

**Les cancers gynécologiques
chez les patientes âgées**



Journée régionale
CANCER ET PERSONNE ÂGÉE



Dépistage et suivi gynécologique des femmes âgées

Aliette Dezellus, gynécologue médicale, Institut de Cancérologie de l'Ouest



Introduction

Le suivi gynéco = Important, 😊 **même après la ménopause** 😊

Les risques de certaines pathologies peuvent augmenter avec l'âge


Dépistages organisés : jusqu'à **65 ans (col)** et **75 ans (sein)**

Dépistages individuels ?

Dépistage et prévention des FDRCV et de l'ostéoporose

1. Consultation Gynécologique

. Régulière

- . Fréquence conseillée : **une fois par an** 
- . Objectif : discuter des symptômes éventuels et dépister précocement certaines pathologies

2. Examen Pelvien

- . **Inspection et palpation** : examen des organes génitaux externes et internes
- . **Toucher vaginal** : permet de vérifier l'état de l'utérus et des ovaires



3. Dépistage du Cancer du Col

- Depuis 2021, de 30 à **65 ans** = **Test HPV**
- Fréquence : tous les 5 ans

Dépistage Organisé

- **Quand poursuivre au-delà de 65 ans ?**

- Si **antécédent de lésion de haut grade du col**, continuer la surv du col ou du fond vaginal tous les 3 ans

- **Pourquoi continuer ?**

- Un HPV à haut risque pourrait se réactiver : baisse des défenses immunitaires , modification du microbiote vaginal /carence estrogénique

- Examiner aussi le vagin, la vulve, la marge anale ...

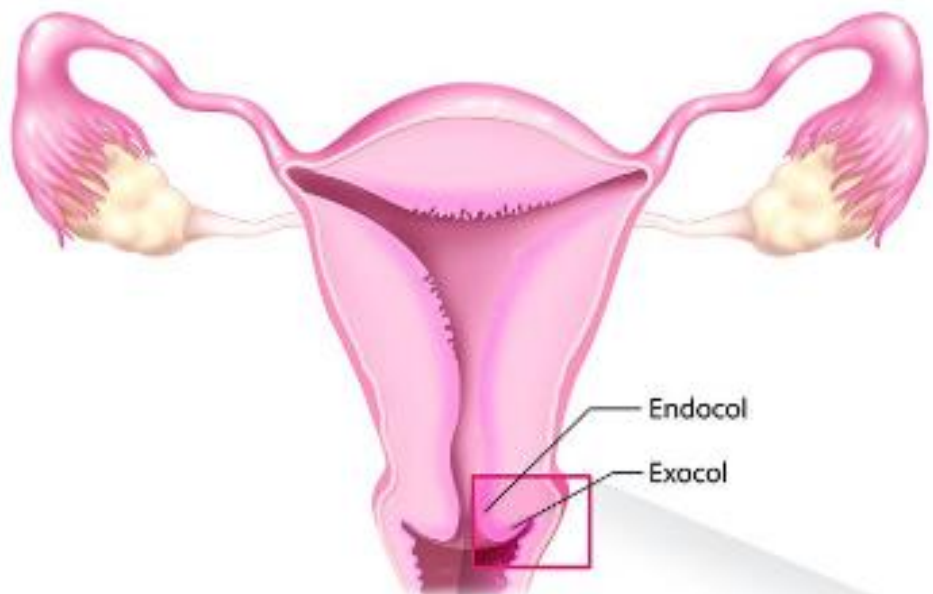
- Si **antécédent de lésion de haut grade vulvaire**, ou CE canal anal, poursuivre les examens cliniques vulvaires , **et procto** >65 ans

- **Pourquoi arrêter ?** Examen de plus en plus difficile

- à réaliser
- à interpréter

Dépistage Individuel

Les cancers gynécologiques chez les patientes âgées



Muqueuse de l'endocol (muqueuse glandulaire)

Adénocarcinome (10 à 20 % de cancers)

Muqueuse de l'exocol (muqueuse malpighienne)

Carcinome épidermoïde (80 à 90 % de cancers)

