

## Examen du sein/Examen sénologique

Temps normal moyen : 15 min

Définition : Temps important de l'examen gynécologique, par lequel il débute. Il comprend l'inspection puis la palpation mammaire bilatérale, mais également l'examen des creux axillaires, des creux sus et sous-claviculaires ainsi que la recherche d'un écoulement mammelonnaire. Il est réalisé en début de cycle chez les patientes non ménopausées et toujours à la même période chez les patientes ménopausées sous traitement hormonal substitutif (THS).

### Indications :

- à chaque consultation gynécologique
- douleurs mammaires ou mastodynies
- autopalpation d'un nodule mammaire ou d'une adénopathie
- écoulement mammelonnaire
- changement d'apparence de la peau : plissement, aspect peau d'orange, hématome, inflammation, rétraction
- patientes sous traitement hormonal
- surveillance après cancer du sein
- surveillance après un allaitement
- en cas d'antécédents familiaux de cancers du sein, de l'endomètre ou des ovaires
- détecter des cancers du sein à croissance rapide passés inaperçus entre deux mammographies

### Informations à la patiente :

- L'examen clinique mammaire est une méthode fiable pour dépister le cancer du sein. La pratique régulière de l'auto-examen des seins permet de connaître l'état normal des seins et d'identifier les signes suspects.

Il permet de dépister des cancers non vus à la mammographie et reste performant pour des lésions de petites tailles.

- L'apparition d'une mastose fibrokystique durant la période d'activité génitale peut être responsable d'une modification du volume des seins et varie en fonction de la période du cycle.

- Les patientes sous traitement hormonal doivent bénéficier d'un examen clinique annuel comprenant l'examen gynécologique, l'examen mammaire bilatéral et des aires ganglionnaires.

- En cas d'anomalie, l'examen doit être complété par une mammographie bilatérale ainsi qu'une échographie mammaire bilatérale (plus indiqué chez les patientes jeunes qui présentent souvent une glande mammaire dense) associé à des biopsies si nécessaire.

Technique :

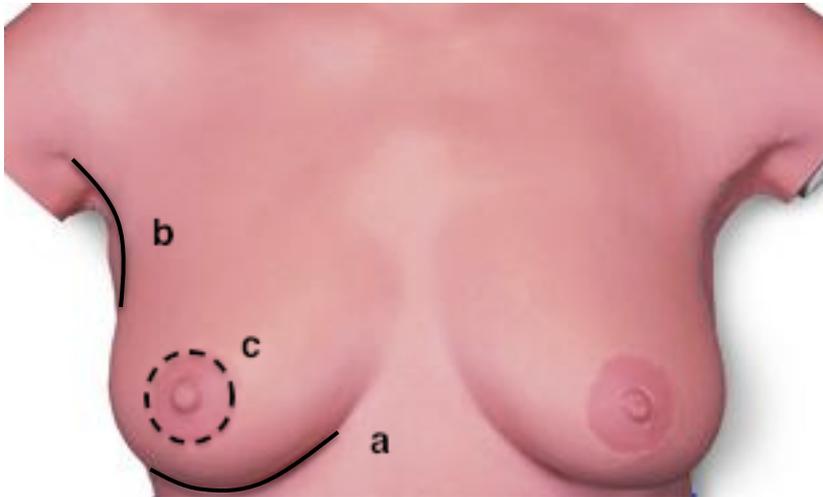
1. Inspection des deux seins en position assise puis couchée, les bras le long du corps puis à 90° :

