

la division cellulaire. Ce phénomène accroît le risque de voir apparaître un stade précurseur du cancer ou un cancer du col de l'utérus.



Le cancer du col de l'utérus fait partie des rares types de cancer qui peuvent être décelés et traités précocement. Il est donc important que les femmes se soumettent régulièrement à des examens gynécologiques de dépistage et fassent faire un «frottis» (test Pap). A l'aide d'une spatule ou d'une petite brosse, le ou la gynécologue prélève des cellules du col de l'utérus afin d'y rechercher d'éventuelles transformations malignes. Le prélèvement est indolore. Cette méthode permet de déceler déjà les stades précurseurs du cancer du col de l'utérus qui peuvent généralement être traités de manière relativement douce.

Les filles et les jeunes femmes ont la possibilité de se faire vacciner pour éviter une infection par certains types de HPV. Ces vaccins ne protègent cependant pas de toutes les souches de HPV et les frottis restent donc indispensables, même pour les femmes vaccinées.

Que faire

- ▶ Ne pas fumer ou arrêter de fumer.
- ▶ Effectuer un frottis (ou un test HPV) tous les 3 ans à partir de 21 ans et jusqu'à 70 ans.
- ▶ Si l'on constate des saignements vaginaux (entre les règles, après la ménopause ou suite à un rapport sexuel), des écoulements malodorants, des douleurs dans le bas-ventre ou une perte de poids inexplicable, consulter son médecin.

Faut-il parler de son orientation sexuelle à son médecin ?

A vous de voir dans quelle mesure vous vous sentez à l'aise pour aborder cette question. Votre sexualité ne sera pas la cause directe d'un cancer mais elle peut avoir une influence indirecte. Si votre médecin dispose de ce type d'information, il ou elle pourra adapter ses conseils et les soins proposés.

Ce dépliant est le résultat d'un projet de l'ILGA, « Association Internationale des Gays et Lesbien(ne)s », avec la « Fondation Belge contre le cancer » et l'aide de groupes belges locaux. Il a ensuite été complété par l'association française « La différence en Question ». La présente version a été traduite et adaptée pour la Suisse par Santé PluriELLE, groupe spécialisé de l'organisation suisse des lesbiennes LOS.

Disponible en français, allemand et italien.

Un dépliant sur la consultation gynécologique est également disponible.

Commande de dépliants :
www.sante-sexuelle.ch/shop

Informations sur la santé sexuelle :
www.klamydias.ch et www.sex-i.ch

Autres informations :
www.sante-plurielle.ch



www.ilga.org



www.los.ch



www.sante-plurielle.ch

Document réédité grâce au soutien de :



www.sante-sexuelle.ch



www.lestime.ch



www.fonds-respect.ch

4^e édition actualisée : juin 2018 – Graphisme : atelier chatty ecoffey



Cancer du col de l'utérus
Cancer du sein



Pour toutes les femmes
qui aiment les femmes

Pourquoi cette information vous concerne?

Les femmes qui aiment les femmes ont-elles plus de risques de développer un cancer du sein ou du col de l'utérus que les autres?

Etre lesbienne ou bisexuelle n'influence pas directement la fréquence de ces cancers. Mais il existe certains facteurs de risque particuliers chez les femmes qui aiment les femmes.

S'accepter comme femme lesbienne ou bisexuelle, c'est aussi prendre soin de soi et s'occuper de sa santé!

- Par crainte de réactions homophobes ou parce qu'elles utilisent plus rarement un traitement contraceptif, les lesbiennes et les femmes bisexuelles consultent moins les médecins et se soumettent plus rarement à des examens de dépistage (mammographie ou frottis) qui permettraient la détection précoce d'un éventuel cancer du sein ou du col de l'utérus.
- Elles ont moins souvent un enfant avant l'âge de 30 ans.
- Certaines études indiquent que les femmes lesbiennes et bisexuelles pourraient être plus nombreuses à fumer et à consommer abusivement de l'alcool que les femmes hétérosexuelles.
- Suite à des pressions sociales ou familiales, elles peuvent parfois se sentir déprimées et prennent alors moins soin de leur santé.

Les femmes lesbiennes et bisexuelles qui ne présentent pas ces facteurs de risque spécifiques ont exactement la même probabilité de développer un cancer que les femmes hétérosexuelles.

Pourquoi cette information concerne aussi les personnes trans*?

Même si le risque de cancer chez les personnes trans* sous hormonothérapie n'est pas plus élevé que chez les personnes cisgenres, celles-ci peuvent aussi être touchées par un cancer du sein ou des organes génitaux.

