



ANNEXES

En savoir plus

- Liste des cabinets de radiologie conventionnés avec l'Assurance Maladie dans le cadre du dépistage organisé du cancer du sein

Nom de la structure	Adresse	Code postal	Ville	Téléphone	Lien internet structure
IMAGERIE ET RADIOLOGIE 74 - CABINET D'ANNECY	16 BOULEVARD DECOUZ	74000	ANNECY	04 50 45 05 06	www.easydoct.com/rdv/imara74-radiologie-annecy
CENTRE D'IMAGERIE MEDICALE DU LAC - CABINET D'ANNECY LE VIEUX	20 AVENUE DES CARRES	74940	ANNECY	04 50 67 07 07	www.cimdulac.fr/prendre-rendez-vous
CENTRE D'IMAGERIE MEDICALE DU LAC - CABINET DE SEYNOD	5 PLACE SAINT JEAN	74600	ANNECY	04 50 67 07 07	www.cimdulac.fr/prendre-rendez-vous
IMAGERIE MEDICALE DU LEMAN - CENTRE DE SENOLOGIE	17 AVENUE PIERRE MENDES FRANCE	74100	ANNEMASSE	04 50 26 80 80	https://app.radio-booking.com/g/annemasse
CENTRE D'IMAGERIE MEDICALE DE BONNEVILLE	66 RUE DECRET	74130	BONNEVILLE	04 50 25 62 37	https://radiologie-bonneville.fr/
CENTRE D'IMAGERIE MEDICALE DU FAUCIGNY	471 AVENUE PAUL BECHET	74300	CLUSES	04 50 98 80 80	https://rdv-vidi.fr/groupe/cim-du-faucigny
CENTRE HOSPITALIER ALPES LEMAN	558 ROUTE DE FINDROL	74130	CONTAMINE- SUR-ARVE	04 50 82 25 32	https://ch-alpes-leman.fr/soins/mammographie-tomosynthese/
RADIOLOGIE LAC ANNECY- GALILEE	50 AVENUE DE LA REPUBLIQUE	74960	CRAN- GEVRIER	04 50 67 07 07	www.doctolib.fr/centre-d-imagerie-medicale/argonay/radiologie-lac-annecy
CABINET DU BAS CHABLAIS	5 RUE DES VIGNES DE BACHELARD	74140	DOUVAINE	04 50 35 46 18	www.radiologie-annemasse.com/contact-cabinet-bas-chablais.html



