

LE NOUVEAU TEST EST DISPONIBLE UN PAS DÉCISIF CONTRE LE CANCER COLORECTAL

Avec l'arrivée cette année du test immunologique, le dépistage du cancer colorectal devient plus simple, plus fiable et plus performant.

QUI EST CONCERNÉ ?

Les personnes de 50 à 74 ans, femmes et hommes, sont invitées à réaliser tous les 2 ans un test de dépistage du cancer colorectal. Pourquoi 50 ans ? Simplement parce que, avant cet âge, ce cancer est très rare (95 % des cas surviennent après 50 ans). Attention, les personnes présentant des antécédents personnels ou familiaux de polypes ou de cancer colorectal ou de certaines maladies du côlon sont orientées par leur médecin généraliste vers un gastro-entérologue directement.

**TOUS
LES 2 ANS
UN TEST À RÉALISER
POUR DÉPISTER
LE CANCER COLORECTAL**

Les 17 millions de personnes âgées de 50 à 74 ans qui sont concernées par le cancer colorectal peuvent maintenant se faire dépister à l'aide du nouveau test, plus pratique, plus fiable et plus performant que le précédent. Près d'un tiers de la population concernée effectue actuellement ce contrôle préventif.

ANTICIPER POUR MIEUX PRÉVENIR ET GUÉRIR

C'est un test immunologique qui sera désormais utilisé dans le cadre du dépistage du cancer colorectal. Il s'agit évidemment d'un progrès considérable car le nouveau test est aujourd'hui capable de détecter non seulement 2 fois plus de cancers mais aussi 2,5 fois plus de lésions précancéreuses risquant d'aboutir, plus tard, à un cancer. Grâce à cette détection précoce et optimisée, le test immunologique constitue une opportunité d'entamer sans perte de temps des investigations complémentaires, mais, dans la plupart des cas, il permettra surtout de s'assurer que tout va bien (dans 96 % des cas, le test est négatif).

Sa grande simplicité d'utilisation (on effectue soi-même le test, à domicile, très rapidement contribue à lever les inconvénients liés à l'ancien test (voir notre rubrique « En pratique », page 8).

Fiabilité, simplicité : le nouveau test de dépistage du cancer colorectal est assurément une chance supplémentaire pour la prévention et la prise en charge précoce. Une chance que l'on peut saisir d'autant plus facilement que l'organisation mise en place au niveau national donne à toute personne de 50 à 74 ans la possibilité d'en bénéficier tous les 2 ans. Il serait vraiment dommage de ne pas en profiter... ■

MON INFO DÉPISTAGE

proposée par l'Institut national du cancer



DÉPISTAGE
DES CANCERS
PARLONS-EN

MAI 2015

LE DÉPISTAGE EST UNE CHANCE

Aujourd'hui, grâce aux progrès de la médecine, on guérit plus de 1 cancer sur 2, et davantage lorsqu'ils sont pris en charge à un stade précoce. C'est pourquoi le dépistage constitue un enjeu majeur de santé publique. Ainsi, pour le cancer du sein, un dépistage national est mis en place depuis 10 ans pour les femmes de 50 à 74 ans. Le dépistage du cancer colorectal est également proposé aux femmes et aux hommes de 50 à 74 ans. Le cancer colorectal est le 2^e cancer le plus meurtrier après le cancer du poumon. Il se développe lentement mais peut être détecté très tôt et même évité si les petites lésions qui en sont à l'origine sont éliminées avant qu'elles ne se transforment en cancer. Le nouveau test de dépistage est un outil performant que votre médecin vous remettra si vous avez entre 50 et 74 ans. Très simple d'emploi, il vous permettra de vérifier que tout va bien et, si une anomalie est détectée, de pouvoir intervenir au plus tôt.

ÉVÈNEMENT

LE NOUVEAU TEST EST DISPONIBLE UN PAS DÉCISIF CONTRE LE CANCER COLORECTAL

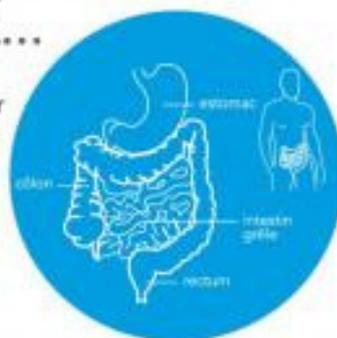
Avec l'arrivée cette année du test immunologique, le dépistage du cancer colorectal devient plus simple, plus fiable et plus performant. / Lire page II



COMPRENDRE

CANCER COLORECTAL ON GAGNE À MIEUX LE CONNAÎTRE...