Zone de jonction

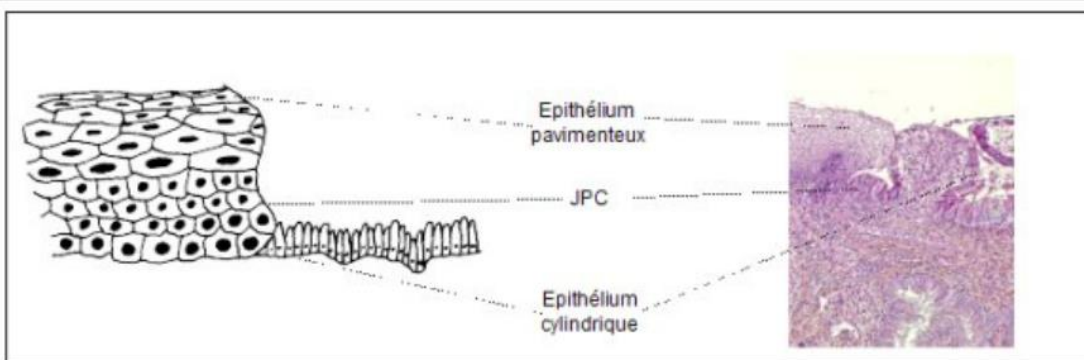
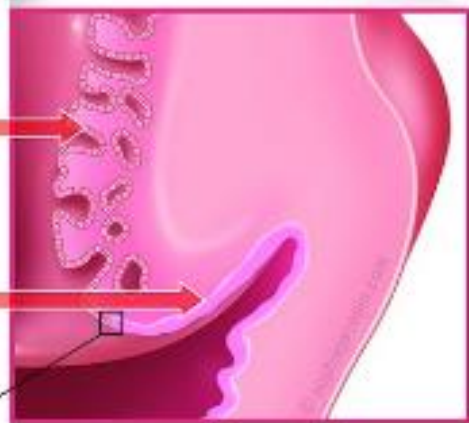


FIGURE 1.6: Jonction pavimento-cylindrique (JPC) (x 10)

