

Cancer du sein

Penser « l'après »

Souvent évoqué sous l'angle dépistage, traitement ou rémission, le cancer du sein laisse pourtant des traces indélébiles que l'on ne doit ni ignorer ni contourner. Comment se reconstruire, rapproiser son corps et retrouver confiance ? Par **Séverine Martin**

La réhabilitation post-cancer du sein est une piste pleine de sens qui gagnerait à être davantage visible. « *La rémission est très lourde à porter* » confie avec émotion Stéphanie, venue chercher à Barbotan-les-Thermes dans le Gers les moyens de « *passer à autre chose* ». Car si les bienfaits de la médecine thermale sont avérés au point d'être pris en charge pour partie par l'Assurance Maladie, il n'en reste pas moins que le protocole est encore trop méconnu, des femmes elles-mêmes comme de leurs médecins référents.

UNE PARENTHÈSE RÉPARATRICE

Tout repose sur une cure thermale conventionnée de 18 jours à laquelle se greffe un programme axé sur trois objectifs majeurs : assurer une reconstruction globale, pérenniser une meilleure qualité de vie et limiter le risque de récurrence. En cure à la Chaîne Thermale de Barbotan-les-Thermes, Nicoletta est venue « *enranger des pensées positives pour la suite* », alors qu'Agnès de son côté admet souhaiter « *fermer définitivement une parenthèse* ». Quelle que soit la raison, l'objectif est clair : se réparer.

UNE APPROCHE BIENVEILLANTE ET SUR-MESURE

Bilan médical en début et fin de cure, suivi à J +1, puis à 6, 12 et 18 mois, l'encadrement est rigoureux, autant qu'il est rempli d'humanité. « *Suivre cette réhabilitation était comme faire un cadeau à mon corps* » se réjouit Stéphanie. Cinq leviers sont privilégiés sur le centre de Barbotan-les-Thermes : un programme médical et thermal optimisé, un soutien psychologique, une réintégration de l'activité physique et un accompagnement alimentaire et esthétique. Prendre soin de soi après avoir traversé la tempête, telle est l'ambition du séjour. Outre un cadre qui garantit la sérénité, les équipes veillent en continu au bien-être moral et physique des curistes.



1^{er} rang de G. à D. : Christine, Stéphanie, Marie-Claude, Suzanne, Nicoletta et Josiane. 2^e rang de G. à D. : Agnès, Nathalie et Colette lors de leur séjour en août 2022

DEMANDEZ LE PROGRAMME!

Bain actif, douche arciforme axée sur le bras, couloir de marche, enveloppement d'eau froide mais également massages et drainages lymphatiques par kinésithérapie, le mix médical et thermal agit bénéfiquement sur le corps, donc l'esprit.

UNE RECONSTRUCTION PROTÉIFORME

Physique, psychologique, familiale ou sociale, la reconstruction est un « *tout* » dont les rouages sont intimement liés. « *Il faut panser ses douleurs mais aussi celles de l'entourage car la culpabilité d'avoir affecté les proches est une réalité* » confesse Stéphanie. Si la vie « *normale* » reprend aux yeux des autres, les séquelles perdurent. Tourner la page de la maladie est complexe et des questions, dont certaines taboues, restent en suspens, comme la féminité, la séduction ou la sexualité. Se livrer sans détour et repartir réconciliée avec soi-même, un pari fou mais réaliste que l'on souhaite à celles qui connaissent un jour le défi de cette pathologie.

À savoir

- Sur prescription médicale uniquement avec certificat de rémission obligatoire
- L'Assurance Malade prend en charge 50 % du coût du Programme Spécifique Post Cancer du Sein sur la base d'un tarif fixé à 700 € (soit un reste à charge de 350 €)

www.chainethermale.fr/barbotan-les-thermes
www.santepubliquefrance.fr

