



Parler du cancer du côlon peut vous sauver la vie :

Un guide de conversation



Ce guide peut vous aider à discuter du dépistage du cancer du côlon (également connu sous le nom de « cancer colorectal ») avec votre prestataire de soins de santé et vos proches, et à élaborer le plan qui vous convient le mieux. Cela pourrait vous sauver la vie ou sauver la vie d'un proche.

Lisez la suite pour apprendre comment aborder les sujets suivants :

- **Calendrier de dépistage** (Page 3)
- **Options de dépistage du cancer du côlon** (Page 6)
- **Obstacles au dépistage** (Page 7)
- **Mesures à prendre en cas de symptômes** (Page 9)

1. Calendrier de dépistage



Le cancer du côlon peut toucher n'importe qui. La plupart des gens devraient effectuer un premier test de dépistage à 45 ans et continuer à se faire dépister au moins jusqu'à 75 ans. Il pourrait être recommandé aux personnes présentant un risque accru de cancer du côlon de commencer le dépistage avant 45 ans.

L'âge auquel vous devriez commencer le dépistage dépend de vos antécédents médicaux personnels et familiaux. Transmettez ces informations à votre prestataire de soins de santé et posez-lui les questions suivantes :

- Quand devrais-je commencer le dépistage du cancer du côlon ?
- Quel test devrais-je effectuer ?
- À quelle fréquence devrais-je me faire dépister ?

Facteurs de connaissance du risque personnel

Certains problèmes de santé peuvent augmenter votre risque de développer un cancer du côlon. Indiquez à votre prestataire de soins de santé vos antécédents par rapport aux problèmes suivants :

- Cancer du côlon ou du rectum (colorectal)
- Présence de polypes dans le côlon ou le rectum
- Colite ulcéreuse ou maladie de Crohn
- Syndrome héréditaire comme la polypose adénomateuse familiale (familial adenomatous polyposis, FAP) ou syndrome de Lynch
- Fibrose kystique (mucoviscidose)
- Tout autre type de cancer

Un **polype** est une petite bosse ou excroissance dans votre côlon. La plupart des polypes ne sont pas cancéreux, mais certains peuvent se transformer en cancer.



Parlez avec votre famille

Parfois, le cancer du côlon est héréditaire, ce qui peut influencer la fréquence des dépistages. Indiquez à votre prestataire de soins de santé les antécédents de votre famille par rapport aux problèmes suivants :

- Cancer du côlon ou du rectum (colorectal)
- Tout autre type de cancer
- Présence de polypes dans le côlon ou le rectum
- Syndrome héréditaire comme la FAP ou syndrome de Lynch

Parlez aux membres de votre famille qui vous sont liés par le sang (et non par mariage ou adoption) pour recueillir des informations sur les antécédents médicaux de votre famille. Partagez également vos antécédents médicaux personnels avec votre famille. Cela aidera l'ensemble des membres de votre famille à planifier leur dépistage du cancer du côlon.

Ne vous inquiétez pas si vous ne trouvez pas tous les détails. Informez-vous dans la mesure du possible. **Exemples de questions à poser et d'informations à partager avec votre famille :**

« Est-ce que toi ou papa avez déjà effectué une coloscopie ?
Aviez-vous des polypes ? »

« De quel type de cancer souffrait ma tante ?
Vous vous souvenez de son âge ? »

« J'ai effectué ma coloscopie la semaine dernière. Ils m'ont retiré deux polypes qui auraient pu se transformer en cancer. »

Concentrez-vous sur les proches parents, tels que les père et mère, les frères et sœurs, et les enfants. Il est également utile de connaître les grands-parents et les petits-enfants, les tantes et les oncles, ainsi que les nièces et les neveux.

Notez ce que vous apprenez dans les sections suivantes afin de pouvoir le partager avec votre prestataire de soins de santé :

Cancer du côlon ou du rectum (colorectal) :

Membre de la famille ?

Âge au moment de la découverte ?

Polypes dans le côlon ou le rectum :

Membre de la famille ?

Âge au moment de la découverte ?

A-t-il présenté un polype précancéreux (« Oui », « Non », ou « Je ne suis pas sûr[e] »)*

*L'obtention de détails supplémentaires ou le partage d'une copie du compte rendu de la coloscopie de votre proche aidera votre prestataire de soins de santé à établir ses recommandations.

