

PRENDRE *le* TEMPS

Programme québécois de dépistage du cancer du sein

Numéro 4

Mauricie et Centre-du-Québec

Juillet 2000

VIVRE avec un cancer : ÊTRE et trouver de l'aide

par Martine Lesage, conseillère en communication
et Pascale Blais, travailleuse sociale

Il est difficile et bouleversant de recevoir un diagnostic de cancer. S'adapter à cette maladie l'est tout autant. Un travail intense débute dès les premiers instants où l'on apprend souffrir d'un cancer du sein, puisque la maladie suscite beaucoup d'inquiétudes, de stress, de tristesse, de peurs, etc. Ces sentiments et bien d'autres peuvent être provoqués par le fait de faire face à une chirurgie au sein et pour certaines, de subir des traitements (chimiothérapie, radiothérapie) qui peuvent entraîner des effets secondaires comme la perte des cheveux et la fatigue. Bref, cette situation nouvelle amène plusieurs femmes à se sentir isolées par rapport à ce qu'elles vivent personnellement, dans leur relation avec l'entourage, et dans leur fonctionnement quotidien.

Toutefois, il y a des gens au sein d'organismes et d'établissements reconnus qui s'intéressent à ces femmes et veulent les aider.

Société canadienne du cancer

La Société canadienne du cancer œuvre depuis longtemps dans ce domaine et elle offre aux gens atteints de cancer divers services, comme par exemple son numéro sans frais 1-888-939-3333 (du lundi au vendredi de 7 h 30 à 21 h), où des professionnels attentionnés sont disponibles pour renseigner sur une foule de sujets.

« Les gens qui nous téléphonent ou qui viennent nous rencontrer ont fait leur cheminement et désirent de l'aide, explique madame Luce Girard, coordonnatrice régionale à la Société canadienne du cancer de Trois-Rivières. Ils veulent obtenir de l'information et aussi échanger avec les intervenants. À ce moment, nous leur exposons toute la gamme de services mis à leur disposition : psychologues, travailleurs sociaux, centres hospitaliers... La plupart du temps, ils ne savent pas que les centres hospitaliers peuvent les aider. »

Pour les femmes atteintes du cancer du sein, la Société canadienne du cancer offre un service spécial de prothèses mammaires, sous la forme de coussinets à insérer dans le soutien-gorge, qu'elle donne gratuitement. Elle offre aussi la confection de maillots de bain avec prothèses et fait remplir le formulaire de remboursement pour la prothèse du genre *silicone*.

De plus, la SCC dispose d'une vingtaine de modèles de perruques que les femmes peuvent emprunter, ainsi que des turbans et des patrons pour les confectionner.

Programme Belle et bien dans sa peau

Belle et bien dans sa peau avec un cancer ? Oui, c'est possible. En collaboration avec la Société canadienne du cancer, les ateliers *Belle et bien dans*

sa peau sont offerts aux femmes atteintes d'un cancer afin de leur donner l'opportunité de penser à elles, de faire en sorte qu'elles se trouvent belles.

Instauré depuis 1992 dans une cinquantaine de centres hospitaliers, *Belle et bien dans sa peau* donne aux femmes en traitement de chimiothérapie ou de radiothérapie la chance de bénéficier de deux heures de soins de beauté en compagnie d'esthéticiennes bénévoles. Le programme a été offert, les mois précédents, sous forme de séminaires à l'Hôtel-Dieu d'Arthabaska et au bureau de la SCC de Trois-Rivières. *Belle et bien dans sa peau* était alors offert sommairement, puisque les femmes devaient apporter leurs propres produits. Mais, dès l'automne prochain, les femmes pourront participer à des ateliers où elles recevront une trousse gratuite de produits d'une valeur d'environ 200 \$. Les séances se tiendront en alternance pour les deux régions, c'est-à-dire un mois à l'Hôtel-Dieu d'Arthabaska et un mois à la SCC de Trois-Rivières.

