

# Ce que vous devez savoir sur le cancer du sein

**NYC**  
**HEALTH+**  
**HOSPITALS**



Votre santé, notre priorité.

**NYC**  
**HEALTH+**  
**HOSPITALS**

Appelez pour prendre rendez-vous  
**1-844-NYC-4NYC (1-844-692-4692)**



RESTEZ CONNECTÉ. SUIVEZ NOUS.

[nychealthandhospitals.org](https://nychealthandhospitals.org)

Le cancer du sein est le deuxième type de cancer le plus répandu chez les femmes. La bonne nouvelle est que de nombreuses femmes peuvent guérir du cancer du sein s'il est détecté et traité alors qu'il est encore à un stade précoce.



## Qu'est-ce qu'une mammographie ?

La mammographie est le meilleur examen de dépistage précoce du cancer du sein. Il s'agit d'une série de radiographies du sein qui permettent aux médecins de rechercher les premiers signes d'un cancer du sein.

Les mammographies sont très sûres. Passer une mammographie prend environ 20 minutes, et cela peut vous sauver la vie. L'examen est pris en charge par la plupart des régimes d'assurance maladie. NYC Health + Hospitals propose également des mammographies gratuites ou à faible coût.

## Quand devrais-je passer une mammographie ?

Il est recommandé à toutes les femmes âgées de 40 à 74 ans de passer une mammographie tous les deux ans.

Les femmes de moins de 40 ans ou de plus de 74 ans doivent consulter leur médecin et décider si elles doivent ou non passer une mammographie.

## Quels sont les signes du cancer du sein ?

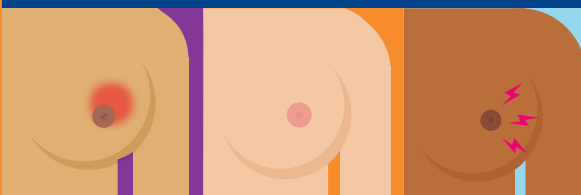
Certaines femmes présentent des signes et symptômes du cancer du sein. Et d'autres femmes n'en présentent aucun. Les symptômes peuvent être les suivants :



+ Apparition d'une masse dans le sein ou dans l'aisselle

+ Épaississement ou gonflement d'une partie du sein

+ Capitonage de la peau des seins



+ Rougeur ou peau squameuse au niveau du mamelon ou du sein

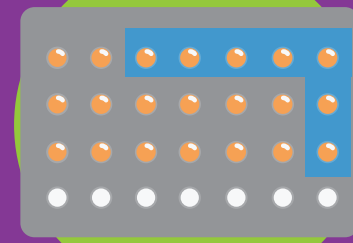
+ Inversion ou invagination du mamelon

+ Douleur dans le sein

**Consultez votre médecin si vous présentez l'un de ces symptômes.**

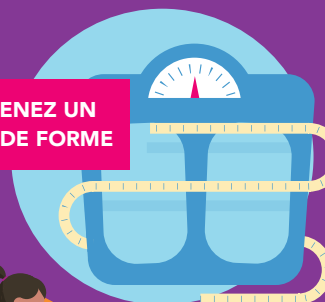
## Que puis-je faire pour réduire mes risques de développer un cancer du sein ?

Mener un style de vie sain dès le plus jeune âge peut aider à réduire vos risques de développer un cancer du sein :



**CONSULTEZ VOTRE MÉDECIN POUR CONNAÎTRE LES RISQUES LIÉS À LA PRISE D'UN TRAITEMENT HORMONAL DE SUBSTITUTION OU D'UNE PILULE CONTRACEPTIVE**

**MAINTENEZ UN POIDS DE FORME**



**FAITES RÉGULIÈREMENT DE L'EXERCICE**



**ARRÊTEZ DE FUMER**



**LIMITEZ VOTRE EXPOSITION AUX RAYONNEMENTS DES EXAMENS D'IMAGERIE MÉDICALE TELS QUE LES RAYONS X, LES SCANNERS ET LES PET SCAN**

**LIMITEZ VOTRE CONSOMMATION D'ALCOOL, PAS PLUS D'UN VERRE PAR JOUR**



**ALLAITEZ VOS ENFANTS**



N'oubliez pas que le cancer du sein peut être traité lorsqu'il est détecté à un stade précoce. Parlez dès aujourd'hui de la santé de vos seins à votre équipe de soins.