



# LE CANCER DU SEIN

Comprendre, Prévenir, Accompagner



Fondation  
cancer du sein  
du Québec

# À L'AGENDA

- **Le cancer du sein**
  - **Statistiques et définition**
  - **Facteurs de risque**
- **Les bonnes pratiques en santé de la poitrine**
  - **Détection précoce**
- **Nos services de soutien gratuits**
  -

- **LE CANCER DU SEIN**



- **Statistiques et définition**



# Chiffres clés

Le cancer du sein est le cancer le plus commun chez les femmes.



**1 femme sur 8**

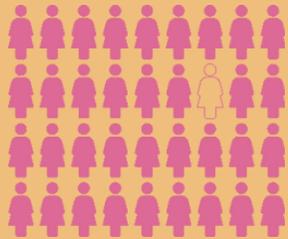
au Canada développera un cancer  
du sein au cours de sa vie



**Plus de 8 580 femmes**

ont reçu un diagnostic de cancer du sein  
cette année au Québec en 2023.

(8320 en 2022, 8045 en 2021)



**1 femme sur 36**

décèdera des suites de la maladie

**89%**

Des femmes vivront au moins 5 ans  
après un diagnostic de cancer du  
sein (**80% chez les hommes**)

**1%**

**des cancers du sein**

touchent les hommes

# L'ÂGE AU DIAGNOSTIC

## Femmes

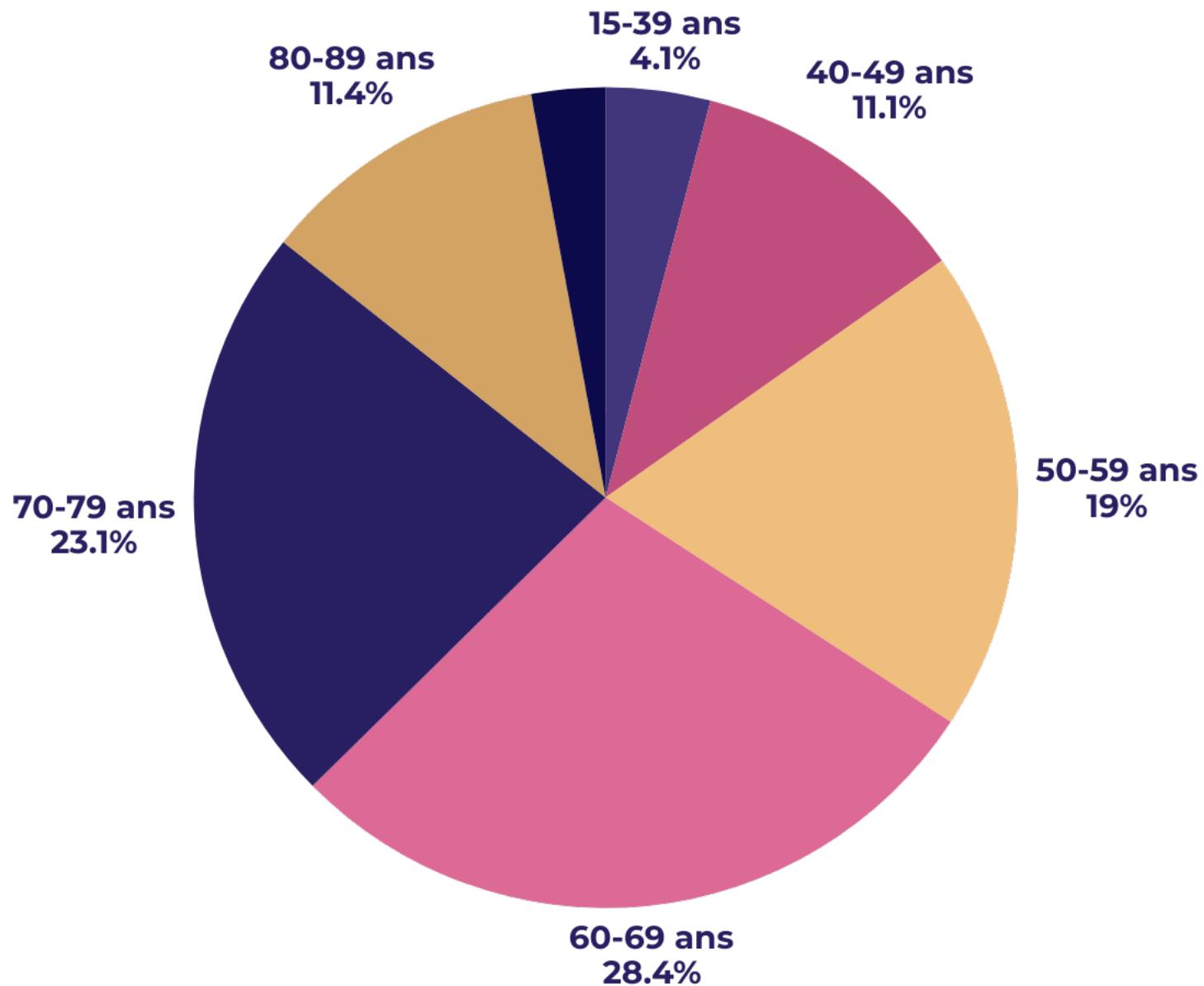
### ↳ Groupes les plus à risque

1. 65-69 ans
2. 60-64 ans
3. 70-74 ans

## Hommes

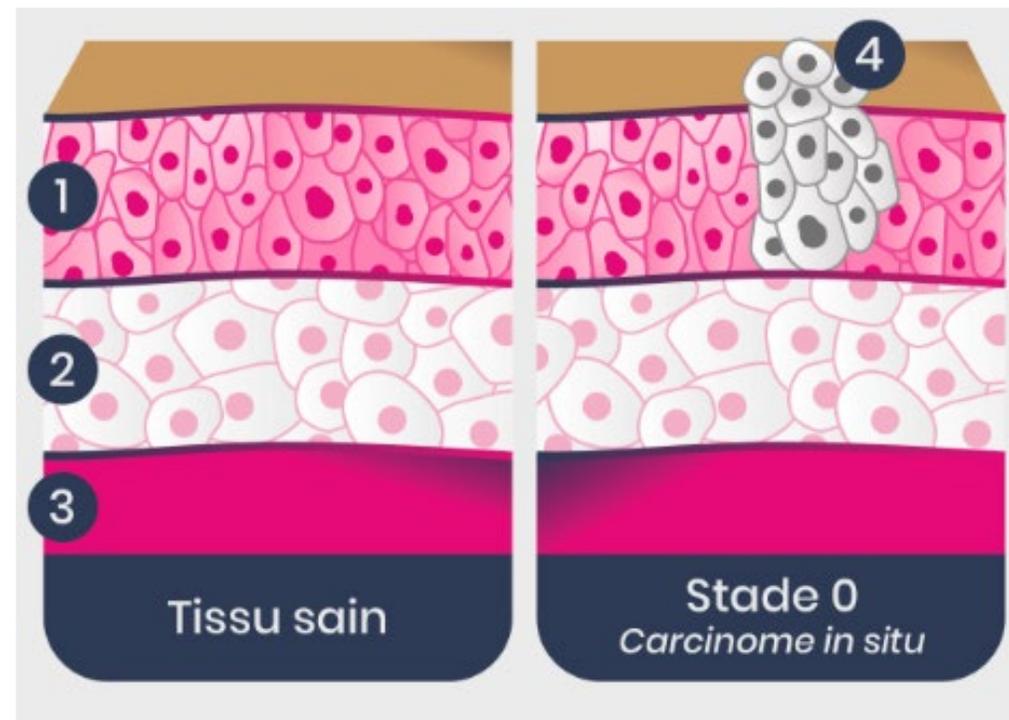
### ↳ Groupes les plus à risque

1. 65-69 ans
2. 70-74 ans
3. 75-79 ans



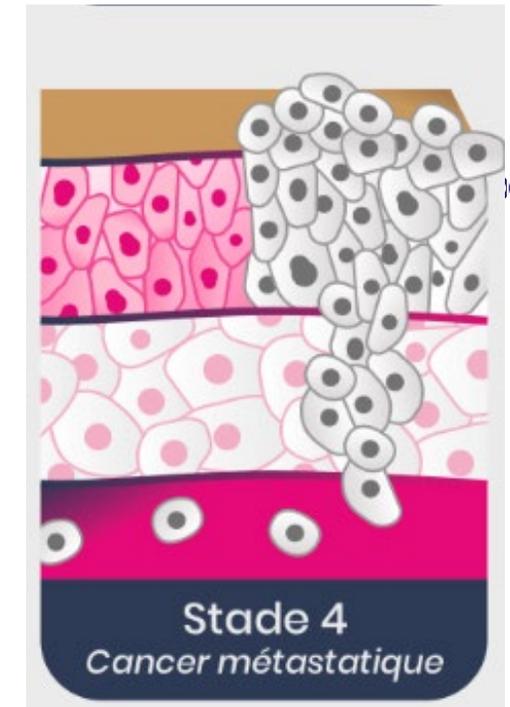
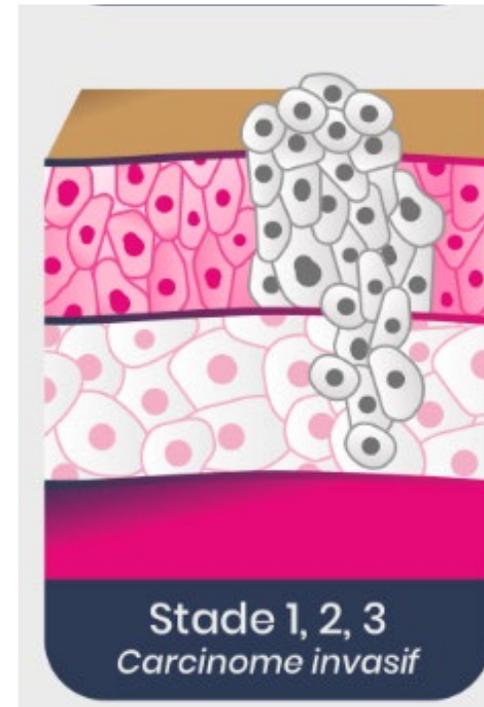
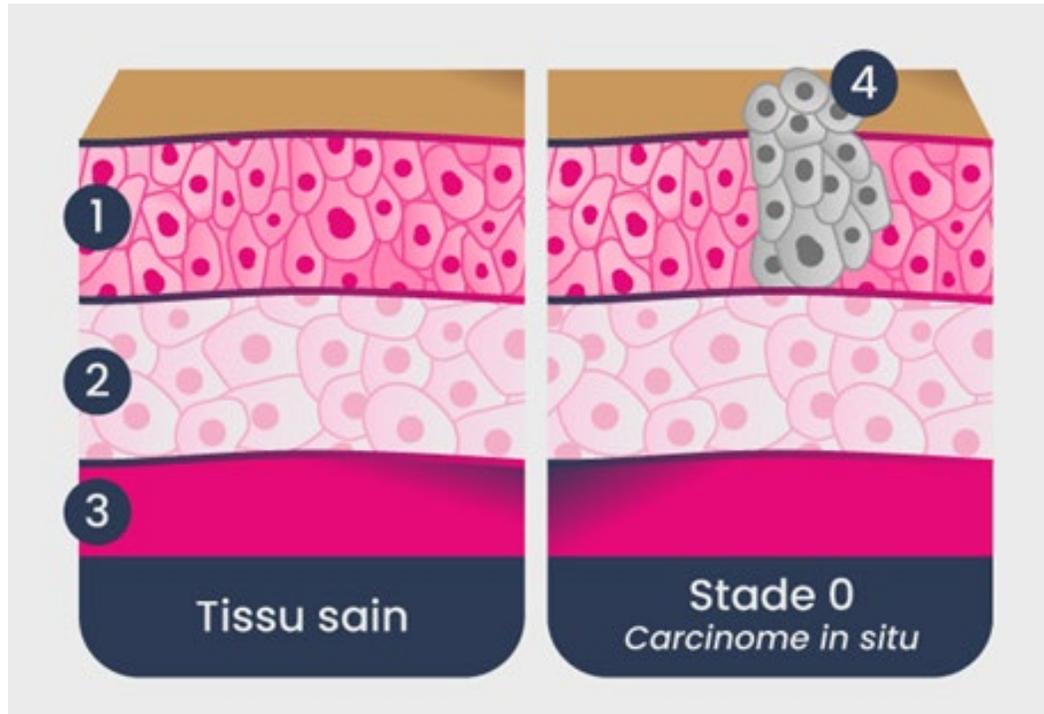
## QU'EST-CE QUE LE CANCER DU SEIN?

