

Votre cancer est atypique sinon vous ne seriez plus là !

Primevère a compris qu'elle était sortie des statistiques. Son cancer, elle le voit comme un match de foot: chacun doit être à la bonne place, on doit avoir des stratégies et l'équipe doit être soudée autour du but. Le but c'est elle!

Un témoignage extrêmement complet où la raison côtoie l'intuition en bonne intelligence. Le soleil nous éclabousse !

Synopsis

Primevère a compris qu'elle était sortie des statistiques.

Primevère a 36 ans quand son mari, médecin du village, meurt dans un accident de la route lui laissant la garde de leurs 3 enfants, Amy 9 ans, Garou 7 ans et Chloe 3 ans. Elle fera de ses enfants son unique projet de vie.

D'un tempérament aventurier, curieux et passionné elle cherche un sens à tout ce qui lui arrive. Rebondir et profiter pleinement de la vie, c'est dans cet état d'esprit qu'elle élève ses enfants. Elle a réussi.

Pour Primevère, la vie passe par

« **La rencontre** : une personne pour comprendre tout un pays,
L'aventure : un frisson pour colorer tout son voyage,
La nature : moi, petit, un au milieu du grand tout,
La beauté : est une avec tous ces petits riens qui nous enchantent. »

A la sortie du film « **Intouchable** » cette phrase la bouleverse:

La vie, c'est la rencontre avec l'autre, c'est tout.

Philippe Pozzo di Borgo, dans "intouchable"

Je trouve cela si juste !

s'exclame-t-elle.

Après 6 mois de vaines analyses pour mettre un nom sur les symptômes qui la font de plus en plus souffrir, l'IRM qu'elle a demandé pour tenter de mettre fin à la présomption de dépression, révèle un cancer du pancréas avec métastases au foie. C'était il y a presque 3 ans.

Primevère sait qu'elle est seule à ressentir ce qui se passe dans son corps. Sa vie n'a

jamais e?te? une autoroute mais pluto?t une succession de paysages et de chemins transcende?s par une belle e?nergie et un corps qui jamais ne s'est plaint. Rien de surprenant a? ce que les me?decins naviguent a? vue.

Primeve?re sait qu'elle doit puiser en elle les « intuitions » qui guideront, dans la mesure du possible, le choix des traitements, pauses, respirations.

« Votre cancer est atypique, il faut être créatif dans les traitements ! ».

Fort heureusement Primeve?re est pluto?t cre?ative et sait surtout qu'elle peut compter sur un re?seau d'amis toujours pre?ts a? la soutenir, a? l'affut d'expe?riences lui ouvrant de nouvelles portes.

Personnalité



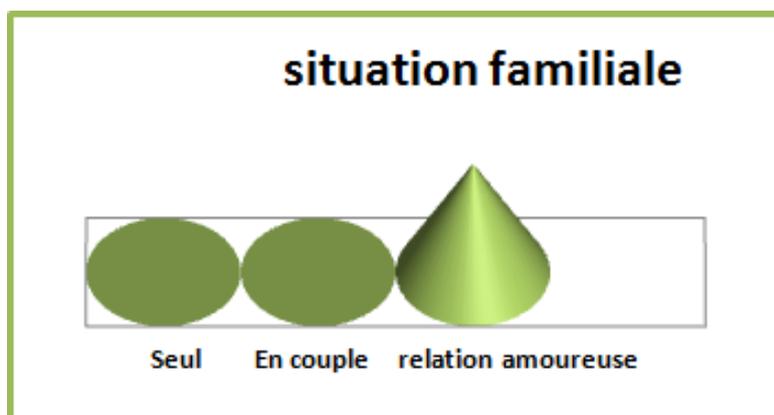
2012

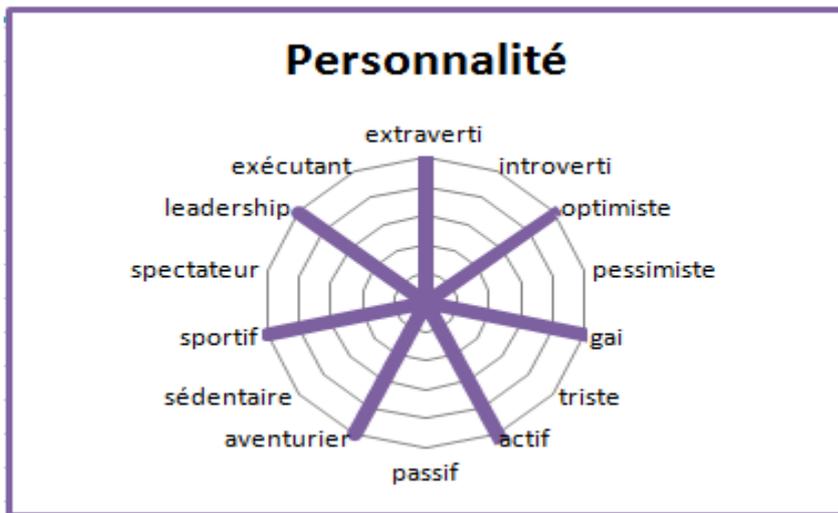
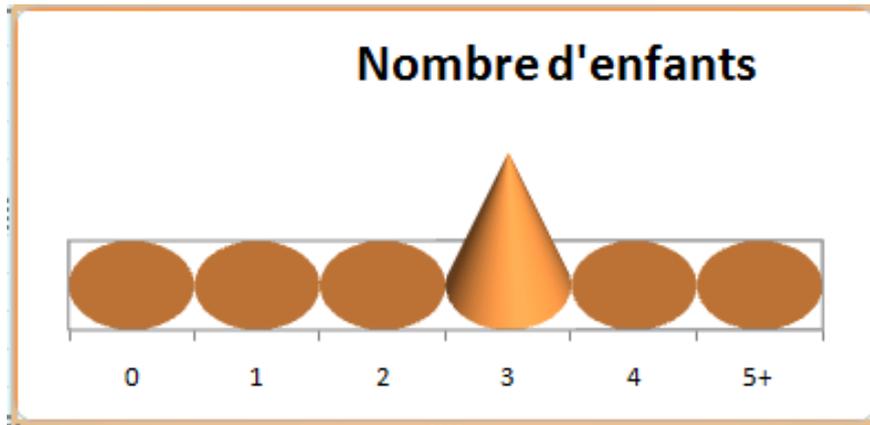
Femme de 61 ans.

Date du Témoignage : Avril

Maladie diagnostiquée à l'âge de 58 ans.

Ne?e et vit en France





Optimiste, aventureuse, dynamique, sportive, passionnée, une forte personnalité, un leadership affirmé, Primevère

est "bon public". Elle aime rire et se faire des amis au gré des rencontres. L'amitié est une toile qu'elle tisse méticuleusement, le temps n'y a pas prise.

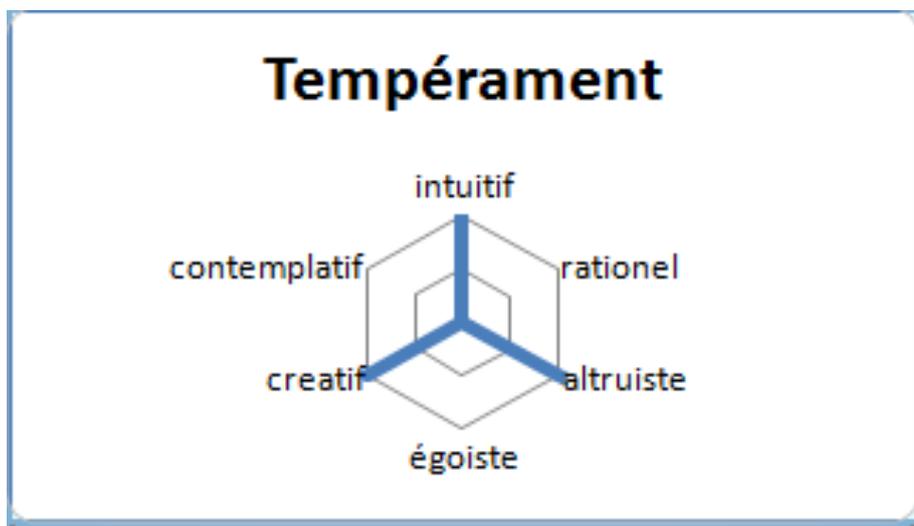
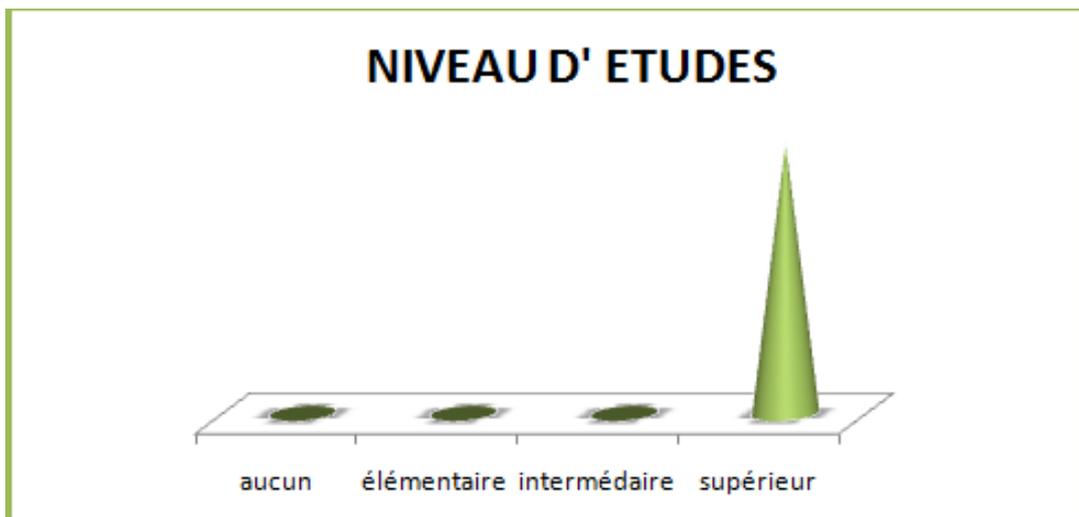
« A 19 ans, sac à dos, me voilà partie pour découvrir les pays nordiques. Ma première

aventure! Maman m'avait cousu un petit sac plein de poivre que je gardai autour du cou en cas d'agression ; je ne m'en suis jamais servi! J'écrivais tous les 3 jours une carte postale. »

