

Le cancer du sein: Êtes-vous à risque?

Après avoir été traitée pour le cancer lors de votre enfance, votre adolescence ou le début de l'âge adulte, cette épreuve est maintenant derrière vous et cède aujourd'hui sa place à un avenir rempli d'espoir, de rêves et de projets. Ainsi, la dernière chose dont vous voulez entendre parler est le risque de développer un nouveau cancer à l'âge adulte. Cependant, chez tout le monde et pour de nombreuses raisons, le risque du cancer augmente avec l'âge. Dépendamment du traitement particulier que vous avez reçu, vous pourriez avoir un risque plus élevé de développer le cancer du sein. Ainsi, il est important de bien comprendre ce risque, afin de prendre une part active au bon maintien de votre santé.

Quels sont les facteurs de risque?

Plusieurs études ont démontré que **les femmes ayant reçu de la radiothérapie au thorax dans le cadre d'un traitement contre le cancer pendant l'enfance, l'adolescence ou le début de l'âge adulte** présentent un risque plus élevé que les autres femmes de développer le cancer du sein, l'âge avançant. Ce risque est **relié à la dose de radiothérapie reçue**. Plus la dose de radiothérapie était élevée, plus le risque augmente. Les chercheurs se penchent présentement sur ce problème dans l'espoir de mieux comprendre les facteurs de risque et les moyens de prévenir le développement d'un cancer secondaire du sein.

Quand est-ce que le cancer du sein pourrait se manifester?

Le risque de développer un cancer secondaire du sein commence à augmenter approximativement dix ans après la fin des traitements de radiothérapie et continue à s'accroître par la suite. Cela veut dire qu'une femme ayant reçu une radiothérapie au thorax pour traiter un cancer durant l'enfance ou l'adolescence risque de développer le cancer du sein à un plus jeune âge (habituellement vers 30 ou 40 ans) qu'une femme qui développe un cancer du sein primaire (habituellement à l'âge de 50 ans et plus).

Que puis-je faire pour me protéger?

Tout d'abord, il est important de noter que la plupart des femmes ayant reçu de la radiothérapie au thorax pendant l'enfance, l'adolescence ou le début de l'âge adulte ne développeront **PAS** le cancer du sein. Cependant, il demeure important de comprendre que si vous avez reçu de la radiothérapie au thorax, le risque EST plus élevé pour vous que pour toute autre femme de votre âge n'ayant jamais reçu d'irradiations. Ainsi, la meilleure façon de vous protéger est de surveiller vos seins de près. Avec un bon suivi, si un cancer se développait, il pourrait être décelé au plus tôt (stade précoce), c'est-à-dire à un moment où les traitements ont le plus de chances de succès. Il est également important d'informer votre médecin de vos traitements contre le cancer, y compris la dose de radiothérapie reçue au niveau du thorax. Il est d'ailleurs fortement recommandé de fournir à votre médecin une copie du résumé des traitements anticancéreux reçus (voir la fiche *Health Link* associée, présentement disponible en anglais seulement, «*Introduction to Long-term Follow-up*»).

Quel est le suivi recommandé?

Si vous avez reçu de la radiothérapie au thorax, ou sous vos bras (aiselles), ou sur tout votre corps (irradiation corporelle totale), pendant l'enfance, l'adolescence, ou le début de l'âge adulte, les recommandations particulières sont les suivantes:

1. **Auto-examen des seins:** une fois par mois, soit quelques jours suivant les menstruations. S'il y a lieu, rappelez à votre médecin tout changement ou toute masse palpable dans les plus brefs délais.
2. **Examen clinique des seins** effectué par votre médecin: au moins une fois par an jusqu'à l'âge de 25 ans; par la suite, tous les 6 mois.
3. **Mammographie et imagerie par résonance magnétique (IRM) des seins:** tous les ans, à partir du dernier en date, soit l'âge de 25 ans, ou 8 ans après la dernière séance de radiothérapie.

Si votre médecin n'est pas familier avec les recommandations de suivi ci-dessus pour les femmes ayant reçu de la radiothérapie au thorax pendant l'enfance, l'adolescence, ou le début de l'âge adulte, nous vous invitons à lui faire part de cette fiche santé et du site web www.survivorshipguidelines.org pour plus d'information.

Y a-t-il autre chose que je pourrais faire pour diminuer le risque?

Quelques changements dans votre mode de vie pourraient aider à diminuer le risque de développer le cancer du sein et vous garder en santé. Ils sont les suivants:

- Manger plus de fruits et légumes (on recommande un minimum de 5 portions par jour).
- Faire de l'exercice physique au moins 30 minutes par jour, et ceci presque tous les jours.
- Si vous avez du surpoids, perdre du poids.
- Limiter la consommation d'alcool (une consommation par jour maximum).
- Si vous fumez, cesser de fumer.
- Si vous avez un jour un bébé, essayer de l'allaiter pendant au moins quatre mois.
- Si vous avez besoin d'hormonothérapie substitutive ou de contraceptifs oraux, en parler avec votre médecin, afin de revoir les bénéfices et les risques.

Si vous avez quelque question que ce soit à propos de votre risque de développer un cancer du sein, n'hésitez pas à en parler à votre médecin. Mieux vaut discuter avec lui des meilleurs moyens de vous protéger.

Écrit par Melissa M. Hudson, MD, St. Jude Children's Research Hospital, Memphis, TN; et Wendy Landier, PhD, CPNP, Children's Hospital of Alabama, Birmingham, AL. Certaines sections adaptées de *CCSS Newsletter*, hiver 2001, avec permission.

Révisé par Jacqueline N. Casillas, MD; Smita Bhatia, MD, MPH; Louis S. Constine, MD; Debra L. Friedman, MD; et Fran Wiley, RN, MN.

