

Initiation à l'autopalpation au CMS Pierre-Rouquès

Dans le cadre d'Octobre rose, mois de sensibilisation au dépistage du cancer du sein, médecins généralistes, agents d'accueil et infirmières du centre municipal de santé (CMS) Pierre-Rouquès ont été formés par Éléonore Boyer, chargée de prévention du comité départemental de la ligue contre le cancer du sein.

Cette formation, qui se déroulait le 20 septembre, permet de **sensibiliser à la dangerosité de ce cancer** et d'informer au mieux les patients. Elle leur a indiqué tous les facteurs de risque (âge, génétique, ménopause, surpoids...) et leur a expliqué l'importance de faire une mammographie tous les deux ans, entre 50 et 74 ans.

Les professionnels de santé conseillent de **commencer l'autopalpation entre 20 et 25 ans**, une fois par mois, afin de mieux connaître sa poitrine et de détecter plus rapidement les potentielles anomalies. « *L'autopalpation peut se pratiquer allongé, debout, sous la douche ou encore en se penchant en avant* », explique Éléonore.

L'autopalpation n'est pas réservée aux femmes : en effet, sur les 58 000 nouveaux cas annuels, **1 % concernent les hommes**.

Un atelier pratique de palpation sur un buste nommé Rosie a suivi la théorie. Toutes et tous ont réussi à détecter les masses graisseuses et tumeurs de Rosie, ayant saisi le bon procédé d'une autopalpation.

A.V. & F.M.

Contact

Centre municipal de santé Pierre-Rouquès

66, avenue de la République
93150 Le Blanc-Mesnil
France

[01 45 91 70 00](tel:0145917000)

Horaires :

Lundi 08:30-19:30

Mardi 08:30-19:30

Mercredi 08:30-19:30

Jeudi 08:30-19:30

Vendredi 08:30-19:30

Samedi 08:30-12:00

Ouvert jusqu'à 19:30

Publié le 23 septembre 2022

Mairie du Blanc-Mesnil

1, place Gabriel-Péri
BP 10076
93156 Le Blanc-Mesnil cedex

Tél. 01 45 91 70 70

Horaires d'ouverture

Lundi

09:00–12:30, 14:00–17:30

Mardi

14:00–17:30

Mercredi

09:00–12:30, 14:00–17:30

Jeudi

09:00–12:30, 14:00–17:30

Vendredi

09:00–12:30, 14:00–17:30

Samedi

09:00–11:45

Dimanche

Fermé

Dernier accès pour une prestation à **17h15**.

Mairie annexe

2 bis, avenue Jean-Jaurès
93150 Le Blanc-Mesnil

Horaires d'ouverture

Lundi

09:00–12:15, 13:30–17:15

Mardi

09:00–12:15, 13:30–19:45

Mercredi

09:00–12:15, 13:30–17:15

Jeudi

09:00–12:15, 13:30–17:15

Vendredi

09:00–12:15, 13:30–17:15

Samedi

Fermé

Dimanche

Fermé

Pour toute démarche, prendre un rendez-vous sur le [formulaire en ligne](#).