

JE COMPRENDS MES RÉSULTATS

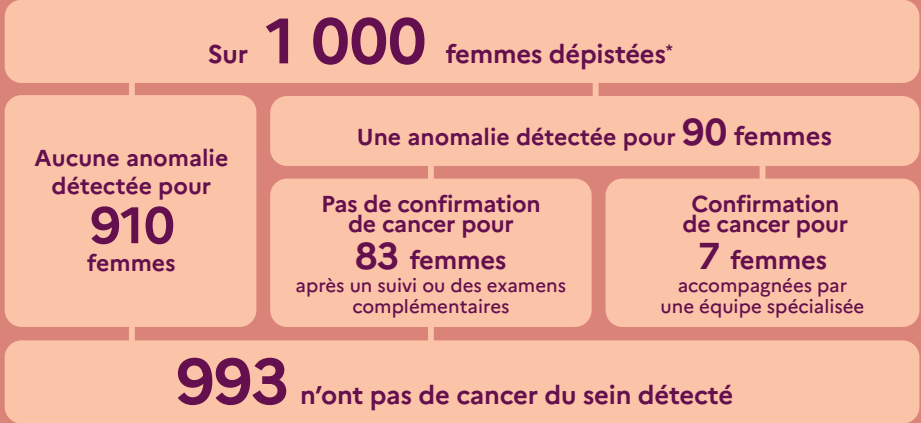
Aucune anomalie n'est détectée:

Vous serez invitée à renouveler cet examen dans 2 ans.
C'est le cas majoritaire, pour 910 femmes sur 1 000.

Une anomalie est détectée :

Cela concerne 90 femmes sur 1 000.

Dans la plupart des cas, il ne s'agit pas d'un cancer mais, par exemple, d'une anomalie bénigne (kyste) ou suspecte.
Selon les cas, une surveillance à court terme ou la poursuite d'examens pourra être nécessaire. **À l'issue de ces examens, la conclusion la plus fréquente est qu'il n'y a pas de cancer détecté : c'est le cas pour 83 femmes.**
Plus rarement, un cancer peut être diagnostiqué : cela concernera 7 femmes.
Chacune de ces femmes sera orientée par son médecin vers une équipe pluridisciplinaire spécialisée en cancérologie pour un traitement personnalisé.



*de 50 à 74 ans, dans le cadre du programme national de dépistage organisé.

INFOS CLÉS



La mammographie est prise en charge à 100% par votre régime d'assurance maladie. Si des examens complémentaires sont proposés par votre radiologue, ils seront pris en charge dans les conditions habituelles de remboursement.



Recommandé tous les 2 ans aux femmes de 50 à 74 ans, sans symptômes ni antécédents personnels et familiaux.



À réaliser chez un radiologue agréé.



Fiable

PLUS UN CANCER DU SEIN EST DÉTECTÉ TÔT, MIEUX IL SE SOIGNE ET SE GUÉRIT.

Chaque année, en France, plus de 2,5 millions de femmes se font dépister. Et vous ?

Pour en savoir plus, parlez-en avec votre médecin généraliste, votre gynécologue ou votre sage-femme ou rendez-vous sur jefaismondepistage.e-cancer.fr en scannant ce QR code.