Traduit par Danielle Buch, éditrice/rédactrice médicale, Unité de recherche clinique appliquée, CHU Sainte-Justine, Montréal, QC, Canada.

Traduction révisée par Tawa Alabi, BA, Institute for Cancer Outcomes and Survivorship, University of Alabama at Birmingham, Birmingham, AL.

Pour plus d'information sur la santé des survivants d'un cancer pédiatrique, nous vous invitons à consulter les sites web suivants:

www-survivorshipguidelines.org

La société canadienne du cancer, www.cancer.ca

Noter: Dans la série Health Links, le terme «cancer pédiatrique» signifie un cancer qui se présente pendant l'enfance, l'adolescence, ou le début de l'âge adulte. La série de fiches Health Links est conçue pour informer les survivants d'un cancer pédiatrique sur des sujets touchant leur état de santé, quel que soit l'âge auquel ce cancer soit survenu pendant l'enfance, l'adolescence, ou le début de l'âge adulte.

Décharge de responsabilité et avis relatif aux droits de propriété

Introduction to Late Effects Guidelines et Health Links: «Long-Term Follow-Up Guidelines for Survivors of Childhood, Adolescent, and Young Adult Cancers» ainsi que les fiches «Health Links» qui les accompagnent ont été développés par le Children's Oncology Group en collaboration entre le Late Effects Committee et Nursing Discipline. Ils sont maintenus à jour par le Long-Term Follow-Up Guidelines Core Committee du Children's Oncology Group et les groupes de travail associés. À titre d'information seulement: Le terme «Contenu informatif» désigne tout contenu et toute information à l'intérieur de chaque document ou série de documents en provenance du Children's Oncology Group concernant les effets tardifs du traitement et des soins du cancer, ou intitulé «Long-Term Follow-Up Guidelines for Survivors of Childhood, Adolescent, and Young Adult Cancers» ou «Health Link», que ce soit sous forme électronique ou imprimée (y compris tout format numérique, courriel, ou téléchargement du site web). Tout Contenu informatif est donné à titre d'information seulement et ne remplace pas l'avis d'un médecin ni le suivi médical, le diagnostic, ou le traitement par un médecin ou autre professionnel de la santé

À l'attention des patients souffrant de cancer (ou si cela concerne un enfant, à l'attention des parents ou tuteurs): Veuillez obtenir l'avis d'un médecin ou d'un autre professionnel de la santé qualifié pour toute question concernant l'état de santé; ne vous fiez pas au Contenu informatif. Le Children's Oncology Group est un organisme de recherche et ne pourvoit pas de prise en charge ni de traitement médical individualisé.

À l'attention des médecins et autres professionnels de la santé: Le Contenu informatif ne remplace pas votre bon jugement clinique ni votre avis professionnel et n'exclut pas les autres critères légitimes pour le dépistage, conseils pratiques, ou interventions concernant certaines complications liées au traitement du cancer pédiatrique. Le Contenu informatif ne tient pas non plus à exclure toute autre procédure de suivi raisonnable. Le Contenu informatif est conçu à titre de courtoisie et non comme document unique pour guider l'évaluation des survivants de cancers pédiatriques. Le Children's Oncology Group reconnaît que les décisions particulières sont le privilège du patient, de sa famille, et du professionnel de la santé.

Aucun test particulier, produit, ni procédure n'est spécifiquement endossé par le Contenu informatif, le Children's Oncology Group, ses membres ou associés.

Aucune garantie d'exactitude ni d'exhaustivité: Quoique le Children's Oncology Group ait fait tous les efforts nécessaires pour s'assurer de l'exactitude et de l'exhaustivité du Contenu informatif en date de publication, aucune garantie ni représentation, expresse ou implicite, n'est faite concernant l'exactitude, la fiabilité, l'exhaustivité, la pertinence, ou l'actualité du Contenu informatif.

Aucune responsabilité de la part du Children's Oncology Group et des parties liées/ Entente d'indemnité et de dégageant de toute responsabilité en ce qui concerne le Children's Oncology Group et parties liées: Le Children's Oncology Group ainsi que ses affiliés, membres affiliés, ou associés n'assument aucune responsabilité en ce qui concerne les dommages découlant de l'utilisation, l'examen, ou l'accès au Contenu informatif. Vous acceptez les termes d'indemnité suivants: (i) les «Parties indemnisées» incluent les auteurs et contributeurs au Contenu informatif, ainsi que tous les dirigeants, directeurs, représentants, employés, agents et membres du Children's Oncology Group et de ses organismes affiliés; (ii) en utilisant, examinant, ou accédant au Contenu informatif, vous acceptez, à vos propres frais, d'indemniser, de défendre, et de dégageant de toute responsabilité les Parties indemnisées de toute perte, préjudice, ou dommage (incluant les frais d'avocats et autres frais) résultant de toute réclamation, démarche, poursuite, procès, ou demande en lien avec ou provenant de l'utilisation, l'examen, ou l'accès au Contenu informatif.

Droits de propriété: Le Contenu informatif est protégé par la loi internationale concernant les droits d'auteur et de toute autre propriété intellectuelle tant aux États-Unis que mondialement. Le Children's Oncology Group détient les droits exclusifs sur le contenu, le titre, et les intérêts du Contenu informatif et revendique tous les droits d'auteur et de propriété intellectuelle prévus par la loi. Il est entendu par la présente que vous respectiez le transfert de tous les droits en faveur du Children's Oncology Group en prenant certaines démarches dans un deuxième temps, telles que la signature de formulaires de consentement et d'autres documents légaux et la limitation de toute dissémination ou de reproduction du Contenu informatif.