



OCTOBRE ROSE

# Cancer du sein, le jour de l'annonce

En parler à son entourage ou le garder pour soi, chaque femme fait de son mieux quand elle est confrontée à la maladie.

PAR MANON PIBOULEAU

**Véronique:** « Je leur annonce pour qu'ils comprennent mon envie et mes besoins. »

Quand le résultat de la biopsie tombe, je tombe aussi. Je suis sportive, je mange sain et je ne bois pas... À mes yeux, ce cancer du sein est incompréhensible. En quittant le cabinet du médecin, je toque d'abord à la porte de ma voisine et je fonds en larmes. Elle me console, elle m'écoute mais avec son nouveau-né, difficile de lui en demander plus. Ma mère, quant à elle, se mure dans le déni. Elle attend que je termine de parler pour retourner à son jardinage et n'évoquera jamais mon cancer. C'est au travail que je trouve du soutien. Autour d'un café avec Cédric et Valérie, mes collègues et amis, je me confie : « J'ai un cancer, mon premier

rendez-vous chez l'oncologue approche et je suis perdue. » Pour eux, c'est très clair : ils m'accompagneront. Et je ne les en remercierai jamais assez ! Sous le coup de la sidération, mon cerveau déconnecte et je n'enregistre plus aucun propos du spécialiste. En sortant, ils reprennent chaque point et soulignent le positif. Après mon arrêt maladie et deux opérations, je suis de retour au travail. Je fais une annonce rapide pour que l'on comprenne mon envie et mes besoins : je serai fatiguée, j'aurai des problèmes de concentration mais je demande à mes collègues de se comporter normalement. Pour certains, c'est un soulagement. Ma prise de

parole a dédramatisé la situation. Ils étaient au courant mais ne savaient pas comment en parler. Il y en a d'autres qui ont pris peur. Comme si le cancer pouvait se transmettre ! Cette maladie a fait du ménage autour de moi et désormais, toutes mes relations sont solides et sincères. **Et aujourd'hui ?** J'ai créé une marque de vêtements post-cancer du sein, Les minettes en goguette. Robes, tee-shirts, maillots de bain... Je veux que les femmes se sentent à l'aise et reprennent confiance. Les matières sont douces pour la peau, pour les cicatrices, et les tissus ne contiennent aucun composant toxique.

## Alexandra: « On évalue l'amour que les autres nous portent et inversement. »

Le jour du diagnostic, je ne préviens ni mon mari, ni ma mère. Je veux les préserver mais j'ai aussi peur de ne pas pouvoir gérer mon inquiétude et la leur. Quand le mot « cancer » est prononcé, mille pensées me traversent. J'ai peur de la chimio, je pense à ma fille, à ma survie et pourtant, l'instant que j'appréhende le plus est celui de l'annonce. Concernant ma mère, je suis incapable de lui dire en face. À la place, je lui passe un coup de fil et je la préviens : « Je ne veux pas de pleurs sinon je ne pourrai pas tenir. » Mon mari, lui, déploie une stratégie militaire et analyse la situation étape par étape. C'est sa façon de gérer ses émotions. À mes amis, j'adresse un SMS. Je ne suis pas d'attaque pour en parler longuement au téléphone, ni pour répéter plusieurs fois la même histoire. Les mois qui suivent sont difficilement supportables et mon anniversaire approche. Il tombe en plein mois de juillet. Habituellement, personne n'est disponible pour trinquer. Cette

année, mon petit jardin est plein à craquer : tous ont répondu à l'appel. Je me fais belle, je me sens aimée et à la fin de la journée, je retire ma perruque. Je prends un selfie que je poste sur Facebook. C'est ma façon de dire : « Je suis prête à en parler, à aider, à répondre aux questions des personnes qui se trouvent dans cette situation. » L'annonce est un moment clé dans le traitement : il permet de gagner en force et en confiance. On évalue l'amour que les autres nous portent et inversement. Mon couple est encore plus fort, mes amis sont les meilleurs, ma mère est mon pilier.