Très fréquent avec 42000 nouveaux cas chaque année en France, le cancer colorectal est aussi le 2^e cancer le plus meurtrier. Pourtant, en dehors des sphères médicales et scientifiques, il reste mal connu. / Lire page IV



PARTAGER

« DÉPISTER TÔT, C'EST ESSENTIEL »

Dr Stéphane Landais, médecin généraliste : « Pour moi, le dépistage du cancer colorectal est un acte de prévention essentiel que je propose systématiquement à mes patients de plus de 50 ans. Dix-sept millions de personnes sont concernées. » / Lire page VII



Ce journal est édité en partenariat avec





LA MOBILISATION DE TOUS

Avec l'arrivée du nouveau test, la campagne de dépistage organisé du cancer colorectal va revêtir une importance particulière.

Pour apporter toute l'information nécessaire sur le cancer colorectal et le nouveau test de dépistage, une mobilisation sans précédent voit le jour. Mobilisation des médecins, bien sûr, qui occupent une place centrale dans le dispositif, mais mobilisation également des structures en charge des dépistages et de toutes les associations de lutte contre le cancer qui mettent leurs réseaux au service de la campagne. Des actions et des outils d'information (dépliants, affichettes, spots TV et radio) viennent compléter cette mobilisation nationale. Objectif commun : informer le plus grand nombre sur les bénéfices du dépistage. ■



DÉPISTAGE : DES BÉNÉFICES DÉMONTRÉS

Plusieurs études internationales ont démontré que la réalisation du test de dépistage, tous les 2 ans, par la majorité de la population, permet de réduire de 15% la mortalité par cancer colorectal. Rappelons que 17 500 personnes meurent chaque année de ce cancer. On peut donc espérer sauver de nombreuses vies grâce à ce test.

2 FOIS PLUS DE CANCERS DÉPISTÉS ET 2,5 FOIS PLUS DE LÉSIONS PRÉCANCÉREUSES DÉTECTÉES GRÂCE AU NOUVEAU TEST



L'ENJEU DU « PRIS À TEMPS »

Face à un cancer que l'on peut soigner et que l'on peut parfois éviter, à condition qu'il soit découvert à temps, le dépistage du cancer colorectal apparaît comme un enjeu majeur dans l'action engagée par les pouvoirs publics et les associations.

L'impact du dépistage sur la mortalité est évidemment la première des préoccupations lorsque l'on prend conscience de la place qu'occupe, de ce point de vue, le cancer colorectal (rappelons-le, il s'agit du 2^e cancer le plus meurtrier).

DÉTECTÉ TÔT, IL SE GUÉRIT DANS 9 CAS SUR 10

Lorsqu'un cancer est diagnostiqué à un stade précoce, les traitements appliqués sont moins lourds qu'en cas de cancer déjà avancé, et la qualité

de vie des patients peut ainsi être préservée tout en multipliant les chances de guérison.

