

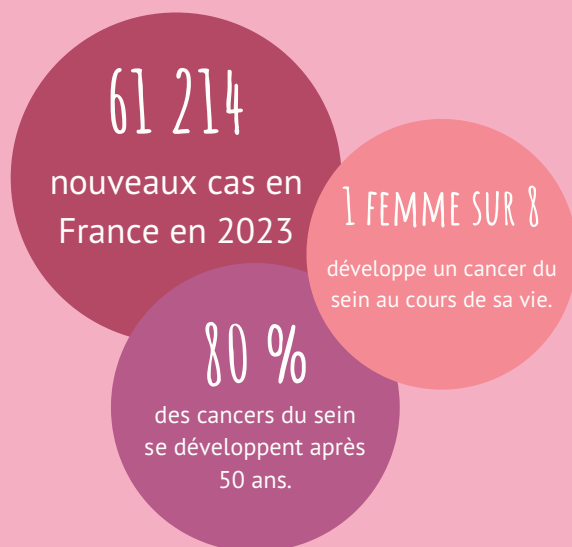


CANCER DU SEIN

Le cancer du sein est le cancer le plus fréquent chez la femme.

Parmi les principaux facteurs de risque, on retrouve l'âge supérieur à 50 ans, le tabagisme, la consommation d'alcool et des prédispositions génétiques.

Cette maladie est responsable du décès de 12 000 femmes par an. Cependant, si le cancer est détecté à un stade précoce, il peut être guéri dans 9 cas sur 10.



L'information sur le dépistage précoce permet de sauver des milliers de vies !

COMMENT SE FAIRE DÉPISTER ?

- Entre 25 et 49 ans : Réalisez un examen clinique des seins chaque année (palpation) en consultant votre médecin généraliste, votre gynécologue ou votre sage-femme.
- Entre 50 et 74 ans : La réalisation d'une mammographie de dépistage est recommandée tous les 2 ans. Cet examen est pris en charge à 100% par l'assurance maladie. Il faut également réaliser un examen clinique tous les ans (palpation) auprès de votre médecin généraliste ou de votre gynécologue.
- Plus de 74 ans : Réalisez un examen clinique des seins tous les ans (palpation) en consultant votre médecin généraliste ou votre gynécologue.

Important : Pour les femmes ayant des antécédents familiaux ou personnels, un suivi adapté doit être défini avec leur médecin traitant.

Source : Chiffres issus de la Fondation pour la Recherche Médicale, Institut national du cancer et de Santé publique France.



L'AUTO-PALPATION DES SEINS

ÉTAPE PAR ÉTAPE



1

INSPECTEZ LES DEUX SEINS et vérifiez qu'il n'y a rien d'anormal (un écoulement par le mamelon d'un liquide, ou encore de sang, crevasses, fossettes, plis ou peau qui pèle ou dite d'orange sur le sein).



2

Avec les trois doigts de la main gauche, **PALPEZ LE SEIN DROIT**, fermement, attentivement et complètement. En commençant par la partie externe, parcourez le sein en effectuant de petits cercles avec les bouts des doigts.



3

Une **ATTENTION PARTICULIÈRE** doit être portée à la zone **ENTRE LE SEIN ET L'AISELLE**, cette dernière comprise.



4

Cherchez toute **GROSSEUR** ou toute **INDURATION** anormale sous la peau.



5

REPETEZ les mêmes gestes sur le **SEIN GAUCHE**.



6

Cet examen ne remplace pas la **VISITE ANNUELLE** à faire chez votre **GYNÉCOLOGUE** ou **MÉDECIN**.

SCANNEZ CE QR-CODE POUR
L'AUTO-PALPATION DES SEINS EN VIDÉO

