

## Qu'est-ce que la densité mammaire?

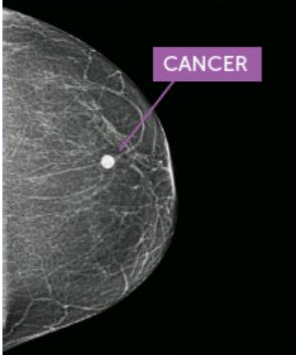
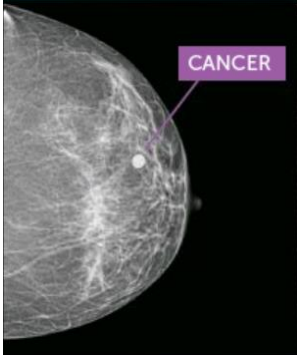
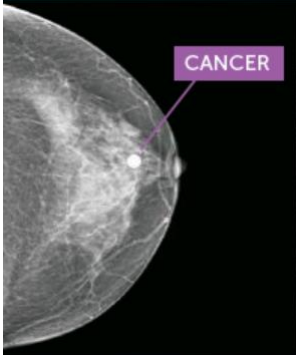
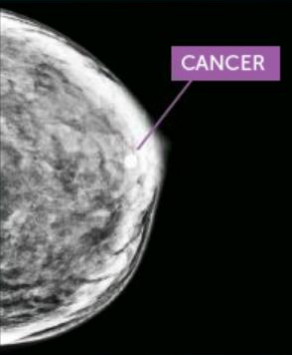
Répondre à vos questions sur vos résultats et pourquoi la densité mammaire est importante

### Qu'est-ce que la densité mammaire?

Les seins sont composés de deux types principaux de tissus : le tissu fibroglandulaire et le tissu adipeux. Le tissu fibroglandulaire apparaît dense sur un cliché mammaire, alors que ce n'est pas le cas pour le tissu adipeux. La plupart des femmes ont un mélange de tissu (adipeux) dense et non dense dans leurs seins. La quantité de tissu dense par rapport à la quantité de tissu non dense dans vos seins est appelée communément votre **densité mammaire**. Il est normal et très courant d'avoir n'importe quelle quantité de tissu mammaire dense.

### Comment puis-je savoir la quantité de tissu mammaire dense que j'ai?

La quantité de tissu dense dans vos seins est mesurée par un radiologue à l'aide du système d'imagerie mammaire, de rapports et de données Breast Imaging Reporting and Data System (BI-RADS). Votre évaluation BI-RADS se trouve sur la lettre des résultats de votre mammographie. La quantité de tissu mammaire dense augmente avec chaque lettre :

Catégorie	BI-RADS A	BI-RADS B	BI-RADS C	BI-RADS D
<b>Description</b>				
	Vos seins se composent presque entièrement de tissu (adipeux) non dense.	Vos seins se composent principalement de tissu (adipeux) non dense, avec quelques zones éparses de tissu dense.	Vos seins se composent d'un mélange de tissu (adipeux) non dense et de tissu dense.	Vos seins se composent presque entièrement de tissu dense.
	10 % des femmes ont la classification	40 % des femmes ont la classification	40 % des femmes ont la classification	10 % des femmes ont la classification
	BI-RADS A	BI-RADS B	BI-RADS C	BI-RADS D
Le cancer devient plus difficile à voir sur un cliché mammaire à mesure que la densité mammaire augmente.				

Votre densité mammaire ne peut être observée que sur un cliché mammaire et n'est pas liée à la taille ou à la sensation de vos seins. Elle varie d'une personne à l'autre et peut diminuer ou changer au fil du temps, particulièrement à mesure que les femmes vieillissent.

### Pourquoi devrais-je connaître ma densité mammaire?

Il y a deux raisons importantes pour lesquelles vous devriez connaître votre densité mammaire :

- 1) Les recherches indiquent que le risque de cancer du sein augmente à mesure que la quantité de tissu dense dans un sein augmente. Cependant, la densité mammaire n'a qu'une faible incidence sur votre risque global. Vous ne devriez pas être alarmée si vous avez un tissu mammaire dense, mais vous devriez parler à votre fournisseur de soins de santé de votre risque global de cancer du sein.
- 2) Le tissu mammaire dense peut compliquer la détection du cancer sur un cliché mammaire. Le tissu mammaire dense normal semble blanc. Les masses ou les tumeurs mammaires semblent également blanches, de sorte qu'un tissu dense

peut cacher certaines tumeurs. C'est pourquoi il est important de parler à votre fournisseur de soins de santé si vous remarquez des changements dans vos seins, même si vous avez eu récemment une mammographie normale.