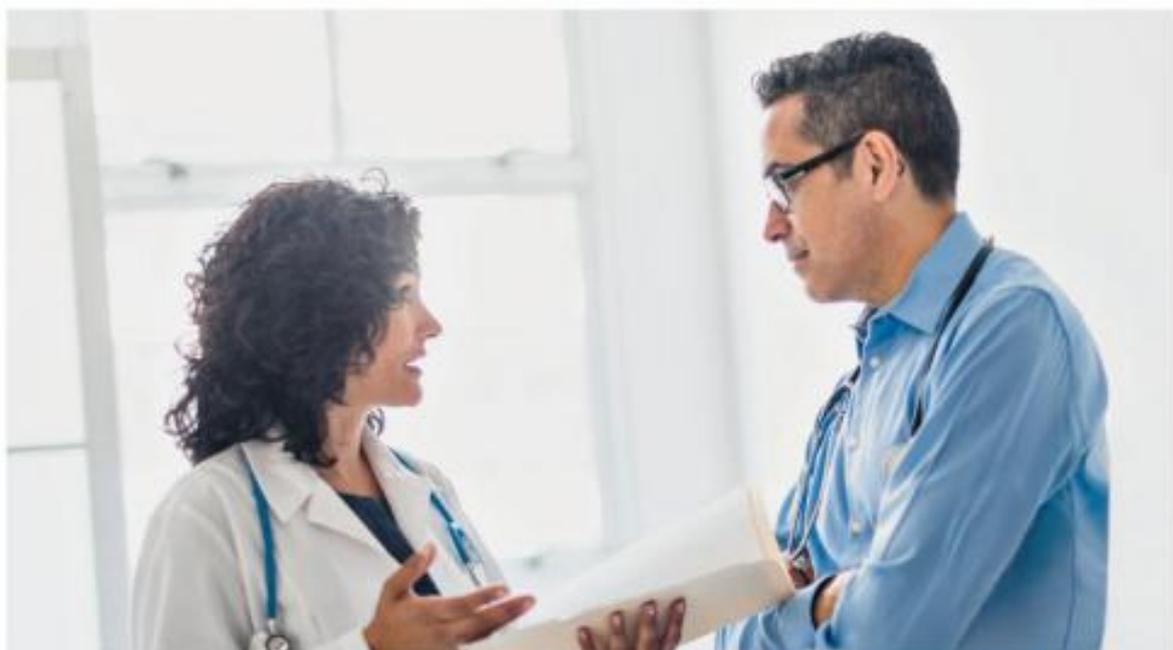
REPÉRER DES LÉSIONS PRÉCANCÉREUSES ET ÉVITER UN CANCER

Les petits polypes qui sont susceptibles d'évoluer à terme en cancer ne donnent lieu à aucun symptôme pendant plusieurs années. Repérés à l'occasion d'un dépistage, ils peuvent alors être retirés, minimisant du même coup le risque de cancer.

On estime qu'avec la mise en place du test immunologique, on pourra réduire de 20% la survenue des cancers colorectaux en repérant et retirant des lésions précancéreuses (aussi appelées polypes). ■

17 MILLIONS
DE PERSONNES
CONCERNÉES PAR LE
DÉPISTAGE NATIONAL DU
CANCER COLORECTAL

DÉPISTÉ À TEMPS, LE
CANCER COLORECTAL
SE GUÉRIT DANS
**9 CAS
SUR 10**





DÉPISTAGE POURQUOI IL FAUT EN PARLER

Le cancer colorectal reste en France un cancer méconnu et trop souvent tabou.

Conséquence : on en parle peu, et moins encore de son dépistage, qui pourrait pourtant éviter bien des drames.



En matière de santé, on constate souvent des paradoxes. Celui du cancer colorectal n'est pas des moindres : il est encore chaque année responsable de 17 500 décès en France, alors que, lorsqu'il est détecté tôt, il se guérit dans 9 cas sur 10 !

Même si, face à cette pathologie, le dépistage apparaît comme une mesure de simple bon sens, le silence qui entoure toujours cette forme de cancer retarde également sa prise en charge.

La conséquence de ce manque de dialogue est d'autant plus dramatique : ce cancer facile à détecter... n'est tout simplement pas suffisamment dépisté.

LE RÔLE DES PROCHES

Heureusement, ce paradoxe n'est pas une fatalité et la situation est en train de changer. D'abord parce

qu'une très large majorité de médecins se déclarent depuis longtemps favorables au dépistage et que la mise en place du nouveau test va renforcer encore cette conviction.

Reste que, chez leurs patients, un certain nombre de freins demeurent (parmi lesquels le manque de connaissance de la gravité de ce cancer, la gêne éprouvée à l'égard de la localisation même du cancer, et le manque de temps...). Des freins qu'il est important de lever en parlant avec ses proches ou son médecin du dépistage du cancer colorectal comme on parle, par exemple, du cancer du sein.

