



Le témoignage d'un aidant

Jean-Marc TAHAR, bénévole de l'association A.R.Tu.R.

C'est en 2012, de manière fortuite, qu'un cancer du rein est détecté chez Nadine, compagne de Jean-Marc. Échographie puis scanner révèlent une tumeur de plus de 10 cm.

Après une néphrectomie totale, Nadine, accompagnée de Jean-Marc, est dirigée vers l'hôpital Gustave Roussy ; ils font ensemble connaissance d'un nouveau monde, celui des maladies graves.

Jean-Marc prendra conscience plus tard, qu'il est devenu un « aidant » (le terme d'« accompagnant », pour Jean-Marc comme beaucoup d'autres, est souvent préféré) et se pose la question de l'aide qu'il va pouvoir apporter : présence physique, aide psychologique (accompagnement à tous les examens, partage des résultats et interprétation).

Il s'est d'ailleurs demandé à posteriori, s'il n'aurait pas été préférable de laisser Nadine de temps en temps seule avec son médecin.

Ensemble, ils font une confiance totale aux professionnels de santé.

Jean-Marc apporte son soutien et partage les tâches quotidiennes ; en tant que marathonien, il axe aussi son aide sur l'activité physique, et incite Nadine à reprendre ensemble la course à pieds.

Cette activité ne peut néanmoins pas durer, et il leur faut accepter les effets de la maladie et leurs conséquences : la vie de couple s'en trouve obligatoirement modifiée.

Jean-Marc renforce alors son aide morale, persuadé que l'optimisme aide à la guérison ; ils se font aider par une association locale qui apporte soutien moral et conseils ciblés.

Organiser des projets à long terme, se créer des petits plaisirs à court terme, cela aide à vivre comme avant la maladie ; mais il est difficile d'imaginer constamment de nouvelles pistes positives et de trouver les mots qu'il faut dans les périodes de doute ; d'autant que colère et sentiment d'injustice apparaissent au fur et à mesure de l'évolution de la maladie ; ils s'effacent difficilement.

Cette situation a bien sûr des conséquences sur la vie professionnelle de Jean-Marc : absences répétées, manque de motivation et de concentration ; beaucoup de choses passent au second plan.

Jean-Marc conclut que c'est à chacun de trouver les clés pour accompagner le mieux possible, il n'y a pas de modèle universel, mais le parcours d'aidant est un combat de tous les jours, qui demande énergie et patience et il est essentiel de savoir se préserver autant que possible.

Compte-rendu rédigé par Michèle Thomas, bénévole de l'association A.R.Tu.R. Ce compte-rendu est la propriété d'A.R.Tu.R. et ne peut être utilisé que pour un usage strictement privé. Toute autre utilisation est interdite sans autorisation préalable d'A.R.Tu.R.