Poisson, Ascendant Poisson, elle se passionnera pour l'astrologie quand elle devra faire face à une spondylarthrite ankylosante qui atteint deux de ses enfants dans leur jeune âge. Agir mais aussi comprendre, donner un sens à tout cela pour poursuivre son chemin et permettre à ses enfants de s'épanouir pleinement.

C'est très complexe l'astrologie (la vraie) ! Cela suppose une analyse fine du thème de naissance. Il faut plusieurs années de pratique, des compétences et de l'expérience. Je suis loin de tout maîtriser, d'ailleurs je ne pratique quasiment plus depuis que mes enfants sont indépendants.

Les poissons se passionnent vite et passent ensuite à autre chose !



Issue d'une famille de 5 enfants avec une maman qui a beaucoup compté, Primevère fera des études de droit.

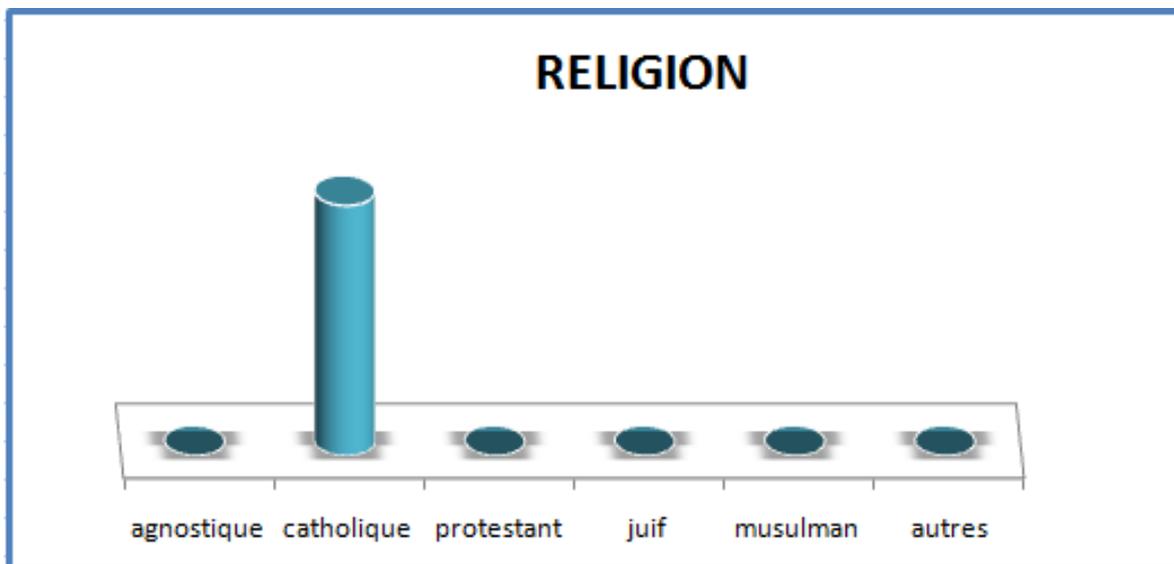
Voilà 3 ans que Maman a quitté ce monde. Je ne dis pas "nous a quitté" car je la sens encore si présente à travers tout ce qu'elle m'a donné.

Plutôt extravertie, intuitive et altruiste, elle sait trouver écoute, conseils et s'adapter aux circonstances de la vie.

Après le repas nous attaquons le sujet sérieux : la politique. Parler de tous les sujets a toujours été au sein de nos discussions familiales dans le respect des opinions des uns et des autres.

C'est après le décès de son mari qu'elle orientera sa carrière professionnelle dans le domaine du développement personnel. 25 ans plus tard elle évoque toujours avec autant d'émotions ce virage décisif.

Un vendredi soir je trouve un prospectus dans la boîte aux lettres pour une formation le lendemain sur la PNL. Chose rarissime les enfants n'étaient pas avec moi ce week end. J'ai appelé, il y avait encore de la place, j'y suis allée. Je me souviens d'un exercice de travail sur soi où le message CONNAIS TOI TOI-MEME m'est apparu. Cela m'a mise sur les rails de ce qui devait être ma nouvelle vie.



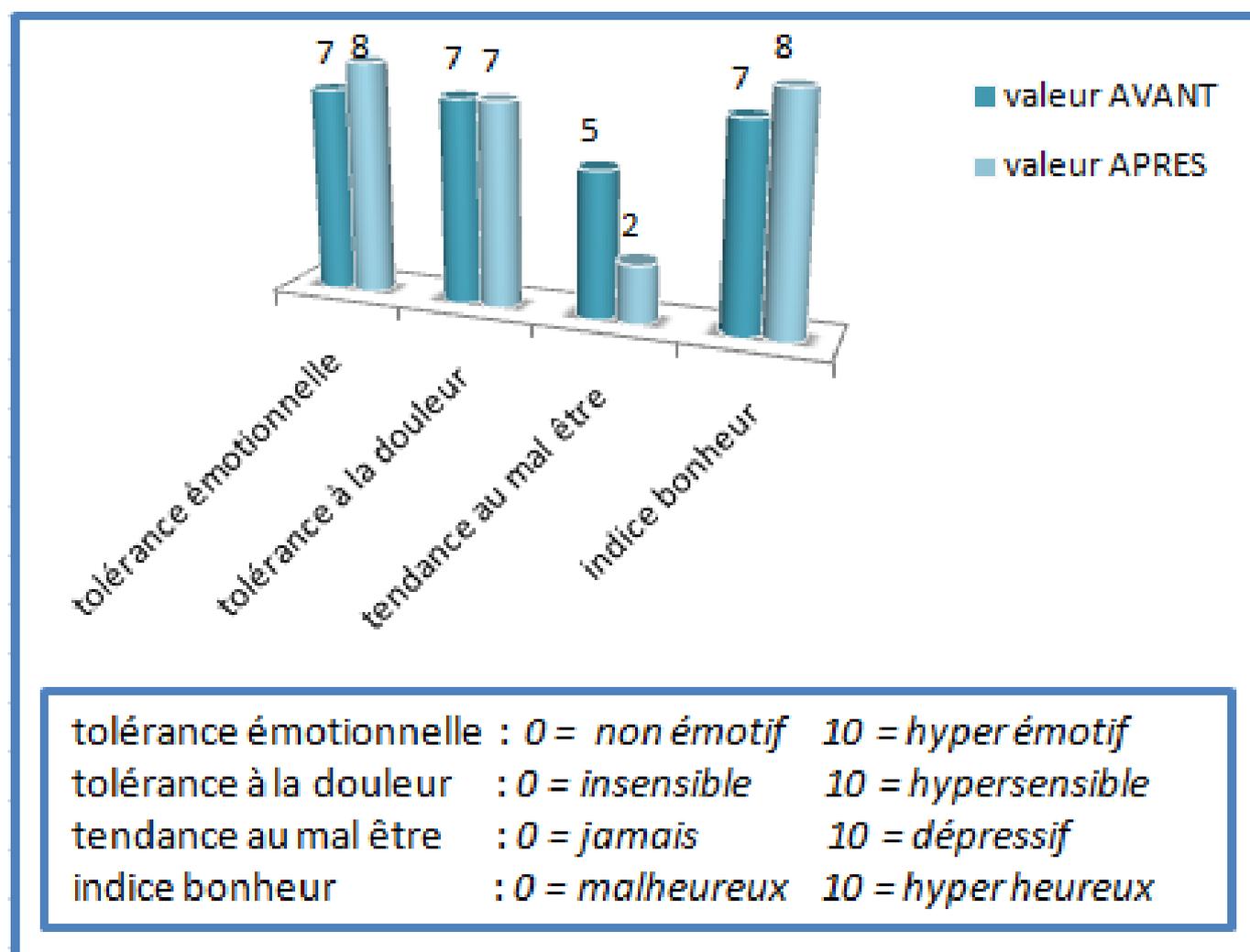
Primevère est née dans une famille catholique, à proximité du chemin de Saint Jacques de Compostelle, un chemin sur lequel la famille aime à s'y retrouver.