Les quelques témoignages que nous publions ci-après suffisent à montrer à quel point le rôle des proches – conjoints, enfants... – peut être déterminant dans la décision de se faire dépister. ■

ILS EN PARLENT

DR MORGANE AMIL,
GASTRO-ENTÉROLOGUE

« LE NOUVEAU TEST VA CHANGER L'IMAGE DU DÉPISTAGE »

« Bon nombre des patients que je vois, en tant que spécialiste, sont davantage à risque que dans la population générale, et notamment ceux dont le test de dépistage a révélé une anomalie. Il est alors crucial de pouvoir intervenir le plus tôt possible, particulièrement s'il s'agit de prendre en charge un cancer ! Le nouveau test de dépistage du cancer colorectal, parce qu'il est plus sensible et plus fiable, va donner cette possibilité aux médecins que nous sommes. Par sa simplicité et sa praticité, le nouveau test va aussi faciliter la pratique du dépistage pour les patients, permettant ainsi d'augmenter le nombre de personnes dépistées. »

DANIELLE BILLION, RETRAITÉE

« LE DÉPISTAGE A SAUVÉ LA VIE DE MON MARI »

« Mon mari ne voulait rien entendre. Malgré les courriers qu'il recevait, il ne voulait pas faire le test de dépistage du cancer colorectal. Il disait que tout allait bien de ce côté-là et qu'il n'en voyait pas l'utilité. J'ai peut-être mis du temps à le convaincre mais je n'ai pas abandonné, et finalement, il a accepté, pour me faire plaisir... ou pour avoir la paix. Aujourd'hui, il reconnaît que j'ai eu raison. Le test s'est avéré positif, et on a pu lui retirer un polype précancéreux. Le dépistage lui a peut-être sauvé la vie ! »



VOTRE MÉDECIN AU CŒUR DU DISPOSITIF

Si vous avez entre 50 et 74 ans, vous recevez un courrier vous invitant à vous mettre en contact avec votre médecin en vue de réaliser le test de dépistage du cancer colorectal. Son rôle dans cette action de prévention est évidemment majeur, car c'est lui qui va vous donner toutes les explications nécessaires pour réaliser le test de dépistage. C'est également lui qui vous le remettra à l'occasion d'une consultation. N'hésitez pas à en parler avec votre médecin, car, grâce à l'arrivée du nouveau test, il a bénéficié d'une information réactualisée sur les bénéfices et les limites du dépistage et aura sans doute à cœur de la partager avec vous.

DR STÉPHANE LANDAIS,
MÉDECIN GÉNÉRALISTE

« DÉPISTER TÔT, C'EST ESSENTIEL »

« Pour moi, le dépistage du cancer colorectal est un acte de prévention essentiel que je propose systématiquement à mes patients de plus de 50 ans. Je considère que le dialogue est la clé de la conviction, et je consacre toujours une consultation entière à l'information sur le sujet. Je constate une grande proximité entre les statistiques nationales et celles de mon cabinet : plus de 9 fois sur 10, le dépistage est négatif mais, s'il est déjà arrivé que des lésions cancéreuses soient repérées, elles ont pu être retirées très tôt. »

LE DÉPISTAGE, COMMENT ÇA MARCHE?

Le principe du dépistage est le même pour toutes les maladies que l'on peut détecter avant l'apparition de symptômes : identifier au plus tôt un problème et le traiter avant qu'il ne s'aggrave. Mais comment se passe le dépistage du cancer colorectal en pratique ?

Lorsque vous atteignez 50 ans, vous recevez un courrier vous invitant à consulter votre médecin pour qu'il vous remette le test de dépistage du cancer colorectal.



Lors d'une consultation, votre médecin vérifie d'abord que vous ne présentez pas d'antécédents médicaux personnels ou familiaux qui nécessiteraient une autre démarche de dépistage, il répond à vos questions ou vos inquiétudes éventuelles et vous remet alors le test en vous donnant toutes les explications nécessaires pour le réaliser.

Le test de dépistage vise à déceler la présence éventuelle de sang dans les selles. Ce sang, invisible à l'œil nu (on dit qu'il est « occulte »), peut provenir de petites lésions, la plupart du temps bénignes, mais qu'il faut retirer, si on les repère, avant qu'elles ne se transforment en cancer.

