



## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Contact Nicole Bulliard, chargée de communication, nicole.bulliard@liguecancer.ch  
Ligne directe : 031 389 91 57  
Date Berne, le 27 février 2018

### **Dépister à temps le cancer de l'intestin et le prévenir par un mode de vie sain**

**Chaque année en Suisse, 4300 nouveaux cas de cancer de l'intestin sont diagnostiqués et, cinq ans après, six patients sur dix sont encore en vie. Détecté à temps, le cancer de l'intestin peut souvent être traité avec succès. Le dépistage sauve des vies. C'est pourquoi la Ligue contre le cancer recommande à toutes les personnes dès 50 ans de se soumettre à un test de dépistage du cancer de l'intestin.**

Le dépistage du cancer de l'intestin est important, car ce type de cancer se manifeste souvent après plusieurs années, alors qu'il se trouve déjà à un stade avancé. Il existe deux méthodes éprouvées pour dépister le cancer de l'intestin: le test de sang occulte dans les selles et la coloscopie.

#### **Le test de sang occulte dans les selles : simple et rapide**

Le test de sang occulte dans les selles est rapide et peut être obtenu auprès d'un médecin ou en pharmacie. Il détecte les traces invisibles à l'œil nu de sang dans les selles, appelées sang occulte, causées par un cancer de l'intestin ou des polypes, symptômes préliminaires d'une affection intestinale. Un résultat positif au test de sang occulte dans les selles n'implique toutefois pas de manière systématique la présence d'un cancer. Le sang détecté peut avoir d'autres causes. Le résultat du test doit absolument être évalué par un médecin pour en déterminer la cause exacte.

#### **Coloscopie : fiable et préventif**

La coloscopie est considérée comme la méthode la plus fiable pour détecter le cancer de l'intestin et ses stades précurseurs. Un spécialiste examine l'intérieur des intestins à l'aide d'un tube flexible muni d'une petite caméra. Cette dernière envoie les images de l'intestin directement sur l'écran. Une tumeur est ainsi détectée avec une grande précision et certains polypes sont retirés durant la même séance. L'examen effectué par un gastro-entérologue dure environ 20 et 30 minutes et n'est en général pas douloureux. Si des polypes ou des échantillons de cellules sont retirés durant la coloscopie, ceux-ci sont examinés pour détecter la présence éventuelle de cellules cancérogènes. Un peu plus coûteuse, mais efficace, la coloscopie sert à la fois de dépistage et de moyen de prévention, lorsque les polypes sont retirés avant l'apparition du cancer.



## **Les programmes de dépistage gagnent du terrain en Suisse**

Il est réjouissant de constater que la Suisse favorise l'égalité des chances dans l'accès au dépistage du cancer de l'intestin. Les femmes et les hommes dès 50 ans sont invités à se soumettre à un examen dans le cadre de programmes de dépistage systématique, et les assurés sont exemptés de la franchise. Ceci est déjà le cas dans les cantons d'Uri et de Vaud, et un projet pilote a été lancé au Tessin. Dès le mois de juin 2018, les cantons de Genève, du Jura et de Neuchâtel proposeront également des programmes de dépistage du cancer de l'intestin. Le Valais et certains cantons suisses alémaniques suivront début 2019.

## **La caisse maladie prend en charge les coûts**

L'assurance de base prend en charge les coûts du test de sang occulte dans les selles tous les deux ans et de la coloscopie tous les dix ans pour les personnes âgées de 50 à 69 ans. En dehors d'un programme officiel, la franchise et la quote-part sont à la charge des assurés.