Primevère redécouvre la spiritualité qu'elle avait quelque peu enfouie en elle.

Elle a finalement toujours cherché à donner un sens à la vie.

Ce qui caractérise vraiment Primevère c'est sa joie de vivre, une joie de vivre communicative. Une voix riieuse, un regard qui toujours pétille. Les adversités de la vie n'ont fait qu'amplifier ce plaisir d'être en famille ou entre amis et de savourer chaque instant de vie.

Indicateurs de bien être



De ces indicateurs c'est celui de « **la tendance au mal être** » que le cancer a significativement impacté.

Si, comme tout un chacun, les coups de blues venaient de temps à autre perturber sa joie de vivre, Primevère est convaincue qu'ils sont les ennemis de sa guérison. Elle fuit donc le contact avec les personnes qui s'évertuent à voir le verre à moitié vide et accentue cet état d'émerveillement qu'elle n'avait jamais vraiment perdu.

Du coup son émotivité et sa sensibilité naturelles « **tolérance émotionnelle** » s'en retrouvent accrues.

Il en est de même pour « **l'indice bonheur** » qui, quoique déjà haut monte encore d'un point.

La « **tolérance à la douleur** » n'a quant à elle pas évolué. Naturellement peu « douillette », Primevère a néanmoins appris à ne pas se laisser envahir par la douleur, variant « les outils » pour mieux la gérer : massages, position yoga (fœtus), méditation mais aussi méditation qu'elle n'utilise que modérément.

Ce qui me semble le plus important : l'amour, la confiance en la vie et l'acceptation de ce que nous sommes (imparfaits mais porteurs d'espoir), l'acceptation de ce qui est « ici et maintenant »

Marqueurs émotionnels

événements	commentaires	âge	année
Décès de mon mari	Un accident de la route. Une famille qui se brise. 36 ans et 3 enfants de 9, 7 et 3 ans à élever seule.	36	1987
Décès de Papa	Mort subite, similaire à un arrêt cardiaque. L'autopsie révélera que l'ascite a provoqué l'arrêt cardiaque. Il avait été opéré d'un cancer de l'estomac 3 ans plus tôt.	42	1993
Chloé, ma dernière fille, prend à son tour son envol et quitte la maison.	Ce départ signe en quelque sorte la fin de mon projet de vie : amener mes enfants à l'autonomie.	53	2004
Licenciement	Une restructuration. Le travail de plusieurs années s'efface d'un trait. Sentiment d'injustice. Conflits, acharnements, procès	54	2005

	que je perds. Pas facile de lâcher-prise ! Avec le recul, une période de dépression s'en est sûrement suivie sans que je lui accorde attention.		
Décès de Maman	Une maladie du cervelet qui provoque la perte de toute mobilité en conservant la pleine capacité intellectuelle. Les cordes vocales furent coupées pour lui permettre de respirer, ne lui laissant que le regard pour s'exprimer.	56	200 7
Relation amoureuse difficile	La rencontre avec Julien à un moment de grande solitude. Une relation passionnelle et beaucoup de fantasmes. 400 km nous séparent, les personnalités s'opposent.	56	200 7
Décès d'une amie proche	Julie décède des suites d'un cancer du sein après une rémission de 10 ans. C'était une battante qui faisait comme si son cancer n'existait pas.	58	200 9
Obtention d'un nouveau job	Une sécurité financière mais aussi un nouveau challenge professionnel	58	200 9
Avion raté	Revoir ma fille Chloé est reporté de 2 jours - billets d'avion perdus. Des émotions négatives inhabituelles et très mal gérées. Les retrouvailles mère-fille était bien sûre l'objectif principal du voyage. Avec le recul j'aurais dû y aller seule.	58	200 9

« La dernière grosse contrariété a été de rater l'avion qui devait nous emmener Julien et moi à Montreuil. J'ai reçu cet événement avec un manque de distance inhabituel. J'ai laissé cette émotion négative m'envahir. »

« Ma première vraie crise de mal au ventre a eu lieu une nuit dans un motel un peu triste où nous avons fini par trouver une chambre.

Julien avait peut-être un peu les plombs trouvant que Chloé faisait comme s'il n'existait pas...Chloé était sortie fraîche du restaurant Italien.. »

Avant l'annonce de son cancer, Primevère vivait une relation un peu complexe avec Julien. Une rencontre qui avait suivi le départ de la maison du dernier enfant et ce licenciement qu'elle avait trouvé tellement injuste.

« Avec le recul, je traversais vraisemblablement une période de stress que ma vitalité

le gendarme a inconsciemment transformé en fantômes que je projetais sur Julien. »

La déception s'en est suivie car tout les opposait. Julien, plutôt passif, voyait le verre à moitié vide, Primevère, à moitié plein. Elle le tirait.

« Quand les premiers symptômes sont apparus, j'ai senti que c'était grave et qu'il me fallait mobiliser toute mon énergie. »

Avant même que le diagnostic ne tombe, Primevère avait rompu avec Julien. Ils sont restés amis.

Antécédents familiaux et de santé

Qui	Quand	Pathologies	Commentaires
Père	1993	cancer estomac	opéré en 1993 - décédé subitement en 1996 des suites de ce cancer (symptôme arrêt cardiaque)
Sœur	◦	cancer sein	opéré d'un premier sein + radiothérapie
	◦	cancer sein	opéré du deuxième sein + radiothérapie -> en rémission
Arrière-cousine	n/c	cancer utérus	

J'ai fait mon arbre généalogique pathologique. 3 générations de femmes mortes en couche, 3 générations d'orphelins, 3 générations de pathologie foie-estomac-pancréas Bien sûr nos ancêtres mourraient plus jeunes et on ne savait pas toujours mettre un nom sur leur pathologie...mais cela interpelle.

Primevère a consulté un biogénéalogiste afin de détecter d'éventuelles prédispositions pour bien sûr permettre à ses enfants de bénéficier des progrès de la recherche.

La biogénéalogie® cherche à établir le lien entre l'histoire familiale et le vécu de la personne, afin de lui faire découvrir le sens et les conséquences biologiques de sa maladie. Elle s'intéresse fondamentalement aux conséquences biologiques induites par le système de croyances inconscient de l'individu, qui s'exprime au travers de la maladie ou de troubles du

comportement.

<http://www.biogenealogie.org/biogenealogie.htm>

Sur le plan des « **antécédents de santé & fragilités** », Primevère n'a rien à signaler, RAS comme disent les médecins !

« J'ai vécu 59 ans de ma vie avec une belle énergie et un corps qui jamais ne s'est plaint. Parfois, je pensais à cette chance que j'avais, mais la plupart du temps je trouvais ça normal. »

Le Diagnostic

Les Symptômes ayant amené à consulter :

En juin des digestions plus difficiles, des rots nocturnes. La première vraie crise de mal au ventre eut lieu la nuit, c'était deux mois plus tard. A son retour de vacances, Primevère décide de consulter son généraliste.

« J'étais en forme malgré ces difficultés à digérer et ces éructations infinies qui perturbaient mes nuits. »

Analyses, gastroscopie, traitements, échographie abdominale, coloscopie, visite au rhumatologue, re-analyses..... Tout est quasiment normal. Un peu d'inflammation, des facteurs rhumatoïdes un peu élevés... le foie, une petite élévation de lipase, rien de très significatif.

« Et moi je souffre, mes nuits sont difficiles, je maigris et suis de plus en plus fatiguée »

Les différents examens n'ont strictement rien donné. L'échographie du pancréas s'est révélée négative, le rapport dit

« Pancréas bien approuvé, normal. »

Des douleurs de plus en plus fortes au ventre et dans le dos. Primevère n'a plus faim et est fatiguée. Elle a perdu 7 kilos en 2 mois et demi. Son nombril violacé la gratouille. Puisque les analyses médicales n'ont rien donné, on soupçonne un état de stress et on lui conseille de voir un psy. Compte tenu des douleurs, des doses de morphine lui sont prescrites.

« à Noël je me vois dans les yeux
de mes enfants et de ma famille :
je vais mal, je me tiens toute seule,
j'ai mal au ventre, au dos...je n'ai plus faim.
J'en arrive à dormir la nuit et aussi le jour. »

En décembre, Primevère craque et insiste pour avoir une IRM. Le gastro-entérologue acquiesce. Le délai d'attente est de plus d'1 mois. Les douleurs devenant beaucoup trop fortes, Primevère consulte le généraliste de sa fille qui l'envoie immédiatement passer une IRM en Suisse voisine où les délais sont plus courts mais où la prise en charge par l'assurance maladie française ne pourra pas être couverte à 100%.

Comment a-t-il été découvert ?

Un lundi pas ordinaire

« Lundi 4 janvier, IRM à Genève. Il neige, on roule doucement, la clinique est suisse donc très clean.

L'IRM fait un bruit strident mais j'ai des écouteurs et une poire dans la main pour appeler. Le radiologue me mène : « pancréas non homogène ».

Il m'emmène vérifier avec une échographie et hoche la tête gravement.

Il pose la main très doucement sur mon ventre ; à ce geste je comprends que c'est dur pour lui et je commence à comprendre que c'est grave »

La tumeur, une grande tache blanche sur la partie haute du Pancréas se distingue parfaitement bien ainsi que 4 métastases au Foie. L'échographie ne lui sera jamais facturée.

