



## LE CANCER DU SEIN

Parlons-on!

**1 femme sur 11**  
 sera touchée par le cancer  
 du sein dans sa vie



Si un cancer du sein est détecté **tôt**,  
 il se soigne très bien

Il est donc conseillé de :



Se palper les seins 1 fois par  
 mois à l'âge de 20 ans



Effectuer une mammog-  
 raphie tous les 2 ans  
 à partir de 40-45 ans

## COMMENT PRATIQUER L'AUTOPALPATION DES SEINS?

### Quand?

#### Avant la ménopause

Une semaine après le début  
 des règles



#### Après la ménopause

Un jour fixe de chaque mois (une date de naissance)

Il faut observer s'il y a des changements sur chaque sein:  
 taille, forme, contour, changement de texture, rougeur,  
 rétraction du mamelon ou de la peau.

### Comment?

#### POSITION

debout: Le bras situé du même côté que le  
 sein examiné doit être tendu à 180°.



Couchée sur le dos: Une serviette pliée doit  
 être placée sous l'omoplate et mettre la main  
 derrière la tête.



Certaines femmes pratiquent la palpation sous la douche

#### INSPECTION VISUELLE

Devant votre miroir, les deux bras levés:  
 Observer vos seins de face, puis de profil.  
 Pressez doucement le mamelon et vérifiez  
 qu'il n'y ait pas d'écoulement de liquide.



#### PALPATION

Avec les trois doigts (de la main droite pour le sein  
 gauche et inversement pour le sein droit) bien à plat:

Parcourez votre sein de la partie  
 externe à la partie interne et  
 vice-versa.



Parcourez votre sein par des  
 mouvements circulaires.



Parcourez votre sein de bas en haut  
 et vice versa, vérifiez également la  
 zone entre le sein et l'aisselle.





### A Quoi sert un frottis ?

Le frottis permet de **détecter des lésions précancéreuses** avant que ça devienne un cancer.

### Qui fait le prélèvement ?

- Médecin généraliste.
- Médecin gynécologue.
- Sage-femme.

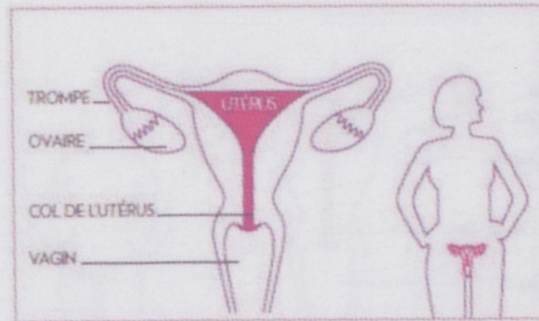
### Quelles Sont Les Conditions ?

- **En dehors** de la période des règles.
- **Un mois** après une infection ou un traitement par voie vaginale.
- Evitez d'avoir des rapports sexuels **24 à 48 heures** avant votre rendez-vous.
- Evitez toute toilette avant le rendez-vous.

Les résultats de votre frottis vous seront communiqués dans un délai de **10 à 15 jours**

Toutes les patientes avec un frottis anormal seront prises en charge par le centre de référence

### Où se situe le col de l'utérus ?

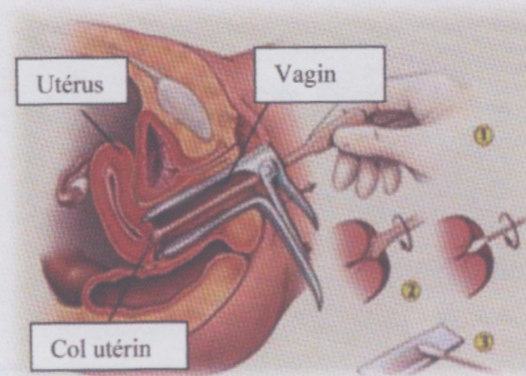


### Qu'est-ce qu'un frottis ?

Le frottis cervico-vaginal est un examen qui consiste à prélever des cellules au niveau du col de l'utérus.

Il est **simple, indolore, non invasif, sans effets secondaires et gratuit.**

### Comment se déroule un frottis ?



**90%** des cancers du col de l'utérus peuvent être évités grâce au dépistage précoce

**Un frottis tous les 3 ans à partir de 25 ans chez toute femme ayant une activité sexuelle**



Le dépistage du cancer du col est assuré gratuitement par l'unité de la Protection Maternelle et Infantile au niveau des EPSP