## **Un mode de vie sain et une alimentation équilibrée réduisent le risque**

Bien que le dépistage soit essentiel pour les personnes dès 50 ans, la prévention du cancer de l'intestin est tout aussi importante. Il n'existe aucune protection absolue, mais le cancer de l'intestin fait partie des cancers étroitement liés au mode de vie et à l'alimentation. Chacun d'entre nous peut contribuer à minimiser le risque en optant pour un mode de vie sain et actif. Aujourd'hui, nous savons que l'exercice régulier, un poids normal avec un IMC situé entre 18,5 et 25 ainsi que le renoncement au tabac et à l'alcool réduisent le risque de cancer du côlon. Une alimentation équilibrée avec beaucoup de légumes, fruits et produits complets est particulièrement favorable. Les fibres alimentaires qu'ils contiennent réduisent de manière vérifiable le risque de maladie. De plus, il est recommandé de favoriser les huiles végétales au lieu des graisses animales. Il convient de consommer de la viande pas plus de deux ou trois fois par semaine et de favoriser les aliments riches en protéines, tels que les œufs, le tofu, le fromage et les légumineuses. La viande rouge et saumurée, les sucreries, les aliments trop salés et l'alcool sont à consommer avec modération. Les fruits et légumes sont une source essentielle de vitamines et de fibres alimentaires. De plus, ils sont pauvres en graisses et en calories. Une alimentation riche en fruits et légumes contribue à diminuer le risque de cancer de l'intestin : c'est pourquoi dans le cadre de sa campagne « 5 par jour », la Ligue contre le cancer recommande une consommation quotidienne de cinq portions de fruits et légumes.

### **Mois d'information Mars 2018 – Offres et informations**

#### **Brochure «Le dépistage du cancer de l'intestin» et les «Questions aux expertes et experts» en ligne**

Vous trouverez du matériel d'information, des brochures et des fiches d'information concernant le cancer de l'intestin sur la boutique en ligne de la Ligue contre le cancer à l'adresse: [www.liguecancer.ch/prevenir-le-cancer/depistage-et-prevention-du-cancer/cancer-de-lintestin/](http://www.liguecancer.ch/prevenir-le-cancer/depistage-et-prevention-du-cancer/cancer-de-lintestin/).

Les expertes et experts de la Ligue suisse contre le cancer répondent aux questions du public par écrit – notamment sur les thèmes du dépistage du cancer de l'intestin et



de l'alimentation – via la consultation en ligne du Forum du cancer ([www.forumcancer.ch](http://www.forumcancer.ch)).

### **Prévention du cancer de l'intestin en pharmacie**

De nombreuses pharmacies permettent aux personnes âgées de 50 à 75 ans de bénéficier d'un accès facilité à la prévention du cancer de l'intestin. Dans le cadre d'une campagne qui se déroulera du 1<sup>er</sup> mars au 14 avril 2018, il sera possible d'évaluer son risque personnel de cancer de l'intestin dans quelque 800 pharmacies de toute la Suisse et, si nécessaire, de procéder à un test de sang occulte dans les selles. La plupart des pharmacies offrent cette possibilité tout au long de l'année, en dehors de la campagne également. L'assurance de base ne prend pas en charge cette prestation, seuls les clients au bénéfice d'une assurance complémentaire auprès de la CSS peuvent en bénéficier gratuitement. « Des brochures sur le dépistage du cancer de l'intestin élaborées par la Ligue suisse contre le cancer sont également disponibles dans certaines pharmacies ». Des informations complémentaires, ainsi qu'une liste des pharmacies participantes, sont disponibles sous [www.non-au-cancer-du-colon.ch](http://www.non-au-cancer-du-colon.ch).

### **La Ligue contre le cancer vous apporte conseils et soutien**

Près de chez vous, partout en Suisse, les ligues cantonales et régionales proposent aux personnes atteintes d'un cancer et à leurs proches conseils et soutien individuels : [www.liguecancer.ch/region](http://www.liguecancer.ch/region)

### **Les spécialistes de la Ligne InfoCancer sont à votre disposition**

Téléphone 0800 11 88 11  
Courriel [helpline@liguecancer.ch](mailto:helpline@liguecancer.ch)  
Chat [www.liguecancer.ch/cancerline](http://www.liguecancer.ch/cancerline)  
Forum [www.forumcancer.ch](http://www.forumcancer.ch)  
Skype [krebstelefon.ch](http://krebstelefon.ch)