

# BREAST CANCER SCREENING

## YOUR HOW-TO GUIDE



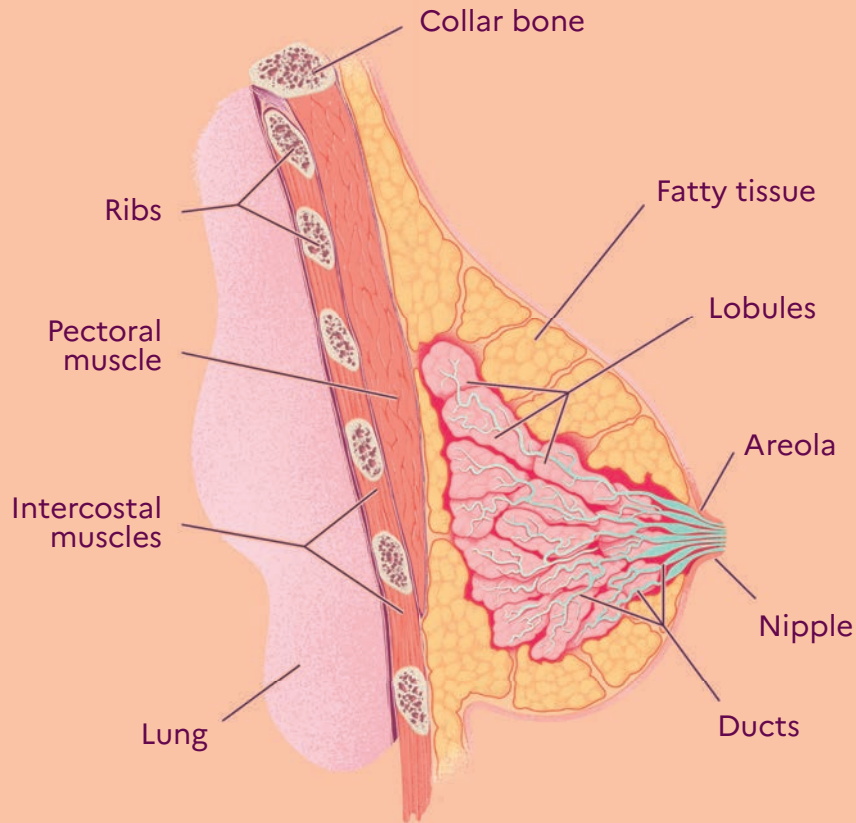
“When I went for screening the year I turned 50, the doctors found a cancerous lesion that they were able to treat before it got more serious. Screening saved my life!”

**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**

# 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 [cancersdusein.e-cancer.fr](http://cancersdusein.e-cancer.fr)

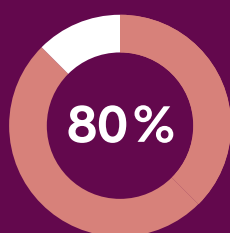
## What are the symptoms?

**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.

Almost  
**59,000**  
NEW CASES  
diagnosed each year

**1<sup>st</sup>** the most common  
type of cancer  
amongst women



80% of cases  
are diagnosed  
after the age  
of 50

Over  
**12,100**  
deaths each year

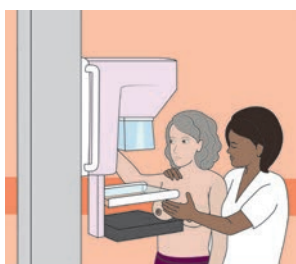
# THE STEPS YOU NEED TO TAKE

## 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

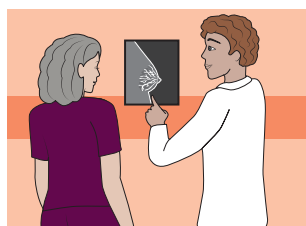


- The radiographer will screen your breasts by taking 2 X-rays (images) of each breast. One after the other, your breasts will be placed between 2 flat plates that will press together and squeeze your breasts for a few seconds.

