

DOSSIER SANTÉ

CETTE SEMAINE

LES CANCERS DE LA PEAU (2)

Plus on les traite précocement, plus les chances de guérison augmentent.

Sauver sa peau

DERMATOLOGIE ▶ Le nombre des cancers de la peau ne cesse d'augmenter. Une bonne connaissance de sa peau, une protection solaire optimale et un dépistage précoce permettraient de limiter les dégâts.

BERNARD-OLIVIER SCHNEIDER

C'est quasi épidermique... A mesure que s'installent griseilles et frimas, on se prend à rêver mer émeraude et sable blanc, cocotiers frémissants et ciel sans nuage, le corps délicieusement léché par les chauds pinceaux de l'astre du jour! Reste que ce bon vieux soleil n'est pas toujours synonyme de songerie et de bien être. Goûtés sans modération, ses rayons ultraviolets sont source de tumeurs. Ainsi, on recense en moyenne chaque année en Suisse quelque 15 000 nouveaux cas de cancer de la peau. Dans la première partie de notre dossier (lire NF du 22 octobre), nous avons passé en revue les six différents phototypes de peau, ainsi que les principaux cancers: les carcinomes basocellulaires, les carcinomes spinocellulaires et les mélanomes malins. Deuxième volet aujourd'hui: plein feu sur les traitements et la prévention avec le Dr Nathalie Künzle, dermatologue à Monthey.

Quelles sont les causes des cancers de la peau?

Les principaux responsables sont les rayons ultraviolets A (UVA) et B (UVB) du soleil. Ils peuvent endommager les noyaux des cellules de l'épiderme, ce qui provoque une prolifération cellulaire anarchique, donc une tumeur. Permettez-moi un aparté: j'ai parfois des patientes qui me disent aller au solarium juste avant l'été, pour «préparer leur peau au soleil». En sa-

chant que lors d'une séance au solarium, votre peau reçoit une dose d'UVA six fois supérieure à celle du soleil au zénith, ce sont surtout des dégâts qu'on inflige à sa peau! Et je n'épilguerai pas sur les solariums automatisés, où l'état des lampes peut carrément être sujet à caution... Je décourage donc vivement cette pratique.

Existe-t-il des prédispositions au cancer de la peau?

Oui. Il y a d'abord des prédispositions génétiques, familiales. Ensuite, il y a votre type de peau: le phototype I (peau et yeux clairs) court plus de risque que le II, le II que le III et ainsi de suite (lire NF du 22 octobre). Le risque augmente si l'on a eu des «coups de soleil», si l'on a de nombreux grains de beauté ou si l'on prend un traitement immunosuppresseur. Certaines régions sont aussi plus sensibles si l'on a subi une radiothérapie, ou si l'on a été contaminé par certains pathogènes comme les papillomavirus.

Quelles sont les parties du corps les plus touchées?

80% des carcinomes basocellulaires et 60% des spinocellulaires siègent sur la tête et le cou, deux régions très exposées aux rayons du soleil.



On ne lésinera pas sur la crème solaire! LDD

Les mélanomes, eux, peuvent se situer n'importe où, même sur la plante du pied.

NOTRE EXPERTE
Dr Nathalie Künzle

Dermatologue, Monthey



Comment traitez-vous un cancer de la peau?

Il faut être clair: le traitement est le plus souvent chirurgical. Il s'agit d'extirper la tumeur dans sa totalité. Parfois, dans le cadre d'un mélanome malin épais, on recherche et excise le ganglion lymphatique voisin, appelé ganglion sentinelle, afin de vérifier qu'il n'y a pas encore de métastase. Après le traitement, une surveillance prolongée est nécessaire pour dépister une récurrence et s'assurer qu'il ne s'installe pas d'autres lésions suspectes. Au surplus, ces patients de-

ront bien sûr prendre les mesures de protection habituelles contre le soleil.

Quelles sont les chances de guérison?

Traités précocement, les carcinomes basocellulaires et spinocellulaires guérissent définitivement dans plus de neuf cas sur dix. Les métastases sont rares. Il en va autrement avec le mélanome malin, un cancer potentiellement agressif qui peut faire des métastases et entraîner la mort. Lorsque le mélanome traité a moins d'un millimètre d'épaisseur, les chances de survie à cinq ans sont de 95%. Lorsque la tumeur a plus de quatre millimètres d'épaisseur, les chances de survie à cinq ans ne sont hélas plus que de 42 à 65%.

