



Société
canadienne
du cancer

Canadian
Cancer
Society

Détection précoce et dépistage

Information à l'intention des hommes



Le cancer : une lutte à finir

1 888 939-3333 | www.cancer.ca

Détection précoce et dépistage

Information à l'intention des hommes

Difficile de savoir pourquoi une personne aura le cancer plutôt qu'une autre. On pourrait croire qu'on ne peut échapper au cancer, mais on peut faire plusieurs choses pour réduire les risques. Vivre sainement et s'occuper de sa santé constituent de bonnes bases.

Le présent document décrit quatre cancers communs chez les hommes qui peuvent être détectés très tôt à l'aide de tests de dépistage ou en consultant son médecin lorsque des signes ou des symptômes apparaissent. Il s'agit des cancers de la **prostate**, du **testicule**, de la **peau** et **colorectal**. Plusieurs symptômes peuvent être causés par des problèmes beaucoup moins sérieux que le cancer. Parlez-en à votre médecin pour vous en assurer. Si un cancer ne peut être évité, les traitements ont de meilleures chances de réussir si la maladie est détectée tôt.

Détection précoce et dépistage

On parle de **détection précoce** lorsqu'on trouve un cancer à un stade peu avancé. Lorsqu'un cancer est détecté tôt, il est plus facile à traiter. L'identification des symptômes et des bilans de santé réguliers aident à la détection précoce. Soyez attentifs aux signes que vous envoie votre corps et ne négligez aucun changement. Le plus tôt vous signalerez des symptômes à votre médecin, le plus rapidement les traitements pourront débuter.

Le **dépistage** est la détection précoce d'un cancer grâce à des tests sans que vous n'ayez de symptôme. Plusieurs types de cancer ne peuvent être dépistés, mais certains autres peuvent l'être avant même l'apparition de symptômes. Ces tests permettent de dépister un cancer à son stade le plus préliminaire et le plus facile à traiter. Certains tests de dépistage permettent également de détecter des conditions précancéreuses qui peuvent être traitées avant le développement d'un cancer. Si un test de dépistage indique quelque chose d'inhabituel, des tests de suivi seront nécessaires.

Les programmes offrant des tests de dépistage de certains types de cancer sont offerts partout au Canada. Ils peuvent toutefois varier d'une province à l'autre. Ces programmes de dépistage sont offerts aux personnes appartenant à des groupes d'âge précis et n'ayant aucun symptôme ou signe de cancer. S'il y a dans votre famille des antécédents d'un cancer précis, vous pourriez être à risque de développer un cancer et ainsi être

testé à un plus jeune âge ou plus souvent. Parlez à votre médecin d'un programme personnel de tests.

Il est important de savoir qu'aucun test de dépistage de cancer n'est sûr à 100 %. Par exemple, un test de dépistage peut révéler la présence d'un cancer alors qu'il n'y en a pas, et vice-versa. Mais ces tests sauvent tout de même des vies.

Cancer de la prostate

Le cancer de la prostate prend naissance dans les cellules de la prostate. Il s'agit du cancer le plus répandu chez les hommes au Canada. Il est diagnostiqué le plus souvent chez les hommes de plus de 65 ans. Les hommes ayant des antécédents familiaux ou des ancêtres d'origine africaine ont un plus haut risque de contracter la maladie à un plus jeune âge.

Que pouvez-vous faire?

Si vous êtes âgé de 50 ans ou plus, parlez à votre médecin des avantages et des inconvénients associés au test de dépistage du cancer de la prostate.

S'il y a eu des cas de cancer de la prostate dans votre famille ou si vous êtes d'ascendance africaine, vous faites partie des groupes à risque. Discutez avec votre médecin de la possibilité de passer des tests avant l'âge de 50 ans.

Les tests suivants servent à la détection précoce du cancer de la prostate :

- **Toucher rectal** : un examen physique de la prostate par le rectum. Le médecin insère un doigt ganté dans le rectum afin de palper la prostate et de détecter toute masse ou irrégularité.
- **Test de l'antigène prostatique spécifique (APS)** : une analyse sanguine qui permet de mesurer le taux d'une substance appelée antigène prostatique spécifique produite par la prostate.

Le test de l'APS et le toucher rectal peuvent détecter le cancer de la prostate à un stade précoce, mais ils peuvent également provoquer de *fausses alertes* ou ne pas dépister un cancer existant. Dans certains cas, ils permettent de détecter un cancer de la prostate qui ne représente pas de menace pour votre santé. Il est important de discuter avec votre médecin de votre risque personnel de développer un cancer de la prostate de même que des avantages et des risques des tests.

Ce qu'il faut surveiller

Les signes et les symptômes suivants peuvent être causés par un cancer de la prostate ou par un autre problème de santé comme une inflammation ou une hypertrophie de la prostate. Consultez votre médecin si vous éprouvez les signes et les symptômes suivants :

- le besoin fréquent d'uriner, en particulier la nuit;
- le besoin pressant d'uriner;
- la difficulté de commencer à uriner ou cesser d'uriner;
- l'incapacité d'uriner;
- la faiblesse, la diminution ou l'intermittence du jet urinaire;
- une sensation de vidange incomplète de la vessie;
- une sensation de brûlure ou de douleur pendant la miction;
- la présence de sang dans l'urine ou le sperme;
- une éjaculation douloureuse.



