



ÊTES-VOUS À RISQUE?

Le risque de cancer du poumon et le dépistage

Fumer du tabac peut vous rendre jusqu'à 25 fois plus susceptible de développer un cancer du poumon

Fumer du tabac est le principal facteur de risque de cette maladie. Chaque année, 30 000 Canadien-nes reçoivent un diagnostic de cancer du poumon. Le tabagisme est responsable de plus de 70 % de ces cas.

Il n'y a pas que les fumeurs et fumeuses de tabac qui sont à risque. Toute personne ayant des poumons peut développer un cancer du poumon.

Si votre âge et vos antécédents de tabagisme vous exposent à un risque élevé de cancer du poumon, vous pourriez être admissible à un dépistage.

Il n'est jamais trop tard pour arrêter de fumer!

Si vous fumez, arrêter est le geste le plus important que vous puissiez poser pour réduire votre risque. Les non-fumeurs ont un risque beaucoup moins élevé de développer des dizaines de maladies liées au tabagisme, comme le cancer du poumon et les maladies du cœur. Parlez avec votre prestataire de soins de santé des outils qui pourraient vous aider à cesser de fumer et visitez www.smokefreecurious.ca pour en savoir plus.

Même si vous ne fumez pas, d'autres facteurs peuvent vous exposer à un risque de cancer du poumon.

La fumée secondaire et tertiaire

La fumée secondaire contient les mêmes produits chimiques nocifs que ceux inhalés par une personne qui fume. Elle cause chaque année plus de 800 décès liés au cancer du poumon au Canada.

La « fumée tertiaire » – qui se dépose sur des surfaces comme les murs, les tapis, les rideaux, les meubles et à l'intérieur des véhicules – pose également un risque pour la santé.

Radon

Le radon est un gaz incolore, inodore et sans goût qui provient de la décomposition naturelle de l'uranium dans la roche et le sol. Il peut s'infiltrer dans des bâtiments par des sols en terre ou des fissures dans les fondations, et s'accumuler dans les espaces clos et mal ventilés.

Le radon peut s'accumuler dans votre maison et vous exposer, ainsi que votre famille, à un risque accru de cancer du poumon. C'est la principale cause de cancer du poumon chez les non-fumeur(-euse)s et la deuxième cause de cancer du poumon chez les fumeur(-euse)s.

Pollution de l'air extérieur

De plus en plus de preuves démontrent que l'exposition à long terme à la pollution par les particules des gaz d'échappement de véhicules, de centrales électriques au charbon et d'autres sources industrielles est liée à un risque accru de cancer du poumon.

Antécédents médicaux personnels ou familiaux

Des antécédents personnels de cancer du poumon ou de maladie pulmonaire (comme la MPOC ou la tuberculose) peuvent rendre vos poumons plus vulnérables au cancer du poumon. Le fait d'avoir un membre de votre famille au premier degré (parent, enfant, frère ou sœur) qui a reçu un diagnostic de cancer du poumon peut également augmenter votre risque.

Exposition professionnelle à des agents cancérigènes

Certaines professions – par exemple, certains emplois manufacturiers, dans l'industrie de la construction, les industries du domaine minier, pétrolier et gazier, et dans le domaine de la soudure et de la réparation automobile – comportent un risque accru d'exposition à des substances reconnues comme causant le cancer chez l'humain (agents cancérigènes).

Les agents cancérigènes courants en milieu de travail incluent :

- Arsenic
- Amiante
- Chrome IV
- Gaz d'échappement des moteurs polycycliques (HAP) diesel
- Silice cristalline
- Plomb
- Hydrocarbures aromatiques
- Fumées de soudure

Pour en savoir plus, consultez www.carexcanada.ca/fr/



Voici quelques exemples de moyens par lesquels l'Association pulmonaire du Canada contribue à réduire votre risque grâce au plaidoyer, à la recherche et à ses programmes.

Nous militons pour des politiques plus restrictives sur le tabac et relient les Canadien(-es) à des ressources pour faciliter l'abandon du tabagisme.

Nous contribuons à rendre le dépistage et l'atténuation du radon plus abordables pour les familles à revenu faible.

Chaque jour, au Canada, des autobus scolaires à moteur diesel exposent des enfants à des gaz d'échappement cancérigènes. Nous rehaussons la sensibilisation à cet enjeu et militons pour l'acquisition d'un plus grand nombre d'autobus scolaires électriques.

Nous finançons des recherches pour mieux comprendre les causes du cancer du poumon et d'autres maladies pulmonaires, et pour découvrir des traitements.

Programmes de dépistage du cancer du poumon

Le cancer du poumon ne présente pas de symptômes avant d'être très avancé. Près de la moitié des diagnostics de cancer du poumon au Canada sont posés au stade IV, alors que le taux de survie sur cinq ans n'est que de 5 %.

La détection et le traitement précoces du cancer du poumon sont la stratégie la plus prometteuse pour réduire la mortalité liée à cette maladie. Des programmes de dépistage peuvent aider à détecter à un stade plus précoce (lorsqu'il est beaucoup plus facile à traiter) le cancer du poumon chez des personnes qui ne présentent aucun symptôme de cancer du poumon mais dont les antécédents de tabagisme les exposent à un risque élevé de développer la maladie.

