



La mammographie de dépistage

Cancer du sein – le dépistage
augmente les chances de guérison

 **swiss
cancer
screening**


 Schweizerischer Verband der Krebs-Früherkennungsprogramme
Fédération suisse des programmes de dépistage du cancer
Federazione svizzera dei programmi di screening del cancro

Table des matières

- 03 Les experts recommandent la mammographie dans le cadre d'un programme de dépistage

- 04 Qu'est-ce qu'une mammographie ?

- 05 Qu'est-ce qu'un examen de dépistage ?
Qu'est-ce qu'un programme de dépistage du cancer du sein ?

- 06 Combien coûte la mammographie dans le cadre d'un programme de dépistage ?
Qui peut participer à un programme de dépistage ?

- 07 Comment vous préparer à la mammographie ?

- 09 Comment se déroule la mammographie ?
Quand et comment le résultat de l'examen est-il communiqué ?
L'attente des résultats

- 10 Les résultats pour les femmes examinées dans le cadre d'un programme de dépistage du cancer du sein

- 11 Quand faut-il procéder à des investigations complémentaires ?
Qui paie les investigations complémentaires ?
Que se passe-t-il si un cancer du sein est diagnostiqué ?

- 12 Quels sont les avantages et les bénéfices, les inconvénients et les risques de la mammographie dans le cadre d'un programme de dépistage ?

- 16 Ce que vous devez savoir sur le cancer du sein

- 17 L'essentiel en bref

- 18 Termes médicaux

- 19 Adresses et informations complémentaires

Les experts recommandent la mammographie dans le cadre d'un programme de dépistage

La mammographie est la meilleure méthode pour détecter le plus tôt possible un cancer du sein. La Fédération swiss cancer screening, l'Office fédéral de la santé publique, la Ligue suisse contre le cancer, de même que des experts en Suisse comme à l'étranger recommandent aux femmes à partir de 50 ans d'effectuer tous les deux ans la mammographie dans le cadre d'un programme de dépistage du cancer du sein soumis à un contrôle de qualité. Les bénéfices du dépistage l'emportent sur les risques.

La décision de participer au programme de dépistage vous revient. Avec cette brochure, nous voulons vous informer des avantages et des inconvénients du dépistage. Prenez le temps de la lire attentivement. Les termes médicaux sont expliqués à la page 18. Il est important que vous vous informiez soigneusement pour décider vous-même si vous souhaitez participer ou non.

Si vous avez des questions complémentaires, n'hésitez pas à contacter le programme de dépistage du cancer du sein de votre canton.



Qu'est-ce qu'une mammographie ?

La mammographie est une radiographie du sein. Elle permet de détecter des tumeurs de très petite taille, bien avant qu'elles ne soient palpables ou qu'elles ne se manifestent par d'autres symptômes.

Qu'est-ce qu'un examen de dépistage ?

A un stade débutant, certaines maladies ne présentent souvent aucun symptôme. Pour ces maladies, il existe des examens médicaux qui, pratiqués régulièrement, permettent de détecter précocement des modifications dans l'organisme. Ces tests sont appelés examens de dépistage. Ils ont pour but de déceler très tôt la maladie afin de pouvoir mettre en place des traitements moins lourds et plus efficaces. Les examens pour le dépistage du cancer du col de l'utérus ou les radiographies des seins (mammographies) pour le dépistage du cancer du sein en sont des exemples. Ceux-ci peuvent être réalisés individuellement ou dans le cadre d'un programme auprès de groupes de population définis.

Qu'est-ce qu'un programme de dépistage du cancer du sein ?

Un programme de dépistage du cancer du sein propose aux femmes à partir de 50 ans d'effectuer tous les deux ans une mammographie. Le coût de cet examen est en grande partie pris en charge par l'assurance maladie de base.

