



## Que puis-je faire pour réduire mon risque de cancer du col de l'utérus?

- Passez régulièrement des tests Pap.
- Faites un suivi si le résultat de votre test Pap est anormal.
- Envisagez de vous faire vacciner contre le VPH. Le vaccin contre le VPH est disponible gratuitement pour toutes les filles de la 8<sup>e</sup> année par l'entremise du programme scolaire de l'Ontario financé par le public. L'idéal est de se faire vacciner avant d'être sexuellement active et possiblement exposée au VPH. Cependant, les femmes qui sont déjà sexuellement actives peuvent également se faire administrer le vaccin. Le vaccin prévient la plupart des cancers du col de l'utérus, mais pas tous. Par conséquent, même si vous avez été vaccinée contre le VPH, vous devez tout de même passer des tests Pap régulièrement.
- Le risque d'une infection au VPH commence par une activité sexuelle à un âge précoce. Ce risque augmente avec chaque nouveau partenaire sexuel ou si votre partenaire a eu un certain nombre de contacts sexuels par le passé.
- Utilisez un condom. Les condoms ne vous protègent pas totalement d'une infection au VPH, mais ils peuvent réduire le risque. Les condoms offrent une protection efficace contre d'autres infections transmises sexuellement.
- Ne fumez pas et évitez la fumée secondaire. La consommation de tabac peut affaiblir le système immunitaire, ce qui empêche votre corps de lutter efficacement contre une infection.
- Mangez bien et respectez le Guide alimentaire canadien.
- Faites régulièrement de l'exercice, gérez votre stress et reposez-vous suffisamment afin de rester en santé.

## Quelles sont les causes du cancer du col de l'utérus?

- Certains types de VPH causent le cancer du col de l'utérus. Le VPH est une famille de virus qui se retrouvent fréquemment tant chez les hommes que chez les femmes.
- Le VPH se transmet d'une personne à une autre lors de contacts sexuels génitaux.
- La plupart des gens viennent en contact avec le VPH à un certain moment au cours de leur vie. Il n'y a généralement pas de symptôme et les personnes atteintes ne savent souvent pas qu'elles ont une infection au VPH. L'infection disparaît généralement d'elle-même à l'intérieur d'une période de deux ans.
- Une infection au VPH entraîne des changements dans le col utérin. Chez la plupart des femmes, les cellules redeviennent normales lorsque l'infection disparaît. Parfois, pour des raisons qui ne sont pas bien comprises, une infection au VPH demeure dans le corps pendant une longue période. Après un certain nombre d'années, cela peut lentement évoluer vers un cancer si les cellules anormales ne sont pas décelées et traitées au besoin.
- La plupart des femmes ayant une infection au VPH **ne développent pas** de cancer du col de l'utérus.

Les tests Pap vérifient s'il y a des changements cellulaires au col de l'utérus qui sont causés par une infection au VPH. Le cancer du col de l'utérus peut être prévenu en faisant un suivi rigoureux de ces changements cellulaires et en les traitant au besoin.

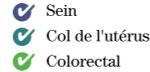
## Qu'est-ce que le Programme ontarien de dépistage du cancer du col de l'utérus?

L'objectif du Programme ontarien de dépistage du cancer du col de l'utérus, un programme d'Action Cancer Ontario et du gouvernement de l'Ontario, est d'aider à prévenir et à réduire les décès liés au cancer du col de l'utérus. Ce programme enverra des lettres aux femmes ontariennes afin de les inviter à subir un test Pap, de les informer des résultats de leurs tests et de leur rappeler quand elles doivent subir un nouveau dépistage. Si vous ne souhaitez pas recevoir de lettres du Programme ontarien de dépistage du col de l'utérus, veuillez appeler le 1 866 662-9233.

Le Commissaire à l'information et à la protection de la vie privée de l'Ontario a approuvé les pratiques et les procédures du Registre de dépistage du cancer d'Action Cancer Ontario.

## Renseignements :

- Pour des renseignements concernant le dépistage du cancer du col de l'utérus ou le Programme ontarien de dépistage du cancer du col de l'utérus, composez le 1 866 662-9233.
- Pour des renseignements généraux concernant les programmes et les services de santé, appelez ServiceOntario au 1 877 234-4343, ATS 1 800 387-5559.
- Apprenez quel est le bon moment pour commencer à subir des tests de dépistage. Consultez l'outil visant à déterminer le moment pertinent du dépistage sur [ontario.ca/dépistagepouurlavie](http://ontario.ca/dépistagepouurlavie).

**Dépistage pour la vie**  Sein  
Col de l'utérus  
Colorectal

Le dépistage du cancer détecte ce qui est invisible.

N° de catalogue : 016931 ISBN 978-1-4435-9273-4 (Reimpression révisée) 822M Mai 2016 © 2016 Imprimeur de la Reine pour l'Ontario



# REGARDEZ DE PLUS PRÈS

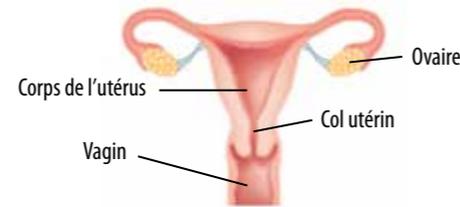
Renseignez-vous sur un test simple qui peut prévenir le cancer du col de l'utérus.

Consultez  
[ontario.ca/dépistagepouurlavie](http://ontario.ca/dépistagepouurlavie)



## Qu'est-ce qu'un test Pap?

Un test Pap est un simple examen de dépistage qui peut aider à prévenir le cancer du col de l'utérus. Le test Pap recherche des changements cellulaires anormaux sur le col utérin. Il ne sert pas à dépister d'autres cancers des organes reproducteurs, pas plus que la chlamydia, la gonorrhée ou le VIH.