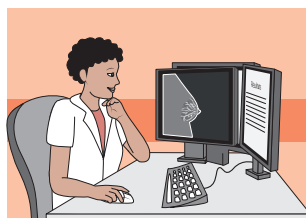


- The radiographer will also manually examine your breasts.

## 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.

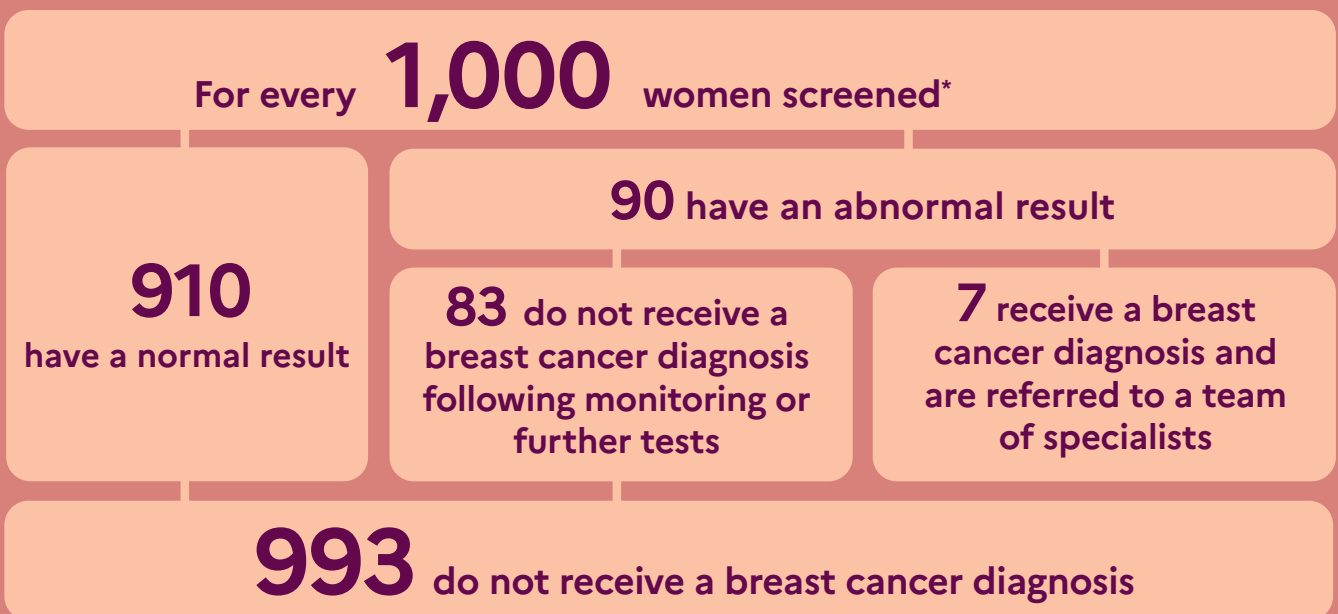
## Abnormal result:

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

### Cost



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?

