



JEAN-FRANÇOIS LEMMET

**Mon cancer
et la vie
qui continue
2019-2021**

Jean-François Lemmet

Mon cancer
et la vie qui continue

2019-2021

© Jean-François Lemmet, 2021

ISBN numérique : 979-10-262-9293-7

Librinova”

www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

À mon épouse Maryse que j'ai embarquée avec moi dans cette bataille contre la maladie et qui fait preuve d'une grandeur d'âme remarquable,

À mes enfants Géraud et Marie, leurs conjoints Therese et Mouad, mes petits-enfants Klara, Norah, Sarah, Benjamin et Adel pour leur soutien moral réconfortant,

À ma famille, mes amis, collègues et connaissances qui ont su manifester leur sympathie avec délicatesse dans cette épreuve.

Chapitre 1

La douleur

Elle est là, terrible, ne me quitte plus. La douleur s'est installée de façon insidieuse malgré ma volonté farouche de surmonter les petits désagréments de la vie qu'elle entraîne, au cours de cet été 2019. Oui, je sens que mon corps est fatigué quand j'ai du mal à porter un arrosoir pour les plantations que je viens de faire, symbole de permanence de la vie. Cette situation n'est pas normale. Mais l'auvergnat c'est bien connu ne se plaint pas, surmonte les difficultés en serrant les dents. Il est à l'image de ce pays si beau mais hostile à la fois. Il faut y être né pour comprendre cet état d'esprit : savoir résister, savoir faire face aux difficultés. Marie Hélène Lafon, dans ses romans remarquables « Joseph, Le pays d'en haut... », a su traduire cette ambiance, cette vie particulière dans ce coin de France isolé qu'est le Cantal nord.

C'est là que tout va se déclencher fin octobre à l'occasion des vacances de Toussaint dans la maison de campagne où nous avons en garde trois de nos petits-enfants. Impossible de me lever sans hurler tellement mon corps me fait souffrir. Jamais je n'aurai imaginé être confronté à une telle douleur ! Il faut faire face et surtout ne pas gâcher leurs vacances. J'ai bien conscience qu'ils ont compris à leur manière que la situation n'est pas normale. Les jumeaux ne peuvent s'empêcher au bout de quelques jours de me rejoindre, comme à l'accoutumée, le matin dans le lit. Benjamin se blottit contre moi sans bouger pour ne pas me faire souffrir mais tellement heureux d'être là, tandis que son frère Adel me confie dans le creux de l'oreille : « pépé je te fais plein de câlins et de bisous pour que tu guérisses » ! Je suis bouleversé et je pense à ce qu'ils ont enduré à leur naissance de jumeaux grands prématurés comme l'a si bien montré leur mère Marie Agouzoul dans l'ouvrage : « Mes enfants, votre bataille ». La douleur, ils ont su la surmonter avec courage et force, je dois suivre leur exemple. Quant à leur grande sœur Sarah qui a 7 ans, l'expression de son visage, chaque matin, traduit un amour immense et un désarroi total devant ma souffrance.

Les jours passent alors que dans ma tête se bousculent deux idées contradictoires, fuir au plus vite pour me faire soigner et patienter pour ne pas gâcher les vacances des enfants. Un soir je suis allongé sur le canapé, amorphe et rempli de douleurs quand les jumeaux viennent jouer et se bagarrer autour de moi. La maison est grande et ils disposent de vastes espaces mais c'est là qu'ils veulent être. Ils cherchent à attirer mon attention avec l'espoir que je me joindrai à leurs jeux ou simplement je retrouverai le sourire. Hélas, j'en suis incapable et je ne peux qu'émettre un grognement pas sympathique car je suis fatigué, très fatigué et je souffre. Mais pour eux la vie continue et je dois surmonter cet agacement. Cette scène restera longtemps gravée en moi et s'accompagnera d'une certaine culpabilité. Surtout ne pas être égoïste, penser à ses proches, faire un effort et surmonter la difficulté.