Le scanner s'enchaîne dans la foule. Il précise la tumeur principale sur la tête du pancréas d'une taille de 5x3x2 cm et les 4 métastases au foie.

Comment vous a-t-on annoncé votre cancer ?

Avec mon gement le radiologue fait venir Primevère dans son bureau. D'un ton grave il lui montre et lui explique les images issues de l'IRM et de l'échographie; calme et compassion. C'est dur pour lui. Primevère est seule à cet examen. Il lui propose d'avertir quelqu'un pour que l'on vienne la chercher. Primevère décline gentiment la proposition, un peu déboussolée. Il lui faut prévenir ses enfants.

« En début d'après midi le gastro m'appelle; il a reçu le compte rendu de l'IRM; il me dit "il faut absolument que je vous vois ce soir".
Sa voix mal assurée ne me laisse pas de doute »

A 16 heures Primevère n'en peut plus, elle quitte le travail. Sa fille Amy l'accompagne chez le gastro-entérologue qui n'en revient pas.

Le 15 septembre, 3 mois et demi plus tôt, j'avais passé une échographie: "pancréas bien approuvé, normal". Il semble plus mal que moi.

Quelles furent vos émotions, pensées, à cet instant et les jours qui ont suivi ?

Primevère était sonnée. Elle voulait prendre ses économies et emmener ses enfants sur une île au soleil.

« Il semble qu'on ne peut pas opérer, que la biopsie du pancréas n'est pas envisageable, le foie est touché. Je me dis "tu dois regarder la mort en face". La mort ce n'est pas si grave, l'essentiel est ce qu'on a fait de sa vie ! Je me retourne sur la mienne et je me dis "tu t'en es pas trop mal sortie !" ».

Et comme à son habitude Primevère apporte cette petite touche d'humour à ce sombre contexte:

« Il n'y a qu'un truc qui est drôle, c'est qu'effectivement mes douleurs n'étaient pas psy »

Mes enfants ont pris les choses en main pour trouver des équipes médicales compétentes. J'ai eu un RDV à Le Bon Beard (Lyon) puis à Genève avec le Professeur A-P. S. au HUG. Le dossier a aussi été envoyé à Paris.

Une partie de moi essaie de manger, de raisonner.... une autre partie de moi est dans un « no Primevère's land »....à distance. Est-ce bien de moi qu'on parle ?? Cancer, nodules, biopsie, chimio..... Je pose la main sur mon ventre chaud.

Quels auraient été d'après vous l'annonce, le comportement, le contexte que vous jugez à présent plus appropriés ?

Primevère a vu dans les yeux et compris par les non-dits des médecins qu'ils ne lui donnaient pas beaucoup de chance de survie. Le premier à lui donner du courage a été le Professeur. A-P. S. :

On ne peut pas vous opérer mais on a des traitements efficaces..... Et à part cela vous êtes en pleine forme....

Donner de l'espoir est vital !

Chronologie des Examens

Examens	Résultats	Commentaires	Quand
analyses sang	normales	Petite élévation de lipase -	Août 2009

		quelques facteurs rhumatoïdes	
Gastrosopies	normales	Petites inflammations, on me prescrit un traitement standard contre les symptômes	Sept 2009
échographie abdominale	normale	Pancréas bien apprécié - normal	Sept 2009
coloscopie	normale	RAS	
rhumatologue	normal	RAS	
IRM	tumeur	Annonce du cancer	4 Janvier 2010 - Clinique Générale Beaulieu - Genève (CH)
échographie abdominale	confirmation tumeur	Confirmation du cancer	4 Janvier 2010
biopsie pancréas		Pas envisageable car le foie est touché	
opération chirurgicale		Pas appropriée car tumeur mal placée	
scanner	cancer confirmé à 99,9%	Tumeur principale sur la tête du pancréas (5x3x2 cm) avec 4 métastases au foie	Janvier 2010
analyses sang		Confirme le cancer- l'espoir d'être dans le 0.1% des statistiques s'envole	Janvier 2010
Concertation Hôpital Léon Bérard Lyon		Une biopsie du foie est nécessaire pour définir le protocole de la chimio	Janvier 2010
biopsie foie	négatif	2 prélèvements	Clinique Lamartine -Thonon (FR) Dr C.
biopsie foie	pas trop significatif	5 prélèvements	Centre Léon Bérard Lyon(FR)
photo du nombril - le nodule de sœur	significatif du cancer du	Photos prises pour servir de support aux étudiants en médecine	HUG - Pr A-P.S.

Marie Joseph	pancréas		
ponction au nombril du nodule de sœur Marie Joseph	preuve de l'origine pancréatique de la tumeur	Nouvelle séance photo	HUG - Pr A-P.S.
scanner		Scanner de référence avant chimio	Janvier 2010 Hôpital Léon Bérard - Lyon(FR)

Je stresse car ce soir je vais voir le gastro pour les résultats de la biopsie.

Les résultats de la prise de sang confirment le mot CANCER ...merde pour la statistique, vouloir être dans le 0,1% était osé... !

La biopsie est possible sur le foie. Il faut commencer par là. Le protocole de chimio ne peut être fait qu'après une preuve histologique. Le vocabulaire médical de Primevère fait des progrès impressionnants.

Le bilan sanguin montre "qu'a part ça ...je suis en bonne santé"; ça veut dire que mes organes n'ont pas commencé à déconner....

Chez le gastro-entérologue

Votre challenge a vous c'est de m'avoir une biopsie lundi et un RDV à Lyon avant la fin de semaine prochaine.

Il trouve que Primevère a une forte personnalité. Elle comprend qu'elle vient de reprendre le leadership et se rend compte qu'elle utilise depuis 2 jours la formule :

Je joue contre la montre!

Et ça marche. Elle obtient son RDV pour la biopsie le lundi et rappelle le gastro-entérologue pour lui dire qu'elle est contente qu'il fasse partie de son équipe.

Finalement c'est comme le foot.... je n'y connais rien mais chacun doit être à la bonne place, on doit avoir des stratégies et l'équipe doit être soudée autour du but ... le but c'est moi !

Les marqueurs du cancer

Type : marqueur sanguin CA19.9 taux=1600 norme < 35

Le taux e?tait de 1600 en Janvier 2010. Il redescend avec les chimios. Il est monte? jusqu'a? plus de 5000 apre?s une pause chimio.

Stade : La masse tumorale s'est infiltre?e - foie atteint

Grade : 3

TMN : T5N3M1 foie

Le Protocole Médical

Primeve?re a pre?venu d'entre?e qu'elle allait prendre plusieurs avis. Il est important de se sentir en confiance avec le traitement.

Le Centre Le?on Be?rard (Lyon) est rassurant avec sa technicit?, ses blouses blanches...j'ai un nume?ro a? vie m'a dit la secre?taire.

A Gene?ve, l'accueil du Pr S. est chaleureux, il a vu le dossier et confirme ce qui a e?te? dit. Il parle du nodule de « Sœur Marie-Joseph » ; cette rougeur apparue au nombril et qui gratouille est en fait un signe du cancer du pancre?as. Quand Primeve?re lui en avait parle?, le gastro-ente?rologue avait simplement dit :

Oui c'est votre nombril !

Maintenant je dois prendre une de?cision.

Résumé des Protocoles

Produits	Protocole	Durée	Fréquence
Gemzar + Oxalyplatine	GEMOX	Février 2010 à novembre 2010	3h30 de perfusion. Au début tous les 15 jours puis toutes les 3 semaines -
FIRINOX (5FU/acide folinique, irinotecan et oxalyplatine)	FOLFIRINO X	Avril 2011 à mars 2012	7 heures de perfusion

Au tout début, trois protocoles de chimiothérapie sont possibles :

- GEMZAR seul à prendre toutes les semaines
- GEMZAR + OXALIPLATINE à prendre tous les 15 jours
- GEMZAR + MASITINIB un essai clinique en double aveugle

L'essai clinique veut dire que ni l'oncologue ni Primevère ne savent si le MASITINIB est injecté ou si c'est un simple placebo. L'essai peut se faire uniquement à Le'on Be'ard.

On me laisse le choix

Le choix se portera sur Gemzar + Oxaliplatine appelé protocole GEMOX.

Le traitement est prévu sur 12 séances de Février 2010 à Novembre 2010.

C'est un autre défi qui m'attend.

La chimio démarre 1 mois jour pour jour après l'annonce du diagnostic.

1 mois que ma vie a pris un nouveau tournant... un mois pour la stupeur et les tremblements, l'écran noir de mes nuits blanches, le face à face avec le destin... 1 mois pour apprivoiser ce corps qui n'est plus exactement le mien mais qui est toujours le mien, 1 mois pour remettre son cerveau en ordre de marche pour le combat à mener. 1 mois avec vous tous qui serrez les rangs derrière moi et m'offrez le rempart de votre affection. Quel mois !

Comment cela se passe :

Primevère a d'abord un produit anti-nausées avec un peu de cortisone, puis un rinçage, puis le Gemzar pendant 30mn, un rinçage et enfin l'Oxaliplatine pendant 2 heures et un dernier rinçage.