PROGRAMME NATIONAL
DE DÉPISTAGE
DES CANCERS DU SEIN

LE DÉPISTAGE DES CANCERS DU SEIN

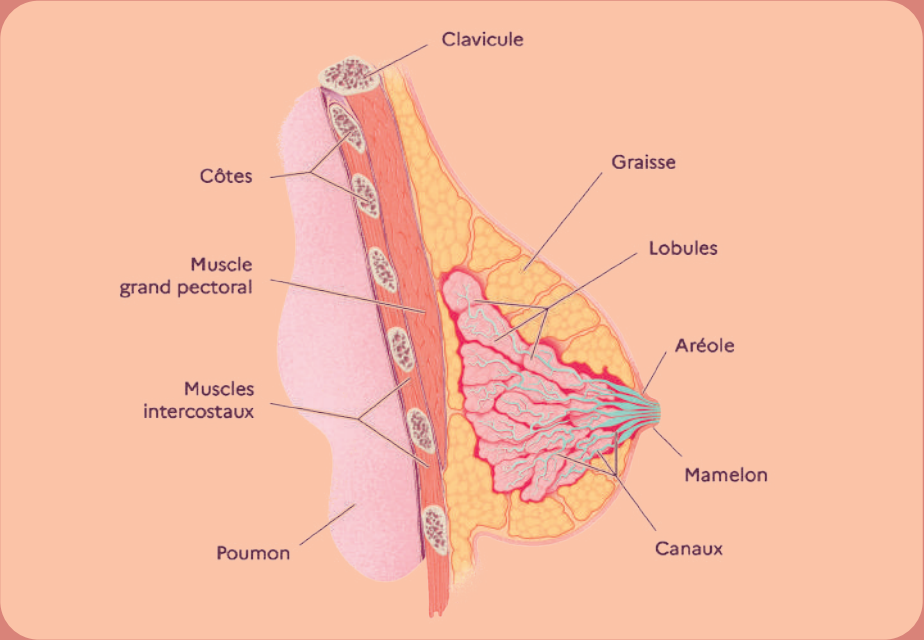
MON GUIDE PRATIQUE



"Grâce au dépistage que j'ai réalisé l'année de mes 50 ans, les médecins ont pu déceler une lésion cancéreuse qui a été traitée avant que cela ne soit plus grave. Le dépistage m'a sauvé la vie !"
Maryam, 59 ans

"Je participe tous les deux ans au dépistage organisé du cancer du sein. C'est finalement devenu une habitude et cela nous rassure, mes proches et moi."
Françoise, 64 ans

JE M'INFORME



Un cancer du sein, c'est quoi ?

Un cancer du sein résulte d'un dérèglement de certaines cellules qui se multiplient et forment le plus souvent une masse appelée "tumeur". Dans la majorité des cas, le développement d'un cancer du sein prend plusieurs mois, voire plusieurs années. Le cancer du sein est le cancer à la fois le plus fréquent et le plus mortel chez la femme. Près de 80% des cancers du sein se développent après 50 ans. C'est pour cette raison que le dépistage est proposé aux femmes de 50 à 74 ans.

Le saviez-vous ?

Un examen clinique des seins (observation et palpation) par un professionnel de santé est recommandé tous les ans dès l'âge de 25 ans.

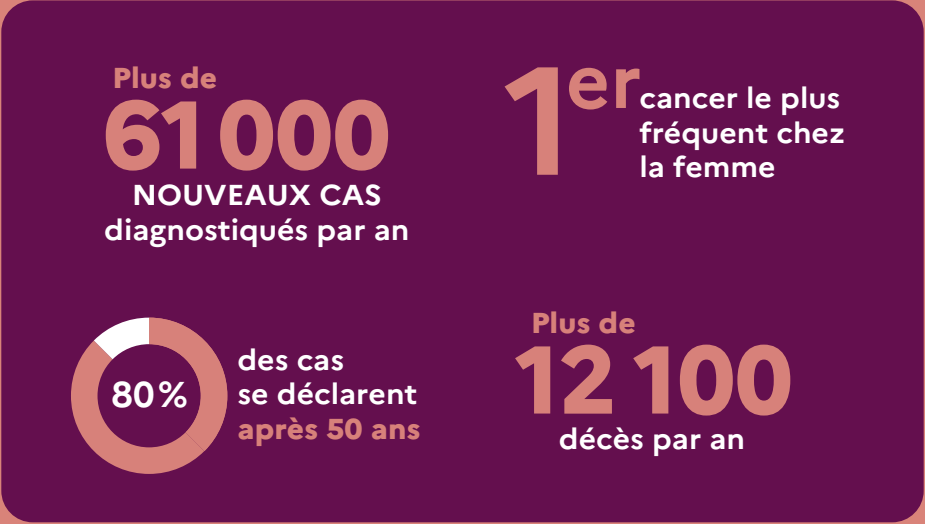
Le dépistage, à quoi ça sert ?

