

# PRENDRE *le* TEMPS

Programme québécois de dépistage du cancer du sein

Numéro 6

Mauricie et Centre-du-Québec

Octobre 2001

## *L'anxiété chez les participantes au programme de dépistage*

*par Johanne Légaré, infirmière bachelière*

**P**our la majorité des gens, le cancer est encore associé à la mort. Risquer de perdre un sein menace l'intégrité physique et psychologique des femmes.

Le processus de dépistage du cancer du sein peut être générateur d'anxiété pour certaines femmes. Avant la mammographie, l'inquiétude des femmes est surtout reliée à la peur d'avoir de la douleur lors de l'examen. Immédiatement après l'examen, les femmes se questionnent surtout sur le temps que durera l'inconfort ressenti pendant la mammographie, et devraient en parler à leur médecin au besoin.

Suite à cette période, les femmes s'inquiètent surtout de savoir si le résultat sera normal ou anormal, sur le temps nécessaire pour la réception de leur résultat, de la personne qui leur donnera ce résultat. Certaines femmes commencent déjà, à ce stade, à s'inquiéter de la gravité possible et des conséquences qui s'y rattachent, comme de se faire enlever un sein et d'être mutilée.

Une des périodes les plus stressantes pour les femmes est sans aucun doute celle qui entoure l'annonce du besoin de passer des examens supplémentaires pour identifier une lésion possible au sein et poser un diagnostic final. Cette annonce peut provoquer des réactions psychologiques qui affectent la qualité de la vie des participantes, parce que les femmes associent cela à un diagnostic de cancer du sein. C'est à ce moment que l'angoisse atteint généralement un maximum, et peut se prolonger jusqu'à plusieurs mois après le diagnostic final. Plusieurs facteurs peuvent influencer le degré d'anxiété des femmes. À titre d'exemple,

mentionnons que les femmes considérées à haut risque, de par leurs antécédents personnels ou familiaux, surestiment quelquefois leur possibilité d'être atteintes d'un cancer du sein.

Certains mythes entourant le cancer du sein, comme l'emploi de soutien-gorge à cerceaux et d'antisudorifiques ou le fait d'avoir subi un traumatisme aux seins, entretiennent l'inquiétude des femmes. Les délais entre l'appel du médecin et la date de rendez-vous avec ce dernier ou pour passer d'autres examens, et le délai avant le diagnostic final préoccupent également beaucoup les femmes. Le fait qu'il peut arriver aux femmes de recevoir une lettre du programme leur disant qu'elles doivent passer des examens complémentaires avant que le médecin n'ait pu les contacter, l'attitude du médecin lors de l'annonce de résultats anormaux ainsi que la difficulté d'obtenir des réponses claires à leurs questions influencent beaucoup la perception des femmes. La peur de l'inconnu, l'impression de ne pas avoir les ressources nécessaires pour recourir à des services d'aide pour le transport ou la garde des enfants par exemple, le niveau de scolarité quelquefois peu élevé ou des difficultés de lecture qui empêchent certaines femmes de comprendre correctement les informations écrites et verbales contribuent également à augmenter leur anxiété.

Face aux événements stressants auxquels les femmes sont confrontées, cette angoisse est une réaction normale et peut se manifester de différentes façons. Perte d'appétit, maux de tête, troubles du sommeil, troubles de l'humeur, sentiment d'être tendue ou nerveuse, problèmes au travail, peur, signes de panique, vision pessimiste de l'avenir et difficulté à





accomplir les tâches habituelles à la maison ne sont que quelques-unes de ces manifestations.