Cancer du testicule

Le cancer du testicule prend naissance dans les cellules d'un testicule. Bien que ce type de cancer soit très rare, les hommes âgés de 15 à 49 ans sont plus à risque de le développer. Le traitement du cancer du testicule est habituellement efficace, surtout si la maladie a été dépistée tôt.

Que pouvez-vous faire?

Examinez régulièrement vos testicules afin de connaître leur état normal. Le meilleur moment pour le faire est immédiatement après le bain ou la douche alors que les muscles du scrotum sont détendus. Consultez votre médecin si vous remarquez quelque chose d'inhabituel.

Prévoyez des examens de routine au cours desquels votre médecin examinera vos testicules.

Ce qu'il faut surveiller

Les signes et les symptômes suivants peuvent être causés par un cancer du testicule ou par d'autres problèmes de santé. Consultez votre médecin si vous éprouvez les signes et les symptômes suivants :

- une bosse sur un testicule;
- une douleur dans un testicule;
- une sensation de lourdeur ou des tiraillements dans le bas de l'abdomen ou le scrotum;
- une douleur sourde dans le bas de l'abdomen et à l'aîne.

Cancer colorectal

La plupart des cancers colorectaux se forment dans les cellules qui tapissent l'intérieur du côlon ou du rectum. Au Canada, il s'agit du troisième type de cancer le plus fréquent, tant chez les hommes que chez les femmes. Le cancer colorectal se développe souvent de façon prévisible et pendant une longue période de temps sans qu'aucun symptôme ne se manifeste, puisque la cavité abdominale (sous l'estomac) offre beaucoup d'espace pour qu'une tumeur s'y développe. Les tests de dépistage peuvent révéler un cancer colorectal avant que les symptômes se déclarent. Il peut habituellement être guéri s'il est dépisté rapidement.

Que pouvez-vous faire?

Si vous êtes âgé de 50 ans et plus, vous devriez passer un test de recherche de sang occulte dans les selles au moins tous les 2 ans. Ce test permet de voir si les selles contiennent des traces de sang visibles seulement au microscope. La présence de sang ne signifie pas nécessairement que vous avez le cancer, mais pourrait être causée, par exemple, par des polypes (des excroissances non cancéreuses), des ulcères ou même des hémorroïdes.

Tout résultat positif au test de recherche de sang occulte dans les selles pourrait être suivi :

- **d'une coloscopie** : une méthode qui permet au médecin d'examiner la paroi du côlon à l'aide d'un mince tube muni d'une lumière et d'une caméra;
- **d'une sigmoïdoscopie** : une méthode qui permet au médecin d'examiner la paroi du rectum et la partie inférieure du côlon à l'aide d'un mince tube muni d'une lumière et d'une caméra;
- **d'un lavement baryté en double contraste** : une radiographie du gros intestin avec utilisation d'une solution barytée qui permet au médecin de voir plus clairement la paroi du côlon.

Certains hommes sont plus susceptibles d'avoir un cancer colorectal que la moyenne des gens et ont intérêt à discuter avec leur médecin de la fréquence des tests si :

- un parent, un frère ou une sœur ou un enfant a déjà été atteint d'un cancer colorectal (particulièrement s'il a été diagnostiqué avant l'âge de 45 ans);
- ils ont des antécédents personnels de la maladie;
- ils sont déjà atteints d'affections intestinales inflammatoires ou de polypes;
- ils sont atteints de certains syndromes héréditaires, comme la polypose adénomateuse familiale, ou de cancer colorectal héréditaire sans polypose.

Ce qu'il faut surveiller

Les signes et les symptômes suivants peuvent être causés par un cancer colorectal ou par d'autres problèmes de santé. Consultez votre médecin si vous éprouvez les signes et les symptômes suivants :

- des malaises abdominaux divers (ballonnements, sensation de plénitude ou crampes);
- des selles inhabituelles (diarrhée ou constipation) durant une période prolongée et sans cause apparente;
- la présence de sang dans les selles (de couleur très foncée ou rouge vif);
- des selles plus étroites qu'à l'habitude;
- un besoin pressant de vider les intestins;
- une sensation de vidange incomplète des intestins;
- des nausées ou des vomissements;
- une sensation de très grande fatigue;
- une perte de poids.

Cancer de la peau

Les différents types de cancer de la peau (le carcinome basocellulaire, le carcinome spinocellulaire et le mélanome) se forment dans les diverses cellules de la peau. Le carcinome basocellulaire et le carcinome spinocellulaire sont très fréquents au Canada, mais ils peuvent généralement être traités avec un taux de succès très élevé.

Que pouvez-vous faire?