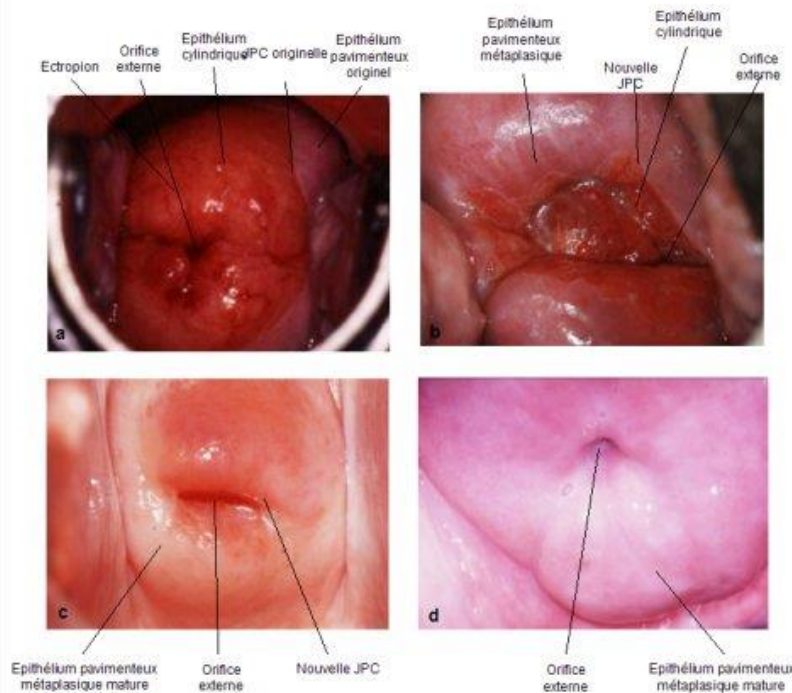


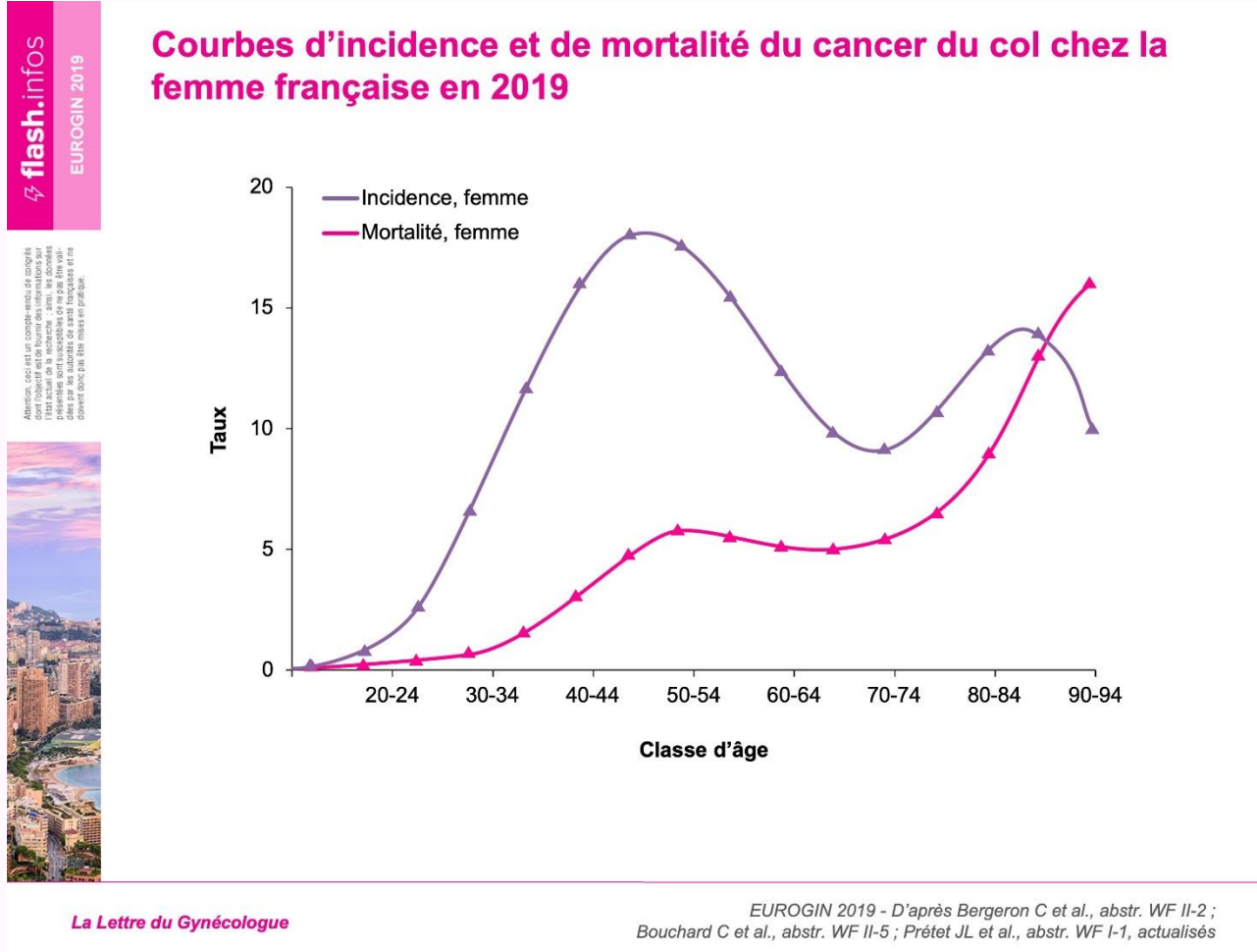
FIGURE 1.8: Localisation de la jonction pavimento-cylindrique (JPC)

- Jonction pavimento-cylindrique originelle (JPC) chez une jeune femme au tout début de la période de reproduction. La JPC est éloignée de l'orifice externe. Remarquer la présence d'épithélium cylindrique éversé sur une large portion de l'exocol, c'est ce que l'on appelle l'ectropion.
- La nouvelle JPC s'est rapprochée de l'orifice externe chez la femme d'une trentaine d'années. La JPC apparaît sous la forme d'une ligne blanche après l'application d'une solution d'acide acétique à 5%, à cause de la présence d'un épithélium pavimenteux métaplasique immature adjacent à la nouvelle JPC.
- En péri-ménopause, la nouvelle JPC se situe au niveau de l'orifice externe.
- Après la ménopause, la nouvelle JPC n'est pas visible ; elle a disparu dans l'endocol. L'épithélium pavimenteux métaplasique mature s'étend sur presque tout l'exocol.

