

# Pour que le mélanome n'ait pas votre peau !

## 2200

### MÉLANOMES PAR AN EN BELGIQUE

Chaque année en Belgique, on recense environ 2200 cas de mélanomes et environ 20 000 cas de cancers de la peau autres que le mélanome.

## 41%

### DÉCÈS ÉVITABLES

41% des décès dus aux cancers de la peau pourraient être évités si les patients ne retardaient pas leur consultation. Le report du diagnostic coûte quelque 150 vies par an en Belgique.

## 40%

### MALGRÉ LA SUSPICION

Encore plus alarmant: plus de 40% des patients belges reportent leur visite chez le spécialiste entre 3 et 6 mois alors qu'ils ont détecté les premiers signes d'un cancer de la peau.

## 33

### EUROMELANOMA

Conçue pour toucher un large public aux risques du report de diagnostic, la campagne Euromelanoma 2015 se déroulera simultanément dans 33 pays. Du 4 au 8 mai, un dépistage gratuit sera proposé

chez les dermatologues participants.

**Faites-vous dépister à temps. Le report du diagnostic de cancer de la peau coûte quelque 150 vies par an, en Belgique.**

**Euromelanoma lance sa campagne 2015 avec, comme thème, le report du diagnostic. Trop fréquent et parfois fatal.**

**Une semaine de dépistages gratuits – sur rendez-vous – est organisée du 4 au 8 mai, chez certains dermatologues du pays.**

## 13%

### EN AUGMENTATION

Les cancers de la peau augmentent en incidence de 13% par an. La peau est à l'origine d'autant de cancers que tous les autres organes: +/- 30 000 cas par an (carcinomes basocellulaires inclus).

## 6%

### PROTECTION NÉGLIGÉE

Selon un sondage Ipsos, réalisé pour les laboratoires La Roche-Posay dans 23 pays, à peine 6% des Belges se protègent tout au long de l'année contre le soleil, mais 95% des parents appliquent une crème solaire à leurs enfants de moins de 12 ans.

# “J’étais enceinte; j’ai tardé à montrer la petite tache...”

## Témoignage Laurence Dardenne

**P**our bien comprendre mon histoire, il faut remonter quelques années en arrière, raconte Laurence, aujourd’hui âgée de 42 ans. *J’ai 34 ans et je suis enceinte de trois mois. Pour une douleur musculaire, je consulte mon généraliste qui remarque une tache suspecte sur mon épaule et me suggère de passer l’enlever après les congés.*

Les congés passent, la vie est belle puisque Laurence attend son premier enfant. Elle nage dans le bonheur. La grossesse occupe toute la place dans son esprit et la petite tache est presque oubliée; la jeune femme n’ayant pas perçu un ton particulièrement alarmiste dans le conseil de son médecin. Les mois passent, Laurence accouche et se consacre à son petit garçon.

Puis un jour, elle se rappelle la “petite tache suspecte” et décide de consulter une dermatologue. Qui d’emblée fait savoir qu’elle n’aime pas trop l’aspect de ce vilain grain de beauté et interroge la patiente sur son histoire personnelle avec le soleil. *“C’est vrai, pendant l’enfance et l’adolescence, les expositions étaient assez fréquentes, au bord de la piscine dans le sud de la France, mais sans plus, témoigne la patiente. Oui, je me souviens d’avoir eu des coups de soleil, notamment sur les épaules, car à l’époque, on n’était pas sensibilisé à l’importance d’une bonne protection comme on l’est maintenant. On appliquait de la crème solaire le matin et, en général, on s’en contentait pour la journée.”*

## L’exérèse s’impose

Reste que, face à cette jeune femme à peau claire, la dermatologue n’hésite pas: l’exérèse s’impose. Elle oriente aussitôt Laurence vers un centre de référence pour l’intervention chirurgicale. Deux semaines plus tard, les résultats de la biopsie lui donneront raison. *“Pas de chance, poursuit Laurence, c’était bien un mélanome. Suite à ce diagnostic, j’ai subi une série d’examen et le prélèvement des ganglions sentinelles afin de voir s’il n’y avait pas de métastases. A ce jour, nous en sommes là, mais je devrai être suivie à vie, pour m’assurer que d’autres organes comme le foie, les poumons, le cerveau... ne sont pas atteints. J’espère bien voir grandir mon petit garçon...”*

## Le soleil n’est plus vraiment mon ami

Bien sûr, la jeune mère s’en veut de ne pas avoir réagi plus tôt, après la consultation chez le généraliste; elle ne vivrait pas aujourd’hui une épée de Damoclès au-dessus de la tête, mais *“avoue n’avoir jamais pensé au cancer de la peau jusqu’au jour de l’annonce du diagnostic”*.