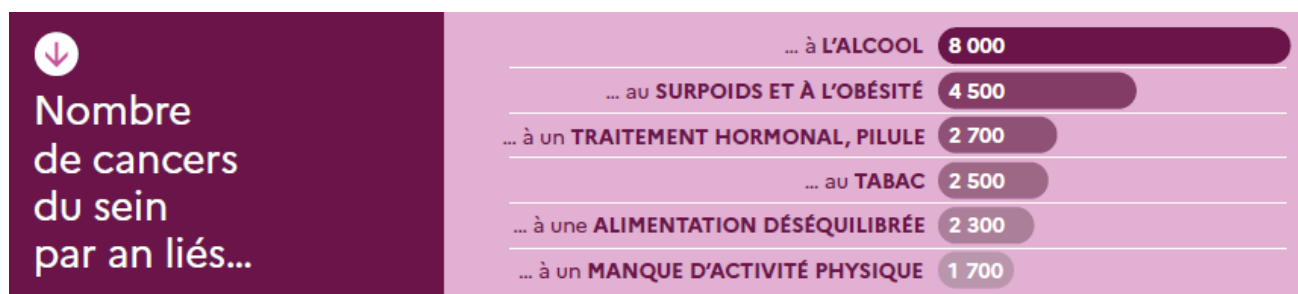
CENTRE HOSPITALIER ANNECY-GENEVOIS	1 AVENUE DE L'HOPITAL	74370	EPAGNY METZ-TESSY	04 50 63 66 11	https://mychange.sante-ra.fr
CENTRE D'IMAGERIE MEDICALE DU LAC - CABINET PERICLES	1 ALLEE DE LA MANDALLAZ	74370	EPAGNY METZ-TESSY	04 50 67 07 07	www.cimdulac.fr/prendre-rendez-vous
IMAGERIE DE RADIOLOGIE 74 - CABINET DE FAVERGES	7 VOIE DES DOCTEURS MOUTHON	74210	FAVERGES- SEYTHENEX	04 50 32 59 59	www.easydoct.com/rdv/imara74-radiologie-annecy
IMAGERIE DU FORON	PLACE CHARLES PUTHOD	74800	LA ROCHE- SUR-FORON	04 50 25 94 60	https://imagerieduforon.fr/
IMAGERIE ET RADIOLOGIE 74 - CABINET DE SAINT JULIEN EN GENEVOIS	28 AVENUE DE GENEVE	74160	SAINT- JULIEN-EN- GENEVOIS	04 50 35 11 29	www.easydoct.com/rdv/imara74-radiologie-annecy
CENTRE IMAGERIE MEDICALE DU MONT- BLANC	116 RUE DE LA PAIX	74700	SALLANCHES	04 50 58 03 22	https://imageriemontblanc.com/
CENTRE HOSPITALIER DU PAYS DU MONT-BLANC	380 RUE DE L'HOPITAL	74700	SALLANCHES	04 50 47 30 62	www.hpmb.fr/poles/imagerie-biologie-pharmacie/imagerie-medicale/
HOPITAUX DU LEMAN	3 AVENUE DE LA DAME	74200	THONON- LES-BAINS	04 50 83 21 80	www.hopitauxduleman.fr/prendre-rendez-vous/
IMAGERIE MEDICALE DES SOURCES	106 CHEMIN DE MORCY	74200	THONON- LES-BAINS	04 57 62 84 74	



En savoir plus

- Les bonnes habitudes pour prévenir le risque de cancer

On estime que près de la moitié des cancers détectés chaque année pourrait être évités en changeant nos comportements quotidiens, nos modes de vie et en réduisant notre exposition aux principaux facteurs de risques évitables de cancers. Parmi ces facteurs, on compte évidemment **la cigarette et l'alcool**. 20% des cancers sont liés à la consommation de tabac et 8% à la consommation d'alcool. Il est recommandé de ne pas boire plus de 2 verres d'alcool par jour avec un minimum de 2 jours d'abstinence par semaine.



Parmi les **bonnes pratiques** pour limiter les risques de cancer, on compte une alimentation variée et équilibrée et la nécessité d'avoir une activité physique régulière **#30minutesBouge**.

Au-delà de ces fondamentaux, une autre bonne pratique consiste à être **vigilantes aux symptômes au quotidien** :

- Apparition d'une boule, d'une grosseur, dans le sein ou sous un bras (aisselle) ;
- Modification de la peau : rétractation, rougeur, œdème ou aspect de peau d'orange ;
- Modification du mamelon ou de l'aréole (zone qui entoure le mamelon) : rétraction, changement de coloration, suintement ou écoulement ;
- Changement de forme des seins.

Devant l'apparition de symptôme, il faut consulter son médecin sans attendre.

A noter : en parallèle du programme de dépistage organisé, dès l'âge de 25 ans, il est recommandé que toutes les femmes bénéficient d'un examen clinique des seins une fois par an par un professionnel de santé.



En savoir plus

- **La gouvernance**

La Direction générale de la Santé assure le pilotage stratégique des programmes en coordination avec le directeur de la sécurité sociale, les organismes d'assurance maladie (CNAM, MSA), l'Institut national du cancer et Santé publique France.

La production d'expertise, le pilotage de la communication et la conception des documents et outils des programmes de dépistage sont assurés par l'Institut national du cancer (INCA)

L'évaluation épidémiologique des programmes est réalisée par Santé publique France.