À détecter tôt une éventuelle anomalie ou un cancer, avant l'apparition de symptômes. **Cette détection précoce augmente les chances de guérison : elle permet à 99 femmes sur 100 d'être en vie 5 ans après le diagnostic.** Grâce au dépistage, plus de 10 000 cancers agressifs sont dépistés chaque année et ainsi, peuvent être soignés plus tôt. Pour vous informer sur les limites du dépistage du cancer du sein, rendez-vous sur jefaismondepistage.fr/cancers-du-sein

Quels sont les symptômes ?

Entre chaque examen de dépistage, n'hésitez pas à consulter un médecin si vous remarquez des changements inhabituels de vos seins :

- l'apparition d'une boule, d'une grosseur dans le sein ou sous un bras (aisselle) ;
- une modification de la peau : rétraction, rougeur, œdème ou aspect de peau d'orange ;
- une modification du mamelon ou de l'aréole (zone qui entoure le mamelon) : rétraction, changement de coloration, suintement ou écoulement ;
- des changements de forme de vos seins.



LES ÉTAPES QUE JE DOIS SUIVRE

1 Je prends rendez-vous avec un radiologue



- J'appelle un des radiologues agréés figurant sur la liste jointe à mon courrier d'invitation.
- Lors de mon rendez-vous, j'apporte mon courrier d'invitation, ma carte Vitale et les clichés de mes précédentes mammographies.
- Je pose toutes les questions que j'ai en tête au radiologue.

2 Je réalise les examens



- Le radiologue réalise une mammographie comportant 2 radiographies (clichés) par sein. L'un après l'autre, vos seins sont placés entre 2 plaques qui se resserrent et les compriment pendant quelques secondes.



- Le radiologue examine également vos seins.

3 Après les examens



- Juste après ces examens, le radiologue vous délivre un premier résultat "oral".



- Si les clichés de la mammographie et l'examen clinique ne montrent pas d'anomalie, par sécurité, une seconde lecture de ces clichés sera réalisée par un autre radiologue, dans un délai de 2 semaines. Cette double lecture permet de détecter davantage de cancers : c'est le cas d'environ 6% d'entre eux.

L'AUTOSURVEILLANCE DES SEINS



L'EXAMEN VISUEL

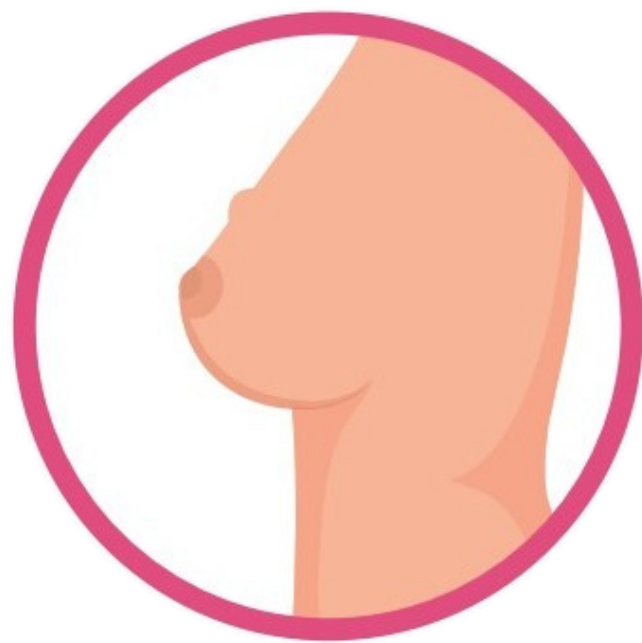
Dès 25 ans et une fois par mois, j'examine mes seins quelques jours après mes règles.