Autres types de cancer :

Membre de la famille ?

Âge au moment de la découverte ?

Quel type de cancer ?

2. Renseignez-vous sur vos options de dépistage du cancer du côlon



Il existe de nombreuses options de test de dépistage du cancer du côlon. Les plus courantes sont la coloscopie et différents types de tests basés sur l'analyse des selles. Votre prestataire de soins de santé pourrait également vous proposer d'autres options. Tous les tests de dépistage peuvent contribuer à vous protéger du cancer du côlon, mais ils fonctionnent différemment. Vous constaterez peut-être qu'une option est plus facile pour vous ou mieux adaptée à vos besoins.

Si vous présentez un risque accru de cancer du côlon, votre prestataire de soins de santé pourrait vous recommander une coloscopie comme option la mieux adaptée.

La connaissance du fonctionnement de chaque test de dépistage et de sa préparation pourra vous aider à prendre la bonne décision. Questions à poser à votre prestataire de soins de santé :

- Comment chaque test fonctionne-t-il ?
- Dans quelle mesure chaque test détecte-t-il les polypes et les cancers au stade précoce ?
- En quoi consiste la préparation à chaque test ?
- À quelle fréquence chaque test doit-il être effectué ?
- Les tests posent-ils des risques ?



Exemples de questions à poser à votre prestataire de soins de santé :

« Quels sont les tests de dépistage parmi lesquels je peux choisir ? »

« Si le résultat de mon test de dépistage n'est pas normal, que se passe-t-il ensuite ? »

Faites part de vos préoccupations concernant le dépistage à votre prestataire de soins de santé. Il peut vous aider à vous sentir plus à l'aise par rapport au test de dépistage que vous avez choisi.

Pour des informations supplémentaires sur les options de dépistage, consultez la fiche d'information « Which Colon Cancer Screening Is Right for Me? » (Quel type de test de dépistage du cancer du côlon me convient le mieux ?) (disponible à nyc.gov/health/coloncancer).



3. Demandez de l'aide concernant les obstacles au dépistage



Signalez à votre prestataire de soins de santé tout obstacle susceptible de vous empêcher d'effectuer un test de dépistage. Il pourrait avoir des solutions auxquelles vous n'aviez pas pensé. Par exemple, il pourrait vous aider des manières suivantes :

- Rédiger un mot à l'attention de votre employeur pour vous aider à obtenir un congé maladie pour une coloscopie.
- Vous aider à trouver un centre de coloscopie près de chez vous.
- Ajouter un rappel à votre dossier médical pour vous aider à rester à jour dans vos tests de dépistage.
- Vous indiquer comment trouver des tests de dépistage à faible coût ou gratuits.
- Vous expliquer les options à votre disposition si le résultat de votre test n'est pas normal.

Exemples de questions à poser à votre prestataire de soins de santé :

« Je redoute d'apprendre que j'ai un cancer du côlon. Si c'est le cas, existe-t-il un traitement ? »

« La préparation intestinale pour la coloscopie semble compliquée. Pouvons-nous en parler ? »

Si vous n'avez pas d'assurance maladie ou si votre assurance ne couvre pas le dépistage, consultez le pense-bête « How to Get Low- or No-Cost Colon Cancer Screening » (Comment se procurer un test de dépistage du cancer du côlon à faible coût ou gratuit) (disponible à nyc.gov/health/coloncancer) ou appelez le 311.

Comment se procurer un test de dépistage du cancer du côlon à faible coût ou gratuit

Si vous n'avez pas accès à une assurance maladie ou si votre assurance maladie ne couvre pas le dépistage du cancer du côlon, vous disposez toujours des options suivantes :

- Appelez le 311 pour être mis(e) en contact avec un spécialiste (NYC Health + Hospitals) et découvrez si vous êtes admissible à un test de dépistage gratuit ou à faible coût.
- Apprenez le programme de services de oncologie du Etat de New York au 866-442-2362 ou consultez health.ny.gov/diseases/cancer/services.

Aide pour obtenir une assurance maladie

Pour obtenir de l'aide concernant la recherche d'une couverture santé abordable, consultez nyc.gov/health/coverage ou appelez le 311.

