

Pour en savoir plus sur le programme ou pour joindre le Centre de coordination des services (CCSR) du PQDCS dans votre région, consultez le site Internet du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) au www.msss.gouv.qc.ca/mammographie

Vous pouvez aussi téléphoner à Services Québec pour obtenir les coordonnées du CCSR de votre région :

Région de Québec : 418 644-4545

Région de Montréal : 514 644-4545

Ailleurs au Québec : 1 877 644-4545 (sans frais)

Les résultats du PQDCS sont évalués régulièrement et publiés sur le site www.inspq.qc.ca/groupe/pqdc

ÉDITION

La Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux

Le présent document peut être consulté en ligne à l'adresse : www.msss.gouv.qc.ca, section Publications.

Le genre masculin utilisé dans ce document désigne aussi bien les femmes que les hommes.

Dépôt légal

Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2015
Bibliothèque et Archives Canada, 2015

ISBN : 978-2-550-74031-5 (version imprimée)

ISBN : 978-2-550-74035-3 (version PDF)

Tous droits réservés pour tous pays. La reproduction, par quelque procédé que ce soit, la traduction ou la diffusion de ce document, même partielles, sont interdites sans l'autorisation préalable des Publications du Québec. Cependant, la reproduction de ce document ou son utilisation à des fins personnelles, d'étude privée ou de recherche scientifique, mais non commerciales, sont permises à condition d'en mentionner la source.

Santé
et Services sociaux

Québec



PROGRAMME
QUÉBÉCOIS
DE DÉPISTAGE
DU **CANCER**
DU **SEIN**

Participer au
PROGRAMME
QUÉBÉCOIS
DE **DÉPISTAGE**
DU **CANCER**
DU **SEIN** :
votre décision



L'information contenue dans cette brochure ne remplace pas l'avis de votre médecin. Cette information ne doit jamais contribuer à retarder des examens ou des traitements recommandés par votre médecin ou par votre infirmière praticienne spécialisée (IPS).

Vous avez reçu une lettre d'invitation à participer au Programme québécois de dépistage du cancer du sein (PQDCS) offert par le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) du Québec. Il est recommandé à toutes les femmes ayant entre 50 et 69 ans de participer à ce programme. Toutefois, il est important de vous informer de tous les aspects du dépistage pour vous aider à décider d'y participer ou non. Dans la première partie de la brochure, vous trouverez de l'information liée au dépistage du cancer du sein par mammographie. Dans la deuxième, les services offerts par ce programme vous seront présentés.

La mammographie est le seul examen de dépistage qui permet de réduire le nombre de décès dus au cancer du sein. Des données récentes ont fait ressortir de façon précise l'importance des avantages et des inconvénients du dépistage par mammographie. Ces nouvelles données vous seront aussi présentées ici.

Qui est invité à participer au Programme québécois de dépistage du cancer du sein (PQDCS)?

Au Québec, toutes les femmes âgées de 50 à 69 ans reçoivent une lettre leur offrant la possibilité de participer au PQDCS. Dans le cadre de ce programme, vous êtes invitée à passer gratuitement une mammographie de dépistage (radiographie des seins) une fois tous les 2 ans entre 50 et 69 ans.

Si vous avez déjà eu un cancer du sein, vous ne pouvez pas participer au programme puisque vous devriez être suivie plus régulièrement par un médecin. Veuillez aviser le Centre de coordination des services de votre région si tel est votre cas.

Si vous avez des inquiétudes parce qu'il y a eu des cancers du sein dans votre famille proche, demandez à votre médecin si un suivi particulier est nécessaire pour vous.

CANCER DU SEIN AU QUÉBEC

Il y a plus de **6 000 nouveaux cas** de cancer du sein chaque année.

Près de 80 % de ces cas touchent des **femmes de 50 ans et plus**.

Environ **1 500 femmes meurent** de ce cancer chaque année.

Prendre la décision de participer ou non au dépistage par mammographie

Qu'est-ce que le dépistage du cancer du sein par mammographie ?

Le dépistage du cancer du sein est la recherche de signes d'un cancer du sein chez des femmes en bonne santé. La mammographie est l'examen utilisé lors du dépistage. Il s'agit d'une radiographie des seins servant à détecter la présence de cancer.

Est-ce que la mammographie permet de dépister tous les cancers du sein ?

Non, malheureusement, il est impossible de détecter tous les cancers du sein par le dépistage. C'est pourquoi il arrive parfois qu'un cancer du sein soit découvert quelques mois après une mammographie qui était normale.

Combien de mammographies aurais-je à passer si je participe au dépistage ?

Les femmes qui décident de participer au dépistage du cancer du sein seront invitées à passer une mammographie tous les 2 ans entre 50 et 69 ans, soit au moins 10 mammographies en 20 ans.

Est-il vrai que la mammographie peut causer le cancer ?

