

**Consultez votre médecin ou une infirmière praticienne spécialisée sans tarder si une bosse apparaît dans un de vos seins ou si vous constatez une des situations suivantes :**

- un écoulement du mamelon (un seul côté, de façon spontanée);
- une rougeur, un pli, un repli de la peau du sein vers l'intérieur (rétraction);
- de l'eczéma sur un mamelon.

Dans ces cas, la mammographie de dépistage n'est peut-être pas un examen suffisant pour vous.

**Conseils pratiques pour vous préparer à la mammographie :**

- Si vos seins sont sensibles, demandez à passer la mammographie dans les dix jours après le début de vos menstruations ou lorsque vos seins sont moins sensibles.
- Le jour de l'examen, ne mettez aucun des produits suivants : déodorant, poudre, crème ou parfum. Ces produits provoquent de fausses images qui peuvent être confondues avec des lésions.
- Évitez de porter une robe, étant donné que vous aurez à vous dévêtir jusqu'à la taille. Un ensemble deux-pièces est plus pratique, car vous n'aurez que les vêtements du haut à enlever.
- Au moment de l'examen, vous devrez enlever vos bijoux, tels que chaînes et boucles d'oreilles, et tout autre objet qui pourrait nuire à l'examen.



**Déroulement des étapes si vous décidez de participer au PQDCS**

- Vous pouvez utiliser la lettre d'invitation ou l'ordonnance de votre médecin ou d'une infirmière praticienne spécialisée pour prendre votre rendez-vous pour la mammographie de dépistage.
- Vous passerez votre mammographie dans un centre de dépistage qui satisfait aux normes du Programme.
- Vous serez invitée à signer le formulaire de consentement chaque fois que vous passez une mammographie de dépistage.
- La technologue en imagerie médicale vous demandera de répondre à des questions sur votre état de santé et procédera à la mammographie.
- Vous et votre médecin ou l'infirmière praticienne spécialisée recevrez le résultat de votre mammographie de dépistage par envoi postal.
- Si vous devez subir d'autres examens, le responsable du Programme de votre région s'assurera qu'un médecin prend votre suivi médical en charge.
- Vous recevrez une invitation à passer une mammographie de dépistage une fois tous les deux ans jusqu'à 69 ans.
- Les résultats du Programme sont évalués régulièrement et publiés sur le site [www.inspq.qc.ca/groupes/pqdc](http://www.inspq.qc.ca/groupes/pqdc)

Si vous désirez plus de renseignements sur le Programme québécois de dépistage du cancer du sein, rendez-vous à l'adresse : [msss.gouv.qc.ca/mammographie](http://msss.gouv.qc.ca/mammographie)

**Si vous souhaitez passer une mammographie, mais ne voulez pas participer au PQDCS, que se passera-t-il ?**

La mammographie de dépistage vous est quand même offerte sans frais dans tous les centres de dépistage reconnus du PQDCS. Toutefois, si vous décidez de ne pas participer au Programme, vous devrez indiquer votre refus sur le formulaire de consentement au Programme. Cela signifie aussi que :

- vous aurez besoin d'une ordonnance de votre médecin ou d'une infirmière praticienne spécialisée chaque fois que vous voudrez passer une mammographie de dépistage;
- seul votre médecin ou l'infirmière praticienne spécialisée recevra le résultat de votre mammographie. Votre médecin sera responsable de faire le suivi médical requis;
- vous ne recevrez plus de lettre d'invitation tous les deux ans vous rappelant qu'il est temps de passer votre mammographie;
- les renseignements à votre sujet ne serviront pas à évaluer et à améliorer la performance du PQDCS.

