

**Pour avoir plus d'information**  
**sur le PQDCS :**

CENTRE DE COORDINATION  
DES SERVICES RÉGIONAUX  
DE MONTRÉAL

Ligne d'information : **514 528-2424**

CONCERTATION-FEMME

2005, Victor-Doré, bureau 220

Montréal (Québec) H3M 1S4

Téléphone : **514 336-3733**

Télécopieur : 514 856-2400

[info@concertationfemme.ca](mailto:info@concertationfemme.ca)

[www.concertationfemme.ca](http://www.concertationfemme.ca)



Agence de la santé  
et des services sociaux  
de Montréal

Québec 

# MAMMOGRAPHIE DE DÉPISTAGE

**DESTINÉE AUX FEMMES DE 50 - 69 ANS**



*« Il n'y a rien de plus navrant que de se sentir impuissant  
devant une souffrance, que de se heurter à un mur lorsque  
l'on est rempli de bonne volonté. »*

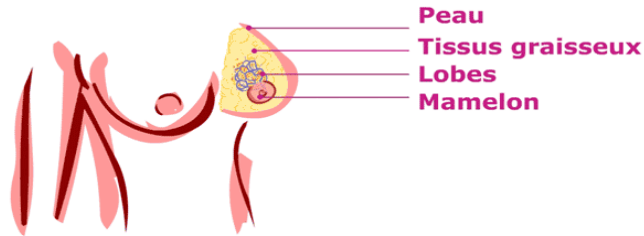
Anne Bernard

PRINTEMPS 2011

## LE SEIN

Le sein, symbole de la féminité, est un organe comme les autres. Il est constitué d'un amas de graisses et de fibres recouvert de peau, reposant sur les muscles et les côtes.

Il contient la glande mammaire. Sous l'influence des hormones, le sein passe par différentes modifications de la puberté à la ménopause.



Source : [http://www.adcn.fr/dep\\_sein\\_def.htm](http://www.adcn.fr/dep_sein_def.htm)

## LA FONCTION DU SEIN

Le sein exerce deux fonctions principales :

1. Il représente la fécondité et la maternité, il est l'image que la femme a de son corps et de sa féminité;
2. C'est l'organe de lactation : c'est-à-dire qu'il produit le lait pour nourrir le nouveau-né.

## CANCER DU SEIN

La multiplication désordonnée et incontrôlée des cellules de la glande mammaire va former la tumeur. Les cellules cancéreuses peuvent se déplacer vers d'autres organes.

C'est un problème majeur de santé publique dont les conséquences socio-économiques et familiales sont importantes, d'où la nécessité du dépistage précoce par la mammographie.

## RÉFÉRENCES

- Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal
- CSSS de Bordeaux-Cartierville-Saint-Laurent
- Fondation canadienne du cancer du sein
- Fondation du cancer du sein du Québec
- Société canadienne du cancer
- Programme québécois de dépistage du cancer du sein, Ministère de la Santé et des Services sociaux

\*\*\*\*\*

# VOTRE BIEN-ÊTRE

# EST NOTRE

# RAISON D'ÊTRE

Toute femme peut être à risque de développer un cancer du sein au cours de sa vie, même si elle n'a aucun antécédent personnel ou familial.

La mammographie de dépistage reste l'examen de choix pour détecter un cancer du sein au stade très précoce et d'éviter à la femme de subir les effets secondaires d'un traitement lourd.

**MOI, JE DÉCIDE DE PRENDRE  
EN MAIN MA SANTÉ  
ET LA MAMMOGRAPHIE  
EST LE PREMIER TEST  
QUE J'EFFECTUE EN TOUTE CONFIANCE.**

**ET VOUS, QUE FAITES-VOUS?**

**MIEUX VAUT  
PRÉVENIR  
QUE GUÉRIR**

## **DONNÉES STATISTIQUES DU CANCER DU SEIN AU CANADA**

- Le cancer du sein est le cancer le plus diagnostiqué chez les femmes à travers le monde.
- 1 femme sur 9 sera atteinte d'un cancer du sein au cours de sa vie et 1 femme sur 29 en mourra.
- Dans la plupart des cas, le cancer du sein survient après l'âge de 50 ans. Le taux de survie 5 ans après le diagnostic est de 88 %.
- Au Québec, pour l'année 2011, on estime à 6 200 les nouveaux cas de cancer du sein diagnostiqués chez les femmes. Source : Société canadienne du cancer

## **FACTEURS DE RISQUE**

Divers facteurs de risque peuvent avoir une influence sur la survenue d'un cancer du sein dont certains sont malheureusement non modifiables. Le fait d'être une femme et de vieillir sont les deux principaux facteurs de risque :

- Le sexe : le cancer du sein est presque exclusivement féminin;
- L'âge : plus une femme avance en âge, plus le risque de développer un cancer du sein augmente. Il y a un plus grand danger à partir de 50 ans.