Un test Pap est effectué dans le bureau d'un fournisseur de soins de santé. Un instrument, le spéculum, est délicatement inséré dans votre vagin afin que le col utérin soit visible. Des cellules sont prélevées dans le col utérin et sont envoyées à un laboratoire afin d'être examinées sous un microscope.

## Pourquoi les tests Pap sont-ils nécessaires?

Même si les cellules sur le col utérin croissent et changent constamment, le VPH peut faire évoluer des cellules normales en cellules anormales. Ces cellules anormales redeviennent souvent normales une fois que le VPH est éliminé, mais si tel n'est pas le cas, un test Pap recherche ces cellules anormales afin de déterminer si un traitement est nécessaire. Si les cellules anormales ne sont pas traitées pendant un certain nombre d'années, elles peuvent lentement évoluer en un cancer du col de l'utérus.

## Les tests Pap sont-ils efficaces?

Oui. Ces tests ne sont cependant pas parfaits. Ils peuvent ne pas déceler certaines cellules anormales. Assurez-vous de passer régulièrement des tests Pap. Cela réduit le risque de manquer des changements importants. Si vous avez des saignements vaginaux ou des pertes vaginales inhabituels, consultez votre fournisseur de soins de santé, même si votre dernier test Pap était normal.



## Devrais-je passer un test Pap?

- Si vous avez déjà eu un contact sexuel peau à peau, vous devez passer régulièrement des tests Pap à compter de 21 ans. Ceci comprend les rapports sexuels, les touchers génitaux et les activités sexuelles bucco-génitales.
- Les tests Pap devraient être intégrés à votre examen de santé jusqu'à l'âge de 70 ans. Le risque de développer un cancer du col de l'utérus ne diminue pas avec l'âge.
- Vous pouvez cesser de passer les tests Pap après avoir atteint 70 ans si les résultats d'au moins trois tests se sont avérés normaux au cours des 10 années antérieures.
- Si vous avez subi une hystérectomie, discutez avec votre fournisseur de soins de santé pour déterminer si vous avez toujours besoin de passer un test Pap.

Ai-je encore besoin de passer un test Pap?	Oui	Non
Je me sens en santé et je n'ai aucun symptôme	✓	
Je n'ai jamais eu de contacts sexuels génitaux		✓
Je ne suis plus active sexuellement	✓	
Je n'ai eu qu'un seul partenaire	✓	
Je suis dans une relation homosexuelle	✓	
Je suis ménopausée	✓	
Je n'ai aucun antécédent familial de cancer du col de l'utérus	✓	
J'ai moins de 21 ans		✓

## À quelle fréquence devrais-je passer un test Pap?

Vous devriez passer un test Pap tous les trois ans. Si des cellules anormales ont été décelées dans votre col de l'utérus, votre fournisseur de soins de santé vous indiquera si vous devez passer un autre test Pap ou si vous devez être aiguillée vers un spécialiste.

## Où puis-je aller pour subir un test Pap?

- Prenez rendez-vous avec votre fournisseur de soins de santé. Si vous n'avez pas de fournisseur de soins de santé, vous pouvez vous inscrire auprès d'Accès Soins en composant le 1 800 445-1822 ou en vous rendant sur [ontario.ca/accessoins](http://ontario.ca/accessoins).
- Certains bureaux de santé publique et centres de santé communautaire offrent également des tests Pap.
- Pour des renseignements concernant les services de santé dans votre collectivité, rendez-vous sur [ontario.ca/optionssoinsdesante](http://ontario.ca/optionssoinsdesante).

## Comment puis-je me préparer pour un test Pap?

- Tentez d'obtenir un rendez-vous un jour où vous n'avez pas vos règles.
- N'ayez pas de relations sexuelles ou n'insérez pas de tampons, de crèmes ou de médicaments dans votre vagin 48 heures avant votre test.
- Si cela est impossible, allez tout de même passer votre test.

## Que se passe-t-il après le test Pap?

La plupart du temps, le résultat de votre test Pap sera normal. Si votre résultat est anormal, cela **ne veut pas dire** que vous avez un cancer du col de l'utérus. Votre fournisseur de soins de santé communiquera avec vous si le résultat de votre test est anormal afin de discuter des prochaines étapes, comme passer un nouveau test Pap quelques mois plus tard. Vous pourriez aussi devoir aller voir un spécialiste afin de subir des examens supplémentaires. Le Programme ontarien de dépistage du cancer du col de l'utérus enverra des lettres aux femmes ontariennes afin de les inviter à subir un test Pap, de les informer des résultats de leurs tests et de leur rappeler quand elles doivent subir un nouveau dépistage.

## Beaucoup de femmes sont surprises d'apprendre que :

- Le cancer du col de l'utérus est causé par une infection au virus du papillome humain (VPH).
- Le dépistage avec un test Pap est la seule manière de constater des changements cellulaires dans votre col de l'utérus qui peuvent causer un cancer.

C'est pour cela qu'il est important de subir périodiquement des tests Pap. Les tests Pap permettent de déceler des changements cellulaires précoces dans le col causés par des infections au VPH qui ne disparaissent pas. Ces changements cellulaires n'entraînent généralement pas de symptômes, mais ils peuvent se transformer en cancer s'ils ne sont pas décelés et traités.

Souvenez-vous que le dépistage du cancer aide à détecter ce qui est invisible.