Ces programmes disposent de l'expertise et de la technologie nécessaires à un dépistage efficace du cancer du poumon, tout en réduisant les risques. Le dépistage du cancer du poumon s'est effectué pendant des décennies à l'aide de radiographies thoraciques. Aujourd'hui, les programmes de dépistage utilisent la tomographie à faible dose (LDCT), qui produit une image plus détaillée qu'une radiographie thoracique et émet moins de radiations qu'une tomographie à dose standard. De fait, une LDCT n'utilise qu'un quart de la quantité de radiations d'une tomographie standard, soit l'équivalent d'approximativement 15 radiographies. Le dépistage par LDCT est reconnu comme réduisant la mortalité chez les personnes à risque élevé de cancer du poumon, car il est plus susceptible que la radiographie thoracique de détecter la maladie à un stade précoce.

Vous vous demandez si vous devriez vous faire dépister pour le cancer du poumon? Parlez-en à votre médecin de famille ou à votre infirmière(-ier) praticien-ne. Vous pouvez utiliser les questions et réponses suivantes pour guider la conversation.

Qui est admissible à une orientation vers un programme de dépistage du cancer du poumon?

Votre médecin de famille ou votre infirmière(-ier) praticien-ne peut vous orienter vers un programme de dépistage. Les critères d'admissibilité recommandés pour une orientation sont les suivants :

- être âgé-e de 55 à 74 ans ET
- être fumeur(-euse) actuel-le ou avoir cessé de fumer dans les 15 dernières années ET
- avoir des antécédents de tabagisme d'au moins 20 ans (ou de 15 ans en Alberta)

Veillez noter qu'il s'agit d'une recommandation pour être évalué-e par le programme de dépistage, et non d'une recommandation pour le dépistage lui-même. Même si votre médecin de famille ou votre infirmière(-ier) praticien-ne vous fournit une recommandation, vous pourriez ne pas répondre aux exigences du programme de dépistage. Le personnel du programme examinera plus en détail vos antécédents médicaux et tiendra compte de facteurs supplémentaires tels que votre indice de masse corporelle, vos antécédents familiaux de cancer du poumon, votre race, votre niveau d'éducation ainsi que votre statut de fumeur(-euse), la durée et l'intensité de votre consommation de tabac et le nombre d'années écoulées depuis que vous avez cessé de fumer. Ces informations détermineront votre admissibilité au dépistage.

Existe-t-il un programme de dépistage du cancer du poumon dans ma province?

Malgré leurs avantages démontrés, les programmes de dépistage du cancer du poumon ne sont pas présents partout au Canada.

Actuellement, seules la Colombie-Britannique, l'Ontario et la Nouvelle-Écosse ont des programmes de dépistage permanents, tandis que l'Alberta et le Québec ont des programmes pilotes. Des démarches sont en cours en Saskatchewan, au Manitoba, au Nouveau-Brunswick, et à Terre-Neuve-et-Labrador.



Pourquoi le dépistage est-il réservé à certaines personnes seulement?

Le dépistage comporte à la fois des avantages et des risques, comme l'exposition à la radiation. La recherche a montré que les avantages du dépistage l'emportent sur ses risques – et qu'il réduit la mortalité – chez les personnes dont les antécédents de tabagisme et l'âge les exposent à un risque élevé de cancer du poumon.

Si j'ai des symptômes susceptibles d'être liés au cancer du poumon, puis-je obtenir un accès « accéléré » au dépistage?

Vous ne serez pas orienté-e vers un programme de dépistage si vous avez des symptômes susceptibles d'être liés au cancer du poumon. Le dépistage est destiné uniquement aux personnes qui présentent un risque élevé mais qui n'ont aucun symptôme.

Adressez-vous à votre prestataire de soins de santé si vous présentez des symptômes susceptibles d'être liés au cancer du poumon, tels que :

- essoufflement
- douleur thoracique toujours présente, qui s'aggrave avec une respiration profonde ou la toux
- sang dans le mucus craché des poumons
- respiration sifflante
- perte de poids
- fatigue
- enrouement ou autres changements dans votre voix
- difficulté à avaler
- gonflement des ganglions lymphatiques dans le cou ou au-dessus de la clavicule
- maux de tête

Votre prestataire de soins tiendra compte de vos symptômes et de vos antécédents personnels et familiaux pour déterminer si vous devriez être orienté-e vers des tests diagnostiques.

Que faire si je n'ai pas de médecin de famille?

Communiquez avec le programme de dépistage de votre province pour en savoir plus sur l'évaluation de l'admissibilité. Vous aurez besoin d'un-e médecin de famille ou d'un-e infirmière(-ier) praticien-ne pour examiner les résultats avec vous et pour vous orienter vers d'autres examens ou rendez-vous si nécessaire.

Programmes de dépistage du cancer du poumon au Canada

COLOMBIE-BRITANNIQUE

1 877-717-5864

Il y a 36 sites participants dans la province.

ONTARIO

Hôpital d'Ottawa

1 844-394-1124

Hôpital Renfrew Victoria (affilié)

Hôpital communautaire de Cornwall
(affilié)

Health Sciences North (Sudbury)

1 844-703-0164

Lakeridge Health (Oshawa)

1 905-576-8711 poste 34449

University Health Network (Toronto)

416-340-4154

QUÉBEC

1 844-656-4312

Baie-Comeau

Longueuil

Montreal (2)

Sherbrooke

St- Foy

ALBERTA

1 866-727-3926

Pendant la phase pilote, le programme n'est ouvert qu'aux patient-es suivi-es dans les réseaux de soins primaires Mosaic (Calgary), Edmonton O-day'min et Grand Prairie.

NOUVELLE-ÉCOSSE

1 833-505-LUNG (5864)

Zone centrale