Lors des ateliers et des séminaires, des conseils sont donnés sur la façon de se coiffer, d'enrouler les turbans, de se maquiller... afin non pas d'oublier, mais de savoir qu'elles ont les moyens de vivre en continuant de s'aimer et de plaire à leur entourage.

Les travailleurs sociaux, une référence

Plusieurs types de ressources peuvent être utiles aux personnes atteintes de cancer. Madame Pascale Blais, travailleuse sociale, personne-ressource en intervention psychosociale, explique que malheureusement, les ressources d'aide sont souvent méconnues des personnes qui pourraient en bénéficier.

« Les organismes d'aide deviennent souvent des *alliés* pour les personnes qui sont affectées physiquement, moralement et socialement par la maladie », affirme-t-elle. Le cancer a un impact direct sur les activités, les comportements et les responsabilités des individus. Il suffit de penser à l'arrêt du travail, les visites multiples aux établissements de santé pour les examens et traitements, etc. Madame Blais soutient que ces nouvelles réalités entraînent des répercussions secondaires à ne pas négliger : implications financières additionnelles, changements au niveau des rôles familiaux et des tâches, pertes d'énergie physique, anxiété, besoins spéciaux de transport, d'information et d'accompagnement.

Elle ajoute que « certains professionnels de la santé, comme les intervenants psychosociaux, qui connaissent bien les organismes, les programmes, les lois, sont en mesure d'aider les personnes atteintes de cancer et leurs proches à identifier ces ressources d'aide. Par notre intervention, nous souhaitons, entre autres, offrir notre support à la personne atteinte de cancer et à ses proches. Une des façons d'y parvenir est de procéder, avec la personne qui le souhaite, à l'évaluation de ses ressources personnelles, familiales, communautaires. Ceci nous permet de connaître quels sont les moyens de satisfaire ses besoins actuels ou potentiels. Nous pouvons ainsi l'orienter, au besoin, vers les ressources d'aide appropriées. »

On retrouve les intervenants psychosociaux dans les centres hospitaliers et les CLSC de chaque territoire.

Pour tout renseignement sur les services offerts aux femmes atteintes d'un cancer du sein en région, ne pas hésiter à contacter les partenaires suivants :

Société canadienne du cancer

Trois-Rivières : (819) 374-6744

Drummondville : (819) 478-3261

Programme de dépistage du cancer du sein

Coordination régionale : (819) 372-3527

Numéro sans frais : 1-888-773-1277

Télécopieur : (819) 372-3535

Nouvelle coordonnatrice médicale pour le Programme de dépistage du cancer du sein

Nous sommes heureux d'accueillir parmi nous la nouvelle coordonnatrice médicale à la Coordination des Services Régionaux du PQDCS. Il s'agit du Dr Marie-Josée Drolet, médecin spécialiste en santé communautaire. Le Dr Drolet supervise les envois de lettres d'invitation et de résultats pour les femmes de la région et prend connaissance des principaux dossiers du programme. Une tournée des centres de dépistage et des centres d'investigation est prévue cet automne. Le Dr Drolet profitera de cette occasion pour rencontrer les intervenants et présenter un bilan des activités depuis le démarrage du programme dans notre région. On lui souhaite la bienvenue !

La mammographie, le meilleur examen pour détecter le cancer du sein

par Martine Lesage, conseillère en communication,
Marie-Josée Drolet, coordonnatrice médicale pour le PQDCS
et Pascale Blais, travailleuse sociale

La mammographie est de mieux en mieux connue des femmes de plus de 50 ans qui sont invitées par leur médecin et le Programme québécois de dépistage du cancer du sein (PQDCS) à passer cet examen à tous les deux ans. Mais, comme pour toutes choses, plusieurs informations plus ou moins justes circulent au sujet de la mammographie ; ce qu'on ressent, ce qu'elle révèle, etc.