Le test immunologique de dépistage du cancer colorectal dont on bénéficie aujourd'hui permet de ne pas confondre ces saignements « occultes » avec d'autres traces de sang qui proviendraient, par exemple, de l'alimentation. Plus performant encore que le précédent, il réduit le risque de « passer à côté » d'une lésion ou d'un cancer débutant.

UN TEST TRÈS SIMPLE À UTILISER

Une fois remis par le médecin, le test de dépistage colorectal est à faire chez soi, tranquillement. Il est extrêmement pratique d'utilisation, puisqu'il s'agit de prélever dans de bonnes conditions d'hygiène un petit fragment de ses selles à l'aide d'une tige fournie et d'expédier l'échantillon dans une enveloppe T prévue à cet effet.

C'est un laboratoire spécialisé qui se charge de l'analyse. La technique de lecture du test immunologique est désormais entièrement automatisée. Ce qui le rend encore plus fiable que les tests de génération antérieure.

Grâce à une sensibilité accrue, il assure une meilleure détection de petits cancers débutants ou des lésions précancéreuses aussi appe-

lées polypes et permet une prise en charge plus précoce, donc plus efficace.

Dès que le test est analysé, les résultats vous sont adressés ainsi qu'à votre médecin et à la structure de gestion en charge des dépistages dans votre département. ■

100% GRATUIT

Le test remis par votre médecin et son analyse sont pris en charge à 100% sans aucune avance de frais de votre part. La consultation, quant à elle, est prise en charge dans les conditions habituelles par l'Assurance maladie.

NOUVEAU TEST : LES POINTS CLÉS

- 1** UN COURRIER D'INVITATION M'EST ADRESSÉ.*
- 2** JE PRENDS RENDEZ-VOUS AVEC MON MÉDECIN.
- 3** IL VÉRIFIE QUE JE N'AI PAS D'ANTÉCÉDENTS, DE SYMPTÔMES ET QUE JE SUIS BIEN CONCERNÉ PAR LE TEST.
- 4** LE TEST ET LES EXPLICATIONS ME SONT REMIS EN CONSULTATION.
- 5** JE RÉALISE LE TEST CHEZ MOI ET JE L'ENVOIE GRATUITEMENT PAR LA POSTE.
- 6** JE REÇOIS LES RÉSULTATS ET JE REVOIS ÉVENTUELLEMENT MON MÉDECIN.

* N.B. : VOTRE MÉDECIN PEUT VOUS REMETTRE LE TEST SANS ATTENDRE QUE VOUS AYEZ REÇU LA LETTRE D'INVITATION. SI VOUS ÊTES CONCERNÉ, N'HÉSITEZ PAS À LUI EN PARLER.

RÉSULTATS : QU'EN PENSER?

DANS 96 % DES CAS, LE TEST EST NÉGATIF

Cela signifie qu'aucun saignement pouvant témoigner de la présence d'un cancer ou de lésions précancéreuses n'a été détecté au moment du test. N'oubliez pas de refaire le test tous les 2 ans.

À noter : certains polypes ou cancers peuvent ne pas être identifiés par le test s'ils ne saignent pas. Consultez votre médecin si des douleurs abdominales ou des troubles digestifs inhabituels et persistants apparaissent, ou en cas de présence de sang dans les selles.

DANS 4 % DES CAS, LE TEST EST POSITIF

Cela ne signifie pas que vous avez un cancer, mais que du sang a été détecté dans vos selles. Pour en identifier l'origine, votre médecin vous adressera à un gastro-entérologue afin qu'il réalise une coloscopie⁽¹⁾. Effectué sous anesthésie, cet examen permet de déceler la présence éventuelle de polypes et de les retirer avant qu'ils ne se transforment en cancer. Si un polype a déjà évolué en cancer, plus on le détecte tôt, plus les chances de guérison sont importantes.

(1) Dans plus de la moitié des cas, la coloscopie ne décelé aucune anomalie. Elle détecte un polype dans 30% à 40% des cas, et un cancer dans 8% des cas. Elle peut entraîner des complications dont les formes graves restent rares (3 cas pour 1000).