La première fois c'est la découverte, ensuite on s'organise : vers 11 heures la perfusion est mise en route; vers 14h30 c'est fini.

J'ai ma première chimio par voie intraveineuse. Je dis à mes petites cellules saines et courageuses qu'on leur apporte du renfort pour lutter contre l'envahisseur.

Les effets secondaires :

Chaque fois que Primevère touche quelque chose de froid, poignée de porte, verre d'eau ou autre, elle sent au bout de ses doigts comme de la glace. La fatigue annoncée est là.

Après chaque effort je suis prise d'un grand besoin de dormir.

Je ne dors pas mais mes yeux sont lourds.

La première nausée, le premier renvoi.

Il faut que j'apprenne à anticiper car j'ai des médicaments pour parer à cela.

La chimio a pour effet de faire baisser les globules blancs et les plaquettes dans la guerre qu'ils mènent contre les cellules cancéreuses et du coup Primevère devient plus réceptive aux microbes.

Mon cerveau a l'air de fonctionner normalement ce matin, je suis plus légère. C'est fou mais quand j'ai mal, quand ma respiration devient consciente, mon cerveau est occupé...pre-occupé. Il n'y a plus de place pour les pensées qui vont et viennent, s'attardent, se concentrent... dans ces moments là mon cerveau est dans mon ventre.

À l'échéance du protocole, les marqueurs sanguins sont revenus à la normale; nous arrêtons le traitement.

En Mars 2011, les marqueurs repartent à la hausse. Primevère prend conseil auprès du Prof S. et démarre le protocole Folfirinox en avril 2011.

C'est comme les antibiotiques: si le 1er n'a pas éradiqué le virus, on donne un second plus fort..

Comment cela se passe

Après la visite du médecin, la perfusion est lancée. C'est parti pour 7 heures.

Primevère a une bonne dizaine de sachets pendus à une potence.

Potence, quel drôle de nom !

Pour les sachets contenant les produits de chimio, Primevère doit chaque fois dire son nom et sa date de naissance pour vérifier qu'ils lui sont bien destinés.

Je repars en fin de journée flageolante.

Les effets secondaires

Les nausées arrivent et leur cortège d'odeurs qui m'agressent, de vomissements, de goût métallique dans la bouche.

J'ai les doigts très gourds à cause du froid (et de la chimio).

Les jours suivants Primevère dort. Elle essaie d'apprivoiser le rythme très lent de son corps et de son esprit. Chimio + 4 jours, Primevère retrouve son énergie.

A la 23^eme chimio ces 4 jours de nausées, de fatigue, de courbatures ont été 4 jours de tristesse sans larmes parce que la chimio assèche les glandes lacrymales.

Primevère rend grâce de dormir 8 heures par nuit. Elle prend un cachet uniquement le 1^{er} soir. Son corps s'étire plus souplesment, son esprit est plus léger, le 5^eme jour Primevère entrevoit le bout du tunnel.

Accompagnement Thérapeutique

Primevère est très sensible à tout. Ayant appelé sa collègue de travail, celle-ci lui dit en toute bonne foi.

Fais attention à la réflexologie....

Evidemment chacun connaît quelqu'un qui a eu une bonne ou une mauvaise expérience....

Puis-je me fier à mon instinct ? Ai-je un autre choix ?

Primevère a rendez-vous avec sa réflexologue. C'est une femme qui doit avoir environ 70 ans. Son fils est là aussi et Primevère a droit à un soin à 4 mains.

Le fils et la mère se chamaillent au-dessus de moi et me font rire. Leurs mains sont fortes et énergiques, mon corps entier est stimulé pour que les énergies circulent mieux. Elle me dit que mes énergies sont bonnes.

Primevère a effectué un bilan des champs énergétiques lors des examens préliminaires et se fait régulièrement masser. Le premier massage eut lieu la veille de la première chimio. Ils s'accompagnent souvent d'échanges que Primevère apprécie tout particulièrement.

Oui j'étais au point mort et je crois que je suis repartie.

A l'instant même où Primevère prononce ces mots elle en mesure toute la signification

Oui j'ai le sentiment de repartir... petite vitesse. Je ne roule plus en 5^eme comme avant, mais cela me laisse le temps de regarder la route, le décor, de ressentir non plus l'ivresse de la vitesse et de l'action mais la douceur d'être.

Le livre de David Servan Schreiber « anti-cancer » est d'un précieux secours. Il se?duit sa fille Amy qui l'a lu et relu, a? la recherche de l'indice qui arre?tera ce mauvais film. Primeve?re en est profondement touche?e. Mieux comprendre le cancer pour s'impliquer pleinement dans les traitements afin d'optimiser leur efficacite? et minimiser leurs effets secondaires est tout a? fait du ressort de Primeve?re.

Je fais 3 fois par jour les 20 respirations profondes pour la cohe?rence cardiaque.

Primeve?re aborde sans proble?me sa maladie et partage bien e?videmment davantage avec les personnes qui sont passe?es par la?. Les « trucs et astuces » des uns sont autant de raccourcis pour les autres, mais Primeve?re sait que chacun est diffe?rent. Elle ne s'approprie que ce qui lui semble e?tre en synchronicite? avec son e?tat du moment.

Francine, apre?s son ope?ration du sein, a de?cide? de ne pas faire la chimio et la radiothe?rapie qui lui e?taient propose?es. Elle fait des perfusions de bicarbonate et de vitamine C et me montre son petit panier en osier (exactement celui du petit chaperon rouge) qui contient les boites de comple?ments alimentaires qu'elle prend. Elle me sugge?re de prendre les produits Beljanski.

Primeve?re a de?ja? entendu parler des produits Beljanski® par une de ses voisines de lit a? l'ho?pital et de?cide de les commander.

http://www.natural-source.fr/index.php/decouvrez_les_produits_beljanski/?_store=nsi_eu_fr&__from_store=nsi_eu_en

Je sens qu'il faut que je booste mes de?fenses immunitaires. L'ide?e de prendre certains comple?ments en alternance avec d'autres me semble interessante.

Amy, sa fille aine?e, voulait depuis longtemps que Primeve?re prenne RDV avec la Lukas klinik a? Ba?le. Cette clinique est tre?s connue en Suisse et en Allemagne. Elle rec?oit des gens du monde entier et pratique de nombreuses the?rapies d'accompagnement. Elle s'inspire de l' anthroposophie de?veloppe?e par Rudolf Steiner. Le traitement est rembourse? en Suisse et en Allemagne est de plus en plus associe? aux chimiothe?rapies.

<http://www.lukasklinik.ch/fr/prestations/>

Le Dr R. nous explique l'inte?re?t du traitement Iscador®. Apre?s 1h15 d'entretien, je de?cide de de?marrer ce traitement qui consiste en injections d'extrait de gui selon un protocole pre?cis. L'infirmie?re me fait ma 1?re piq?ure et me montre comment faire puisque je ferai les suivantes....

Primeve?re repart avec un traitement pour 2 mois.

J'ai laissé tomber au bout des 2 mois car les piqûres me laissaient des boules difficiles à resorber et lors de ma chimio je n'ai noté aucune amélioration.....

De plus la communication avec les suisses allemands n'est pas évidente à distance... donc pas de feeling... et je privilégie le feeling

Primevère a repris le traitement Beljanski® accompagné de la vitamine C.

Primevère a essayé l'acupuncture mais n'en a pas conservé un bon souvenir.

C'était tout au début, cela m'a fait très mal et du coup cela ne me dit rien de retenter l'expérience.

Une amie, professeur de yoga, a mis Primevère sur le chemin de Jacques Dubreuil, phytothérapeute. Elle lui a envoyé du Canada son livre «le Traité des Rosamels » où il donne des informations précises et pratiques sur les plantes permettant d'accompagner les traitements des différents types de cancer et autres maladies. <http://www.quintefeuille.com>

Moi qui suis dans une nouvelle phase de recherche, ce cadeau arrive en synchronicité avec mes pensées.

Aide: Les personnes

◦ La force de la famille et des amis pour assurer les relais

Primevère peut compter sur ses 3 enfants et surtout sur Amy, sa fille, qui habite à proximité avec son mari et ses enfants. Heureusement qu'il y a Skype® pour communiquer avec Chloé qui réside au Canada et Garou à Paris car les conversations sont longues et fréquentes pour se tenir informés et se reconforter.

La famille, les amis sont là....Ils appellent qui telle relation médicale, qui tel contact qui pourrait savoir... ou ils me disent seulement "on est là".

Le duo Amy/Eglantine (ma fille et ma belle-fille) avance; l'énergie et la volonté de me trouver la meilleure équipe médicale est telle que les montagnes n'ont qu'à bien se tenir....

Vendredi 20 heures, j'ai un RDV chez le gastro, Amy est avec moi bien sûr.... On ne parle plus au singulier on dit "on".

Elsa nous a invitées Amy et moi au restaurant pour rencontrer son amie Brigitte qui a été soignée par le Pr S. C'est grâce à Elsa que nous avons eu le nom du Professeur. Ce

dernier a laissé un souvenir inoubliable à Brigitte. Elle me raconte quelques anecdotes.

- **Se documenter, parler, trouver de l'aide**

Amy a étendu ses connaissances alimentaires en passant plusieurs heures à discuter avec le responsable du Grand Marché Bio proche de la maison.

