

L'importance du dépistage précoce

À tout âge

Vous devez être régulièrement suivie par un médecin traitant ou par un gynécologue qui n'hésitera pas à vous prescrire les examens nécessaires en cas de doute. Ce suivi médical doit avoir lieu tous les 6 mois ou tous les ans à partir de 30ans.

Il est important que chacune devienne actrice de sa santé en pratiquant tous les mois une auto-palpation des seins.

À partir de 50 ans

Votre médecin traitant ou votre gynécologue vous fera pratiquer une mammographie tous les 2 ans au minimum, tous les ans s'il estime cela nécessaire.

En France, le "dépistage organisé" est accessible aux femmes à partir de 50 ans et jusqu'à 74 ans.

Aujourd'hui le cancer du sein concerne 1 femme sur 8 !

Plus un cancer du sein est détecté tôt, plus les chances de guérison sont importantes.

Grâce au dépistage précoce, la moitié des cancers du sein sont décelés alors qu'ils mesurent moins de 2 cm !

Ce niveau de détection permet d'atteindre de très hauts taux de guérison tout en réduisant considérablement l'agressivité des traitements appliqués. Il est donc important de vous informer sur le cancer du sein car cela peut vous SAUVER LA VIE.

Remerciements:

- AMAMA: Asociación de Mujeres Mastectomizadas.
- Responsable de Coeducación de la EOI de Vícar



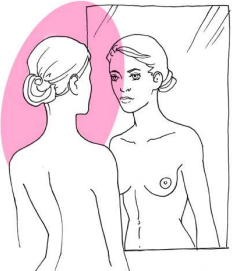
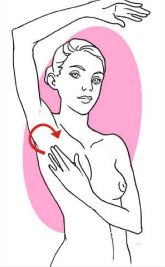
DÉPISTAGE PRÉCOCE CANCER DU SEIN

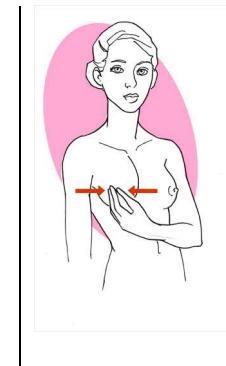


L'auto-examen des seins

L'auto-palpation est une **pratique très positive et importante pour toutes les femmes** si elle procède d'abord d'une meilleure connaissance de son corps, de ses changements, de ses métamorphoses lors des diverses étapes de la vie

L'autopalpation devrait être répétée au moins **une fois chaque mois**, à la même période.

<p>1</p> <p>Debout, devant un miroir, inspectez les deux seins et vérifiez qu'il n'y a rien d'anormal : par exemple un écoulement par le mamelon d'un liquide, ou encore de sang, crevasses, fossettes, plis ou peau qui pèle...</p>	
	<p>2</p> <p>Levez le bras droit. Avec les trois doigts de la main gauche, palpez le sein droit, fermement, attentivement et complètement.</p> <p>En commençant par la partie externe, parcourez le sein en effectuant de petits cercles avec les bouts des doigts.</p>
<p>3</p> <p>Veillez à examiner tout le sein.</p> <p>Une attention particulière doit être portée à la zone entre le sein et l'aisselle, cette dernière comprise.</p> <p>Cherchez toute grosseur ou toute induration anormale sous la peau.. .</p>	



4

Terminez par le **mamelon. Pressez délicatement le mamelon** et vérifiez qu'aucun **écoulement** ne se produit. Si c'est le cas, prévenez votre médecin sans attendre.