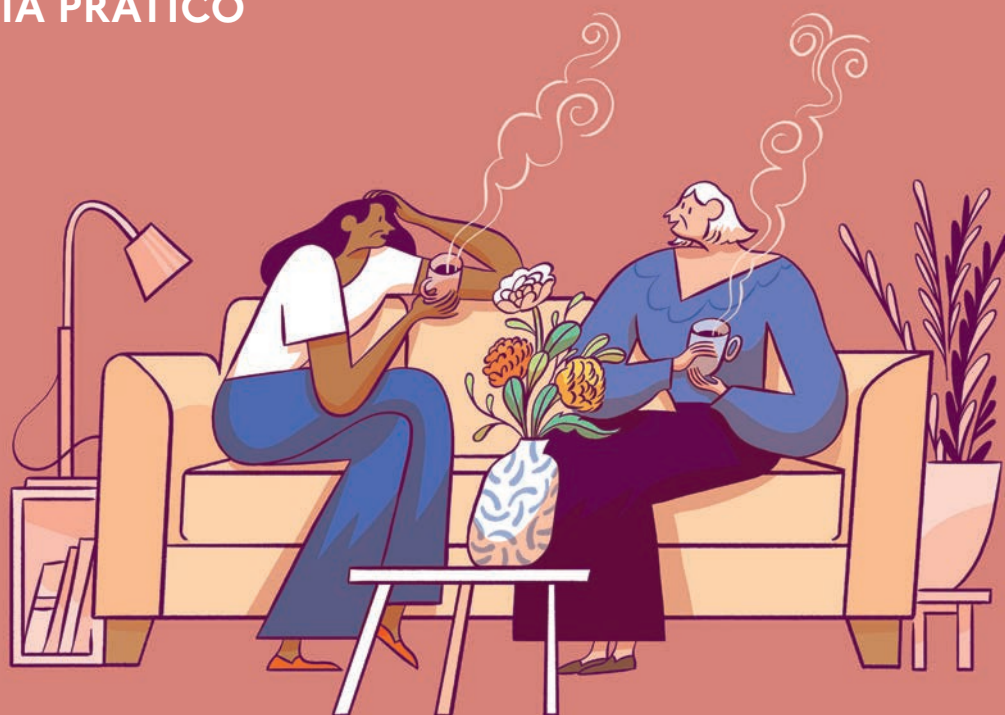
For more information, have a chat with your  
GP, gynaecologist or midwife, or go to  
[cancerdusein.e-cancer.fr](https://cancerdusein.e-cancer.fr)  
by scanning this QR code.



PROGRAMME NATIONAL  
**DE DÉPISTAGE**  
DES CANCERS DU SEIN

# RASTREIO DO CANCRO DA MAMA

## GUIA PRÁTICO



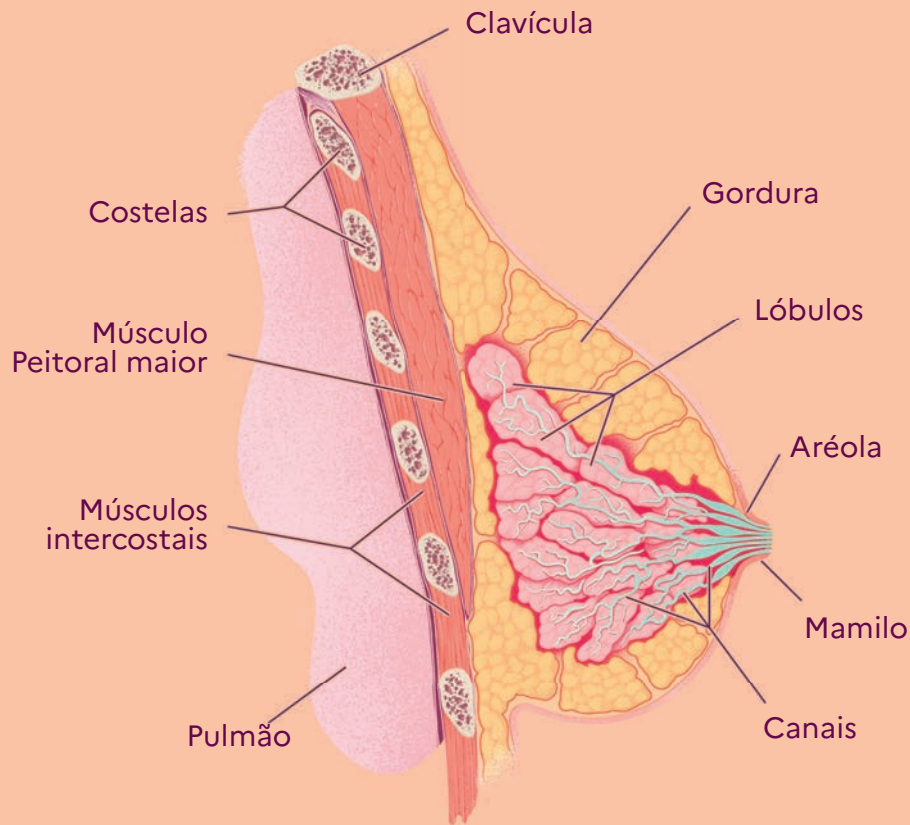
“Graças ao rastreio que fiz no ano em que completei 50 anos, os médicos foram capazes de detetar uma lesão cancerígena que foi tratada antes que fosse mais grave. O rastreio salvou a minha vida!”

