

Mai 2018 Mireille apprend qu'elle a un cancer du sein agressif. En juin elle subit une tumorectomie. Une batterie de traitements agressifs pour traiter son cancer débute en juillet. Mireille choisit de suivre des séances de réflexologie pour mieux vivre son traitement. Elle nous raconte.

#### **Comment et pourquoi avoir associé réflexologie à cancer ?**

Mireille. Je savais que les traitements allaient soigner mon cancer mais auraient une action destructrice sur certains de mes organes et allaient me mettre dans un grand état de faiblesse. Je voulais supporter le mieux possible les traitements pour moi et mes proches. Pour continuer à être la maman la plus solide possible et rester la même femme aux yeux de mon compagnon.

J'ai cherché les pratiques et techniques naturelles et peu invasives et j'ai opté pour l'acupuncture et la réflexologie. L'acupuncture pour gérer mon stress, la réflexologie pour accompagner les traitements.

J'étais convaincue des bienfaits de la réflexologie avant cet événement. Et persuadée que cette pratique permet de travailler sur l'énergie du corps et de détoxifier les organes vitaux lorsqu'ils sont trop chargés.

#### **Choisir le réflexologue pour vous accompagner fut évident ?**

Mireille. Je devais trouver un réflexologue près de chez moi. L'une de mes amies avait bénéficié des soins de massage et de réflexologie de Patricia alors qu'elle avait des problèmes de santé. Elle avait apprécié sa personnalité, sa bienveillance et son professionnalisme. L'Institut Gustave Roussy qui me traite n'avait pas de contre-indication sur une telle intervention. Un ami oncologue, m'accompagnant dans cette épreuve, m'a confortée dans mon choix. Selon lui, j'avais tout à gagner d'une telle pratique non intrusive.

#### **Peut-on parler des apports et bienfaits de la réflexologie sur votre santé ?**

Mireille. Entre l'intervention chirurgicale et la chimio j'avais un laps de temps d'un mois. Durant cette période j'ai débuté la réflexologie avec une ambition : énergiser mon corps, être le plus en forme possible, « reconstruire » mon organisme après l'opération pour supporter le mieux possible la chimio à venir.

J'ai pu constater très vite les bénéfices des séances. Sur l'été j'ai été traitée par anthracyclines. Les effets les plus connus sont les nausées, vomissements et perte de cheveux. En août Patricia était en congés lors de ma 3e cure d'anthracyclines... et là patatras. Sans cet accompagnement, mon énergie était en berne, mon moral au plus bas. Sans parler des nausées et vomissements qui ont fait leur apparition. En septembre, elle a adapté les séances à mon état. J'ai senti immédiatement que mon organisme allait globalement mieux.

Aujourd'hui après plus de 10 séances, je constate que mon foie, mes reins n'ont pas été atteints (les paramètres biologiques sont bons). Je n'ai présenté que peu d'effet secondaire de cette maladie. Je n'ai pas eu de troubles gastriques, aucune paresthésie dans les mains et les pieds. La perte de cheveux a été la conséquence vraiment visible de mon cancer. Je pense que la réflexologie est une des explications à cet état de forme.

#### **Comment organisez-vous les séances de réflexologie ?**

Mireille. Avec Patricia nous avons adopté une stratégie au plus près de la chimio. Une séance de réflexo avant la chimio pour booster mon organisme et affronter avec énergie la chimio, ou alors une après pour favoriser la détoxification de mon corps.

#### **Comment vivez-vous une séance de réflexologie ?**

Mireille. Une séance de réflexologie est un moment privilégié dans une journée. Je suis dans une bulle de bien-être et de plaisir. Patricia est bienveillante, elle pratique avec méticulosité, écoute et savoir-faire.

Je continue à faire du sport (notamment 5 à 8 km de footing par semaine). Grâce à son ressenti sur mon état, elle me conseille parfois de lever le pied pour ne pas trop fatiguer mon organisme. Une forme de complicité s'est instaurée entre elle et moi. J'ai pleinement confiance en ses capacités puisque je sens que mon corps se porte mieux avec ces séances.

Par la stimulation des méridiens, les points d'acupression, de massage des pieds... je sors d'une séance avec plus d'énergie, de l'envie de vivre. En un mot, je me sens vivante. En me massant Patricia me réancree dans la vie.

Elle fait du bien à mon corps, à mon moral et participe à améliorer ma qualité de vie.

#### **Et l'avenir ?**

Ma chimio se termine mais la radiothérapie et d'autres protocoles sont à venir. Je vais poursuivre les séances de manière régulière pour énergiser mon corps. Aujourd'hui je suis optimiste. J'estime qu'il faut écouter les signaux de son corps et ceux-ci me semblent être favorables.

Témoigner des bienfaits de la réflexologie en accompagnement des traitements contre le cancer est essentiel. J'ai la chance d'être bien entourée dans cette épreuve de vie et je voudrais partager cette expérience positive avec toutes les personnes en détresse croisées à l'hôpital. Elles ignorent l'existence de cette pratique qui peut les aider à vivre mieux !