



## DÉPISTAGE DU CANCER COLORECTAL

### Enjeu

Le cancer colorectal occupe le troisième rang des cancers les plus fréquents au Canada. Des examens de dépistage réguliers permettent de diagnostiquer la maladie dès le début lorsqu'elle est facile à traiter, réduisant ainsi les risques de décès.

### Contexte

Bien que le nombre de personnes atteintes d'un cancer colorectal soit à la baisse, il s'agit encore de la troisième forme de cancer la plus fréquente, après le cancer du sein et du poumon chez les femmes, et le cancer de la prostate et du poumon chez les hommes. Environ 17 600 nouveaux cas seront diagnostiqués au Canada cette année, et environ 6 500 Canadiens mourront des suites d'un cancer colorectal.

Le cancer colorectal est une tumeur maligne qui se développe pendant une certaine période de temps (au moins dix ans) sur la paroi intestinale, avant d'envahir cette dernière et de se propager à d'autres organes. Environ dans les deux tiers des cas, le cancer se trouve dans le gros intestin, et pour l'autre tiers, dans le rectum. Le cancer colorectal se développe habituellement à partir d'une tumeur bénigne ou de polypes situés dans l'intestin.

Les symptômes varient en fonction du lieu, du type et de l'étendue de la lésion de même que des complications. En voici quelques-uns :

- fatigue et faiblesse;
- selles inhabituelles (alternance constipation-diarrhée);
- selles sanglantes ou striées de sang;
- inconfort ou douleur au bas-ventre.

Dans le cas du cancer colorectal symptomatique, on procède habituellement à l'examen des selles afin de vérifier si elles contiennent du sang, et ce, à l'aide d'une recherche de sang occulte dans les selles, d'ultrasons, d'un toucher rectal ou de l'ensemble de ses examens. S'il y a présence de sang, d'autres examens, comme une colonoscopie, sont effectués.

Même si vous n'avez aucun symptôme, un cancer colorectal peut être décelé par la recherche de sang occulte dans les selles. Si vous êtes âgés de plus de 50 ans, le Groupe d'étude canadien sur les soins de santé préventifs vous recommande de subir un tel examen tous les ans ou les deux ans. Selon certaines études, le fait de subir régulièrement cet examen peut diminuer le taux de mortalité associée au cancer colorectal de 15 à 33 pour cent.

## Facteurs de risque pour le cancer colorectal

- **Âge** : Plus vous êtes âgés, plus vous êtes susceptibles d'avoir un cancer colorectal. La plupart des cas sont diagnostiqués chez des personnes de 70 ans et plus.
- **Hérédité** : Vos risques sont plus élevés si un membre de famille, particulièrement de votre famille immédiate, a souffert d'un tel cancer.
- **Alimentation** : Une alimentation riche en viande rouge et pauvre en fruits et légumes peut augmenter vos risques.
- **Poids** : L'obésité et la sédentarité peuvent aussi augmenter vos risques.
- **Consommation d'alcool** : L'alcool, plus particulièrement la bière, peut accroître vos risques. Il y a peu de cas de cancer colorectal chez les personnes qui ne consomment pas d'alcool.
- **Tabagisme**: le tabagisme augmente aussi vos risques.

## Réduisez vos risques

Voyez avec votre médecin si vous devez vous soumettre à un dépistage. Selon vos antécédents médicaux et ceux de votre famille, votre médecin peut vous recommander de subir tous les ans ou les deux ans une recherche de sang occulte dans vos selles, suivi d'une colonoscopie si les résultats sont positifs. Vous pouvez aussi modifier votre style de vie afin de réduire vos risques de cancer colorectal :

- Augmentez votre consommation de fruits et de légumes (particulièrement ceux riches en acide folique), et mangez moins de viande rouge.
- Limitez votre consommation d'alcool.
- Faites régulièrement de l'exercice. Faites une activité physique, même une longue marche intense, au moins trois par semaine.
- Si vous faites de l'embonpoint, essayez de perdre du poids en mangeant plus sainement et en augmentant votre activité physique.
- Arrêtez de fumer. Vous réduirez non seulement vos risques de cancer colorectal, mais aussi d'autres formes de cancer et de maladies du coeur.
- Discutez avec votre médecin de la possibilité de prendre un anti-inflammatoire non stéroïdien (AINS), comme de l'aspirine. Ce médicament permet de réduire les risques de cancer colorectal. Il y a toutefois des risques (et d'autres avantages) associés à la consommation régulière d'un AINS.

## Mesures prises par le gouvernement pour lutter contre le cancer colorectal

Santé Canada participe aux travaux du Groupe d'étude canadien sur les soins de santé préventifs, lequel évalue les données probantes liées à la prévention de la maladie et fournit régulièrement de nouvelles directives cliniques aux médecins.

Santé Canada a récemment préparé un rapport sur l'impact du dépistage du CCR chez les Canadiens. Ce rapport, bientôt disponible sur le site Web de Santé Canada, met en évidence les données entourant le dépistage, notamment les avantages attendus et les ressources nécessaires.

## Pour en savoir plus?

Pour de plus amples renseignements, communiquez avec :

Section du dépistage et de la détection précoce

Division de la prévention des maladies chroniques

Centre de prévention et de contrôle des maladies chroniques

T. Tofano/J. Beaulac, tél. : (613) 946-9967

Groupe d'étude canadien sur les soins de santé préventifs

<http://www.ctfphc.org/>