Réalisée dans le cadre d'un programme, la mammographie est une mesure reconnue et recommandée par beaucoup de scientifiques et d'organisations pour la détection précoce du cancer du sein. La réalisation systématique de cet examen est aussi appelée dépistage systématique ou dépistage organisé. La pratique régulière de la mammographie permet d'augmenter les chances de guérison et l'espérance de vie des femmes touchées par le cancer du sein.

Les programmes de dépistage systématique sont soumis à des normes de qualité élevées qui sont régulièrement contrôlées et développées. C'est ainsi que les clichés réalisés sont évalués de manière indépendante par deux radiologues spécialement formés. Les appareils utilisés sont soumis à des contrôles de qualité très stricts. Les mammographies sont exclusivement réalisées dans des instituts de radiologie agréés par des techniciens ou des techniciennes en radiologie médicale dûment formés.

En Suisse, plusieurs cantons ont mis en place un programme de dépistage du cancer du sein. Le programme de dépistage de votre canton, la ligne InfoCancer, votre ligue cantonale contre le cancer ou votre médecin traitant sont à votre disposition si vous avez des questions.

Combien coûte la mammographie dans le cadre d'un programme de dépistage ?

Le coût de l'examen, environ CHF 200.–, est remboursé par l'assurance maladie de base. Il n'est pas soumis à la franchise.

Seule la participation de 10 % (quote-part, environ CHF 20.–) est à votre charge. Dans certains cantons, la totalité des coûts de l'examen est prise en charge. Pour en savoir plus, adressez-vous au programme de dépistage de votre canton.

Qui peut participer à un programme de dépistage ?

Toutes les femmes à partir de 50 ans, domiciliées dans un canton qui dispose d'un programme de dépistage du cancer du sein, ont le droit de participer, indépendamment de leur nationalité et de leur permis de séjour. Les frontalières qui ont conclu une assurance maladie en Suisse peuvent également participer.

Une invitation, accompagnée d'informations complémentaires, vous est personnellement adressée par écrit par le programme de votre canton tous les deux ans jusqu'à l'âge de 70 ans, respectivement 74 ans dans certains cantons. Quelques programmes proposent dans l'invitation une date précise de rendez-vous alors que d'autres indiquent comment prendre rendez-vous pour la mammographie.

La décision d'effectuer l'examen vous revient. Vous êtes libre de participer ou non au programme de dépistage.

Que faire si ...

... vous venez de remarquer une modification au niveau de vos seins ?

N'attendez pas l'invitation de votre programme de dépistage, mais adressez-vous directement à votre médecin.

... vous avez déjà eu un cancer du sein ?

Dans ce cas, renseignez-vous auprès de votre médecin pour savoir quels sont les examens les mieux adaptés à votre situation.

... votre mère, votre soeur ou votre fille a eu un cancer du sein ?

Demandez conseil à votre médecin ou adressez-vous au programme de dépistage de votre canton.

... vous portez une prothèse mammaire ?

Demandez conseil à votre médecin ou adressez-vous au programme de dépistage de votre canton.

... vous avez moins de 50 ans et cette question vous préoccupe ?

Nous vous conseillons d'en parler avec votre médecin.

Comment vous préparer à la mammographie ?

- Choix de la date : si vous êtes encore réglée, fixez le rendez-vous dans les jours qui suivent le début de vos règles, lorsque vos seins sont moins sensibles.
- Si vous souhaitez que l'examen soit réalisé par une femme, mentionnez-le clairement en prenant rendez-vous.
- Si vous êtes en fauteuil roulant, mentionnez-le en prenant rendez-vous de sorte que les dispositions nécessaires puissent être prises pour vous accueillir au mieux.
- Si vous recevez un questionnaire de santé avec l'invitation, remplissez-le et prenez-le avec vous le jour de l'examen.

