

VIRGILIA HESS

*Ma*  
***grossesse***  
*m'a sauvé*  
la vie



Dans la tempête  
d'une grossesse  
bousculée par  
un cancer du sein


LEDUC ↗

## « *Ma fille n'est pas encore née, mais elle m'a déjà sauvé la vie.* »

Quand Virgilia Hess se rend à sa consultation du sixième mois de grossesse, elle ne se doute pas un instant que sa vie va basculer... Sa gynécologue lui détecte une grosseur au sein. À seulement trente-deux ans, enceinte de son premier enfant, le verdict tombe : cancer du sein. Comment envisager des traitements de chimiothérapie sans craindre pour la santé de son bébé ? Comment composer avec les montagnes russes émotionnelles de cette grossesse hors norme ? Comment ne pas laisser la culpabilité, la peur, l'épuisement supplanter la joie de devenir mère ?

Commence alors la nouvelle vie de cette future, puis jeune maman, qui jongle entre traitements lourds, espoirs, angoisses et surtout bonheur de mater son bébé. Un témoignage plein d'espoir et de résilience qui nous rappelle la force lumineuse de la vie.

**Virgilia Hess**, trente-quatre ans, est journaliste météo à la télévision. Elle raconte son quotidien de femme et de maman sur ses réseaux sociaux et témoigne pour aider les femmes malades et leur entourage. Elle est très investie dans les associations de lutte contre le cancer.

Pour tout achat d'un exemplaire, 1 € sera reversé à l'association  **RUBANROSE**  
cancerdusein.org

19 €

Prix TTC France

ISBN : 979-10-285-3168-3



www.editionsleduc.com

**LEDUC** 



Rayons :  
Témoignage,  
santé

*Ma*  
***grossesse***  
*m'a sauvé*  
la vie

## REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

**Inscrivez-vous à notre newsletter** et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux !

Rendez-vous ici : [bit.ly/newsletterleduc](https://bit.ly/newsletterleduc)

Retrouvez-nous sur notre site [www.editionsleduc.com](http://www.editionsleduc.com) et sur les réseaux sociaux.



### Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable!

« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.

Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure! C'est pourquoi nous avons fait le choix de l'écoresponsabilité.

Un livre écoresponsable, c'est une impression respectueuse de l'environnement, un papier issu de forêts gérées durablement (papier FSC® ou PEFC), un nombre de kilomètres limité avant d'arriver dans vos mains (90 % de nos livres sont imprimés en Europe, et 40 % en France), un format optimisé pour éviter la gâche papier et un tirage ajusté pour minimiser le pilon!

Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.



Avec la collaboration de Judith Vernant

Édition : Judith Vernant

Relecture : Audrey Peuportier

Maquette et design de couverture : Emmanuelle Audebrand

Photographie de couverture : Catherine Delahaye

Stylisme : Amélie Callier Broyer

© 2024 Leduc Éditions

76, boulevard Pasteur

75015 Paris

ISBN : 979-10-285-3168-3

VIRGILIA HESS

*Ma*  
***grossesse***  
*m'a sauvé*  
la vie

LEDUC ↗



# SOMMAIRE

Partie 1	
<b>Quand la vie bascule</b> .....	11
Partie 2	
<b>Le parcours de la combattante</b> .....	45
Partie 3	
<b>Donner la vie</b> .....	107
<b>Petite histoire pour ma fille</b> .....	169
<b>Annexes</b> .....	175
<b>Remerciements</b> .....	195





*À ma fille, Léna-Rose.*



**PARTIE 1**

Quand la vie bascule



## Une petite boule...

*« On a deux vies. La deuxième commence quand on réalise qu'on n'en a qu'une. »*

**Confucius**

- Dites-moi, vous aviez déjà cette petite boule la dernière fois ?

- Mmmh ?

Allongée sur la table d'examen, je ne saisis pas tout de suite de quoi la gynécologue me parle. Mon regard s'arrête sur le petit sapin posé sur son bureau, orné de décorations rouges et dorées.

C'est la fin de l'année 2022, j'ai trente-deux ans et j'attends avec impatience l'arrivée de mon bébé.