Nadja me parle de ce qu'elle a vécu avec son cancer du sein et de tous ces petits soucis qui accompagnent la chimio... et dont les médecins ne parlent pas toujours... et de ce qu'elle a trouvé pour en venir à bout. Trucs et astuces, système D. c'est important aussi.

Cathy vient boire le thé et je lui parle de ma démarche auprès de l'onco-généalogiste. Elle me parle de codage génétique, de mémoire des cellules... un nouveau chemin à explorer.

- **Se savoir soutenue**

par les amis et le corps médical

J'ai lu et relu tous mes mails de vous tous... je crois aux ondes positives... que la force soit avec nous !

Le Pr S. m'appelle en personne pour me dire que je peux commencer la chimio seulement la semaine prochaine, il n'y a pas d'urgence vitale...

Il me donne son numéro de portable personnel et m'encourage à l'appeler si j'en ai besoin.

- **Se faire chouchouter**

Ma fille Amy me masse, son cœur est plein d'amour et quand elle me masse, son cœur est dans ses mains.

- **Etre entourée de personnes qui croient en vous**

Primevère a longuement discuté avec Anne et son fils. Anne souffre de la même pathologie que Primevère. Son fils la soutient tout comme Amy le fait pour Primevère. Il connaît tout du traitement de sa mère et des pronostics qu'il prend avec de la distance; il croit en sa mère.

C'est tellement important d'avoir autour de soi des gens qui croient en vous au plus profond d'eux-mêmes.

Aide: Psychologie

La question se pose : pourquoi, comment...qu'est-ce qui s'est passé??

Voilà? une question avec laquelle je vais cheminer.

- **Psy ou pas ?????**

Quand la maladie pe?se, il est sans doute utile de consulter un psy. Primeve?re en a fait l'expe?rience la premie?re anne?e, pendant 8 mois. Elle reconnaît que cela l'a surtout aide?e a? « vider sa tristesse » et a? regarder en face ou? elle en e?tait dans sa vie.

J'ai l'impression aujourd'hui que l'essentiel est dans l'ici et le maintenant.
Etre au quotidien dans l'harmonie de mon « cœur-corps-esprit ».
Le passe? est ce qu'il est... mon pouvoir est dans le pre?sent.

- **Cultiver le rire**

Primeve?re se cre?e toutes les occasions pour rire. Elle aime particulie?rement les soire?es anime?es par les re?cits des uns et les rires des autres. Les re?unions de famille sont toujours des moments forts.

Nous sommes heureux de nous retrouver et nous nous racontons nos vies avec l'humour qui nous donne de la distance face aux tristesses de nos vies.

Primeve?re sait aussi s'installer confortablement et visionner un film humoristique, comme « Rien a? de?clarer ».

Comme je suis bon public, je ris de bon cœur aux aventures de ces 2 douaniers sur la frontie?re franco-belge. Le rire, c'est la vie.

- **Cultiver l'e?merveillement**

Primeve?re a toujours aime? la nature et s'en e?merveille toujours un peu plus.

Le samedi matin, j'ai ouvert les volets et la fene?tre pour e?couter le bruit du torrent. J'hume l'air de ma ville natale, l'air de mon enfance.

Les premiers flocons !... je regarde tomber ces petites e?toiles de neige avec une joie enfantine.

◦ **L'humour toujours**

A Paris, chez son fils, Primevère en profite pour faire les boutiques de perruques, nombreuses dans le quartier.

J'en achète une auburn et l'après midi je repars avec Barbara et je reviens avec une perruque bouclée d'un blond vénitien (vu le coût des perruques, je vais pouvoir changer de tête !).

◦ **La solitude**

Un lundi de solitude.... Primevère en a une longue habitude mais parfois elle pèse lourd.

Donner est bien le plus beau cadeau qu'on puisse se faire à soi-même.

◦ **Le dialogue avec les cellules**

Les séances de massages énergétiques portent bien au-delà du massage. Il y a toujours un mot, une phrase qui résonne en Primevère, lui ouvrant un nouvel angle de vue.

Aujourd'hui je comprends au détour d'un mot que je dois changer de stratégie : il ne s'agit plus de m'adresser à mes cellules malades pour leur demander de disparaître, il s'agit plutôt de demander à mes cellules souches et à mes défenses immunitaires d'activer leur énergie vitale.

◦ **La mutation**

Primevère habite son corps de façon différente. Elle découvre des niveaux plus subtils pour être à son écoute et devenir son support.

Ce jeudi j'ai ma 20ème chimio... Je suis toujours là. Bien sûr un tel parcours est aussi une mutation... Aujourd'hui, mon énergie s'est intensifiée bien davantage car elle a besoin de faire appel à des niveaux plus subtils puisque je me retrouve pendant plusieurs jours avec une grande fatigue.

J'ai toujours eu conscience d'être une mutante et que la vie n'était pas une autoroute pour moi mais plutôt une succession de paysages et de chemins. Reste sans doute encore un long chemin de mutation à transmutation.

◦ **Le poids de la génétique**

Primevère s'est intéressée à la biogénéalogie®. Anne, une amie de longue date, y avait eu recours.

Anne me parle de son histoire familiale et d'une démarche qu'elle a faite auprès d'une biogénéalogiste pour résoudre une difficulté liée à un « secret de famille ». Nous reparlons du sens de la maladie, du message qu'elle porte et de sa compréhension.

Entre la physiologie et la psychologie cette thérapie cherche à établir le lien entre l'histoire familiale et le vécu de la personne, afin de lui faire découvrir le sens et les conséquences biologiques de sa maladie. Quelles « stratégies de survie » ont utilisées les ancêtres de Primevère ? Comment « court-circuiter » certaines des mémoires de comportement acquises et mémorisées en héritage de cette lignée et qui seraient aujourd'hui utilisées à mauvais escient ?

Discuter en famille des événements douloureux vécus dans le passé par les membres de sa lignée nous ouvrirait des portes... Dommage que les personnes concernées ne sont bien souvent plus là pour répondre aux questions qui surgissent aujourd'hui !

Aide: Biblio

- **Le livre « anti-cancer » de David Servan Schreiber(DSS)**

Amy l'a lu et relu pour me concocter des petits plats appropriés.

- **La vidéo sur les Globules blancs faite par DSS**

sur son site www.guerir.org

<http://www.guerir.org/magazine/globules-blancs-cellules>

Je continue à encourager mes valeureux globules blancs, surtout depuis que j'ai vu cette vidéo incroyable.

- **"Dialogue avec l'ange" de Gitta Mallasz.**

C'est un livre que Primevère voulait lire depuis longtemps.

Il arrive maintenant à un moment où je suis plus réceptive à la question du "Maître intérieur".

- **"La solution intérieure" de Thierry Janssen.**

Thierry Janssen est un médecin chirurgien devenu psychiatre suite à diverses expériences personnelles. Il est allé à la rencontre des médecines traditionnelles et alternatives. Il propose une prise en charge globale de l'individu. L'individu a en lui même un pouvoir d'auto guérison.

"dialogue avec l'ange" et "solution intérieure" sont deux livres passionnants qui m'ouvrent des portes nouvelles.

- **« Traité des Rosamels » du phytothérapeute Jacques Dubreuil.**

C'est du Canada qu'une amie lui envoie ce livre. Il donne des informations précises et pratiques sur les plantes permettant d'accompagner les traitements des différents types de cancer et autres maladies.

Moi qui suis dans une nouvelle phase de recherche, ce cadeau arrive en synchronicité avec mes pensées.

Primevère va essayer ce traitement (phytothérapie et digipuncture chinoise) puisqu'elle a choisi d'alterner les produits d'accompagnement tous les 2/3 mois afin de ne pas avoir d'accoutumance et peut-être mieux stimuler ses défenses immunitaires.

- **« L'homme qui voulait être heureux » de Laurent Gounelle.**

Primevère lui donne cet alias "comment se forment et se déforment nos croyances"

Lecture intéressante à ce moment où j'ai besoin de croire à demain.

- **"Agape - le chemin de la guérison totale » Axel Paasche**

Primevère a rencontré Axel à Bangkok où elle a assisté à un séminaire de massages/méditation avec son amie Anne. Axel met en pratique ce qu'il enseigne:

Il écoute sa voix intérieure.

Aide: Nutrition

Avant son cancer, Primevère avait un régime alimentaire en conformité avec son tempérament sportif et aventurier : une diversité sans abus privilégiant déjà les fruits et légumes simplement par goût. Elle a repris en main son alimentation pour coller aux enseignements des nutritionnistes anti-cancer. Ainsi, elle a éliminé sans peine les aliments non recommandés qu'elle consommait déjà très peu (charcuterie, sucrerie) et a réajusté les proportions des aliments qu'elle consommait modérément. Sa consommation de viandes rouges et de laitages a baissé au profit d'une alimentation plus orientée vers les

poissons.

Le diagnostic tombe?, Amy me met au re?gime Omega 3 et prote?ines.

Objectif: Ne plus perdre de poids.

Moins 7kg en 2 mois et demi c'est beaucoup pour le petit gabarit que je suis !

