

# Ce qu'il faut savoir sur la prévention du cancer du côlon.

## Le côlon, qu'est-ce que c'est?

Le côlon est une partie de l'appareil digestif de notre corps. Il transporte les déchets de l'intestin grêle (petit intestin) jusqu'au rectum.

À eux deux, le côlon et le rectum forment le gros intestin.

L'intestin grêle absorbe la plupart des éléments nutritifs des aliments que vous mangez et transmet les déchets restants au côlon. Ensuite, le côlon absorbe l'eau des déchets. Ce qui reste s'appelle les selles (ou matières fécales ou caca). Quand vous déféquez (ou allez à la selle), les matières fécales quittent le rectum par l'anus.

## Le cancer du côlon, qu'est-ce que c'est?

Le cancer du côlon, ou cancer colorectal, provient de petites excroissances (polypes) dans le côlon ou le rectum. Ces excroissances peuvent être présentes pendant plusieurs années sans que vous présentiez aucuns symptômes.

La plupart des polypes ne sont pas cancéreux. Cependant, certains le deviennent si on ne les retire pas.

## Est-ce que je suis à risque?

Exemples de facteurs qui augmentent le risque d'avoir le cancer du côlon:

- **Avoir plus de 50 ans** : plus de 90 % des cancers du côlon touchent les personnes de plus de 50 ans.
- **Antécédents familiaux importants** : un ou plusieurs parents au premier degré (père, mère, frères, soeurs ou enfants) qui ont eu un cancer du côlon ou des polypes précancéreux.
- **Antécédents médicaux personnels** : antécédents personnels de polypes, de colite ulcéreuse, de maladie de Crohn ou de cancer du côlon.
- **Changements génétiques** : modifications causant des affections héréditaires rares comme la polypose adénomateuse familiale (PAF) ou le syndrome de Lynch.
- **Choix de mode de vie** : fumer des cigarettes, boire de l'alcool et manger de la viande rouge et des viandes transformées.
- **Poids corporel** : excès de graisse corporelle, en particulier au niveau du ventre.

Le **DÉPISTAGE RÉGULIER** est la meilleure forme de prévention du cancer du côlon



Le cancer du côlon est l'un des **CANCERS LES PLUS COURAMMENT DIAGNOSTIQUÉS** au Manitoba



Souvent, le cancer du côlon ne présente **AUCUN SYMPTÔME AVANT-COUREUR**

**LES MANITOBAINS ET MANITOBAINES DE PLUS DE 50 ANS** ont un risque accru de cancer du côlon



**NEUF FOIS SUR DIX**, le cancer du côlon peut être guéri s'il est détecté de bonne heure

## Que puis-je faire pour réduire mon risque?

### 1 Adopter un mode de vie sain



Avoir une alimentation riche en fibres



Faire régulièrement de l'exercice



Limiter ma consommation d'alcool



Ne pas fumer



Limiter ma consommation de viande rouge et de viandes transformées

Selon certaines preuves probables, une alimentation riche en ail, en lait et en calcium peut diminuer le risque de cancer du côlon.

### 2 Faites-vous examiner

#### Pourquoi devrais-je me faire examiner?

Les tests de dépistage et de suivi peuvent prévenir le cancer du côlon, car ils permettent de trouver et de retirer les polypes avant qu'ils deviennent cancéreux. Le dépistage permet aussi de détecter le cancer de bonne heure quand le traitement peut être plus efficace.

#### ColonCheck, qu'est-ce que c'est?

ColonCheck est un programme Action Cancer Manitoba, financé par Santé, Aînés et Vie active Manitoba. L'objectif du programme est de prévenir le cancer du côlon ou de le détecter de bonne heure lorsque le traitement peut être plus efficace. Dans le cadre du programme, Action Cancer Manitoba invite toutes les personnes admissibles de 50 à 74 ans à faire un test de dépistage en leur envoyant des tests de dépistage à domicile. L'organisme s'associe aux fournisseurs de soins de santé pour veiller à ce que les personnes qui obtiennent des résultats anormaux à leur test obtiennent les soins de suivi nécessaires.

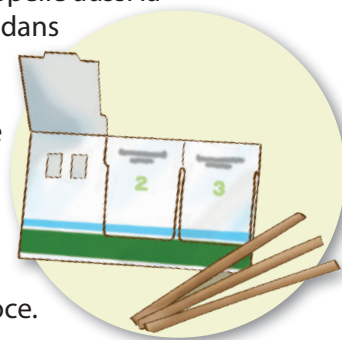
#### Qui devrait se faire examiner?

