

BREAST CANCER SCREENING

YOUR HOW-TO GUIDE



“When I went for screening the year I turned 50, the doctors found a cancerous lesion that they were able to treat before it got more serious. Screening saved my life!”

Maryam, 59

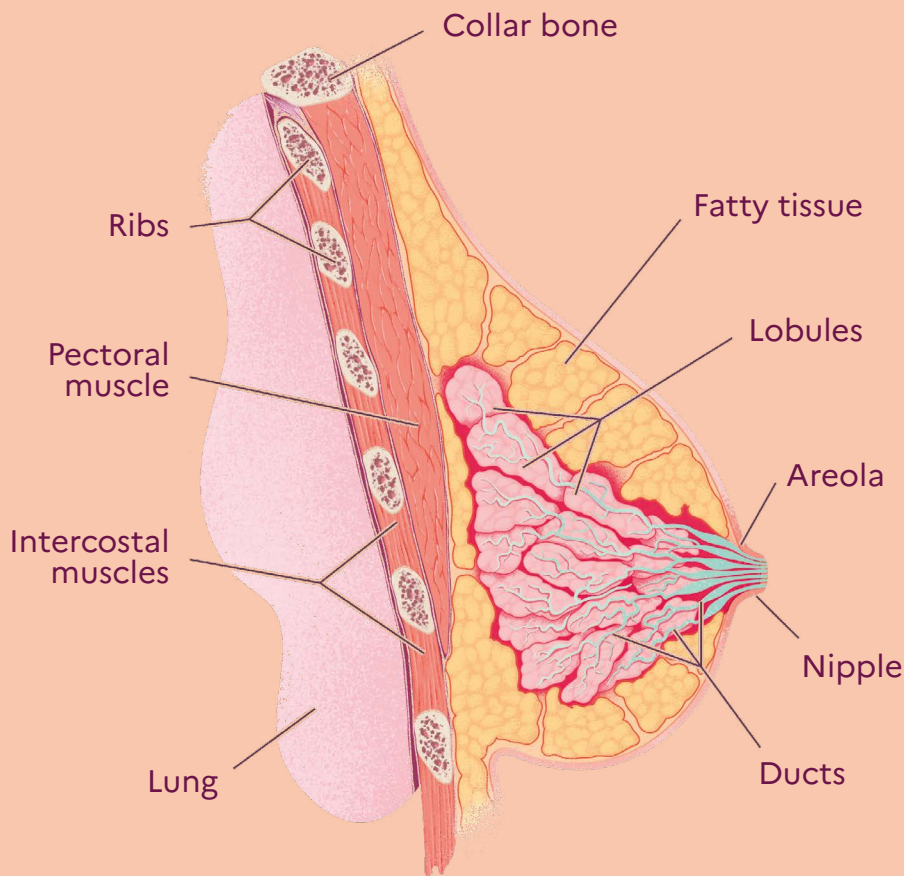
“I have a routine screening mammogram every two years. It’s a good habit to have got into, and it gives me and my loved ones peace of mind.”

Françoise, 64



Audio version
available

THE FACTS



What is breast cancer?

Breast cancer is caused by abnormal changes to certain cells that multiply and generally form a mass known as a tumour.

In most cases, it takes several months or even several years for breast cancer to develop. Breast cancer is the most common and most deadly form of cancer amongst women. Almost 80% of breast cancers develop after the age of 50. That is why breast screening is offered to women aged 50 to 74.



Did you know?

An annual clinical examination of the breasts (observation and palpation) by a healthcare professional is recommended from the age of 25.

Why is screening offered?

Screening can help detect any abnormalities or signs of cancer as early as possible, before symptoms appear. **Early detection improves your prognosis: thanks to early detection, 99 out of 100 women are still alive 5 years after diagnosis.**

Thanks to screening, over 10,000 aggressive cancers are detected every year, allowing treatment to start as early as possible. To find out more about the limits of breast cancer screening, go to jefaismondepistage.fr/cancers-du-sein (available in French only)

What are the symptoms?

Don't hesitate to see a doctor in between screenings if you notice any unusual changes to your breasts:

- an unusual lump or mass in your breast or under your arm (in the armpit);
- changes to your skin: puckering, redness, swelling or dimpling;
- changes to the nipple or the areola (area surrounding the nipple): puckering or inversion, change of colour, leaking or discharge;
- changes to the shape of your breasts.

Over
61,000
NEW CASES
diagnosed each year

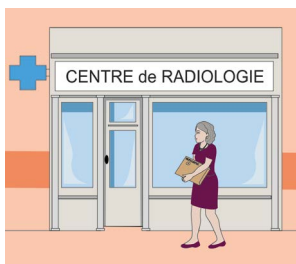
1st most common
type of cancer
amongst women

80% of cases
are diagnosed
after the age
of 50

Over
12,100
deaths each year

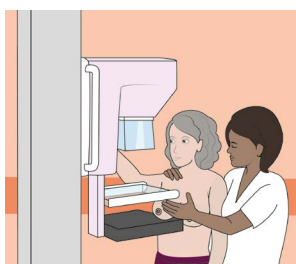
THE STEPS YOU NEED TO TAKE

1 Make an appointment with a radiographer

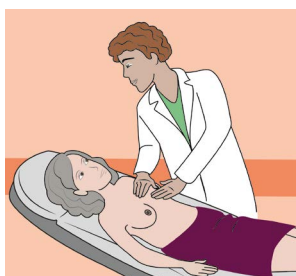


- Call one of the accredited radiographers on the list enclosed with your invitation letter.
- When you attend your appointment, take your invitation letter, your Carte Vitale health card and the images from any previous mammograms with you.
- Don't be afraid to ask the radiographer any questions you may have.

2 Get your breasts checked

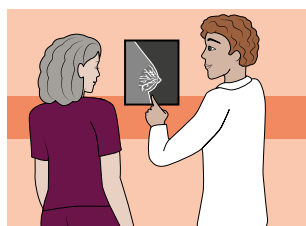


- The radiographer will screen your breasts by taking 2 X-rays (images) of each breast. One after the other, your breasts will be placed between 2 flat plates that will press together and squeeze your breasts for a few seconds.

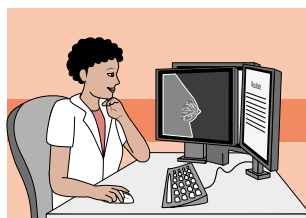


- The radiographer will also manually examine your breasts.

