

Pentru informații suplimentare despre PQDCS :

CENTRE DE COORDINATION
DES SERVICES RÉGIONAUX
DE MONTRÉAL

Telefon: **514 528-2424**

CONCERTATION-FEMME

2005, Victor-Doré, bureau 220

Montréal (Québec) H3M 1S4

Telefon : **514 336-3733**

Fax: 514 856-2400

info@concertationfemme.ca

www.concertationfemme.ca



MAMOGRAFIA DE DEPISTARE (SCREENING)

ROUMAIN

PENTRU FEMEILE ÎNTRE 50 SI 69 DE ANI



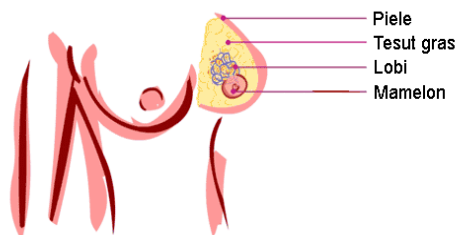
“Nimic pe lume nu e mai dureros decât să te simți neputincios în fața suferinței, să te izbești ca de un perete, iar tu să fii plin de bunăvoință.”

Anne Bernard

PRIMĂVARA 2011

SÂNUL

Simbol al feminității, sânul este un organ ca celelalte organe ale corpului. Este constituit în principal din țesut gras și glande mamare. Totul este acoperit de piele. Sub influența hormonilor, sânul cunoaște diverse modificări care apar o dată cu pubertatea și continuă până la menopauză.



Sursă: http://www.adcn.fr/dep_sein_def.htm

FUNCȚIA SÂNULUI

Sânul îndeplinește două funcții principale :

1. El reprezintă fecunditatea și maternitatea. În același timp, el este imaginea pe care femeia o are despre corpul și feminitatea sa.
2. Principala funcție biologică a sânilor este producerea de lapte matern care constituie hrana de bază a noilor născuți.

CANCERUL DE SÂN

Multiplicarea dezordonată și necontrolată a celulelor glandei mamare duce la formarea tumorii. Celulele canceroase se pot deplasa spre alte organe.

Este o problemă majoră de sănătate publică cu importante consecințe socio-economice și familiale, de unde și necesitatea de depistare precoce prin mamografii.

REFERINȚE

- Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal
- CSSS Bordeaux-Cartierville-Saint-Laurent
- Fondation canadienne du cancer de sein
- Fondation du cancer de sein du Québec
- Société canadienne du cancer
- Programme québécois de dépistage du cancer de sein, Ministère de la Santé et des Services sociaux

* * * *

**BINELE DUMNEAVOASTRA
ESTE RATIUNEA
NOASTRA DE A FI**

CANCERUL DE SÂN IN CANADA

Orice femeie poate dezvolta un cancer de sân chiar dacă nu are antecedente personale sau familiale.

Mamografia de depistare rămâne examenul cel mai indicat pentru detectarea precoce a cancerului de sân și evitarea efectelor secundare ale unui eventual tratament .

**SUNT DECISĂ SĂ AM GRIJĂ DE
SĂNĂTATEA MEA,
IAR MAMOGRAFIA ESTE PRIMUL TEST
PE CARE ÎL FAC CU TOATĂ
ÎNCREDEREA**

TU CE FACI PENTRU SĂNĂTATEA TA ?

**ESTE MAI USOR
SA PREVII
DECAT SA VINDECI**

Statistici :

- Cancerul de sân este cea mai diagnosticată formă de cancer la femeile din întreaga lume.
- O femeie din 9 femei riscă să fie diagnosticată cu cancer la sân și una din 29 va muri din cauza acestei boli.
- De cele mai multe ori, femeile diagnosticate cu cancer de sân au peste 50 de ani. Doar 88% dintre ele supraviețuiesc după diagnosticare.
- În 2011, Québecul estimează un număr de 6200 de cazuri de cancer de sân în rândul femeilor.

FACTORI DE RISC

Diversi factori de risc sunt responsabili pentru apariția cancerului de sân . Prin noțiunea de **risc** se înțelege o probabilitate mai mare decât media de a dezvolta acest tip de cancer. Unii dintre factorii de risc pot fi evitați, însă pentru cei mai mulți nu este posibil acest lucru.

Apartenența la sexul feminin și înaintarea în vârstă constituie doi factori principali de risc :

- Sexul : femeile sunt mai susceptibile de a dezvolta un cancer mamar, la bărbați incidența este mult mai mică.
- Vârsta: riscul de cancer mamar devine mai mare o dată cu vârsta, femeile peste 50 de ani fiind într-o situație mai probabilă să dezvolte boala.

