MES MOMENTS PRÉCIEUX

CANCER DU SEIN

CHAQUE femme mérite de reprendre le contrôle

Le cancer du sein est **le cancer féminin le plus répandu** dans le monde*

2,1 MILLIONS de nouveaux cas chaque année dans le monde*

Une incidence mondiale en augmentation
— MAIS —
une amélioration des taux de survie mondiaux, grâce à une détection précoce et à des options thérapeutiques plus nombreuses et plus efficaces

ESTIMEZ VOTRE RISQUE

Les facteurs associés à un risque accru de cancer du sein peuvent inclure :

- **Le fait d'être une femme**
- **Un âge croissant**
- **Des antécédents personnels / familiaux de pathologies mammaires / cancer du sein**
- **Des facteurs de risque génétiques (BRCA1 et BRCA2)**
- **Obésité**
- **Une survenue de vos règles avant l'âge de 12 ans**
- **Débuter sa ménopause à un âge avancé**
- **Avoir votre premier enfant après 30 ans**
- **Ne jamais avoir eu de grossesse à terme**
- **Traitement hormonal de la ménopause**
- **Consommer de l'alcool**

SIGNES ET SYMPTÔMES

UNE MASSE MAMMAIRE
Une masse mammaire ou un épaississement qui se différencie du tissu environnant

DES CHANGEMENTS MAMMAIRES
Changement de taille, forme ou apparence d'un sein

DES CHANGEMENTS CUTANÉS
Modifications de la peau du sein, telles des gonflements, rougeurs ou piqûres de la peau sur votre sein, comme la peau d'une orange

UN MAMELON INVERSÉ
Un mamelon nouvellement inversé

DES CHANGEMENTS DES ARÉOLES
Desquamation ou formation de croûtes au niveau de la zone pigmentée de la peau environnant le mamelon (aréole) ou de la peau du sein

UNE AUTO-PALPATION RÉGULIÈRE

En vous familiarisant avec vos seins grâce à l'auto-palpation, vous serez plus susceptible de remarquer une bosse ou un autre changement au niveau de vos seins.

DÉPISTAGE MÉDICAL

EXAMEN DES SEINS ▶ Examen médical de vos seins et ganglions lymphatiques, à la recherche de masses ou autres anomalies.

MAMMOGRAPHIE ▶ Une radiographie des seins.

IMAGERIE PAR RÉSONANCE MAGNÉTIQUE (IRM) DES SEINS ▶ Une solution d'imagerie diagnostique qui n'utilise pas de rayonnement.

ÉCHOGRAPHIE DES SEINS ▶ Généralement utilisée pour déterminer si une masse mammaire correspond à une masse solide ou un kyste rempli de liquide.

DES TRAITEMENTS EN PROGRÈS CONTINUELS

Il existe de nombreuses options thérapeutiques pour traiter le cancer du sein. Il est important d'en parler avec votre médecin, afin que vous puissiez obtenir des réponses à vos questions et peser le pour et le contre de chaque option en cohérence avec vos objectifs et de votre style de vie.

CHIRURGIE

La prise en charge des cancers du sein comprend généralement une intervention chirurgicale. La chirurgie peut être utilisée pour :

- Éliminer la majeure partie de la tumeur.
- Déterminer si le cancer s'est propagé au niveau des ganglions lymphatiques.
- Restaurer la forme du sein après chirurgie.
- Soulager les symptômes dus au cancer.

RADIOTHÉRAPIE

Les médecins utilisent la radiothérapie pour traiter le cancer du sein à presque tous les stades. La radiothérapie utilise des rayons de haute énergie pour tuer les cellules cancéreuses. Elle peut être utilisée :

- En complément de la chirurgie, la chimiothérapie et les autres traitements.
- Pour traiter le cancer métastatique (cancer qui s'est propagé à d'autres parties du corps).
- Pour traiter les récidives (cancers réapparus après le traitement initial).

CHIMIOTHÉRAPIE

Utilise des médicaments pour tuer les cellules à croissance rapide, dont les cellules cancéreuses.

HORMONOTHÉRAPIE

Utilise des médicaments pour bloquer l'action stimulante des hormones (œstrogène et progestérone) sur les cellules cancéreuses.

IMMUNOTHÉRAPIE

Utilise le système immunitaire de votre corps pour combattre les cellules cancéreuses.

THÉRAPIE CIBLÉE

Attaque les caractéristiques spécifiques des cellules cancéreuses.

SOINS DE SUPPORT

Les soins de support ou palliatifs mettent l'accent sur le soulagement de la douleur et d'autres symptômes dus au cancer ou au traitement contre le cancer.

reprendre LE CONTRÔLE EN TANT QUE PATIENTE

Entrez en contact avec des patientes atteintes d'un cancer du sein. De nombreuses patientes trouvent utile de parler à d'autres personnes qui se trouvent dans une situation similaire. La Ligue contre le cancer peut vous aider à trouver des groupes de soutien proches de chez vous ou des groupes de soutien en ligne.

Parlez de ce que vous ressentez. Que ce soit auprès de votre conjoint, d'un ami, d'un membre de votre famille, ou d'une personne de confiance : partagez ce que vous ressentez tout au long de votre parcours de soin.

Appuyez-vous sur votre famille et vos amis. Prenez avantage de l'aide et du soutien qui vous est proposés.

Acceptez les changements physiques de votre corps. Les experts s'accordent à dire que faire face aux changements de votre corps, que ce soit seule ou en parlant avec une personne de confiance, vous aidera à gagner en confiance en vous.

Efforcez-vous de maintenir une certaine proximité avec votre conjoint. Le cancer du sein peut impacter l'image de soi et parfois les relations intimes. Partagez vos sentiments, vos inquiétudes et vos doutes avec votre conjoint et essayer de maintenir une certaine intimité, favorisera votre bien-être.

QU'EN EST-IL DE LA PRÉVENTION ?

Il n'existe aucun moyen démontré de prévenir le cancer du sein. Cependant, vous pouvez réduire votre risque de développer un cancer du sein en :

1. Adoptant une alimentation saine riche en fruits et légumes
2. Faisant de l'exercice régulièrement
3. Maintenant votre poids à un niveau recommandé
4. Limitant votre consommation d'alcool
5. Limitant la prise de traitement hormonal de la ménopause

Pour plus d'informations sur les traitements du cancer du sein.

MES MOMENTS PRÉCIEUX

* Source : Organisation Mondiale de la Santé (OMS)

©2020 Accuray. All Rights Reserved.