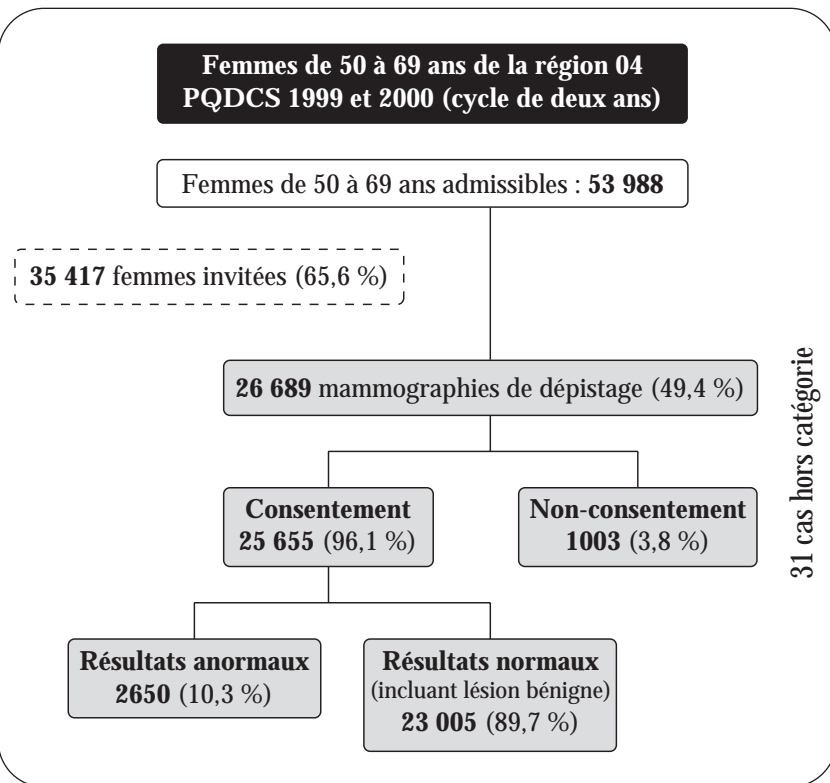
Le fait de s'informer permet aux femmes de replacer la réalité dans de justes proportions et ainsi de transgresser leur peur, de leur redonner le sentiment de reprendre un peu le contrôle de leur vie et de se reprendre en main. Ces femmes ont besoin d'être écoutées, d'exprimer ce qu'elles ressentent, d'être comprises et respectées dans l'expression de leurs inquiétudes. Nommer leurs émotions et les partager avec leurs proches augmentent les chances de ne pas se laisser envahir par l'anxiété. Être accompagnée par un proche ou une personne significative lors des rendez-vous rassure les femmes qui craignent de ne pas comprendre les renseignements qui leur sont donnés. Leur médecin de famille demeure un allié dans cette phase d'incertitude et peut les aider à poursuivre leurs démarches avec plus d'espoir et de confiance.

Des dépliants sont publiés par le ministère de la Santé et des Services sociaux au sujet du Programme québécois de dépistage du cancer du sein (PQDCS) : « Mieux se connaître pour mieux reconnaître », « Mieux vaut agir que réagir » et « Information sur les examens complémentaires à la mammographie de dépistage ». Ces dépliants sont disponibles dans les cliniques médicales, dans les Centres de dépistage désignés (CDD) et dans les Centres de référence pour investigation désignés (CRID).

En tout temps, pendant le déroulement du processus de dépistage, les femmes aux prises avec une anxiété plus difficile à gérer peuvent aussi contacter les travailleurs sociaux ou psychologues de leur région ou la ligne Info-Santé des CLSC près de leur localité, qui pourront les référer aux organismes communautaires les plus près. Plusieurs des ressources traitant du cancer du sein, telles que la Fondation québécoise du cancer, la Société canadienne du cancer, la Fédération des centres d'action bénévole du Québec, le Réseau québécois pour la santé du sein ainsi que le Réseau d'échange d'information du Québec sur le cancer du sein (REIQCS), offrent également du soutien et de l'information aux femmes en attente de diagnostic. La Coordination des services régionaux peut également assurer un service de première ligne auprès des femmes, en les référant au besoin aux travailleurs sociaux ou psychologues du programme, dans le but de mieux outiller les femmes pour les aider à continuer leurs démarches.

## Un aperçu des résultats régionaux après deux ans

par Christine Ross, agent de recherche,  
Groupe Vigie et qualité des services, Régie régionale



Pour la plupart des Centres de dépistage désignés (CDD) en Mauricie et au Centre-du-Québec, un premier cycle de deux ans est complété ou en voie de l'être. Le schéma présenté indique l'atteinte de différents résultats ciblés dans le cadre du Programme québécois de dépistage du cancer du sein pour l'ensemble des femmes de 50 à 69 ans résidant dans notre région sociosanitaire, et ce, pour les années civiles 1999 et 2000.