Aucun antécédent familial, certes, une peau claire agressée dans l’enfance, mais comme tant d’autres personnes de cette génération et des précédentes... *“Aujourd’hui, c’est sûr, nous confie Laurence, le soleil n’est plus vraiment mon ami. Je me couvre systématiquement les épaules et j’applique un écran total. J’évite les heures chaudes pendant lesquelles le soleil tape. Mon fils est toujours protégé d’un T-shirt anti-UV.”*

# Dépistage: pour qui, pourquoi

**J'** attends, et je verrai bien, ça guérira...; je suis trop occupé; je redoute le diagnostic; je ne crois pas qu'il existe un risque pour ma santé; je n'ai pas envie de faire perdre du temps au médecin..." Telles sont, dans l'ordre décroissant, les principales raisons pour expliquer le report de consultation qui sont invoquées par les personnes interrogées dans le cadre d'une enquête réalisée auprès des dermatologues belges et européens et menée par le groupe de lutte contre le cancer de la peau, Euromelanoma.

Le report du diagnostic coûte cher: 150 vies par an en Belgique! Pour le rappeler, en amorce de la campagne de dépistage gratuit (du 4 au 8 mai, inscription obligatoire sur [www.euromelanoma.org](http://www.euromelanoma.org)), aura lieu le 4 mai prochain, une action nationale de sensibilisation au cours de laquelle des brochures seront distribuées dans différentes gares du pays.

Se faire dépister précocement est en effet essentiel car, diagnostiqué aux premiers stades et traité après intervention chirurgicale, le cancer de la peau offre de très bons pronostics: le taux de survie est de plus de 90% après cinq ans.

Parce qu'il a l'avantage d'être visible, le cancer de la peau peut, dans un premier temps, faire l'objet d'un auto diagnostic. A quoi être attentif? Un changement de taille, de forme, de couleur; une tache qui se démarque très nettement des autres; une asymétrie; un toucher rugueux, des squames, des croûtes; la présence de plusieurs couleurs dans une même tache pigmentée; l'apparition de démangeaisons; un suintement ou un saignement; un aspect perlé ou encore une lésion qui ne guérit pas. Tous ces signes permettent de suspecter un cancer de la peau et doivent inciter à consulter un dermatologue sans tarder.

Faire un dépistage systématique de toute la population n'a pas de sens. Certaines personnes sont cependant plus à risque. Les facteurs: une peau claire et une tendance aux coups de soleil, des expositions prolongées et fréquentes, des coups de soleil pendant l'enfance et l'adolescence, l'utilisation des bancs solaires, la présence de plus de 50 grains de beauté (naevus), des antécédents familiaux de cancer de la peau, les personnes de plus de 50 ans et les patients transplantés.

L. D.

## Le saviez-vous?

### Chaque jour, un Belge meurt d'un mélanome

**Parmi les cancers de la peau**, on distingue: le **mélanome** (8% des cas), dangereux et métastases rapides; le **carcinome spinocellulaire** (10%), sur la peau exposée chroniquement au soleil, parfois métastatique; le **carcinome basocellulaire** (80%), sur la peau exposée chroniquement au soleil, ne métastase pas mais peut infiltrer les tissus sous-jacents; les **autres** (2%). Chaque année, en Belgique, environ 350 personnes décèdent d'un mélanome.

**Bannir les bancs solaires.** C'est un fait bien établi: l'utilisation des bancs solaires provoque un vieillissement précoce de la peau et augmente le nombre de cancers cutanés; seules dix séances d'UV doubleraient le risque de mélanome! Mal appliquée, la loi sur les bancs solaires pâtit du manque de contrôles: sur les quelque 4 000 centres de bronzage existant en Belgique, seuls 58 ont été contrôlés en 2014, parmi lesquels moins de 10 respectaient la législation.

**Et la vitamine D?** Le soleil est cependant bon pour le moral et pour la synthèse de la vitamine D, dont 30% des Belges sont carencés. Et sans doute davantage à la fin de l'hiver. Outre l'exposition aux UVB, les autres sources de vitamine D sont l'alimentation (poissons gras, jaune d'œuf, notamment) et les suppléments alimentaires. Mais gare à l'excès, qui peut s'avérer nocif! La vitamine D est nécessaire pour la calcification des os et protège contre certains cancers et la sclérose en plaques. Il faut savoir qu'une peau blanche produit plus facilement de la vitamine D qu'une peau foncée. Enfin, pour ce qui est des bienfaits du soleil, après 15 à 20 minutes d'exposition aux UVB, la production de vitamine D s'arrête par manque de précurseurs. L. D.