3 After the screening



- As soon as the screening has been completed, the radiographer will talk you through the initial results.



- **Even if the mammograms and the clinical examination do not detect any abnormalities, a second radiographer will review the images within the next 2 weeks just to be sure.** Double checking the images helps identify more cancers: around 6% are picked up this way.

WHAT THE RESULTS MEAN

Normal result:

You will be invited to come back for screening in 2 years' time.
This will be the case for 910 out of 1,000 women.

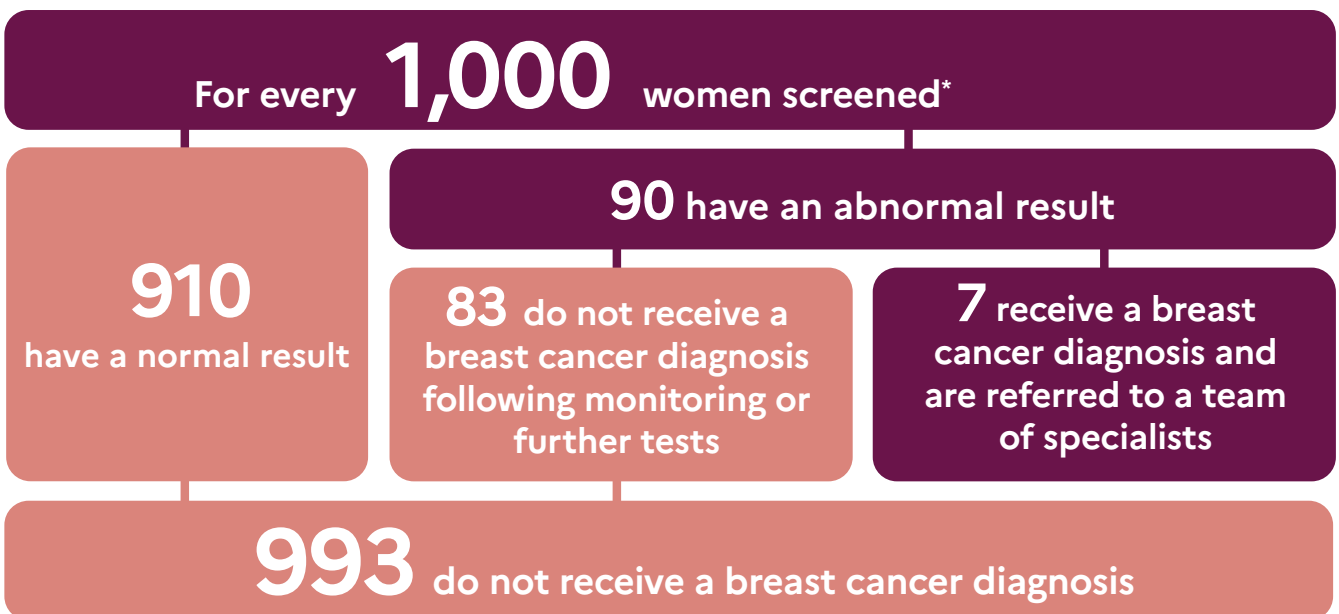
Abnormal result:

This will be the case for 90 out of 1,000 women.

It usually isn't cancer, but something like a suspicious or benign anomaly (cyst). Depending on what has been found, short-term monitoring or further tests may be required. **83 of the 90 women who are called back for further tests will end up being given the all-clear.**


More rarely, you may be diagnosed with breast cancer: this will be the case for 7 of the 90 women.

Each of these women will be referred to a specialist cancer team by their doctor in order to receive personalised treatment.



*between the ages of 50 and 74, as part of France's national screening programme.

KEY POINTS

 The mammogram itself is fully covered by France's national health insurance scheme. If your radiographer refers you for additional tests, these will be covered at the usual reimbursement rates.



Recommended every 2 years for women aged 50 to 74 who have no symptoms and no personal or family history of the disease.



To be carried out by an accredited radiographer.



Reliable

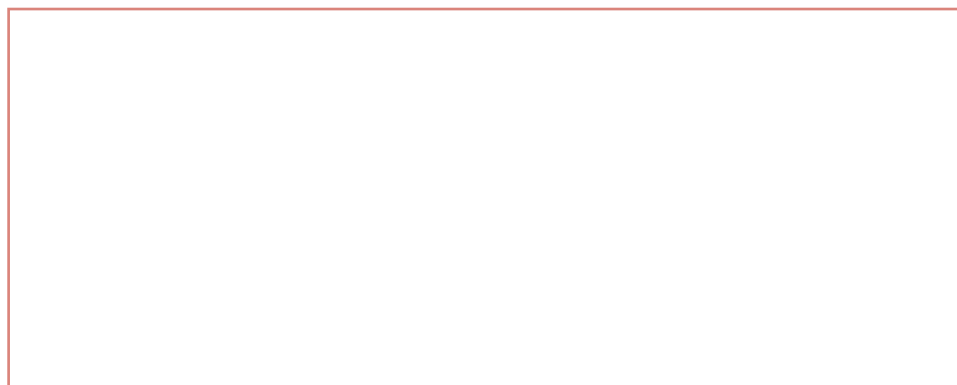
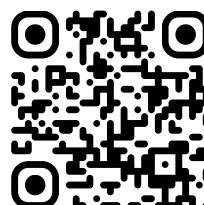
THE EARLIER BREAST CANCER IS DETECTED, THE BETTER THE CHANCE OF SUCCESSFUL TREATMENT AND A POSITIVE OUTCOME.

Over 2.5 million women
are screened for breast cancer
every year in France. What about you?

For more information, have a
chat with your GP, gynaecologist
or midwife, or go to

jefaismondepistage.fr

(available in French only)



PROGRAMME NATIONAL
DE DÉPISTAGE
DES CANCERS DU SEIN

RASTREIO DO CANCRO DA MAMA

— GUIA PRÁTICO



“Graças ao rastreio que fiz no ano em que completei 50 anos, os médicos foram capazes de detetar uma lesão cancerígena que foi tratada antes que fosse mais grave. O rastreio salvou a minha vida!”

