

#OctobreRose

**Le dépistage
du cancer du sein,
c'est la vie !**

Qu'est-ce que le cancer du sein ?

Le cancer du sein est une tumeur qui se développe à partir des cellules constituant la glande mammaire. Il est le cancer le plus fréquent chez la femme (1 sur 8 sera un jour concernée), avec un âge moyen au moment du diagnostic de 63 ans.

Les symptômes

Le symptôme le plus évident est l'apparition de grosseurs dans le sein. Il existe d'autres indices à surveiller comme : un changement de taille et de forme des seins, l'apparition d'une peau d'orange ou rondeur, des anomalies de la peau (fossettes, rides), le mamelon devenant rentrant, une petite boule palpable à partir de 1 cm, une grosseur ou

une enflure sous l'aisselle, un écoulement par le mamelon ou une rougeur sur le mamelon.

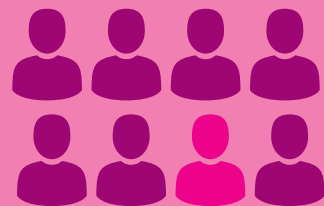
Les traitements

Le principal traitement est principalement la chirurgie, suivie d'un traitement de chimiothérapie, de radiothérapie ou d'hormonothérapie qui permet alors de prévenir le risque de rechute. Dans la majorité des cas, une conservation du sein est possible. Dans tous les cas, plus le cancer du sein est repéré précocement, plus les chances de guérison sont élevées, notamment grâce au dépistage.

Le cancer du sein en France :

1^{re} cause 
de décès par cancer chez la femme

60 000
nouveaux cas chaque année



1 femme sur 8
concernée

Les facteurs de risque du cancer du sein

- **L'âge** : plus on avance en âge, plus le risque est élevé. Deux tiers des cancers du sein surviennent effectivement après 50 ans ;
- **L'histoire familiale** : un cancer du sein d'une parente du premier degré, mère ou sœur, multiplie le risque par 15. Les cancers héréditaires sont rares : seulement 5 % des femmes souffrant d'un cancer du sein sont porteuses d'une prédisposition génétique qu'elles transmettent à leurs filles ;
- **L'histoire personnelle** : le risque de survenue d'un second cancer du sein est 4 à 5 fois plus élevé que la moyenne ;

- **L'imprégnation hormonale** : plus elle est forte et prolongée, plus le risque est élevé. Autrement dit l'absence de grossesse, une puberté précoce ou une ménopause tardive sont des circonstances favorisant de cancer du sein ;
- **Le mode de vie** : une consommation excessive d'alcool ainsi que le tabac augmente les risques de cancer du sein ;
- **L'obésité** : elle augmente les taux d'œstrogène et donc le risque de cancer du sein.

Attention : Lorsqu'il existe un antécédent de cancer du sein chez l'homme (père, frère, enfant...), une surveillance spécifique de tous les membres de la famille proche, hommes comme femmes, doit être réalisée.

Oui, le dépistage du cancer du sein, c'est la vie !

Face à cette maladie, le dépistage précoce est essentiel ! En France, il existe un dépistage organisé pour les femmes ayant un fort risque lié à leur âge (entre 50 et 74 ans) ou des antécédents. Pour toutes les autres, au moindre symptôme, il est nécessaire de consulter rapidement son médecin ou son gynécologue. Oui, le dépistage du cancer du sein, c'est la vie !

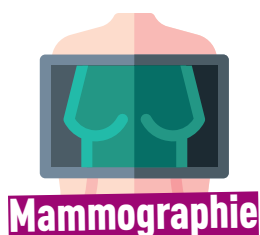


Le dépistage : à quel âge ?



J'ai entre 25 et 49 ans ou plus de 74 ans

- **Je n'ai pas de signe particulier :**
Je pratique régulièrement l'**autopalpation** + je réserve un **examen clinique des seins** tous les ans (palpation) auprès d'un médecin généraliste, un gynécologue ou une sage-femme.
- **J'ai un signe particulier (boule, inflammation, eczéma, ganglion...) :**
Je consulte mon médecin généraliste rapidement.



