

## 14 Arguments pour convaincre de participer au dépistage organisé du cancer du sein

**« Je manque de temps :** Avec mon métier, mes enfants, je cours partout, je n'ai pas le temps de prendre soin de moi et de m'occuper de ma santé. J'ai vraiment trop de choses à gérer. »

Mieux vaut être en pleine forme pour assurer un tel emploi du temps ! Rester en bonne santé pour continuer à profiter de votre temps mérite donc bien d'investir quelques heures tous les deux ans pour faire une mammographie.

**« J'ai peur du résultat :** L'idée du cancer me fait peur. Je n'ai pas du tout envie de penser aux pires choses qui pourraient m'arriver. »

Vous n'êtes pas seule à avoir peur, mais ne pas penser au cancer du sein ne permet pas de l'éviter. Le meilleur moyen d'agir, c'est de faire tous les deux ans sa mammographie.

**« Faire une mammographie, c'est désagréable »**

La mammographie est une radio qui nécessite de faire pression sur votre sein, mais cela ne dure que peu de temps et cela en vaut la peine !

**« Je mène une vie saine, je ne me sens pas concernée :** Je mange équilibré, je fais du sport régulièrement et je ne fume pas. Je fais déjà tout ce qu'il faut pour prévenir le cancer, j'ai peu de raisons d'être touchée. »

Avoir une vie saine, c'est mettre toutes les chances de son côté pour vivre longtemps en bonne santé. De nombreux facteurs que vous ne pouvez pas maîtriser interviennent dans la survenue d'un cancer du sein. Et pour toutes les femmes, à partir de 50 ans, le risque de cancer augmente.

**« Je ne ressens pas les symptômes :** Je suis en pleine forme. Je n'ai pas de boule, ni de grosseur, donc tout va bien. »

Vous vous sentez en pleine forme, mais attention, au début, un cancer du sein peut passer inaperçu, sans provoquer ni fatigue, ni mal-être, ni grosseur palpable !

**« Je n'ai pas les moyens :** Je n'ai pas les moyens d'avancer l'argent. Il va falloir attendre longtemps pour être remboursée. »

Certains examens peuvent être coûteux, mais grâce au courrier personnalisé que vous recevez, faire une mammographie de dépistage est gratuit et sans avance de frais.

Si un cancer du sein est diagnostiqué, les soins sont ensuite pris en charge à 100% par votre caisse d'assurance maladie.

**« Les radiologues sont trop loin de chez moi. »**

Les cabinets de radiologie sont effectivement souvent en ville et ce n'est pas toujours pratique pour vous. Mais il existe des solutions et la distance ne doit pas vous empêcher d'avoir accès à cet examen si important.

**« Je ne suis plus concernée à mon âge : J'ai plus de 70 ans. Je ne me sens plus concernée. Il me semble que ce cancer frappe surtout les femmes plus jeunes !**

Avec l'âge, il est de plus en plus important de prendre soin de soi et si la mammographie s'adresse à toutes les femmes de 50 à 74 ans, c'est parce que c'est dans cette tranche d'âge que les risques de cancer du sein sont les plus élevés.

**« Je suis déjà suivie par mon gynécologue, pourquoi entrer dans une démarche organisée ? Je n'aime pas les dispositifs de masse. J'ai davantage confiance en l'avis de mon gynécologue et en celui de mon radiologue. »**

C'est normal d'être attachée à la qualité de son suivi et de ses mammographies et c'est d'ailleurs pour ça que le dépistage organisé du cancer du sein existe. Votre radiologue est certainement sur la liste des radiologues expérimentés qui accompagne l'invitation.

Le dépistage vous assure en plus une double lecture de vos résultats, ce que vous n'avez pas forcément en dehors de ce parcours. Le dépistage organisé vous garantit la qualité de votre suivi.

**« Je n'y ai pas droit, je pense que ça n'est pas pour moi : Je ne fais pas partie des femmes qui sont invitées à participer au dépistage. »**

La mammographie proposée gratuitement dans le cadre du dépistage organisé du cancer du sein, s'adresse à toutes les femmes de 50 à 74 ans domiciliées en France (sauf avis médical contraire).

**« Je ne peux rien faire contre le cancer : On ne peut pas faire grand-chose contre le cancer. Je préfère encore ne pas savoir. »**

Contrairement à d'autres cancers, il existe des vrais moyens d'agir contre le cancer du sein.

**« Je l'ai déjà fait et je n'ai pas pensé à le refaire depuis : J'ai déjà passé l'examen il y a quelques années et j'avais été rassurée. »**

De quand date votre dernière mammographie ? Et quand programmez-vous la prochaine ? Pour éviter ces questions, chaque femme concernée reçoit tous les 2 ans un courrier d'invitation personnalisé pour réaliser une mammographie.

**« J'ai d'autres priorités :** J'ai déjà beaucoup de soucis dans la vie. C'est vrai qu'en ce moment, je m'occupe d'autres choses que ma santé. »

Comme tout le monde, vous pouvez être amenée à traverser une période difficile. Mais ce n'est pas pour autant que vous ne devez pas penser à vous. Dans les moments difficiles, prendre soin de soi apporte un certain réconfort. Quand on se sait en bonne santé, cela permet de retrouver des forces et de la confiance pour surmonter les problèmes.

**« Je ne crois pas en la prévention :** Je n'en peux plus de tous les messages préventifs auxquels je suis exposée. Et j'ai des doutes sur leur réelle utilité. »

La multiplication des messages à caractère sanitaire ou préventif ne fait que refléter l'évolution de nos sociétés désormais de plus en plus soucieuses de vivre en meilleure santé, et plus longtemps. Mais parfois, on s'y perd et on ne sait plus ce qu'il faut faire. L'intérêt du dépistage est scientifiquement prouvé. Environ 6 000 femmes sont traitées chaque année à des stades précoces après avoir fait une mammographie de dépistage. Prises en charge, elles reçoivent des traitements moins lourds et plus efficaces.

### Une bonne habitude à prendre tous les deux ans, dès 50 ans :

La mammographie de dépistage est le seul moyen de détecter des cancers aux tous premiers stades de la maladie, quand les symptômes ne se ressentent pas. Et plus le cancer du sein est détecté tôt, plus les traitements sont efficaces. Ainsi, aujourd'hui, plus de 9 femmes sur 10 guérissent du cancer du sein grâce à un traitement précoce.

La mammographie est un examen incontournable pour détecter le cancer du sein au plus tôt. Dans la plupart des cas, aucune anomalie n'est détectée et l'on se sent rassurée.

Si vous le souhaitez, vous pouvez être accompagnée d'une amie, d'une personne de votre famille, ou y aller à plusieurs. Cela vous paraîtra peut-être plus facile et vous vous sentirez plus à l'aise.

Vous avez reçu une invitation, il ne vous reste plus qu'à prendre votre rendez-vous. Si vous n'avez pas reçu d'invitation, contactez l'AIDEC au 03 86 52 72 99.