Maryam, 59 anos

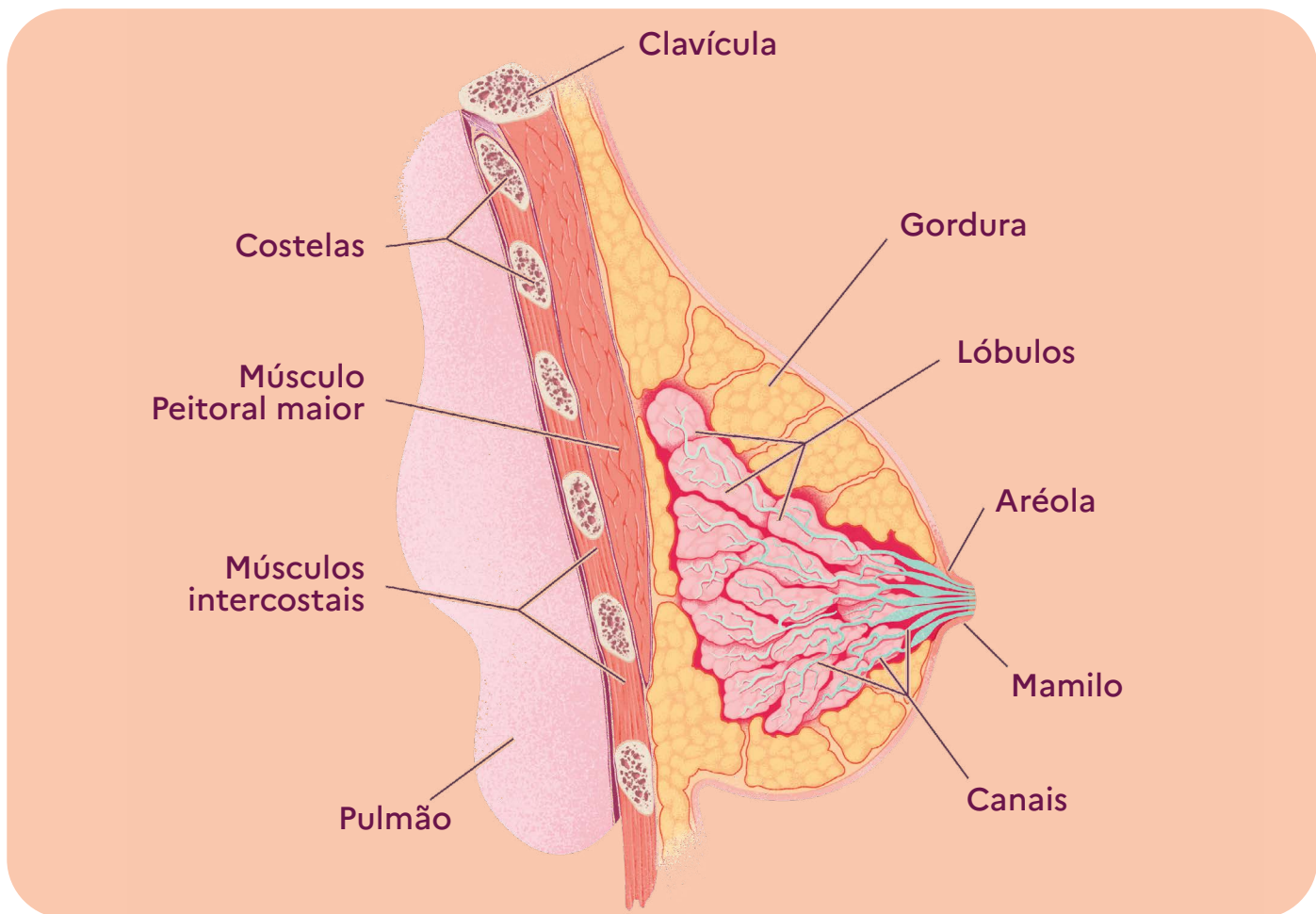
“Participo a cada dois anos no rastreio organizado do cancro da mama. Acabou por tornar-se um hábito e isso tranquiliza-nos, à minha família e a mim.”

Françoise, 64 anos



Disponível em
versão áudio

INFORMO-ME



O que é o cancro da mama?

O cancro da mama resulta de uma rutura de certas células que se multiplicam e, na maioria das vezes, formam uma massa chamada tumor.

Na maioria dos casos, o desenvolvimento do cancro da mama leva vários meses ou mesmo anos. O cancro da mama é o cancro mais comum e mortal em mulheres. Quase 80% dos cancros da mama desenvolvem-se após os 50 anos. É por isso que o rastreio é proposto a mulheres de 50 a 74 anos.



Sabia que?

Um exame clínico das mamas (observação e palpação) por um profissional de saúde é recomendado todos os anos a partir dos 25 anos.

O rastreio, para que serve?

Para detetar precocemente uma possível anomalia ou cancro, antes do início de sintomas. **Essa deteção precoce aumenta as possibilidades de recuperação: permite que 99 em cada 100 mulheres estejam vivas 5 anos após o diagnóstico.** Graças ao rastreio, mais de 10.000 cancros agressivos são detetados a cada ano e, assim, podem ser tratados mais cedo. Para se informar sobre as limitações do rastreio do cancro da mama, visite jefaismondepistage.fr/cancers-du-sein (disponível apenas em francês)

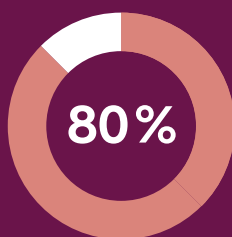
Quais são os sintomas?

Entre cada exame de rastreio, não hesite em consultar um médico se notar alguma alteração incomum nos seus seios:

- o aparecimento de uma bola, um caroço na mama ou debaixo do braço (axila);
- uma mudança na pele: encolhimento, vermelhidão, inchaço ou aparência de casca de laranja;
- uma alteração no mamilo ou aréola (área em redor do mamilo): encolhimento, descoloração, ressudação ou secreção;
- mudanças na forma dos seus seios.

