

# LE MAG SANTÉ



LE SAVIEZ-VOUS?

## Sein et prostate

sont les cancers les plus fréquents chez les plus de 50 ans en Valais

**MÉDECINE PRÉVENTIVE** C'est au patient de s'informer et de faire des choix. Témoignages d'experts.

# Dépister une maladie, oui mais...

CHRISTELLE MAGAROTTO

La semaine dernière, les associations valaisannes de lutte contre le cancer dévoilaient leur maquette de sein géant dans les villes de Glis et de Monthey. «Les hommes aussi étaient curieux», s'amuse Nadine Tridondane. Le programme cantonal mené par le Centre valaisan de dépistage du cancer du sein, dont elle est la responsable administrative, s'adresse avant tout aux femmes âgées de 50 à 70 ans.

**«Certains peuvent envisager un dépistage alors qu'il n'est pas recommandé de façon systématique.»**



**DR NICOLAS DEFABIANI**  
CHEF DU SERVICE D'UROLOGIE À L'HÔPITAL DE SION

Le centre profite du mois international du cancer du sein, soit octobre, pour concentrer ses efforts de sensibilisation auprès de l'ensemble de la population. «Ils étaient surtout curieux de savoir à quoi ressemble l'intérieur d'un sein», reprend Nadine Tridondane en parlant des réactions du public de Monthey. En l'occurrence, un décor d'écrans présentant des informations sur la maladie et son dépistage.

«Une fois informés, ils peuvent encourager les femmes de leur entourage à se faire dépister. C'est gratuit», reprend la responsable. «Douze mille femmes ont suivi notre programme en Valais l'an dernier.» Selon l'Observatoire valaisan de la santé, environ 220 cas, tous âges confondus, sont diagnostiqués chaque année dans le canton. La responsable juge le programme valaisan efficace. Alors que depuis vingt ans, la population vieillit et le nombre de cas augmente dans le can-

ton, «le nombre de décès reste relativement stable.» Grâce au dépistage tous les deux ans, les tumeurs sont découvertes plus tôt. L'amélioration de leur prise en charge permet de diminuer la mortalité par cancer du sein.

### Recommandations pesées

Tout dépistage n'est cependant pas organisé. «Il faut qu'un effet tangible sur la mortalité soit démontré», explique Jean-Bernard Moix, directeur de Promotion Santé Valais. «Il ne doit pas non plus engendrer de coûts démesurés par rapport aux bénéfices attendus». Son association a mené une campagne d'affichage ces trois dernières années en faveur du dépistage de la broncho pneumopathie chronique obstructive (BPCO). Les 5% de la population souffrent de cette maladie en Suisse, ce qui représente 14 000 personnes en Valais. Le test de spirométrie, qui détermine si la capacité pulmonaire est ou non diminuée, n'est toutefois pas recommandé à tout le monde. «Les 80% des patients atteints de BPCO sont des fumeurs», note le directeur. L'objectif du dépistage est de détecter la maladie à un stade précoce. «Ses premiers effets sont perceptibles à partir de 45 ans», explique Jean-Bernard Moix. Si elle est détectée, il existe certes des médicaments, «mais l'arrêt du tabac constitue la mesure la plus efficace pour conserver une qualité de vie le plus longtemps possible et éviter de souffrir d'un handicap pulmonaire.» Pour que le dépistage de la BPCO ait une réelle pertinence, il faut donc qu'il soit envisagé dans une démarche plus large.

### Le libre arbitre à cœur

«Selon les situations, tous les dépistages ne sont pas recommandés. Certains sont utiles, d'autres non», souligne le Dr Arnaud Chiolerio, médecin épidémiologue à l'Observatoire valaisan de la santé à Sion. «L'approche de type décision partagée patient-médecin est de plus en plus répandue pour ceux dont le bénéfice n'est pas clair», analyse-t-il. Le Dr Nicolas Defabiani, responsable du service d'urologie de l'hôpital de Sion, souligne à son tour l'importance du libre arbitre dans l'approche préventive.

DÉPISTAGE	QUAND DÉPISTER ?	BON À SAVOIR
♀ CANCER DU COL DE L'UTÉRUS	20 à 65 ans 	3 ans En Valais, c'est le 5ème cancer le plus fréquent
♀ CANCER DU SEIN	50 à 70 ans 	2 ans En Valais, en moyenne 220 cas détectés par an et 40 décès
♂♀ DYSLIPIDÉMIES (concentration anormalement élevée de lipides)	Dès 35 ans  Dès 45 ans 	Les maladies qui en découlent (accident vasculaire cérébral et infarctus du myocarde) sont la principale cause de mortalité en Valais et dans les pays développés
♂♀ TENSION ARTÉRIELLE	Dès 20 ans 	
♂♀ CANCER COLORECTAL	Dès 50 ans 	En Valais, par an, en moyenne 90 cas détectés et 40 décès pour les hommes, 60 cas détectés et 30 décès pour les femmes
♂ CANCER DE LA PROSTATE	Dès 50 ans 	L'efficacité du dépistage est discutable, en parler à son médecin



### Bilan de santé: «Ce ne doit pas être un banal contrôle des 50 000!»

Les dépistages ciblés sont de plus en plus recommandés parmi les populations à risque. Le bilan de santé l'est toutefois de moins en moins pour les personnes en bonne santé générale. Jacques Cornuz, médecin chef à la polyclinique médicale universitaire de Lausanne commente: «Le bilan de santé ne doit pas se vivre comme un

banal contrôle des 50 000 chez le garagiste. S'il y a prise de sang et recherche préventive de maladie, le bénéfice est bien souvent modeste. L'analyse révèle souvent des problèmes mineurs et les pousse à être soignés alors qu'ils n'en n'auraient pas toujours besoin. Sans forcément mesurer de plus graves.