- Il s'agit d'une **croissance incontrôlable de cellules anormales** qui cause la formation d'une masse appelée "tumeur cancéreuse".
- Nos cellules possèdent **plusieurs mécanismes pour prévenir l'apparition du cancer**. Toutefois, les cellules cancéreuses sont capables de les contourner ou de les inactiver.
- Dans la majorité des cas, le développement d'un cancer du sein prend plusieurs mois, voire plusieurs années.



- 1 Tissu atteint
- 2 Tissu voisin
- 3 Vaisseau sanguin
- 4 Tumeur

# Quels sont les stades ?



- 1 Tissu atteint
- 2 Tissu voisin
- 3 Vaisseau sanguin
- 4 Tumeur

**In-situ:** Les cellules cancéreuses sont localisées seulement dans la membrane dans lequel elles ont pris naissance (canal ou lobules)

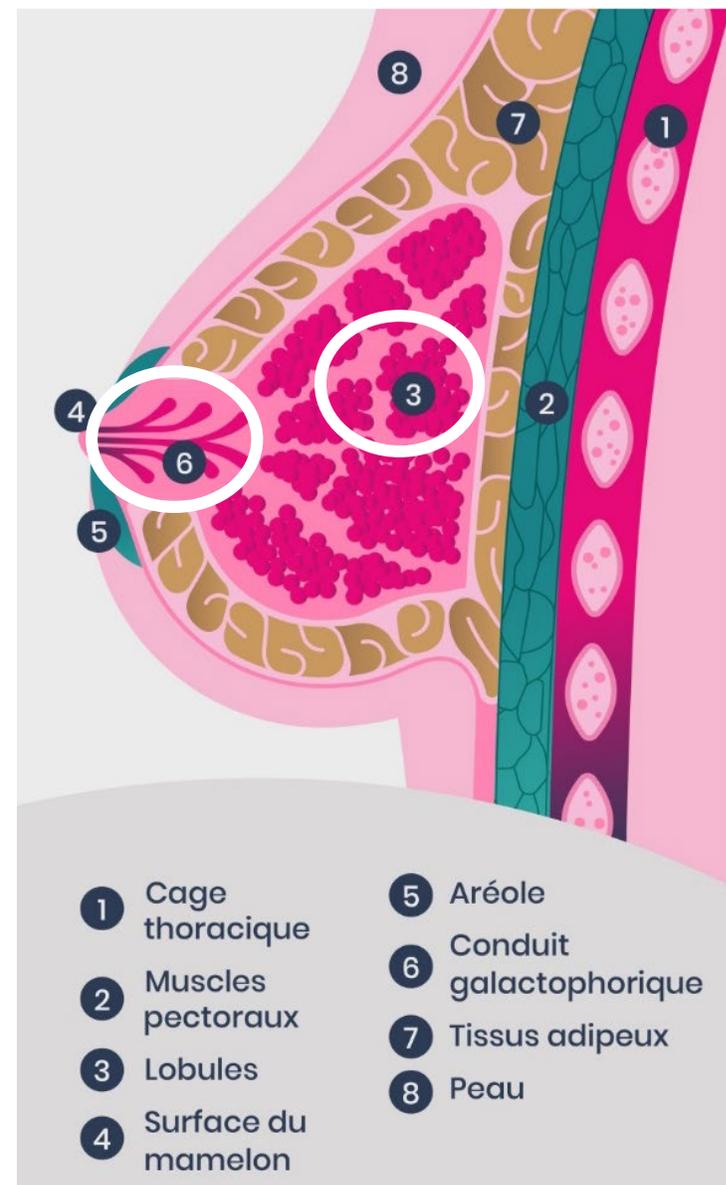
**Infiltrant :** Des cellules cancéreuses ont alors quitté leur tissu d'origine et se sont localisées dans les ganglions lymphatiques et possiblement aux tissus voisins, par exemple à des muscles ou à la peau.