**Vous avez décidé de ne pas participer, mais aimeriez réintégrer le Programme quelques années plus tard ?**

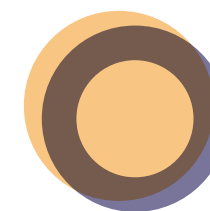
Vous pouvez toujours revenir au PQDCS. Pour réintégrer le Programme, vous devrez :

- obtenir une ordonnance de mammographie de dépistage de votre médecin ou d'une infirmière praticienne spécialisée;
- signer le formulaire de consentement lors de votre mammographie dans un centre de dépistage désigné.

Vous serez alors réinvitée à passer une mammographie de dépistage une fois tous les deux ans jusqu'à 69 ans.



PROGRAMME QUÉBÉCOIS DE DÉPISTAGE DU CANCER DU SEIN



**Participer au**

PROGRAMME QUÉBÉCOIS DE DÉPISTAGE DU CANCER DU SEIN

**La décision vous appartient, informez-vous !**

Santé et Services sociaux

Québec



Québec



**AVIS :** L'information contenue dans ce dépliant ne remplace pas l'avis de votre médecin. Cette information ne doit jamais contribuer à retarder des examens ou des traitements que votre médecin pourrait recommander.

Vous avez reçu l'invitation à participer au Programme québécois de dépistage du cancer du sein (PQDCS). Nous avons préparé ce dépliant pour vous fournir une information sur les avantages, les inconvénients et les limites liés au dépistage du cancer du sein. Participer au Programme est une décision que vous devez prendre en toute connaissance de cause. Si, après avoir lu ce dépliant, vous ne savez pas si vous devez ou non participer à ce programme, nous vous encourageons à en parler avec votre médecin ou avec une infirmière praticienne spécialisée.

**Q : Qu'est-ce que le Programme québécois de dépistage du cancer du sein?**

Le Programme québécois de dépistage du cancer du sein (PQDCS) est un programme qui cible les femmes âgées de 50 à 69 ans. Elles sont invitées à passer une mammographie de dépistage du cancer du sein une fois tous les deux ans, dans un centre de dépistage désigné, c'est-à-dire un centre qui satisfait aux exigences du Programme.

Certaines femmes peuvent croire qu'elles sont exposées à un risque plus élevé de cancer du sein, notamment en raison de leur bagage génétique ou parce qu'il y a eu des cancers du sein dans leur famille. Si vous avez des inquiétudes à ce sujet, demandez à votre médecin si une surveillance particulière est nécessaire pour vous.

**Q : Pourquoi la mammographie a-t-elle été choisie comme examen de dépistage?**

La mammographie est une radiographie des seins qui permet de détecter des anomalies. C'est le seul examen de dépistage reconnu **scientifiquement** comme pouvant réduire le nombre de décès dus au cancer du sein.

**Q : Doit-on passer d'autres examens à la suite d'une mammographie de dépistage?**

Lorsque la mammographie révèle une anomalie, d'autres examens (examens complémentaires) sont nécessaires pour poser le diagnostic. Dans la majorité des cas, il s'agit de radiographies supplémentaires ou d'échographies. Il arrive aussi qu'on doive prélever des tissus du sein (biopsies), le plus souvent à l'aide d'une aiguille. Parfois, ces prélèvements nécessitent une opération.

**Q : Devrais-je m'inquiéter si on me demande de passer d'autres examens?**

Aucune femme n'aime se faire dire qu'elle doit passer d'autres examens. Certaines femmes vont attendre avec anxiété les résultats de ces examens. Toutefois, dans environ 95 % des cas, ces examens complémentaires ne révéleront pas de cancer.

**Q : Quels sont les avantages du dépistage par mammographie?**

- Le dépistage permet de trouver un cancer plus tôt, ce qui augmente les chances de guérison.
- Le risque de décès par cancer du sein diminue chez les femmes de 50 à 69 ans qui participent au dépistage. C'est ce que confirment plusieurs études scientifiques et les résultats du Programme québécois de dépistage du cancer du sein<sup>1</sup>.
- Vous avez l'esprit tranquille lorsque les résultats de vos examens sont normaux.