Autres facteurs de risque :

- Antécédents familiaux : avoir une sœur, une mère ou une grand-mère atteinte du cancer du sein;
- Facteur génétique;
- Absence de grossesse ou première grossesse tardive (après 30 ans);
- Traitement hormonal substitutif de la ménopause;
- Règles précoces (avant 12 ans);
- Ménopause tardive (après 55 ans);
- Consommation abusive d'alcool;
- Exposition à des doses élevées de radiations;
- Excès de poids;
- Tabac et fumée secondaire.

## QUE POUVEZ-VOUS FAIRE POUR LA SANTÉ DE VOS SEINS?

1. Faites une mammographie de dépistage aux 2 ans à partir de l'âge de 50 ans.
2. Passez un examen clinique des seins chez le médecin chaque année.
3. Observez vos seins : l'apparition récente de tout changement au niveau de vos seins (bosse, écoulement du mamelon, changement de l'apparence de la peau ou modification de la forme) doit vous amener à consulter un professionnel de la santé.
4. Ayez de bonnes habitudes de vie :
  - Cessez l'usage du tabac et évitez la fumée secondaire;
  - Consommez modérément de l'alcool;
  - Ayez une alimentation équilibrée : riche en fibres et pauvre en matières grasses et en sucre;
  - Pratiquez régulièrement des activités physiques;
  - Surveillez votre poids;
  - Gérez votre stress et les émotions négatives.

## QUEL EST LE MOYEN LE PLUS EFFICACE POUR DÉPISTER LE CANCER DU SEIN?

- La mammographie est le meilleur moyen de dépistage du cancer du sein à un stade précoce, c'est-à-dire avant l'apparition de tout symptôme.
- La mammographie est un examen radiologique des seins de courte durée qui permet de détecter une lésion de petite taille qui souvent ne serait pas palpable chez une femme qui ne présente aucun symptôme.
- La mammographie consiste à comprimer à tour de rôle les deux seins entre deux plaques en plastique et les exposer à de faibles doses de rayons X.  
La mammographie visualise toute la glande mammaire et d'éventuelles lésions.

- « *On m'a dit que la mammographie est un examen très douloureux où les seins sont complètement écrasés.* »

La majorité des femmes ne sont pas au courant de l'existence de ce test (du quoi, du comment) et d'autres pensent que c'est un examen très douloureux.

**C'est un examen radiologique de courte durée sans aucun danger pour la femme. Il y a des femmes qui ressentent un certain inconfort lors de la compression du sein. Dans ce cas-là, il est recommandé d'éviter de consommer du chocolat, du thé et des colas deux semaines avant l'examen.**

- « *J'ai peur d'être encore irradiée.* »

Les femmes qui pensent qu'elles ont été exposées à la radiation dans leur vie ont peur de passer le test.

**La mammographie utilise de faibles doses de rayons X : c'est l'équivalent d'un voyage en avion aller-retour Montréal-Paris. En plus, les appareils de mammographie sont contrôlés tous les ans.**

- « *Si Dieu veut que j'aie le cancer, je l'aurais. C'est mon destin et je n'y peux rien.* »

Il y a des femmes qui croient qu'elles sont impuissantes face à leur destin et acceptent ce destin qu'elles ne peuvent pas changer.

**Même si l'on accepte notre destinée, rien ne nous empêche de prendre toutes les mesures de sécurité et de prévention pour protéger notre vie.**

- « *J'ai peur que mes renseignements personnels soient divulgués.* »

Certaines femmes qui ne connaissent pas le programme pensent qu'il s'agit d'une longue procédure et que la confidentialité n'est pas de rigueur.

**Le processus est très simple : il consiste en une seule visite et assure une entière confidentialité.**

## QUE SE PASSE-T-IL SI JE DÉCIDE DE NE PAS FAIRE UNE MAMMOGRAPHIE DANS LE CADRE DU PQDCS?

Les femmes qui se présentent dans un CDD pour passer une mammographie de dépistage peuvent refuser de signer le formulaire d'autorisation. Dans ce cas, elles ne recevront pas de lettre après 24 mois, mais pourront tout de même passer une mammographie de dépistage en présentant l'ordonnance du médecin.

En cas de mammographie anormale, aucun suivi ne sera effectué par l'équipe du centre de coordination des services régionaux de Montréal.

