



Je choisis  
le Programme.  
Et vous?

**Une mammographie,**  
un geste précieux pour  
votre santé.

Agence de la santé  
et des services  
sociaux de la Capitale-  
Nationale

Québec



PROGRAMME  
QUÉBÉCOIS  
DE DÉPISTAGE  
DU CANCER  
DU SEIN

Région de la Capitale-Nationale

## Qu'est-ce que le Programme québécois de dépistage du cancer du sein?

Le Programme invite toutes les femmes du Québec âgées de 50 à 69 ans à passer une mammographie de dépistage tous les deux ans. C'est le seul examen de dépistage reconnu

scientifiquement pour réduire le nombre de décès dus au cancer du sein. Le dépistage par mammographie permet de trouver un cancer du sein plus tôt, augmentant les chances d'en guérir.

### Le Programme vous offre la possibilité :

- de passer gratuitement une mammographie de dépistage dans des Centres de dépistage désignés (voir leurs coordonnées au verso) répondant à des normes de qualité;
- d'avoir accès à des examens additionnels plus rapidement, lorsque nécessaire;
- de recevoir de l'aide grâce aux services de soutien psychosocial.

### Vous recevrez :

- une lettre servant d'ordonnance vous permettant de prendre rendez-vous pour une mammographie de dépistage à partir de 50 ans;
- le résultat de votre mammographie de dépistage;
- une nouvelle lettre tous les deux ans pour passer une mammographie, et ce, jusqu'à l'âge de 69 ans.

Les femmes de 70 ans et plus doivent demander une ordonnance à leur médecin. Le Groupe d'étude canadien sur les soins de santé préventifs recommande maintenant la mammographie de dépistage systématique aux 2 à 3 ans jusqu'à 74 ans. Pour plus d'information sur les **avantages**, les **inconvenients** et les **limites** de la mammographie, visitez le site [www.msss.gouv.qc.ca/mammographie](http://www.msss.gouv.qc.ca/mammographie).

## Comment puis-je me préparer à la mammographie?

### La journée de l'examen :



ne mettez pas de déodorant, de poudre, de crème ou de parfum sur vos seins ni sur vos aisselles (ni la veille). Ces produits provoquent de fausses images;



retirez tous les bijoux portés au cou et aux oreilles;



portez un deux-pièces, car vous devrez vous dévêtir jusqu'à la taille.

### Si vous avez les seins sensibles :

- lorsque vous prendrez votre rendez-vous, demandez de passer la mammographie dans les 10 jours suivant le début de vos menstruations;
- certaines femmes ont remarqué qu'éviter la consommation de café, de thé, de chocolat et de cola durant les deux semaines précédant l'examen peut diminuer l'inconfort.

### À quoi sert la compression du sein?

Lors de la mammographie, chacun de vos seins sera compressé entre deux plaques. Cette compression du sein est nécessaire pour :

- étaler la glande et ainsi obtenir une meilleure image de l'intérieur du sein;
- diminuer la quantité nécessaire de radiations.

Prenez l'exemple d'une grappe de raisins.

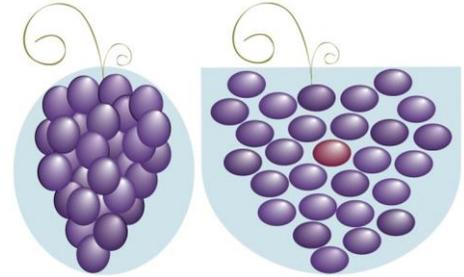


Illustration : Julie Boucher

La seule façon de voir un raisin au centre de la grappe est d'étaler celle-ci. Il en va de même pour repérer une tumeur ou une masse dans le sein.

**Visionnez la vidéo du déroulement de la mammographie au [www.depistagesein.ca](http://www.depistagesein.ca).**

### Qui me donnera le résultat de ma mammographie?

**Le Centre de coordination des services régionaux (CCSR)** vous enverra une lettre de résultat dans les deux semaines suivant votre mammographie.

**et** **Le Centre de dépistage désigné (CDD)** transmettra le rapport de la mammographie au médecin ou à l'infirmière praticienne spécialisée (IPS) que vous aurez désigné.

### À quel résultat dois-je m'attendre?

Il se peut que vous ayez à passer des examens additionnels, surtout lors d'une première mammographie.

Ces examens peuvent être :

**9 fois sur 10, la mammographie sera normale.**

- une mammographie supplémentaire;
- une échographie du sein;
- une biopsie du sein (dans certains cas seulement).