Nous sommes à deux jours de Noël et dans les rues de Paris flotte une atmosphère singulière, celle qu'on ne retrouve qu'une fois par an, à cette période : l'esprit de partage et de générosité. Les passants sont joyeux et on perçoit l'excitation dans les rues animées. Certains font leurs achats de dernière minute, courant d'une boutique à l'autre, chargés de sacs remplis de cadeaux soigneusement emballés. D'autres se préparent déjà à rejoindre leurs proches, impatients de partager des moments en famille. Sous les lumières qui scintillent partout en ville, chacun semble plongé dans cet esprit festif.

Les Parisiens prennent enfin leur temps, c'est l'époque de l'année où ils consentent à se laisser aller,

happés par les mélodies des musiciens de rue qui jouent des airs de Noël et par les vitrines chatoyantes. Des odeurs flottent dans l'air glacé, enivrantes : les effluves de cannelle et de gingembre se mêlent à ceux des sapins fraîchement coupés. Quelques mètres plus loin, l'irrésistible parfum des gaufres sorties du four domine, mais aussi celui des marrons chauds et des friandises traditionnelles. Enceinte de cinq mois, perchée sur mon petit nuage, je laisse cette atmosphère de fête amplifier la magie qui m'enveloppe depuis l'été.

Malheureusement, il semble que la vie ait d'autres plans pour moi.

- Dans votre sein gauche. Je sens une boule. Je l'avais sentie le mois dernier ?

- Heu, non. Enfin, ça ne me dit rien. Vous ne m'aviez rien dit, en tout cas !

Ma gynécologue continue la palpation en silence. Je tourne la tête vers elle.

- Pourquoi... ? Qu'est-ce que c'est, exactement ?

- Oh, ce n'est sûrement rien, pas d'inquiétude. Pendant la grossesse, il est même fréquent d'observer de petits kystes ou des nodules dans la poitrine. La plupart du temps, c'est bénin et ça part tout seul après l'accouchement, voire avant ! Je vais quand même vous faire une ordonnance pour une échographie mammaire, histoire qu'on n'en parle plus. Demandez à ma secrétaire en partant, elle va vous trouver un rendez-vous au centre de radiologie d'à côté, elle les appellera pour vous.

Mon rendez-vous se poursuit normalement et se termine sur une note positive avec une échographie de mon bébé – ma petite princesse en pleine forme, qui semble déjà s’entraîner à la tétée en remuant la bouche.

J’ai toujours rêvé d’avoir une fille et j’étais aux anges lorsque le sexe nous a été annoncé, quelques semaines auparavant.

Je n’ai pas mis très longtemps à tomber enceinte et je mesure ma chance. Entre l’arrêt de la pilule après des années et mon endométriose, diagnostiquée il y a dix ans, je craignais que ce soit le parcours du combattant. Faux ! Un mois à peine après l’arrêt du traitement, bingo : test de grossesse positif !

Peu de temps avant, j’avais entamé un régime « spécial fille » (beaucoup de magnésium et de calcium) et, hasard ou pas, cela a fonctionné.

À ce moment encore, tout me sourit.

En amour, je suis comblée. J’ai rencontré Antony le 7 février 2020, juste avant l’épidémie de Covid. Nous travaillions alors tous les deux dans le 15<sup>e</sup> arrondissement de Paris, et comme j’y vivais, il est venu se confiner chez moi. Résultat, en deux mois de relation, j’avais l’impression de le connaître depuis des années. Très vite, nous sommes devenus inséparables, parlant déjà de nous pacser et même d’acheter une maison !

Sur le plan professionnel, tout va également pour le mieux. Journaliste météo et climat sur BFMTV, je

suis titulaire depuis 2019 de la « pré-matinale » de la chaîne et des matinales des chaînes locales. Depuis le début de ma grossesse, je bénéficie d'horaires un peu plus adaptés (en temps normal, c'est réveil à 1 h 30 du matin cinq jours sur sept!) et j'arbore fièrement à l'antenne mon ventre qui s'arrondit de jour en jour, et mes longs cheveux bruns qui me balaient le dos.