**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**

# 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 [cancersdusein.e-cancer.fr](http://cancersdusein.e-cancer.fr)

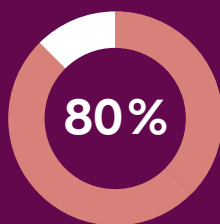
## Quais são os sintomas?

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.

Cerca de  
**59.000**  
NOVOS CASOS  
diagnosticados por ano

**1º** 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

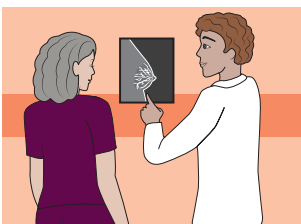


- O radiologista realiza uma mamografia, que consiste em 2 radiografias (imagens) por mama. Um a seguir ao outro, os meus seios são colocados entre 2 placas que se apertam e os comprimem por alguns segundos.

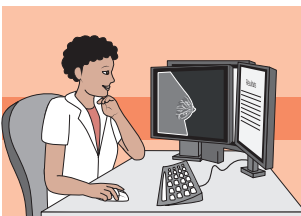


- O radiologista também examina os meus seios.

## 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 cancro: 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 [cancerdusein.e-cancer.fr](https://cancerdusein.e-cancer.fr)  
digitalizando este código QR.



PROGRAMME NATIONAL  
**DE DÉPISTAGE**  
DES CANCERS DU SEIN

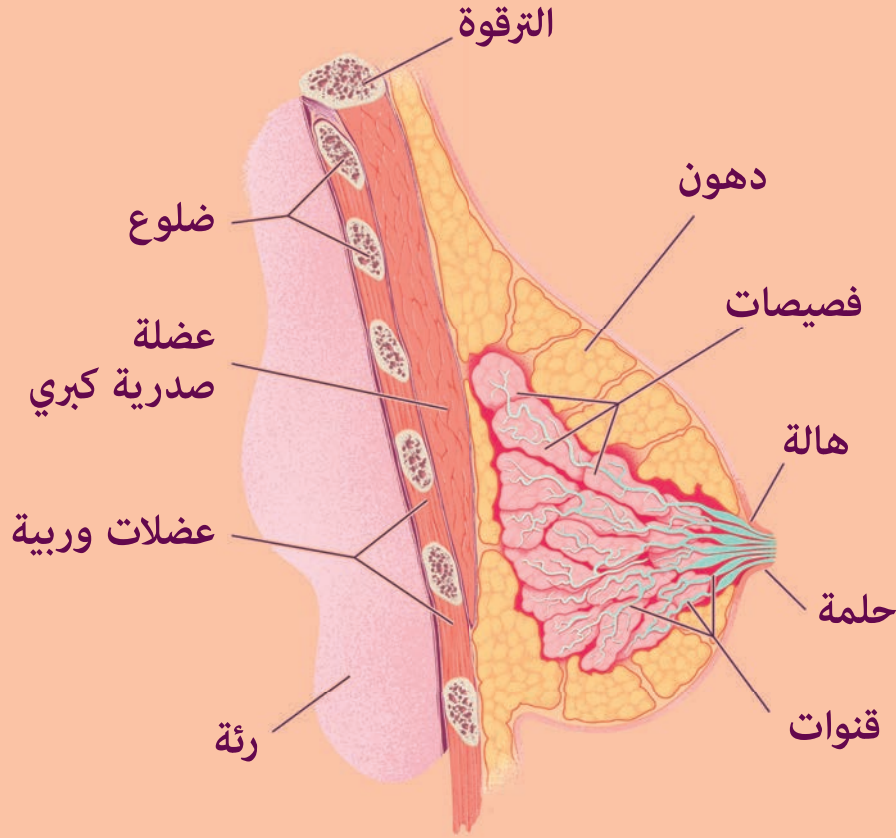
# فحص الكشف عن سرطان الثدي

دليلي العملي



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

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



## 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 [cancersdusein.e-cancer.fr](http://cancersdusein.e-cancer.fr)

## ما هي الأعراض؟

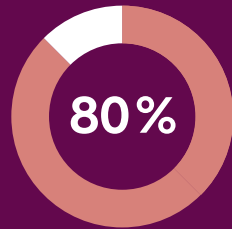