En tout temps, même lorsque le résultat de votre mammographie est normal, si vous observez un changement à vos seins, parlez-en à votre médecin ou à votre IPS.

**Ne vous inquiétez pas inutilement!**  
Dans plus de 90% des cas, les résultats des examens additionnels sont normaux.

**Si j'ai besoin d'examens additionnels, où puis-je les passer?**

Vous pouvez passer votre mammographie ou votre échographie\* :

- dans **les Centres de dépistage désignés (CDD)**;
- au **Centre de référence pour investigation désigné (CRID)** de l'Hôpital du Saint- Sacrement du CHU de Québec qui offre gratuitement tous les examens additionnels (voir leurs coordonnées au verso).

\*Il y a des frais pour l'échographie dans un centre de dépistage privé.

**Qui me donnera le résultat de mes examens additionnels?**

C'est votre médecin traitant ou votre IPS qui vous donnera le résultat de vos examens additionnels.

Communiquez avec votre médecin ou votre IPS si vous n'avez pas eu vos résultats.

**Vous êtes anxieuse?**

N'hésitez pas à communiquer avec **l'intervenante psychosociale** du **Centre de coordination des services régionaux (CCSR)** de la Capitale-Nationale au **418 682-7994** ou **sans frais au 1 877 682-7596**.

**En plus de passer ma mammographie aux 2 ans, Il est important que :**

- je demeure attentive à mes seins;
- je consulte mon médecin ou l'IPS sans tarder, si je note un changement à mes seins;
- j'informe mon médecin ou l'IPS, si des membres de ma famille ont eu un cancer du sein. Cela pourrait exiger un dépistage différent.



## Quel est le rôle du Centre de coordination des services régionaux (CCSR)?

Voir au bon fonctionnement du Programme et à la coordination de l'ensemble des activités.

S'assurer que les femmes ayant besoin d'examen additionnels soient suivies par un médecin ou une IPS.

**Pour information : 418 682-7596  
ou sans frais au : 1 877 682-7596**

## Où prendre rendez-vous pour une mammographie de dépistage? Centres de dépistage désignés (CDD)

### Pour les territoires de l'agglomération de QUÉBEC



> **Clinique radiologique Audet  
(anciennement au Centre médical Berger)**  
1180, rue des Sœurs-du-Bon-Pasteur, bureau 240  
Québec G1S 0B1 Tél. : **418 681-6121**



> **Clinique radiologique de la Capitale**  
4225, 4<sup>e</sup> Avenue Ouest  
Québec G1H 6P3 Tél. : **418 628-8291**



> **Clinix La Cité**  
2600, boulevard Laurier, bureau 295  
Québec G1V 4T3 Tél. : **418 653-9933**



> **Clinique radiologique Saint-Louis**  
3165, chemin Saint-Louis, bureau 130  
Québec G1W 4R4 Tél. : **418 653-1890**



> **Radiologie Mailloux (Centre médical Mailloux)**  
1900, avenue Mailloux, bureau 110  
Québec G1J 5B9 Tél. : **418 667-6041**

---

## Pour le territoire de CHARLEVOIX

Centre de santé et de services sociaux de Charlevoix



> **Point de service Baie-Saint-Paul**

Hôpital de Baie-Saint-Paul

74, rue Ambroise-Fafard

Baie-Saint-Paul G3Z 2J6 Tél. : **418 435-5818**



> **Point de service La Malbaie**

Hôpital de La Malbaie

303, rue Saint-Étienne, C.P. 340

La Malbaie G5A 1T1 Tél. : **418 665-1723**

---

## Pour le territoire de PORTNEUF

Centre de santé et de services sociaux de Portneuf



> **Hôpital régional de Portneuf  
et CLSC Saint-Raymond**

700, rue Saint-Cyrille

Saint-Raymond G3L 1W1 Tél. : **418 337-4611**

Où prendre rendez-vous pour des examens additionnels?

À l'un des Centres de dépistage désignés (CDD) ou au



> **Centre de référence pour investigation désigné  
(CRID) Hôpital du Saint-Sacrement du CHU de  
Québec**

1050, chemin Sainte-Foy

Québec G1S 4L8 Tél. : **418 682-7926**

Ligne réservée aux médecins: **418 682-7927**

Télec. : 418 682-7666

[www.depistagesein.ca](http://www.depistagesein.ca)