En position debout, les mains sur les hanches, seins nus et devant un miroir, je regarde mes seins.

Je repère si j'ai une ou plusieurs anomalies comme :



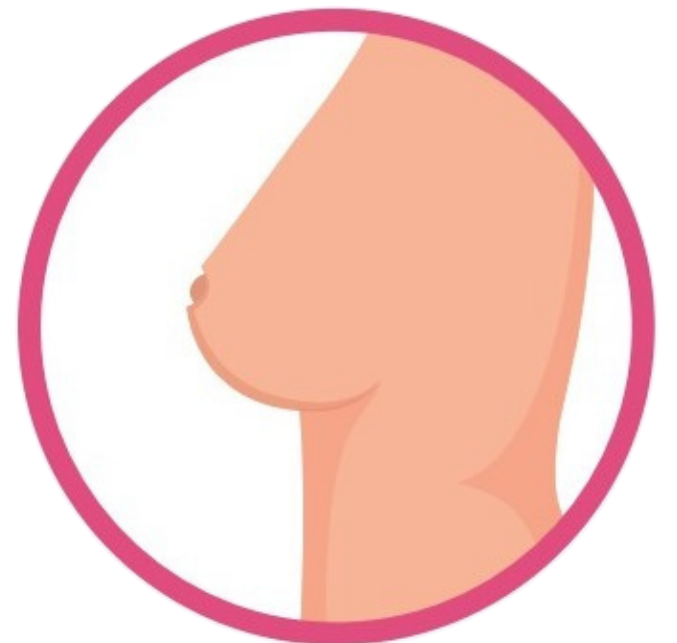
Effet peau
d'orange



Grosseur



Rétractation
de la peau



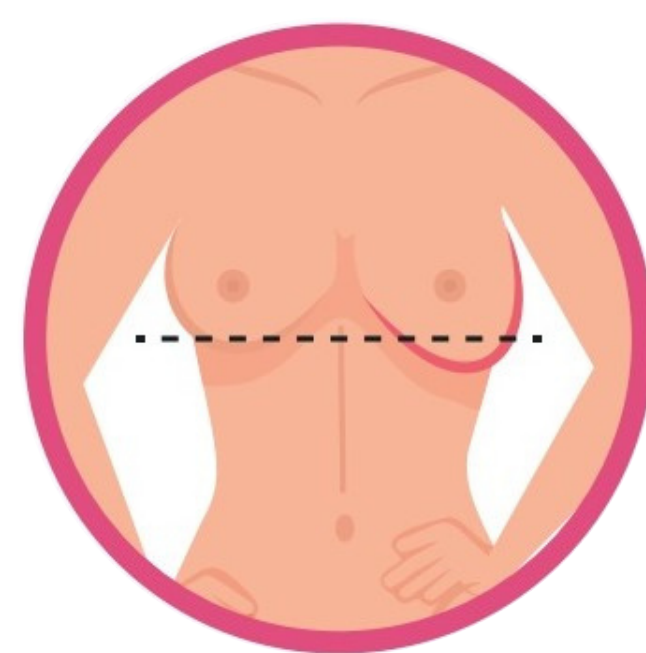
Rétractation
du mamelon



Écoulement
du mamelon



Rougeur
persistante



Dissymétrie
anormale

Si je repère au moins une anomalie :

Je prends rendez-vous chez mon médecin, mon gynécologue ou ma sage-femme sans attendre.

Ils me donneront un avis et me prescriront des examens si besoin.

