



Fribourg, le 14 mars 2019

COMMUNIQUE DE PRESSE

Le cancer du côlon, comment le prévenir ?

Maladie encore souvent taboue, il est possible de prévenir le cancer du côlon notamment par une alimentation équilibrée ou alors de l'identifier suffisamment tôt par un test de dépistage. Dans plus de 90% des cas ce sont les plus de 50 ans qui sont concernés par le cancer du côlon. À partir de fin 2019, sur mandat de l'Etat de Fribourg, la Ligue fribourgeoise contre le cancer via son secteur Dépistage du cancer côlon Fribourg invitera systématiquement les Fribourgeois-e-s âgé-e-s de 50 à 69 ans à faire un test de dépistage gratuit.

Chaque année en Suisse, 2'400 hommes et 1'900 femmes reçoivent le diagnostic de cancer du côlon. Il cause annuellement quelques 1'700 décès, soit 10.1% des décès dus au cancer. Il s'agit du troisième cancer le plus fréquent et de la deuxième cause de décès par cancer en Suisse après le cancer du poumon, hommes et femmes confondus¹.

Invitation au dépistage à partir de 50 ans

Dans le canton de Fribourg, entre 2011 et 2015, 717 nouveaux cas de cancer du côlon et du rectum ont été recensés, ce qui représente en moyenne 143 nouveaux cas par année.²

Le cancer du côlon n'entraînant généralement aucun symptôme à ses débuts, le dépistage permet de diagnostiquer les stades précurseurs de la maladie et d'augmenter les chances de guérison. Il se fait soit par un test de sang occulte dans les selles qui révèle les signes avant-coureurs de la maladie, soit par la coloscopie qui permet de confirmer le diagnostic.

À partir de la fin de cette année, les personnes domiciliées dans le canton de Fribourg âgées de 50 à 69 ans seront invitées à réaliser un test de dépistage tous les deux ans. Les coûts liés au test proposé par le programme cantonal seront pris en charge par l'assurance-maladie de base LAMal, hors franchise. Seuls 10% seront à la charge des assuré-e-s, indépendamment de la franchise choisie.

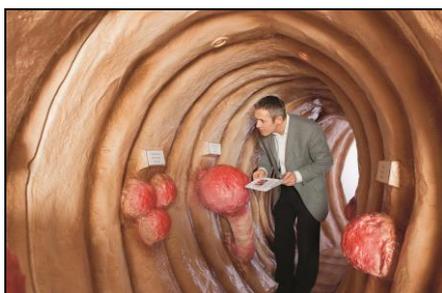
Un intestin géant à visiter de l'intérieur

Les Fribourgeois-es auront l'occasion de découvrir ce à quoi un intestin sain ressemble et l'évolution des différents stades du cancer du côlon les 10 et 11 mai au Quadrant (Rte St-Nicolas-de-Flüe 2 à Fribourg) lors des 20 ans des Ligues de santé du canton de Fribourg.

Des collaborateurs-trices seront sur place pour guider les visiteurs-euses à l'intérieur d'un intestin géant. Une occasion pour informer le public sur les possibilités de prévention du cancer du côlon et son dépistage, ainsi que de répondre aux questions.

¹ Ligue suisse contre le cancer (2018). *Le cancer en Suisse : les chiffres*.

² Registre fribourgeois des tumeurs, Foundation National Institute for Cancer Epidemiology and Registration (NICER).



Source des photos : Ligue suisse contre le cancer / Stefan Kubli

Prenez soin de votre côlon, mangez équilibré !

Une alimentation équilibrée riche en fibres et pauvre en viande rouge ou transformée est l'un des principaux facteurs de prévention du cancer du côlon. Afin de stimuler l'adoption d'habitudes alimentaires favorables à la santé, l'équipe de Prévention et promotion de la santé Fribourg (PePS) proposent deux nouvelles prestations à la population fribourgeoise.

5 fruits et légumes par jour : mettez-vous au défi !

Changer ses habitudes alimentaires peut être tout un défi. Raison pour laquelle toute personne domiciliée dans le canton de Fribourg pourra compter sur le soutien du premier challenge High5 pour augmenter sa consommation de fruits et légumes quotidienne pendant un mois. Des conseils clé en main sur le thème de l'alimentation ainsi que des messages de motivation seront directement transmis aux participant-e-s et diffusés sur Internet tous les jours du défi, soit du 1^{er} au 30 juin. En outre, Facebook servira de plateforme d'échanges et de soutien mutuel. Informations et inscriptions (du 1^{er} avril au 26 mai 2019) sur le site www.challenge-high5.ch.

Des cours pour apprendre à manger équilibré

Se maintenir en forme tout en privilégiant saveur et plaisir à table au quotidien, telle est l'ambition des cours sur l'alimentation qui visent à motiver les participant-e-s à booster leur santé dans leur assiette. Axés sur l'expérimentation, le partage et la convivialité, ces cours favorisent l'acquisition de connaissances et leur intégration au menu de tous les jours, grâce aux exemples pratiques, astuces et outils mis à disposition. Des cours auront lieu dès le mois de juin au Quadrant (Rte St-Nicolas-de-Flüe 2 à Fribourg).

La mission de la Ligue fribourgeoise : prévenir, dépister, aider à faire face

La Ligue fribourgeoise contre le cancer s'engage depuis plus de 50 ans pour la lutte contre le cancer dans le canton de Fribourg. Elle propose :

- un programme organisé du dépistage du cancer du sein ;
- une large offre de cours, groupes, activités d'information et de prévention ;
- un soutien gratuit à toutes les personnes touchées par le cancer et à leurs proches, à toutes les étapes de la maladie ;
- une aide à la réinsertion professionnelle après la maladie.

Personne de contact :

Ligue fribourgeoise contre le cancer

France Cadieux, chargée de prévention

France.Cadieux@liguessante-fr.ch

Tel. +41 26 425 54 14

Pour en savoir plus : www.liguecancer-fr.ch



www.facebook.com/liguefribourgeoisecontrolecancer