

L'ESSENTIEL

● L'apparition et l'évolution d'un cancer dépendraient des gènes ou de facteurs environnementaux, mais aussi de facteurs psychologiques.

● Des études montrent que les personnes n'exprimant pas leurs émotions présenteraient un risque accru.

● La détermination à poursuivre sa vie, la capacité à ne pas se focaliser sur la maladie et la présence de soutien social seraient protecteurs.

● Se prendre en main, par exemple en pratiquant la relaxation, aiderait à mieux supporter les traitements.

L'AUTEUR



VOLKER TSCHUSCHKE
directeur du département
de psychologie médicale
de la clinique universitaire
de Cologne, en Allemagne.

Le cancer se joue aussi dans la tête

Les liens entre psychologie, immunité et oncologie sont de plus en plus solidement établis, mais ils restent difficiles à démêler. Une seule chose est sûre : la combativité face à la maladie est un atout.

L

eipzig, Allemagne de l'Est, 1990. Il y a presque sept ans que Rolf est atteint d'une leucémie. Mais sa chance semble enfin venue. La chute du mur de Berlin l'année précédente lui ouvre l'espoir d'une greffe de moelle osseuse, car il peut désormais rejoindre son frère, vivant en Allemagne de l'Ouest, qui sera le donneur. Hélas, la compatibilité biologique des deux frères est insuffisante. Après l'opération, le système immunitaire de Rolf attaque violemment la moelle greffée, et les traitements immunosuppresseurs parviennent à peine à endiguer le phénomène. Un an après

l'intervention, le cancer repart de plus belle. Mais Rolf ne baisse pas les bras. Il cherche un nouvel emploi et construit une maison avec sa famille. Pour lui, c'est comme si la maladie n'existait pas. Tout en se sachant condamné à brève échéance, il n'a qu'un seul objectif : mettre les siens à l'abri financièrement. Jour après jour, il combattra avec force sa maladie pendant... plus de dix-sept ans !

S'ACCROCHER À LA VIE

Rolf serait-il mort plus rapidement s'il ne s'était pas cramponné à sa façon de vivre et à ses objectifs comme il l'a fait ? On l'ignore, mais son exemple donne chair à une idée répandue chez bien des gens, y compris des médecins : les ressources mentales et psychiques d'un patient peuvent retarder le cours d'une maladie mortelle comme le cancer, voire l'arrêter. Est-ce vrai ? Et qu'en est-il du chemin inverse : des facteurs psychologiques peuvent-ils favoriser l'apparition d'une maladie ?

Dès 1991, l'oncologue Anders Bonde Jensen, alors au centre hospitalo-universitaire d'Odense, au Danemark, a passé au crible les études alors disponibles sur les facteurs déclenchants du cancer du sein. Un certain

>