Le livre "**anti-cancer**" de DSS et des nutritionnistes Dr Be?liveau & Gingras lui fait de?couvrir des aliments qu'elle utilisait peu voire pas : le the? vert, la grenade, le chou etc.

Amy qui a lu et relu "anti cancer" de David Servan Schreiber me pre?pare un cocktail ad hoc.

Primeve?re s'organise pour que ses repas d'affaire aient lieu dans des restaurants asiatiques et e?vite toute consommation d'alcool. Elle adopte les sushis car le riz est un féculent bon pour les proble?mes intestinaux.

Je vais acheter des sushis et de?jeune au soleil dans le parc pre?s du bureau. Les arbres sont encore verts, les fleurs belles... les premiers marrons annoncent l'automne.

Jacques Dubreuil dans son livre sur la phytothe?rapie et la digipuncture chinoise, pre?cise aussi qu'il est bon pour e?viter la prolife?ration des cellules cance?reuses, d'avoir une alimentation pauvre en polyamines.

Je vais surveiller mon alimentation !

Pourquoi les comple?ments alimentaires ?

Primeve?re ne connaissait pas les comple?ments alimentaires mais il lui est apparu e?vident qu'il fallait qu'elle aide son corps au-dela? de l'apport alimentaire. Elle alterne tous les 2 ou 3 mois les produits qu'on lui recommande afin d'e?viter une potentielle accoutumance qui en diminuerait les bienfaits. Elle a obtenu une ordonnance pour aller choisir elle-me?me les produits en pharmacie pour qu'ils lui soient rembourse?s. Il est certain que sur la distance ces solutions comple?mentaires ont force?ment un coût financier.

Je sens qu'il faut que je booste mes de?fenses immunitaires, l'ide?e de prendre certains comple?ments en alternance avec d'autres me semble inte?ressante.

Mes Produits phare :

- Kombucha : boisson origine Japon
- Spiruline : une algue
- Ge?lule d'Huile de Foie de morue
- Huile d'ome?ga 3
- Huile de foie de requin
- Jus de grenade

Quoi	Utilité	Source
------	---------	--------

thé au "kombucha"	Boisson utilisée au Japon, faite à partir de thé sucré dans lequel on met un champignon sous forme de mère (comme pour le vinaigre) et qui a un effet épurateur en éliminant des micro-organismes nuisibles. Contribue au renforcement du système immunitaire en régénérant la flore intestinale. Aide à la détoxification et l'épuration cellulaire, à l'assainissement du sang. Aurait un effet antibiotique.	Une amie l'ayant utilisé pour le cancer me l'a recommandé www.cfaitmaison.com :
thé vert – jus de grenade - chou - etc.	aliments dans la top liste des anti-cancers	Livre David Servan Schreiber « Le cancer »
ma spiruline	La spiruline est une variété d'algue bleue que l'on trouve en Afrique et au Mexique, à très forte teneur en protéines. La spiruline contient du fer, des bêta-carotènes, des sels minéraux, des oligo-éléments et des acides gras essentiels.	http://sante-medecine.commentcamarcher.com
mes gélules d'huile de foie de morue	L'huile de foie de Morue contient des acides gras essentiels, éléments nutritifs importants pour les cellules de l'épiderme. Par ailleurs, sa richesse en vitamines A et D favorise l'assimilation du calcium et sa fixation sur l'os.	http://www.phytoreponse.fr
ma cuillerée d'huiles avec oméga 3	Ces acides gras contribuent à tonifier les membranes cellulaires, à améliorer le système nerveux central et à lutter contre toutes les formes de cancérisation. Ces acides gras sont à l'origine de la production des cytokines, des substances qui ont pour propriétés de défendre l'organisme contre les agressions extérieures.	http://www.masantenaturel.com
mon huile de requin	Huile de foie de requin, adjuvant des thérapies anti-cancer. Riche en alkylglycérols. Elle est connue de tous ceux qui s'intéressent aux médecines naturelles. L'action thérapeutique des alkylglycérols (AKG) qu'elle contient semble infinie: Inflammations, allergies, résistance à l'effort, problèmes cutanés... Une étude randomisée en double aveugle contre placebo a été soutenue par le professeur Henry Joyeux, spécialiste de la recherche contre le cancer.	

Aide: Activité et bien-être

◦ Active? s sportives

Primevère pratique des activités sportives de façon modérée : ski, marche en montagne. Durant les chimio c'est plus difficile, elle est vite fatiguée

Mais quel plaisir cette balade en raquettes au clair de lune! L'air est vif, le soleil se couche à l'horizon rouge et nous commençons à grimper. Je suis heureuse, je me sens bien et je déguste le moment.

Parfois il faut s'abstenir et attendre les jours meilleurs.

Quelle belle journée de ski ... si j'avais pu ! Je rentre un peu triste d'être en dehors de la vie qui bouge, la vie qui se croque à belles dents. Je me prends une longue douche chaude pour enlever ce reste de tristesse....

Il faut aussi savoir trouver des activités tout aussi sympathiques en fonction de l'énergie du moment.....

Nous faisons une petite balade thématique, nous cherchons des symboles à découvrir tout au long du chemin. Je n'ai pas marché en montagne depuis un moment et ça me fait du bien.

Et quel plaisir quand cette énergie revient....

Je vais skier ce dimanche avec Amy. Une petite demi-journée, pour retrouver les sensations de glisse, sur une belle neige fraîche, avec mes petits fils tout joyeux qui s'amuse : on fait la course, on fait des grands virages comme si on dessinait un grand serpent, on saute des petits bossés, on fait la chenille... je rentre fatiguée mais heureuse.

Caro, une amie de Primevère, lui rend souvent visite. Ensemble elles pratiquent le yoga. C'est plus facile à 2 !

◦ **Activités sociales et culturelles**

Primevère a toujours beaucoup lu et continue à beaucoup lire. Bien sûr ses lectures sont un peu plus ciblées sur ce qui peut l'aider à surpasser la maladie ou lui donner un sens. Mais Primevère aime aussi les sorties théâtre, cinéma et ne s'en prive pas.

The artist : Je suis allée voir le film avec Martine. Un beau moment en noir et blanc et muet... A-t-on toujours besoin de la couleur et du son ? Le noir et blanc joue plus encore de la lumière et le silence nous laisse une grande marge d'interprétation... J'ai adoré !

La société passionnée et révoltée toujours autant Primevère

2012/Atchoumes est en feu : Les états n'empruntent plus aux banques centrales à taux 0, ils ont préféré emprunter aux banques qui elles empruntent à la banque centrale à un taux inférieur et revendent aux états des crédits à un taux plus élevé... la dette augmente... la rigueur s'installe... les gens ne peuvent plus payer leur loyer... là c'est de la folie pure !

Voir un peu plus.

2011/Les primaires socialistes : J'en ai marre des petites phrases assassines, des scandales... et surtout j'en ai marre d'un système économique qui devient fou.

Au dîner chez des amis, Primevère a défait et refait le monde ; ensemble ils se sont indignés de tout ce qui les choque :

La fracture sociale, le rôle des banques, la conception de l'enseignement, l'attitude de certains hommes politiquesQu'est- ce que ça fait du bien de refaire le monde !

La nuit suivante Primevère a rêvé qu'elle montait une école (avec ses amis) et qu'elle créait des "Goûters-Philo" pour les enfants.

Et pourquoi pas ???

Puis il y a les voyages, qui l'ont toujours attirée. A présent, elle cible ceux qui peuvent lui apporter des idées pour mieux gérer sa maladie. Anne lui a proposé un séjour zen (méditation-massage) en Thaïlande dans la région de Krabi (Sud) suivi de quelques jours à Bangkok.

Les billets sont dans mon sac, promesse d'évasion et de découvertes, de rencontres et de partage. Je repars travailler le cœur léger.

◦ **Activités artistiques**

Peinture, bricolage, jardinage, calligraphie, les activités artistiques n'ont guère de secrets pour Primevère qui goûte à tout. Elle s'est mise à la sculpture.

Marie me demande de faire une page calligraphiée pour la signature des mariés et des témoins, comme je l'avais fait pour le mariage de Chloé. Je planche sur un projet. Je sors mes encres, mes plumes, mes pinceaux... avec un sentiment de réjouissance.

Primevère aime aussi chanter et chante à toutes occasions. Cette fois, c'est lors d'une cérémonie religieuse, le décès d'un ami, qu'Elsa lui demande de chanter, l'Ave Maria.

Je mets mon CD et je commence très doucement à chanter... Je n'avais jamais encore senti aussi profondément que ce chant était une prière.

Et puis il y a l'écriture. Depuis les premiers jours de son cancer, Primevère a senti qu'il était essentiel de noter ce qui lui arrivait et de partager ces moments avec sa famille et ses amis.

Comment peuvent-ils m'aider
s'ils ne savent pas où j'en suis !

Notes sur mon chemin

Note comme une envolée musicale

Note comme une pensée qu'on veut garder car les pensées sont volatiles

Note comme une évaluation de l'émotion, du rationnel, du corporel, du spirituel...

Note comme un prix a? payer pour prendre du recul.....

Aide: Spiritualité

Primevère a de plus en plus besoin de ce temps de recentrage qui passe par la méditation ou simplement le silence et une respiration profonde et calme. Ce temps qui passe en tous cas par le dévouement c'est à dire l'oubli temporaire de tout ce qui nous occupe habituellement.

