

# Le Cancer du sein

C'est le résultat d'un dérèglement de certaines cellules qui se multiplient et forment le plus souvent une masse appelée tumeur.

Dans la majorité des cas, le développement du cancer du sein prend plusieurs mois, années.

C'est le cancer **le plus fréquent** et **le plus mortel** chez la femme.

**80 %** des cancers du sein se développent **après 50 ans** d'où la mise en place du **dépistage** proposé tous les **2 ans** aux femmes entre 50 et 74 ans.

S'il y a des antécédents familiaux **parlez-en à votre médecin.**

Plus de  
**61 000**  
NOUVEAUX CAS  
diagnostiqués par an

**1<sup>er</sup>** cancer le plus  
fréquent chez  
la femme

**80%**  
des cas  
se déclarent  
après 50 ans

Plus de  
**12 100**  
décès par an

PLUS UN CANCER DU SEIN

EST **DÉTECTÉ TÔT**,  
MIEUX IL **SE SOIGNE**  
ET **SE GUÉRIT**



Brochure téléchargeable sur [www.cistt.fr](http://www.cistt.fr)

**CISTT**  
Santé au Travail

Z.I Les Malalannes

CS 10147

35 Rue Paul Sabatier

26702 PIERRELATTE CEDEX

Tél : 04.75.04.30.55

Mail : [prevention@cistt.org](mailto:prevention@cistt.org)



## Prévention du Cancer du sein

**CISTT**  
Santé au Travail

## LES FACTEURS DE RISQUES

# OCTOBRE ROSE

### FACTEURS DE RISQUE

- Sexe féminin
- Âge
- Antécédents personnels et familiaux
- Prédispositions génétiques
- Exposition aux hormones
- Tabac
- Alcool
- Surpoids

### "QUE PUIS-JE FAIRE ?"

- Faire une mammographie
- Faire de l'exercice
- Manger équilibré
- Contrôler votre poids
- Arrêter le tabac
- Limiter votre consommation d'alcool

TOUS ENSEMBLE POUR LE DÉPISTAGE DU CANCER DU SEIN

## LES SYMPTÔMES

- Apparition de nodules ou de bosses sur les seins ou/et sous les aisselles
- Épaississement ou gonflement de la poitrine
- Rétractation ou rougeur du mamelon ou de son pourtour
- Inversion du mamelon (rentré en dedans)
- Changement de taille ou de forme des seins
- Douleur(s) dans le ou les seins
- Écoulement(s) spontané(s) du mamelon
- Desquamation de la peau

## ATTENTION !

La plupart du temps le cancer du sein est **asymptomatique au début.**

➔ C'est pourquoi un **DÉPISTAGE régulier PAR AUTOPALPATION est essentiel !**

Les bons gestes pour l'autopalpation des seins



PREDILIFE  
prévenir pour protéger

## LES MESURES DE PRÉVENTION

- Limiter l'alcool
- Arrêter le tabac
- Pratiquer un sport
- Manger sainement
- Limiter les traitements hormonaux post ménopause
- Avoir un suivi gynécologique régulier (gynécologue, sage-femme ou médecin généraliste) et se faire dépister (autopalpation, mammographie, échographie, biopsie si nécessaire)

- L'exposition aux rayonnements ionisants (les radiations) ainsi que la pollution sont également des facteurs de risques à prendre en compte.

## LES TRAITEMENTS

### TRAITEMENTS MÉDICAUX

- MASTECTOMIE
- PARCOURS DE SOIN PERSONNALISÉ
- CHIMIOTHÉRAPIE
- TRAITEMENT CONSERVATEUR
- CHIRURGIE
- HORMONOTHÉRAPIE
- THÉRAPEUTIQUES CIBLÉES
- CHIRURGIE GANGLIONNAIRE
- RADIOTHÉRAPIE

À quoi le cancer du sein peut ressembler à l'œil et au toucher:

