

Cancer du sein

le dépistage précoce peut sauver une vie

Mieux connaître

Qu'est-ce que le cancer du sein ?

Un cancer du sein est une tumeur maligne qui se développe dans la glande mammaire. Elle est constituée de cellules anormales qui prolifèrent de façon incontrôlée (cellules cancéreuses). Elles peuvent rester dans le sein ou se propager par voie sanguine ou lymphatique vers d'autres organes ou vers les ganglions, constituant une localisation secondaire du cancer ou « métastase ». Grâce à la recherche clinique, nous connaissons mieux aujourd'hui le cancer du sein, et pouvons ainsi améliorer son diagnostic et son traitement.

Le saviez-vous ?

1 femme sur 8 développera au cours de sa vie un cancer du sein.

Quels sont les facteurs risque ?

- l'âge : Les deux tiers des cancers du sein se développent chez des femmes de plus de 50 ans
- les antécédents personnels et familiaux
- les prédispositions génétiques
- l'exposition de l'organisme aux hormones : règles précoces, ménopause tardive, absence de grossesse ou grossesse tardive, absence d'allaitement, traitement substitutif de la ménopause, contraception orale
- la consommation de tabac et d'alcool
- le surpoids

Le saviez-vous ?

On estime à environ 48 800 le nombre de nouveaux cas de cancer du sein en France en 2012.

Mieux identifier

Symptômes : surveillez tout signe inhabituel

Le cancer du sein peut ne provoquer aucun symptôme visible. Il peut toutefois se traduire par :

- toute grosseur nouvelle au sein ou à l'aisselle,
- toute modification de la forme ou de la taille de votre sein,
- tout écoulement par le mamelon,
- tout changement notable de l'aspect de la peau du sein ou de l'aréole - crevasses, pigmentations...

Ces symptômes ne signifient pas pour autant qu'il s'agit d'un cancer du sein. Il est donc recommandé de demander un avis médical dès que l'on repère une anomalie quelconque.

Le saviez-vous ?

La douleur n'est pas nécessairement un signe de cancer du sein.

Mieux dépister

Qu'est-ce qu'un dépistage et pourquoi est-il important ?

Le dépistage consiste en l'examen clinique par un médecin et une mammographie, permettant de détecter une anomalie au niveau du sein, même sans symptôme apparent.

• Si une anomalie est détectée ou suspectée :

des examens complémentaires vous seront proposés par votre médecin, tels que l'IRM, l'échographie, le scanner et certaines analyses, afin de différencier une tumeur bénigne (non cancéreuse) d'un cancer.

• Si un diagnostic de cancer du sein est posé :

un traitement adapté sera rapidement mis en place.

Quand effectuer un dépistage ?

• **À tout âge** : vous devez être régulièrement suivie par un médecin traitant ou un gynécologue qui vous prescrira les examens nécessaires en cas de doute. Ce suivi médical doit avoir lieu tous les ans à partir de 25 ans.

• **Entre 50 et 74 ans** : votre médecin traitant ou votre gynécologue vous fera pratiquer une mammographie tous les 2 ans au minimum (tous les ans s'il estime cela nécessaire).

Le saviez-vous ? En France, le dépistage organisé est accessible aux femmes à partir de 50 ans et jusqu'à 74 ans et pris en charge à 100% par la sécurité sociale, sans avance de frais.

Mieux diagnostiquer

Auto-examen : ayez le bon réflexe

La palpation est un geste que vous pouvez réaliser vous-même pour vérifier que vos seins ne présentent pas d'anomalie visible ou palpable. Il est conseillé de pratiquer l'autopalpation chaque mois à la même période.

Debout, devant un miroir, inspectez vos deux seins et vérifiez qu'il n'y a rien d'anormal (écoulement par le mamelon d'un liquide, ou encore de sang, crevasses, fossettes, plis ou peau qui pèle...).

Levez le bras droit puis avec les trois doigts de la main gauche, palpez votre sein droit, fermement, attentivement et complètement. En commençant par la partie externe, parcourez votre sein en effectuant de petits cercles avec le bout des doigts. Veillez à examiner tout le sein.

Portez **une attention particulière à la zone entre le sein et l'aisselle**, cette dernière comprise. Cherchez toute grosseur ou toute induration anormale sous la peau.

Terminez par le **mamelon**. **Pressez délicatement le mamelon** pour vérifier qu'aucun écoulement ne se produit. Si c'est le cas, prévenez votre médecin sans plus attendre.

Recommencez la même autopalpation avec votre sein gauche.