L'AUTOSURVEILLANCE DES SEINS

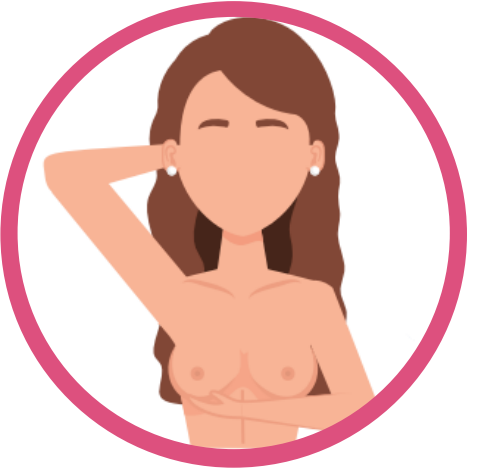
LE TOUCHER

Dès 25 ans et une fois par mois, j'examine mes seins quelques jours après mes règles.

En position debout, seins nus, palper un sein après l'autre.

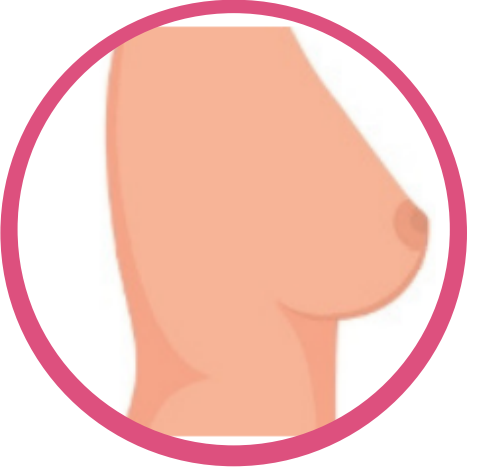


Palper le sein avec 3 doigts à plat :
l'index, le majeur et l'annulaire

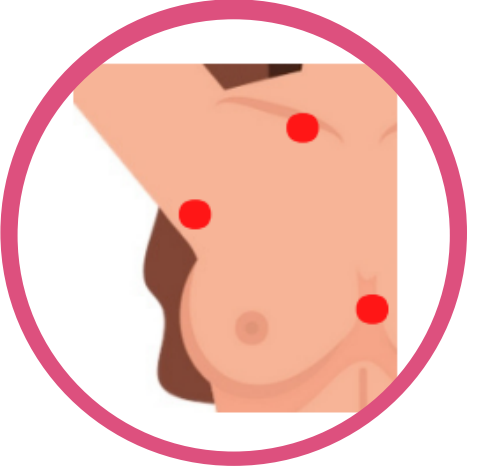


Bras levé, main derrière la tête, réaliser de petits cercles en appuyant avec mes 3 doigts en commençant par l'extérieur du sein.

Main droite pour le sein gauche et vice-versa



Passer sur tout le sein en finissant par le mamelon. Arrivée au mamelon, le pincer.



Ne pas oublier de palper l'aisselle, la clavicule l'os près de l'épaule, le sternum l'os au milieu des seins.

Faire de même de l'autre côté.

Si je sens une grosseur ou que du liquide sort du mamelon :