Figures issue du site <https://screening.iarc.fr>



Epidémio du cancer du col

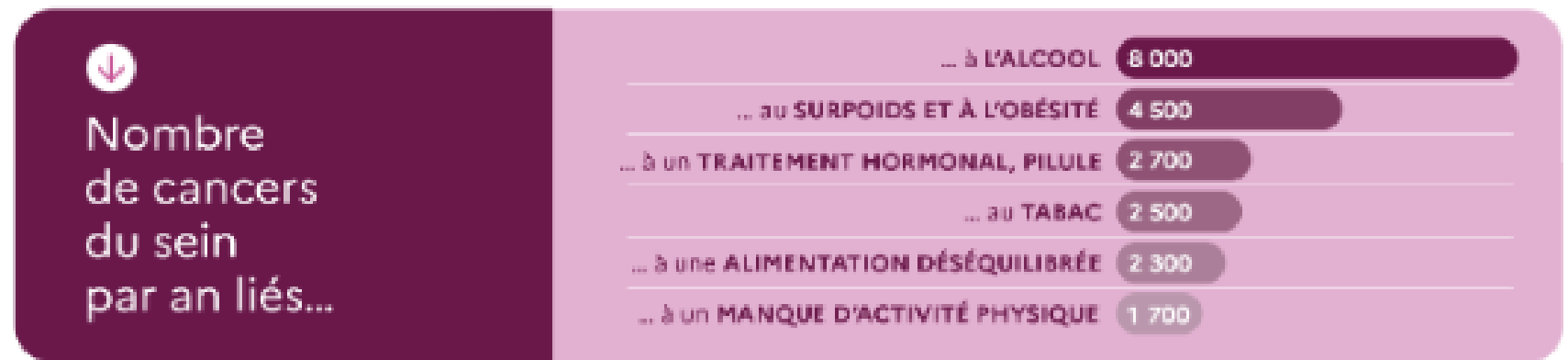


Âge moyen au dg : **51 ans**
Âge moyen au décès : **64 ans**



4. Dépistage du Cancer du Sein

- **Mammographies dépistage organisé** : tous les 2 ans de 50 à 74 ans
- **Dépistage individuel « annuel »** sans limite d'âge
 - si antécédent de CIS ou Cancer infiltrant
 - si famille à haut risque avec arrêt des IRM mammaires à 65 ans
- **Auto-examen des seins** : Encouragé pour détecter toute masse ou changement
- **Examen des seins : annuel** par professionnel de santé



