

## LE DÉPISTAGE PERMET DE PRENDRE EN COMPTE LA MALADIE LE PLUS TÔT POSSIBLE

Le cancer est silencieux. Il peut se développer sans causer de fatigue, mal-être ou signe physique distinctif.

**La détection précoce permet d'agir plus rapidement :** la mammographie permet de détecter une anomalie avant qu'elle ait le temps de se développer.

### LE DÉPISTAGE ORGANISÉ, MODE D'EMPLOI

#### QUOI ?

Vous recevez une lettre d'invitation à réaliser gratuitement votre mammographie : un acte pris en charge à 100% par l'Assurance Maladie, sans avance de frais.

#### QUI ?

Cette invitation s'adresse à toutes les femmes de 50 à 74 ans, même sans symptôme apparent ni facteur de risque particulier.

#### POURQUOI ?

Le risque de développer un cancer du sein augmente fortement aux premiers signes de la ménopause et persiste pendant 25 ans.

#### QUAND ?

L'invitation vous est automatiquement adressée tous les 2 ans par l'Assurance Maladie.

#### OÙ ?

Elle est accompagnée de la liste des centres de santé agréés de votre région, afin de faciliter votre prise de rendez-vous.

#### COMMENT ?

Lors d'une mammographie, une pression est exercée sur les seins afin de les maintenir dans l'appareil. Plus ou moins douloureuse selon les femmes, cette sensation d'inconfort dure uniquement le temps de l'examen. Vous repartez sans aucune douleur persistante.

### Préparez dès maintenant votre dépistage

Les professionnel(l)es de santé du réseau Oxance, partenaires de Solimut Mutuelle de France, vous accueillent dans le cadre d'un suivi et d'une prise en charge globale.

Scannez-moi !



Trouvez les liens utiles pour en savoir plus en flashant ce code.



oxance  
Nos solutions mutualistes  
pour la santé

SoMupoS  
Solimut Mutuelle Française  
Organisme Social



# #CANCERDUSEIN

## MES SEINS MON CORPS MON CHOIX



**AU MOIS D'OCTOBRE,  
MOBILISONS-NOUS POUR  
FAIRE RECULER LE CANCER DU SEIN !**

**Informez-vous sur la maladie, le dépistage et les traitements, pour faire vos choix en toute autonomie.** Face aux stéréotypes et injonctions autour du corps des femmes, se réapproprier son corps et sa santé est primordial !

Solimut  
Mutuelle  
de France  
GÉNÉRATIONS SOLIDAIRES



oxance  
Nos solutions mutualistes  
pour la santé

SoMupoS  
Solimut Mutuelle Française  
Organisme Social



## PRÉVENIR LE CANCER DU SEIN

## BIEN CONNAÎTRE LA PROBLÉMATIQUE ET SON CORPS POUR AGIR !

Le cancer du sein, s'il est détecté précocement, se guérit dans 9 cas sur 10. Le dépistage permet de détecter un cancer à un stade précoce, avant l'apparition de symptômes, et d'augmenter le plus souvent les chances de guérison. Avoir une vision globale des outils à votre disposition et construire votre propre calendrier de détection est donc primordial pour faire reculer la maladie et ses effets.

### Étape 1 : L'AUTO-SURVEILLANCE

Cet examen simple et rapide, à pratiquer tous les mois après les règles, permet de mieux connaître vos seins et déceler d'éventuels changements, qui doivent vous encourager à consulter votre gynécologue ou votre sage-femme.



#### 1. L'aspect visuel général

Debout devant le miroir, vérifiez que l'aspect de vos seins est normal : pas d'écoulement de liquide ou de sang par le mamelon, aucune crevasse, fossette, ni pli, pas de peau d'orange ou qui pèle.



#### 2. Le toucher

Levez un bras et, avec trois doigts de la main opposée, palpez fermement chaque sein en effectuant des petits mouvements circulaires. Commencez par l'extérieur et remontez vers le centre, de part et d'autre du sein.



#### 3. Entre le sein et l'aisselle

Palpez attentivement cette zone, à la recherche d'un éventuel durcissement ou grosseur, douloureux ou non.

#### 4. Le mamelon

Pressez-le délicatement pour vérifier l'absence d'écoulement.



### Faire évoluer les mentalités, c'est aussi défendre l'égalité !

Parce qu'il touche une partie du corps associée à la féminité et la maternité, le regard de la société sur le cancer du sein est chargé de stéréotypes. Faire du cancer et du corps des femmes un tabou, c'est favoriser leur manque d'informations et l'exclusion des malades. Ce mois d'octobre doit donc être aussi l'occasion d'interroger le rapport de notre société à la place des femmes et de leur santé.

### Étape 2 : LE SUIVI GYNÉCOLOGIQUE

En complément de l'auto-surveillance, un suivi gynécologique annuel est nécessaire pour faire le point :

- **Les femmes de 50 à 74 ans** bénéficient tous les deux ans d'une mammographie prise en charge à 100% par l'Assurance Maladie, sans avance de frais.
- **Avant 50 ans**, il est important de connaître les différentes techniques de dépistage afin de construire un calendrier adapté à vos besoins et antécédents familiaux.

#### LA MAMMOGRAPHIE

Cet examen radiographique des seins permet de révéler des petites tumeurs qui ne sont pas toujours détectables à la palpation.

Certains mammographes sont équipés d'une tomosynthèse permettant d'associer à la mammographie classique une prise de vue en 3D : l'objectif est de détecter les petits cancers cachés par la densité mammaire.

#### L'ÉCHOGRAPHIE

Elle permet, si besoin, d'apporter des informations complémentaires à la mammographie.

Pour affiner le diagnostic, les médecins peuvent également réaliser une élastographie : mesure de la dureté des tissus afin d'évaluer le caractère cancéreux, ou non, d'une lésion et de limiter le nombre de biopsies.

**Dans 9 cas sur 10, ces 2 examens suffisent.**

#### LA BIOPSIE

En cas de doute, l'examen au microscope d'un fragment de la tumeur permettra de confirmer le diagnostic.

Si la biopsie est positive, les dosages des récepteurs des œstrogènes et de la progestérone sur les cellules cancéreuses seront indispensables pour déterminer le traitement futur.

#### L'EXAMEN PAR IMAGERIE

Le scanner (appareil d'imagerie par rayon X) permet d'étudier le tissu mammaire de manière plus approfondie. Il renseigne aussi sur l'état des ganglions de l'aisselle et du médiastin (zone entre les poumons).

L'IRM (imagerie par résonance magnétique) apporte un type d'image différent, obtenue par « les mouvements des molécules » au sein des tissus normaux et cancéreux.