

La douleur aux seins

Une majorité de femmes éprouveront de la douleur aux seins (mastalgie) à un certain moment au cours de leur vie.

La douleur aux seins est très rarement le signe d'un cancer du sein.

Les douleurs cycliques (qui viennent et qui partent au fil des semaines) et les douleurs diffuses (douleur dans tout le sein) ne sont pas inquiétantes et ne requièrent aucune investigation autre que le suivi usuel avec votre médecin et le dépistage par mammographie si vous avez 40 ans ou plus.



Y a-t-il un remède?

Une revue de la littérature scientifique a révélé que :

- Le soutien gorge sportif ou bien ajusté peut soulager la douleur aux seins.
- La consommation de graines de lin peut aider à diminuer les douleurs cycliques.
- Le Voltaren en gel appliqué localement au site de douleur peut aider à soulager la douleur occasionnelle.

Clinique de Santé du Sein

Hôpital Pierre-Le Gardeur
911 Montée des Pionniers
Terrbonne, QC, J6V 2H2

Téléphone : 450-654-7525 poste 31191

Docteur, j'ai mal aux seins!

LES RADIOLOGISTES DE LA CLINIQUE DE SANTÉ DU SEIN

Hôpital Pierre-Le Gardeur



J'ai mal, est-ce grave?

La douleur mammaire est rarement le signe d'un cancer du sein. Elle révèle habituellement une affection non cancéreuse du sein telles que :

- Glande mammaire sensible
- Kystes
- Nécrose adipeuse
- Infection (mastite ou abcès)

Consultez votre médecin si vous éprouvez une douleur nouvelle qui s'accompagne de rougeur/chaueur du sein ou de fièvre.

Les douleurs qui ne sont pas inquiétantes

Les douleurs suivantes sont bénignes et ne requièrent aucune investigation particulière autre que le suivi habituel chez votre médecin et le dépistage par mammographie si vous avez plus de 40 ans.

La **douleur mammaire cyclique** est souvent ressentie autour de la période menstruelle. Elle disparaît après les menstruations. Ce type de douleur peut être ressentie d'un seul côté ou aux deux seins. Elle est plus fréquente chez les jeunes femmes et cesse souvent après la ménopause.

Les **douleurs mammaires diffuses** sont en relation avec de la glande mammaire sensible. Elles peuvent être dans un seul sein ou aux deux seins et sont ressenties à plusieurs endroits ou partout dans le sein.

Les **douleurs musculosquelettiques** sont des douleurs qui sont ressenties avec les mouvements du bras ou de la cage thoracique. Elles ne sont pas en lien avec le sein et ne requièrent donc aucune investigation particulière en imagerie du sein.

Quand faut-il s'inquiéter?

Il est très rare qu'un cancer du sein se présente seulement par une douleur. Si un cancer se manifeste uniquement par une douleur, la douleur est focale (un seul endroit dans le sein) et est persistante (depuis quelques semaines).

Consultez votre médecin si vous éprouvez une douleur focale et persistante non cyclique.

Les symptômes suivants méritent d'être signalés à votre médecin : masse palpée, ulcération cutanée, nouvelle inversion ou rétraction du mamelon, lésion d'eczéma nouvelle du mamelon, rétraction cutanée ou déformation du sein, écoulement mammaire clair ou sanguin, rougeur diffuse avec peau d'orange. Ils peuvent être des signes de cancer.