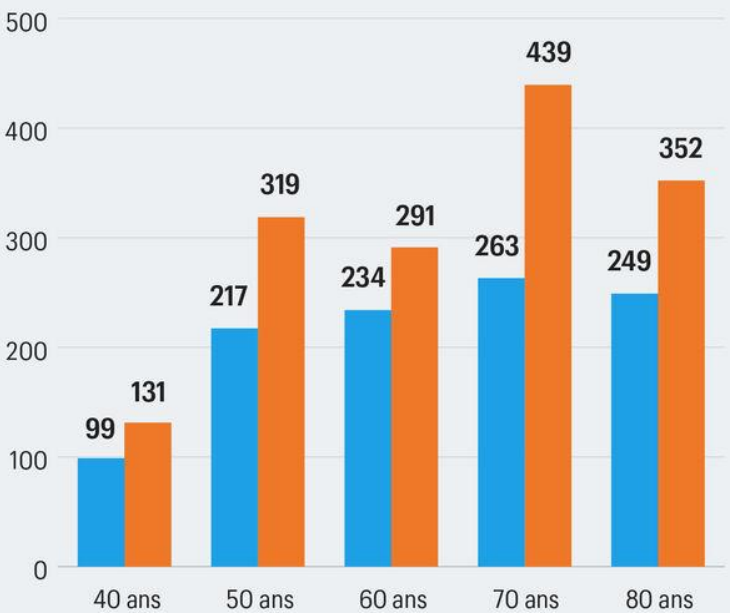


4. Dépistage du Cancer du Sein après 75 ans ?

Cancer du sein
Le taux d'incidence par tranche d'âge

Taux pour 100 000 personnes en France métropolitaine

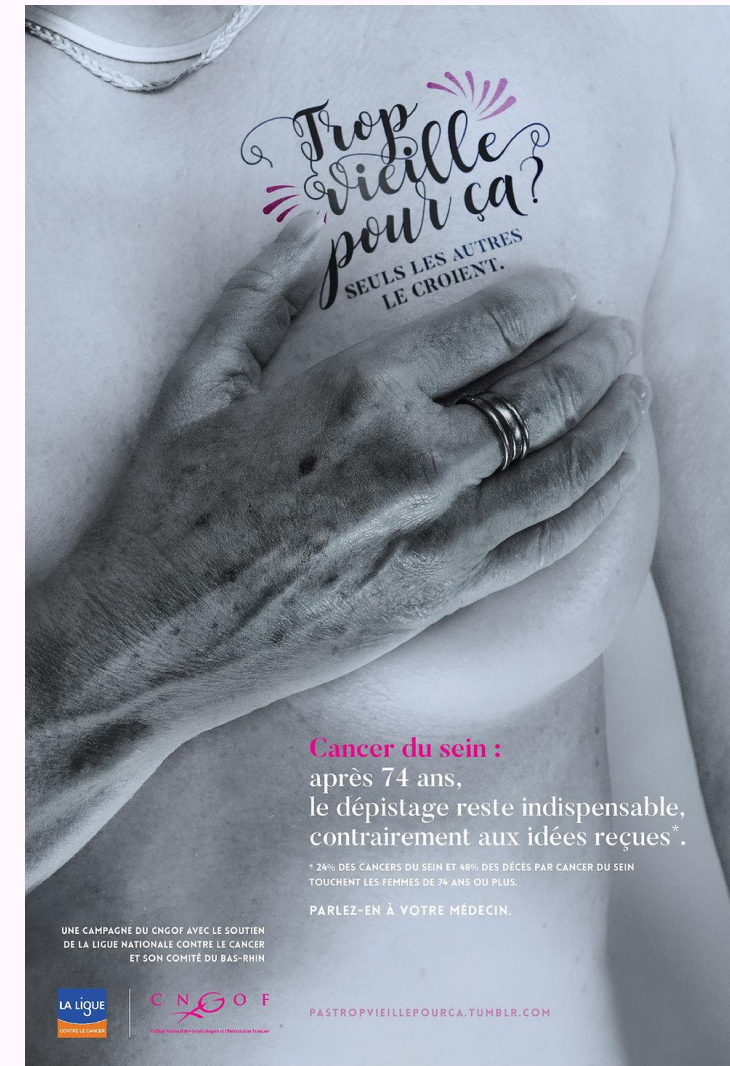
● 1990 ● 2023



2 octobre 2023 - Source : Santé publique France. - LP/Data.

Le Parisien

- Sur les 11 200 décès liés au cancer du sein chaque année en France, **4 500 surviennent chez des femmes de plus de 74 ans**
- **Inform**er les patientes : ce n'est pas que le risque n'existe plus après 75 ans
- Discuter **au cas par cas** de continuer les mammo selon antécédents médicaux, espérance de vie, choix patiente



Jeudi 17 octobre 2024, Gérontopôle Nantes

5. Échographie Pelvienne

- Pas systématique
- Indications : saignements post-ménopausiques, douleurs, ou anomalie à l'examen clinique