En tant que pilote régional de la politique de santé, le directeur général de l'Agence régionale de santé (ARS), en lien avec le directeur coordonnateur régional de la gestion du risque de l'Assurance Maladie (DCGDR) et le directeur de l'association régionale des caisses de mutualité sociale agricole (ARCMSA), pilote les programmes de dépistage organisé des cancers dans chaque région.

Les programmes sont mis en œuvre par des centres régionaux chargés de l'organisation et de la coordination des programmes de dépistages organisés à l'échelle de la région (CRCDC), en appui des Agences régionales de santé.

La CPAM impulse et coordonne la stratégie et le déploiement des invitations des trois programmes nationaux de dépistages organisés et leurs relances. Pour cela, la CNAM s'appuie sur son savoir-faire et son expérience en matière d'exploitation des bases de données et de contact avec les assurés selon plusieurs modalités (courrier, mail, SMS). Des parcours d'invitation performants ont été mis en œuvre, composés d'une newsletter de sensibilisation, d'une invitation et de relances papier, par mail ou via le compte ameli, selon les étapes, pour réussir à toucher les assurés.



En savoir plus

- Un programme d'actions « aller vers » pour mieux promouvoir le dépistage dans le département

Afin d'augmenter de façon significative le nombre de dépistages réalisés, le département Prévention a conçu un programme « aller-vers ». Ce programme vise à inciter les assurés à participer aux dépistages organisés grâce à une plateforme téléphonique dédiée. Une équipe spécialisée a contacté depuis 2024 plus de 157 000 assurés âgés de 25 à 74 ans pour les sensibiliser aux dépistages pour lesquels ils n'étaient pas à jour.

L'intervention a inclus :

- La promotion des bienfaits du dépistage,
- L'explication des modalités de réalisation des examens,
- L'accompagnement dans la prise de rendez-vous pour la mammographie et des frottis,
- La réédition de près de 17 665 invitations.

Ces campagnes sont jugées efficaces car 4% à 12% des appels aboutis se sont soldés par un dépistage (selon les périodes). Autant de personnes réintégrées dans le parcours de dépistage !



En savoir plus

- **La Foire aux Questions**

Qui est concerné ?

Ce dépistage est recommandé aux femmes de 50 à 74 ans, sans symptômes, ni antécédents personnels et familiaux. Si vous êtes concernée, vous recevrez un courrier d'invitation de l'Assurance Maladie tous les 2 ans.

Le dépistage, à quoi ça sert ?

Le dépistage permet de s'assurer qu'il n'y a rien ou de détecter tôt une éventuelle anomalie ou un cancer, avant l'apparition de symptômes. Cette détection précoce augmente les chances de guérison.

Grâce au dépistage, plus de 10 000 cancers agressifs sont dépistés chaque année et ainsi peuvent être soignés plus tôt.

Par ailleurs, les cancers détectés à un stade précoce nécessitent en général des traitements moins lourds et moins agressifs, avec moins de séquelles.

Le dépistage, comment ça fonctionne ?

Le dépistage des cancers du sein repose sur une mammographie (radiographie des seins), associée à un examen clinique des seins (observation et palpation).

Éventuellement, d'autres examens peuvent être nécessaires, par exemple une échographie mammaire. Ces examens complémentaires sont courants et ne signifient pas nécessairement qu'il y a une anomalie. Ils peuvent aider le radiologue dans son interprétation de la mammographie.

Un examen clinique de vos seins (observation et palpation) par un professionnel de santé est recommandé tous les ans dès l'âge de 25 ans.

Comment faire ce dépistage ?

Si vous avez entre 50 et 74 ans, tous les 2 ans vous recevez un courrier d'invitation pour effectuer une mammographie de dépistage, accompagné d'un bon de prise en charge et de la liste des radiologues de votre département agréés dans le cadre du programme national de prévention. Choisissez le radiologue que vous voulez dans cette liste et prenez rendez-vous.

