTA PUSTERIA

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

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

Ambulatorio Dobbiaco

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

Ambulatorio Monguelfo Tesido

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

VALLE ISARCO - ALTA VALLE ISARCO - VAL GARDENA

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

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

Ambulatorio Bressanone

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

Ambulatorio Vipiteno

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

Ambulatorio Rio di Pusteria

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



ASSISTENZA TUMORI ALTO ADIGE