**Métastatique :** Les cellules peuvent se mouvoir et emprunter la voie sanguine ou lymphatique pour se propager et se fixer sur d'autres organes

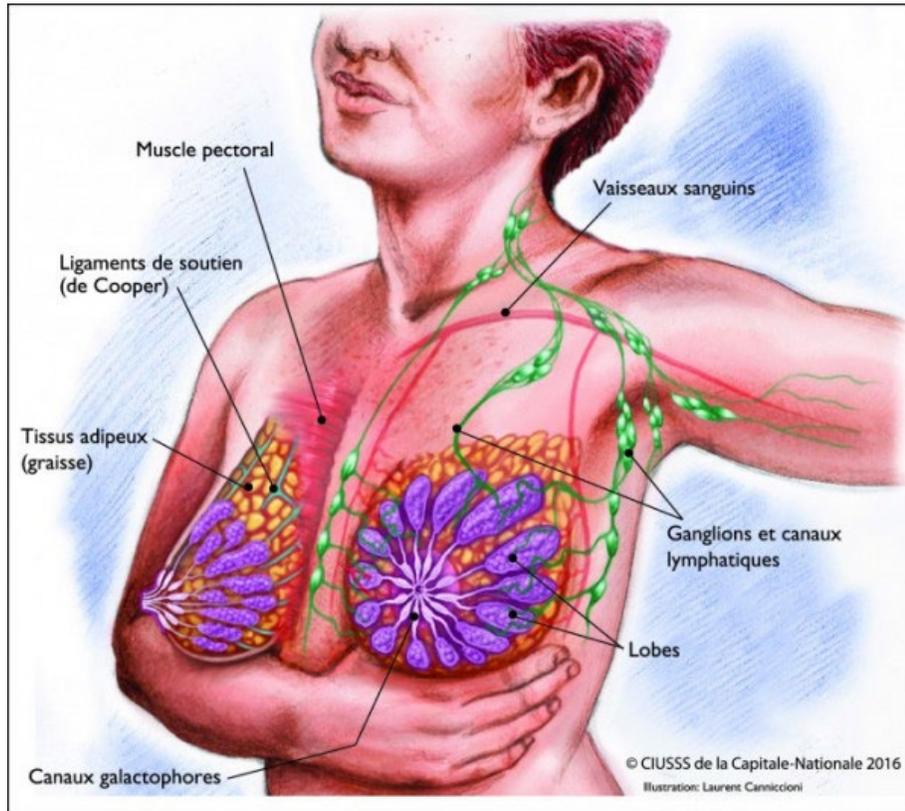
# OÙ SE DÉVELOPPE LE CANCER DU SEIN?

ENDROIT	PRÉVALENCE
<b>Canaux galactophores</b> (conduits transportant le lait – <b>No 6</b> )	85%
<b>Lobules mammaires</b> (unités structurelles qui constituent le sein – <b>No 3</b> )	14%
Autres	1%

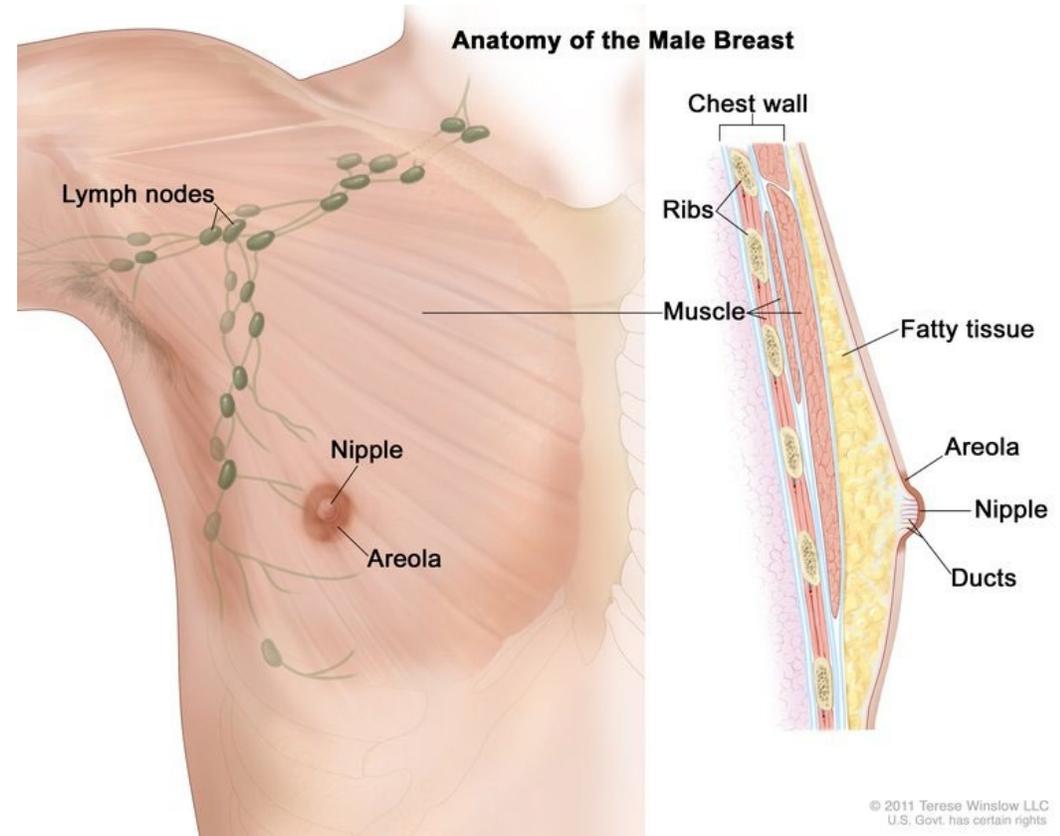
Les cellules cancéreuses peuvent rester dans le sein. Elles peuvent aussi se propager dans d'autres organes. On parle alors de **métastases**.