J'ai entre 50 et 74 ans

- **Je réalise une mammographie + un examen de palpation de dépistage tous les 2 ans :**
J'ai reçu une invitation à réaliser l'examen par courrier : je prends rendez-vous avec le radiologue le plus près de chez moi
Je n'ai pas reçu d'invitation : je demande à mon médecin généraliste de me prescrire une « mammographie de dépistage organisé » et je prends rendez-vous avec le radiologue le plus près de chez moi



J'ai des antécédents personnels ou familiaux

- **Je définis avec mon médecin traitant un suivi personnalisé :** mammographie, examen clinique, échographie sur un rythme défini.

Les professionnels de santé se mobilisent



Quels sont les symptômes du cancer du sein ?

Le plus fréquemment il s'agit d'une modification du sein sous forme d'apparition d'une grosseur dans le sein, mais d'autres signes peuvent apparaître : des anomalies de la peau (fossettes, œdème, peau d'orange, rougeur), une rétraction du mamelon, un changement de taille et de forme du sein, une grosseur au niveau de l'aisselle, et parfois des douleurs. Il faut cependant savoir que ces symptômes n'apparaissent que lorsque le cancer mesure déjà entre un et deux centimètres, et que plus il est diagnostiqué tôt, plus les chances de guérison sont élevées.

Quels traitements pour un cancer du sein ?

La chirurgie est souvent le premier traitement. Elle peut être suivie de chimiothérapie, de radiothérapie, d'hormonothérapie, de traitements ciblés ou d'une combinaison des quatre. L'objectif de ces traitements est de diminuer les risques de rechute, tant localement (le sein ou l'aisselle), que le risque à distance, c'est-à-dire de métastases. Dans la majorité des cas, une conservation du sein est possible, et lorsqu'elle ne l'est pas, une reconstruction mammaire peut être proposée en même temps que la mastectomie. Dans tous les cas, plus le cancer du sein est diagnostiqué précocement, plus les chances de guérison sont élevées, notamment grâce au dépistage.

Un conseil prévention à donner ?

Je recommande vivement à toutes les femmes de se rendre à leur rendez-vous de dépistage organisé en temps et en heure. Je conseille également à toutes celles qui ont des facteurs de risque élevés (surpoids, antécédents familiaux, alcool, tabagisme...) de réaliser l'autopalpation régulièrement et de se faire dépister volontairement. Dans tous les cas, parlez-en à votre médecin généraliste !

Dr Marian Gutowski

Chirurgien oncologue au sein de l'Institut du Cancer de Montpellier et spécialiste du cancer du sein

L'ICM est habilité à recevoir dons, legs, donations et assurances-vie.

Contact relation donateurs :

04 67 61 24 44 / relations.donateurs@icm.unicancer.fr
ICM - 208, avenue des Apothicaires - 34298 Montpellier Cedex 5

Face au cancer, les bonnes pratiques

Âge, antécédents familiaux mais aussi mode de vie... Il existe diverses raisons au développement d'un cancer mais, fort heureusement, en adoptant certaines pratiques le risque peut être limité.

En fonction de votre âge et de vos facteurs de risque, il est recommandé de réaliser :

- **un examen gynécologique**, tous les ans ;
- **un examen clinique des seins**, tous les ans, qui doit être réalisé par un médecin généraliste, un gynécologue ou une sage-femme ;
- **un frottis cervico-utérin**, tous les 3 ans, jusqu'à l'âge de 65 ans ;
- **un mode de vie équilibré** (maîtrise de la consommation d'alcool, activité sportive...), tous les jours.

Dans tous les cas, un seul réflexe : le dépistage !



Se faire dépister au plus près de chez soi, rien de plus simple !

Chaque région possède un centre de coordination de dépistage local dédié à la prévention du cancer du sein.

Découvrez toutes leurs coordonnées et le centre le plus près de chez vous sur le site internet : www.e-cancer.fr.