Les fêtes de fin d'année se passent donc, avec leur lot de promesses pour 2023, et j'essaie de ne plus penser à cette petite boule que mon obstétricienne a découverte, même si je la sens désormais tous les jours sous la douche.

### **... aux contours flous**

Le 3 janvier 2023, je me rends au cabinet de radiologie situé en face de la clinique où je dois accoucher, confiante.

Puisqu'il n'est pas question de réaliser une mammographie sur une femme enceinte (ou bien sauf cas de force majeure et avec la protection adaptée), j'aurai droit à une échographie – mais pas du ventre, pour une fois.

La radiologue désigne la table d'examen :

– Mettez-vous torse nu et allongez-vous, s'il vous plaît. Je suis à vous tout de suite.

J'acquiesce et, tandis qu'elle prépare ses instruments, je me déshabille avec précaution, de peur de réveiller Léna-Rose – mon bébé. Comme à son



habitude en journée, ma fille est très calme, sans doute endormie.

Petite caresse sur mon ventre, puis je prends place sur la table et m'allonge en expliquant sereinement, avec une désinvolture un peu forcée, que je dois avoir un kyste, et que je viens vérifier par acquit de conscience, sur les conseils de ma gynécologue.

La radiologue m'écoute distraitement en étalant le gel échographique dont la texture dense et froide m'est si familière depuis le début de ma grossesse. Puis elle passe la sonde sur ma poitrine sans me regarder, les yeux fixés sur le moniteur à sa gauche.

Tout se déroule alors très vite : en l'espace de quelques secondes, la quiétude et la plénitude qui m'envahissaient depuis l'annonce de ma grossesse laissent place à un vent de panique quand je vois l'expression du médecin changer.

Elle regarde l'écran de retour tout en m'auscultant, songeuse. De mon côté j'essaie tant bien que mal de décrypter ce que j'y vois. Ces derniers mois, j'ai été habituée à contempler la silhouette de mon bébé sur l'écran de l'échographe, mais ce jour-là, l'image est pour moi totalement abstraite. Des courbes grises, mouvantes, formant un paysage inconnu, désertique, peuplé de formes aux contours flous.

Sans m'adresser le moindre mot, la radiologue repose la sonde et décroche son téléphone.

– Oui, dites-moi... Je suis avec ma petite patiente enceinte, là... Est-ce que vous pouvez lui trouver un rendez-vous pour une biopsie en urgence ?

Au bout du fil, il y a la secrétaire médicale, qui travaille dans la pièce à côté.

- Mmmh... Mince. Eh bien, essayez de déplacer l'une des patientes de jeudi, s'il vous plaît.

Elle raccroche.

Une biopsie ? Je crois bien qu'en trente-deux ans d'existence, c'est la première fois que j'entends ce mot-là. J'ai beau me creuser la tête, ça ne me dit strictement rien. Je n'ai pas le souvenir qu'une de mes amies, ou une femme de mon entourage et de mon âge, enceinte ou non, ait dû réaliser un jour cet examen.

Même si je n'ai alors aucune idée de ce qu'est une biopsie, je me doute bien que le caractère urgent ne présage rien de bon. Je lève les yeux vers elle et demande timidement :

- Heu, pardon, mais... C'est quoi, une biopsie ?

- C'est un examen qui se fait sous anesthésie locale, et qui consiste à prélever un peu de tissu dans une tumeur à l'aide d'une aiguille, pour ensuite être analysé.

Une tumeur?!? J'ai une tumeur?!?

Voilà comment j'apprends que la boule dans ma poitrine n'est ni un kyste ni un nodule comme mon obstétricienne l'avait envisagé, mais s'apparenterait davantage à une « tumeur ». Me voyant pâlir, la radiologue me rassure très vite : le mot fait peur, mais il faut savoir qu'une tumeur peut être tout à fait bénigne.

Je me fais aussitôt la réflexion – comme sans doute beaucoup d'autres avant moi – que si le mot me terrifie autant, c'est aussi en raison de ses résonances sinistres aux allures de prédiction : « tu meurs ».

Elle m'indique ensuite que les bords de la lésion sont « flous et irréguliers » et que sa taille dépasse deux centimètres, justifiant de réaliser cette fameuse biopsie. Contours flous et irréguliers, deux centimètres, biopsie... Ce qui semble tant préoccuper la radiologue est pour moi un complet charabia.