Mais de
61.000
NOVOS CASOS
diagnosticados por ano

1^o cancro mais
comum nas
mulheres

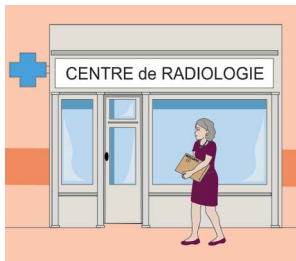


de casos
declarados
depois dos 50 anos

Mais de
12.100
mortes por ano

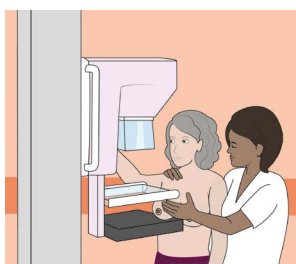
ETAPAS QUE DEVO SEGUIR

1 Marco uma consulta com um radiologista

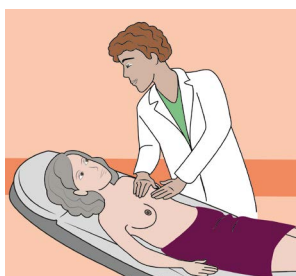


- Ligo para um dos radiologistas de acordo com a lista anexa à minha carta-convite.
- Quando for à minha consulta, levo a minha carta-convite, o meu cartão Vitale e as minhas mamografias anteriores.
- Faço todas as perguntas que tenho em mente ao radiologista.

2 Faço os exames

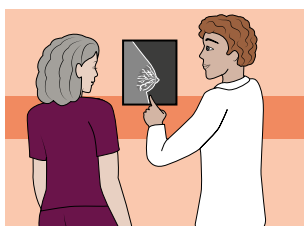


- O radiologista realiza uma mamografia, que consiste em 2 radiografias (imagens) por mama. Um a seguir ao outro, os meus seios são colocados entre 2 placas que se apertam e os comprimem por alguns segundos.

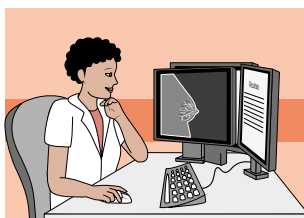


- O radiologista também examina os meus seios.

3 Depois dos exames



- Imediatamente após estes exames, o radiologista emite oralmente um primeiro resultado.



- **Se as imagens de mamografia e o exame clínico não apresentarem nenhuma anomalia, por segurança, será realizada uma segunda leitura dessas imagens por outro radiologista, dentro de 2 semanas.** Esta dupla leitura permite detetar mais cânceros: cerca de 6% são assim detetados.

INTERPRETO OS MEUS RESULTADOS

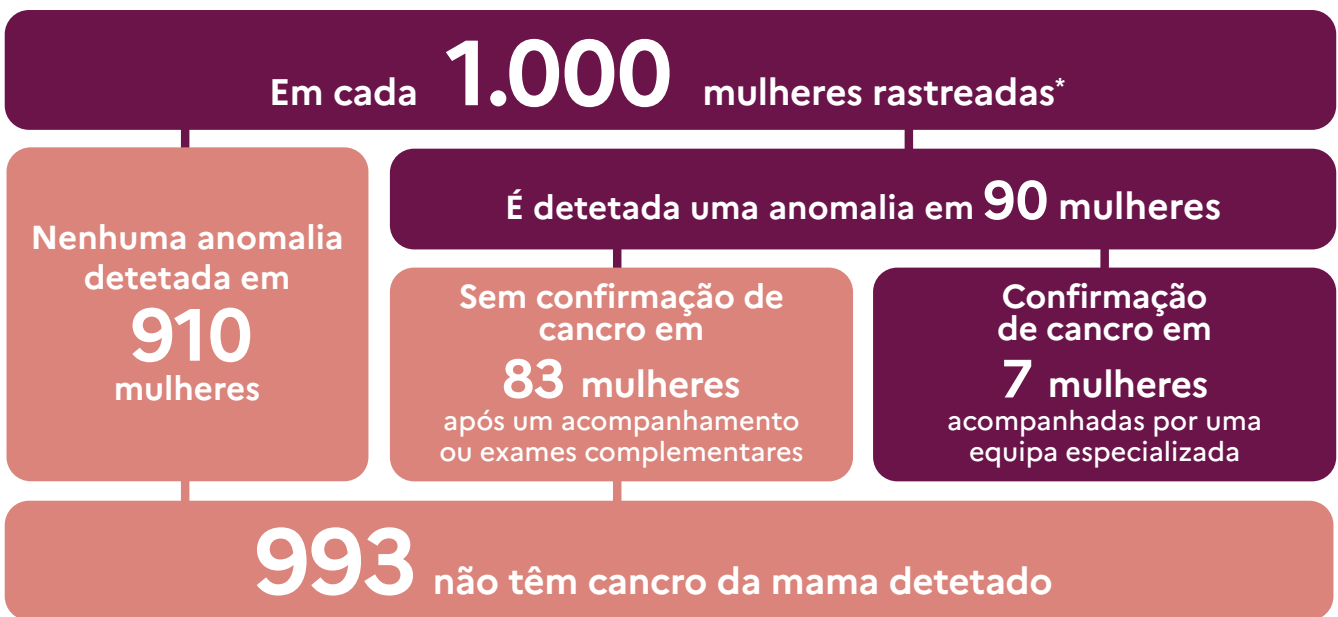
Nenhuma anomalia é detetada:

Será convidada a renovar este exame dentro de 2 anos.
Este é o caso da maioria das mulheres, para 910 em 1.000.

Uma anomalia é detetada:


Esta situação afeta 90 em cada 1.000 mulheres.

Na maioria dos casos, não é um cancro, mas, por exemplo, uma anomalia benigna (quisto) ou suspeita. Dependendo da situação, pode ser necessário realizar-se um acompanhamento a curto prazo ou exames complementares. **No final destes exames, o mais frequente é que não seja detetado um cancro: é o caso de 83 mulheres.** Mais raramente, pode ser diagnosticado um cancro: isto afetará 7 mulheres. Cada uma dessas mulheres será encaminhada pelo seu médico para uma equipa multidisciplinar especializada em oncologia para um tratamento personalizado.



*dos 50 aos 74 anos, no âmbito do programa nacional de rastreio organizado.

INFORMAÇÃO CHAVE

 A mamografia é coberta a 100% pelo seu serviço de saúde. Se forem propostos exames complementares pelo seu radiologista, estes serão cobertos pelas condições habituais de reembolso.



Recomendado a cada 2 anos para mulheres dos 50 a 74 anos, sem sintomas ou histórico pessoal e familiar.



Mamografia a realizar por um radiologista com acordo.



Fiável

QUANTO MAIS CEDO FOR DETETADO UM CANCRO DA MAMA, MELHOR SERÁ TRATADO E CURADO.

