

Prima di partire facciamoci un regalo:
controlliamo il nostro seno



Intervista a Riccardo Giovanazzi a cura di Barbara Apicella

Prima di partire mettiamo in valigia un controllo al nostro seno. I consigli del dottor **Riccardo Giovanazzi** direttore della **Breast Unit** dell'ospedale San Gerardo di Monza

MONZA – Finalmente sono arrivate le agognate vacanze. Ma in valigia non mettete solo vestiti, scarpe e buoni libri da leggere. Ma anche e soprattutto una maggiore attenzione alla vostra salute e al vostro corpo.

Se dovete attendere ancora qualche settimana prima di partire per le ferie, non focalizzatevi solo sulla prova costume, con ore di palestra e diete per apparire in ottima forma, ma controllate anche il vostro seno.



Il dottor Riccardo Giovanazzi in sala operatoria con la sua équipe

Questo il consiglio che lancia alle nostre lettrici il dottor **Riccardo Giovanazzi**, responsabile della Breast Unit di Senologia dell'ospedale **San Gerardo di Monza**, la struttura più grande e specializzata nella diagnosi e nella cura delle patologie benigne e maligne del seno presente in Brianza.

Un consiglio valido per tutte le stagioni, ma al quale le donne sono più sensibili soprattutto in questo periodo alle prese con mille cure per arrivare in perfetta forma in spiaggia, ma anche in montagna o in versione turiste per caso alla scoperta delle città.



Mammografia

“Se palpano o osservando allo specchio dovete accorgervi che ci sono modifiche nell’aspetto del vostro seno, non sottovalutate questi segnali – spiega il dottor Riccardo Giovanazzi, una lunga esperienza nel settore iniziata all’Istituto dei Tumori di Milano e da anni ormai al San Gerardo di Monza dove ha dato vita alla **Breast Unit** – Rivolgetevi in una struttura specializzata come la Breast Unit dell’ospedale San Gerardo di Monza, che in vacanza non ci va”.



il dottor Riccardo Giovanazzi e i suoi collaboratori

Nessun allarmismo, ma se magari durante la doccia o provandovi una maglietta notate dei cambiamenti sul vostro seno meglio farsi visitare da uno specialista.

“Fatevi controllare se per esempio notate un nodulo duro – continua il direttore, con un’innata capacità di trasmettere serenità alle sue pazienti – cambiamenti nella cute, arrossamenti, secrezioni o perdita di sangue, se un seno vi sembra diverso rispetto al solito”.

Chi meglio della donna avverte per prima questi cambiamenti in quella parte tanto delicata del suo corpo, simbolo della sua femminilità? Certo, la prima sensazione è la paura: si viene pervase dal terrore della diagnosi del cancro alla mammella. Oggi la scienza ha fatto passi da gigante, ma quando vediamo qualche seppur minimo cambiamento nel nostro seno il pensiero va subito all’infausta diagnosi.

Non bisogna né ignorare né allarmarsi, ma il primo passo da compiere è quello di rivolgersi a un centro specializzato per sottoporsi alla visita senologica.

“Se dopo la visita ci sarà bisogno di ulteriori approfondimenti la Breast

Unit del San Gerardo di Monza garantisce un percorso guidato e multidisciplinare, affidandosi anche a un'ampia gamma di macchinari che consentono una diagnosi approfondita – continua il dottor Riccardo Giovanazzi – Ecografi, ecografo 3D e mammografi di ultima generazione, risonanze magnetiche che permettono di intercettare anche lesioni millimetriche”.



una paziente

La diagnosi corretta è fondamentale per poi intraprendere la giusta terapia. E qualora davvero la donna dovesse finire in sala operatoria un aspetto importante è anche quello estetico. “In alcuni casi c’è la possibilità della ricostruzione del seno durante l’intervento di asportazione del tumore”, precisa lo specialista.

Prima di partire quindi controllate non solo la vostra valigia e il passaporto, ma anche il vostro seno. Mettendo in borsa una serie di importanti consigli da utilizzare anche se, durante l’estate, rimarrete in città.

Il dottor Giovanazzi ci ricorda che “non dobbiamo esporci al sole senza l’adeguata protezione, la cute del seno è particolarmente delicata – spiega – Durante l’estate il ciclo mestruale potrebbe essere irregolare legato anche a

particolari dolori al seno: non allarmatevi se il problema dovesse persistere anche dopo la bella stagione allora fatevi visitare. E soprattutto cogliete il tempo del sole e delle vacanze per rimettervi in forma, fare esercizio fisico e tenere controllato il vostro peso. Vita sedentaria e kg di troppo sono due fattori di rischio per l'insorgenza del tumore”.



L'arma principale che oggi abbiamo a disposizione è la prevenzione.

“Dopo i 40 anni le donne devono sottoporsi alla mammografia – precisa – Dopo i 50 allo screening direttamente su chiamata dell'Asl. Inoltre se nella propria famiglia ci sono già stati casi di tumore al seno meglio rivolgersi a centri specializzati. La Breast Unit dell'ospedale San Gerardo offre tutte le linee guida per la cura”.

Facciamo un regalo al nostro seno. Anche magari al ritorno dalle vacanze. Assicuriamoci che sia in salute: indispensabile se abbiamo superato i 40 anni, raccomandabile anche prima se notiamo che qualche cosa non va.

Basta rivolgersi al proprio medico di famiglia e chiedere l'impegnativa per la visita senologica e poi andare al Cup (Centro unico di prenotazioni) dell'ospedale San Gerardo di Monza, oppure telefonare al Call center regionale al numero 800.638.638.

Buone vacanze in salute: anche il vostro seno ve ne sarò grato.