Puis il faut envisager le retour sur Paris à la fin des vacances, sachant que les petits enfants ont été récupérés par leurs parents. Il était impossible pour nous de les prendre dans notre voiture devant tant d'incertitude avec un voyage qui risquait d'être agité. Heureusement le médecin du village m'a pris en urgence mais il n'a pu déterminer avec certitude l'origine du mal car il faudrait faire des analyses plus approfondies. Pour lui les premiers effets de la vieillesse certainement avec l'ostéoporose. Il me prescrit une cure de vitamine D et des anti-douleurs en me recommandant de ne pas prendre le volant pour regagner la région parisienne. Le voyage se passera de façon correcte grâce à mon épouse qui a toujours su assumer les moments difficiles de la vie. Je vois défiler tous ces paysages connus, la chaîne du Sancy, celle des puys avec le majestueux Puy de Dôme, la Limagne, le Bourbonnais... mais mon esprit est ailleurs alors que d'habitude je m'extasie devant tant de beauté naturelle. Je navigue entre inquiétude et espoir même si je ne dis rien, bien calé au fond du siège de la voiture. Plus les kilomètres s'accumulent et plus je sais que je me dirige vers des jours difficiles, très difficiles. L'arrivée en soirée à la maison va marquer le début du combat.

Néanmoins quitter ce désert médical dont on parle tant, réalité concrète et angoissante, me rassure. En effet, il faut faire près d'une heure et demie de trajet en voiture pour atteindre les urgences d'un hôpital ayant plus qu'un équipement de première nécessité. Je vais pouvoir me soigner, faire les examens indispensables dans les meilleurs délais. Habiter dans une ville qui dispose d'un hôpital privé possédant des équipements de pointe est un atout non négligeable en pareilles circonstances. C'est du moins ce que l'on pense en espérant le

vérifier le plus tard possible. Mais aujourd'hui l'heure est arrivée et je vais découvrir ce milieu qui reste totalement inconnu pour moi jusqu'à ce jour.

Ainsi va commencer mon parcours de « béotien » dans le monde des hôpitaux dont j'ignore absolument tous les codes, n'ayant jamais été hospitalisé. Rien n'est simple et il va falloir parfois faire preuve de caractère pour se faire entendre. Je vais m'en rendre compte très rapidement. Confronté à une double pathologie, deux vertèbres cassées et un cancer, la bataille s'annonce rude et éprouvante. Pour une première, je n'ai pas lésiné !

Mon témoignage est un cas parmi tant d'autres, n'a rien d'exceptionnel mais va me permettre de rendre hommage à mes proches, notamment à mon épouse et mes enfants qui me soutiennent dans cette épreuve. Bien sûr je n'oublie pas le personnel médical, médecins et infirmiers, aides-soignants à qui je dois beaucoup et dont j'aurai l'occasion de parler plus longuement. Ce témoignage peut également être utile pour montrer certaines pratiques de notre médecine moderne qui parfois a tendance à ne plus voir le patient, l'être humain en souffrance mais un simple cas à traiter en fonction des résultats d'examens figurant sur l'ordinateur. L'efficacité et l'humanité ne sont pas antinomiques ! Enfin je pense à ceux qui n'ont aucune connaissance particulière sur le plan médical et sont en plein désarroi face au cancer. Ce mot terrible lorsqu'il vous concerne. Mon vocabulaire simple peut leur apporter un certain réconfort et peut-être une aide. J'étais comme eux, il y a peu de temps. Depuis j'ai essayé de mieux comprendre cette maladie. Ce n'est pas simple et il faut de la curiosité et de la persévérance pour aboutir dans cette démarche.

La rédaction de cet ouvrage débute après ma première chimiothérapie, pourrai-je aller jusqu'au bout, c'est à dire ma guérison dans le meilleur des cas ? Je n'en sais rien mais il m'aura permis de rester debout, de rester vivant. La vie est longue et courte à la fois. Elle est un combat permanent. Il ne faut jamais s'avouer vaincu et continuer à avancer.