La mammographie est une radiographie et, comme toutes les radiographies, elle émet des radiations. Selon plusieurs études, le risque qu'un cancer du sein se manifeste à cause des radiations émises pendant la mammographie de dépistage est très faible chez les femmes de 50 à 69 ans.

La mammographie est-elle un examen douloureux ?

Cela dépend des femmes. Pendant l'examen, on doit comprimer le sein entre deux plaques pendant quelques secondes. C'est inconfortable pour la plupart des femmes; pour d'autres, c'est douloureux. En général, l'inconfort ou la douleur cessent dès qu'on arrête de comprimer le sein.

Que se passe-t-il après la mammographie ?

Lorsque vous passez une mammographie, un radiologiste l'analyse. À partir de là, deux situations sont possibles :

1. Le radiologiste ne détecte aucune anomalie sur votre mammographie. Cela signifie qu'aucune trace de cancer n'a été détectée dans vos seins au moment de l'examen. Toutefois, sachez que même si vous participez à un programme de dépistage, il est possible que vous ayez un cancer invisible sur la mammographie ou qu'un cancer se développe après la mammographie.
2. Le radiologiste détecte une anomalie ou il a un doute à la lecture de votre mammographie. Cela signifie que vous devrez passer des examens complémentaires pour vérifier s'il y a présence d'un cancer dans votre sein. Un tel résultat peut entraîner du stress et de l'inquiétude, mais les mammographies anormales sont assez fréquentes à cette étape-ci.

En quoi consistent les examens complémentaires ?

Les examens complémentaires prennent souvent la forme d'une autre mammographie ou d'une échographie du sein et, parfois, d'une biopsie. L'échographie permet de voir à l'intérieur du sein grâce à des ultrasons; la biopsie est un prélèvement de chair ou de cellules dans le sein qu'on fera analyser.

Quel est le résultat des examens complémentaires ?

Le résultat des examens complémentaires peut être normal ou non. Dans 95 % des cas, le résultat des examens complémentaires est normal. Autrement dit, rien n'indique qu'il y a du cancer dans le sein au moment de l'examen. Dans 5 % des cas, les examens complémentaires confirment la présence d'un cancer. Par contre, certains de ces cancers présentent de meilleures chances de guérison, puisqu'ils sont généralement détectés tôt, c'est-à-dire au moment où la maladie est à un stade peu avancé.

Les effets possibles de participer ou non au dépistage du cancer du sein

En comparant 1 000 femmes qui participeraient au dépistage pendant 20 ans à 1 000 autres femmes qui ne participeraient pas au dépistage, on trouverait des différences sur plusieurs aspects.

Effets du dépistage sur...	1 000 participantes pendant 20 ans	1 000 non-participantes pendant 20 ans
... le nombre d'examens complémentaires	495	325
... le nombre de cancers du sein découverts	77	54
... le nombre de décès par cancer du sein	13	20
... le nombre de cas de surdiagnostics*	10	0

Sources : Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) et Institut national de santé publique du Québec (INSPQ)

Autrement dit, chez 1 000 femmes de 50 à 69 ans ayant participé au dépistage aux 2 ans pendant 20 ans, on trouve que :

- 170 femmes de plus passent au moins un examen complémentaire;
- 23 cancers de plus sont découverts;
- 7 décès de moins surviennent;
- 10 cancers sont trouvés et traités pour rien (surdiagnostics*).

*Qu'est-ce que le surdiagnostic?

Le surdiagnostic est le fait de découvrir et de traiter des cancers qui ne se seraient pas manifestés sans le dépistage et qui n'auraient pas eu de conséquences sur la vie de la personne (des cancers découverts et traités pour rien).

Les surdiagnostics sont donc présents seulement chez les participantes au dépistage. En effet, le dépistage fait découvrir toutes sortes de cancers dont certains sont inoffensifs, mais traités quand même. Pourquoi on les traite quand même? Parce qu'on est incapable de distinguer les cancers inoffensifs des cancers mortels. On ne prend donc aucun risque.

Avantages, inconvénients et limites du dépistage par mammographie

Avantages – Le dépistage aux 2 ans pendant 20 ans permet :

- de réduire le risque de mourir d'un cancer du sein : chaque fois que 1 000 femmes participeront au dépistage, 7 femmes ne décéderont pas du cancer du sein;
- de connaître l'état de santé de ses seins : la grande majorité des femmes (près de 98 %) n'auront pas de cancer du sein si on n'en a pas trouvé à la mammographie ou à l'examen complémentaire;
- de réduire le risque d'avoir de la chimiothérapie : avec le dépistage, il y a moins de cancers trouvés à un stade avancé. Ces cancers peuvent alors être traités sans que la chimiothérapie soit nécessaire.

