



Abbiamo bisogno di parlare di come si vive con il tumore del rene

Giornata Mondiale Contro il Tumore del Rene | 15 giugno 2023

Abbiamo bisogno di parlare del mantenimento di una buona qualità di vita

Quando si riceve una diagnosi di tumore al rene, gli ospedali, gli esami e i trattamenti diventano una parte importante della vita. Ma come ha detto un paziente: "Voglio passare tutto il giorno a preoccuparmi o voglio andare avanti con le cose che amo fare?". A prescindere dall'età e dallo stadio, ogni paziente e caregiver può fare qualcosa per mantenere il benessere fisico e mentale, gestire gli effetti collaterali del trattamento e vivere al meglio la propria vita con il tumore al rene.

Dieta e alimentazione

I reni regolano molte funzioni alimentari, per cui quando sono compromessi dal tumore o dalle terapie antitumorali, spesso è essenziale modificare ciò che si mangia e si beve. Alcuni trattamenti per il tumore del rene comportano inappetenza, nausea o diarrea nei momenti in cui si ha più bisogno di una buona alimentazione. Inoltre, poter mangiare e gustare il cibo con amici e familiari è importante per il benessere mentale. Rivolgetevi alla vostra équipe oncologica o a un nutrizionista per capire quali cambiamenti potrebbero fare al caso vostro e consultate le risorse disponibili sul sito web della Giornata Mondiale Contro il Tumore del Rene.

“Consiglierei ad altri pazienti di rivolgersi a un dietologo oltre che a un oncologo”.



Signor Lama. Paziente. India

“Non è importante solo l'attività fisica, ma anche quella mentalmente stimolante”.



TJ. Badante. Canada

Attività fisica

Un tempo a molti pazienti oncologici veniva detto semplicemente di andare a casa a riposare. Oggi gli esperti concordano sul fatto che essere fisicamente attivi, per quanto il vostro corpo possa tollerare, vi aiuterà in ogni fase del trattamento e della guarigione. Camminare, nuotare, giocare a tennis, tai chi, yoga: trovate un'attività che possiate fare e che vi piaccia, non solo per il vostro benessere fisico ma anche per quello mentale.

Da paziente a paziente

"L'ansia per il domani rovina l'oggi. Quindi godetevi ogni momento che potete”.



Joel. Paziente. USA

“Si ha bisogno di tutto il sostegno possibile. E nel mio caso è stato un gruppo di sostegno”.



Jukka. Paziente. Finlandia

Nell'ambito della Giornata Mondiale Contro il Tumore del Rene 2023, abbiamo chiesto a pazienti e caregiver di tutto il mondo quali consigli darebbero a una persona a cui è stato recentemente diagnosticato un tumore al rene per aiutarla a mantenere la qualità della vita. Ecco alcune delle cose che hanno detto:

“I pensieri negativi non ti aiutano, ti tengono solo giù”.



Liberty. Paziente. Grecia

“La lotta è tutta mentale, è cercare di non lasciare che il cancro domini la tua vita”.



Martin. Paziente. Regno Unito

Risorse aggiuntive

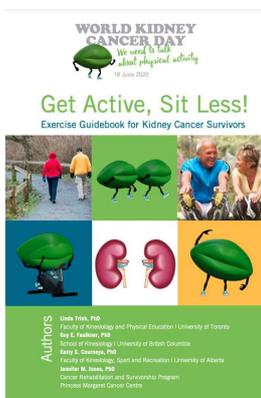


Dieta e alimentazione per il tumore al rene

L'affiliata spagnola dell'IKCC, ALCER Federacion National, ha prodotto una guida nutrizionale specifica per le persone affette da tumore al rene. È disponibile in spagnolo o in inglese e presto anche in portoghese. Scaricate una copia gratuita al seguente link

<https://worldkidneycancerday.org/nutrition-guide> (English)

<https://worldkidneycancerday.org/nutrition-guide-es> (Español)



Attivi, meno seduti

La dottoressa Linda Trinh, specialista in esercizio fisico e cancro, ha redatto una guida sull'attività fisica per le persone affette da tumore, disponibile in inglese e in francese canadese. Scaricate la vostra copia gratuita qui

<https://worldkidneycancerday.org/get-active-sit-less> (English)

<https://worldkidneycancerday.org/get-active-sit-less-fr> (Français)



Il mio viaggio con il RCC al quarto stadio

Il paziente Joel Stern ha scritto un libro stimolante sulle sue esperienze di convivenza con il tumore al rene, basandosi sui suoi messaggi settimanali inviati al suo gruppo di sostegno. È possibile acquistarne una copia su Amazon e tutti i proventi saranno devoluti a enti di beneficenza per il tumore al rene.

Per saperne di più: <https://worldkidneycancerday.org/my-journey>

La Giornata Mondiale Contro il Tumore del Rene non sarebbe possibile senza il generoso sostegno dei nostri partners del settore. A nome della comunità globale del tumore del rene, vi ringraziamo.

SPONSOR D'ORO



SPONSOR D'ARGENTO



SPONSOR DI BRONZO

