

Mars Bleu : mois de sensibilisation au dépistage du cancer colorectal

Après deux ans de pandémie de Covid-19, la Ligue contre le cancer alerte : le taux de participation au dépistage du cancer colorectal est toujours trop bas

Mars Bleu est le mois consacré à la sensibilisation au dépistage des cancers colorectaux, les 2èmes plus meurtriers en France.

La Ligue contre le cancer s'inquiète de la faible participation au dépistage, phénomène accentué par la crise sanitaire. Pourtant, couplé à une prévention efficace, il est primordial dans la lutte contre les cancers colorectaux : détectés suffisamment tôt, ils peuvent être guéris dans 9 cas sur 10. Cette année encore, la Ligue rappelle que le dépistage peut sauver des vies ! Pour sensibiliser le grand public à la prévention de ces cancers et lever les tabous à leur sujet, nous poursuivons nos actions de terrain, notamment avec le Côlon Tour®, pour inciter les personnes concernées à se faire dépister.

La participation au dépistage organisé du cancer colorectal doit augmenter

Bien qu'en légère hausse par rapport à 2020, le taux de participation au dépistage organisé du cancer colorectal en 2021 reste très insuffisant et doit être relancé, après avoir subi les effets délétères de la crise sanitaire. Du fait des retards de dépistages, il est important de consulter rapidement en cas de symptômes (comme du sang dans les selles) car de nombreux cancers sont désormais diagnostiqués à des stades plus évolués.

« Malgré le lancement de Mars Bleu il y a quinze ans pour informer et sensibiliser sur l'importance du dépistage des cancers colorectaux, la participation reste insuffisante. Cela peut s'expliquer par les nombreux tabous qui subsistent autour de ces cancers, le manque d'informations et d'accompagnement... A ces facteurs, autour desquels nous travaillons sans relâche depuis des années, s'ajoute la pandémie de Covid-19 qui a entraîné une baisse de la participation à l'ensemble des dépistages. Du fait des retards enregistrés, de nombreux cancers sont diagnostiqués à des stades plus avancés. La situation est inquiétante : l'accès aux dépistages se complexifie, en particulier dans certains territoires, creusant les inégalités. Il est urgent de faciliter l'accès aux tests de dépistages et d'en améliorer la disponibilité pour rattraper le retard engendré par la crise sanitaire. » s'inquiète Daniel Nizri, Président bénévole de la Ligue contre le cancer.

Tout ce qu'il faut savoir sur les cancers du côlon

- 95% des cancers du côlon se déclarent après l'âge de 50 ans
- Le cancer du côlon peut être prévenu par la détection et l'élimination des polypes grâce au test de dépistage et la coloscopie, avant qu'ils évoluent en potentiel cancer
- Le cancer du côlon est guérissable dans plus de 90% des cas lorsqu'il est diagnostiqué tôt
- Le cancer colorectal touche chaque année plus de 43 000 personnes, soit près de 120 cas diagnostiqués par jour
- Le cancer du côlon-rectum est le 3ème cancer le plus fréquent chez l'homme et le 2ème chez la femme
- 1 cancer du côlon sur 2 révélé par des signes cliniques est à un stade avancé (stades 3 et 4) alors qu'il pourrait bénéficier d'une détection plus précoce
- En France, 50 personnes meurent chaque jour du cancer du côlon. Soit 1 décès toutes les 30 minutes et 17 000 par an
- 80% des cancers du côlon se développent chez des personnes n'ayant pas d'antécédents familiaux

A partir de 50 ans : le dépistage, pour sauver des vies !

Tous les hommes et les femmes âgés de 50 à 74 ans sont invités, tous les 2 ans, par une lettre de l'Assurance Maladie, à réaliser un autotest immunologique à domicile. Simple, indolore et facile à réaliser chez soi, il est pris en charge à 100% par l'Assurance Maladie.

Son bénéfice est double : en détectant suffisamment tôt la présence de sang dans les selles pouvant indiquer des lésions (polypes) qui risquent de devenir cancéreuses, il permet de les traiter avant qu'elles évoluent en cancer.

Avant et après 50 ans : la prévention

Le mode de vie a une influence importante sur le risque de développer un cancer colorectal. La Ligue contre le cancer recommande, à tout âge, d'adopter de bonnes habitudes de vie :

- Eviter le tabagisme et réduire la consommation d'alcool
- Avoir une alimentation équilibrée, augmenter la consommation de fibres (pain, riz complets, végétaux...) et pratiquer une activité physique régulière pour garder un poids de forme stable, lutter contre sédentarité, surpoids et obésité
- Limiter la consommation de viande rouge et les aliments riches en graisses, comme la charcuterie, et bannir les nitrites (additifs)
- La pratique d'une activité physique régulière réduit le risque de cancer du côlon de 20 à 25% pour une activité modérée et de 40 à 50% pour une activité intense
- Consulter rapidement en cas de sang dans les selles, perte de poids inexplicite, troubles du transit

Chez les personnes déjà touchées par le cancer, ces bonnes pratiques permettent de diminuer les risques de récurrences.

Nos actions de terrain en mars 2022

Le Colon Tour® : Voyage à l'intérieur d'un côlon gonflable géant pour comprendre comment évoluent les différentes lésions.

01/03 à Orthez

02/03 à Oloron Sainte Marie

03/03 à Saint Palais

Actions de sensibilisation

03/03 Polyclinique de Navarre en coanimation avec l'Assurance Maladie

10/03 Participation à l'action du CHCB à Bardos

15/03 Polyclinique Marzet en coanimation avec l'Assurance Maladie

15/03 Participation à l'action du CHCB à Biarritz

17/03 Centre Hospitalier de Pau en coanimation avec l'Assurance Maladie

22/03 Centre Hospitalier de Pau en coanimation avec l'Assurance Maladie

24/03 Participation à l'action du CHCB à Anglet

31/03 Participation à l'action du CHCB à Ispoure

Contact

Ligue contre le cancer des Pyrénées-Atlantiques

Alice Vernhes

alice.vernhes@ligue-cancer.net

06 22 04 83 38