Alți factori de risc

- Antecedente familiale : femeile care au avut în familie cazuri de cancer la sân (soră, mamă, bunică);
- Factorul genetic ;
- Femeile care au avut primul lor copil după vârsta de 30 de ani, sau cele care nu au avut copii ;
- Menopauză : tratamentul cu preparate hormonale substitutive ;

- Femeile care au avut primul ciclu menstrual la o vârstă fragedă (înainte de 12 ani);
- Femeile la care menopauza s-a instalat târziu după vârsta de 55 ani ;
- Consumul excesiv de alcool ;
- Expunerea la doze mari de radiații ;
- Obezitatea ;
- Fumatul și expunerea la fumatul pasiv.

CE PUTEȚI FACE PENTRU SĂNĂTATEA SÂNILOR DUMNEAVOASTRĂ ?

1. Efectuați o mamografie la fiecare doi ani, după vârsta de 50 ani.
2. Prezentați-vă la medicul dumneavoastră pentru un examen clinic anual.
3. Autoexaminați-vă sânii lunar : orice modificare recentă a sânilor (umflătură, scurgere din mamelon, schimbarea aparenței pielii sau modificarea formei) este un semn de alarmă. Consultați fără întârziere medicul dacă o astfel de problemă apare.
4. Adoptați un mod de viață sănătos
 - Opiți fumatul et evitați fumatul pasiv ;
 - Consumați alcool în cantități moderate ;
 - Adoptați un regim alimentar echilibrat : bogat în fibre și slab în grăsimi și zahăr ;
 - Practicați activități sportive ;
 - Supravegheați-vă greutatea ;
 - Controlați stresul și emoțiile negative.

CARE ESTE METODA CEA MAI EFICIENTĂ PENTRU DEPISTAREA CANCERULUI DE SÂN?

- Mamografia este cea mai bună metodă de depistare precoce a cancerului de sân. Depistarea are loc înainte de apariția oricărei simptomatologii mamare.
- Mamografia constă într-un examen radiologic de scurtă durată care permite detectarea unor leziuni ce nu pot fi sesizate la palpare.

“ Mi s-a spus că mamografia este un examen foarte dureros și că sânii sunt foarte comprimați.”

Majoritatea femeilor nu sunt la curent de existența acestui tip de test (ce este, cum se petrece), alte femei cred că este un examen foarte dureros.

Mamografia este un examen radiologic de scurtă durată care nu reprezintă nici un pericol pentru femeie. Sunt femei care resimt un anumit incomfort în momentul compresiei sânilor. În acest caz este recomandată evitarea consumului de ciocolată, a ceaiului, a băuturilor de tip Coca Cola cu două săptămâni înainte de examen.

“Imi este frică de o nouă expunere la radiații.”

Femeile care cred că au fost deja expuse la radiații, sunt reticente față de acest tip de test.

Mamografia utilizează doze reduse de raze X (echivalentul unei călătorii dus –întors în avion Montreal –Paris). Mai mult, aparatele de mamografie sunt verificate în fiecare an.

“ Dacă Dumnezeu vrea ca eu să am un cancer, îl voi avea. Este voia lui și mă supun.”

Există femei care se cred neputincioase în fața destinului și îl acceptă convise fiind că nu pot face nimic pentru a-l schimba.

Chiar dacă credem în puterea destinului, nimic nu ne împiedică să adoptăm toate măsurile de securitate și de prevenție menite să asigure propria noastră protecție.

“ Îmi este teamă că datele mele personale vor fi făcute publice. ”

Unele femei care nu cunosc programul cred că acesta propune o procedură de lungă durată și că importanța acordată confidențialității este relativă.

Procedura este foarte simplă : ea propune participarea la o singură vizită medicală și garantează confidențialitatea absolută.

CE SE ÎNTÂMPLĂ DACĂ DECID SĂ NU FAC O MAMOGRAFIE ÎN CADRUL PQDCS?

Femeile care se prezintă într-un CDD pentru o mamografie de depistare pot refuza semnarea formularului de autorizație. În acest caz, ele nu vor primi o nouă invitație 24 de luni mai târziu. Ele se vor putea prezenta pentru o mamografie de depistare pe baza unei trimeri de la medic.

În cazul unei mamografii anormale, ele nu vor putea beneficia de serviciile echipei centrului de coordonare a serviciilor regionale Montréal.

PREOCUPĂRI ȘI TEMERI ALE FEMEILOR PROVENIND DIN DIFERITE COMUNITĂȚI CULTURALE

“Nu înțeleg nici franceza, nici engleza, arunc cea mai mare parte a publicităților pe care le primesc acasă.”

Multe femei nu cunosc suficient de bine franceza sau engleza pentru a înțelege documentele elaborate de PQDCS și /sau pentru a se informa despre serviciile de sănătate oferite.

Trebuie de știut că anumite documente sunt traduse în mai multe limbi și că există servicii de interpreți în diferite limbi.