La plupart des personnes de 50 à 74 ans devraient effectuer un test de dépistage à domicile tous les deux ans. Si vous n'avez pas fait ce genre de test dans les deux dernières années, ou si vous n'avez pas eu de coloscopie dans les cinq dernières années, vous devriez vous faire examiner.

## En quoi consiste le test de dépistage à domicile?

Il s'agit d'un simple test que vous effectuez dans votre salle de bains. On l'appelle aussi la recherche de sang occulte dans les selles (RSOS).

C'est un test qui permet de détecter la présence de sang dans les selles (le caca), cette présence pouvant être un signe de polypes ou de cancer précoce.



#### Le test de dépistage à domicile n'est pas destiné aux personnes qui ont :

- Des symptômes de cancer du côlon tels que : du sang visible dans leurs selles, des douleurs abdominales, des changements dans leurs habitudes intestinales (évacuation) depuis plusieurs semaines, ou une perte de poids inexplicée.
- La colite ulcéreuse ou la maladie de Crohn.
- Un diagnostic précédent de polypes précancéreux ou de cancer du côlon.
- Des antécédents familiaux marqués de cancer du côlon.
- Eu une coloscopie dans les cinq dernières années.

Certaines personnes ont des besoins particuliers nécessitant des soins personnalisés de la part d'un fournisseur de soins de santé. Elles peuvent avoir besoin d'un test de dépistage du cancer du côlon avant l'âge de 50 ans ou bien d'une coloscopie. Parlez à votre fournisseur de soins de santé si vous êtes dans l'une des situations mentionnées ci-dessus.

#### Comment est-ce que je peux me faire examiner?

Contactez-nous pour savoir quand vous devez passer un test de dépistage.

Il y a trois façons de demander un test :

- en remplissant une formule en ligne à [cancercare.mb.ca/screening](http://cancercare.mb.ca/screening);
- en appelant ColonCheck au 1 855 95-CHECK;
- en parlant à son fournisseur de soins de santé.

## Points à considérer

- Le dépistage régulier est le meilleur moyen de détecter les premiers signes du cancer, toutefois aucun test de dépistage n'est parfait.
- Si le résultat d'un test d'autodépistage révèle une anomalie, cela ne veut pas dire qu'on a trouvé un cancer. Cela veut simplement dire qu'il y a du sang dans les selles.
- Tous les résultats de test qui révèlent une anomalie devraient faire l'objet d'un suivi pour déterminer l'origine du sang.
- Dans la plupart des cas, le test de suivi recommandé sera une coloscopie.




## Que se passe-t-il après le test de dépistage à domicile?

Une fois que vous aurez renvoyé les échantillons en suivant les instructions fournies avec le test, les responsables du programme ColonCheck recevront les résultats du laboratoire.

## Qu'est-ce qu'une coloscopie?

Une coloscopie permet au médecin d'examiner l'intérieur du côlon et du rectum. Un long tube flexible (coloscope) équipé d'une petite caméra est inséré dans le rectum et dans le côlon. Sur un écran de contrôle vidéo, le médecin regarde s'il y a des anomalies sur la paroi du côlon. Cette procédure peut présenter certains risques. Il est rare que les patients aient des saignements ou d'autres complications comme une perforation (déchirure) du côlon nécessitant une hospitalisation.



RÉSULTAT	CE QUE CELA SIGNIFIE	COLONCHECK
<b>Normal</b>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Aucune trace de sang n'a été observée dans vos échantillons de selles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ vous enverra, à vous et à votre fournisseur de soins de santé, une lettre concernant le résultat du test;</li> <li>▶ vous enverra un test dans deux ans si vous êtes encore admissible au test de dépistage à ce moment-là;</li> </ul>
<b>Anormal</b>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Du sang a été observé dans vos échantillons de selles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ vous contactera par téléphone pour vous annoncer le résultat et parler de la coloscopie recommandée;</li> <li>▶ enverra une copie des résultats de votre test à votre fournisseur de soins de santé et assurera la coordination en vue de la coloscopie;</li> </ul>
<b>Insatisfaisant</b>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Le laboratoire n'a pas pu fournir de résultat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ vous enverra un nouveau test et une lettre expliquant la raison du résultat.</li> </ul>