# Anatomie de la poitrine



[PQDCS \(2023\)](#)



National Cancer Institute (2012).

La plupart des cancers du sein se développent dans les canaux galactophores. (85% pour les femmes et la majorité des cas pour les hommes)

- **LE CANCER DU SEIN**



- Facteurs de risque**



## FACTEURS DE RISQUE

### Suis-je à risque?

**Tout le monde est à risque**, mais certains facteurs augmentent la probabilité de développer un cancer du sein au cours de sa vie = facteur de risque.

- Le cancer du sein est **multifactoriel**.
- Certains facteurs sont **hors de notre contrôle**.
- Certains facteurs dépendent de **nos choix et de nos comportements**.
- Certaines personnes qui développent la maladie ne présentent aucun facteur de risque connu.
- Facteurs de risque **connus** VS *possibles*.

## FACTEURS DE RISQUE ASSOCIÉS À DES CARACTÉRISTIQUES PERSONNELLES



- Être née femme (99% des cas)
- Avancer en âge (60-69 ans).

## FACTEURS DE RISQUE ASSOCIÉS À DES CARACTÉRISTIQUES PERSONNELLES

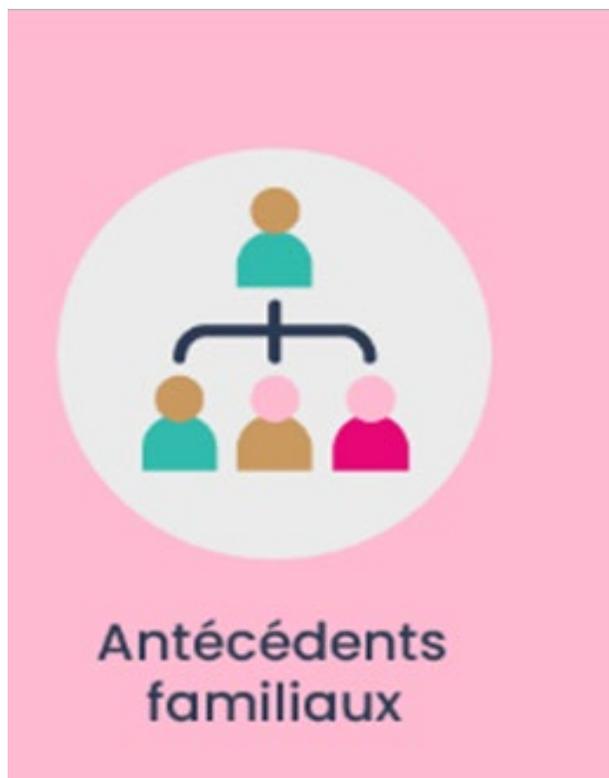


- **Avoir une densité mammaire élevée.**



Les seins très denses peuvent rendre plus difficile la détection du cancer du sein et sont associés à un risque légèrement plus élevé de développer la maladie.

## FACTEURS DE RISQUE LIÉS À L'HÉRÉDITÉ



- Avoir un membre de sa famille qui a été atteint

Le risque de développer un cancer du sein augmente **si un ou des membres de la famille, du côté de la mère ou du père biologique**, ont eu un cancer du sein ou de l'ovaire.

Ce risque est plus important si :

- Le cancer est apparu avant la ménopause
- Il y a eu aussi des cancers de l'ovaire, du pancréas ou de la prostate dans la famille
- Plusieurs membres de la famille ont eu un cancer.