Le jour de l'examen :

- Portez un vêtement facile à enlever. En effet, pour effectuer la radiographie du sein, vous devez vous déshabiller jusqu'à la taille.
- N'appliquez pas de déodorant, poudre, lotion pour le corps ou parfum sur les seins et les aisselles pour ne pas compromettre la qualité des radiographies.
- Ne portez pas de bijoux sur le haut du corps pour effectuer l'examen (chaînette, collier, etc.).



La mammographie est réalisée par des professionnels dûment formés.

Comment se déroule la mammographie ?

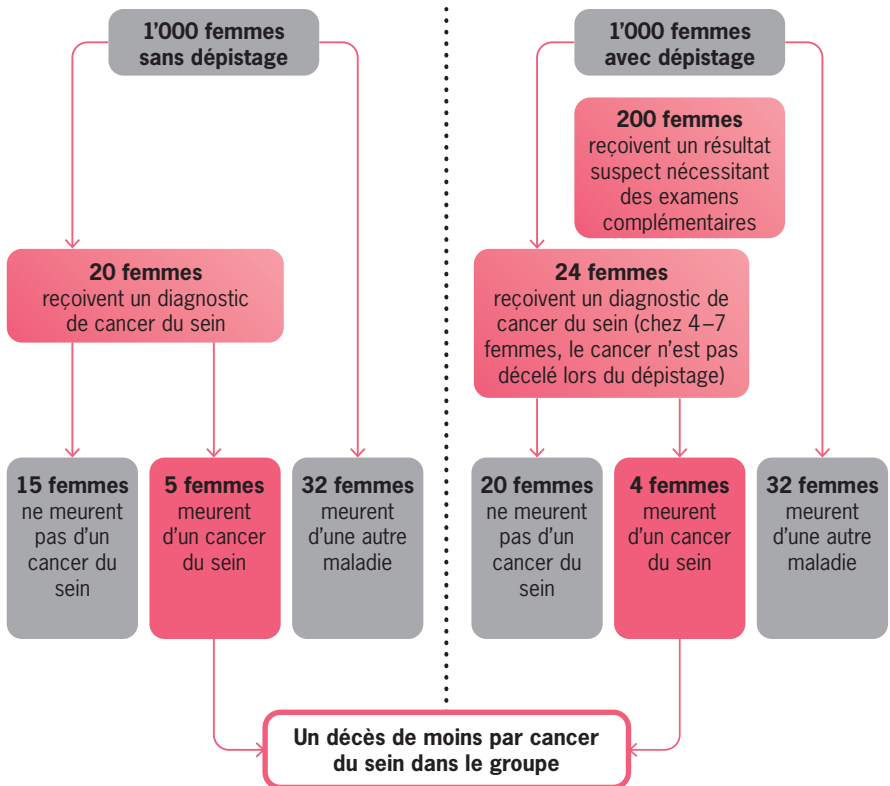
- La radiographie dure quelques minutes. Prévoyez toutefois 20 à 30 minutes au total.
- Pendant ce laps de temps, vous êtes personnellement prise en charge par un professionnel spécialement formé qui va également faire les radiographies.
- Pour réaliser la radiographie, vous devez vous déshabiller jusqu'à la taille.
- Pour obtenir une image de qualité et réduire la dose d'irradiation, chaque sein est comprimé entre deux plaques pendant quelques secondes. Ce moment peut être ressenti comme inconfortable, mais cela ne dure pas.
- Les radiographies sont examinées de manière indépendante par au moins deux radiologues. Par conséquent, au moment de l'examen, il n'y a pas d'entretien avec le médecin.

Quand et comment le résultat de l'examen est-il communiqué ?

- Vous êtes informée par écrit du résultat dans les huit jours ouvrables. Ce délai est nécessaire pour permettre aux radiologues d'examiner minutieusement vos radiographies. Si, durant cette période, vous vous sentez déstabilisée ou inquiète, n'hésitez pas à en parler ouvertement avec les collaborateurs et collaboratrices de votre programme de dépistage ou avec votre médecin traitant.
- Si vous indiquez le nom de votre médecin dans le questionnaire de santé, le résultat lui est également transmis.