J'écris mon récit au jour le jour ce qui peut expliquer certaines répétitions ou recoupements d'analyses ; c'est surtout un moyen d'être en phase avec le vécu sans le filtre du décalage dans le temps. De toute évidence, il peut y avoir certaines approximations car je n'ai pas l'intention de rédiger un ouvrage scientifique et parfois j'ai le cerveau embrumé, conséquences de la maladie. Le cancer est complexe et différent d'un individu à l'autre comme j'aurai l'occasion de le découvrir au cours de mes recherches. Mais le plus dur pour moi est de

faire état de mes sentiments car j'ai été élevé dans une culture où la retenue est la règle. La décision est prise, je passerai outre ce principe, ce qui ne sera pas le plus facile pour moi.

Quel sera le devenir de ce récit ? Je souhaite l'éditer et en offrir un exemplaire à mes proches, ma famille et mes amis. Si la maladie ne me permet pas de réaliser ce souhait, mon épouse et ma fille prendront le relais, je n'en doute pas. Faut-il le mettre sur internet ou le publier ? Pourquoi pas ; faire part de mon expérience à d'autres familles qui du jour au lendemain sont confrontées au cancer peut être utile. Quand la vie bascule tout se dérobe sous nos pieds. Finies les certitudes et l'invulnérabilité, la mort en embuscade se rappelle à nous en chamboulant nos projets. Le malade va alors entreprendre un parcours fait de doute et d'espoir qui va nécessiter le soutien de son entourage. Mon témoignage est celui d'une personne qui va peu à peu se familiariser avec ce milieu médical ; il est imprégné de l'intimité de ma vie privée avec l'évocation de certains souvenirs ainsi que de faits afférents à ma vie professionnelle. L'attachement au Cantal nord, mon pays d'origine, est fort et m'aide à surmonter les épreuves en ayant façonné dès mon jeune âge mon caractère. Un pays superbe qui mérite d'être mieux connu. J'y viens régulièrement et j'y reviendrai pour mon dernier voyage comme bien des natifs du pays qui ont sillonné la France et se sont installés pour leur travail dans différentes régions. Par ailleurs, cette période que je vis m'incite à porter plus que jamais un regard critique sur le monde qui nous entoure. Tout va trop vite et pourtant l'on découvre régulièrement certains bienfaits du passé, souvent avec étonnement pour les plus jeunes. Dans un tel contexte garder sa liberté de paroles, un bien si précieux, est essentiel pour moi. Les vraies valeurs, le sens de la vie sont des interrogations récurrentes qui prennent une autre dimension actuellement.

J'ai un cancer mais je veux continuer à exister et parler de choses qui me tiennent à cœur et pas seulement de la maladie. Je ne suis pas un patient désincarné et la complexité de ma propre existence va influencer sur ce récit. Le monde bouge en permanence et je ne veux pas rester un spectateur passif. L'actualité avec ses aléas, tout comme la maladie vont guider mon récit. Je ne sais pas à l'avance vers quelle destination je me dirige car il y a trop d'imprévus. Élargir mon horizon est indispensable dans cette période de lutte pour la vie et mes réflexions, mon humour indispensable face aux épreuves devraient combiner gravité et légèreté dans ce témoignage. Du moins, c'est ce que je vais m'efforcer de faire. Et puis parler de soi, c'est aussi parler un peu des autres.

Chapitre 2

Le début d'un long parcours

Je prends très vite conscience de la chance que j'ai de pouvoir effectuer tous les examens au sein de l'hôpital privé qui se trouve dans notre ville à Antony dans les Hauts de Seine. Ce grand bâtiment moderne en plein centre et qui ne cesse de s'étendre dans les rues avoisinantes, grignotant peu à peu pavillons de banlieue et jardinets. C'est une des activités principales de la ville et même peut-être la plus importante. Tout cela à 15 minutes à pied de la maison ! On est loin des conditions que vivent les habitants de la « France profonde », éloignés des grands centres urbains qui entraînent des déplacements importants et de la fatigue supplémentaire.