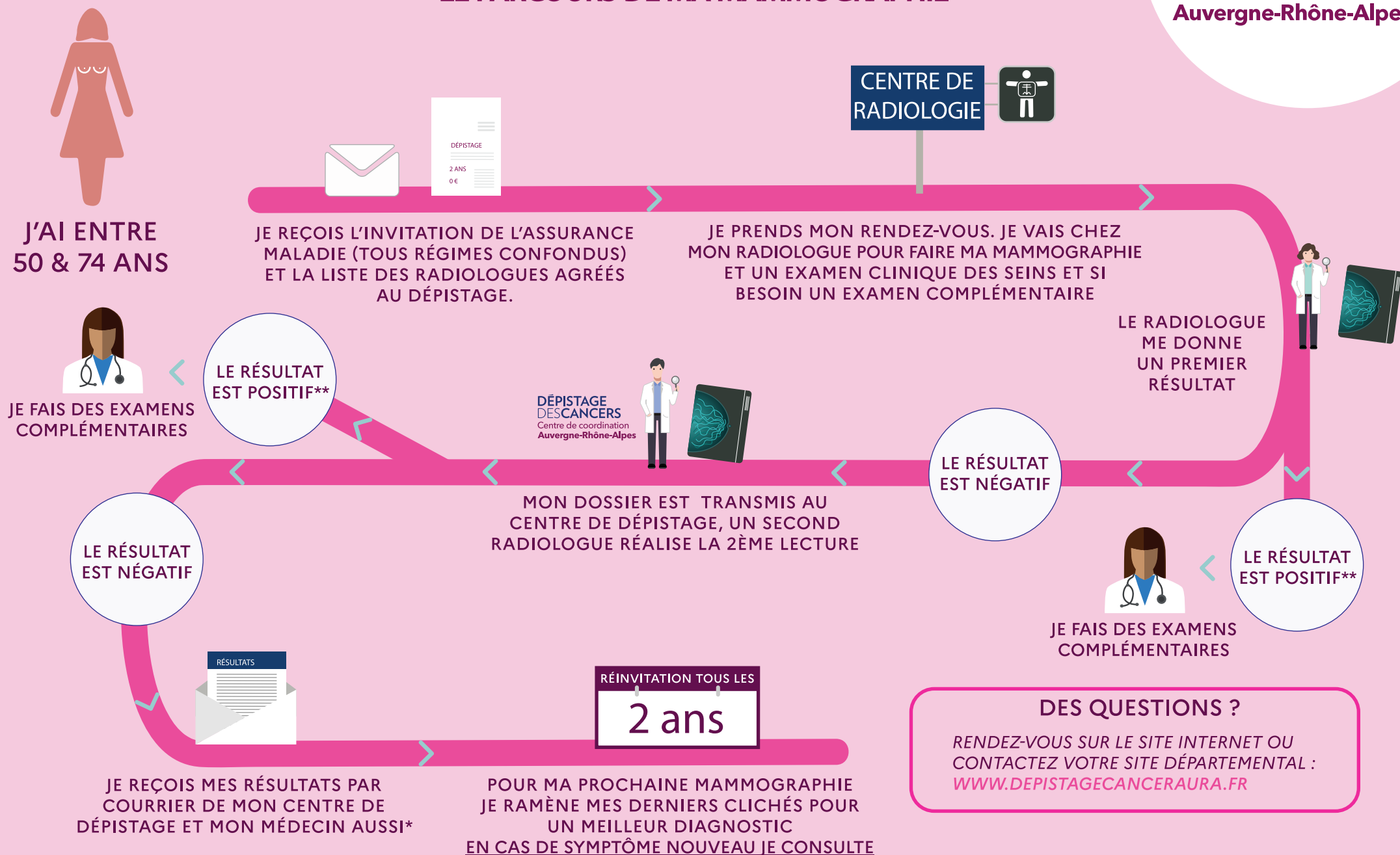
Prendre rendez-vous chez mon médecin, mon gynécologue ou ma sage-femme sans attendre. Ils me donneront un avis et me préciseront des examens si besoin.

A partir de 25 ans, il est recommandé d'avoir une palpation par un professionnel de santé, au moins une fois par an.

DÉPISTAGE DU CANCER DU SEIN

LE PARCOURS DE MA MAMMOGRAPHIE

**DÉPISTAGE
DESCANCERS**
Centre de coordination
Auvergne-Rhône-Alpes

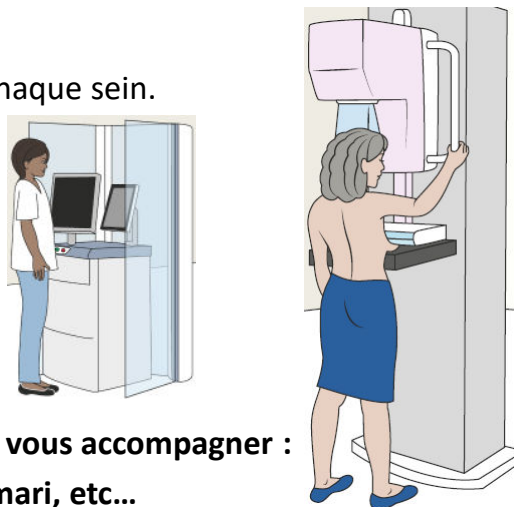


• LA MAMMOGRAPHIE

Le radiologue fait 2 radios pour chaque sein.

