

# DES TESTS PÉRIODIQUES

Nom : \_\_\_\_\_

Date de naissance : \_\_\_\_\_

Connaissez-vous bien votre corps? Lorsqu'on sait ce qui est normal pour soi, cela aide à déceler les changements. Si vous remarquez quelque chose de différent chez vous, comme l'apparition d'une nouvelle masse ou bosse, une fatigue accrue ou une importante perte de poids, il faut vérifier ce qui en est. Le cancer est souvent plus facile à traiter lorsqu'il est découvert tôt.

La pandémie de COVID-19 fait en sorte que bien des choses sont reportées; vous pourriez alors penser qu'il est préférable d'attendre pour communiquer avec votre médecin. Vous pourriez craindre d'aller chez le médecin pendant cette période; or, les mesures sanitaires accrues dans les bureaux vous permettent d'avoir une consultation médicale en toute sécurité. De plus, de nombreux médecins utilisent de nouveaux moyens pour communiquer avec leurs patients virtuellement et par téléphone.

Le cancer ne prend pas congé durant une pandémie. Signalez tout changement le plus rapidement possible. Il n'y a peut-être rien d'anormal, mais il peut aussi s'agir d'un problème sérieux. Consultez toujours un médecin si vous ressentez des changements ou que vous éprouvez de nouveaux symptômes physiques.

Si vous faites partie d'un certain groupe d'âge ou de population, vous pourriez aussi passer des tests périodiques permettant de détecter le cancer du sein, le cancer du col de l'utérus ou le cancer colorectal avant même l'apparition de symptômes. Pour que tous soient le plus en sécurité possible, les programmes organisés de dépistage ont été interrompus pendant les premières phases de la pandémie de COVID-19. Les programmes se remettent maintenant en marche; s'il est temps pour vous de passer des examens de dépistage, il est important d'y voir. Vérifiez auprès de votre programme régional afin d'obtenir l'information la plus à jour sur les activités dans votre secteur.

Consultez votre médecin régulièrement et sachez à quel moment passer les tests de dépistage appropriés :	Date du dernier test périodique	Date du prochain test périodique
<b>Cancer du sein</b> Si vous avez entre 50 et 74 ans passez une mammographie <b>tous les 2 ans</b> . Discutez avec votre médecin de votre risque de cancer du sein ainsi que des avantages et des limites de la mammographie. Discutez avec votre médecin de votre risque de cancer du sein ainsi que des avantages et des limites de la mammographie.		
<b>Cancer du col de l'utérus (le cas échéant)</b> Si vous avez déjà été active sexuellement, vous devriez commencer à passer régulièrement le test Pap dès l'âge de 21 ans. Vous aurez à passer de nouveau le test à intervalles d'un à trois ans, en fonction des résultats du test précédent. Même si vous cessez d'avoir des relations sexuelles, il est important de continuer à passer un test Pap régulièrement. Si vous		

avez subi une hystérectomie, demandez à votre médecin si vous devez quand même passer le test.		
<p><b>Cancer colorectal</b></p> <p>Si vous avez entre 50 et 74 ans et que vous n'êtes pas à haut risque de cancer colorectal, faites une analyse des selles tous les deux ans. Si vous avez 75 ans ou plus, demandez à votre médecin si une analyse des selles est indiquée dans votre cas.</p>		
<p><b>Cancer de la prostate (le cas échéant)</b></p> <p>Décidez de façon éclairée si l'analyse de l'APS vous convient en discutant avec votre médecin et en prenant en considération vos facteurs de risque personnels. Si votre risque d'être atteint du cancer de la prostate est moyen, pensez à passer le test à partir de 50 ans. Si votre risque d'être atteint du cancer de la prostate est élevé, pensez à passer le test à partir de 45 ans.</p>		
<p><b>Testicular Cancer (le cas échéant)</b></p> <p>Tout homme devrait être capable de reconnaître l'aspect normal de ses testicules. De nombreux hommes découvrent eux-mêmes leur cancer du testicule par les changements qu'ils y ont décelés. Passez régulièrement un examen de santé et voyez votre médecin si vous éprouvez des symptômes ou si votre santé vous inquiète.</p>		
<p><b>Diabète</b></p> <p>Si vous avez 40 ans ou plus, vous présentez un risque de développer le diabète de type 2 et devriez subir un test de dépistage au moins tous les 3 ans. Assurez-vous de parler à votre médecin de votre facteur de risqué.</p>		
<p><b>Hypertension artérielle</b></p> <p>Votre professionnel de la santé devrait vérifier régulièrement votre tension artérielle, au moins une fois par année. Si vous avez reçu un diagnostic d'hypertension artérielle, il peut recommander que vous soyez examiné plus souvent.</p>		
<p><b>Cholestérol élevé</b></p> <p>En tant qu'adulte, il est recommandé de tester le taux de cholestérol tous les 4 à 6 ans, surtout si vous avez des antécédents familiaux de maladie cardiaque ou d'hypercholestérolémie.</p>		

**Antécédents familiaux de cancer et d'autres maladies chroniques \* :**

\* Si vous présentez un risque plus élevé de développer certains cancers ou maladies chroniques, votre médecin peut vous recommander de commencer le dépistage plus tôt ou plus fréquemment

**Notes et questions supplémentaires à poser au médecin de famille :**