Existe-t-il des pistes de prévention contre le cancer de la peau?

En premier lieu, je voudrais dire que moi aussi j'apprécie

le soleil, qu'il n'y a pas lieu de paniquer ou de ne plus sortir... A quelque part, l'homme est un être capable de vivre à l'extérieur! Une grande partie de la population toutefois a l'habitude de trop s'exposer au soleil. Un minimum de prévention est souhaitable. Il y a d'abord la prévention primaire: éviter les coups de soleil, surtout dans l'enfance, rester à l'ombre entre 11 h et 15 h en été, porter un chapeau ou une casquette, des lunettes de soleil et ne pas hésiter à acheter des vêtements anti-UV si l'on pratique une activité très exposée au soleil, les sports nautiques, par exemple. On appliquera aussi une crème solaire, en quantité suffisante et en réitérant l'application. On choisira un produit ayant un indice de protection d'au minimum 20. Par ailleurs, il n'est pas inutile de consulter les indices UV que publient chaque jour les quotidiens régionaux.

EN CHIFFRES

4% QUI PÈSENT LOURD!

Les rayons du soleil sont des rayons électromagnétiques. Ils se composent de:

52% de lumière visible, qui donne couleurs et lumière à l'environnement.

44% de rayons infrarouges, responsables de la sensation de chaleur sur la peau.

4% de rayons ultraviolets (UV), invisibles.

Deux types de rayons UV nous atteignent:

95% sont des ultraviolets de type A. Les UVA provoquent un hâle léger et superficiel, ils sont responsables du vieillissement de la peau, d'allergies et du développement de cancers de la peau.

5% sont des ultraviolets de type B. Les UVB provoquent les coups de soleil, favorisent le bronzage comme le développement de cancers de la peau.

Source: Ligue suisse contre le cancer

MINIQUIZZ

Docteur Künzle, passons à la prévention secondaire?

Il s'agit d'abord de procéder, dans l'idéal tous les trois mois, à un auto-examen de sa peau. But: surveiller l'évolution de ses grains de beauté. Comment? En observant la règle ABCD: A comme asymétrie, B comme bords, C comme coloration et D comme dynamique (voir ci-dessous). Le message que j'aimerais faire passer, c'est qu'il y a lieu de consulter un médecin dès qu'on remarque un grain de beauté suspect ou changeant d'aspect. Plus on traite tôt, plus les chances de guérir sont grandes.

La Suisse figure parmi les pays les plus touchés par le cancer de la peau. Pourquoi?

Effectivement, avec en moyenne 15 000 nouveaux cas de cancer de la peau par an, dont 1700 mélanomes, la Suisse fait pâle figure en comparaison internationale. Il y a plusieurs explications possibles. En premier lieu, nous sommes un des premiers pays à avoir mis sur pied des campagnes d'information sur les dangers d'une surexposition solaire. Nous faisons aussi du dépistage gratuit avec le bus itinérant «Solmobile». Or, plus on informe, plus on dépiste et plus on découvre des tumeurs... Autres explications possibles: un accès aisé aux montagnes, régions à forte radiation solaire; le développement des loisirs en plein air; l'évolution de la mode vestimentaire, qui dénude les corps; et pour terminer le vieillissement de la population.

ADRESSES UTILES

Le site de la Ligue suisse contre le cancer www.liguesuisse.ch

Un test pour déterminer son phototype www.typepeau.ch

Le site dédié au mélanome malin www.melanoma.ch

PARTENARIAT

Cette page a été réalisée avec l'appui de:

- DFIS Service cantonal de la santé publique
- Promotion Santé Valais
- Ligue valaisanne contre les toxicomanies

LA RÈGLE A-B-C-D

Tache pigmentée bénigne		Tache pigmentée suspecte	
A = Asymétrie		C = Coloration	
Forme régulière et symétrique	Forme irrégulière et non symétrique	Couleur uniforme	Couleurs diverses, taches
B = Bords		D = Dynamique	
Bords réguliers et contours délimités	Bords irréguliers non correctement délimités	Sans évolution	Modifications (taille, couleur, forme ou épaisseur)

Examinez vos taches cutanées 3 à 4 fois par année afin d'en observer les changements

Source: Ligue suisse contre le cancer