## FACTEURS DE RISQUE LIÉS AUX ANTÉCÉDENTS MÉDICAUX ET À L'HÉRÉDITÉ

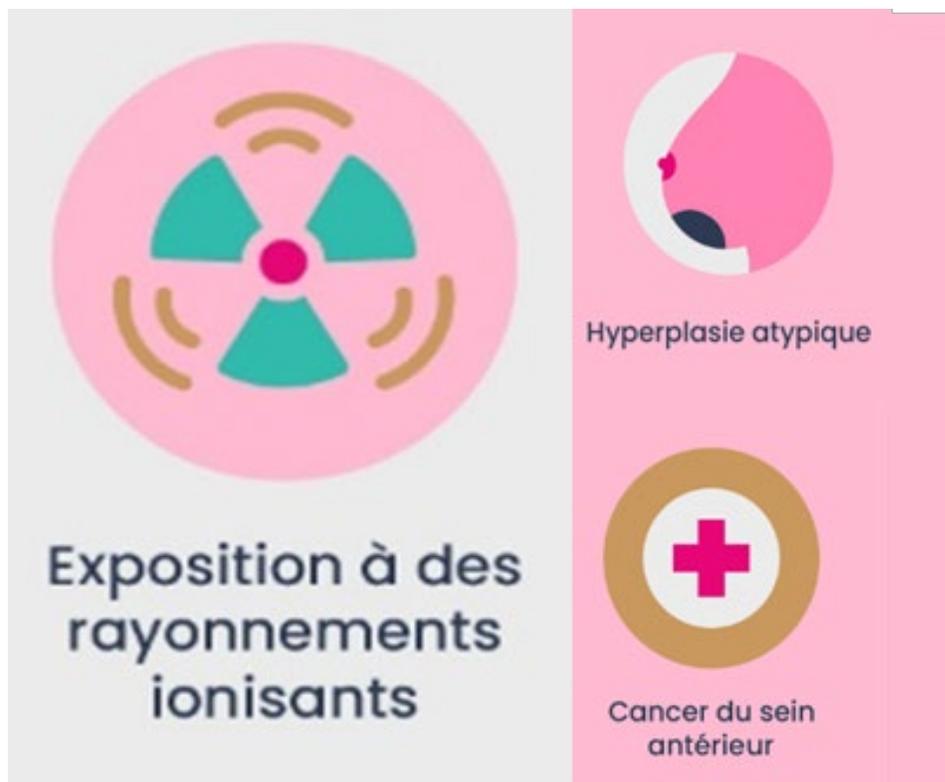


Mutation génétique

- Être porteur.se d'une **mutation génétique** associée au cancer du sein (BRCA1, BRCA2...).
- Une **prédisposition génétique** au cancer du sein est identifiée chez environ 10 % des cas.
- Une prédisposition génétique peut être transmise **autant du côté maternel que paternel.**
- Certains groupes sont plus à risque des formes agressives (cancer du sein triple négatif).



## FACTEURS DE RISQUE LIÉS AUX ANTÉCÉDENTS MÉDICAUX



- Avoir reçu des **radiations pour des traitements** dans la région du thorax, du cou et de l'aisselle (plus à risque si avant 15 ans).
- Être atteint.e d'**hyperplasie atypique**.
- **Avoir déjà reçu un diagnostic de cancer du sein.**

# FACTEURS DE RISQUE HORMONAUX ET REPRODUCTIFS



- La **prise prolongée d'œstrogènes et de progestérone**
  - Traitement pour diminuer les effets de la ménopause
  - Contraceptif hormonal
  - Thérapie d'affirmation du genre
- Première grossesse à terme tardive (après 30 ans) ou aucune grossesse à terme.
- Avoir des **menstruations précoces** (avant 12 ans).
- Avoir une **ménopausse tardive** (après 55 ans).

## FACTEURS DE RISQUE MODIFIABLES



- Consommer de l'**alcool**
- Prise de **poids post-ménopause**
- Être **sédentaire**
- Être **inactif physiquement**
- **Fumer** ou être exposé à la **fumée secondaire**



**Agir sur ces habitudes de vie limite le risque du cancer du sein**

## Mini-Quiz

***L'utilisation d'antisudorifiques cause le cancer du sein.***

Réponse: **FAUX**. Aucun lien n'a pu être démontré entre l'usage d'antisudorifique et le cancer du sein.

***Le sucre augmente le risque de développer un cancer du sein.***

Réponse: **FAUX**. Aucune étude n'a indiqué un lien de cause à effet direct entre la consommation de sucre et l'incidence de cancer du sein. Bien que les cellules cancéreuses nécessitent du glucose, c'est le cas pour l'ensemble des cellules du corps humain.

***Je peux réduire mon risque du cancer du sein en:***

- a. Faisant du sport
- b. Mangeant sainement
- c. Limitant le temps assis.e
- d. Limitant l'alcool
- e. Toutes ces réponses





# LE CANCER DU SEIN

## Parcours diagnostique



# PROCESSUS DIAGNOSTIQUE



## Examen clinique

Prescription médicale

Étape 1



## Mammographie

- Diagnostique
- Dépistage (PQDCS)

Étape 2



## Échographie

Tous les tests complémentaires peuvent être prescrits par un radiologiste

Étape 3



## Biopsie

Étape 4



## Consultation médicale

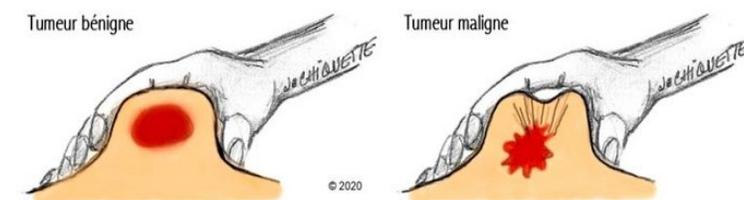
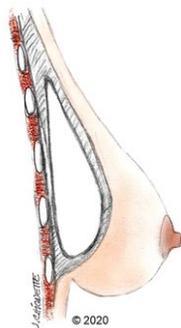
- Annonce du résultat
- Diagnostic du cancer du sein

Étape 5

Éée

## ÉTAPE 1. L'examen clinique

- Le professionnel de la santé réalisera:
  - L'inspection pour des **signes visuels** (volume, anatomie, ...)
  - La **palpation** (position couchée, assise)
  - L'examen des **ganglions** (clavicule et aisselle)



**PQDCS**

- Possibilité de faire un examen clinique même avec une prothèse
- Peut avoir un témoin féminin si le professionnel est de sexe masculin

## ÉTAPE 2. LA MAMMOGRAPHIE

- **Radiographie à faible dose de rayons X**, qui permet d'obtenir des images détaillées du tissu mammaire, appelées clichés mammaires.

### Diagnostic

- Si vous présentez des signes possibles
  - Avec prescription (tout le monde).