Il regarde les radios des seins.

Il regarde et touche les seins.



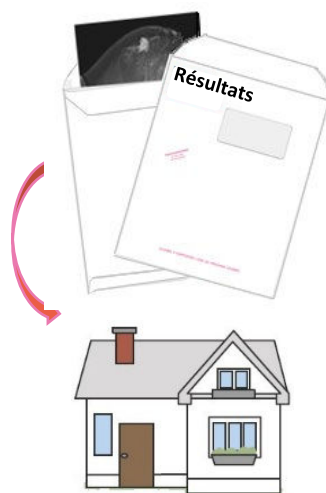
Une personne de confiance peut vous accompagner :
sœur, mère, amie, compagnon, mari, etc...

• LES RÉSULTATS

Le radiologue vous donne les premiers
résultats de la mammographie.

Si tout va bien, vous recevez
chez vous les résultats définitifs avec vos
radiographies.

S'il y a un problème, le radiologue peut faire
d'autres tests.



Entre 50 et 74 ans, la mammographie c'est tous les 2 ans

Partenaires nationaux et régionaux



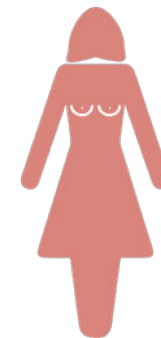
**DÉPISTAGE
DESCANCERS**
Centre de coordination
Auvergne-Rhône-Alpes

www.depistagecanceraura.fr

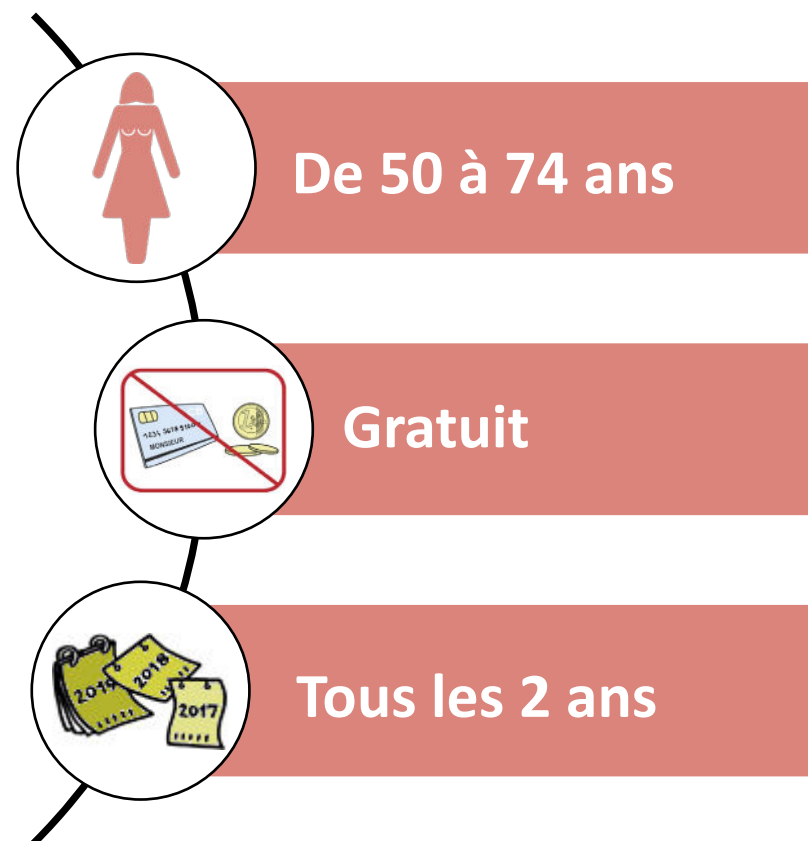
10 travailleuses à l'ESAT Le Pennesuy Viriat (**Adapei** Ain) et l'ESAT Entreprises Grenoble (**Afiph** Isère) ont participé à la rédaction et la relecture de ce document rédigé selon les règles du Facile à lire et à comprendre et validé en octobre 2020 par le groupe d'experts FALC (**Udapei** Haute-Savoie).