Mais le mot « tumeur », lui, continue de résonner dans ma tête.

Pendant ces trois jours qui précèdent le rendez-vous, c'est plus fort que moi : je sais que je ne devrais pas, mais je ne peux m'empêcher d'aller chercher des renseignements sur Internet à propos du déroulement d'une biopsie. Pour l'heure, aussi dérisoire que cela puisse paraître, ma seule préoccupation est de savoir si l'examen est douloureux.

Enfant, je n'ai jamais été une « chochette », mais les aiguilles m'ont toujours terrifiée. Un souvenir me revient. Un jour, ma mère m'a emmenée chez le pédiatre pour un simple rappel de vaccin. Pendant que le médecin préparait la seringue, j'ai profité du fait qu'il avait le dos tourné pour claquer la porte du cabinet et prendre la poudre d'escampette. Je me revois courir dans la rue, en chaussettes, ma mère et l'assistante du pédiatre à mes trousses, criant mon prénom au loin. Quelle grande courageuse,

n'est-ce pas? Si j'avais su ce qui m'attendait des années plus tard...

En glanant des informations sur les sites et les forums, je fais surtout une autre découverte, qui me laisse sans voix. La définition du mot « biopsie » se conclut ainsi : « Les résultats obtenus sont utiles pour établir un diagnostic final : l'atteinte ou non d'un cancer. »

C'est la première fois que ce mot apparaît depuis la découverte de cette « petite boule » par ma gynécologue.

Cancer? Un cancer?

Mais qu'est-ce que c'est que cette histoire? Pourquoi vient-on me raconter des horreurs pareilles alors que je suis enceinte?

Il y a forcément une erreur : je ne peux pas avoir de cancer, puisque j'attends un bébé!

Cancer et bébé. Dans ma tête, ces deux mots s'excluent mutuellement.

Depuis le début de ma grossesse, mes inquiétudes ne portaient pas sur ma santé, mais uniquement sur le bon développement de mon bébé, et mes rendez-vous médicaux n'avaient été que des moments de joie, remplis de promesses, exclusivement consacrés à Léna-Rose, destinés à prendre de ses nouvelles, à surveiller sa croissance, à la voir bouger...

Et puis moi qui porte toute mon attention sur mon ventre, pourquoi vient-on soudain m'embêter avec mes seins? Tout cela me paraît insensé, surtout à

mon âge, sans aucun antécédent ni aucune sensation douloureuse, pas même un picotement...

À la suite de cette découverte, j'entreprends de nouvelles recherches sur Google, en tapant comme mots clés : « cancer enceinte ».

Et voici ce qui s'affiche sur mon écran : « La survenue (ou la découverte) d'un cancer pendant la grossesse est un événement très rare touchant 0,05 à 0,1 % des grossesses, soit 350 et 700 grossesses par an en France, associées avant tout à des cancers gynécologiques. »

Bon, visiblement, j'ai plus de chances de me prendre une météorite sur la tête ou de gagner au Loto ou à l'EuroMillions – Antony, mon conjoint, joue d'ailleurs régulièrement pour nous deux, et nous n'avons jamais rien gagné pour l'instant ! On se rassure comme on peut...

Le 6 janvier, je retourne donc au centre médical, relativement sereine, pour réaliser la fameuse biopsie.

J'ai décidé d'y aller seule. Ma mère et Antony m'ont bien proposé de m'accompagner, mais j'ai refusé. D'une certaine façon, cela me permet de prolonger encore un peu le déni : si j'embarque tout le monde dans cette histoire, cela deviendra « un sujet ». Y aller seule me donne le sentiment qu'il s'agit d'un rendez-vous anodin, qui sera très vite oublié, un peu comme si je descendais chercher le pain au coin de la rue.