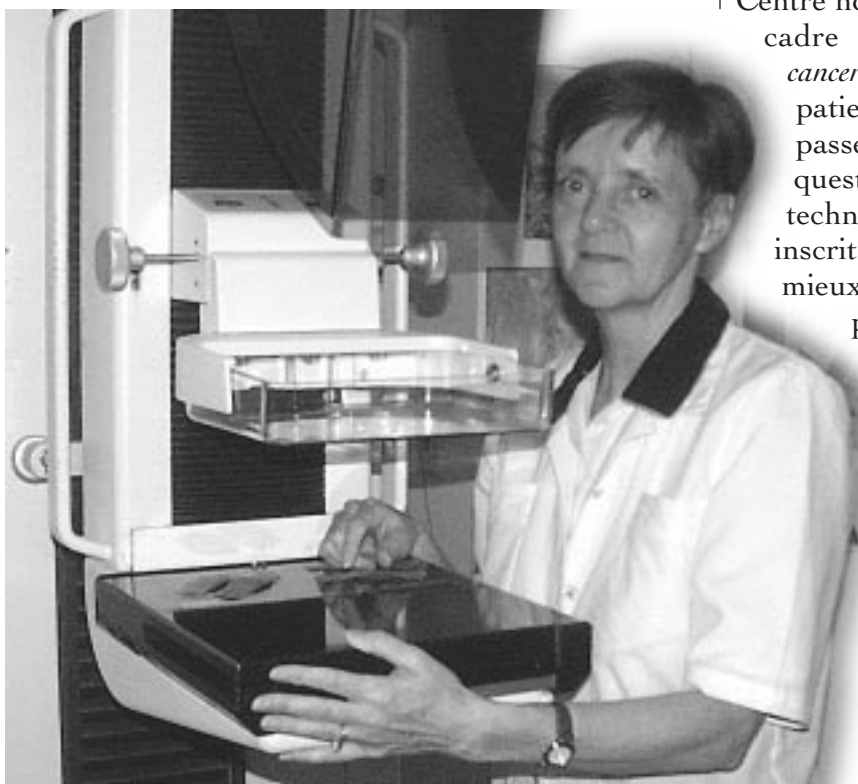
Rappelons quelques faits au sujet de l'utilité de cet examen. La mammographie est une radiographie des seins. Selon l'objectif recherché, on parle de mammographie de dépistage ou de mammographie diagnostique. Les mammographies de **dépistage** sont réalisées dans des cliniques ou des centres hospitaliers désignés pour le PQDCS. Ce sont des techniciennes en radiologie spécialement formées pour le programme qui les réalisent. Elles s'adressent aux femmes ne présentant pas de problèmes aux seins et elles sont effectuées à titre préventif, pour détecter le plus tôt possible une lésion de petite taille. Certaines de ces lésions ne sont

même pas palpables. La mammographie **diagnostique** est prescrite par le médecin lorsqu'une femme a des symptômes ou des signes à l'examen des seins. La mammographie sert alors à chercher ce qui ne va pas.

Pour réaliser une mammographie, on doit comprimer les seins. C'est un des aspects désagréables mentionnés par les femmes. Cette compression est nécessaire parce qu'elle permet de diminuer l'épaisseur du sein à radiographier et ainsi d'obtenir une meilleure image de l'intérieur du sein. Enfin, grâce à la compression, les mouvements de la femme durant l'exposition sont limités, ce qui contribue à accroître la qualité de l'image.

Pour ce qui est de l'expérience de vivre une mammographie, on peut très certainement dire que la sensation ressentie durant cet examen est très variable d'une femme à l'autre. Certaines femmes n'aiment pas se dévêtir, d'autres éprouvent de l'inconfort, voire de la douleur à la compression du sein. On peut toutefois ajouter que l'examen est bref et que la technicienne qui effectue l'examen est sensible à ces différents aspects. Elle porte une attention particulière aux gestes posés et à la pression exercée. Beaucoup de femmes sont plutôt surprises de constater à quel point leur mammographie se déroule bien.

