

Ces tests médicaux qui peuvent nous sauver la vie Bel Âge

jessica dostie :



Avec les années, le corps vieillit, d'où un risque accru de développer certaines maladies. Heureusement, il existe des tests préventifs qu'on a tout intérêt à passer, même si tout semble bien aller. Voici ceux que nous suggèrent les experts consultés.

«Il y a des gens qui vont voir leur médecin pour leur demander un grand check-up général, dit le Dr Sylvain Dion, vice-président de la Fédération des médecins omnipraticiens du Québec.

Or, on ne fait plus ça depuis un bon moment, car c'est plutôt inutile.»

De nos jours, les examens sont davantage ciblés et sont prescrits plus parcimonieusement.

Pourquoi? Parce que chez une personne en bonne santé qui ne présente aucun symptôme, certains tests causent parfois plus de tort que de bien: examens intrusifs, anxiété du patient, faux positifs, etc.

Cela dit, il existe des tests de dépistage fortement recommandés aux personnes de 50 ans et plus.

Voici lesquels.

Le test immunochimique de recherche de sang occulte dans les selles (RSOSi)

Pour qui? Les hommes et les femmes de 50 à 74 ans.

Après cet âge, on discute avec notre médecin de la pertinence de continuer le dépistage... ou pas. En cas d'antécédents familiaux ou si du sang est détecté dans les selles, le médecin optera pour une coloscopie. Cet examen invasif consiste à introduire une caméra dans le rectum du patient afin de vérifier s'il y a des anomalies.

À quelle fréquence? Tous les deux ans.

Il dépiste quoi? Le cancer colorectal.

En quoi consiste-t-il? Il s'agit de l'analyse d'un échantillon de selles.

Bon à savoir: «L'incidence du cancer colorectal chez les 50 ans et plus est importante, souligne le Dr Dion. De fait, 93% des cas sont détectés à partir de cet âge. D'où l'intérêt de passer ce test, d'autant plus qu'il n'est pas compliqué ni souffrant.»

La mammographie

Pour qui? Les femmes de 50 à 75 ans.

À quelle fréquence? Grâce au Programme québécois de dépistage du cancer du sein (PQDCS), les femmes reçoivent tous les deux ans une lettre leur rappelant de prendre rendez-vous pour passer une mammographie, et ce, sans avoir besoin de consulter leur médecin de famille.

Bien que le programme se termine à l'âge de 69 ans, il est conseillé de continuer à passer cet examen.

S'il y a des cas de cancer du sein dans notre famille, notre médecin nous recommandera alors de passer une mammographie chaque année.

Elle dépiste quoi? Le cancer du sein.

En quoi consiste-t-elle? Une technologie comprime les seins entre deux plaques de plastique d'une machine appelée mammographe, qui prend des radiographies afin de déceler des irrégularités.

Bon à savoir: «La mammographie est le meilleur moyen de détecter un cancer du sein. Et plus le dépistage est fait tôt, meilleurs sont les résultats des traitements.

Il y a toujours un quart des femmes qui ne font pas de dépistage, déplore le Dr Sylvain Dion.

Et ce, même s'il s'agit du cancer le plus fréquent chez les femmes et que 83 % des cas surviennent après l'âge de 50 ans.»

Le test PAP

Pour qui? Les femmes de 21 à 65 ans.

À quelle fréquence? Tous les deux ou trois ans.

Il dépiste quoi? Le cancer du col de l'utérus.

En quoi consiste-t-il? Des cellules sont prélevées sur le col de l'utérus, cellules qui seront ensuite analysées.

Bon à savoir: « Si une femme souhaite continuer à passer un test Pap après 65 ans, c'est vraiment libre à elle de le faire, dit le Dr François-Pierre Gladu, président de l'Association des jeunes médecins du Québec et professeur à l'Université de Montréal.

Elle pourra tout simplement en discuter avec son médecin.»

Le test de l'antigène prostatique spécifique (APS) et le toucher rectal

Pour qui? Les hommes de plus de 45 ans à risque, comme ceux qui ont des antécédents familiaux, et les hommes noirs, plus touchés par le cancer de la prostate.

À quelle fréquence? Tout dépend des résultats.

Il dépiste quoi? Le cancer de la prostate.

En quoi consiste-t-il? Le test d'APS est une prise de sang qui permet de mesurer les quantités d'APS, une protéine sécrétée par les cellules de la prostate.