بين كل فحص وآخر، لا تتردد في استشارة الطبيب إذا لاحظت أي تغييرات غير عادية في ثدييك:

- 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 نضح أو تدفق؛
- تغيرات في شكل ثدييك.

حوالي  
**59,000**  
حالة جديدة  
تشخص سنويا

الأول  
السرطان الأكثر  
شيوعاً عند  
النساء

من الحالات  
تظهر  
بعد سن 50



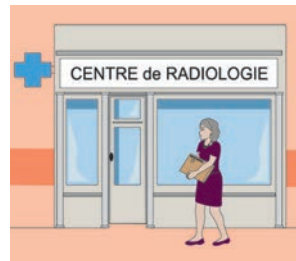
أزيد من  
**12,100**  
وفيات في السنة

# الخطوات التي يجب اتباعها

1

## أحدّد موعدًا مع أخصائي الأشعة

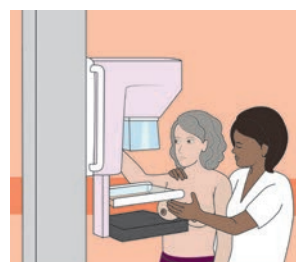
- أتصل بأحد أخصائي الأشعة المعتمدين في القائمة المرفقة إلى رسالة دعوتي.
- أثناء مواعدي، آخذ معي رسالة الدعوة الخاصة بي، وتصويرات الثدي الشعاعية السابقة (carte Vitale) بطاقتي الصحية.
- أ طرح على أخصائي الأشعة كل الأسئلة التي أفكر فيها.



2

## أجري الاختبارات

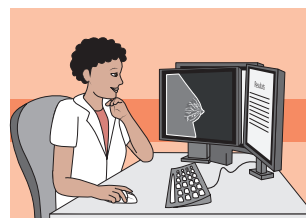
- يجري أخصائي الأشعة تصويرًا شعاعيًا للثدي يتضمن صورتين شعاعيتين لكل ثدي. واحدًا تلو الآخر، يتم وضع ثدييك بين منصتين تتقاربان لتضغط عليهما لبضع ثوان.
- يقوم أخصائي الأشعة أيضًا بفحص ثدييك.



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 و70 سنة، في إطار البرنامج الوطني للفحص المنظم.

## معلومات هامة

يوصى بإجرائه كل 2 سنوات،  
للنساء اللائي تتراوح أعمارهن بين 50 و 74 سنة،  
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  
موقع [cancerdusein.e-cancer.fr](http://cancerdusein.e-cancer.fr)  
التالي QR من خلال مسح رمز.