Les résultats pour les femmes examinées dans le cadre d'un programme de dépistage du cancer du sein

Le schéma ci-dessous montre les résultats pour 1'000 femmes qui se sont soumises à cinq vagues de dépistage pendant dix ans :



Selon les estimations, un décès par cancer du sein peut être évité dans le groupe des « femmes avec dépistage ». Dans environ 4 cas sur 24 diagnostics de cancer du sein, il s'agit d'un surdiagnostic (voir page 15). Ainsi, pour une femme qui participe régulièrement au dépistage à partir de 50 ans, le risque de surdiagnostic et de traitement consécutif s'élève à environ 1 %.

Quand faut-il procéder à des investigations complémentaires ?

- Si une anomalie est détectée, des examens complémentaires sont nécessaires pour déterminer la nature de celle-ci. C'est le cas pour environ 4 à 5 % des mammographies réalisées.
- Si vous avez indiqué le nom de votre médecin dans le questionnaire de santé, celui-ci est informé du résultat et reçoit une recommandation quant au type d'examens complémentaires à effectuer. En général, une échographie ou de nouvelles radiographies sont préconisées.
- Vous recevez également une lettre qui vous invite à prendre contact avec votre médecin. Celui-ci vous conseillera et mettra en route les démarches nécessaires.
- Dans la majorité des cas, il s'agit toutefois de modifications bénignes et vous continuerez d'être invitée tous les deux ans à effectuer une mammographie de dépistage jusqu'à la limite d'âge fixée.

Qui paie les investigations complémentaires ?

Les investigations complémentaires sont remboursées par l'assurance maladie de base. La franchise et la quote-part sont toutefois à votre charge.

Que se passe-t-il si un cancer du sein est diagnostiqué ?

Un cancer du sein est diagnostiqué dans 0,5 à 1 % des mammographies réalisées.

Si un cancer du sein est découvert, votre médecin vous informera en détail de la suite des démarches. Vous serez prise en charge par une équipe réunissant différents spécialistes afin de déterminer le meilleur traitement possible.

Quels sont les avantages et les bénéfices, les inconvénients et les risques de la mammographie dans le cadre d'un programme de dépistage ?

Comme tous les autres examens médicaux, la mammographie réalisée dans le cadre d'un programme de dépistage présente des avantages, des bénéfices, des inconvénients et des risques. La plupart des experts estiment que les avantages l'emportent sur les inconvénients. Une étude indépendante réalisée en Angleterre et une évaluation menée aux Pays-Bas sur une période de 25 ans de dépistage par mammographie le confirment. Les expériences faites dans d'autres pays voisins qui proposent des programmes de dépistage du cancer du sein depuis plusieurs années corroborent également ces résultats.

Pour la femme à partir de 50 ans, l'âge est le principal facteur de risque du cancer du sein.

L'examen de dépistage ne permet pas d'empêcher l'apparition d'un cancer du sein.

En participant à un programme de dépistage, vous saisissez la chance de détecter un cancer du sein le plus tôt possible et donc d'instaurer des traitements moins lourds et plus efficaces. Cela contribue à une meilleure qualité de vie et peut prolonger votre vie.

Vous prenez toutefois aussi le risque qu'une tumeur maligne soit diagnostiquée alors qu'elle n'aurait peut-être pas eu de conséquences pour vous (surdiagnostic). Comme la médecine actuelle n'est pas en mesure de prédire comment la tumeur va évoluer, toutes les tumeurs malignes du sein détectées lors du dépistage systématique sont traitées.

Il est important que vous restiez constamment attentive à l'apparence de vos seins et que vous consultiez rapidement un médecin si un changement est remarqué.

Avantages et bénéfices

Détection précoce : Réalisée dans le cadre d'un programme de dépistage, la mammographie permet de détecter de très petites tumeurs qui n'ont généralement pas encore formé de métastases. La détection précoce et le traitement augmentent les chances de survie et de guérison.