**Et aujourd'hui ?** J'ai lancé le compte Instagram « Allons-y prévention » durant le premier confinement. Il y avait une diminution inquiétante du nombre de diagnostics et je voulais sensibiliser les personnes au dépistage même en situation de crise sanitaire. M'investir était un moyen de ne pas sombrer après ma rémission. À présent, je le fais surtout pour aider les autres.

## Anaïs: « Je n'en parle pas à beaucoup de personnes. J'ai besoin de me sentir en confiance. »

J'habite en Angleterre, et à la tête du médecin qui me fait l'échographie, je comprends que les résultats sont mauvais. Mon mari est présent durant l'annonce, il me serre la main. Je suis en larmes. C'est peut-être égoïste mais une question tourne en boucle dans ma tête : « Pourquoi moi ? » Pour mon conjoint, c'est un choc émotionnel. Depuis ce jour, il a des migraines et tout le temps froid. Comme si quelque chose dans son corps s'était cassé. Je prends le parti de ne pas prévenir mes parents tout de suite. Ils s'apprêtent à faire un trek en Himalaya. Là-bas, il n'y a aucun réseau, nous ne pourrions pas communiquer. Je sais aussi que la santé est un sujet sensible et je ne veux pas les stresser. En attendant, j'appelle ma petite sœur en FaceTime. Les sanglots montent, je ne peux pas parler. Mon mari prend le relais et se charge de lui annoncer. Je pense également à sa fille... Ce cancer est peut-être génétique et je me dois de faire un test pour elles, pour dissiper le doute. Il s'avère que nos gènes ne sont pas porteurs de la maladie. C'est déjà un soulagement ! Quand mes parents rentrent de voyage, je leur conseille de s'asseoir : « Voilà, j'ai été opérée d'un cancer du sein, tout s'est bien passé, je n'ai pas besoin de chimiothérapie et ne vous inquiétez pas, je viens toujours à Noël. » Mon père ne réagit pas. En revanche, ma mère accepte mal que j'aie attendu autant de temps pour les tenir au courant. Mon cancer, je n'en parle pas à beaucoup de personnes. J'ai besoin de m'écouter, de me sentir prête et en confiance.

**Et aujourd'hui ?** Nous sommes rentrés en France, nous avons acheté une maison en Normandie et j'ai repris le boulot. J'ai également revu le sens de mes priorités : je ne vis plus pour travailler, je travaille pour vivre.

## Stéphanie: « Mon père n'est pas au courant. Quand je suis avec lui, la maladie n'existe plus. »

J'apprends la nouvelle toute seule, durant le premier confinement, et je n'en dors pas de la nuit. Quand je l'annonce à ma grande sœur, elle ressent de l'injustice : « Je suis l'aînée, c'est à moi que ça devrait arriver ! » Au fil des semaines, elle est d'un soutien indéfectible et me porte à sa façon, en me remontant les bretelles quand je me plains, quand je baisse les bras, quand je lui demande de s'occuper de mon fils si ça tourne mal. À chaque fois, elle me secoue : « Tais-toi ! » Ses paroles me percutent, me remettent les idées au clair et je reprends le combat. Mon père, lui, n'est pas au courant. Je ne veux pas lui faire peur. Après ma mastectomie, on fête l'anniversaire de mon fils

ensemble et je ne dois pas lui laisser l'occasion de s'apercevoir que quelque chose cloche. Ma sœur me fait des signes : « Tiens-toi droite ! » et couvre mes arrières. Quand vient l'heure de la chimiothérapie, je dois bien trouver une excuse qui justifie mon crâne chauve. Je lui explique que j'ai quatre séances de chimio à faire en prévention : « Rien de grave, ça va aller ! » Le fait qu'il ne

soit pas au courant m'aide à avancer, à oublier la maladie quand je lui parle ou quand je suis à ses côtés. Sans le savoir, il me fait énormément de bien. Je reprends espoir, je me projette et j'envisage de me teindre les cheveux en rouge quand ils auront enfin repoussé. Il n'est pas très emballé par cette idée... Quelques mois plus tard, quand on annonce ma rémission, mon père

décède. Finalement, je me teins les cheveux en bleu. Sa couleur préférée.

