

CANCER DU SEIN

Les atouts du dépistage personnalisé



De plus en plus de spécialistes pointent les limites du dépistage de masse et plaident pour une prise en charge individualisée. **Par Brigitte-Fanny Cohen**

Chaque année, en France, on dénombre près de 60000 nouveaux cancers du sein et 12000 décès... Peut-on mieux faire? Absolument. Car le dépistage organisé n'attire pas les foules de nos jours: moins de 50% des femmes de 50 à 74 ans y participent. Surtout, il ne tient compte que d'un seul facteur de risque: l'âge. Or, il en existe d'autres! «Pour améliorer le taux de participation, il est impératif d'évaluer le risque individuel de chaque femme, afin d'adapter la fréquence des examens d'imagerie et du suivi médical», préconise le Pr Pascal Pujol, oncogénéticien au CHU de Montpellier, et président de la Société française de médecine prédictive et personnalisée (SFMP).

10 QUESTIONS POUR ÉVALUER VOS RISQUES

Ce test est destiné aux femmes sans risque identifié. Il ne concerne pas celles qui ont une histoire familiale de cancer du sein (avec mutations de type BRCA1/BRCA2), ont été traitées par radiothérapie avant leurs 30 ans ou ont eu une lésion atypique ou précancéreuse du sein, voire un cancer du sein.

