





FRANCK. H

Les mots du cœur aux  
maux du corps

D'une rage de dents à la descente aux enfers

(2020-2022)

Autobiographie

**Hommage à ma mère partie trop tôt**

À mon père et mon frère

À ma femme, à ma famille

À ma cheffe Ingrid

À mes collègues Maria et Christophe

**Merci pour votre soutien**

Ce livre a été publié sur [www.bookelis.com](http://www.bookelis.com)

ISBN : © Franck H

Tous droits de reproduction, d'adaptation et de traduction,  
intégrale ou partielle réservés pour tous pays.

L'auteur est seul propriétaire des droits et responsable du contenu  
de ce livre.

« Il faut garder en mémoire nos rêves, avec la rigueur du marin qui garde l'œil rivé sur les étoiles. Ensuite, il faut consacrer chaque heure de sa vie à faire tout ce qui est en notre pouvoir pour s'en approcher, car rien n'est pire que la résignation. »

Gilbert Sinoué

Ce récit est mon histoire, je veux laisser une trace indélébile, je ressens un besoin d'écrire pour me libérer d'un poids énorme.

« Les âmes s'envolent mais les écrits restent. »

Franck. H

# Avant-propos

Je m'appelle Franck, je suis gestionnaire de stock dans une imprimerie qui commercialise des albums photos. Le 17 avril 2020, ma vie bascule dans le néant lorsque j'apprends que je suis atteint d'une **tumeur neuroendocrine pancréatique**.

Le récit qui suit est mon histoire, c'est ma vie, mon expérience ; tout est vrai, tous les faits sont réels dans les moindres détails.

Cette pathologie est une maladie rare, aussi appelée TNEP, et ne représente qu'un pour cent des cancers du pancréas. Il est très difficile de prédire l'évolution de ces lésions. Elles peuvent se situer dans tout le tube digestif, de l'œsophage au rectum.

On les diagnostique souvent fortuitement, elles sont découvertes par hasard lors d'une échographie abdominale ou d'un scanner.

Malgré la forte augmentation de cas de *cancers en France*, je n'avais jamais entendu parler de TNE «

tumeur neuroendocrine » ; alors, quand on m'annonce la triste nouvelle, je suis un peu dans le flou.

Heureusement que je suis entouré par de très bons professionnels de la santé, notamment mon chirurgien, qui a été d'une aide précieuse ; il m'a vraiment expliqué tout le parcours de soins qu'il allait mettre en place : les risques, le déroulement, etc.

Cela m'a aidé à accepter plus facilement la maladie.

J'ai aussi reçu un grand soutien de la part de mon médecin généraliste, sans qui je ne serais certainement pas là aujourd'hui pour vous présenter ma biographie.

Connaissez-vous l'expression « Attention, un train peut en cacher un autre » ?

Pour ma part, j'avais déjà eu l'occasion d'apercevoir ce panneau en traversant un passage à niveau, mais en fait, cette phrase veut en dire beaucoup plus long sur moi, et si je la modifie légèrement, j'obtiens « *une maladie pour en cacher une autre* ».

C'est exactement ce qui s'est passé pour mon cas. Tout au long de cet ouvrage, je vous détaille de façon chronologique point par point les événements qui ont ponctué mon quotidien.

Ce qui m'a le plus marqué dans cette histoire, c'est la façon dont on a découvert ma tumeur.

Ce n'est pas commun, je dirais même que c'est hors norme. J'espère aussi, à travers ce livre, pouvoir donner de la force et du courage à ceux qui en ont besoin. Le combat ne naît pas, mais il se construit, au fil des jours, dans la maladie.

Soyez fort, pour vous, votre entourage et votre famille, saisissez la main qu'ils vous tendent, c'est important.

Ma vie n'est pas une fiction. C'est mon histoire, je vous la raconte avec mon cœur et avec mes tripes.



# CHAPITRE 1

## La chance dans la malchance

L'histoire que je vais vous raconter est atypique, et à ce stade, je me demande si je n'ai pas une bonne étoile qui me protège.

Nous sommes fin janvier 2020 et une rage de dents se profile à l'horizon ; je prends donc rendez-vous chez un dentiste en urgence. Nous sommes un samedi, par une journée d'hiver ensoleillée comme on peut les apprécier dans le sud de la France.

Une légère brise me caresse la mâchoire, me faisant constater que ma douleur est de plus en plus forte.

Me voilà dans la salle d'attente : un endroit froid, une peinture blanche sur les murs, n'ayant pour seules décorations que quelques cadres, aussi fades que la pièce.

Assis sur une chaise en bois, j'attends patiemment mon tour en supportant cette névralgie qui se propage sur le côté gauche de mon visage.