**Et aujourd'hui ?** Cette année, je suis déjà partie quatre fois en vacances et j'apprends la pole dance. Avant, je repoussais, je pensais au boulot à terminer ou à économiser. Je me mettais tellement de freins... Maintenant, je fonce, je profite et je me moque des qu'en-dira-t-on !

## Marion: « Je partage une photo sur laquelle on voit mon sein droit. »

Je viens d'accoucher de mon troisième enfant et je profite de mon rendez-vous chez la sage-femme pour lui parler de cette boule dans mon sein. Après une batterie d'exams, mon médecin m'appelle un samedi pour prendre rendez-vous en urgence... Le lundi, mon monde s'écroule. Je préviens en priorité mes parents. C'est la première fois que je vois mon père pleurer. Il est médecin et pourtant, il n'a rien vu venir. Ma mère prend la nouvelle avec plus de recul. Tout au long de mon traitement, elle fera preuve d'une force dont je ne la soupçonnais pas. Je dois avertir le reste de ma famille mais pour l'instant, je n'en suis pas capable. En tant que mère de famille, je culpabilise pour mes enfants : « Ils sont si jeunes, ils ne se souviendront plus de moi. » En tant que femme, j'ai honte : « À quoi je vais ressembler avec un sein en moins ? », « Comment mon couple peut-il y survivre ? » Je ne connais personne qui a traversé une épreuve pareille, je ne suis pas sensibilisée au sujet et je ne comprends rien au charabia médical alors je cherche des informations. Sur Instagram, je découvre une communauté d'entraide,

des femmes comme moi, jeunes et pourtant malades. Je me crée un compte, je consulte leurs posts, je discute avec elles et on organise des rencontres. Ça m'aide et me reconforte ! Avant la mastectomie, je pose nue sous l'objectif d'une photographe qui avait déjà immortalisé ma grossesse. Cette fois, ma tête est floutée, on voit mon sein droit et je fais un doigt d'honneur : « Fuck le cancer ». En me réveillant de l'opération, je lis tous les commentaires de soutien. Quelques mois plus tard, je décide de poster la photo sur mon compte et je préviens les amis proches. Je me sens libérée d'un poids, je reçois aussi beaucoup d'amour et de bienveillance.

**Et aujourd'hui ?** Je me complimente plus souvent, je porte les tenues qui me font plaisir, je me fais tatouer. Avant, je ne m'autorisais pas les décolletés, les jupes courtes, les tatouages apparents. Je me disais que ce n'était pas correct... Maintenant, je m'en fous ! Je fais aussi de la « photothérapie » : je poste ces images sur les réseaux. Mais surtout, chaque moment passé avec mes enfants relève de la magie. ■



## Octobre Rose 2022

Le ruban rose est devenu le symbole de la lutte contre le cancer du sein. Aux États-Unis, Evelyn Lauder, vice-présidente de la marque de cosmétiques Estée Lauder, décide d'utiliser cet emblème pour briser les tabous qui entourent cette maladie. En 1994, le groupe Estée Lauder et le magazine *Marie Claire* lancent la première campagne de prévention, et créent l'association Le cancer du sein : parlons-en !, qui deviendra plus tard Ruban Rose. Chaque année, à l'occasion du mois de sensibilisation Octobre Rose, plusieurs événements caritatifs sont organisés (illumination de la tour Eiffel, concerts, manifestations) pour récolter des fonds et sensibiliser la population. Avec le même message : n'attendons pas pour nous faire dépister et soutenons les chercheurs pour éradiquer la maladie. Infos sur [cancerdusein.org](http://cancerdusein.org).

ISTOCK