Lors d'une discussion avec une amie, la force, jusqu'alors inconnue, que la future maman est capable de déployer lors de l'accouchement, interpelle:

Cela passe sans doute par le recentrage; quand on accouche, pousser est le but unique jusqu'à la délivrance.

Enfin, après une séance de massage, lui offre un livre de prières.

La prière n'a pas le même sens selon les religions, pour moi c'est surtout une attitude intérieure de recueillement pour accéder à ma conscience.

Le Suivi

Hier soir Primevère a eu du mal à s'endormir. Demain elle passe un scanner. Evidemment toutes sortes de pensées passent dans sa tête, des plus sombres aux plus optimistes.

Mon cerveau est une passoire où des vents contraires s'engouffrent et repartent... Je calme ma respiration.

L'attente des résultats est une sorte de « torture », certes involontaire.

Cela me paraît long... plus long que la dernière fois... est-ce que cela signifie quelque chose ?

Et les résultats sont une délivrance.

Pas de changement par rapport au dernier scanner !
C'est une bonne nouvelle.

Sauf que parfois, quand les marqueurs remontent il faut faire avec.

J'essaie de mettre la cloche de verre entre moi et l'angoisse de ces résultats, d'accepter puisque c'est la réalité... mais j'ai envie de pleurer, d'hurler à l'injustice. J'étais si bien pendant mes vacances, mais voilà... sournoisement le travail de sape de mes cellules folles repart.... Je reprends la chimio.

- **Petite histoire de marqueurs**

Le suivi des marqueurs peut aussi être révélateur de moments cocasses :

Primevère fait sa prise de sang au laboratoire près de chez elle. Le 13 septembre les résultats ont donné un marqueur à 4400. Il était à 400 en juillet !

Angoisse assurée !

L'oncologue a trouvé ça bizarre et un labo de Lyon a refait l'analyse : 1800.

Ça n'a l'air de rien mais on respire mieux !

En même temps, Primevère a fait un scanner le 29 septembre qui a confirmé la stabilisation. Le 5 octobre, Primevère refait la prise de sang au labo près de chez elle : 3800.

L'angoisse est toujours présente mais ... on espère l'erreur !

Le lendemain, 6 octobre, l'hôpital de Lyon refait un contrôle : 1500.

Une explication s'impose !

Ce n'est pas vraiment la colère qui motive la recherche d'explications mais dans un parcours cancer nos émotions sont à fleur de peau et en user à mauvaise escient n'a rien d'agréable.

Primevère téléphone au laboratoire près de chez elle pour dire qu'il y a un problème. Le responsable lui répond que c'est normal qu'il y ait des écarts car tous les labos n'ont pas les mêmes machines.

La? il se fout de moi car du simple au double...
c'est un peu gros.

Et dire que le marqueur est un élément du diagnostic
pour décider des chimios !!!

Primevère discute de ce risque de mauvaise interprétation des marqueurs avec l'oncologue. Il confirme que c'est effectivement un problème et Primevère apprend à cette occasion un autre problème auquel les oncologues sont confrontés :

Il y a des personnes avec des marqueurs élevés et qui n'ont pas de cancer, d'autres qui n'ont pas de marqueur et qui ont un cancer....

Je repense à la petite phrase d'Irène « la conscience est dans le corps » ... et la confiance aussi !

Transmettre: Ce que j'ai appris

? Le radiologue me donne un bon conseil:

Gardez votre dossier vous-même, si vous voulez changer d'équipe vous aurez votre dossier avec vous .

? Ecrire

C'est un moyen d'évacuer ce qui pèse mais aussi de poser sa réflexion. Primevère a décidé de partager son dialogue avec elle-même. Cette « intimité » l'ouvre à celle des autres et les échanges en sont d'autant plus profonds, plus enrichissants.

Le dialogue de Primevère avec elle-même s'intitule

? *Notes sur mon chemin*

" Note comme une pensée qu'on veut garder car les pensées sont volatiles

Note comme une évaluation de l'émotion, du rationnel, du corporel, du spirituel

Note comme un prix à payer pour prendre du recul "

? Partager

Echanger les «Trucs et astuces », le « système D », est tout aussi important que les protocoles médicaux.

Nathalie me parle de ce qu'elle a vécu avec son cancer du sein et de tous ces petits soucis qui accompagnent la chimio... et dont les médecins ne parlent pas toujours... et de ce qu'elle a trouvé pour en venir à bout.

? S'entourer de gens qui croient en vous au plus profond d'eux-mêmes.

Créer sa route entre chimio, compléments alimentaires et surtout entourage positif qui ouvre de nouveaux horizons...

Je sens cette sollicitude autour de moi et ça me fait du bien.

? Changer ses habitudes, être à l'écoute de soi

Rien ne sera jamais plus comme avant. Quelle ouverture sur soi ! Dommage qu'il faille ces déclencheurs un peu brutaux.

J'habite mon corps de façon différente. Je découvre des niveaux plus subtils pour être à

son écoute et devenir son supporter.

? Partager nos ressentis et remarques avec le corps médical

Il en restera toujours quelque chose.

Les résultats de scanner sont très peu explicites en France. J'en ai fait la remarque en prenant pour exemple celui de la Suisse qui parcourt et commente chaque partie visualisée en mentionnant aussi et surtout ce qui va bien !

? Ne pas se laisser démoraliser par les marqueurs

Les marqueurs ne sont qu'un des indicateurs. Ils peuvent monter extrêmement haut après une pause chimio (jusqu'à 5000 dans le cas de Primevère sur une norme de <35). Ils redescendent assez vite avec la chimio ce qui prouve que le traitement agit.

Une amie avait un cancer du sein fibreux sans que les marqueurs le signalent. A l'inverse des marqueurs peuvent être positifs sans qu'il y ait de cancer car certains marqueurs réagissent à d'autres événements du corps.

? Toujours avoir un projet de vie

Primevère a pris conscience que son projet de vie était ses enfants.

Quand ma dernière fille a quitté la maison, je n'ai pas tout de suite réalisé que je n'avais plus de projet de vie.

Aujourd'hui Primevère veut transmettre, transmettre ce que la vie lui a appris. La continuité de son projet de vie, sous une autre forme, des « raccourcis » pour profiter pleinement de la vie.

? Avoir plusieurs avis médicaux

Certes 2 oncologues, 2 avis... mais c'est la richesse des expériences et la recherche du petit détail qui feront peut être toute la différence.

Je sais qu'il n'y a que moi qui ressens ce qui se passe dans mon corps, et que de toute façon les médecins naviguent à vue. Je suis de plus en plus persuadée que je dois puiser en moi les « intuitions » qui me guideront dans les choix de traitement.

? Se recentrer pour canaliser les énergies dont le corps a besoin

Aujourd'hui l'essentiel est dans l'ici et le maintenant. Le passé est ce qu'il est... mon pouvoir est dans le présent.

? S'ouvrir, être à l'écoute, remettre en question ses croyances

Evidemment chacun connaît quelqu'un qui a eu une bonne ou une mauvaise expérience....

Puis-je me fier à mon instinct ? ... Ai-je un autre choix ?

? Alternier les produits d'accompagnements

selon l'adage

User de tout, n'abuser de rien !

Alternier les produits d'accompagnement tous les 2 à 3 mois afin de ne pas créer d'accoutumance et mieux stimuler les défenses immunitaires lui paraît faire du sens.

? Continuer à vivre pleinement

Nous l'aimons parce qu'avec ses qualités et ses défauts, il est un homme debout, un homme qui marche et qui poursuit ses rêves en regardant les sommets

Point de vue de l'entourage

Réflexion de son amie Anne suite à une discussion avec Primevère sur le côté « atypique » de son cancer:

Le cancer du pancréas qui parle en toi n'est peut-être pas atypique (ou peut-être que si bien sûr) mais peut-être que tout ce que tu as entrepris autour de la chimio a un effet notable - complètement alimentaire, attention à la nutrition, méditation, lecture, massage, centration en toi, place à l'essence, le sens, la spiritualité (pas bigoterie, spiritualité!!!!), la créativité, l'expression de Soi, ... sauf que ce n'est peut-être pas intégré dans les analyses médicales ... Et que du coup la médecine le trouve atypique.

Il semble étonnamment que le cancer sait laisser la place à la guérison lorsque le conflit intérieur dont il parle et sonne l'alarme est résolu.

Barbara, lui envoie ce message après avoir écouté une émission sur le sida:

Il y a quelques cas de patients suivis qui sont séropositifs et dont la maladie n'évolue pas du tout sans aucun médicament... pourquoi ? Les chercheurs s'interrogent et cherchent. Je suis contente que la science bute sur des comportements irrationnels où l'immunité est meilleure chez quelques uns - est-ce la foi, les régimes, le hasard, l'hérédité génétique on a encore beaucoup d'inconnues dans les sujets de santé donc vivent les toubibs créatifs et à bas les certitudes...

Point de vue des Professionnels santé

R.B. un médecin aujourd'hui a? la retraite

Chapeau ! Vraiment, chapeau ! Il faut garder le moral, c'est essentiel.

Prof P.S.

En occident nous avons fait l'erreur de nous éloigner de la spiritualité.
