

VRAI OU FAUX

Les fausses croyances autour du cancer du sein et de la mammographie

Les 10 fausses croyances autour du cancer du sein

1. Les femmes qui avancent en âge ont moins de chance d'avoir un cancer du sein.

Faux, plus une femme avance en âge plus son risque de développer un cancer du sein augmente. Des études démontrent que 80% des cancers du sein surviennent après 50 ans. C'est l'une des raisons pour laquelle le Programme québécois de dépistage du cancer du sein invite toutes les femmes de 50 à 69 ans à se faire dépister.

2. Avoir un membre de ma famille atteint d'un cancer du sein n'influence pas les risques d'avoir un cancer du sein.

Faux, le risque de développer un cancer du sein augmente si un ou plusieurs membres de la famille proche (mère ou sœur) ont déjà eu un cancer du sein et si le diagnostic a été posé avant la ménopause. Si vous avez des antécédents familiaux de cancer du sein, il est possible que vous ayez besoin d'un suivi particulier. Nous vous invitons à en parler avec votre médecin.

3. Les femmes ayant une petite poitrine ont moins de chance d'avoir un cancer du sein.

Faux, les femmes ayant une petite poitrine ont autant de chance de développer un cancer du sein que des femmes ayant une poitrine plus volumineuse. Le cancer du sein se développe généralement au niveau des glandes mammaires ou des canaux, la quantité de ces derniers étant la même pour toutes les femmes, le risque de cancer est similaire.

4. Les implants mammaires peuvent causer le cancer du sein.

Faux, aucune étude sérieuse ne prouve que les implants mammaires augmentent les risques d'avoir un cancer du sein.

5. Un coup violent peut causer le cancer du sein.

Faux, aucune étude sérieuse ne permet de croire qu'un choc ou un coup violent peut causer un cancer du sein. En cas de douleur, il est cependant recommandé de consulter votre médecin.

6. Porter un soutien-gorge à cerceau (armatures) peut causer le cancer du sein.

Faux, le port d'un soutien-gorge à cerceau n'a aucune incidence sur le risque de développer un cancer du sein. Cette croyance vient du fait que le soutien-gorge exercerait une pression, empêchant la filtration des toxines à l'origine du cancer du sein. En fait, aucun soutien-gorge ne peut empêcher le drainage lymphatique même si il vous semble très serré.

7. Utiliser du déodorant peut causer le cancer du sein.

Faux, aucune donnée scientifique ne permet de faire le lien entre l'utilisation de déodorant et le cancer du sein. Cette rumeur vient du fait que le déodorant bloquerait la transpiration, accumulant des toxines causant le cancer du sein. En réalité, la transpiration est plus liée au refroidissement du corps et les toxines sont éliminées par d'autres moyens (urine, foie, etc.). Il n'y a donc pas de lien avec le cancer du sein. Lors de votre mammographie, on vous demandera de ne pas mettre de déodorant car ces produits peuvent endommager la qualité de l'image. Cette demande n'a rien à voir avec le risque d'avoir un cancer du sein.

8. Consommer certains compléments alimentaires (vitamines et autres) ou certains aliments protège du cancer du sein.

Faux, même si une alimentation équilibrée et de saines habitudes de vie sont toujours recommandées, il n'existe aucune donnée probante faisant le lien entre la consommation de certains aliments ou compléments et le cancer du sein.

9. Exposer sa poitrine au rayon du soleil peut causer le cancer du sein.

Faux, l'exposition au soleil n'a aucune incidence sur les risques de développer un cancer du sein. Cependant, une exposition trop régulière et mal protégée peut provoquer un cancer de la peau. Il est donc recommandé de bien se protéger lors que vous vous exposez au soleil.

10. Être exposé à la fumée de cigarette, boire de l'alcool n'augmentent pas le risque de cancer du sein.

Faux, de récentes études ont prouvé qu'être en contact avec la fumée de cigarette peut avoir une incidence sur les risques de cancer du sein. Il en est de même pour la consommation régulière d'alcool. Rappelons aussi que la fumée de cigarette et la consommation régulière d'alcool sont dangereuses pour la santé et ont une forte incidence sur de nombreux cancers (cancer des poumons, cancer de la vessie, etc.).

Les 6 fausses croyances autour de la mammographie

1. Les femmes n'ayant aucun symptôme ou aucune douleur n'ont pas besoin de passer une mammographie.

Faux, la mammographie de dépistage s'effectue alors qu'il n'y a aucun signe ou symptôme apparent de cancer du sein. Elle est réalisée à titre de prévention, car il ne faut pas oublier que certains cancers se développent sans que la femme ne ressente aucun symptôme.

2. La compression réalisée lors de la mammographie peut causer le cancer du sein.

Faux, la compression des seins n'a aucun effet sur les risques de cancer du sein. Il est indispensable de presser le sein pour obtenir une meilleure image radiologique de l'intérieur du sein afin de faciliter la lecture du radiologiste.

3. Le cache-thyroïde est recommandé lorsque vous passez votre mammographie.

Faux, contrairement aux idées reçues, il n'est pas nécessaire d'avoir un cache-thyroïde pour passer une mammographie. La dose de radiations transmise à la thyroïde lors d'une mammographie est minime. De plus, le cache-thyroïde peut réduire la précision de la mammographie et peut cacher une partie du sein sur l'image radiologique. Il est alors possible de recevoir des examens complémentaires ce qui augmentera la dose de radiation reçue par la femme.

4. Les femmes peuvent arrêter de passer leur mammographie si elles ont eu plusieurs résultats d'examens normaux.

Faux, l'âge étant le premier facteur de risque du cancer du sein, il est toujours important de passer une mammographie tous les 2 ans. Plus une femme avance en âge, plus son risque de développer un cancer du sein augmente. De plus, une mammographie est une image réalisée à un moment précis, il est donc possible qu'un cancer se développe quelques temps après votre mammographie.

5. Les femmes ayant des implants mammaires ne peuvent pas passer de mammographie.

Faux, les femmes ayant des implants mammaires peuvent passer une mammographie sauf dans quelques cas très rares (prothèses avec capsules fibreuses). Il est cependant recommandé d'en aviser la technicienne en radiologie afin qu'elle adapte l'examen en utilisant des techniques spéciales.

6. Passer un test génétique peut remplacer une mammographie.

Faux, les tests génétiques tels que le BRCA, sont utilisés pour déterminer les prédispositions de la femme quant au cancer du sein. En aucun cas ces tests ne permettent de déceler la présence d'un cancer du sein. Une femme porteuse du gène de mutation BRCA devra aussi passer des tests de dépistage.

*Si vous avez des questions, parlez en à **votre médecin** ou à **un professionnel de la santé**.*

*Vous pouvez aussi communiquer avec l'équipe du **Programme québécois de dépistage du cancer du sein de Montréal**.*

Ligne Info-Mammo : 514 528-2424



www.santemontreal.qc.ca/pqdc