Les femmes trans* prenant des œstrogènes et les hommes trans* qui n'ont pas eu de mastectomie peuvent développer un cancer du sein et devraient se faire dépister comme les femmes cis. Un certain risque persiste après la mastectomie.

Pour les femmes trans* avec un néovagin, un contrôle gynécologique régulier est indiqué. Ce contrôle doit comprendre un examen de la prostate, qui est conservée lors de l'opération de réassignation.

Les hommes trans* qui possèdent encore des ovaires ou un utérus devraient également effectuer des contrôles gynécologiques réguliers.

Cancer du sein

Facteurs de risque

- ▶ Etre une femme.
- ▶ Le risque d'être touchée augmente avec l'âge. 4 patientes atteintes sur 5 ont plus de 50 ans au moment du diagnostic.
- ▶ Avoir une mère, une sœur ou une fille ayant eu un cancer du sein. Le risque augmente encore si la proche parente est tombée malade avant 50 ans ou si plusieurs membres de la famille sont touchés.
- ▶ Ne pas avoir d'enfant ou avoir eu son premier enfant après 30 ans.
- ▶ Avoir été réglée avant 12 ans.
- ▶ Etre ménopausée après 55 ans.
- ▶ Prendre des hormones (œstrogènes/progestatifs) pendant plusieurs années pendant ou après la ménopause.
- ▶ Consommer de l'alcool.
- ▶ Etre en surpoids.
- ▶ Prendre du poids après la ménopause.
- ▶ Avoir un mode de vie sédentaire (peu de sport, d'activités physiques...).

Mais attention : les cancers du sein atteignent souvent des femmes qui pourtant ne présentent aucun facteur de risque particulier. De même, avoir une ou plusieurs prédispositions ne signifie pas que l'on développera automatiquement la maladie!

Que faire

- ▶ Adapter son mode de vie si nécessaire : davantage d'activité physique, éviter le surpoids, limiter sa consommation d'alcool, s'abstenir de fumer, manger équilibré et varié avec beaucoup de fruits et de légumes.
- ▶ Pratiquer régulièrement l'autoexamen des seins.
- ▶ Pratiquer le dépistage par mammographie à partir de 50 ans (ou plus tôt pour les personnes qui présentent des facteurs de risque particuliers).

Autoexamen

- ▶ Chaque mois, idéalement les jours suivants les règles ou un jour fixe dans le mois si vous n'avez pas de règles.
- ▶ Examen visuel attentif des deux seins.
- ▶ Par palpation, recherchez n'importe quelle modification du sein par rapport au mois précédent.



En le faisant régulièrement, vous connaîtrez mieux vos seins et deviendrez capable de sentir toute modification inhabituelle. En cas de d'anomalie, consultez votre gynécologue. Une fois par an, demandez également à votre médecin ou gynécologue de vous examiner les seins (examen visuel et palpation).

Dépistage

A partir de 50 ans (ou plus tôt si vous avez des antécédents familiaux), abordez le thème de la mammographie (radiographie des seins) avec votre gynécologue. Le dépistage ne permet pas d'éviter l'apparition d'un cancer. En revanche, il est en mesure, dans la grande majorité des cas, de conduire à un diagnostic précoce, c'est-à-dire de découvrir un éventuel cancer bien avant qu'il ne devienne visible ou palpable, ce qui augmente fortement les chances de guérison. Autre avantage : la découverte d'un très petit cancer permet le plus souvent de conserver le sein. De plus en plus de cantons souscrivent à un programme de dépistage du cancer du sein qui prévoit une mammographie tous les deux ans pour toutes les femmes entre 50 et 69 (ou 74) ans. Les mammographies effectuées dans ce cadre sont remboursées par l'assurance-maladie de base.

Plus d'informations : www.depistage-sein.ch

Cancer du col de l'utérus

Presque tous les cas de cancer du col de l'utérus sont provoqués par des virus, les papillomavirus humains (HPV). Sur les 100 types de HPV, une quinzaine sont cancérogènes. Les deux plus fréquents se trouvent chez environ 70 % des femmes atteintes d'un cancer du col de l'utérus.

Les HPV se transmettent par contact peau à peau ou lors de relations sexuelles, y compris lors de relations entre femmes. On admet qu'environ 70 à 80 % des personnes sexuellement actives (femmes et hommes) seront infectées au moins une fois dans leur vie par un HPV. Parfois, ces virus causent des verrues sur les organes génitaux, l'anus ou, plus rarement, dans la bouche. Mais en général, les infections à HPV passent inaperçues et guérissent sans laisser de séquelles. On peut donc soi-même être porteuse du virus sans le savoir et sans rien remarquer d'anormal. Dans certains cas, l'infection devient chronique. Les virus s'incrémentent alors dans les cellules du col de l'utérus et y stimulent