Le meilleur moyen de prévenir le cancer de la peau est de se protéger des rayons du soleil. Voici quelques trucs pour y arriver :



- Protégez-vous ainsi que les vôtres, en particulier entre 11 h et 16 h, lorsque les rayons du soleil sont les plus ardents, ou à toute heure du jour lorsque l'indice UV atteint 3 ou plus. Demeurez à l'ombre, sous un arbre, un auvent ou un parasol, et essayez de planifier les activités extérieures avant 11 h ou après 16 h.
- Couvrez vos bras, vos jambes et votre tête. Portez des vêtements amples et légers faits d'un tissu serré. N'oubliez pas de porter un chapeau qui protège votre tête, votre visage, vos oreilles et votre cou.
- Appliquez une crème solaire dont le facteur de protection solaire (FPS) est d'au moins 15. N'oubliez pas d'appliquer de la crème solaire lorsque le temps est nuageux ou pendant l'hiver.

- Portez des lunettes de soleil afin de ne pas abîmer vos yeux. Choisissez des lunettes de soleil teintées uniformément, aux lentilles moyennement ou très foncées, offrant une protection contre les UVA et les UVB.
- Évitez d'utiliser les dispositifs de bronzage artificiel. Tout comme le soleil, la lumière émise par les installations de bronzage et les lampes solaires contient des rayons ultraviolets qui brûlent la peau, la font vieillir prématurément et augmentent le risque de cancer de la peau.
- Examinez votre peau régulièrement. Apprenez à connaître votre peau et signalez tout changement à votre médecin.

Ce qu'il faut surveiller

Les signes et les symptômes suivants peuvent être causés par un cancer de la peau ou par d'autres problèmes de peau. Consultez votre médecin si vous éprouvez les signes et les symptômes suivants :

- modification de la forme, de la couleur ou de la taille d'une tache de naissance ou d'un grain de beauté;
- toute plaie qui ne guérit pas;
- toute plaque de peau qui saigne, démange ou devient rouge et bosselée.



Prévenir le cancer

Vivez sainement. Faites des choix santé.

- Évitez de fumer et protégez-vous de la fumée secondaire.
- Soyez actif et mangez sainement afin de maintenir un poids santé.
- L'alcool augmente le risque de cancer. En réduisant votre consommation, vous réduisez votre risque.
- Protégez votre peau des rayons UV : limitez votre exposition au soleil et évitez l'utilisation des lits de bronzage.
- Un apport adéquat en vitamine D est essentiel à votre santé. Elle peut provenir de la lumière du soleil, de votre alimentation, ou de suppléments.

Soyez vigilant. Soyez proactif.

- En apprenant à bien connaître votre corps, vous saurez reconnaître les signes de cancer.
- Si vous constatez un changement dans votre état de santé, n'hésitez pas à le signaler à votre médecin.
- En passant des tests de dépistage, vous facilitez une détection précoce du cancer.
- Informez-vous de vos antécédents familiaux en matière de cancer.
- Comprenez comment les hormones et les infections affectent votre risque de cancer.
- Au travail comme à la maison, évitez le contact avec des substances nocives.

Prenez position. Contribuez à réduire les risques, pour tous.

- En partageant vos connaissances, vous pouvez sensibiliser votre communauté aux actions à prendre pour réduire les risques de cancer.
- Vous pouvez contribuer à réduire les risques de cancer pour les générations futures.
- Sur le plan des politiques publiques, réclamez des mesures favorisant la santé pour tous.
- Découvrez comment vous pouvez appuyer la Société dans son combat dès aujourd'hui.

Plus d'information

Pour en savoir davantage sur la détection précoce et le dépistage :

- consultez un spécialiste en information, du lundi au vendredi, entre 9 h et 18 h, en composant le numéro sans frais suivant : **1 888 939-3333**;
- envoyez-nous un courriel à : **info@sic.cancer.ca**;
- visitez notre site Web au : **www.cancer.ca**;
- communiquez avec le bureau le plus près de chez vous de la Société canadienne du cancer.



Nous aimerions connaître votre opinion

Envoyez-nous un courriel à reactionpublications@cancer.ca si vous avez des commentaires ou des suggestions pour nous aider à rendre cette brochure plus utile à tous nos lecteurs.

Ce que nous faisons

La Société canadienne du cancer lutte contre le cancer :

- en faisant tout son possible pour prévenir le cancer;
- en subventionnant la recherche pour déjouer le cancer;
- en fournissant des outils aux Canadiens touchés par le cancer, en les informant et en leur apportant du soutien;
- en revendiquant des politiques gouvernementales en matière de santé pour améliorer la santé des Canadiens;
- en motivant les Canadiens à se joindre à ses efforts dans la lutte contre le cancer.

Pour en savoir davantage sur le cancer, pour connaître nos services ou pour faire un don, communiquez avec nous.



Société
canadienne
du cancer

Canadian
Cancer
Society

Le cancer : une lutte à finir

1 888 939-3333 | www.cancer.ca

Ces renseignements généraux, colligés par la Société canadienne du cancer, ne sauraient en aucun cas remplacer les conseils d'un professionnel de la santé.

Le contenu de cette publication peut être copié ou reproduit sans permission; cependant, la mention suivante doit être utilisée : *Détection précoce et dépistage : Information à l'intention des hommes*. Société canadienne du cancer, 2007.