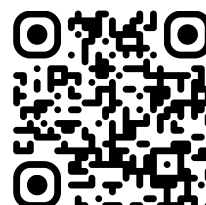
—

Anualmente, em França:
mais de 2,5 milhões de mulheres
fazem o rastreio. E você?

Para saber mais, fale com o seu
médico de família, o seu ginecologista
ou a sua parteira ou visite

jefaismondepistage.fr

(disponível apenas em francês)



PROGRAMME NATIONAL
DE DÉPISTAGE
DES CANCERS DU SEIN

فحص الكشف عن سرطانات الثدي

دليلي العملي

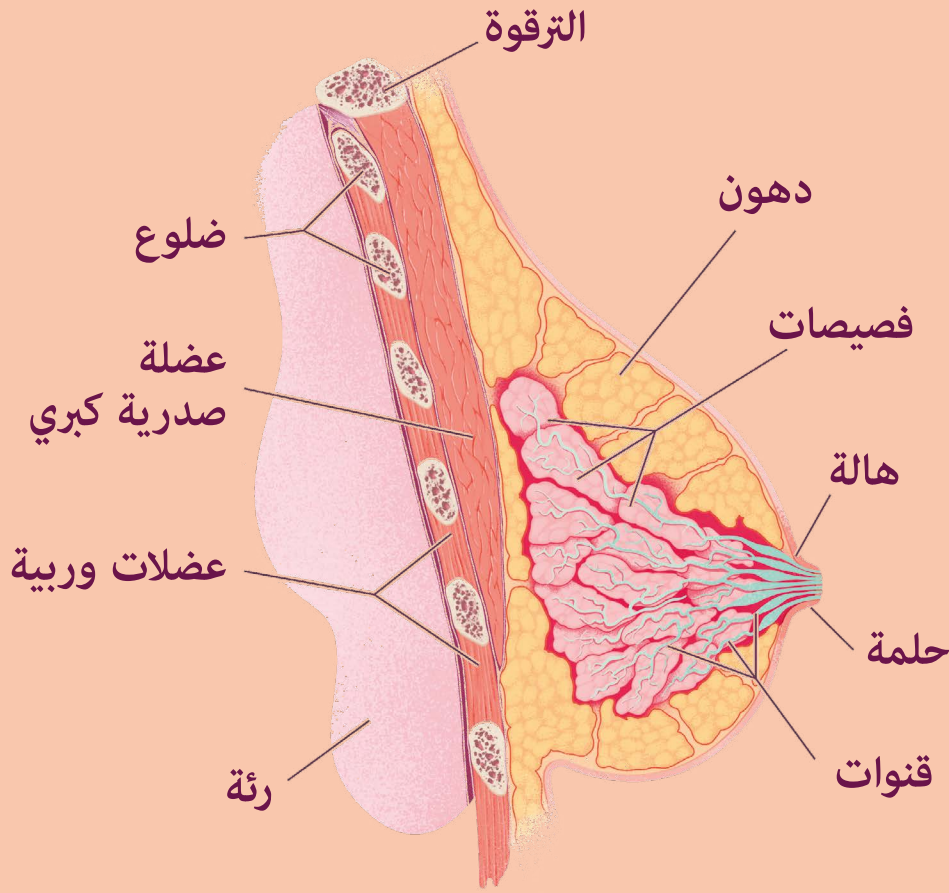


”بفضل فحص أجريته عندما بلغت 50 عاما،
تمكّن الأطباء من الكشف عن آفة سرطانية
ومعالجتها قبل أن تصبح خطيرة.
لقد أنقذ الفحص حياتي!“
مريم، 59 عاما

”أشارك كل عامين في الفحص المنظم
للكشف عن سرطان الثدي. لقد أصبحت عادة،
وهذا يطمئني أنا وأحبائي.“
فرانسواز، 64 عاما



متوفر في
نسخة صوتية



ما هو سرطان الثدي؟

ينتج سرطان الثدي عن اضطراب في بعض الخلايا التي تتضاعف وغالبًا ما تشكل كتلة تسمى "ورم". في معظم الحالات، يستغرق تطور سرطان الثدي أشهر أو حتى سنوات. سرطان الثدي هو، في نفس الوقت، الأكثر شيوعًا والأكثر فتكًا عند النساء. حوالي 80% من حالات سرطان الثدي تتطور بعد سن 50. لهذا، فإن اختبار الفحص متاح للنساء اللاتي تتراوح أعمارهن بين 50 و 74 عامًا.



هل تعلمين؟

يوصى بإجراء فحص سريري للثدي (ملاحظة وجس) من قبل أخصائي كل عام اعتبارًا من سن 25.

ما هو الهدف من الفحص؟

الكشف المبكر عن أي شذوذ أو سرطان، قبل ظهور الأعراض. يزيد الكشف المبكر من فرص التعافي: يسمح لـ 99 من كل 100 امرأة بالعيش 5 سنوات بعد التشخيص. بفضل الفحص، يتم الكشف، سنويا، عن أكثر من 10000 حالة خطيرة من السرطان وبالتالي يمكن علاجها في وقت مبكر. للاستعلام عن حدود فحص سرطان الثدي، زوري موقع jefaismondepistage.fr/cancers-du-sein

(متاح باللغة الفرنسية فقط)

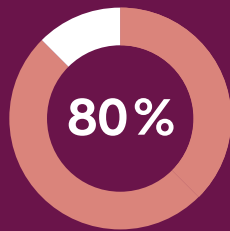
ما هي الأعراض؟

- بين كل فحص وآخر، لا تترددي في استشارة الطبيب إذا لاحظت أي تغييرات غير عادية في ثدييك:
- ظهور كتلة في الثدي
 - أو تحت ذراع (الإبط)؛
 - تغير في البشرة: انكماش أو احمرار أو انتفاخ
 - أو مظهر جلد البرتقال؛
 - تغير في الحلمة أو الهالة (المنطقة المحيطة بالحلمة):
 - انكماش أو تغير اللون أو نضخ أو تدفق؛
 - تغيرات في شكل ثدييك.

