

FAITS AU SUJET DU CANCER DU SEIN :

Le cancer du sein est une des formes les plus courante de cancer – plus qu’un million de femmes tombent malades chaque année. Une femme sur huit aura un cancer du sein au cours de sa vie. Ici, cela correspond à 70.000 nouveaux cas de maladie par an.

Des femmes de moins de 50 ans peuvent également contracter un cancer du sein. Chaque femme peut être affectée, mais on ignore le plus souvent que 82 % survivent (par rapport aux dix dernières années).

Dans la plupart des cas, la guérison est possible grâce à une détection précoce de la maladie.

Il est important de connaitre sa poitrine aussi bien que le reste de son corps. Parce qu’ainsi, les femmes observent tout changement plus tôt. Un changement en soi n’a pas forcément d’importance, mais alors il est alors possible d’en parler avec son médecin.

OFFRES DE DÉPISTAGE PRÉCOCE DU CANCER DU SEIN EN ALLEMAGNE :

La recommandation des médecins est un examen des seins par an pour les femmes de 30 ans et plus – celui-ci est payé par l’assurance maladie. À cette occasion, le gynécologue palpe les seins et les aisselles pour constater des changements. Les femmes entre 50 et 69 reçoivent tous les deux ans une convocation pour passer une mammographie.

Il existe également d’autres mesures de détection précoce payées par l’assurance maladie au cas par cas (un soupçon par exemple) :

Échographie, IRM

Aucun examen ne peut détecter au final si un changement est bénin ou malin. Pour cela, il faut prélever du tissu (biopsie).

Attention : Les offres peuvent varier d’une patiente à l’autre et aussi d’une assurance maladie à l’autre. Renseignez-vous auprès de votre assurance maladie pour savoir à quels examens vous avez droit. Prenez soin de votre santé !

www.pinkribbon-deutschland.de/welcome

Powered by  **Kommunales Integrationszentrum Kreis Viersen**

PARTNER:  **hunkemöller** **PHILIPS**

SUPPORTER:  **DFDS**  **GCH HOTEL GROUP**  **KÄRCHER**  **TRIOPLAST**



1^{ÈRE} ETAPE :

Mettez-vous face à un miroir, les mains sur les hanches. Comparez vos seins, faites attention aux changements d'envergure, de forme et de position. Est-ce que les marmelons ont changé ?



POUR PALPER, CHOISISSEZ UN JOUR FIXE DANS LA PREMIÈRE SEMAINE APRÈS VOTRE CYCLE MENSTRUEL, APRÈS LA MÉNOPAUSE, LE JOUR EST ARBITRAIRE.

2^{ÈME} ETAPE :

Lever les deux mains : Est-ce que les seins suivent le mouvement ? Regardez-vous de l'avant et des côtés. Voyez-vous des creux ou des bosses ? Faites aussi attention à vos marmelons : Est-ce qu'ils sont légèrement rentrés ?



3^{ÈME} ETAPE :

Ensuite, palpez vos seins, de préférence en position allongée sur le dos. Par exemple, mettez un bras sous votre tête et palpez avec la main libre le sein du côté opposé, systématiquement avec des petits mouvements giratoires.



SI VOUS CONTRÔLEZ VOTRE POITRINE RÉGULIÈREMENT ET EN DÉTAIL, VOUS OBSERVEREZ D'AUTANT MIEUX D'ÉVENTUELS CHANGEMENTS.

4^{ÈME} ETAPE :

Suivez toujours le même schéma pour palper. Par exemple, commencez au milieu de la poitrine, c'est-à-dire au sternum, alors palpez la poitrine de haut en bas et du centre jusqu'aux côtés.