Quant au toucher rectal, il s'agit de palper la prostate pour y détecter d'éventuelles anomalies.

Bon à savoir: «S'ils n'ont aucun symptôme et qu'ils ne font pas partie des personnes à risque, je recommande aux hommes de plus de 50 ans un toucher rectal tous les deux ou trois ans, mentionne le Dr Gladu.

Il faut savoir qu'un test APS peut donner un résultat faux positif, qui entraîne par la suite un examen plus invasif.»

Il faut donc bien s'informer et prendre le temps d'en discuter avec notre médecin.

L'analyse du taux de glycémie

Pour qui? Les personnes de 50 ans et plus.

À quelle fréquence? Tous les trois ans, et plus souvent chez les personnes à risque, par exemple les femmes ayant déjà eu un diabète de grossesse.

Elle dépiste quoi? Le diabète de type 2.

En quoi consiste-t-elle? Il s'agit de deux prises de sang faites à jeun, à deux semaines d'intervalle, afin de mesurer le taux de sucre.

Bon à savoir: si une personne présente des facteurs de risque (obésité, hypertension, par exemple), il pourra même être recommandé qu'elle fasse un test de dépistage avant l'âge de 50 ans.

Le bilan lipidique

Pour qui? Les personnes de 40 à 70 ans.

À quelle fréquence? Tous les cinq ans.

Il dépiste quoi? Un taux de lipides élevé.

En quoi consiste-t-il? En une prise de sang qui sert à mesurer les taux de graisse (cholestérol et triglycérides).

Bon à savoir: Des taux de gras au-dessus des valeurs normales pourraient engendrer divers problèmes de santé, dont un risque accru de troubles cardiovasculaires.

L'échographie abdominale

Pour qui? Les hommes de 65 à 80 ans.

À quelle fréquence? Une seule fois.

Elle dépiste quoi? Un anévrisme de l'aorte abdominale.

En quoi consiste-t-elle? Il s'agit d'une simple échographie qui permet de détecter un anévrisme, soit un gonflement de l'aorte.

Bon à savoir: Des facteurs de risque comme le tabagisme, l'hypertension ou le diabète non contrôlé peuvent impliquer qu'un homme doive passer une échographie abdominale avant l'âge de 65 ans.

Ce test n'est pas impératif pour les femmes en raison du très bas taux d'anévrisme de l'aorte abdominale chez elles.

Par ailleurs, il est possible que cet examen d'imagerie soit recommandé pour dépister la stéatose hépatique, en présence de certains facteurs de risque (IMC élevé, trouble de consommation d'alcool, etc.).

L'ostéodensitométrie

Pour qui? Les femmes ménopausées et les hommes de 65 ans et plus.

À quelle fréquence? Tout dépend des résultats obtenus, mais environ tous les deux ans.

Elle dépiste quoi? L'ostéoporose.

En quoi consiste-t-elle? C'est une imagerie médicale faite sur tout le corps afin de vérifier la densité minérale des os.

Bon à savoir: «Plusieurs facteurs peuvent faire en sorte qu'une personne plus jeune doive passer ce test, précise le Dr François-Pierre Gladu.

Par exemple, une ménopause précoce, la prise de certains médicaments (dont la cortisone, au moins trois mois d'affilée), une consommation d'alcool élevée, etc.»

Tension artérielle et IMC

«On ne prend pas forcément rendez-vous avec son médecin pour vérifier sa pression artérielle ou se faire peser, dit le Dr Sylvain Dion, mais habituellement, les médecins vérifient ces choses-là lorsqu'un patient consulte.»

Des signes à surveiller

Si on n'a pas de symptômes ni de facteurs de risque particuliers, il n'est pas nécessaire de subir un examen ORL (oreilles, nez, bouche, glande thyroïde et nerfs crâniens) ou de faire un bilan neurologique, par exemple.

En revanche, une perte d'audition, une vision qui se dégrade, des indices de problèmes cognitifs, des taches anormales sur la peau ou une difficulté à bien respirer sont autant de petites alarmes qui signalent un problème potentiel.

Dans de tels cas, il est important de consulter notre médecin et, au besoin, le spécialiste qu'il nous réfèrera.

Recherche et mise en page par:

Michel Cloutier

CIVBDL

20240305

"C'est ensemble qu'on avance"