D'ailleurs, à en croire mon entourage, je n'ai aucune raison de m'inquiéter : les quelques proches à qui j'en ai parlé m'ont rassurée en me disant qu'il est normal que les médecins accordent plus d'attention à une femme enceinte, et qu'il vaut mieux «faire trop d'examen que pas assez». Une amie a mis la forme suspecte de ma tumeur sur le compte des hormones : après tout, mon corps subit des bouleversements et ma poitrine a grossi depuis que je suis enceinte, cela n'a rien d'étonnant. Une autre m'a raconté avoir vécu une mésaventure similaire pendant sa grossesse, qui s'est heureusement bien terminée. Cependant, ils ont beau sembler confiants, tous gardent en tête la date à laquelle je dois recevoir mes résultats, et le nombre de messages que je recevrai ce jour-là me laisse penser qu'ils n'étaient pas si sereins que cela.

Avant de procéder au prélèvement, le médecin pratique une petite anesthésie locale et m'assure que ce ne sera pas long – l'affaire de quelques minutes, puis je pourrai rentrer chez moi. Sans être véritablement douloureux, l'examen se révèle malgré tout très désagréable. Les gestes du médecin sont doux et précis, mais elle doit s'y reprendre à plusieurs fois et piquer en différents points du sein pour prélever un échantillon de tissu suffisant pour établir le diagnostic.

Onze jours. C'est le temps, interminable, qu'il me faudra attendre avant de connaître les résultats. Mon rendez-vous fixé au 17 janvier en poche – assorti d'un

court arrêt de travail –, je sors du cabinet, le sein recouvert d'un imposant pansement.

Moi qui espérais, en y allant seule pour ne pas en faire une affaire d'État, laisser ce rendez-vous derrière moi, tout m'y ramène et il m'est impossible de ne pas y penser.

De retour chez moi, je songe que le temps va me sembler très long. J'essaie de me concentrer sur mon bébé et sur ma grossesse, mais j'ai déjà le triste pressentiment qu'il y aura désormais un avant et un après.

Dès lors que les effets de l'anesthésie s'estompent, ma poitrine commence à m'élancer. Dans les jours qui suivent, un énorme hématome apparaît et les douleurs se font de plus en plus fortes, parfois intolérables, accompagnées de sensations de brûlure, comme si quelqu'un allumait un briquet dans mon sein.

C'est la première fois que ma poitrine me fait mal. Jusque-là, hormis cette petite boule indolore, rien ne laissait soupçonner qu'elle puisse abriter cette bête que l'examen semble avoir réveillée.

Nous profitons de mon arrêt maladie pour partir nous réfugier quelques jours sur le bassin d'Arcachon, chez les parents d'Antony, espérant que l'air marin et le changement de décor m'aideront à surmonter l'attente et à calmer mes angoisses. Mais là encore, tout me ramène à cette boule tapie dans mon sein, à ce feu qui couve et jaillit en éclairs de douleur.

Devant les autres, je m'efforce de faire bonne figure pour ne pas les inquiéter ou passer pour la casse-pieds de service. Parfois, au milieu d'une conversation avec le père ou la grand-mère d'Antony, je dois réprimer un cri de douleur qui me fait perdre le fil. J'ai le plus grand mal à me concentrer sur ce que l'on me dit, et toute discussion, même banale, devient un exercice d'équilibriste auquel je préfère ne pas me risquer.

Dans le miroir, le contraste entre l'énorme pansement et mon joli ventre de femme enceinte est intolérable, absurde. Incapable de penser à autre chose, je prie pour que mon bébé ne ressente pas mes peurs et ma tristesse, tout en gardant espoir : pour moi, il n'est pas envisageable de porter à la fois la vie et la maladie.

Paradoxalement, ces douleurs de plus en plus vives, lancinantes, m'aident aussi à me rassurer. Après tout, j'ai lu partout qu'un cancer du sein n'est pas douloureux. Quelque chose a peut-être mal tourné à la suite de l'examen ? Peut-être ai-je développé une infection ?

Anxieuse, j'appelle le centre de radiologie, qui me donne le numéro personnel de la radiologue, à qui je laisse un message. Celle-ci me rappelle au cours du week-end – est-ce le signe que je dois m'inquiéter ? Peut-être a-t-elle les résultats ? Elle me demande de toucher mon sein, pour voir s'il est chaud, ce qui serait un signe d'infection, et se montre rassurante.