6. Suivi des symptômes liés à la Ménopause

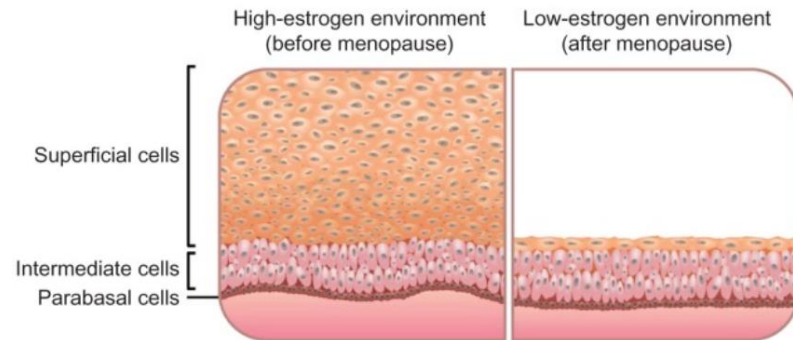
- **Symptômes** : Sécheresse vaginale, brûlures, prurit vulvaire et/ou vaginal, incontinence urinaire, pollakiurie, dyspareunies, douleurs pendant les rapports sexuels
- =Le SGUM
- **Traitements possibles** : Lubrifiants, œstrogènes locaux, rééducation périnéale, traitement chirurgical d'un prolapsus, incontinence ou pessaires ...
- **Bouffées de chaleur** : $\frac{1}{4}$ des femmes ont encore des BVM après 10 ans de ménopause

ATROPHIE VAGINALE

SYNDROME GÉNITO-URINAIRE DE LA MÉNOPAUSE

Le SGUM ISSWSH, NAMS, 2013

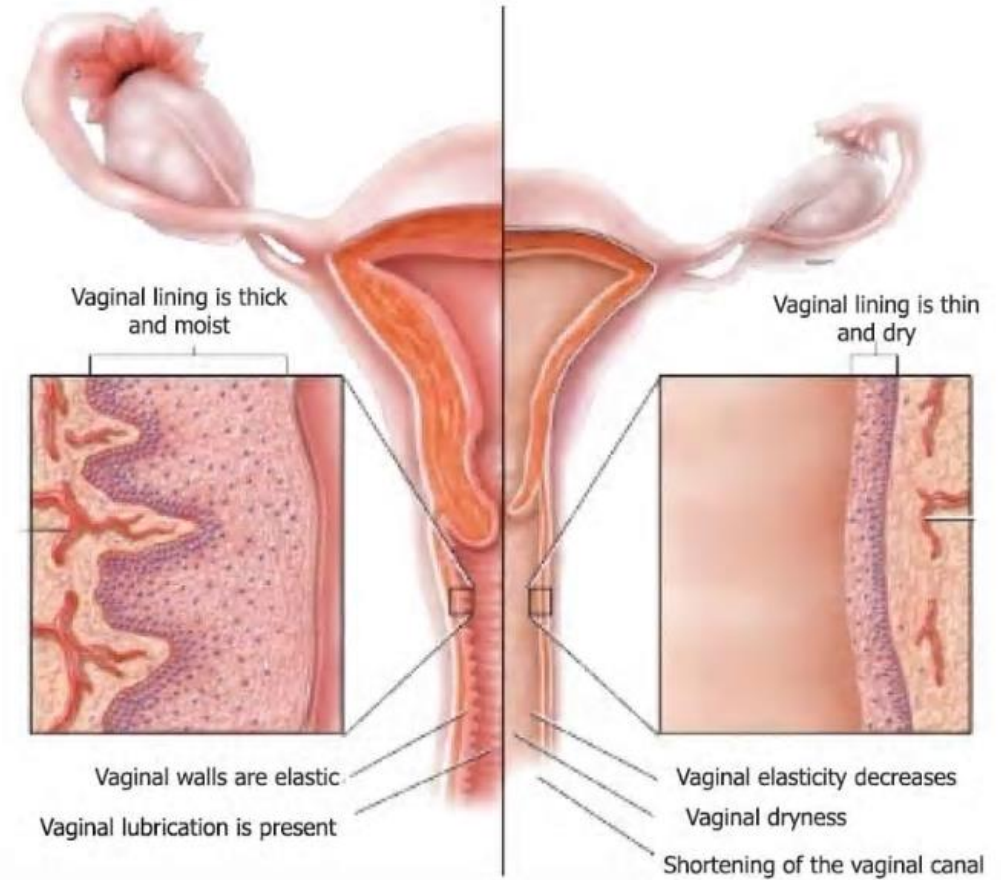
- Sécheresse vaginale
- Sensation d'inconfort, brûlures, irritation
- Troubles sexuels
- Dysurie, urgenturies, IU récidivantes