Meilleure qualité de vie grâce à des traitements moins lourds et plus efficaces : La détection précoce de la tumeur permet d'instaurer un traitement moins agressif. Par exemple, lors d'une opération, il est dans bien des cas possible de conserver le sein et, parfois, d'éviter le recours à la chimiothérapie. Cela permet de réduire les effets secondaires et d'améliorer la qualité de vie pendant et après la maladie.

Contribution à la réduction de la mortalité par cancer du sein : La détection précoce et les progrès réalisés dans les traitements contribuent à une réduction de la mortalité liée au cancer du sein chez les femmes de la tranche d'âge concernée. Chaque année en Suisse, environ 1'250 femmes de la tranche d'âge à partir de 50 ans décèdent d'un cancer du sein. Les femmes âgées de 50 à 70 ans qui décèdent d'un cancer du sein perdent environ 4'200 années de vie potentielles. Une femme qui, à partir de 50 ans, participe tous les deux ans à un programme de dépistage voit son risque de décéder d'un cancer du sein diminuer de manière significative.

Démarche rassurante : 95 % des femmes qui se soumettent à l'examen sont rassurées, le résultat de leur mammographie ne révélant aucune anomalie.

Qualité élevée dans le cadre d'un programme : En participant à un programme de dépistage du cancer du sein, les femmes bénéficient d'un examen dont la qualité répond à des critères stricts, qui sont régulièrement contrôlés et attestés.

Qualité

Les femmes qui participent à un programme de dépistage profitent d'un examen dont la qualité élevée est garantie :

- les programmes s'appuient sur des critères de qualité élevés définis sur le plan national et international ;
- les appareils radiologiques utilisés sont régulièrement contrôlés pour vérifier qu'ils répondent aux normes de qualité très strictes ;
- tous les techniciens et techniciennes en radiologie médicale ont suivi une formation continue spécifique pour réaliser les mammographies de dépistage ;
- la qualité des mammographies réalisées est régulièrement contrôlée ;
- les radiographies sont examinées de manière indépendante par deux radiologues spécialement formés ;
- en cas de résultat divergent, les radiographies sont évaluées soit par plusieurs radiologues en commun dans le cadre d'une conférence de consensus, soit en faisant appel à un troisième radiologue ;
- la qualité des programmes est constamment améliorée grâce à une évaluation périodique des résultats.

Lorsque l'examen est réalisé en dehors d'un programme cantonal de dépistage du cancer du sein, la qualité n'est pas transparente et elle n'est pas soumise à une évaluation. Par ailleurs, le coût de l'examen n'est pas pris en charge par l'assurance maladie de base et il n'est pas libéré de la franchise.



Inconvénients et risques

Surdiagnostic : Certaines tumeurs malignes n'auraient jamais été découvertes en l'absence de mammographie et n'auraient donc jamais eu de conséquences pour les femmes concernées. Comme il est impossible de savoir, au moment du diagnostic, comment la tumeur maligne va évoluer et si elle va provoquer des problèmes de santé, un traitement contre le cancer du sein est alors entrepris. (Quand on parle de « surdiagnostic », il s'agit d'une observation purement statistique).

Résultat faux positif : Lorsque la mammographie met en évidence des anomalies, des investigations complémentaires sont nécessaires pour déterminer la nature de celles-ci. Dans la plupart des cas, il s'avère finalement que ces modifications sont bénignes et qu'il n'y a pas de cancer du sein. On parle alors de **résultat faux positif**.

Cancer d'intervalle et résultat faux négatif : Les cancers d'intervalle sont des cancers du sein découverts dans l'intervalle de deux ans qui sépare les mammographies. On parle de **résultat faux négatif** lorsque la mammographie ne révèle pas d'anomalie alors qu'il y a un cancer du sein.

