****

**À propos de nous**

Seins Denses Canada (SDC) est un organisme à but non lucratif dont les membres sont des survivants du cancer du sein et des professionnels de la santé. SDC se consacre, premièrement, à sensibiliser le public aux risques liés aux seins denses et, deuxièmement, à préconiser la notification de la densité mammaire.

**Que signifie avoir les seins denses ?**

Tous les seins se composent de glandes, de tissus fibreux et de matières grasses. Cependant, un sein contenant plus de glandes et de tissus fibreux que de gras est considéré comme dense. Les seins denses sont très communs : environ 40 % des femmes âgées de plus de quarante ans ont des seins denses. La densité mammaire se classe en quatre catégories, et les seins denses ont une densité de tissus est supérieure à 50 %.

**Pourquoi est-il important pour les femmes de savoir si leurs seins sont denses ?**

1. Chez les femmes aux seins denses, les mammographies sont moins efficaces. Les tissus des seins denses apparaissent en blanc sur une mammographie tout comme le cancer, ce qui crée un effet de camouflage. L’efficacité de la mammographie diminue à mesure que la densité augmente : jusqu’à 50 % des cancers présents dans les seins les plus denses peuvent donc passer inaperçus.
2. Les seins denses sont un facteur de risque indépendant du cancer du sein. Plus la densité est élevée, plus le risque de cancer est élevé. Le cancer est de 4 à 6 fois plus commun chez les femmes ayant les seins les plus denses que chez celles ayant des seins de la plus faible densité.

Le cancer chez les femmes ayant des seins denses est souvent découvert par la femme elle-même lorsqu’elle découvre une bosse, et non durant une mammographie. Découverte qui se fait souvent à un stade avancé du cancer. Par conséquent, les femmes ayant des seins denses sont plus susceptibles de nécessiter une mastectomie et de la chimiothérapie. Leur pronostic est influencé par un diagnostic tardif ou raté.

**Accès des patients aux informations sur la densité mammaire en Saskatchewan**

La plupart des femmes en Saskatchewan ne savent pas si leurs seins sont denses puisqu’elles n’en ont pas été informées.

**Les femmes ayant une densité mammaire supérieure à 75 % (soit 10 % des femmes)**

Les femmes appartenant à la catégorie de densité la plus élevée en sont avisées, et invitées à se soumettre à une mammographie annuelle (au lieu de tous les 2 ans) (cette politique de notification a commencé en novembre 2018).

**Les femmes ayant une densité mammaire entre 50 et 75 % (soit 40 % des femmes)**

En fait, les seins denses ont 50 % et plus de tissus denses, et non pas seulement 75 %. Les femmes dans cette catégorie ne sont pas informées de leur densité mammaire, et courent donc un grand risque puisqu’elles ne sont pas avisées de leur risque de cancer.

**Ce que les femmes peuvent faire si elles savent qu’elles ont des seins denses**

Elles peuvent se protéger en suivant quelques consignes :

* Être vigilantes et pratiquer l’autoexamen des seins entre les tests de dépistage ;
* Atténuer les facteurs de risque de cancer liés au mode de vie (exercice, poids, consommation d’alcool, etc.);
* Comprendre qu’une mammographie normale ne veut pas dire qu’il n’y a pas de cancer ;
* Envisager un test de dépistage supplémentaire, tel qu’une échographie.

**Ce que le gouvernement de la Saskatchewan peut faire**

Le gouvernement peut facilement informer TOUTES les femmes de leur densité mammaire en ajoutant une simple phrase dans le résultat de la mammographie, indiquant la catégorie de densité ainsi que les risques qui y sont associés. Un élément clé de la détection précoce consiste à s’assurer que les femmes prennent connaissance de leur densité mammaire de manière à en discuter avec leur médecin et à prendre connaissance des facteurs de risque. Le gouvernement de la Saskatchewan peut sauver la vie des femmes en fournissant à TOUTES les femmes l’information pouvant sauver des vies.