



Société  
canadienne  
du cancer

# MÉMO MAMO

**Porte-clés qui rappelle  
aux femmes l'importance  
de la mammographie**

Chaque bille  
du Mémo-mamo  
représente la grosseur  
moyenne d'une bosse  
découverte par :

**Des mammographies .....  
régulières**

**Une première .....  
mammographie**

**Un examen  
clinique des .....  
seins effectué par  
un professionnel  
de la santé**

**Une femme  
qui examine .....  
ses seins**



Taille réelle

**VOUS AVEZ ENTRE 50  
ET 69 ANS?**

**Programme québécois  
de dépistage  
du cancer du sein**  
Région de la Capitale-Nationale



[www.depistagesein.ca](http://www.depistagesein.ca)

# Recommandations pour une mammographie de dépistage

## Femmes de moins de 50 ans

- Pour les femmes à risque seulement, selon l'histoire familiale ou personnelle.
- Avec ordonnance du médecin ou de l'infirmière praticienne spécialisée de première ligne (IPSPL).

## Femmes de 50 à 69 ans

À tous les deux ans avec la lettre du Programme québécois de dépistage du cancer du sein ou l'ordonnance du médecin ou de l'IPSPL.

## Femmes de 70 à 74 ans

- Recommandée aux 2 à 3 ans.
- Avec ordonnance du médecin ou de l'IPSPL.

## Femmes de 75 ans et plus

- À évaluer avec son médecin ou l'IPSPL.
- Nécessite une ordonnance.

## Être attentive à ses seins

La femme doit rester attentive à tout changement pouvant survenir à ses seins (écoulement, bosse, rougeur, changement de la peau ou du mamelon) et consulter si un changement survient.

**Pour plus d'information** et pour connaître les avantages, inconvénients et limites de la mammographie :

- visitez le site [www.depistagesein.ca](http://www.depistagesein.ca)
- téléphonez au 418 682-7596 ou au 1 877 682-7596 (numéro sans frais)
- ou parlez-en à votre médecin ou à l'IPSPL.

**Programme québécois  
de dépistage  
du cancer du sein**  
Région de la Capitale-Nationale