Détection ne modifiant pas l'issue de la maladie : Il peut arriver que la tumeur soit découverte lors de la mammographie à un stade où une guérison n'est plus possible. Dans ce cas, les femmes concernées vivront leur maladie plus longtemps.

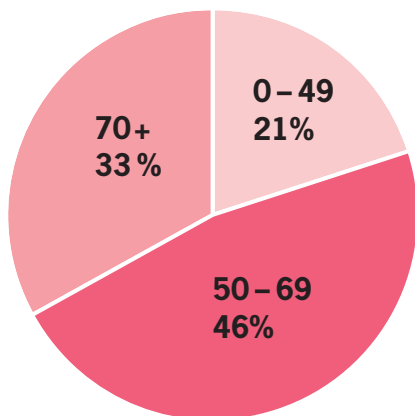
Dose d'irradiation lors de la mammographie : Grâce à l'emploi d'appareils radiologiques de bonne qualité et aux contrôles prescrits par la loi, la dose de radiations émise est extrêmement faible. On estime que, pour les femmes à partir de 50 ans, ce risque est nettement inférieur à l'utilité de la mammographie.

Ce que vous devez savoir sur le cancer du sein

En Suisse, le cancer du sein est le cancer le plus fréquent et la principale cause de décès chez les femmes de 50 à 70 ans. Chaque année, environ 5'400 femmes sont concernées par ce diagnostic et plus de 1'350 en meurent.

Les chances de survie et de guérison sont nettement plus élevées lorsque le cancer du sein est détecté à un stade précoce et traité de manière appropriée. Des études internationales montrent que, grâce à l'examen périodique des seins effectué dans le cadre d'un programme de dépistage soumis à un contrôle de qualité, de nombreuses femmes touchées par la maladie peuvent être soignées avec succès. La détection précoce du cancer du sein permet par ailleurs dans bien des cas de mettre en place des traitements moins lourds, ce qui implique moins d'effets secondaires et donc une meilleure qualité de vie.

Illustration : Fréquence du cancer du sein en Suisse par tranche d'âge



Près de 80 % des cancers du sein touchent les femmes à partir de 50 ans.

L'essentiel en bref

Il appartient à chaque femme de décider si elle souhaite participer ou non au dépistage après s'être dûment informée sur les bénéfices et les risques de la mammographie.

Vous trouverez ci-après un résumé des points essentiels :

- le cancer ne provoque aucun symptôme à ses débuts ;
- le dépistage du cancer du sein est rapide et peu coûteux ;
- la détection précoce suivie d'un traitement approprié permet de soigner le cancer du sein avec succès et d'augmenter les chances de survie ;
- pour un décès par cancer du sein évité, on compte quatre surdiagnostics (voir pages 10 et 15).

A partir de 50 ans, vous recevez tous les deux ans une invitation à effectuer une mammographie qui vous est personnellement adressée par le programme de dépistage du cancer du sein de votre canton.

Lors de l'examen de dépistage, deux radiographies de chaque sein sont réalisées par des professionnels spécialement formés.

Chaque cliché est évalué indépendamment par au moins deux radiologues.

Vous et lorsque vous le renseignez, votre médecin, recevez le résultat de l'examen par écrit dans les huit jours ouvrables.

Les images suspectes donnent lieu à des investigations complémentaires.

Cette brochure est destinée à vous aider à décider si vous souhaitez participer ou non à un programme de dépistage. Si vous avez d'autres questions, le programme de dépistage du cancer du sein de votre canton, la ligne InfoCancer, votre ligue cantonale contre le cancer ou votre médecin traitant vous donneront de plus amples informations.

Termes médicaux

Chimiothérapie : traitement visant à détruire les cellules cancéreuses. Les médicaments utilisés ont la propriété de bloquer la formation de nouvelles cellules cancéreuses.

Dépistage systématique : examens de dépistage réalisés sur des groupes de population définis. On parle aussi de dépistage organisé.