- > Pour les deux années, 53 988 femmes de 50 à 69 ans étaient admissibles au programme de dépistage. Le nombre de femmes admissibles au programme augmente à chaque année.
- > Dans la région, 66 % de ces femmes ont reçu une lettre d'invitation à venir passer une mammographie dans un des centres de dépistage désignés de la région. Le volume de lettres d'invitation postées se module à la capacité des centres de dépistage à recevoir cette clientèle spécifique. Une relance a été effectuée auprès de 63 % des femmes invitées. Cette relance s'effectue 14 semaines après l'envoi de la lettre d'invitation pour les femmes n'ayant pas encore passé leur examen de dépistage.

- > Près de la moitié (49 %) des femmes de 50 à 69 ans admissibles au programme dans la région ont passé une mammographie de dépistage. Le taux de participation visé est de 70 %.
- > La presque totalité des femmes qui se présentent dans un centre de dépistage désigné consentent à participer au Programme québécois de dépistage du cancer du sein (96 %).
- > Pour les femmes de 50-69 ans résidant en Mauricie et au Centre-du-Québec et ayant consenti à participer au programme, 10 % ont eu un résultat anormal pour leur mammographie de dépistage. Ces femmes sont dirigées vers un centre de référence et d'investigation diagnostique afin de faire confirmer ou infirmer ce résultat par des examens complémentaires tels agrandissements, compression, échographie, biopsie. Le médecin traitant reçoit les résultats de la mammographie de dépistage et des autres examens. En l'absence de médecin traitant, les résultats sont acheminés à un médecin associé au programme.
- > Dans un contexte de rareté de radiologistes, intervenants essentiels au fonctionnement du programme, et compte tenu des difficultés enregistrées par deux Centres de dépistage désignés, les résultats sont relativement bons au niveau régional. Ces résultats se maintiennent grâce aux efforts déployés par l'ensemble des intervenants impliqués dans le programme. Ces efforts doivent se poursuivre pour une diminution du taux de mortalité par cancer du sein chez les femmes.

# *L'équipe* au cœur du *dépistage*

*par Christiane Lemaire, conseillère en communication*

L'équipe de coordination des services régionaux du Programme québécois de dépistage du cancer du sein a connu des changements au cours des derniers mois. En effet, Pascale Blais, travailleuse sociale, et Dre Marie-Josée Drolet ont quitté l'équipe pour œuvrer sous d'autres cieux. Nous les remercions pour leur magnifique travail de promotion du programme auprès des diverses clientèles de femmes et des médecins.

Donc, nous avons pensé faire une nouvelle présentation des cinq professionnelles qui composent cette dynamique équipe. Au secrétariat, fidèles au poste, on retrouve Lise Ruest et Ghyslaine Marchand et à la coordination administrative, notre pilier, Lucie Ayotte. Pour combler les départs, nous accueillons Johanne Légaré, infirmière bachelière, qui vient prêter main forte à la coordination des services et le Dre Andrée Côté qui assumera le volet médical du programme. Nous leur souhaitons la bienvenue dans l'équipe !

Signalons enfin que cette équipe reçoit également du soutien de ressources de la Régie régionale : Christine Ross, agent de recherche pour les données statistiques, Alain Trudel, agent de planification, de programmation et de recherche pour l'organisation des services de santé physique et Christiane Lemaire, conseillère en communication.

L'équipe s'est donné de beaux défis pour la prochaine année grâce à un plan d'action et à un plan de communication détaillés. Au printemps, on compte refaire la tournée des centres de dépistage et de référence désignés. Si vous avez des commentaires, des suggestions ou des questions, n'hésitez pas à communiquer avec l'équipe de coordination au **1 888 773-1277**.



***À l'arrière, de gauche à droite:***

*Mme Johanne Légaré, infirmière bachelière,*

*Mme Lise Ruest, commis senior*

*Mme Ghyslaine Marchand, secrétaire médicale*

***À l'avant, de gauche à droite:***

*Dre Andrée Côté, responsable médicale*

*Mme Lucie Ayotte, responsable administrative*

## Une émission d'information sur le **dépistage** du **cancer du sein**

Dans le cadre du mois de sensibilisation au cancer du sein, une émission sur le dépistage du cancer du sein a été diffusée sur les ondes des télévisions communautaires de la région de la Mauricie et du Centre-du-Québec en octobre. Cette émission d'une durée de 28 minutes a été réalisée en collaboration avec Cogeco Câble inc. et l'équipe de coordination du Programme québécois de dépistage du cancer du sein dans notre région.