Aide au transport

Si vous bénéficiez de New York Medicaid, vous pouvez avoir droit à un transport si vous n'avez pas de moyen de votre propre à vos rendez-vous médicaux, y compris les tests de dépistage du cancer. Pour des informations supplémentaires, appelez le service de gestion des transports Medicaid au 844-969-5270 ou consultez medassistance.com.

Pour plus d'informations, consultez nyc.gov/health/coloncancer

Parler à vos proches peut également vous aider à trouver des solutions aux obstacles qui pourraient vous empêcher, vous ou eux, d'effectuer des tests de dépistage. Vous pourriez entamer les démarches suivantes :

- Discuter de vos expériences en matière de dépistage.
- Décrire comment se déroulent les différents tests de dépistage.
- Solliciter ou offrir une garde d'enfants, un transport, ou tout autre soutien pour un proche qui doit effectuer une coloscopie.

Exemples de questions à poser à vos proches :

« Comment avez-vous géré la préparation intestinale pour votre coloscopie ? »

« Le test de selles était-il facile à réaliser ? »

« Je n'ai personne pour venir me chercher après ma coloscopie. Pourriez-vous m'accompagner pour m'aider à bien rentrer chez moi ? »

4. Renseignez-vous sur les mesures à prendre si vous présentez des symptômes



Contactez votre prestataire de soins de santé si vous présentez un ou plusieurs des symptômes suivants. **N'attendez pas votre prochain test de dépistage.** Ces symptômes n'indiquent pas nécessairement que vous souffrez d'un cancer. Votre prestataire de soins de santé peut vous aider à déterminer ce qui ne va pas. S'il s'agit d'un cancer, entamer un traitement vous donnera les meilleures chances de guérison.

- Présence de sang dans les selles ou dans les toilettes après une défécation
- Selles rouge foncé ou noires
- Diarrhée ou constipation persistante
- Changement de forme de vos selles
- Sensation que vos intestins ne se vident pas complètement
- Douleurs abdominales récurrentes ou persistantes
- Perte d'appétit ou perte de poids inexplicquée
- Sentiment inhabituel de fatigue ou faiblesse



Exemples d'informations que vous pourriez partager avec votre prestataire de soins de santé :

« J'ai beaucoup souffert de constipation ce dernier mois. »

« J'ai l'impression de ne pas pouvoir vider complètement mes intestins. »

« Cette douleur m'empêche de me concentrer au travail. »



Ressources

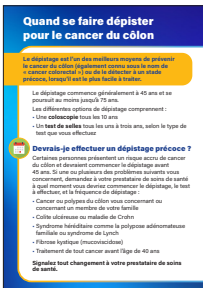
Demandez à votre prestataire de soins de santé s'il dispose de ces ressources utiles ou téléchargez-les à nyc.gov/health/coloncancer.



« Why You Should Get Screened for Colon Cancer » (Pourquoi vous devriez vous faire dépister pour le cancer du côlon) – Brochure



« Which Colon Cancer Screening Is Right for Me? » (Quel type de test de dépistage du cancer du côlon me convient le mieux ?) – Fiche d'information



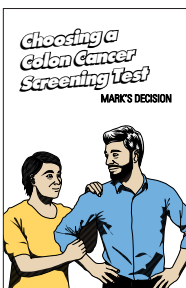
« When to Get Screened for Colon Cancer » (Quand se faire dépister pour le cancer du côlon) – Pense-bête



« How to Get Low- or No-Cost Colon Cancer Screening » (Comment se procurer un test de dépistage du cancer du côlon à faible coût ou gratuit) – Pense-bête



« Ten Ways to Lower Your Cancer Risk Fact Sheet » (Dix façons de réduire votre risque de cancer) – Fiche d'information



« Choosing a Colon Cancer Screening Test: Mark's Decision » (Choisir un test de dépistage de cancer du côlon : La décision de Mark)



« How to Do an At-Home Colon Cancer Test » (Comment réaliser un test de dépistage du cancer du côlon à domicile) – Roman court



« Preparing for a Colonoscopy: Sandra's Story » (Se préparer pour une coloscopie : L'histoire de Sandra)



Pour plus d'informations, consultez
nyc.gov/health/coloncancer.