1 Existe-t-il des antécédents de cancer du sein ou de l'ovaire dans votre famille proche ?

OUI NON

2 Avez-vous déjà subi une biopsie du sein ?

OUI NON

3 Est-ce que l'on a déjà qualifié vos seins de « denses » lors d'une mammographie ?

OUI NON

4 Avez-vous eu une puberté précoce (avant l'âge de 11 ans) ou une ménopause tardive (après 55 ans) ?

OUI NON

5 Avez-vous eu votre premier enfant après 30 ans ?

OUI NON

6 Avez-vous pris la pilule avant 20 ans, ou suivez-vous un traitement hormonal de la ménopause depuis plus de 5 ans ?

OUI NON

7 Avez-vous pris du poids de façon importante après la ménopause ?

OUI NON

8 Etes-vous en surpoids ou obèse ?

OUI NON

9 Avez-vous une consommation d'alcool excessive au quotidien (plus d'un verre chaque jour) ?

OUI NON

10 Etes-vous sédentaire ?

OUI NON

~~~~~  
Réponses et éclairages page suivante

### L'AVIS DU DR JEAN-MICHEL VANNETZEL

Cancérologue, président de l'Institut du sein Henri Hartmann

#### « IL FAUT DÉPISTER AUSSI CHEZ LA FEMME ÂGÉE »

«Le risque de développer un cancer du sein augmente jusqu'à 80 ans et ne décroît que légèrement après. Sauf qu'à partir de 75 ans, peu de femmes font des mammographies, pensant, à tort, qu'elles ne risquent plus rien ou que la maladie ne peut plus

évoluer. C'est une perte de chances ! Car 24% de ces cancers et 48% des décès touchent des femmes de 74 ans et plus, précisément celles qui sont exclues du dépistage organisé... Après une évaluation oncogériatrique, nombre d'entre elles peuvent être opérées sans

risque et bénéficier d'une chimiothérapie et/ou d'une radiothérapie. Aujourd'hui, une Française qui atteint 80 ans a devant elle une espérance de vie de 10,6 ans. Devrait-elle mourir prématurément d'un cancer du sein dépisté tardivement ? Certainement pas !»



RÉSULTATS

**Que des NON cochés**

A priori, pas de sur-risque de cancer du sein pour vous. Toutefois, il survient, dans plus de 80% des cas, chez des femmes n'ayant pas de facteur de risque identifié. Donc, continuez à voir votre médecin, à suivre ses recommandations et/ou à participer au dépistage organisé.

**Plusieurs OUI cochés**

Il est alors nécessaire de consulter, car vous présentez un potentiel sur-risque. Vous devez rester vigilante et respecter le rythme des mammographies proposé par votre médecin ou le dépistage organisé.

**Décryptage du test point par point, avec notre expert :**

**1 et 4** Si des gènes de prédisposition, une puberté précoce ou une ménopause tardive – qui mettent l'organisme plus longtemps sous l'influence des hormones féminines – sont des facteurs impossibles à maîtriser, on peut cependant agir sur notre mode de vie.

**2** Les seins denses contiennent plus de tissus fibroglandulaires, dans lesquels les tumeurs ont davantage tendance à se développer.

**3** Quand une biopsie est pratiquée, c'est que le radiologue a vu une image suspecte sur un sein lors de la mammographie. Même si le diagnostic de cancer se révèle négatif, ce dernier doit rester davantage sous surveillance qu'un sein qui



*Informar, sensibiliser, soutenir: voilà les objectifs de la campagne annuelle Octobre Rose.*

n'aurait présenté aucune anomalie sur l'imagerie médicale.

**5** Pour le Dr Marc Espié, oncologue, directeur du centre des maladies du sein à l'hôpital Saint-Louis, à Paris « plus une femme est enceinte jeune, plus elle allaite et plus les cellules de la glande mammaire résistent mieux aux agents cancérigènes, comme les polluants, pesticides, l'alcool à fortes doses... ».

**6** S'il a longtemps été soumis à polémique, le traitement hormonal de la ménopause est à présent

prescrit en cas de symptômes gênants, avec de la progestérone et des œstrogènes naturels, à doses réduites et le moins longtemps possible.

**7 et 8** Ce tissu adipeux en excès envoie dans la circulation sanguine diverses substances (dont l'IGF1) qui contribuent à la croissance des tumeurs.

**9** L'alcool contient de l'éthanol qui est dégradé par le foie en acétaldéhyde, un cancérigène établi. « Il accroît aussi le taux d'œstrogènes, et donc la quantité d'hormones qui stimulent les cellules cancéreuses dans le sein. En outre, un verre d'alcool, c'est environ 70 kcal. Or, plus on grossit, plus on s'expose à un possible cancer », souligne le Dr Espié.

**10** Une activité physique régulière réduit, chez la femme, la production d'œstrogènes, d'insuline et d'autres hormones issues du tissu adipeux favorisant la croissance de cellules cancéreuses déjà présentes dans le corps, normalement détruites par le système immunitaire. Donc, non à trop de sédentarité!

**L'AUTOCOMPRESSION, POUR MIEUX SUPPORTER LA MAMMO**

Plus d'une femme redoute la compression des seins lors de cet examen, pourtant impérative pour visualiser d'éventuelles anomalies. Une étude\* menée dans plusieurs centres anticancéreux français montre que lorsque les femmes font elles-mêmes le geste, la force de la compression est supérieure, la douleur ressentie est moindre et la qualité de l'image reste inchangée.

\*Publiée dans la revue Jama Internal Medicine en 2019.



### 3 questions au...

**PR PASCAL PUJOL**, oncogénéticien au CHU de Montpellier, président de la Société française de médecine prédictive et personnalisée.

## « Je plébiscite un dépistage au cas par cas. »

### Vous êtes convaincu de l'intérêt du dépistage individualisé. Pourquoi ?

« Aujourd'hui, les traitements anticancéreux sont prescrits en fonction de la patiente et de sa tumeur. Il devrait en être de même pour le dépistage ! Car, pour améliorer la prévention et les traitements, il est indispensable de connaître les facteurs de risque de chaque femme, comme les gènes de prédisposition BRCA1 et BRCA2, les antécédents familiaux, un surpoids éventuel..., de savoir s'il y a eu une puberté précoce, une ménopause tardive, une prise d'œstrogènes au long cours, etc. »

### Comment évalue-t-on le risque ?

« Nous avons désormais un outil fiable, le test MammoRisk\*, qui a été développé en France en collaboration avec l'Institut Gustave Roussy. Il comporte un questionnaire médical pour préciser les facteurs de risque, une mammographie afin d'évaluer la densité mammaire, mais également un test salivaire pour analyser la présence de variations génétiques fréquentes, associées à une augmentation ou à une diminution du risque de cancer du sein. »

### Est-ce que cela permet de déterminer un calendrier d'examen ?

« Chaque femme reçoit son propre programme de dépistage, adapté à son niveau de risque. Certaines devront réaliser une mammographie tous les deux ans à partir de 50 ans, comme il est prévu dans le dépistage organisé. D'autres, en revanche, devront être suivies de manière plus précoce et plus rapprochée. »

\*Ce test coûte 180 € (hors mammographie et consultation, remboursées selon les modalités habituelles) et n'est pas pris en charge par la Sécurité sociale. Il est cependant partiellement remboursé par certaines mutuelles.



# Prenez soin de vous,

## Détoxifiez votre organisme en profondeur



## PUREDETOX® Détoxification globale de l'organisme.

- ▶ 5 actions purifiantes ciblées
- ▶ Élimination des toxines
- ▶ Sève de Bouleau + Complexe de 10 plantes + Fibres prébiotiques



Arôme naturel citron



Sans conservateur



Sans sucre ni édulcorant

En pharmacie, parapharmacie et sur [www.ineldeasantnaturelle.com](http://www.ineldeasantnaturelle.com)

**INELDEA**  
Santé Naturelle

POUR VOTRE SANTÉ, MANGEZ AU MOINS 5 FRUITS ET LÉGUMES PAR JOUR.  
[WWW.MANGERBOUGER.FR](http://WWW.MANGERBOUGER.FR)