

## Témoignages de quatre participantes au programme de dépistage du cancer du sein

Témoignages recueillis en avril 2015

### Danièle, 52 ans

*Danièle a reçu un diagnostic de cancer du sein à l'âge de 50 ans après sa première mammographie réalisée dans le cadre du programme.*

« Je suis quelqu'un de plutôt rigoureuse, je ne laisse pas traîner les choses. Alors quand j'ai reçu l'invitation du Centre de dépistage, à 50 ans, je me suis dit : bon, voilà, 50 ans, il faut y aller ! J'ai tout de suite fixé un rendez-vous et deux semaines après je suis allée faire la mammographie. Pour moi c'était une simple formalité, comme à l'école lorsqu'on nous faisait une radio des poumons. Mais voilà, c'était mon premier dépistage et j'avais déjà quelque chose. [...]

Les premiers clichés n'étaient pas bons, ils ont aperçu quelque chose de louche, deux taches. Ils ont fait un ultrason et une biopsie. Une des taches s'est avérée cancéreuse. C'était infiniment petit : 8mm. Je suis d'une nature plutôt calme, zen, posée, je n'ai pas paniqué. C'était un cancer de stade 3. [...] Je me suis dit : encore un coup dur ! Mais c'était un mal pour un bien, parce que ça a été pris vite. J'ai eu de la chance, la mammographie m'a sauvé la vie.

Lorsque je suis allée faire la mammographie, à 50 ans, je ne sentais absolument rien, je n'avais pas de boule. Il ne faut pas dire « je ne sens rien, donc je n'ai rien », parce que lorsque la tumeur est encore petite, il n'y a pas de symptômes : pas de malaise, pas de fatigue, pas de signes avant-coureurs. C'est pour cela qu'il faut dépister. Je suis devenue une militante du dépistage : je dis autour de moi que le dépistage a été une vraie chance pour moi. Si je n'avais pas reçu la lettre d'invitation à 50 ans, je ne serais pas allée faire la mammographie. Et mon cancer n'aurait pas pu être pris à temps. J'avais une petite tumeur, mais très agressive. Je dis aux personnes de mon entourage : même si vous n'êtes pas encore malades, lorsque vous recevez l'invitation, allez vous faire dépister ! Je pense qu'il faut profiter de la technologie pour augmenter ses espoirs de vivre. [...]

Ma sœur avait repoussé plusieurs fois son rendez-vous, jusqu'à ce qu'elle apprenne mon diagnostic. Je lui ai dit : si tu avais été dans ma situation, tu n'aurais peut-être plus été là. La mammographie, ça ne te prend que deux heures, ce n'est rien du tout et ça peut te sauver la vie. Après, tu es au clair et s'il y a quelque chose, c'est pris en charge tout de suite et ça peut te sauver. [...]

Dans la tête de beaucoup de personnes, cancer est toujours égal à mourir. Il faut changer ça. Mais pour cela, il faut que les femmes participent au dépistage.»

### Maya, 58 ans

*Maya a reçu un diagnostic de cancer du sein à l'âge de 54 ans suite à la mammographie périodique réalisée dans le cadre du programme.*

« Je n'avais jamais vraiment réfléchi au dépistage avant de recevoir l'invitation. Lorsque je l'ai reçue, j'ai pris rendez-vous, un peu par « obéissance ». Si on devait me découvrir un cancer, pour moi, il était important que ce soit un diagnostic précoce, qu'il puisse être soigné à temps et que j'évite les conséquences : la radiothérapie, la chimiothérapie, le syndrome du gros bras, les mutilations... [...] J'étais persuadée qu'il n'y avait rien. Mais pas au point de ne pas participer. [...]

Avant de faire la première mammographie, j'avais des craintes. Est-ce qu'en écrasant le sein, on n'allait pas faire plus de mal ? J'ai posé la question au radiologue et il m'a rassurée. [...]

Je ne vois pas le dépistage comme une contrainte, même s'il faut faire un téléphone pour prendre rendez-vous. J'ai trouvé le personnel extrêmement aimable. J'ai toujours été bien accueillie. [...]