a- sillon sous-mammaire droit

b- prolongement axillaire droit

c- plaque aréolomamelonnaire (PAM) droite

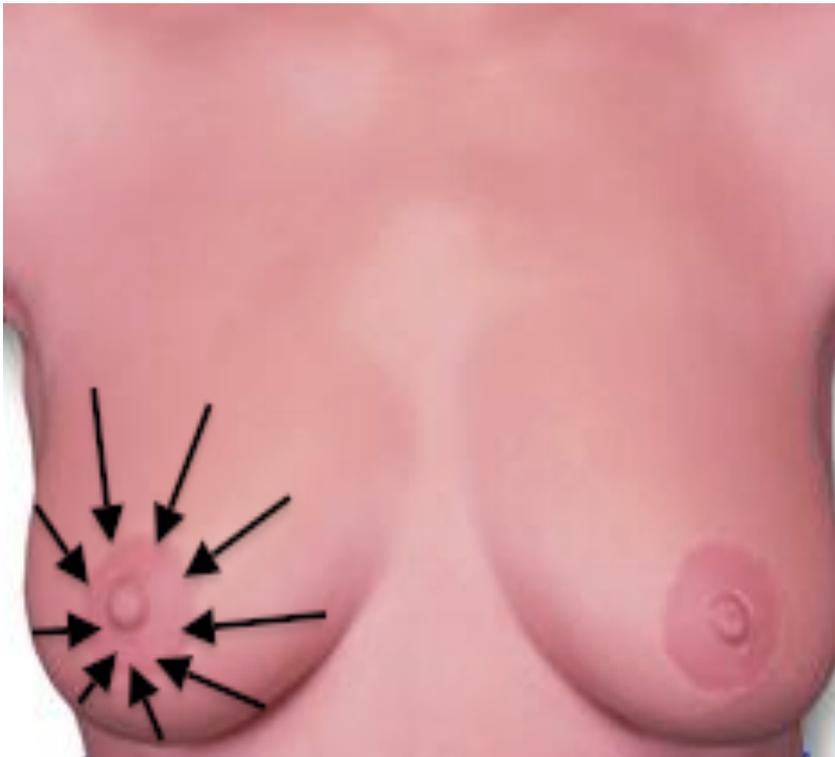
Savoir reconnaître une poitrine normale : similitude de volume et d'aspects des seins, mamelons symétriques, aréole et texture de la peau normale ; afin de détecter une tuméfaction, un changement d'aspect des seins, la présence d'une rétraction, d'un épaissement, d'une ulcération, une asymétrie, un écoulement mammelonnaire, un eczéma de l'aréole, la présence de ganglions axillaires et sus-claviculaires.



2. Palpation mammaire bilatérale et symétrique: patiente en position couchée, les bras à 90°. Utiliser la pulpe des trois doigts médians, selon trois niveaux de pression (superficiel, intermédiaire et profond) puis la main bien à plat sans oublier de palper le sillon sous mammaire, le prolongement axillaire et la zone rétroaréolaire.

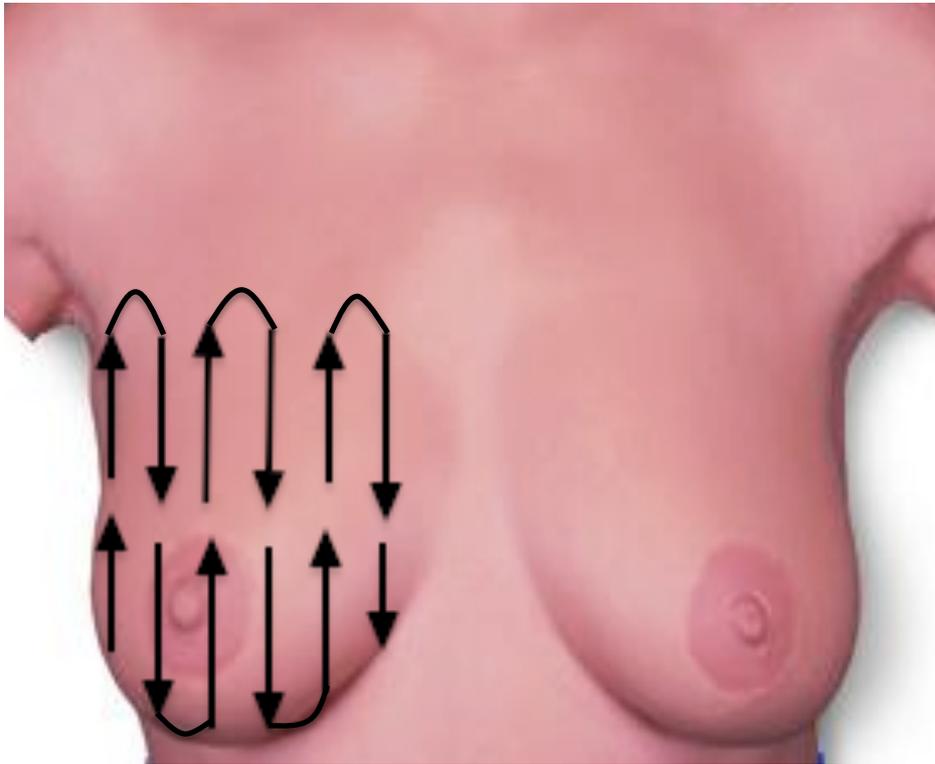
Plusieurs techniques sont utilisées :