À noter : si vous ne faites pas votre mammographie dans les 6 mois qui suivent votre invitation, vous recevrez une première relance 6 mois après, puis une deuxième à nouveau 6 mois après. Si vous disposez d'un compte ameli, ces deux relances ne seront plus envoyées par courrier mais seront notifiées sur votre compte ameli. Les courriers en format papier continuent d'être envoyés aux personnes qui n'ont pas de compte ameli.

Pourquoi le dépistage est recommandé ?

Le dépistage des cancers du sein est recommandé aux femmes de 50 à 74 ans, tous les 2 ans. Aujourd'hui, en Europe, 25 pays mènent un programme de dépistage similaire au programme français. Les études internationales estiment que ces programmes permettent d'éviter entre 15 et 21 % des décès par cancer.

Pourquoi je me ferais dépister si je me sens bien ?

Parce que les examens de dépistage sont justement des examens de surveillance, en l'absence de symptômes. La mammographie permet de détecter des cancers de petite taille, bien avant qu'ils ne soient palpables ou que des symptômes ne se manifestent. Le but, c'est de pouvoir agir au plus tôt, car, quand le cancer est détecté à un stade précoce, il peut être guéri dans 9 cas sur 10.

Pourquoi un dépistage à partir de 50 ans ?

Près de 80 % des cancers du sein se développent après 50 ans.
C'est pour cette raison que le dépistage est proposé aux femmes de 50 à 74 ans.

Pourquoi tous les 2 ans ?

Les études scientifiques ont montré que l'intervalle de 2 ans présente les avantages de la détection précoce tout en limitant le risque de cancers qui peuvent survenir entre 2 mammographies (cancers de l'intervalle) ou à cause de l'exposition trop fréquente des seins aux rayons X (cancers radio-induits).

Je n'ai pas reçu mon invitation, pourquoi ?

La première invitation est envoyée à 50 ans. Si vous avez 50 ans et plus et que nous ne l'avez pas reçue, vous pouvez contacter votre régime d'Assurance Maladie, en charge de l'envoi des courriers d'invitations.

J'ai reçu une invitation et ma dernière mammographie date de moins de 2 ans : que faire ?

Si vous avez effectué une mammographie il y a moins de 2 ans, vous n'avez pas à réaliser un nouvel examen dans l'immédiat. Il vous suffit d'indiquer la date de cette mammographie sur le questionnaire reçu avec le courrier. Ainsi, votre prochaine invitation vous sera envoyée 2 ans après cette date.

Combien ça coûte ?

La mammographie est prise en charge à 100 % par votre régime d'Assurance Maladie. Si des examens complémentaires sont proposés par votre radiologue, ils seront pris en charge par votre caisse d'Assurance Maladie aux conditions habituelles de remboursement.

Ça fait mal une mammographie ?

La mammographie peut être désagréable voire douloureuse ; cela étant très variable d'une femme à une autre. La pression exercée par les deux plaques qui compriment le sein est nécessaire pour garantir la qualité des clichés en étalant le mieux possible le sein.

La mammographie ne dure que quelques secondes et est sans risque pour votre poitrine. Un travail sur la douleur est mené avec les professionnels de radiologie pour en réduire la fréquence et l'intensité. Si vous avez une crainte ou une expérience douloureuse de cet examen, n'hésitez pas à en parler avec le radiologue ou le manipulateur.

Puis-je choisir mon radiologue ?

Oui, vous choisissez vous-même votre radiologue parmi une liste de radiologues agréés jointe au courrier d'invitation ou disponible sur <https://radiologuesdepistage.ameli.fr/> Ces radiologues répondent aux critères de qualité du dépistage organisé. Vérifiez si votre cabinet de radiologie habituel figure sur cette liste.

Que dois-je apporter le jour de mon rendez-vous ?

Le jour de votre rendez-vous, apportez :

- votre invitation ;
- votre carte Vitale ainsi que votre attestation de complémentaire santé ;
- les clichés de vos précédentes mammographies (si vous en disposez) ;
- les coordonnées de votre médecin pour que les résultats lui soient également communiqués ;
- toutes les questions que vous souhaitez poser.

Une anomalie est détectée lors de la mammographie, que faire ?