أكثر من
61 000
حالة جديدة
تشخص سنويا

الأول
السرطان الأكثر
شيوعاً عند
النساء

من الحالات
تظهر
بعد سن 50



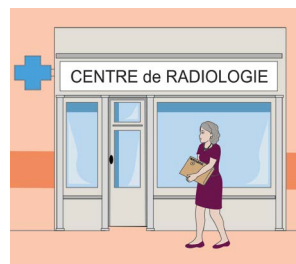
أزيد من
12 100
وفيات في السنة

الخطوات التي يجب اتباعها

1

أحدّد موعدًا مع أخصائي الأشعة

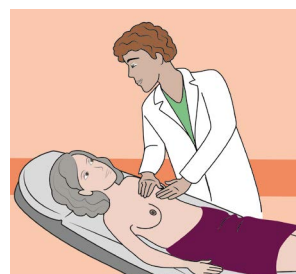
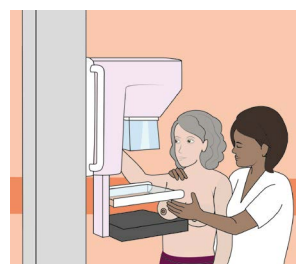
- أتصل بأحد أخصائي الأشعة المعتمدين في القائمة المرفقة إلى رسالة دعوتي.
- أثناء مواعدي، آخذ معي رسالة الدعوة الخاصة بي، وبطائتي الصحية (carte Vitale) وتصويرات الثدي الشعاعية السابقة.
- أشرح على أخصائي الأشعة كل الأسئلة التي أفكر فيها.



2

أجري الاختبارات

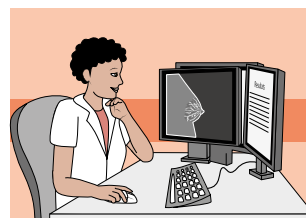
- يجري أخصائي الأشعة تصويرًا شعاعيًا للثدي يتضمن صورتين شعاعيتين لكل ثدي. واحدًا تلو الآخر، يتم وضع ثدييك بين منصتين تتقاربان لتضغط عليهما لبضع ثوان.
- يقوم أخصائي الأشعة أيضًا بفحص ثدييك.



3

بعد الاختبارات

- مباشرة بعد هذه الاختبارات، يعطيك أخصائي الأشعة نتيجة أولى "شفوية".
- إذا كان التصوير الشعاعي للثدي والفحص السريري لا يظهران أي شذوذ، وللتأكد، سيقوم أخصائي أشعة آخر بقراءة هذه الصور في غضون 2 أسابيع. تسمح هذه القراءة المزدوجة بالكشف عن المزيد من حالات السرطان: يحدث ذلك في حوالي 6% من الحالات.



أفهم نتائجي

لم يتم الكشف عن أي شذوذ:
ستتم دعوتك لتكرار هذا الاختبار بعد عامين.
ينطبق ذلك على أغلبية الحالات، 910 امرأة من أصل 1000.
تم الكشف عن شذوذ:

ينطبق هذا على 90 امرأة من أصل 1000.
في معظم الحالات، لا يكون سرطاناً، بل، مثلاً،
شذوذ حميد (كيسة) أو شذوذ مشبوه.
حسب الحالة، قد يحتاج الأمر للمراقبة على المدى القريب
أو قد يستلزم المزيد من الاختبارات. بعد استكمال هذه الاختبارات، النتيجة الأكثر
شيوعاً هي عدم الإصابة بسرطان: بالنسبة لـ 83 امرأة.
نادراً ما يتم تشخيص السرطان: سيكون الحال كذلك بالنسبة لـ 7 نساء.
سيحيل الطبيب كل امرأة من هؤلاء إلى فريق متعدد التخصصات
مختص في رعاية مرضى السرطان لتلقي العلاج الشخصي.

من كل 1000 امرأة يُجرى لها الفحص*

لم يُكشف عن
أي شذوذ لدى
910 امرأة

تم الكشف عن شذوذ لدى 90 امرأة

لم يتأكد وجود سرطان لدى 83 امرأة
بعد التتبع أو الاختبارات التكميلية

تأكد وجود سرطان لدى 7 نساء
يرافقهن فريق مختص

993 عدد النساء التي لم يتم الكشف عن سرطان الثدي لديهن

* بين 50 و74 عاماً، في إطار البرنامج الوطني للفحص المنظم.

معلومات هامة

يوصى بإجرائه كل 2 سنوات،
للنساء اللائي تتراوح أعمارهن بين 50 و 74 عاماً،
دون أعراض ولا سوابق مرضية
شخصية أو عائلية.

يجب إجراؤها عند
أخصائي أشعة معتمد.

موثوق

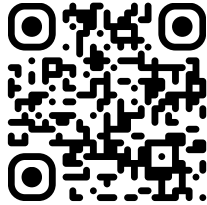


يغطي نظام التأمين الصحي الخاص
بك تصوير الثدي الشعاعي بنسبة
100%. إذا اقترح أخصائي الأشعة
اختبارات تكميلية، ستتم تغطيتها
وفقاً لشروط السداد المعتادة.



كلما تمّ الكشف مبكّرًا عن سرطان الثدي، كلّما كانت رعايته وشفاؤه أفضل.

سنويًا، في فرنسا،
يتم فحص أكثر من 2,5 ملايين
امرأة. ماذا عنك؟



للمزيد من المعلومات، استشير طبيبك
العام أو طبيبك النسائي أو القابلة الخاصة
بك أو زوري الموقع

jefaismondepistage.fr

(متاح باللغة الفرنسية فقط)

PROGRAMME NATIONAL
DE DÉPISTAGE
DES CANCERS DU SEIN

LE DÉPISTAGE DES CANCERS DU SEIN

— MON GUIDE PRATIQUE



“Grâce au dépistage que j’ai réalisé l’année de mes 50 ans, les médecins ont pu déceler une lésion cancéreuse qui a été traitée avant que cela ne soit plus grave. Le dépistage m’a sauvé la vie !”