Dose d'irradiation : quantité de rayons reçue par le corps humain lors d'un examen radiologique, ici lors de la mammographie.

Échographie : examen qui utilise des ultrasons pour découvrir des modifications dans un organe du corps humain, ici dans le tissu mammaire.

Effets secondaires : effets indésirables d'un médicament ou d'un traitement.

Examen de dépistage : examen qui a pour but de détecter la maladie le plus tôt possible, avant qu'elle ne provoque de symptômes.

Franchise : frais médicaux, hospitaliers et pharmaceutiques que l'assurée doit elle-même payer. Le montant annuel varie selon le modèle choisi entre 300 et 2'500 francs.

Mammographie : radiographie des seins.

Métastase : développement de cellules cancéreuses à distance du lieu où la maladie s'est initialement déclarée.

Radiologue : médecin qui dispose d'une formation spécifique et continue pour poser le diagnostic à l'aide de radiographies, d'échographies, etc.

Symptôme : signe indiquant la présence d'une maladie ou d'une lésion.

Technicien/technicienne en radiologie médicale (TRM) : professionnel ayant suivi une formation spécifique et continue pour effectuer les mammographies.

Tumeur : grosseur anormale apparaissant dans un organe. Les tumeurs peuvent être cancéreuses ou non cancéreuses.

Adresses et informations complémentaires

swiss cancer screening dispose d'un site internet en trois langues. Vous y trouverez des informations complémentaires, notamment les modalités du dépistage dans votre canton.

www.swisscancerscreening.ch

Pour plus d'informations sur le cancer du sein en général

Les organisations ci-après se mobilisent pour garantir un accès optimal au dépistage, au traitement et au suivi du cancer du sein :

Ligue suisse contre le cancer : www.liguecancer.ch,

ligne InfoCancer : 0800 11 88 11, Commande de brochures : 0844 85 00 00

ou boutique@liguecancer.ch

Europa Donna Suisse : www.europadonna.ch

Cette brochure a été réalisée avec le soutien professionnel et financier de migesplus dans le cadre du Programme national « Migration et santé 2008 à 2013 » de l'Office fédéral de la santé publique.

Téléchargement au format PDF sous www.swisscancerscreening.ch et www.migesplus.ch – informations sur la santé en plusieurs langues, Croix-Rouge suisse.

Impressum

Rédaction et édition : swiss cancer screening

Mise en page et réalisation : durchzwei.ch

Brochure testée auprès du public cible

Sources d'information : Dépistage par mammographie, feuille d'information de la Ligue suisse contre le cancer 7/2013, Recommandations européennes pour l'assurance de qualité dans le dépistage et le diagnostic du cancer du sein, 4^{ème} édition ; Office fédéral de la statistique : incidence du cancer et mortalité par cancer 2006–2010, actualisé le 27.06.2013 ; Independent UK Panel on Breast Cancer Screening, The benefits and harms of breast cancer screening : an independent review, Lancet 2012 ; Health council of the Netherlands, Population screening for breast cancer : expectations and developments, The Hague : Health Council of the Netherlands, 2014 ; publication n° 2014/01.

Cette brochure existe en plusieurs langues. Renseignez-vous auprès de votre programme de dépistage ou consultez le site internet de la Fédération.

© 2014/V2

Cette brochure vous est offerte par :



Cette brochure d'information existe dans différentes langues et peut être téléchargée gratuitement sur le site www.swisscancerscreening.ch :

 Allemand

 Albanais

 Espagnol


 Français

 Macédonien

 Turc


 Italien

 Portugais

 Serbo-croate-bosniaque

 Anglais

 **swiss
cancer
screening**

 Schweizerischer Verband der Krebs-Früherkennungsprogramme
Fédération suisse des programmes de dépistage du cancer
Federazione svizzera dei programmi di screening del cancro

Postfach 8219, 3001 Bern, www.swisscancerscreening.ch