

VIVRE COMME AVANT : UNE DOUBLE MISSION

**Vivre
comme avant.**
Association cancer du sein

L'association Vivre Comme Avant a une double mission :

Offrir un accompagnement émotionnel individuel aux femmes soignées pour un cancer du sein.

Cet accompagnement est réalisé par des femmes bénévoles qui ont, elles aussi, vécu cette maladie, et qui sont formées à l'écoute et à la relation d'aide auprès de malades.

Il intervient à tout moment du parcours de soins (dès le diagnostic, pendant et après les traitements, et même longtemps après) et notamment lors de visites pendant l'hospitalisation, ou en ville, ou lors de contacts téléphoniques.

Promouvoir le dépistage du cancer du sein

Cette action consiste à :

- participer à des événements notamment Octobre Rose, au sein des hôpitaux et cliniques, auprès du grand public, des étudiants...
- communiquer les messages-clés de prévention et de dépistage sur notre site internet et sur les réseaux sociaux.

**« NOUS SOMMES CONVAINCUES
DE L'INTÉRÊT DU DÉPISTAGE
QUI PERMET DE DÉTECTER UN
CANCER DU SEIN.
UN STADE PRÉCOCE. »**

10 000
femmes accompagnées par an

100
bénévoles

Une implantation nationale
dans **40** villes de France

Une présence
dans **70** hôpitaux et cliniques

+ de 40 ans
d'existence

Le dépistage sauve des vies et évite des traitements lourds

Nous sommes convaincues de l'intérêt du dépistage qui permet de détecter un cancer du sein à un stade précoce et de le traiter lorsqu'il est encore peu étendu.

Pour les femmes qui sont concernées, cela va leur sauver la vie et cela va aussi leur éviter des traitements lourds, parfois longs, invasifs, par exemple bénéficier d'une chirurgie du sein partielle et non pas d'une mastectomie totale, ou ne pas avoir de chimiothérapie (La chimiothérapie n'est pas systématique et ne concerne qu'une femme sur deux). Ce sont deux traitements qui peuvent provoquer des effets secondaires et des troubles émotionnels et psychologiques à court et long terme (anxiété, dépression).



Faire ou ne pas faire la mammographie - Témoignages

Nous rencontrons de très nombreuses femmes, pendant leur hospitalisation, et notamment après une mastectomie, dont le cancer a été détecté lors du dépistage.

- **Certaines ont fait la mammographie**, comme d'habitude, tous les 2 ans. Bien sûr, c'est le choc mais « Heureusement que j'ai fait la mammo, ça a été pris à temps ».
- Pour d'autres, c'est plus compliqué car elles n'ont pas fait de mammographie « J'ai laissé trainer la lettre de la sécu », « J'aurais dû... », « J'ai oublié », « J'avais peur de l'examen, peur d'avoir mal ».

Elles éprouvent alors une forte culpabilité et sont dans une grande détresse. Cette culpabilité peut être accentuée par les mots des proches « Mais pourquoi tu ne l'as pas fait ? ».

- Pour d'autres encore, le Covid a décalé les mammographies de contrôle et malheureusement cela a été détecté avec retard.

Voici quelques propositions d'améliorations possibles

- Faire des communications avec des messages clairs et simples sur la mammographie elle-même. Cet examen est :
 - Rapide
 - Indolore : la pression ne dure que quelques secondes
 - Ne nécessite pas de préparation médicale avant (comme prendre un médicament, être à jeun, etc.)
 - Se fait sans anesthésie

C'est une chance de pouvoir en bénéficier

- Communiquer largement sur les statistiques de l'Institut National du Cancer (INCa). Sur 1000 femmes qui font une mammographie, 9 auront un diagnostic de cancer du sein :
 - Ces 9 femmes seront prises en charge : cela veut dire qu'elles seront soignées
 - Les 993 autres seront rassurées •



Annie BROUSSE,
Présidente de l'association
Vivre Comme Avant.

FAIRE DES COMMUNICATIONS AVEC DES MESSAGES CLAIRS ET SIMPLES SUR LA MAMMOGRAPHIE ELLE-MÊME