Maryam, 59 ans

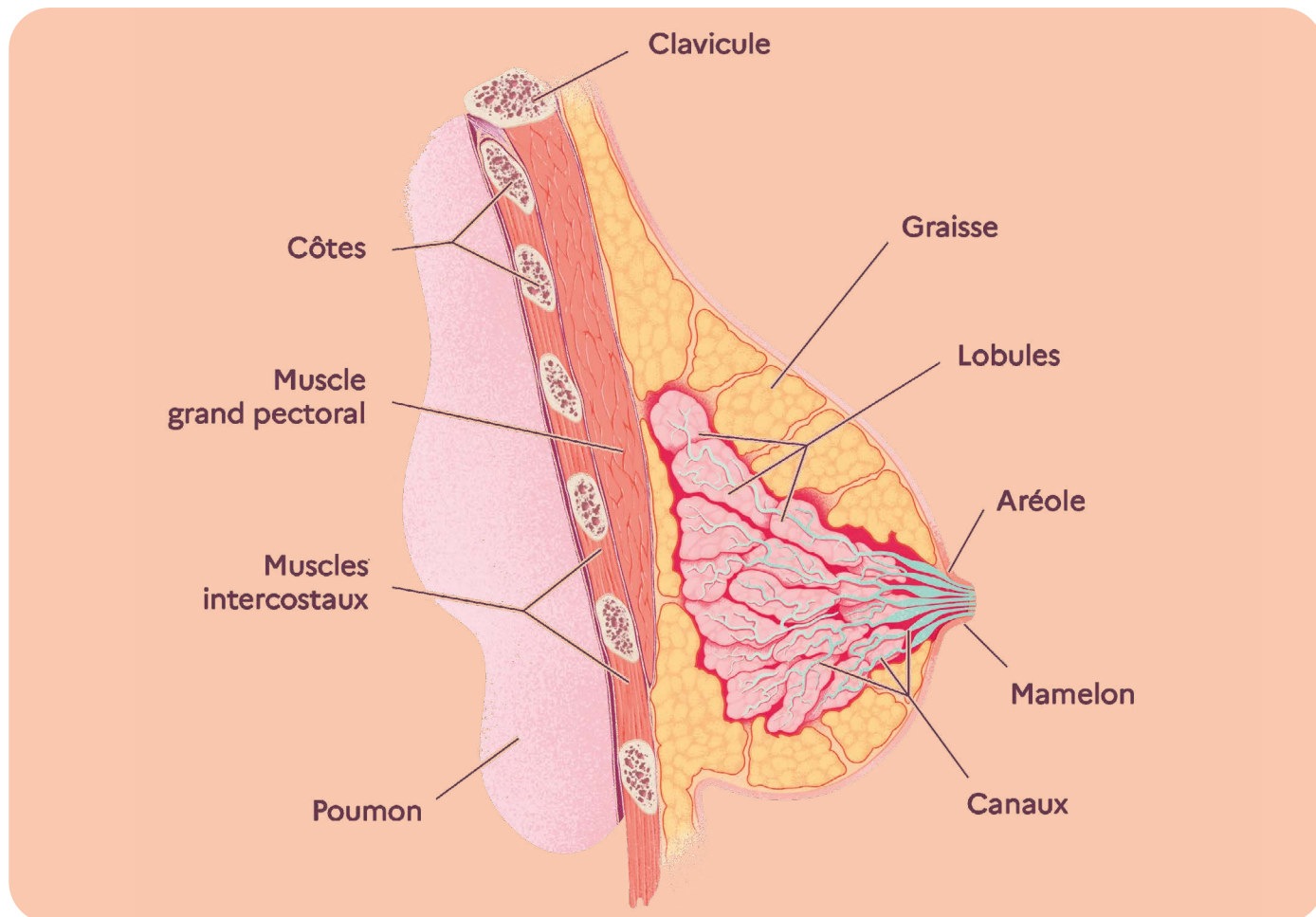
“Je participe tous les deux ans au dépistage organisé du cancer du sein. C’est finalement devenu une habitude et cela nous rassure, mes proches et moi.”

Françoise, 64 ans



Disponible en
version audio

JE M'INFORME



Un cancer du sein, c'est quoi ?

Un cancer du sein résulte 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 d'un cancer du sein prend plusieurs mois, voire plusieurs années.** Le cancer du sein est le cancer à la fois le plus fréquent et le plus mortel chez la femme. Près de 80 % des cancers du sein se développent après 50 ans. C'est pour cette raison que le dépistage est proposé aux femmes de 50 à 74 ans.



Le saviez-vous ?

Un examen clinique des seins (observation et palpation) par un professionnel de santé est recommandé tous les ans dès l'âge de 25 ans.

Le dépistage, à quoi ça sert ?

À détecter tôt une éventuelle anomalie ou un cancer, avant l'apparition de symptômes. **Cette détection précoce augmente les chances de guérison : elle permet à 99 femmes sur 100 d'être en vie 5 ans après le diagnostic.**

Grâce au dépistage, plus de 10 000 cancers agressifs sont dépistés chaque année et ainsi, peuvent être soignés plus tôt.

Pour vous informer sur les limites du dépistage des cancers du sein, rendez-vous sur jefaismondepistage.fr/cancers-du-sein

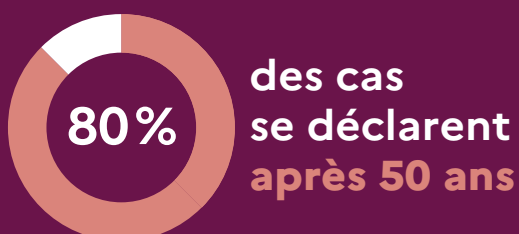
Quels sont les symptômes ?

Entre chaque examen de dépistage, n'hésitez pas à consulter un médecin si vous remarquez des changements inhabituels de vos seins :

- l'apparition d'une boule, d'une grosseur dans le sein ou sous un bras (aisselle) ;
- une modification de la peau : rétraction, rougeur, œdème ou aspect de peau d'orange ;
- une modification du mamelon ou de l'aréole (zone qui entoure le mamelon) : rétraction, changement de coloration, suintement ou écoulement ;
- des changements de forme de vos seins.

Plus de
61 000
NOUVEAUX CAS
diagnostiqués par an

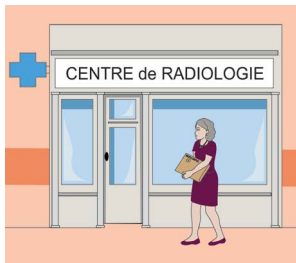
1^{er} cancer le plus
fréquent chez
la femme



Plus de
12 100
décès par an

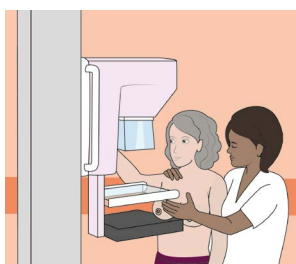
LES ÉTAPES QUE JE DOIS SUIVRE

1 Je prends rendez-vous avec un radiologue

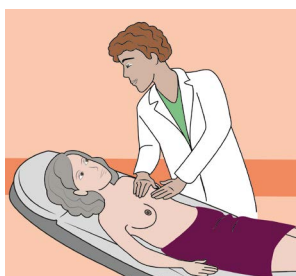


- J'appelle un des radiologues agréés figurant sur la liste jointe à mon courrier d'invitation.
- Lors de mon rendez-vous, j'apporte mon courrier d'invitation, ma carte Vitale et les clichés de mes précédentes mammographies.
- Je pose toutes les questions que j'ai en tête au radiologue.