Inconvénients – Le dépistage aux 2 ans pendant 20 ans peut occasionner :

- de l'attente et de l'inquiétude lorsque des examens complémentaires sont nécessaires. Au cours des 20 ans de dépistage, environ la moitié des femmes (495/1 000) subiront au moins un examen complémentaire;
- de recevoir un traitement contre un cancer qui ne se serait jamais manifesté sans le dépistage (surdiagnostic). C'est le cas pour 10 femmes parmi les 77 qui ont un cancer du sein.

Limites – Le dépistage aux 2 ans pendant 20 ans ne garantit pas :

- que tous les cancers du sein seront dépistés. Parmi les 77 femmes ayant un cancer du sein chez les 1 000 femmes qui ont participé au dépistage, 21 femmes découvriront le cancer après une mammographie normale : soit parce que le cancer était invisible sur la mammographie, soit parce qu'il ne s'était pas encore développé au moment de la mammographie;
- que toutes les femmes survivront à un cancer du sein. On estime que 13 femmes sur 1 000 vont mourir d'un cancer du sein même si elles participent au dépistage.

La décision de participer ou non au dépistage dépend de l'importance que vous accordez à chacun des effets présentés dans cette brochure.

Si après avoir lu les informations dans cette première section, vous ne savez toujours pas si vous devez ou non participer au dépistage du cancer du sein par mammographie, nous vous encourageons à en parler avec un médecin ou une infirmière praticienne spécialisée (IPS).

Que vous participiez ou non au dépistage, consultez votre médecin sans tarder si une des situations suivantes apparaît, **même si une mammographie de dépistage récente était normale :**

Changements sur le sein :

- une bosse (masse) apparaît dans le sein;
- un repli vers l'intérieur de la peau d'un sein apparaît;
- la peau d'un sein devient comme une peau d'orange;
- la peau d'un sein devient rouge au moins sur le tiers du sein.

Changements sur le mamelon :

- du liquide s'écoule soudainement du mamelon;
- une rétraction du mamelon apparaît (mamelon qui semble être tiré vers l'intérieur du sein);
- un changement apparaît sur la peau d'un mamelon (eczéma persistant).

Connaître les services offerts dans le cadre du Programme québécois de dépistage du cancer du sein (PQDCS)

Le PQDCS vous offre une mammographie aux 2 ans, entre l'âge de 50 et de 69 ans, et le suivi nécessaire après votre mammographie avec un médecin ou une infirmière praticienne spécialisée (IPS). Pour participer au programme, vous devrez signer un formulaire de consentement chaque fois que vous passerez une mammographie de dépistage.

Quels sont les services du programme liés à la mammographie comme telle?

- Vous pourrez utiliser la lettre d'invitation au programme pour passer votre mammographie. Vous n'aurez donc pas besoin d'une ordonnance d'un médecin ou d'une IPS.
- Vous passerez votre mammographie dans un centre de dépistage qui satisfait aux normes de qualité du programme.

Quels sont les services du programme liés au suivi de mon dossier?

- Vous recevrez une lettre vous informant du résultat de votre mammographie de dépistage.
- Votre médecin ou l'IPS recevra le rapport détaillé de votre mammographie de dépistage.
- Si vous devez passer des examens complémentaires, votre médecin ou un responsable du programme dans votre région vous contactera. Si vous n'avez pas d'examen complémentaires à passer, vous serez invitée à passer une autre mammographie dans 2 ans.
- Si vous n'avez pas de médecin de famille, le responsable du programme dans votre région s'assurera qu'un médecin recevra le rapport de votre mammographie de dépistage et qu'il en assurera le suivi si des examens complémentaires sont nécessaires.
- Si d'autres examens sont nécessaires après la mammographie de dépistage, ils seront offerts dans un centre désigné du programme.

- Du soutien psychosocial peut être disponible au besoin tout au long de votre cheminement dans le programme.

Puis-je passer une mammographie sans participer au programme?

Vous pouvez passer une mammographie sans frais dans un des centres de dépistage reconnus par le programme pourvu que vous ayez en main une ordonnance d'un médecin ou d'une IPS. Sachez, toutefois, que vous ne recevrez pas tous les services offerts par le programme.

Si vous aviez décidé de ne pas participer au programme, mais que vous avez changé d'avis, il vous sera toujours possible de vous y inscrire. Vous devrez alors demander une ordonnance de mammographie de dépistage à un médecin ou à une IPS et signer le formulaire de consentement lors de la mammographie.

Conseils pratiques pour vous préparer à la mammographie :

- Si vos seins sont sensibles, demandez à passer la mammographie dans les 10 jours après le début de vos menstruations ou lorsque vos seins sont moins sensibles.



- La veille et le jour de l'examen, ne mettez aucun des produits suivants : antisudorifique, déodorant, poudre, crème ou parfum. Ces produits peuvent provoquer de fausses images sur votre mammographie.



- Évitez de porter une robe, puisque 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 la mammographie, vous devrez enlever vos bijoux, tels que chaînes et boucles d'oreilles, et tout autre objet qui pourrait nuire à l'examen.