PROGRAMME NATIONAL  
DE DÉPISTAGE  
DES CANCERS DU SEIN

# LE DÉPISTAGE DES CANCERS DU SEIN

## — MON GUIDE PRATIQUE



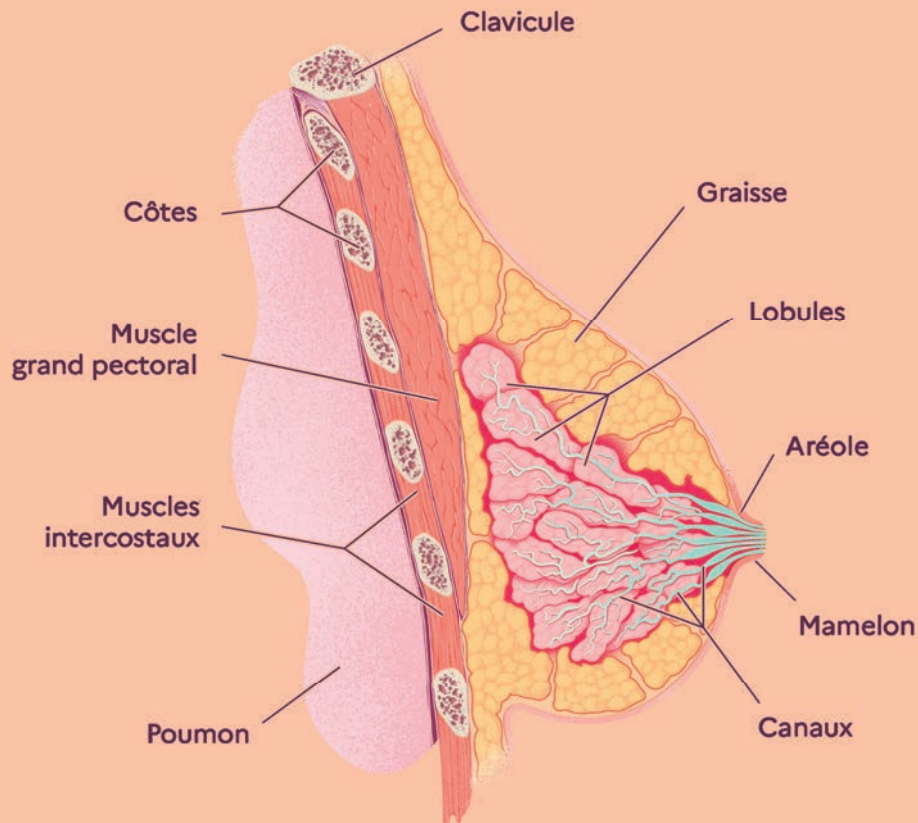
“Grâce au dépistage que j’ai réalisé l’année de mes 50 ans, les médecins ont pu déceler une lésion cancéreuse qui a été traitée avant que cela ne soit plus grave. Le dépistage m’a sauvé la vie !”

**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**

# 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 du cancer du sein, rendez-vous sur [cancersdusein.e-cancer.fr](http://cancersdusein.e-cancer.fr)

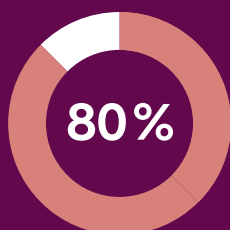
## Quels sont les symptômes ?

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.

Près de  
**59 000**  
NOUVEAUX CAS  
diagnostiqués par an

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



des cas  
se déclarent  
après 50 ans

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

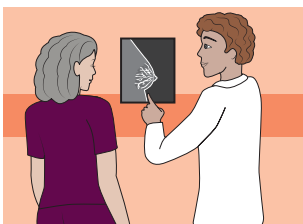


- Le radiologue réalise une mammographie comportant 2 radiographies (clichés) par sein. L'un après l'autre, vos seins sont placés entre 2 plaques qui se resserrent et les compriment pendant quelques secondes.



- 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.

Sur **1 000** femmes dépistées\*

Aucune anomalie  
détectée pour  
**910**  
femmes

Une anomalie détectée pour **90** femmes

Pas de confirmation  
de cancer pour  
**83** femmes  
après un suivi ou des examens  
complémentaires

Confirmation  
de cancer pour  
**7** femmes  
accompagnées par  
une équipe spécialisée

**993** n'ont pas de cancer du sein détecté

\*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 **cancersdusein.e-cancer.fr**  
en scannant ce QR code.



PROGRAMME NATIONAL  
**DE DÉPISTAGE**  
DES CANCERS DU SEIN