a- palpation de la glande mammaire selon un mouvement centripète : les mouvements partent de l'extérieur vers l'intérieur de la glande et donc vers la PAM. Terminer par une pression au niveau du mamelon pour vérifier l'absence d'écoulement anormal à son niveau.



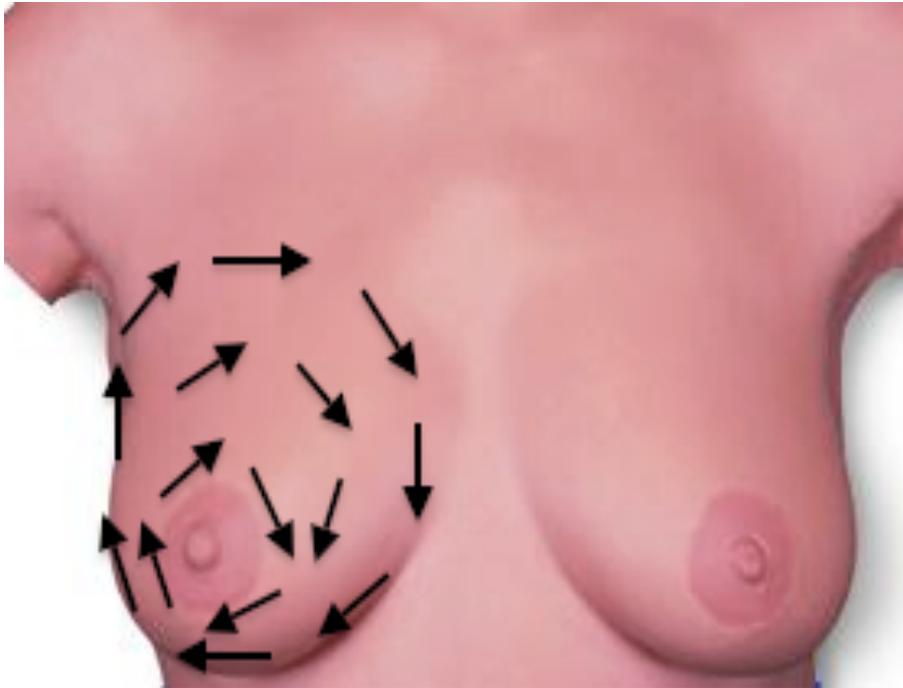
Palpation centripète

b- Palpation verticale par des mouvements de bas en haut. Débuter la palpation par le prolongement axillaire vers la ligne médioclaviculaire. S'attarder au niveau du mamelon et de la PAM. Puis continuer à partir de la ligne médioclaviculaire vers le bord interne du sein. La palpation s'étend ainsi à partir du bord inférieur de la clavicule (creux sous-claviculaire), jusqu'au sillon sous-mammaire.



Palpation  
verticale

c- palpation circulaire : elle débute à partir du sillon sous-claviculaire, et se poursuit par des mouvements circulaires de l'extérieur vers l'intérieur de la glande, pour se terminer au niveau de la PAM.



Palpation  
circulaire