**POUR DE PLUS AMPLES RENSEIGNEMENTS** : consultez [www.screeningbc.ca/breast](http://www.screeningbc.ca/breast) pour de plus amples renseignements et pour voir une vidéo éducative sur la densité mammaire.

## DENSITÉ MAMMAIRE : CE QUE VOUS

### D'autres tests sont-ils offerts pour les seins denses?

Actuellement, il n'y a pas suffisamment de preuves scientifiques pour recommander d'autres tests fondés uniquement sur la densité mammaire :

- Les preuves montrent que d'autres tests, comme l'échographie mammaire, peuvent permettre de détecter d'autres cancers chez les personnes ayant un tissu mammaire dense.
- Cependant, l'échographie mammaire peut avoir un taux élevé de résultats faussement positifs. Il s'agit d'un résultat de test anormal qui s'avère normal après d'autres tests (qui peuvent comprendre une biopsie ou une chirurgie). Consultez votre fournisseur de soins de santé pour déterminer si l'échographie mammaire est un test à envisager.

### Si j'ai des seins denses, ai-je toujours besoin d'une mammographie?

Oui. Une mammographie est le seul test de dépistage qui permet de réduire les décès par cancer du sein. De nombreux cancers sont observés sur les clichés mammaires, même si vous avez un tissu mammaire dense.

### À part subir des mammographies régulières, que dois-je faire d'autre?



#### Familiarisez-vous avec vos seins

Tout le monde, indépendamment de leur âge ou de leur densité mammaire, devrait se familiariser avec l'apparence et la sensation de leurs seins. Si vous remarquez des changements dans vos seins, vous devriez consulter votre fournisseur de soins de santé, même si vous avez eu récemment une mammographie normale.



#### Comprenez votre risque global de cancer du sein

Même si le tissu mammaire dense est un facteur de risque de cancer du sein, le fait d'avoir un tissu mammaire dense à lui seul ne signifie pas que vous courez un risque « élevé » de développer la maladie au cours de votre vie. La densité mammaire diminue habituellement avec l'âge.



#### Prenez des mesures pour réduire vos risques

Bien qu'il n'y ait aucun moyen sûr de prévenir le cancer du sein, vous pouvez prendre certaines mesures pour réduire les risques qui y sont associés :

- 1) Maintenez un poids santé et un mode de vie actif.
- 2) Limitez la consommation d'alcool.
- 3) Allaitez si possible.
- 4) Évaluez les risques et les avantages de l'hormonothérapie pour les symptômes de la ménopause.

Pour de plus amples renseignements sur la réduction de vos risques de cancer du sein, consultez le [www.fiveplus.ca](http://www.fiveplus.ca)

## Quoi d'autre détermine mes risques de cancer du sein?

Outre la densité mammaire, il y a d'autres facteurs de risque à considérer :

- L'âge – vos risques augmentent avec l'âge.
- Les antécédents personnels de cancer du sein (c.-à-d. si vous avez eu un cancer du sein).
- Les antécédents de cancer du sein chez un membre de la famille au premier degré (mère, fille ou sœur).
- Certaines mutations génétiques héréditaires, dont BRCA1 et BRCA2.

Parlez à votre fournisseur de soins de santé de vos risques de cancer du sein. Ces connaissances vous aideront à déterminer vos prochaines étapes.

Vos renseignements personnels sont recueillis et protégés contre toute utilisation et divulgation non autorisées, conformément à la *Loi sur la protection des renseignements personnels* et, le cas échéant, à la *Loi sur l'accès à l'information et la protection de la vie privée*. Ces renseignements ne peuvent être utilisés et divulgués que dans la mesure prévue par ces lois et seront utilisés pour l'assurance de la qualité et divulgués aux professionnels de la santé qui fournissent des soins ou lorsque la loi l'exige. Toute question concernant la collecte de renseignements par BC Cancer peut être adressée au directeur des opérations, Dépistage du cancer (adresse : 801 – 686 West Broadway, Vancouver BC V5Z 1G1, Web : [www.screeningbc.ca](http://www.screeningbc.ca) ou par courriel : [screening@bccancer.bc.ca](mailto:screening@bccancer.bc.ca)). Cette brochure est également offerte dans d'autres langues, notamment en pendjabi et en chinois. Consultez le [www.screeningbc.ca](http://www.screeningbc.ca) pour accéder à des versions traduites.

## Communiquez avec nous

BC Cancer Breast Screening  
801-686 West Broadway  
Vancouver, BC V5Z 1G1

Téléphone: 1-800-663-9203  
Courriel: [screening@bccancer.bc.ca](mailto:screening@bccancer.bc.ca)  
Web: [www.screeningbc.ca/breast](http://www.screeningbc.ca/breast)