



# sommaire

informations / vie quotidienne .....	3
alimentation / prévention .....	7
alimentation pendant un cancer .....	10
traitements .....	11
thérapies complémentaires .....	13
témoignages de malades .....	17
témoignages de proches .....	27
esthétique / bien-être / sexualité .....	29



## **Dictionnaire humanisé des cancers**

Bernard Hoerni, Jacques Robert

Paris: Frison-Roche, 2011 / 4e éd. revue, complétée et mise à jour

Les personnes atteintes d'un cancer, leur famille et les soignants trouveront dans ce dictionnaire des informations scientifiques, pratiques et fiables ainsi qu'un accompagnement.

..... QZ 201 HOE



## **Le cancer: à vivre, à vaincre**

Philippe Bataille

Paris: Autrement, 2011

S'adressant à un large public, l'ouvrage s'attache à explorer les multiples facettes du cancer: soutien psychologique, relations patient-médecin, rapport au corps, prise en charge de l'entourage etc...

..... QZ 201 CAN



## **Le cancer pour les nuls**

Jean-François Morère

Paris: First, 2011 / Collection Pour les nuls

A partir des dernières découvertes scientifiques et des témoignages de patients, ce guide présente les causes des cancers, la prévention et le dépistage, ainsi que des recettes pour suivre une alimentation saine.

..... QZ 201 MOR



### **Les chemins de l'espoir: comprendre le cancer pour l'éviter et le vaincre**

David Khayat

O. Jacob, 2011

Dans ce livre tous les aspects du cancer sont étudiés y compris l'histoire très intéressante des découvertes qui ont permis de faire reculer le mal. L'auteur réussi à rendre compréhensible au commun des mortels le mécanisme du cancer, de la résistance des cellules cancéreuses ainsi que celui des différents remèdes utilisés dans cette bataille terrible.

QZ 201 KHA



### **Vivre & comprendre le cancer**

Sébastien Couraud

Ellipses, 2010

Des questions-réponses sur le cancer et son traitement, pour les malades et leur entourage.

QZ 201 VIV



### **Cancer: pourquoi moi, docteur?**

Philippe Solal-Céligny  
Hachette pratique, 2010

A travers plusieurs histoires de malades du cancer, cet ouvrage lève le voile sur la réalité de la maladie. Ces tranches de vie témoignent de l'intimité des malades, de leur solitude, de leurs angoisses, mais aussi de leur étonnante énergie à combattre la maladie et à retrouver le goût de vivre.

QZ 201 SOL

---



### **Les cancers**

Valérie Delavigne  
Springer, 2009

Un ouvrage particulièrement adapté aux besoins d'informations des patients atteints et de leur entourage, qui décrit le développement de la tumeur, son traitement, les différents schémas thérapeutiques qui lui sont associés. Des informations fiables et complètes sur le cancer, sur son diagnostic et sa prévention.

QZ 201 DEL

---



### **La force du lien face au cancer**

Marie-Frédérique Bacqué, François Baillet  
O. Jacob, 2009

Cet ouvrage aborde aussi bien le diagnostic, les effets traumatisants de l'annonce, le traitement, ainsi que les angoisses de mort. Il expose les divers aspects de la maladie, du corps qui se déforme à l'image de soi qui se détériore, des risques de rechute au suivi du malade guéri.

QZ 201 BAC

---



### **Cancer, le grand défi: les nouvelles victoires de la médecine**

Franco Cavalli

Favre, 2009

Une présentation générale de ce qu'est le cancer, son histoire, sa perception au fil des époques, son évolution selon les pays et les populations ainsi que l'état de la recherche.

QZ 201 CAV



### **Faire face au cancer: l'espoir au quotidien**

Gilles Freyer

O. Jacob, 2008

Ce livre, au plus près du quotidien, aide les malades du cancer à mobiliser leurs ressources physiques et psychiques à chaque étape pour aller vers une vie nouvelle. Pour faire du stress une force vitale afin de garder le moral et combattre le pessimisme, pour se nourrir de manière adéquate, utiliser au mieux les soins annexes et médecines alternatives afin d'optimiser les effets des traitements.

QZ 201 FRE



### **Le cancer et moi: 1100 réponses aux questions que vous vous posez**

Jean-Pierre Armand

Le plein des sens, 2007

1100 mots clés qui sont autant de réponses aux questions que vous vous posez concernant le cancer, sa nature, ses causes, son évolution, ses traitements, les problèmes psychiques, techniques que pose la maladie.

QZ 201 CAN



## **Les recettes gourmandes du vrai régime anticancer**

David Khayat, Caroline Rostang

Paris: O. Jacob, 2011

Cet ouvrage propose plus de 100 recettes à partir des aliments préconisés pour la prévention anticancer.