Pour en savoir plus sur la coloscopie :
e-cancer.fr ou 0810 810 821
(prix d'un appel local)

LE NOUVEAU TEST DE DÉPISTAGE COLORECTAL



Pour consulter ce mode d'emploi en vidéo, flashez ce code ou connectez-vous sur e-cancer.fr/tutoriel-test-depistage-cancer-colorectal

LA PRÉVENTION UNE ARME DE PLUS CONTRE LE CANCER

Même s'il est encore difficile de définir précisément toutes les raisons pour lesquelles un cancer se déclare, on sait que notre mode de vie peut jouer un rôle dans sa survenue... ou dans sa prévention.

Notre mode de vie est-il l'unique responsable de la survenue d'un cancer ? Non, bien sûr, et pourtant, c'est souvent lui qui va déterminer certains des risques supplémentaires de contracter la maladie. Mais c'est également lui qui nous permet de multiplier les chances de l'éviter !

LES FACTEURS DE RISQUE DU QUOTIDIEN

Les facteurs de risque liés à certains cancers sont aujourd'hui bien identifiés. On sait, par exemple, que le tabagisme est la cause majeure du cancer du poumon ou que la sédentarité compte parmi les facteurs de risque aggravants dans bien d'autres cas.

Ceux qui sont liés au cancer colorectal sont, pour le grand public, beaucoup moins bien connus. Ils sont en revanche parfaitement repérés par les spécialistes du domaine.

Selon un rapport réalisé par l'Institut national du cancer en 2015, la consommation excessive de viande rouge et de charcuterie serait le facteur favorisant le plus la survenue du cancer colorectal, juste devant le surpoids et l'obésité. L'alcool,

qui n'est cité qu'en 3^e position, constitue pourtant un facteur de risque majeur, d'ailleurs largement impliqué dans bon nombre d'autres cancers (cancers des voies aéro-digestives, cancer du sein...).

LES BONNES HABITUDES À PRENDRE

Heureusement, notre mode de vie donne aussi l'occasion de renforcer notre protection naturelle, notamment contre le cancer colorectal.

> **Pratiquée régulièrement, l'activité physique** diminue le risque de cancer du côlon, de 18% à 29% selon le type d'exercice et son intensité (et probablement également le risque de cancer de l'endomètre et du sein après la ménopause).

Un vrai levier de prévention quand on sait que seulement un quart à un tiers des adultes pratiquent au moins 30 minutes d'activité physique quotidienne...

> **La consommation de 5 fruits et légumes par jour** n'est pas recommandée à la légère : leur effet bénéfique serait associé à leur teneur en divers nutriments et constituants tels que les fibres qui diminuent également le risque de cancer de la bouche, du pharynx, du larynx, de l'œsophage, de l'estomac et du poumon.

> **La consommation de lait** par les adultes est également associée à une diminution du risque de cancer colorectal. ■





QUELS CANCERS PEUT-ON DÉPISTER?

Il n'existe pas de dépistage pour tous les cancers. Et les dépistages ne sont recommandés que si les bénéfices en termes de vies sauvées l'emportent de beaucoup sur les inconvénients.

Les dépistages présentent un bénéfice majeur quand ils permettent de repérer un cancer avant que des symptômes apparaissent. Ils permettent ainsi d'engager des soins plus tôt (qui sont généralement moins lourds) et de gagner du temps sur la maladie. Parmi les cancers dont le dépistage est possible et devrait être pratiqué systématiquement, 3 font l'objet d'une recommandation par l'OMS : le cancer du sein, le cancer colorectal et le cancer du col de l'utérus.

ORGANISÉ OU PAS, LE DÉPISTAGE EST UN GESTE SIMPLE

Les 2 premiers font l'objet d'un programme national de dépistage organisé, systématiquement proposé tous les 2 ans aux populations concernées. Le dépistage du cancer du sein par mammographie est ainsi pratiqué depuis plus de 10 ans, et celui du cancer colorectal depuis bientôt 7 ans.