Les minutes qui passent me semblent démesurément longues et la délivrance arrive lorsque le praticien prononce mon nom. Je me dirige vers le cabinet, m'assieds sur le fauteuil dentaire et aperçois cette roulette qui me terrifie, mais malgré cette crainte, je me dis qu'il va me soigner.

Après un examen et une radiologie de cette molaire, il ne peut malheureusement rien faire car j'ai une infection.

Il me prescrit donc des antibiotiques pour six jours et doit me revoir une semaine plus tard pour dispenser les soins.

Je rentre chez moi en passant par la pharmacie ; le soleil se couche sous une magnifique nappe de nuages rose.

Mon mal est toujours présent, mais je suis persuadé qu'il va vite disparaître avec les médicaments.

*Est-ce une erreur de penser qu'un traitement peut être dommageable pour sa santé ?*

À l'époque, je pensais que non, mais mon expérience m'a appris que j'avais tort ; cela fait déjà cinq jours que je me soigne et j'aperçois une nette amélioration ; je n'ai quasiment plus mal, j'ai l'impression de voir la lumière au bout du tunnel, c'est une sensation agréable, une légèreté, une délivrance.

Mais elle fut de courte durée car, dans la nuit du sixième au septième jour, me voilà pris de crampes intestinales.

Les maux sont là, terribles, ils ne me quittent plus, j'ai le sentiment que l'on me poignarde le ventre.

Quelques minutes plus tard, je subis de grosses diarrhées, elles sont intenses, douloureuses et surtout, inhabituelles.

Je décide sans attendre de me rendre à *l'hôpital Saint Clair de Sète*, la ville où je me sens bien, il fait bon y vivre.

7 h du matin, j'arrive au secrétariat des urgences.

Un infirmier très sympathique prend mes constantes et m'invite à patienter, le temps qu'un médecin vienne me chercher pour m'ausculter.

Une heure passe et l'enfer présent dans mon abdomen ne cesse de croître.

Malgré la souffrance qui me torture, je perçois au loin des petits ricanements provenant de la salle de repos...

Mince, je suis tombé à l'heure du petit déjeuner ! Prenant mon mal en patience, j'essaie de relativiser et de me dire que je serai admis au plus vite.

Il est 9 h quand la voix du médecin retentit pour sonner ma délivrance.

Dans ma tête, je suis soulagé. Ma femme ; qui était restée à mes côtés pour me soutenir, a pu voir une once de soulagement sur mon visage.

Persuadé d'avoir une grosse gastro-entérite, je n'aurais jamais imaginé la suite de cette aventure.

Allongé sur un lit, dans des draps blancs, seul, transi de froid, pensif et inquiet en même temps, je devais gérer mon stress quand tout à coup, une femme interne en médecine arrive pour me demander les raisons de ma venue.

Après lui avoir donné tous mes symptômes, je me retrouve sous oxygène et une infirmière arrive pour me faire une prise de sang.

En une seconde, je suis devenu aussi pâle que cette vulgaire literie sur lequel était allongé mon corps déshydraté ; à ce moment-là, je n'avais même pas le droit de boire un peu d'eau.

Je suis resté des heures au milieu de personnes malades, les pauvres... Beaucoup d'anciens, à qui on ne prête guère attention ; dans ce milieu, nous sommes tous logés à la même enseigne, mais un peu de dignité pour ces personnes n'aurait pas été du luxe.

Il est 16 h. ***Youpi*** ! J'ai le droit de m'hydrater un peu, mais les résultats ne sont pas bons.

Il faut encore approfondir les recherches avec de nouveaux examens ; on me parle d'une hospitalisation, mais il faut encore attendre de contacter un spécialiste du CHU de Montpellier pour connaître les aboutissants de ce périple interminable.

Je reste au repos forcé encore quelques heures quand soudain, on m'annonce que je viens de contracter une salmonellose suite à mon antibiothérapie.

Enfin le diagnostic est posé ! On me laisse sortir avec un nouveau protocole de soin. Je suis décomposé, fatigué, usé, mais je suis libre de voir les étoiles scintiller dans un ciel éclairé de sa pleine lune.

Je retourne à mon domicile, j'ai hâte de revoir ma femme qui a dû repartir en laissant sa moitié entre les mains des spécialistes.

Tout juste arrivé, un grand soupir de soulagement sort de ma bouche, il en dit long et me permet de mettre un point final sur toute cette histoire.

*C'est un rêve !* Le traitement est radical, il montre déjà ses effets, et enfin, tout va bien dans le meilleur des

mondes. Enfin ça, c'est ce que je croyais, et la croyance est une aide primordiale quand le moral est au plus bas, on s'en rend compte très vite : on se raccroche toujours à quelque chose – enfin, c'est le cas pour moi. Si je vous dis ça, ce n'est pas un hasard...