2 Je réalise les examens

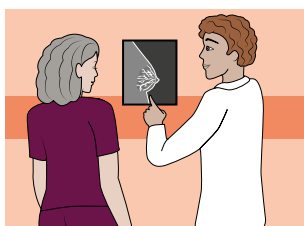


- Le radiologue réalise une mammographie comportant 2 radiographies (clichés) par sein. L'un après l'autre, vos seins sont placés entre 2 plaques qui se resserrent et les compriment pendant quelques secondes.

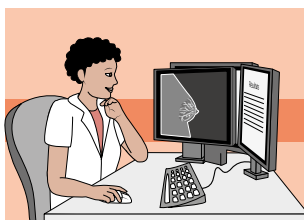


- Le radiologue examine également vos seins.

3 Après les examens



- Juste après ces examens, le radiologue vous délivre un premier résultat "oral".



- **Si les clichés de la mammographie et l'examen clinique ne montrent pas d'anomalie, par sécurité, une seconde lecture de ces clichés sera réalisée par un autre radiologue, dans un délai de 2 semaines.** Cette double lecture permet de détecter davantage de cancers : c'est le cas d'environ 6% d'entre eux.

JE COMPRENDS MES RÉSULTATS

Aucune anomalie n'est détectée :

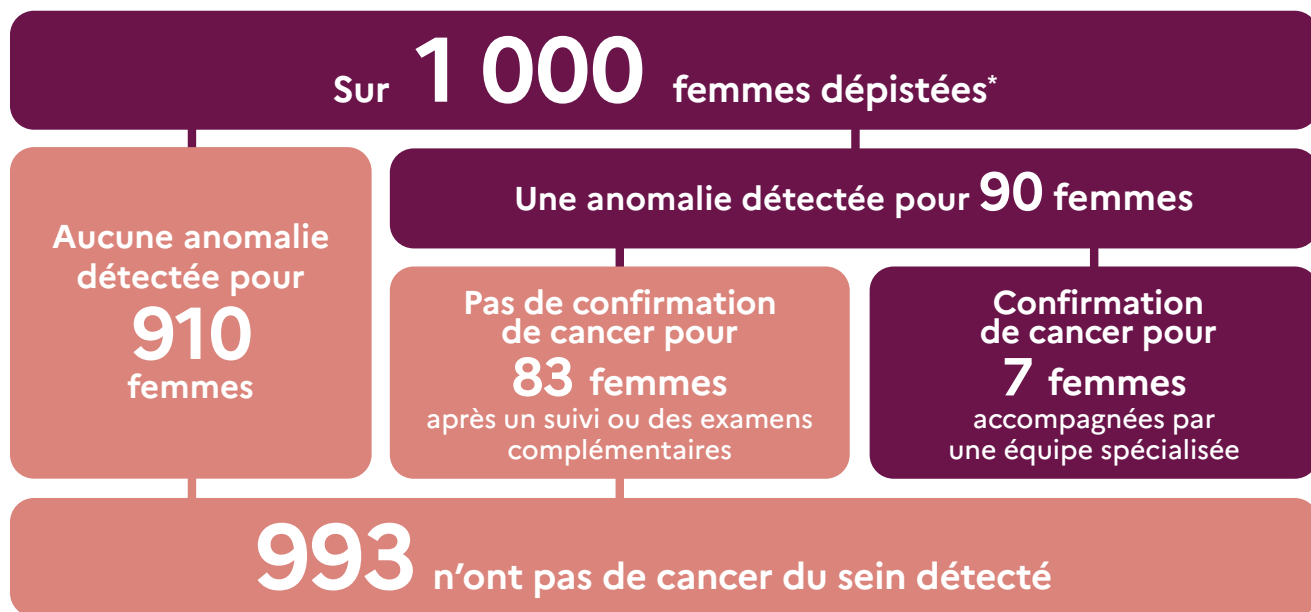
Vous serez invitée à renouveler cet examen dans 2 ans.
C'est le cas majoritaire, pour 910 femmes sur 1 000.

Une anomalie est détectée :

Cela concerne 90 femmes sur 1 000.

Dans la plupart des cas, il ne s'agit pas d'un cancer mais, par exemple, d'une anomalie bénigne (kyste) ou suspecte.

Selon les cas, une surveillance à court terme ou la poursuite d'examens pourra être nécessaire. **À l'issue de ces examens, la conclusion la plus fréquente est qu'il n'y a pas de cancer détecté : c'est le cas pour 83 femmes.** Plus rarement, un cancer peut être diagnostiqué : cela concernera 7 femmes. Chacune de ces femmes sera orientée par son médecin vers une équipe pluridisciplinaire spécialisée en cancérologie pour un traitement personnalisé.



*de 50 à 74 ans, dans le cadre du programme national de dépistage organisé.

INFOS CLÉS



La mammographie est prise en charge à 100 % par votre régime d'assurance maladie. Si des examens complémentaires sont proposés par votre radiologue, ils seront pris en charge dans les conditions habituelles de remboursement.



Recommandé tous les 2 ans aux femmes de 50 à 74 ans, sans symptômes ni antécédents personnels et familiaux.



À réaliser chez un radiologue agréé.



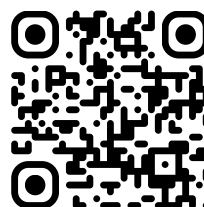
Fiable

PLUS UN CANCER DU SEIN EST DÉTECTÉ TÔT, MIEUX IL SE SOIGNE ET SE GUÉRIT.

Chaque année, en France,
plus de 2,5 millions de femmes
se font dépister. Et vous ?

Pour en savoir plus, parlez-en avec votre
médecin généraliste, votre gynécologue
ou votre sage-femme ou rendez-vous sur

jefaismondepistage.fr



PROGRAMME NATIONAL
DE DÉPISTAGE
DES CANCERS DU SEIN