Influence of estrogen on the vaginal epithelium. Notes: Before menopause, high levels of estrogen stimulate maturation of the vaginal epithelium to generate a thick layer of mature superficial cells. After menopause, lack of estrogen leaves the epithelium much thinner, with very few or no superficial cells. In many women, this thinning is associated with vaginal dryness, irritation, itching, and pain with intercourse, a condition referred to as vaginal atrophy or atrophic vaginitis.

Healthy Vagina

Vaginal Atrophy





8. Surveillance Osseuse

- **Densitométrie osseuse** : Si non réalisée auparavant, pour évaluer le risque de fractures
- **Traitements** : calcul des apports en calcium, supplémentation en vitamine D, traitements spécifiques si ostéoporose diagnostiquée
- Ostéoporose
 - Perte osseuse rapide (4 % par an)
 - Se surajoute à la perte physiologique liée au vieillissement
- Ostéoporose post ménopausique, liée à la carence estrogénique
 - Touche l'os trabéculaire (vertèbres et poignet)
- Ostéoporose liée au vieillissement
 - Touche os cortical (os longs)
- **Douleurs ostéo-articulaires fluctuantes** (40 % des femmes)

Calcul des apports calciques quotidiens

Afin de vous permettre de calculer vos apports calciques quotidiens (quantité de calcium apporté chaque jour par votre alimentation), le GRIO met à votre disposition un outil de calcul en ligne :

Il s'agit d'un test mis au point par l'équipe scientifique du Centre hospitalier Universitaire d'AMIENS (*). Ce test ne prend que quelques minutes. Son exactitude dépend du soin apporté aux réponses. Vous pourrez en imprimer les résultats.

Vous êtes de sexe : Féminin Masculin

Votre âge : Ans

Faire le test

[Calcul des apports calciques quotidiens \(grio.org\)](http://grio.org)

Info activité physique
Info arrêt du tabac

Calcium et Eaux minérales



L'eau minérale peut être une importante source de calcium

Eaux plates	
Hépar	555
Courmayeur	533
Contresville	486
Vittel	202
Evian	78
Volvic	12
Eaux gazeuses	
Contrex Fines Bulles	486
Chateaudon	383
Rozana	301
Salvetat	253
Quézac	241
Badoit	190
San Pellegrino	185
Perrier	149
Vichy Celestin	103
Saint-Yorre	90

Teneur en calcium en mg par litre
Les produits indiqués sont fournis à titre d'exemple

Quelques règles à respecter

1. Variez votre alimentation
2. Consommez un produit laitier par repas
3. Pensez à boire régulièrement sans attendre d'avoir soif
4. Lorsque vous surveillez votre poids, préférez les aliments à faible teneur en matières grasses, ils contiennent autant de calcium
5. Consommez des protéines elles aident à fixer le calcium
6. La vitamine D favorise l'absorption du calcium par l'organisme



Avec le soutien institutionnel de Amgen SAS, Espérance, GE Healthcare Lunex, HMC Pharma, Hologic, Kyowa Kirin Pharma, Lilly France, Mylan, Madimex, Roche Diagnostics France, Theraavance, UCB

Une alimentation équilibrée et riche en calcium pour des os plus solides



Calcium
Votre objectif :
1200 mg par jour



Calcium et Fruits et Légumes



Les légumes et les fruits, peu riches en calcium, mais indispensables pour les vitamines, les minéraux et les fibres, doivent être consommés régulièrement.

Épinards (150g)	168
Brocolis (150g)	114
Haricots blancs cuits (150g)	90
Cresson (50g)	79
Farine de soja (50g)	77
Amandes sèches (30g)	75
Figues sèches (3 = 40g)	64
Haricots verts (150g)	60
Orange (1 = 130g)	52

Teneur moyenne en calcium en mg

Calcium et Produits laitiers



La consommation quotidienne de produits laitiers, en quantité suffisante, permet d'assurer la couverture des besoins calciques.