**Q : Y a-t-il des limites et inconvénients au dépistage par mammographie?**

Le dépistage par mammographie comporte certaines limites et inconvénients.

**Les fausses alertes**

S'il permet de détecter les cancers plus tôt, le dépistage génère aussi de fausses alertes. Cela se produit lorsqu'une anomalie est détectée, mais que les examens réalisés à la suite de la mammographie ne révèlent pas la présence d'un cancer du sein. C'est pourquoi les femmes qui participent

au programme de dépistage courent le risque de subir des examens qui n'auraient pas été nécessaires sans le dépistage.

**Le surdiagnostic**

Le dépistage peut trouver des cancers qui n'auraient jamais été diagnostiqués s'il n'y avait pas eu de dépistage. Ces cancers n'auraient jamais eu de conséquences sur la santé de la personne. On appelle ce phénomène le **surdagnostic**. Parmi les cancers dépistés, il est impossible de déterminer lesquels sont en fait des cas de surdiagnostic. Tous les cancers dépistés sont donc traités.

On estime qu'environ 1 femme sur 5 ayant eu un diagnostic de cancer du sein après un dépistage aura des traitements qui n'auraient pas été nécessaires s'il n'y avait pas eu de dépistage.

**Tous les cancers ne peuvent pas être détectés**

Le dépistage par mammographie ne permet pas de détecter tous les cancers du sein. Une femme qui participe au Programme peut se faire diagnostiquer un cancer du sein après avoir eu une mammographie de dépistage normale. Cela peut être dû au fait qu'un cancer était présent au moment de la mammographie de dépistage, mais qu'il n'était pas visible. Il peut aussi arriver qu'un cancer se développe rapidement, par exemple dans les deux ans suivants une mammographie de dépistage normale. De plus, même quand ils sont dépistés, les cancers du sein ne peuvent pas tous être guéris. La possibilité de mourir d'un cancer du sein existe donc même si une femme participe à un programme de dépistage.

**Q : Est-il vrai que la mammographie peut causer un cancer à cause des radiations?**

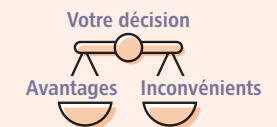
La mammographie est une radiographie et comme toutes les radiographies, elle émet des radiations. Des études montrent que le risque qu'un nouveau cancer se manifeste à cause des radiations auxquelles le sein est exposé pendant la mammographie de dépistage est extrêmement faible.

**Q : La mammographie de dépistage est-elle douloureuse?**

Cela dépend des femmes. Parce qu'on doit comprimer le sein entre deux plaques pendant quelques minutes, la mammographie est inconfortable pour la plupart des femmes et pour d'autres, c'est douloureux. Toutefois, la douleur est habituellement brève et passagère et ne doit pas vous inquiéter.

**Q : Dois-je participer au Programme de dépistage?**

La décision de participer ou non au dépistage dépend de l'importance que vous accordez aux avantages et aux inconvénients du dépistage.



Le directeur national de santé publique recommande aux femmes âgées de 50 à 69 ans de participer au dépistage par mammographie tous les deux ans. Toutefois, la décision d'y participer vous appartient entièrement.

**En participant au dépistage :**

- vous diminuez votre risque de décès par cancer du sein;
- vous avez plus de chance d'éviter des traitements comme la chimiothérapie parce que le cancer est découvert plus tôt.

**Toutefois :**

- vous risquez d'être diagnostiquée et traitée pour un cancer du sein qui ne se serait jamais manifesté dans votre vie s'il n'y avait pas eu de dépistage (surdagnostic);
- vous risquez de subir des examens (mammographies, échographies, biopsies) qui n'auraient pas été nécessaires en l'absence du dépistage.

<sup>1</sup>Source : MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX (2009), Bilan 10 ans 1998-2008 du Programme québécois de dépistage du cancer du sein, ministère de la Santé et des Services sociaux, 50 p.