

Piano di assistenza per i pazienti sopravvissuti al cancro - versione breve

Il presente piano di assistenza per i pazienti sopravvissuti al cancro - versione breve - realizzato da *PanCare*, è una versione ridotta del piano di assistenza (realizzato da PanCare) relativo al follow-up nella fase successiva alle terapie- versione lunga. Questo piano vi fornisce delle informazioni utili: una sintesi del trattamento e le raccomandazioni personalizzate relative al vostro stato di salute. In questo modo potrete prendervi cura del vostro benessere in modo attivo, sul lungo termine.

Il piano di assistenza per i pazienti sopravvissuti al cancro – versione breve - deve essere compilato da/con un operatore sanitario che abbia accesso ai vostri dati medici. La Versione lunga tratta gli stessi argomenti in modo più approfondito, con spiegazioni più dettagliate e una guida completa per coloro che desiderano avere un quadro più preciso delle cure. A seconda delle vostre preferenze personali, insieme alla vostra clinica o al vostro medico di riferimento, potrete scegliere la versione lunga o quella breve. Questo piano di assistenza contiene informazioni personali e sanitarie. Una volta compilato, sarete voi a doverlo conservare. Potrete condividerlo con il vostro medico curante, i vostri familiari o caregiver, con il vostro previo consenso.

Si prega di notare che il contenuto di questo piano di assistenza per i pazienti sopravvissuti al cancro ("Survivorship Care Plan"), realizzato da PanCare - Versione breve potrebbe essere aggiornato per riflettere eventuali revisioni future [del piano di assistenza relativo al follow-up nella fase post terapie - versione lunga](#).

Questo piano di assistenza per i pazienti sopravvissuti al cancro *PanCare* - versione breve - è disponibile anche in altre lingue, consultabili sul sito web di PanCare.

Data di elaborazione: maggio 2026
Maggiori informazioni: www.pancare.eu

1. Informazioni generali
2. Riepilogo del trattamento
3. Anamnesi e problemi di salute
4. Raccomandazioni per il follow-up
5. Raccomandazioni per la salute generale



Co-funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Health and Digital Executive Agency (HaDEA). Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.

Data di completamento:A cura di:.....

1a. Informazioni generali	
Descrizione delle vostre informazioni di base	
Nome (preferito)	Inserire il nome
Data di nascita	GG/MM/AAAA
Sesso alla nascita	Indicare il sesso alla nascita
Identità di genere	Indicare l'identità di genere
Numero di telefono	Inserire il numero di telefono
Indirizzo e-mail	Inserire l'indirizzo e-mail
Nomi dei genitori / tutori (se applicabile)	Inserire il nome dei genitori / tutori
Persona di contatto in caso di emergenza	Indicare la persona di contatto in caso di emergenza
Numero di telefono della persona di emergenza	Inserire il numero di telefono della persona di contatto in caso di emergenza
Centro di cura	Indicare il centro di cura
Oncologo curante	Inserire il nome
Medico di base	Inserire il nome del medico di base
Allergie	Indicare se applicabile
1b. Farmaci attuali	
Questa parte elenca tutti i farmaci attualmente necessari.	
Indicare i farmaci	

Data di completamento:A cura di:.....

2. Riepilogo del trattamento	
Questa parte descrive tutti i trattamenti che avete ricevuto.	
Diagnosi primaria	Inserire il codice ICCC3/ICD-O-3 v1, inclusa la lateralità, se applicabile
Data della diagnosi primaria	GG/MM/AAAA
Progressione + data	Sì ☐ / No ☐ , GG/MM/AAAA
Recidiva + data	Sì ☐ / No ☐ , GG/MM/AAAA
Metastasi	Sì ☐ / No ☐
Neoplasia secondaria	Sì ☐ / No ☐
Tipo di neoplasia secondaria	Inserire il codice ICCC3/ICD-O-3 v1
Data della diagnosi di neoplasia secondaria	GG/MM/AAAA
Chemioterapia	Sì ☐ / No ☐
Tipo di chemioterapia	Inserire il tipo o i tipi di chemioterapia (per tutte le diagnosi combinate)
Quantità totale di antracicline	Inserire la quantità totale di antracicline (per tutte le diagnosi combinate)
Quantità totale di agenti alchilanti	Inserire la quantità totale di agenti alchilanti (per tutte le diagnosi combinate)
Radioterapia	Sì ☐ / No ☐
Tipo di radioterapia e dose totale [nel campo]	Inserire il/i tipo/i di radioterapia (ad es., protoni, fotoni), la dose e il campo
Trapianto di cellule staminali	Sì ☐ / No ☐
Tipo di trapianto di cellule staminali	Indicare il tipo di trapianto di cellule staminali
Data della procedura	GG/MM/AAAA
Intervento chirurgico maggiore	Sì ☐ / No ☐
Tipo di intervento chirurgico	Indicare il tipo di intervento chirurgico
Data della procedura	GG/MM/AAAA
Immunoterapia	Sì ☐ / No ☐
Tipo di immunoterapia	Inserire il tipo di immunoterapia
Altre terapie	Sì ☐ / No ☐
Tipo di altre terapie	Indicare il tipo o i tipi di altre terapie

Data di completamento:A cura di:.....