Deux jours passent et je profite de la vie qui est si belle ; je me promène et j'entends au loin le bruit des vagues qui éclatent en myriades d'étoiles sur les rochers, j'aperçois le ballet des goélands qui annoncent le retour des pêcheurs dans notre joli petit port ; tout va pour le mieux, et ce soir-là, je me couche avec le souvenir de cette merveilleuse journée.

La nuit aurait dû être paisible, mais ce ne fut pas le cas ; je sentais bien une inflammation venir me chatouiller le sigmoïde – c'est une partie du colon où se développent souvent les diverticules –, et dans ma tête, tout est soudainement devenu flou. Impuissant et anxieux, je me doutais que quelque chose ne tournait pas rond, mais que penser ?

La seule solution qui s'offrait à moi était une nouvelle fois de retourner chez mon médecin. Fraîchement diplômé, mais très consciencieux dans son travail, il était toujours à l'écoute de ses patients, essayant toujours de se surpasser pour eux.

Pour moi, c'est un peu mon confident, mais une chose est sûre : c'est que si je vous raconte mon histoire aujourd'hui, *c'est grâce à son professionnalisme.*

Mon « doc », comme je l'appelle, et comme diraient les jeunes, il a assuré, sans se poser de questions, aucune.

Il m'a prescrit une prise de sang et m'a orienté vers un radiologue afin de réaliser une échographie abdomino-pelvienne, tout en me rassurant, comme il le fait habituellement.

C'est à cet instant précis que **l'étoile** dont je parle dans ma citation, au début du livre, a toute son importance.

À 47 ans, je mène une vie paisible ; depuis mon enfance, je vis dans le Grand-Est et pour mes 46 ans,



j'ai eu l'opportunité par mon travail, de venir m'installer à Sète.

La vie ne m'avait déjà pas trop épargné et parfois, on se demande ce que l'on a fait au bon Dieu pour mériter ça.

Je nourrissais un fort espoir pour cette nouvelle vie, mais ce fut de courte durée ; deux années seulement, pendant lesquelles j'ai pu profiter du soleil, travailler dans une entreprise où j'avais ma place, où mon travail était reconnu, où je pouvais m'épanouir, que de bons moments...

L'heure du rendez-vous en radiologie approchait à grands pas et l'anxiété envahit mes tripes.

Mes muscles tremblent tout seuls, j'angoisse, comme si ma conscience savait quelque chose mais ne voulait rien me dire.

Dans ces moments-là, toutes les idées, y compris les plus farfelues, nous trottent dans la tête ; on a l'impression que ça passe en boucle et que plus rien d'autre ne compte.

C'est comme si la vie s'arrêtait quelques instants.

Le jour « J » se présente enfin. À Sète, il est difficile, comme dans beaucoup de villes en France, de trouver une place pour stationner son véhicule ; je décide donc de me garer en périphérie du centre-ville et je décide que pour aller passer mon examen, je m'y rendrai à pied.

Je parcours donc un peu plus d'un kilomètre, je me promène dans les rues commerçantes ; il est tôt et je vois déjà le balai des employés communaux en action ; plus loin, c'est jour de marché ; les étals se déploient et les premiers clients arrivent. Moi je regarde, j'observe et je marche, tel un loup qui rejoint sa meute, mais j'ai l'esprit ailleurs, j'erre dans les rues jusqu'au cabinet de radiologie.

J'entre. La secrétaire prend mes papiers, mon ordonnance et m'installe dans la salle d'attente.

Très vite, le spécialiste arrive ; heureusement, car ce matin même, j'avais bu un litre d'eau pour l'examen.

Il me conduit et m'invite à m'installer sur la table, puis commence l'auscultation à l'aide de

l'échographe (l'échographie est une technique d'imagerie qui utilise des ondes ultrasonores de haute fréquence, produites et reçues par l'appareil qui est déplacé sur la peau en glissant au moyen d'un gel).

Tout se passe très bien et les bonnes nouvelles arrivent les unes derrière les autres.

La première partie de l'examen est terminée et il me dit d'aller vider ma vessie.

Ouf ! Tant mieux, je n'en pouvais plus. Je me suis dit que je m'étais fait de la bile pour rien et que j'étais trop anxieux.

J'y retourne pour la deuxième séquence et ce médecin, voyant mon état de stress impossible à cacher, essaie tant bien que mal de me rassurer, mais arrivé à l'exploration du pancréas, je reçois un coup de massue : il me détecte une formation kystique, nodulaire, anéchogène, bien limitée, à grand axe, mesurant 2,4 cm.

**À cet instant, pour moi, c'est totalement incompréhensible.** *Il me rassure de nouveau en me*