Il y a beaucoup de temps qui s'écoule entre le moment où l'on reçoit la lettre qui invite à prendre contact avec son gynécologue pour des examens complémentaires et le moment où un diagnostic est posé : l'attente pour avoir un rendez-vous chez le gynécologue, les examens, la biopsie, l'attente des résultats... Durant cette période, on réfléchit beaucoup, on se dit : et si vraiment c'était un cancer ? [...]

La mammographie m'a sauvée la vie. Si je n'avais pas participé, à un moment donné, on l'aurait palpée, cette tumeur. Et là, ça aurait été chimiothérapie, ablation, encore plus de mutilation... Même si la mammographie peut être contraignant, il y a beaucoup de bénéfices. [...]

J'encourage vraiment les femmes à participer au programme de dépistage. La douleur ressentie lors de la mammographie est supportable ; les nouveaux appareils sont plus rapides. [...]

Que ce soit cher ou pas, le dépistage, je suis pour ! La vie d'une femme, qu'est-ce que ça coûte ? Si l'on met dans la balance le coût d'une mammographie et du programme de dépistage avec tous les bénéfices, d'un point de vue purement économique : pour ma part, j'ai pu réintégrer mon travail après 4 mois seulement, je gagne ma vie comme avant... »

### **Sarah\*, 74 ans**

*Sarah a reçu un diagnostic de cancer à l'âge de 73 ans dans le cadre du programme.*

« Même si je n'avais pas mal, je suis allée. Je me suis dit, c'est gratuit, pourquoi je n'irais pas ? Je ne sentais rien, je n'avais pas mal, mais la mammographie a trouvé une tumeur. La tumeur était encore très petite. Sans la mammographie, on n'aurait rien trouvé. Si vous sentez quelque chose, vous allez chez le docteur. Mais là, je ne sentais rien. Je ne serais pas allée chez le docteur sans l'invitation du Centre. Et aujourd'hui je serais peut-être morte. [...] Plus une tumeur grandit, plus c'est dangereux. Le dépistage, ça m'a sauvé la vie. [...]

Je dis à toutes les personnes que je connais de faire la mammographie. C'est rien la douleur, c'est rien ça, c'est deux minutes. C'est vrai que ce n'est pas agréable, mais ça vaut la peine. Il y a beaucoup de personnes qui ont cette maladie, mais que ne le savent pas. »

### **Odette, 68 ans**

*Odette participe régulièrement au programme de dépistage depuis l'âge de 50 ans. Elle a reçu deux diagnostics « faux positifs » : en 2008 et en 2014.*

« Après la mammographie, ma gynécologue m'a téléphoné pour me dire que le résultat n'était pas bon. C'était un vendredi soir, j'ai dû attendre jusqu'au lundi pour en savoir plus. Durant le week-end, je me voyais déjà avec un cancer du sein, en fin de vie, je me disais que je ne pourrais plus faire de montagne. Ensuite, je suis allée faire un ultrason. Là, on m'a dit qu'il n'y avait rien, que c'était certainement des ombres sur le cliché qui avaient mis le doute. Il s'est passé la même chose l'année dernière : ma gynécologue m'a appelée pour refaire la mammographie et l'ultrason. Après la mammographie, ils m'ont dit que tout était en ordre. Durant ces deux expériences, j'ai eu peur pour rien, j'ai imaginé le pire. J'étais vraiment en soucis. [...] Mais malgré tout, j'ai toujours continué à prendre rendez-vous pour la mammographie de dépistage. Même s'il faut vivre ce sentiment d'angoisse, c'est important d'être rassurée. Ces deux expériences ont été vraiment angoissantes, mais je me dis que s'ils avaient vraiment découvert quelque chose avec la mammographie, j'aurais pu être sauvée. Ça aurait pu être un cancer, mais heureusement ce n'était pas le cas. J'ai eu une terrible chance. Dans tous les cas, je n'ai aucun regret et je continuerai de participer au programme de dépistage. [...]

Aujourd'hui, j'encourage mes copines à faire régulièrement des mammographies, ça fait partie de la vie. C'est très important, c'est vital, ça peut sauver des vies. »

\* Prénom d'emprunt