### Dépistage

- Sans signes possibles
  - Avec prescription récurrente: 30 ans et plus, à risque.
  - Lettre PQDCS



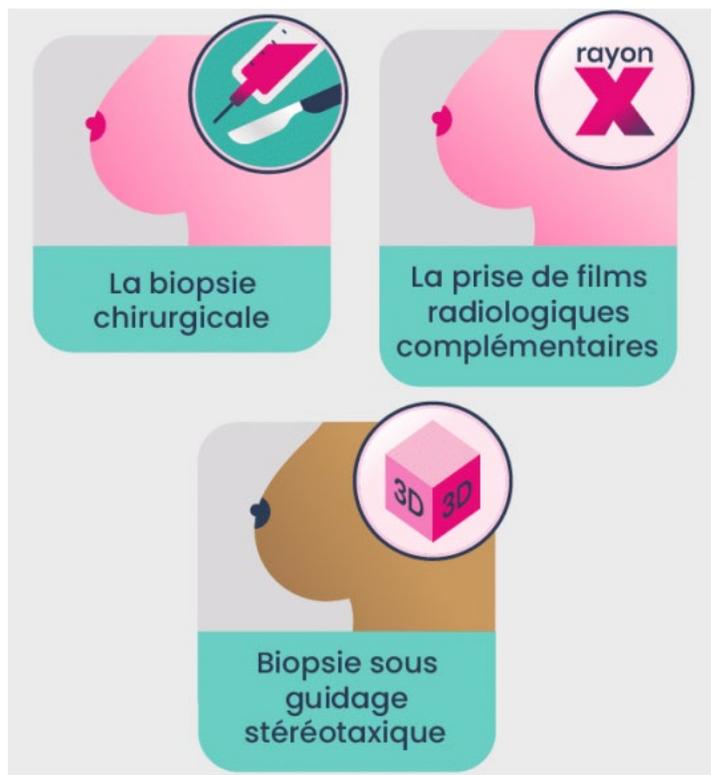
## ÉTAPE 3. L'ÉCHOGRAPHIE

Un médecin peut recommander cet examen pour :

- **Examiner une masse ou anomalie**, dans certains cas **avant** la mammographie;
- **Examiner une masse ou anomalie détectée** par mammographie;
  - Déterminer si une la masse est solide (tumeur) ou liquide (kyste).
  - Bien identifier la région du sein où se trouve l'anomalie en vue de faire une biopsie.



## ÉTAPE 4. LA BIOPSIE



**Seule une biopsie du sein permet de confirmer ou d'infirmer hors de tout doute le diagnostic de cancer du sein.**

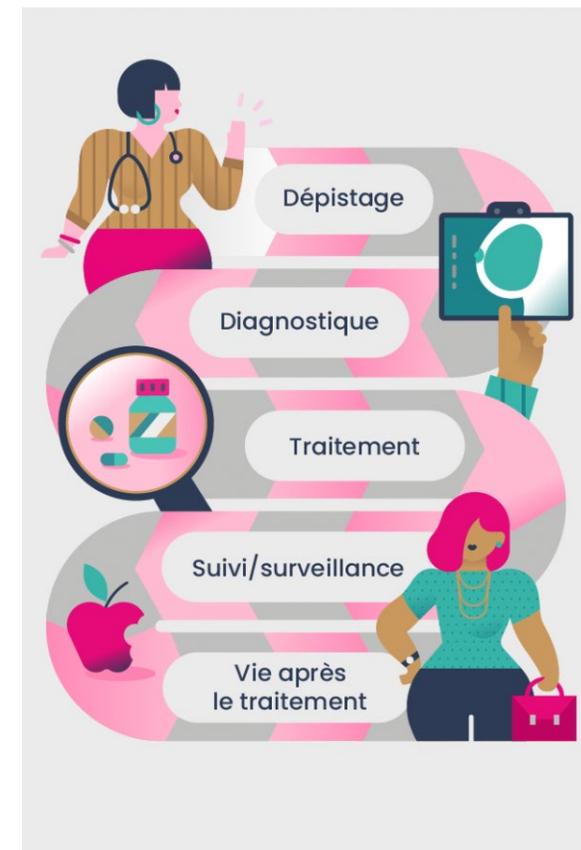
Prélèvement dans le(s) sein(s) ou les ganglions de cellules ou de tissus et à l'examen de ceux-ci en laboratoire.

- Confirme la présence ou non de cellules cancéreuses.

## FAVORISER LA DÉTECTION PRÉCOCE

On souhaite détecter le cancer du sein le plus tôt possible:

- Un cancer du sein détecté tôt (à un stade précoce) a de **meilleures chances de guérison**;
- Les cancers du sein diagnostiqués à un stade précoce peuvent nécessiter des **traitements moins agressifs**.