Cela concerne 90 femmes sur 1 000. Dans la plupart des cas il ne s'agit pas d'un cancer mais, par exemple, d'une anomalie bénigne (kyste) ou suspecte.

Selon les cas, une surveillance à court terme ou la poursuite d'examens pourra être nécessaire. **À l'issue de ces examens, la conclusion la plus fréquente est qu'il n'y a pas de cancer détecté : c'est le cas pour 83 femmes sur 90 avec suspicion.**

Plus rarement, un cancer peut être diagnostiqué : cela concernera 7 femmes.

Chacune de ces femmes sera alors orientée par son médecin vers une équipe pluridisciplinaire spécialisée en cancérologie pour un traitement personnalisé.

Et si je ne veux pas me faire dépister, qu'est-ce que cela implique ?

À partir de 50 ans, le risque de cancer du sein augmente significativement.

Si un cancer du sein se développe et qu'un dépistage n'a pas été réalisé régulièrement, il risque d'être diagnostiqué à un stade plus avancé. Cela réduira alors vos chances de guérison et aura un impact plus important sur votre qualité de vie. En effet, la lourdeur des traitements, leur dangerosité, parfois et leurs séquelles, sont notablement plus importantes en présence d'un cancer diagnostiqué à un stade avancé.

Si vous vous posez des questions sur votre participation à ce dépistage, parlez-en avec votre médecin généraliste, votre gynécologue ou votre sage-femme lors d'une prochaine consultation.

Quelle que soit votre décision, voici quelques conseils :

- faites réaliser un examen clinique de vos seins par un médecin, généraliste ou gynécologue, et le cas échéant par une sage-femme au moins une fois par an ;
- observez vos seins régulièrement : tout changement inhabituel doit être signalé à votre médecin.

Pourquoi je ne suis plus invitée après 74 ans ?

La période pendant laquelle les femmes sont invitées à réaliser un dépistage des cancers du sein est fixée par le programme national de dépistage des cancers du sein, mis en place par les autorités de santé depuis 2004. Ces bornes d'âge, de 50 à 74 ans, ont été définies en tenant compte des bénéfices et des limites d'un dépistage du cancer du sein réalisé tous les 2 ans.

C'est pourquoi, après 74 ans, les femmes ne reçoivent plus d'invitation. Si c'est votre cas, il vous est recommandé de vous rapprocher de votre médecin traitant pour déterminer la modalité de surveillance la plus adaptée à votre situation. Si vous présentez un niveau de risque de cancer du sein considéré comme « élevé » ou « très élevé », parlez-en avec votre médecin : il vous proposera la modalité de dépistage la plus adaptée à votre situation et à votre âge.

Un examen clinique de vos seins (observation et palpation) est toujours recommandé, même après 74 ans, au moins une fois par an.

J'ai moins de 50 ans ou plus de 74 ans : comment puis-je me faire dépister ?

Avant 50 ans ou après 74 ans, vous n'êtes pas concernée par le programme national de dépistage des cancers du sein.

Si votre médecin estime que vous devez réaliser un dépistage, il vous fera une ordonnance pour vous permettre d'obtenir un rendez-vous chez le radiologue de votre choix. Vous devrez régler l'examen, qui vous sera remboursé par l'Assurance Maladie à hauteur de 70 % sur la base du tarif conventionnel. Votre reste à charge peut être remboursé par votre complémentaire de santé.

J'ai eu un cancer du sein : puis-je participer à ce programme de dépistage ?

Si vous avez eu un cancer du sein, votre suivi est spécifique et vous n'êtes donc pas concernée par ce programme de dépistage. N'hésitez pas à en parler avec votre médecin généraliste, votre gynécologue ou votre sage-femme lors d'une prochaine consultation.

J'ai des prothèses mammaires, est-ce un problème ?

Le fait d'avoir des prothèses mammaires ne constitue pas un obstacle au dépistage du cancer du sein par mammographie. Informez-en votre radiologue au préalable, qui réalisera des clichés spécifiques.