



Caisse de Coordination aux Assurances Sociales



## Adopter le réflexe prévention. Où en êtes-vous ?

51 ans et plus

*Mise à jour décembre 2022*

## Le dépistage

Le dépistage systématique de certaines pathologies augmente les chances de diagnostic précoce et de guérison. Il s'adresse à toutes les femmes, et ce, d'autant plus lorsqu'un facteur de risque est identifié.

### Quels sont les facteurs de risque (FDR) ?

| FDR : cancer du sein  | FDR : ostéoporose   | FDR : cancer du col de l'utérus  |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• des antécédents familiaux de cancer du sein</li><li>• l'absence de grossesse ou une première grossesse tardive</li><li>• l'absence d'allaitement</li><li>• le tabagisme, la consommation excessive d'alcool, de caféine</li><li>• le surpoids</li><li>• premières règles avant l'âge de 12 ans.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• des antécédents familiaux</li><li>• un poids inférieur à la normale</li><li>• un traitement par corticoïdes, par hormones thyroïdiennes, par héparine</li><li>• une alimentation pauvre en calcium</li><li>• une ménopause avant 40 ans</li><li>• l'ablation des ovaires</li><li>• une absence d'exercice physique</li><li>• tabac, alcool, café.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• des partenaires multiples</li><li>• l'absence du port du préservatif</li><li>• les anomalies sur des frottis antérieurs</li><li>• on pense que l'activité sexuelle précoce accroît le risque, parce que pendant la puberté le tissu cervical passe par de nombreux changements qui peuvent rendre cette zone plus vulnérable à un endommagement.</li></ul> |

## La ménopause

Elle survient généralement après l'âge de 45-55 ans. Elle peut être définie comme l'arrêt des fonctions de l'ovaire et l'arrêt des règles. Elle est souvent précédée d'une irrégularité des règles (préménopause). Elle peut s'accompagner de troubles tels que des bouffées de chaleur, une sécheresse vaginale susceptible de gêner les rapports sexuels. L'utilisation d'hormone est un palliatif à la carence hormonale et peut soulager les effets indésirables de la ménopause.

Ce traitement permet, par ailleurs, de prévenir l'apparition de l'ostéoporose. Certains de ces traitements hormonaux font actuellement l'objet de controverse. Il existe également des traitements non hormonaux capables de soulager les symptômes gênants de la ménopause.

## —● Les actions proposées par la CCAS

### • Le suivi gynécologique régulier

La CCAS souhaite inciter les femmes à réaliser un examen gynécologique au moins une fois par an. La CCAS rembourse cette ou ces consultation(s) au tarif de convention et prend à sa charge **20€/an au titre d'un éventuels dépassements d'honoraires**. Vous bénéficiez automatiquement de ces 20€ lors du ou des remboursement(s) de votre ou vos consultation(s) en gynécologie dans l'année. Si votre suivi gynécologique est assuré par votre médecin généraliste, demandez-lui d'établir exceptionnellement une feuille de soins « papier » sur laquelle il ajoute la mention « Prévention gynécologique » et adressez celle-ci à la CCAS.

### • Le dépistage de l'ostéoporose

L'ostéoporose est une maladie caractérisée par une détérioration du tissu osseux qui entraîne une fragilité osseuse et, en conséquence, une augmentation du risque de fracture. Il existe un examen qui permet d'évaluer sa présence et son degré de sévérité : l'ostéodensitométrie. Cet examen favorise la surveillance de l'ostéoporose et permet éventuellement un traitement médical complémentaire. L'ostéodensitométrie est prise en charge par la CCAS à 70% sur la base d'un tarif de convention et, éventuellement, par votre complémentaire santé sur prescription médicale et pour les patientes à risques. Pour savoir si vous êtes un sujet à risque, parlez-en à votre médecin.

### • Le dépistage du cancer du sein pour les 50-74 ans

Toutes les femmes âgées de 50 à 74 ans sont invitées à **réaliser une mammographie gratuite** tous les deux ans. Lors du rendez-vous chez le radiologue, pensez à vous munir de la prise en charge reçue avec le courrier d'invitation et de votre carte Vitale pour bénéficier de la gratuité de l'examen. Il est fortement recommandé d'apporter vos anciennes mammographies. Pour plus de fiabilité, la mammographie est systématiquement vérifiée par une seconde lecture effectuée par un autre radiologue.

### • Le dépistage du cancer du col de l'utérus

Pour les femmes âgées de 25 à 29 ans, le test de dépistage est réalisé par examen cytologique ou examen des cellules prélevées lors du frottis du col de l'utérus. Les deux premiers sont réalisés à 1 an d'intervalle, puis, si les résultats sont normaux, un frottis à 3 ans. Pour les femmes de 30 ans et +, le test de dépistage est le test HPV-HR ou détection des virus HPV (Human papillomavirus) à Haut Risque. Ce test est réalisé sur des cellules prélevées au niveau du col de l'utérus, lors du frottis du col de l'utérus. Le test HPV-HR est réalisé : 3 ans après le dernier examen cytologique dont le résultat est normal ; puis tous les 5 ans, jusqu'à l'âge de 65 ans, dès lors que le résultat du test est négatif. Il peut être réalisé par un médecin généraliste, un gynécologue, une sage-femme, dans les centres de santé, à l'hôpital ainsi que dans un laboratoire d'analyses biologique. Lors de votre rendez-vous, pensez à vous munir de votre prise en charge reçue avec le courrier d'invitation et de votre carte Vitale pour bénéficier de la gratuité de l'examen.

## Vos contacts :

### CCAS de la RATP

LAC GTLY

30, rue Championnet

75018 Paris

[www.ccas-ratp.fr](http://www.ccas-ratp.fr)

Tél. : 01 58 76 03 34

(de 8h30 à 12h00)

## Et aussi :

<https://www.santepubliquefrance.fr/>