**DÉPISTAGE
DESCANCERS**
Centre de coordination
Auvergne-Rhône-Alpes



LA MAMMOGRAPHIE CONTRE LE CANCER DU SEIN



www.depistagecanceraura.fr

• LE CANCER DU SEIN

Le cancer du sein est une maladie grave.

Le cancer du sein apparaît souvent après 50 ans.

• DÉPISTAGE DES CANCERS EN AuRA

Dépistage des Cancers en AuRA est un établissement spécialisé pour le dépistage.

Suite à une invitation de l'Assurance Maladie pour les femmes de plus de 50 ans, il coordonne l'examen médical de dépistage.

Cet examen médical s'appelle une mammographie.

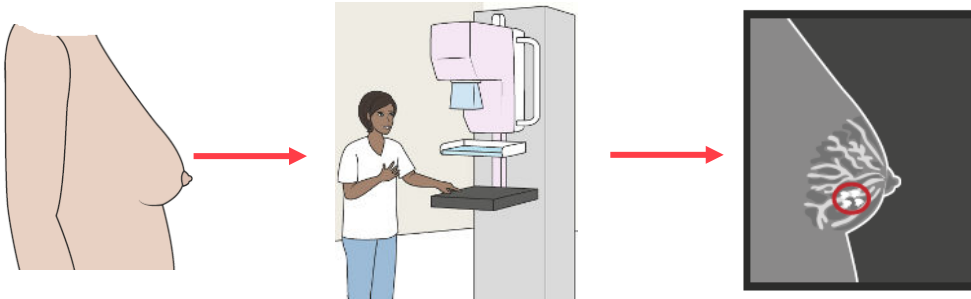
• LA MAMMOGRAPHIE

La mammographie est faite par un docteur : le radiologue.

C'est une photo (radiographie) de l'intérieur des seins.

Pendant la mammographie, une machine appuie sur les seins.

C'est un examen rapide, qui peut faire un peu mal.



La mammographie permet de trouver un cancer du sein qui ne se voit pas encore sans la radio (radiographie).
Cet examen permet de trouver un cancer le plus tôt possible.
Si le cancer est trouvé tôt, on peut se soigner plus facilement.

**La mammographie permet d'avoir
plus de chances de guérir du cancer du sein.**

• COMMENT FAIRE LA MAMMOGRAPHIE ?

• LA LETTRE D'INVITATION

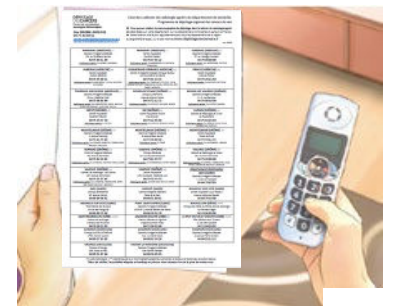
A 50 ans, vous recevez chez vous une lettre d'invitation pour faire gratuitement la mammographie.

Parlez-en avec votre médecin.



• LE RENDEZ-VOUS PAR TÉLÉPHONE

- Choisissez un cabinet de radiologie dans la liste.
- Cette liste est envoyée avec la lettre d'invitation
- Téléphonnez pour prendre votre rendez-vous.



• LE JOUR DU RENDEZ-VOUS

Allez au cabinet de radiologie avec 3 documents :

- **votre lettre d'invitation**
- **votre carte vitale**
- **vos anciennes radios des seins**
(si vous avez déjà fait une mammographie)



Entre 50 et 74 ans, la mammographie est gratuite.