La veille du verdict, je reprends le travail, à ma demande. J'explique à mes collègues que j'attends les résultats d'une biopsie pour le lendemain. Bien sûr, je suis un peu inquiète, mais tout devrait bien se passer et je viendrai travailler le surlendemain. « À mercredi ! » En prononçant ces mots à voix haute, c'est d'abord moi-même que j'essaie de convaincre : les résultats ne peuvent pas être mauvais, n'est-ce pas ?

### **Le couperet**

*« Seul l'arbre qui a subi les assauts du vent est vraiment vigoureux, car c'est dans cette lutte que ses racines, mises à l'épreuve, se fortifient. »*

**Sénèque**

Ce 17 janvier, il fait très froid et c'est sous un ciel gris que je me dirige vers le centre de radiologie, accompagnée de ma mère – Antony travaille et ne peut être à mes côtés, mais il m'a promis de partir un peu plus tôt du bureau afin d'être dans les parages quand je sortirai de mon rendez-vous.

La secrétaire médicale nous installe dans la même petite salle où s'est déroulée ma biopsie, onze jours plus tôt, et nous lance d'un ton enjoué : « Vous connaissez les lieux, maintenant, vous avez l'habitude ! Je vous laisse patienter quelques minutes, le temps que le médecin arrive. Je connais les résultats,

mais je suis désolée, je ne peux pas vous les donner, c'est au médecin de le faire! Ne vous inquiétez pas, elle ne va pas tarder.»

Sa remarque et son ton léger m'apaisent et me redonnent confiance. Je lance un regard rassuré à ma mère, qui me sourit.

Mais notre soulagement est de courte durée.

C'est sans un mot, hormis un simple bonjour, que la radiologue nous rejoint dans la salle. Un silence qui en dit long et qui me fait instantanément comprendre que quelque chose ne va pas. À ce moment-là, je sais.

Pendant quelques secondes, elle consulte des documents, déplace l'échographe et sort du matériel, puis me demande de m'allonger sur la table d'examen pour procéder à une nouvelle échographie mammaire. Pendant que je me déshabille, on n'entend pas une mouche voler, au point que c'en est presque gênant.

Il ne s'agit pas d'un contrôle de routine, c'est évident. Si les résultats avaient été bons, la radiologue serait entrée en disant : « Bonjour mademoiselle Hess, bon j'ai eu vos résultats, tout va bien, ne vous inquiétez pas, hein, mais on va quand même jeter un coup d'œil pour contrôler la zone où on a fait la biopsie.»

Autre mauvais signe – plus insidieux, mais non moins révélateur –, en plus de ma poitrine, elle passe la sonde sous mon aisselle. Or mes quelques recherches sur Internet m'ont appris que dans le cas d'un cancer du sein, les ganglions axillaires

(les ganglions lymphatiques situés au niveau des aisselles) peuvent être gonflés, signe d'un développement métastatique. Pourquoi regarderait-elle à cet endroit-là si les résultats de ma biopsie n'étaient pas inquiétants ?

Il y a quelque chose, je le sais, mais je n'ose pas poser la question. Le médecin ne dit rien non plus, tandis que je me rhabille sans un mot. Plus les minutes s'écoulent, moins j'ose me jeter à l'eau. Je veux retarder le plus possible le moment du diagnostic et savourer encore ces ultimes instants d'apparente insouciance avant que le couperet ne tombe. Même si à ce moment-là, dans ma tête, je pense « c'est foutu ».

Lorsqu'elle relève les yeux vers moi, son regard est bienveillant et plein de compassion. Après une courte hésitation, elle finit par se lancer :

– Ça va, vous n'avez pas froid ? Eh bien... Comme vous le savez, la dernière fois, nous avons vu une petite lésion au niveau de votre sein gauche, qui nous inquiétait un peu, c'est pourquoi j'ai réalisé une biopsie... Les résultats ont mis du temps à arriver, car le laboratoire doit procéder à des analyses complexes et... Nous avons reçu les résultats. Alors, malheureusement, c'est bien ce qu'on craignait... Ils ne sont pas très bons...

– C'est un cancer, c'est ça ?

– Oui, c'est un cancer. Vous voulez que je vous explique ?