

=> **Complétez vos coordonnées**

Nom Prénom
Date Naissance ___/___/____ N° SS
Adresse
Code Postal Ville Email

<p style="text-align: center;">Encerclez =></p> <p style="text-align: center;">VOTRE TRANCHE D'ÂGE OU la case ANTECEDENTS/SUIVI</p>	<p>Si vous avez des antécédents personnels ou familiaux de cancer du sein ou un suivi pour anomalies déjà détectées</p>	<p style="text-align: center;">- de 25 à 49 ans</p>	<p style="text-align: center;">de 50 à 74 ans</p>	<p style="text-align: center;">+ de 75 ans</p>
Prendre soin de soi par une SURVEILLANCE personnelle régulière (observation tactile & visuelle)	✓	✓	✓	✓
En cas de douleur ou de modification inhabituelle des seins (boules, écoulement, forme, apparence de la peau) => CONSULTER le médecin traitant	✓	✓	✓	✓
Pas de mammographie systématique. En fonction de votre cas personnel, votre médecin peut prescrire cet examen en suivi individuel (Âge & fréquence déterminés par le niveau de risque)	✓	✓		✓
Consulter CHAQUE ANNEE pour un suivi gynécologique et une palpation médicale (gynécologue, médecin traitant, sage-femme)	✓	✓	✓	✓
Il est recommandé de faire une MAMMOGRAPHIE tous les 2 ans en programme organisé (courrier) avec prise en charge à 100 % Assurance Maladie, palpation médicale et double lecture des clichés. Voir brochure INCa en référence			✓	
Des examens peuvent être prescrits par votre médecin ou radiologue d'emblée en fonction de votre cas ou pour un suivi adapté à votre dossier personnel (échographie, IRM, etc.)	✓	✓	✓	✓
Une consultation dédiée à la prévention et au dépistage des cancers est prévue à 25 ans (prise en charge à 100 % par l'Assurance Maladie) et à 50 ans.		à 25 ans ✓	à 50 ans ✓	
<p>Votre guide personnel <i>A faire compléter par l'ODLC et/ou un professionnel de santé</i></p>				

Fait à le

Aujourd'hui, le centre chargé du dépistage des cancers (ODLC) vous informe pour mieux vous aider à savoir comment agir à tout âge en prévention et/ou dépistage des cancers du sein.

➔ **Au cas où vous ayez un prochain** : symptôme, cancer du sein ou des ovaires personnel ou familial... Cette fiche est à actualiser et une prise en charge médicale peut être recommandée.
Pensez à en informer votre médecin traitant et/ou votre gynécologue.

AU VERSO : Rappel des conduites à tenir en fonction de l'âge ainsi que les limites et atouts du programme.
REFERENCES : Voir brochure INCa «S'informer et décider» remise ce jour & cliquer sur <https://cancersdusein.e-cancer.fr/>

PRÉVENTION & DÉPISTAGE DU CANCER DU SEIN

Savoir comment agir... S'INFORMER & DÉCIDER



À tout âge

Il est recommandé de faire examiner vos seins par un médecin, une fois par an et signaler tout antécédent familial ou personnel de cancer du sein.

Des examens peuvent être prescrits par votre médecin traitant, votre gynécologue ou une sage-femme.

Soyez attentive à toute modification inhabituelle de vos seins (boule, écoulement, forme, apparence de la peau, douleur...).

À 25 ans

Une consultation spécialement dédiée à la prévention et au dépistage des cancers est prise en charge à 100 % par l'Assurance Maladie.

À 50 ans

Une consultation dédiée à la prévention et au dépistage des cancers du sein en particulier (avantages et limites) est préconisée. A cet âge, chaque femme reçoit un courrier et une documentation complète dont elle est invitée à discuter avec son médecin.

Avant 50 ans & après 74 ans

Pas de mammographie systématique. En cas d'antécédents médicaux, personnels, familiaux ou de symptômes, il est conseillé de consulter.

De 50 à 74 ans

Une mammographie de dépistage est recommandée tous les 2 ans. Utiliser le courrier personnel dès réception, pour réaliser l'examen complet (radiographies et palpation) dans le cabinet de radiologie de son choix.

La mammographie de dépistage est à réaliser suivant son cas personnel. On vous informe sur ses avantages et ses limites. Vous décidez comment agir !

Parlez-en avec votre médecin traitant

N'hésitez pas à demander au gynécologue, au médecin généraliste ou à une sage-femme.



La mammographie de dépistage est recommandée dès 50 ans, tous les 2 ans

LES LIMITES à connaître



Faire des mammo... ça donne le cancer ?

Le risque est faible mais peut exister si on expose ses seins trop souvent ou trop jeune aux rayons X. Il est recommandé de faire la 1^{ère} mammographie de dépistage à 50 ans, sauf en cas d'antécédents personnels médicaux et familiaux.

On m'a parlé de surdiagnostic...



Avec les mammographies, on découvre des cancers qui dans 10% des cas n'auraient peut-être pas évolué. Il est cependant impossible de distinguer les cancers agressifs de ceux dont le risque d'évolution est faible.



Une amie suivie tous les 2 ans a eu un cancer du sein alors que tout était normal.

Un dépistage régulier n'empêche pas la survenue d'un cancer. Sur 1000 mammographies, 1,5 cancer est diagnostiqué dans l'intervalle entre 2 examens. Restez attentive et en cas de doute, n'attendez pas, consultez votre médecin.

En attendant les résultats du second contrôle des clichés, je m'inquiète...



Il faut 2 à 3 semaines pour assurer ce 2^{ème} avis d'expert. Vous recevrez chez vous vos clichés et le résultat dont une copie est envoyée à votre médecin.

LES ATOUTS du programme

Un deuxième contrôle fait exclusivement en dépistage organisé est un plus !



Il est effectué dans des conditions optimum par des radiologues spécialisés dans l'interprétation des mammographies. L'image des seins est très complexe d'une femme à l'autre, d'un sein à l'autre.



Avec le courrier de rappel, je sais que je ne peux pas oublier

C'est tout l'intérêt du programme de santé publique avec l'envoi systématique d'un courrier tous les 2 ans, à partir de 50 ans.

Avec la mammographie en dépistage organisé, pas de souci, c'est gratuit !



Dans un cabinet de radiologie agréé, l'examen est pris en charge à 100% par l'Assurance Maladie.



On peut vraiment guérir de ce cancer, alors ?

Le dépistage du cancer du sein tous les 2 ans permet de découvrir des anomalies cancéreuses à un stade précoce. Les traitements ont beaucoup évolué et sont moins lourds lorsqu'ils peuvent être faits au plus tôt et quand l'anomalie est de petite taille.

Le centre organisateur du dépistage des cancers en ISERE vous informe :



www.odlc.org

04 76 41 25 25