

Primi appuntamenti con l'oncologo: cosa fare? Cinque consigli pratici per chi ha un tumore in stadio iniziale

Una buona comunicazione con il proprio oncologo è fondamentale su più fronti: per comprendere correttamente la propria malattia e le prospettive di cura e guarigione, innanzitutto (Fonte: <https://www.corriere.it/> 1° settembre 2025)



La confusione è tanta, la paura di più. Quando si scopre di avere un tumore uno stato d'agitazione è inevitabile e, al turbinio di emozioni, si aggiunge la concreta difficoltà di dover affrontare esami, visite e prendere decisioni sulle terapie da fare. Uscire dalla stanza del medico e scoprire, quando ormai è tardi, di **aver dimenticato qualcosa** è quasi una certezza. Una prescrizione, una domanda sulle terapie, magari qualcosa di importante per prendere decisioni o programmare i passaggi successivi.

«Una buona comunicazione con il proprio oncologo è fondamentale su più fronti - sottolinea **Giuseppe Curigliano, direttore della Divisione di Sviluppo Nuovi Farmaci presso l'Istituto Europeo di Oncologia** -. Per comprendere correttamente la propria malattia e le prospettive di cura e guarigione, innanzitutto. Per la scelta delle terapie, la gestione degli effetti collaterali, il benessere psicologico e per molto altro ancora. Prepararsi alla visita, specie le prime volte, può essere di grande aiuto per non finire sopraffatti dalle emozioni e per non dimenticare nulla di strategico».

Meglio accompagnati che soli, se possibile

Ansia e paura non aiutano a essere lucidi: ecco perché sarebbe molto utile avere vicino un familiare o un amico durante i primi colloqui con l'oncologo. Un'altra persona può aiutare a **fare domande**, ascoltare e ricordare, richiamare l'attenzione del paziente su qualcosa che voleva chiedere. **Quattro orecchie sono meglio di due** e la vicinanza di persona cara è un buon sostegno, psicologico e pratico.

«Grazie alla tecnologia, oggi, è possibile anche far collegare un accompagnatore **via telefono o in videochiamata** - dice Curigliano, professore ordinario di Oncologia Medica presso l'Università degli Studi di Milano -. Non è la soluzione più comoda, ma può essere un'opzione in assenza di alternative».

Preparare le domande

Mettere nero su bianco le proprie domande aiuta a non dimenticarsi nulla di importante. Durante la visita, spesso, la mente vaga fra più concetti, deve incamerare molte informazioni e lo stato di tensione nervosa crea confusione. **Avere scritto una lista di quesiti** agevola la memoria e anche il colloquio con il medico.

Chiedere è meglio che googlare

«Siate chiari con il vostro oncologo, domandategli quello che davvero volete sapere, facendo lo sforzo di **superare imbarazzo o pudore** - aggiunge Curigliano, che è anche presidente eletto della European Society for Medical Oncology (Esmo) -. Molti pazienti cercano in rete **informazioni sul loro tumore, sulla prognosi, sugli effetti collaterali**, ma manca loro il coraggio di affrontare le questioni più "scottanti" con lo specialista. È invece molto utile, specie durante i primi incontri quando non ci si conosce, che sia la persona malata a chiedere quello che più le interessa guidando così anche la comunicazione da parte dell'oncologo. **Più si è chiari reciprocamente**, più sarà utile in futuro. Un dialogo aperto è fondamentale durante tutto il percorso di cura».

Prima di iniziare i trattamenti

C'è qualcosa che devo sapere o fare prima di iniziare le cure? E' un quesito importante, ad esempio per i pazienti più giovani che potrebbero [volere dei figli una volta superato il cancro](#) e le **cure per preservare la fertilità** vanno effettuate prima dei trattamenti oncologici. In altri casi può essere utile iniziare dei percorsi di [fisioterapia o riabilitazione prima dell'intervento chirurgico](#) che aiutano per una migliore riuscita e una più rapida ripresa dopo. Possono anche esserci [questioni burocratiche, come l'esenzione dal ticket o le agevolazioni lavorative](#), da sbrigare o avviare in attesa di cominciare le terapie.

Tracciare il percorso

Avere una sorta di mappa di quello che sarà il proprio percorso può essere un grande sostegno. Quasi sempre la diagnosi di cancro arriva come un fulmine a ciel sereno e da quel momento in poi la mole di informazioni e di pratiche da gestire è imponente. «Chiedete al vostro oncologo se è possibile delineare un percorso, darvi dei tempi - conclude Curigliano -. **Non sempre si può dare un'indicazione chiara fin da subito** perché ci sono molte variabili da considerare, ma avere un'idea di ciò che li attende (ad esempio, operazione tra un mese, ricovero di X giorni, dopo due mesi circa inizio della chemio o radioterapia che durerà X mesi) è utile per pazienti e familiari. **Chiedete anche chiaramente quali sono le probabilità di successo delle cure nel breve e lungo termine, aiuta a tenere a bada l'ansia, porta un po' di chiarezza in un orizzonte carico di incognite**».