“La noi în familie e jenant să vorbim despre sânii. Nu abordăm de multe ori acest subiect.”

Sânul este considerat un subiect tabu în anumite comunități culturale : este un subiect deseori evitat.

Este adevărat că PQDCS este un program public, însă demersurile respectă în totalitate intimitatea femeii. În cele 15 CDD existente la Montréal, personalul care se ocupă de efectuarea mamografiilor este alcătuit în totalitate din femei.

- Mamografia presupune compresia pe rând a sânilor între două plăci din plastic și expunerea lor la doze de iradiere mică
- Mamografia permite observarea minuțioasă a întregii glande mamare și a eventualelor leziuni.
- Astăzi procentul de mortalitate este mult mai redus datorită progreselor realizate în materie de depistare și de tratamente. Cu cât cancerul este diagnosticat mai repede cu atât șansele de supraviețuire sunt mai mari.

Notă : În prezența unor simptome cum ar fi o umflătură a sânilor, medicul vă poate recomanda efectuarea unor investigații mai amănunțite de diagnosticare a cancerului mamar.



Sursă : <http://www.google.fr/search?q=mammographie>

CUM PUTEȚI BENEFICIA DE O MAMOGRAFIE DE DEPISTARE ?

În 1998, provincia Québec a lansat un program de depistare a cancerului de sân (PQDCS) care constă în efectuarea gratuită a unei mamografii de depistare la fiecare doi ani. Acest program exista atât în alte provincii canadiene cât și în alte țări din lume. Femeile eligibile la acest program trebuie să îndeplinească următoarele condiții :

- Să aibă între 50 și 69 de ani și să nu prezinte nici un simptom de cancer de sân ;

- Să prezinte invitația primită din partea PQDCS. Această invitație este trimisă acasă tuturor femeilor în anul când acestea împlinesc 50 de ani;
- Să se programeze pentru o consultație la centru de depistare desemnat (CDD). Pentru teritoriul deservit de CSSS de Bordeaux-Cartierville-Saint-Laurent, centrul de depistare desemnat este Diagnostic Image Inc. (Radiologie Bois-de – Boulogne). Telefon : (514) 331-8212.
- Să completeze și să semneze formularul prin care autorizează transmiterea datelor personale Programului de depistare de cancerul de sân. Această procedură se reia de fiecare dată când vă prezentați într-un CDD pentru o mamografie de depistare.
- Dacă nu au medic de familie, în ziua în care se prezintă la centrul de depistare desemnat, să aleagă un medic din lista propusă clienței vizate de program.

Femeia între 50-69 ani care pierde invitația din partea PQDCS este invitată să comunice cu Centrul de coordonare a serviciilor regionale Montréal la numărul : (514)528-2424. Ea va primi o altă invitație pe care o va folosi pentru o eventuală mamografie de depistare.

Notă : Femeile cu vârsta sub 50 de ani și cele cu vârsta peste 70 de ani pot beneficia de o mamografie de depistare gratuită într-un CDD pe baza unei trimiteri din partea medicului.

În anumite cazuri și în funcție de recomandarea medicului mamografia poate fi reluată gratuit în fiecare an.

AVANTAJELE PARTICIPĂRII LA PROGRAMUL DE DEPISTARE A CANCERULUI DE SÂN

- Expedierea la domiciliu a rezultatelor mamografiei ;
- Expedierea la domiciliu a invitației de participare la fiecare doi ani ;

- Timp de așteptare relativ scurt pentru eventuale investigații suplimentare ;
- Participarea la un program de calitate superioară ;
- Responsabilizarea și implicarea voluntară în demersurile de prevenție.

La Montréal există 15 centre de depistare desemnate (CDD) și 5 centre de referință pentru investigație desemnate (CRID).

Centrul de coordonare a serviciilor regionale Montréal coordonează ansamblul activităților programului.

LIMITELE MAMOGRAFIEI DE DEPISTARE

- Mamografia nu detectează toate cancerurile: unele cancere pot trece neobservate.
- Cancerul se poate dezvolta între două mamografii de depistare.
- 10% din participantele la PQDCS, vor avea nevoie de investigații suplimentare pentru stabilirea unui diagnostic exact. Pentru 95% din cazuri, rezultatele examenelor vor infirma ipoteza unui posibil cancer.

CE SE ÎNTÂMPLĂ DACĂ REZULTATUL MAMOGRAFIEI ESTE ANORMAL ?

Rezultatul este trimis medicului de familie sau medicului pe care l-ați ales în momentul vizitei în centrul de depistare desemnat.

Apoi, veți fi dirijată către un centru de referință pentru investigație desemnat (CRID) pentru examene suplimentare care vor ajuta la stabilirea unui diagnostic adecvat.