Au cours de l'émission, le Dre Andrée Côté, responsable médicale, Mme Lucie Ayotte responsable administrative et Mme Johanne Légaré, infirmière expliquaient le fonctionnement du programme et répondaient aux questions le plus souvent posées par les femmes. De plus, une dame qui a eu un cancer du sein détecté par la mammographie a livré un témoignage. On a pu également voir des images d'une mammographie effectuée dans un centre de dépistage de la région.

L'émission a été diffusée à quelques reprises à Drummondville, Victoriaville, Plessisville, La Tuque, Shawinigan, Trois-Rivières, Nicolet et Cap-de-la-Madeleine. C'était la première fois que l'équipe régionale utilisait ce moyen de communication pour sensibiliser la population au dépistage du cancer du sein. Une cassette vidéo de cette émission est disponible sur demande en contactant Christiane Lemaire au numéro (819) 693-3614.

Par ailleurs, d'autres activités de promotion ont eu lieu en octobre: entrevue du Dre Andrée Côté à l'émission « La vie en Mauricie » à CHEM-télé 8, le vendredi 19 octobre et conférence de mesdames Lucie Ayotte et Johanne Légaré devant un groupe de femmes de l'organisme COMSEP (Centre d'organisation mauricien de services et d'éducation populaire), le lundi 29 octobre 2001.

## Auto-examen des seins: **cesser** l'enseignement aux **femmes**

par Andrée Côté, responsable médicale

Le Groupe d'étude canadien sur les soins de santé préventifs vient de publier dans le journal de l'association médicale canadienne de juin 2001, ses nouvelles recommandations concernant l'enseignement de l'auto-examen des seins lors d'un examen périodique.

Auparavant, l'enseignement de l'auto-examen des seins était classé C c'est-à-dire que les données étaient insuffisantes pour l'inclure ou l'exclure de l'examen périodique. Suite à une revue de littérature sur différentes études, le groupe a conclu que non seulement l'auto-examen des seins ne diminuait pas le taux de mortalité mais qu'en plus le nombre de biopsies pour des lésions bénignes augmentait.

**C'est pourquoi le groupe a plutôt recommandé d'exclure l'enseignement de l'auto-examen des seins lors de l'examen périodique ( recommandation D).**

Que dire aux femmes maintenant au sujet de l'auto-examen des seins? Le ministère de la Santé et Services sociaux, en collaboration avec la Société canadienne du cancer et le Réseau d'échange d'information du Québec sur le cancer du sein, a organisé le 14 septembre dernier un forum sur l'auto-examen des seins suite à la publication de ces nouvelles recommandations. Ce forum qui réunissait de nombreux intervenants concernés par cette problématique a tenté de dégager des messages à diffuser auprès des professionnels et des femmes. Ce document devrait être disponible sous peu. Nous vous en ferons part dès que possible.

En attendant, il est très important de souligner que la mammographie de dépistage reste actuellement le moyen le plus efficace pour dépister précocément le cancer du sein.

*Référence: Baxter, N. CMAJ, 2001 : 164 ( 13 ) : 1837-46*

*Prendre le temps* est un bulletin d'information régional réalisé dans le cadre du Programme québécois de dépistage du cancer du sein en Mauricie et au Centre-du-Québec. Il est publié trois fois par année et est diffusé gratuitement. Les textes peuvent être reproduits sans autorisation, si la source est mentionnée.

**Responsable:** Christiane Lemaire  
Christiane\_lemaire@ssss.gouv.qc.ca  
Tél.: (819) 693-3614

Dépôt légal — 4<sup>e</sup> trimestre 2001  
Bibliothèque nationale du Québec  
Bibliothèque nationale du Canada  
ISSN 1481-3939

<http://www.rrsss04.gouv.qc.ca/PQDCS>

**Coordination des services régionaux:** Téléphone (819) 372-3527  
Sans frais 1 888 773-1277

550, rue Bonaventure  
Trois-Rivières (Québec)  
G9A 2B5

(819) 693-3614