Il faut s'éloigner de la vision mécanistique et triomphante de la médecine, pour privilégier le dialogue avec le patient. Ainsi on peut mieux appréhender ces besoins, comme les facteurs à risque qu'il présente éventuellement. Et donc mieux cibler les examens dont qui lui sont nécessaires.»

«Certaines personnes peuvent envisager un dépistage alors qu'il n'est pas recommandé de façon systématique.» Notamment ce-

lui du cancer de la prostate. Le dépistage par mesure de l'antigène spécifique prostatique (PSA) soulève plus de ques-

tions qu'il n'en résout. Le PSA peut indiquer une tumeur, mais aussi des problèmes bénins comme une infection ou

une hyperplasie\*, sans les distinguer. «S'il s'agit bien d'un cancer, rien n'indique sa dangerosité», critique encore le spécialiste.

### Dangerosité variable

Si on pratiquait une autopsie sur un groupe d'hommes âgés de plus de 70 ans, illustre le Dr Defabiani, plus de 50% d'entre eux présenteraient des tumeurs de la prostate. «La plupart seraient morts pour une autre raison.» Il existe en effet des tumeurs de la prostate à évolution lente, mais aussi d'autres plus agressives et parfois diagnostiquées à un stade incurable. «La difficulté est de trouver le traitement approprié.» L'urologue revient sur le cas d'Angelina Jolie pour illustrer «une attitude maximaliste». Cet été, l'actrice subissait une mastectomie préventive, soit une ablation des seins, à la suite d'un examen génétique poussé\*. Les résultats révélaient 70% de chance de développer un cancer. «Il lui restait 30% de chance d'en rattrapper», commente Nicolas Defabiani. Et du temps encore pour appréhender un suivi. «Elle avait deux chances sur trois de développer une maladie grave et d'être contrainte à un traitement pénible», rétorque Jacques Cornuz, médecin chef à la Polyclinique médicale universitaire (PMU) de Lausanne. Qu'importe la polémique, même pour les spécialistes. L'actrice a sacrifié un mythe sur l'autel de la précaution. «Le dépistage est un processus durant lequel la personne doit faire des choix», conclut le spécialiste. La plupart ne sont pas aussi radicaux, mais dans tous les cas, au final, c'est le patient qui tranche.

\* 1: Croissance démesurée de la glande favorisée par l'avancée en âge.  
2: Le dépistage classique consiste en une mammographie.

**L'ANTIDOTE**  
L'émission Antidote de Canal 9 de lundi 21 octobre prochain portera sur le «Dopage au quotidien, une béquille chimique». Diffusion à 19h, puis rediffusion à 21h et 23h. Et le week-end les samedi et dimanche soirs suivants à 20 heures.

EN BREF

## Concours six mois sans fumer, défi lancé aux classes valaisannes

Les 17% des écoliers de 15 ans fument en Valais. Certains commencent avant l'âge de 12 ans. L'Association suisse de prévention du tabagisme organise à nouveau cette année, le concours Expérience non-fumeur. Des classes de sixième pri-

maire et du secondaire s'inscrivent et s'engagent à ne pas fumer pendant six mois. Les enseignants leur dispensent une information par le biais de matériel pédagogique mis à leur disposition. A l'issue du concours, deux bons de voyage sont tirés

au sort pour les classes valaisannes. Depuis 2000, 821 classes valaisannes ont participé à ce concours. Ce programme a donc sensibilisé quelque 15 000 élèves à la thématique du tabac depuis ses débuts. **COM**



Expérience non-fumeur 2013-2014 dure du 11 novembre 2013 au 11 mai 2014.

Inscriptions jusqu'au 31 octobre 2013 sur [www.experiencononfumeur.ch](http://www.experiencononfumeur.ch)

Plus d'informations sur [www.cipretvalais.ch](http://www.cipretvalais.ch)

PARTENARIAT



DFIS Service cantonal de la santé publique  
[www.vs.ch/sante](http://www.vs.ch/sante)



Promotion Santé Valais  
[www.promotionsantevalais.ch](http://www.promotionsantevalais.ch)



[www.addiction-valais.ch](http://www.addiction-valais.ch)

Les pages santé déjà parues peuvent être consultées sur notre site: <http://www.lenouvelliste.ch/fr/dossiers/detail/pages/articles-1431-206563>