



Identifier les Signes précurseurs

Les symptômes du cancer de l'ovaire sont peu spécifiques, ce qui les rend difficiles à distinguer et entraîne souvent une découverte tardive de la maladie. Néanmoins, il est important de connaître les principaux signes d'alerte et de consulter un médecin au moindre doute devant une situation inhabituelle qui s'installe.

Écouter son corps et être attentif aux signes précurseurs d'un cancer de l'ovaire

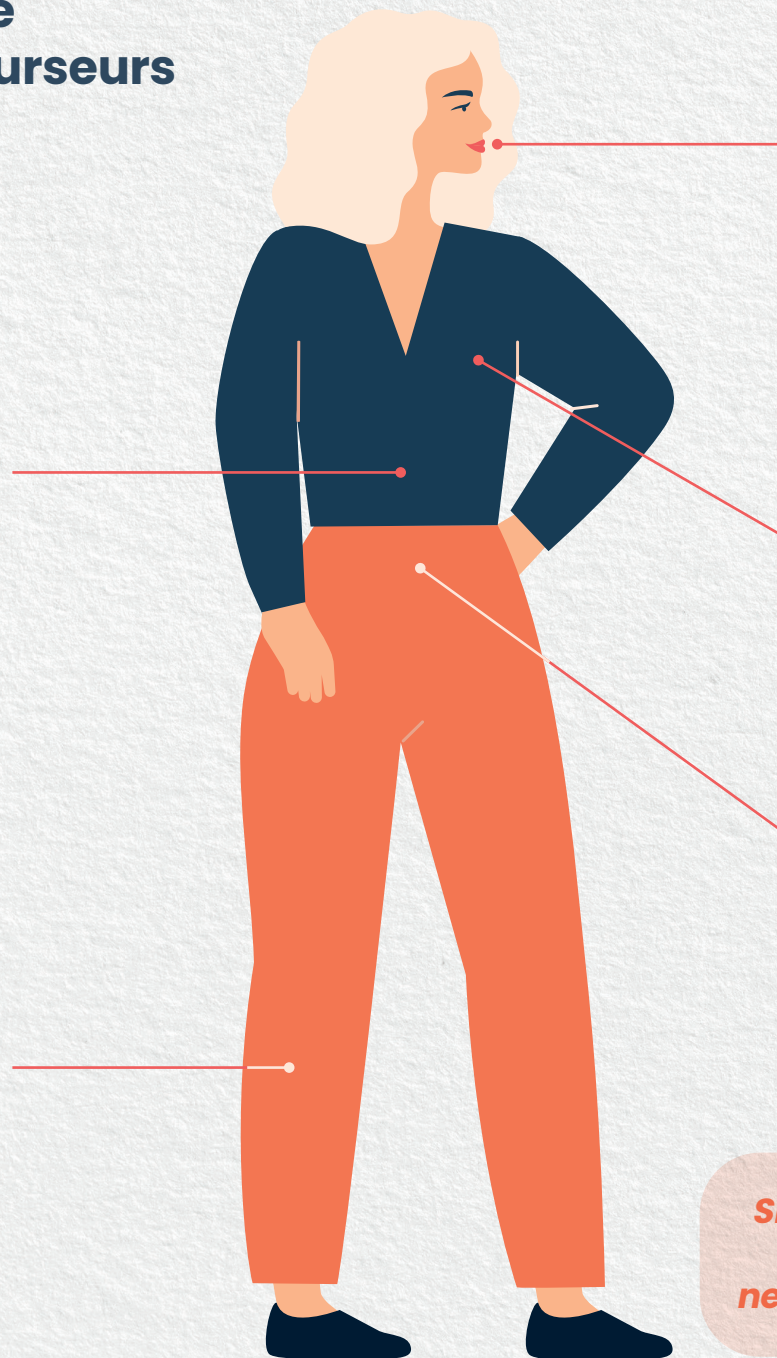
“ Je suis ballonnée, mon ventre me fait mal ”

Des signes digestifs peuvent être observés par les femmes atteintes d'un cancer de l'ovaire dont :

- Des **douleurs abdominales** et pelviennes
- Une **augmentation anormale du volume** de l'abdomen
- Des troubles du **transit**
- De **faux besoins** d'aller à la selle

“ J'ai les jambes gonflées ”

Il est possible que des **problèmes circulatoires** soient liés au développement du cancer de l'ovaire. Ils peuvent se manifester par des jambes gonflées, voire une phlébite (caillot dans une veine)



“ Je n'ai plus très faim en ce moment ”

Perdre du **poids** ou l'**appétit**, ressentir une **fatigue** inexpliquée, sont autant de signes inhabituels qui doivent inciter à consulter un médecin

“ Je suis souvent essoufflée ”

Certaines femmes souffrent de **douleurs thoraciques** et d'un **essoufflement** prolongé

“ J'ai tout le temps envie d'aller aux toilettes ”

Des **envies très fréquentes** ou pressantes d'uriner peuvent apparaître

Si un ou plusieurs de ces symptômes persistent plus de 3 semaines, ne tardez plus et consultez un médecin.

Quelques conseils de prévention

Il n'existe pas à ce jour de méthode fiable de dépistage systématique du cancer de l'ovaire. Voici des conseils qui peuvent cependant vous aider à prévenir la maladie :

- **Effectuer des suivis réguliers** avec un professionnel de santé, même après la ménopause, peut contribuer à détecter une situation suspecte.
- **Connaître la composante héréditaire du cancer de l'ovaire.**
En effet, les antécédents familiaux de cancer de l'ovaire ou du sein, la présence de mutations génétiques *BRCA1* et *BRCA2* sont des facteurs de risques de développer un cancer de l'ovaire. N'hésitez pas à en discuter avec votre médecin.
- **Adopter un mode de vie sain en privilégiant une alimentation équilibrée** et en faisant régulièrement de l'exercice physique. Ces choix peuvent contribuer à réduire le risque de nombreux cancers.
- **S'informer sur les symptômes** du cancer de l'ovaire pour réagir vite face à l'apparition de signes inhabituels et persistants.



Sources

Institut National du Cancer. e-cancer.fr. Accès mai 2023

Association IMAGYN.imagyn.org. Accès mai 2023