## PRÉOCCUPATIONS ET CRAINTES DES FEMMES DE DIFFÉRENTES COMMUNAUTÉS CULTURELLES

- « *Je ne comprends ni le français ni l'anglais, je jette donc la plupart des publicités que je reçois à la maison.* »

Beaucoup de femmes ne maîtrisent pas assez la langue française ou anglaise pour comprendre les documents produits par le PQDCS et/ou pour demander des services de santé.

**Il faut savoir que certains documents sont traduits dans plusieurs langues et qu'il existe des services d'interprètes dans différentes langues.**

- « *Chez nous, il est délicat de parler des seins. Ce n'est pas un sujet qu'on aborde souvent.* »

Le sein est considéré comme un sujet tabou dans certaines communautés : c'est un sujet à éviter.

**Il est vrai que le PQDCS est un programme public, mais les démarches se font dans le respect de l'intimité de la femme. Dans les 15 CDD de Montréal, les professionnels qui effectuent les mammographies sont tous des femmes.**

- Le taux de mortalité a diminué au cours de cette décennie grâce aux progrès réalisés en matière de dépistage et des traitements. Plus le cancer est diagnostiqué tôt, plus les chances de le vaincre sont grandes.

**Note :** Si vous présentez des symptômes, par exemple : une bosse au sein, votre médecin peut vous recommander une **mammographie diagnostique**.



source : <http://fr.wikipedia.org/wiki/Mammographie>

## COMMENT AVOIR ACCÈS À LA MAMMOGRAPHIE DE DÉPISTAGE?

Il existe, depuis 1998, un programme de dépistage du cancer du sein au Québec (PQDCS) comme dans d'autres régions du Canada et dans d'autres pays. Il offre **gratuitement** une mammographie de dépistage tous les 2 ans. Certaines conditions sont nécessaires :

- Être une femme âgée entre 50-69 ans et n'avoir aucun symptôme de cancer du sein;
- Apporter la lettre d'invitation qui sert d'ordonnance du médecin. Cette lettre est envoyée à la maison de chaque femme au cours de l'année de sa cinquantaine;

- Prendre rendez-vous dans un centre de dépistage désigné (CDD) : sur le territoire du CSSS de Bordeaux-Cartierville-Saint-Laurent, le CDD est Diagnostic Image Inc. (Radiologie Bois-de-Boulogne), tél. : 514 331-8212;
- Remplir et signer le formulaire d'autorisation de transmission des données personnelles au PQDCS lors de chaque visite pour une mammographie de dépistage au CDD;
- Choisir un médecin parmi la liste établie si vous n'avez pas de médecin de famille, le jour du rendez-vous au CDD.

Dans le cas où la femme âgée de 50-69 ans perd sa lettre d'invitation, même après une longue durée, elle pourrait toujours adhérer au programme en communiquant avec le centre de coordination des services régionaux de Montréal au 514 528-2424.

Elle recevra de nouveau une lettre d'invitation pour une éventuelle mammographie de dépistage.

**Note :** Les femmes âgées de moins de 50 ans et de 70 ans et plus peuvent passer une mammographie de dépistage **gratuite** dans un CDD en utilisant une ordonnance du médecin.

Dans certains cas et selon l'avis du médecin, cette mammographie peut se faire gratuitement tous les ans.

### LES AVANTAGES DE PARTICIPER AU PQDCS

- Réception à domicile de la lettre des résultats de la mammographie;
- Réception de la lettre d'invitation après 2 ans;
- Délai rapide si des examens additionnels sont nécessaires;

- Participation à un programme de très grande qualité;
- Prise en charge de sa santé et de son autonomie.

Il existe 15 centres de dépistage désignés (CDD) et 5 centres de référence pour investigation désignés (CRID) à Montréal.

Le centre de coordination des services régionaux de Montréal (CCSR) coordonne l'ensemble des activités du programme.

### LES LIMITES DE LA MAMMOGRAPHIE DE DÉPISTAGE

- La mammographie ne détecte pas tous les cancers : certains d'entre eux peuvent passer inaperçus.
- Le cancer peut se développer entre deux mammographies de dépistage.
- 10 % des participantes au PQDCS auront besoin d'examen complémentaires pour établir le diagnostic exact.

Dans 95 % des cas, les résultats de ces examens ne révéleront pas de cancer.

### QUE SE PASSE-T-IL SI LE RÉSULTAT DE LA MAMMOGRAPHIE EST ANORMAL ?

Le résultat est acheminé vers le médecin de famille ou vers le médecin que vous avez choisi lors de votre rendez-vous au CDD.

À ce moment, vous serez référée vers un centre de référence pour investigation désigné (CRID) pour un complément d'investigation afin d'arriver à un diagnostic adéquat.