Emmental (30g)	356
Beaufort (30g)	312
Cantal (30g)	291
1 yaourt lait entier nature	189
1 yaourt 0% de MG nature	188
1 yaourt lait entier aux fruits	162
Fromage blanc à 0% (100g)	126
Fromage blanc à 30% (100g)	115
Lait demi-écrémé (100ml)	114

Teneur moyenne en calcium en mg

Calcium et Aliments riches en protéines



L'apport de protéines est indispensable pour préserver la force musculaire et pour les os.

Sardines à l'huile* (100g)	400
Anchois à l'huile* (100g)	200
Coquilles St-Jacques (100g)	120
Crevettes cuites (100g)	115
Truite (150g)	105
Moules cuites (100g)	100
Sole (100g)	100
Omelette nature* (150g)	120
Pain de mie (100g)	100

Teneur moyenne en calcium en mg

Le calcium est naturellement présent dans de nombreux aliments
Une alimentation variée permet de couvrir vos besoins en calcium de 1200 mg par jour

[Brochure d'information sur le site du grio.org](http://grio.org)

Jeudi 17 octobre 2024, Gérontopôle Nantes



9. Dépistage des FDRCV

- Le risque cardiovasculaire augmente après la ménopause pour rejoindre celui de l'homme
- Redistribution des graisses (ceinture abdominale et intra abdominale)
- Diminution de la tolérance au glucose
- Altération du profil lipidique
 - ↑LDL, ↓HDL, ↑TG

ACTIVITÉS PHYSIQUES
Nos recommandations pour les plus de 65 ans

Il n'y a pas d'âge pour faire du sport ! Rester actif est essentiel pour se maintenir en bonne santé. L'exercice régulier est reconnu pour prévenir de nombreuses pathologies. Associations et clubs sportifs proposent des ateliers et cours spécifiques pour les seniors. **Peu importe les années, il n'est jamais trop tard pour (re)chausser ses baskets... à condition d'y aller progressivement !**

ACTIVITÉ PHYSIQUE CARDIO-RESPIRATOIRE

Sont recommandées :

- 30 minutes d'activité physique d'intensité modérée par jour (faible essoufflement)
- ou 15 minutes d'activité physique d'intensité élevée par jour (essoufflement élevé).

Marche, marche ou ski nordique, natation, travaux ménagers (passer l'aspirateur, etc.), montée d'escaliers, jardinage...

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Solliciter les bras, les jambes et le tronc au moins 2 jours par semaine, de préférence non consécutifs.

Marche, gymnastique aquatique ou d'entretien, vélo, jardinage...

ASSOULISSEMENT ET MOBILITÉ ARTICULAIRE

Pratiquer des exercices de souplesse 2 jours minimum par semaine pendant au moins 10 minutes.

Yoga, tai chi, étirements, travaux ménagers...

ÉQUILIBRE

Des activités sollicitant l'équilibre peuvent être intégrées à la vie courante et aux loisirs, au moins 2 fois par semaine.

Vélo, danse, yoga, équilibre sur une jambe ou sur la pointe des pieds...

⚠ Réduire sa sédentarité, c'est diminuer son temps passé en position assise ou allongée. Pensez à interrompre ces périodes toutes les 90 à 120 minutes par une activité de 5 minutes.

www.anses.fr

Cette infographie est en licence Creative Commons : attribution, pas d'utilisation commerciale, pas de modification.



10. Conseils sur la Sexualité et l'Intimité

- **Discussions ouvertes** : Sur la sexualité, la sécheresse vaginale, et d'autres changements liés à l'âge, pour trouver des solutions adaptées
- Une personne âgée sur 2 a des relations intimes, et 91 % en sont satisfaites (rapport du Centre Ressources Handicaps et Sexualités 2022)





Conclusion

- Ce suivi est adapté selon
 - les antécédents médicaux
 - le mode de vie
 - l'état de santé général de chaque personne
- **Education** à la santé gynécologique
- Une **communication ouverte** avec le gynécologue est essentielle pour ajuster les soins au fil du temps !