Désormais tout va s'enchaîner très vite pour moi. Un examen chasse l'autre et j'en ai le tournis. La première étape est de déceler l'origine de la douleur qui me ronge grâce à deux radios successives que je passe à la demande de mon médecin traitant et qui aboutissent aux mêmes conclusions : fracture de deux vertèbres dans le haut du dos et qui butent sur la moelle épinière, d'après ce que je comprends. Pourquoi ces deux examens ? Tout simplement car j'ai des douleurs multiples, à la fois dans le dos et dans le bas ventre. Je comprendrai pourquoi plus tard. La visite chez un spécialiste s'impose. Grâce à l'insistance et la débrouillardise de mon épouse, j'obtiens rapidement un rendez-vous chez une rhumatologue. Une arthrodèse afin de souder entre elles les vertèbres cassées s'avère nécessaire. C'est grave car il peut y avoir une atteinte de la moelle épinière ou des nerfs émergents de la colonne vertébrale. Il va falloir agir vite, très vite car le risque encouru est la paralysie. Elle m'explique avec calme la situation avec des mots qui sont nouveaux pour moi, inquiétants et rassurants à la fois. Je prends conscience qu'il y a possibilité de soins même si à ce stade il me paraît prématuré d'évoquer mes chances de guérison. Finir comme « un légume » allongé en permanence sur un lit, c'est effrayant et pourtant je ne peux chasser cette vision qui m'obsède.

Aussi est-il prévu que je passe une IRM (imagerie par résonance magnétique).

J'obtiens un rendez-vous à 5 heures du matin mais il n'est pas question de faire le difficile. C'est un examen indolore et peu agréable, d'une demi-heure environ, qui permet d'avoir des vues de l'intérieur du corps en deux ou trois dimensions et qui va compléter les radios. Il permet notamment d'étudier la moelle épinière et la colonne vertébrale. L'appareil ressemble à un gros cylindre de deux mètres de long environ. Je suis installé sur une sorte de couchette qui va se déplacer à l'intérieur. J'ai un casque sur les oreilles pour atténuer « le bruit de ferraille » dû à la puissance du champ magnétique et des ondes radio. Un peu de musique classique aurait été appréciée dans le casque mais cela relève du confort et on n'est pas là pour écouter un concert !

L'examen terminé, le médecin (du moins je le suppose) va me communiquer les résultats dans une pièce sombre ou plutôt un recoin directement sur l'ordinateur. Il me montre des taches suspectes, très nombreuses, me fait comprendre que c'est grave, très grave et que je dois agir, pas vite mais très vite. C'est un cancer. La tête me tourne, les jambes flageolent. Est-ce que j'ai bien compris ? Oui, mais les mots refusent de sortir pour lui répondre. J'encaisse le coup tandis que le monde s'écroule autour de moi. Il m'indique de prendre mon temps pour sortir. Bien au contraire je veux fuir cet endroit et retrouver la lumière. Je rejoins mon épouse dans la salle d'attente et en peu de mots je lui résume la situation avant de m'effondrer sur un siège. Elle reçoit cette nouvelle sans montrer son trouble. Elle m'aide à rejoindre la voiture sous une pluie froide qui me transperce dans ce petit matin triste de novembre, se montre très forte et tient des propos rassurants et m'indique que cette bataille nous allons la gagner ensemble. Des paroles gravées à jamais dans ma mémoire. Effectivement, j'ai conscience que sa vie est désormais liée à la mienne, en fonction des aléas de la maladie. Je rejoins mon domicile. J'ai sommeil, je veux dormir, dormir, dormir et pourquoi pas pour toujours. Je suis dans un trou noir.

Mais je reviens très vite à la triste réalité et il est hors de question de traîner. Je dois réagir et je consulte à nouveau la rhumatologue avec les résultats de l'IRM, deux vertèbres cassées avec épидурite associée. Il y aura certainement nécessité de passer ultérieurement un scanner lors de mon hospitalisation. Je me renseigne alors pour avoir des précisions et paraître un peu moins ignare car je découvre un monde qui m'était totalement étranger jusqu'à présent. Il s'agit d'un examen qui utilise les rayons X et qui consiste à réaliser des images en coupes fines du corps grâce à un anneau qui tourne autour de celui-ci. L'objectif est de rechercher des anomalies, tumeurs, kystes et ganglions qui ne sont pas visibles dans une radio et