Madame Danielle Duquette Boucher est technicienne en radiologie au Pavillon St-Joseph du Centre hospitalier régional de Trois-Rivières dans le cadre du Programme québécois de dépistage du cancer du sein. Madame Boucher accueille les patientes gentiment et les interroge sur leur passé médical. Les femmes doivent remplir un questionnaire et c'est à partir de celui-ci que la technicienne vérifie les réponses et ce qui est inscrit au dossier médical, afin de compléter le mieux possible les informations. Les questions pouvant être posées sont : Avez-vous déjà passé une mammographie ? - Un médecin ou une infirmière ont-ils examiné vos seins au cours de la dernière année ? - Avez-vous des problèmes aux seins ? - Avez-vous des prothèses ? - Y a-t-il eu des cancers du sein dans votre famille ? - Êtes-vous ménopausée ? - etc. Ces questions aident la technicienne à bien faire le suivi entre les mammographies, afin que les radiologistes qui étudient les films puissent bien en analyser les résultats.



Ensuite, madame Boucher rassure les femmes et explique la procédure des examens. Les femmes sont souvent surprises de constater combien tout est si vite passé.

La radiographie d'une des patientes affiche un point de la grosseur d'un pois sur le sein gauche. « Il s'y trouvait aussi la dernière fois », affirme madame Boucher. Elle ajoute : « Les femmes qui doivent revenir passer une mammographie pour des examens complémentaires sont inquiètes. Toutefois, il est important qu'elles franchissent cette étape. Ce que l'on veut vérifier n'est peut-être qu'un kyste, une petite lésion ou une superposition de tissus, mais il vaut mieux prévenir. »

Le médecin traitant de la femme reçoit les résultats du test. Il communique avec elle pour lui donner les résultats (habituellement, cela se fait dans le bureau du médecin). La femme qui accepte de participer au *Programme de dépistage du cancer du sein* reçoit en plus une lettre, par la poste, lui indiquant si la mammographie est normale (elle sera alors invitée dans deux ans pour son prochain examen de dépistage) ou si elle doit effectuer des examens complémentaires. Si la femme a besoin d'examen complémentaires, elle doit alors prendre un rendez-vous avec son médecin, qui la guidera, afin qu'elle passe ces examens. Le contact entre le médecin et la femme est important et celle-ci peut le consulter à tout moment.

La mammographie de dépistage constitue aujourd'hui le meilleur moyen d'intervenir pour modifier l'évolution de la maladie et diminuer la mortalité. Il est aussi recommandé de pratiquer régulièrement l'auto-examen des seins et de visiter votre médecin pour votre examen clinique annuel. Toutefois, ces mesures préventives ne permettent pas toujours une détection aussi précoce que les radiographies réalisées lors de la mammographie. Nous vous offrons donc l'opportunité de prendre part à la santé

de vos seins en répondant à la lettre d'invitation qui vous permettra de profiter d'une mammographie de dépistage par le *Programme de dépistage du cancer du sein*, si vous êtes âgées entre 50 et 69 ans, ou de consulter votre médecin.

L'antisudorifique ne donne pas le cancer

Suite à une rumeur qui circule sur Internet, affirmant que l'utilisation d'un antisudorifique donnerait le cancer du sein, nous croyons important de faire la mise au point suivante : de nombreuses études épidémiologiques extrêmement approfondies ont été réalisées sur les risques rattachés au cancer du sein. **Aucune** d'elles n'a démontré que l'usage des antisudorifiques était un facteur de risque pour le cancer du sein, et encore moins la cause principale. **La rumeur est tout simplement fausse.**

La Société canadienne du cancer réalise que les Canadiens sont préoccupés par le cancer du sein, mais elle recommande la prudence en ce qui concerne toute information ou affirmation médicale provenant d'une source Internet non reconnue. Bien que l'Internet puisse être une source d'information très influente, il ne devrait jamais remplacer une bonne communication avec un médecin.

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.

Rédaction : Martine Lesage
Responsable : Martine Lesage

Dépôt légal — 3^e trimestre 2000
Bibliothèque nationale du Québec
Bibliothèque nationale du Canada
ISSN 1481-5939

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

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

(819) 693-3611