3. Anamnesi e problemi di salute		
Questa parte descrive eventuali problemi di salute gravi (fisici e mentali) durante e dopo il trattamento, inclusi gli effetti tardivi già diagnosticati.		
GG/MM/YYYY	Indicare la condizione o il problema	Indicare "attuale" o "passato"
3a. Altra anamnesi		
Questa parte descrive altre informazioni anamnestiche che è importante conoscere.		
Malattie congenite o ereditarie	Indicare se applicabile	
Anamnesi medica nella tua famiglia	Indicare se applicabile	
Altro	Indicare se applicabile	

Data di completamento:A cura di:.....

4. Raccomandazioni per il follow-up

Questa sezione descrive perché è importante monitorare attentamente la propria salute dopo aver ricevuto un trattamento per il cancro in giovane età.

Poiché i trattamenti possono aumentare il rischio di sviluppare problemi di salute fisica e mentale in età avanzata, è importante segnalare immediatamente qualsiasi sintomo al proprio medico. Una segnalazione tempestiva aiuta a identificare precocemente le potenziali cause di tali problemi e può prevenire problemi di salute più gravi.

<i>Questa colonna include il trattamento che può comportare il rischio di un determinato effetto tardivo</i>	<i>Questa colonna descrive i rischi specifici causati dal trattamento ricevuto</i>	<i>Questa colonna mostra i consigli basati su linee guida fondate su prove scientifiche</i>	<i>Questa colonna mostra la decisione condivisa per la vostra cura</i>	<i>Questa colonna include eventuali osservazioni o deviazioni, e vi fornisce il nome delle persone da contattare per l'assistenza</i>
In quanto siete stati trattati con ...	...potrebbe essere a rischio di...*	...pertanto vi consigliamo di sottoporvi alle seguenti cure:	La decisione presa insieme al vostro medico in merito alle vostre cure:	
Indicare il trattamento	Indicare il rischio	Indicare il tipo di cura raccomandata	Indicare la decisione	Indicare eventuali osservazioni

4a. Decisioni che ritenete importanti in merito alle vostre cure

Indicare le decisioni di importanza personale

4b. Link per accedere ai riassunti in linguaggio chiaro e accessibile

<http://www.pancare.eu/plain-language-summaries>

Indicare i link per consultare le sintesi in linguaggio chiaro e accessibile

Data di completamento:A cura di:.....

5. Raccomandazioni per la salute generale

Questa parte descrive perché è importante prendersi cura della propria salute generale.

Uno stile di vita sano migliora i processi del corpo che aiutano a sentirsi bene sia fisicamente che mentalmente. Uno stile di vita sano può ridurre il rischio di affaticamento, depressione, malattie cardiovascolari, nuovi tumori (secondari) e altri problemi di salute (mentale).

Per quanto riguarda uno stile di vita sano, si raccomanda di:

- Dormire a sufficienza
- Fare esercizio fisico regolarmente (almeno 3 volte alla settimana)
- Mantenere un peso sano (IMC adulto tra 18,5 – 24,9 kg/m²)
- Mangiare molta frutta e verdura; ridurre l'assunzione di grassi, zuccheri e sale
- Non fumare o smettere di fumare
- Limitare il consumo di alcol
- Proteggere la pelle: usare la crema solare ed evitare l'esposizione eccessiva al sole

Per quanto riguarda la salute fisica, si raccomanda di:

- Sottoporsi a controlli periodici dal dentista
- Tenere sotto controllo i propri parametri di salute, inclusi peso e pressione sanguigna
- Partecipare a eventuali screening oncologici ai quali si viene invitati
- Sottoporsi a tutte le vaccinazioni raccomandate dalle linee guida nazionali

Per quanto riguarda la salute mentale, si raccomanda di:

- Socializzare
- Dedicare del tempo a se stessi
- Rivolgersi ai propri familiari o agli amici più cari quando si provano emozioni negative
- Dedicarsi a hobby che piacciono o esplorare nuovi interessi/attività
- Praticare la mindfulness (la pratica della "consapevolezza")
- Utilizzare tecniche di rilassamento
- Cercare un aiuto professionale, se necessario

Per quanto riguarda la salute sociale, si raccomanda di:

- Discutere con il proprio medico eventuali problemi o domande (qualora si presentassero) in merito alla gestione quotidiana della propria vita: ad esempio, le difficoltà relative al lavoro, alla scuola, alle relazioni e i problemi finanziari.
- Sentirsi liberi di condividere le proprie esigenze con i propri cari

5a. Spazio per i commenti

Inserire i commenti