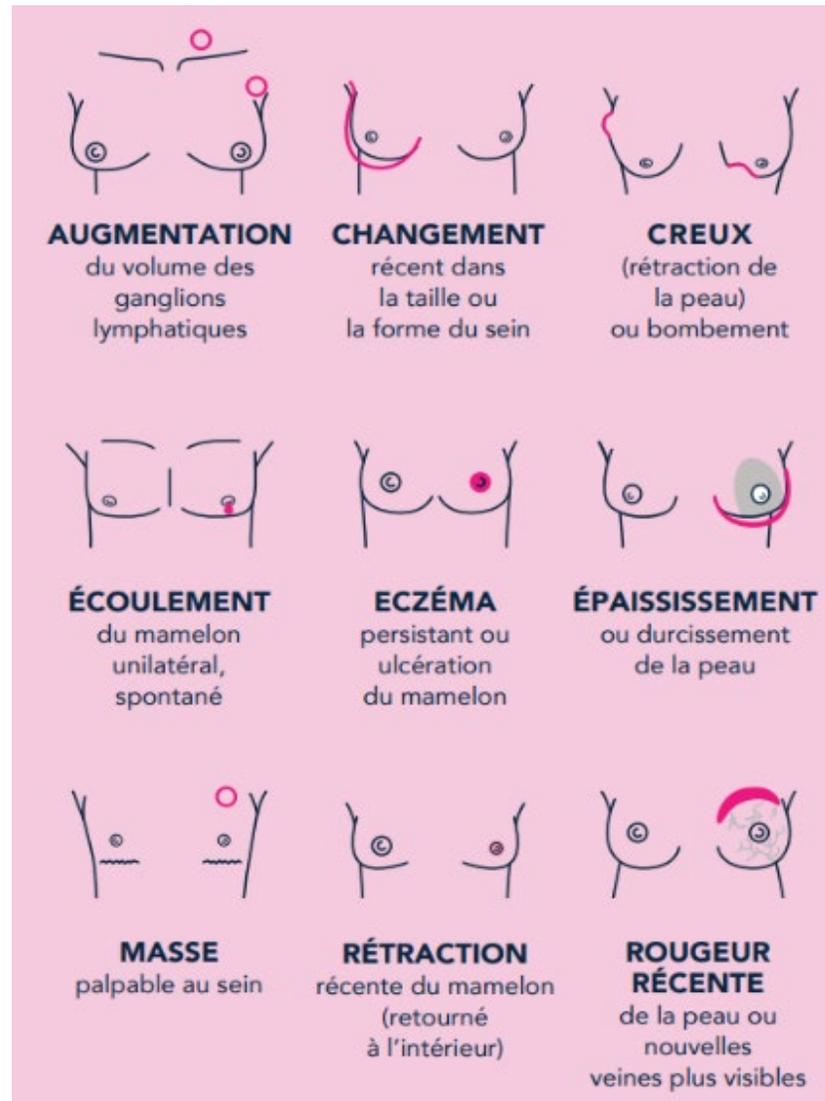


# LE CANCER DU SEIN

## Détection précoce



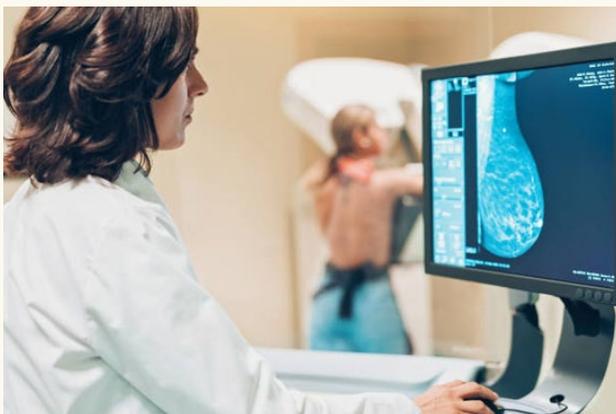
# Comment observer sa poitrine ?



- Observer sa poitrine pour des signes habituels et qui persistent
- Toucher la poitrine, la partie de la clavicule et de l'aisselle
- La plupart des masses ne sont pas des tumeurs (dans 80% des cas)
- **En cas de signes suspect,**
  - **consulter son médecin de famille OU**
  - **prendre un rendez-vous avec le 8-1-1 option 3**

# Programme Québécois du Dépistage du Cancer du Sein

Lettre par la poste dès que la  
personne est admissible



01

**50-74 ans**

50-69 ans, changé  
en janvier 2024.

02

**Inscrite comme femme  
à la RAMQ**

03

**Mammographie  
chaque 2 ans**

04

**Restreint**

Pas d'hommes.  
RAMQ obligatoire.  
Mammographie uniquement  
Pas basé sur les facteurs de risque  
Personnes non-binaires (X)

# LA FONDATION CANCER DU SEIN DU QUÉBEC



Fondation  
cancer du sein  
du Québec

# Services de soutien

*avant*



- Ligne d'écoute par les paires aidantes

*pendant*



- Nos services offerts
- Maison Rose
- Gestion des émotions

*après*



- Nos services offerts
- Retour au travail
- Gestion des émotions

# LA VIE APRÈS LE CANCER DU SEIN

Même en période de rémission, il peut survenir de nombreuses difficultés en termes de:

- Réadaptation physique, sociale, émotionnelle
- Troubles cognitifs (brouillard cérébral)
- Santé mentale (anxiété, peur de la récurrence, dépression)
- Retour dans le monde du travail
- Estime de soi et image corporelle
- Etc.



# EN CONCLUSION

## À TOUT ÂGE

- **Observer sa poitrine:** connaître la région de la poitrine et les signes possibles.
- En cas de doute, **consulter un médecin** sans attendre le prochain RDV ou la prochaine mammographie.
- Dès que possible et à chaque changement (lié aux facteurs de risques): **discuter et faire évaluer son risque personnel de cancer du sein.**
- Autant que possible, adopter de **saines habitudes de vie.**
- En cas de risque élevé, **suivre les recommandations personnalisées** (prévention et dépistage).

## DE 50 À 74 ANS

- Mêmes recommandations.
- En plus: suivre les recommandations du **PQDCS.**



# MERCI !

Pour plus d'informations



Notre site web



Facebook



Youtube

Suivez-nous sur les réseaux sociaux



Linked 



Instagram