Le dépistage du cancer du col de l'utérus repose sur une démarche individuelle de la part des femmes de 25 à 65 ans. Il s'effectue par un frottis réalisé tous les 3 ans par un médecin généraliste, un gynécologue, une sage-femme ou un centre de santé. D'autres dépistages peuvent également être recommandés sans être généralisés. C'est le cas de celui du mélanome, pour lequel un examen de la peau devrait être pratiqué chaque année par un dermatologue ou un médecin généraliste sur les personnes dites à risque (peau claire ou très exposée au soleil, nombreux grains de beauté, etc.). ■

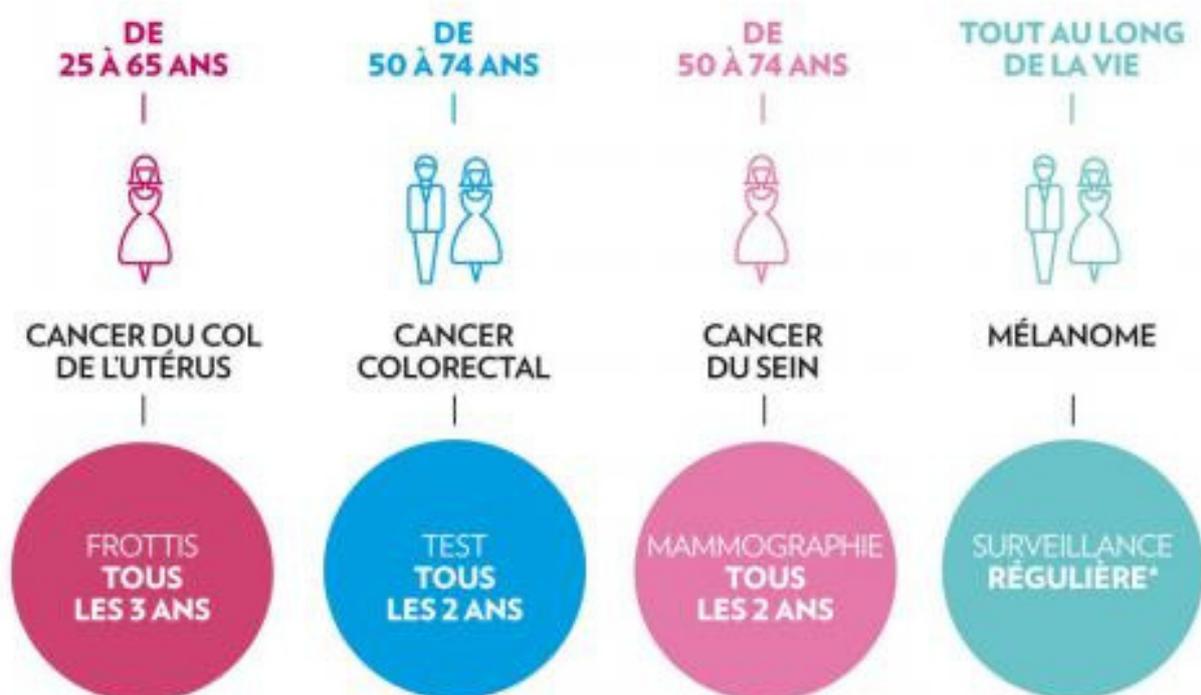
DÉPISTAGES : QUOI, QUAND ET POURQUOI?

Pour bien connaître les dépistages recommandés selon votre âge, votre sexe et vos antécédents, retrouvez page suivante le calendrier des dépistages recommandés.

LE CANCER COLORECTAL EN EUROPE

Dans la région « Europe » de l'Organisation mondiale de la santé, 450 000 nouveaux cas de cancer colorectal sont encore signalés chaque année (232 000 décès). 65 % de tous les nouveaux cas sont observés dans les pays à revenu élevé avec, selon l'OMS, des facteurs de risque étroitement liés au mode de vie (alimentation, consommation d'alcool, sédentarité).

UN DÉPISTAGE RÉGULIER PEUT VOUS SAUVER LA VIE



PARLEZ-EN MAINTENANT À VOTRE MÉDECIN

Plus d'informations sur e-cancer.fr

* Il est recommandé de surveiller particulièrement votre peau (auto-examen de la peau tous les trimestres et examen par un dermatologue tous les ans) si vous avez la peau claire, si vous avez de nombreuses taches de rousseur ou de nombreux grains de beauté, si vous avez eu des coups de soleil étant jeune, si vous êtes soumis à une forte exposition solaire ou si l'un des membres de votre famille a déjà eu un mélanome.