QZ 201 KHA



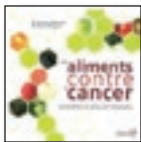
## **L'alimentation anticancer: les meilleurs menus et recettes pour prévenir le cancer**

Michel Crépin

First ed., 2012

Grâce à 40 recettes et 12 menus conçus par une diététicienne, cet ouvrage permet de consommer des plats anticancer et d'équilibrer son alimentation.

WB 400 CRE



## **Les aliments contre le cancer: la prévention du cancer par l'alimentation**

Richard Béliveau, Denis Gingas Lieu

Solar, 2006

Cet ouvrage présente les connaissances sur le cancer, les récentes découvertes et le rôle de l'alimentation dans la prévention et la lutte contre le développement de la maladie.

QZ 201 BEL



### **Anticancer: prévenir et lutter grâce à nos défenses naturelles**

David Servan-Schreiber

R. Laffont, 2010

*Existe en version Audiolib*

Dans ce récit de sa propre expérience, l'auteur présente 4 approches pratiques de prévention et d'accompagnement des traitements: se prémunir contre les déséquilibres de l'environnement, ajuster son alimentation, comprendre et se guérir des blessures psychologiques et tirer parti d'une relation à son corps qui stimule le système immunitaire et calme l'inflammation propice aux tumeurs.

QZ 201 SER

---



### **La brioche tue plus que le cholestérol**

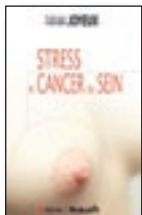
Edouard Pélissier

O. Jacob, 2012

Un chirurgien présente le concept de l'inflammation systémique, qui est selon lui le facteur commun intervenant dans des pathologies diverses telles que le cancer, l'obésité, le diabète, la maladie d'Alzheimer, l'ostéoporose, la bronchite chronique ou encore la dépression. Il propose des solutions simples basées sur l'alimentation et l'hygiène de vie pour éviter ces maladies.

WB 400 PEL

---



### **Stress et cancer du sein**

Henri Joyeux  
Rocher, Mediatrice, 2011

Ce petit livre a été conçu pour aider les femmes à éviter le stress, une des 10 causes identifiées du cancer. La prévention du stress reste un exercice difficile, mais de plus en plus de femmes s'y intéressent, car elles veulent éviter la récurrence ou prévenir le cancer.

QZ 201 SEIN JOY



### **Le pouvoir anti-cancer des émotions**

Ch. Boukaram  
Ed. de l'homme, 2012

Par notre capacité à limiter nos émotions négatives et à émettre ou capter des vibrations positives, nous disposons de potentialités insoupçonnées pour moduler notre ADN et repousser la menace croissante du cancer.

QZ 201 BOU



### **Guérir enfin du cancer: oser dire quand et comment**

Henri Joyeux  
Ed. du Rocher, 2010

Cet aperçu des moyens de vaincre le cancer propose de commencer par la prévention (nutrition, tabagisme, médicaments) puis le dépistage et enfin les traitements.

QZ 201 JOY



## **Bien manger pendant et après un cancer**

Geneviève Nadeau

Ed. la semaine, 2011

L'appétit et le goût de bien manger ne sont pas toujours au rendez-vous chez les personnes atteintes de cancer. En plus du diagnostic, des traitements, les gens qui combattent le cancer composent avec plusieurs symptômes et effets secondaires. Dans ce contexte, bien se nourrir n'est pas toujours évident! La nutrition s'avère essentielle à toutes les étapes du traitement contre le cancer, même lors de la période de rétablissement.

QZ 201 NAD



## **Les meilleures recettes pendant une chimiothérapie ou une radiothérapie**

José Van Mil

Guy St Jean, 2013

Des recettes spécialement conçues et adaptées pour répondre aux besoins spécifiques des personnes suivant un traitement de chimiothérapie ou de radiothérapie. Celles-ci subissent souvent des changements quant à leur appétit et leur goût en plus des douleurs à la bouche, de la difficulté à déglutir ou des nausées. Or, il est vital qu'elles continuent à bien s'alimenter!

QZ 201 VAN



## **Cancer: guérir tous les malades? enfin?**

Laurent Schwartz

Hugo&Cie, 2013

Le cancérologue Laurent Schwartz, a réuni d'éminents scientifiques de diverses disciplines pour analyser les causes de l'échec de la lutte contre le cancer depuis 50 ans et explorer de nouvelles voies de traitement. Les premiers résultats expérimentaux s'annoncent extrêmement encourageants.

QZ 201 SCH



## **Nouveau regard sur le cancer: pour une révolution des traitements**

Jean-Pascal Capp

Paris: Belin-Pour la science, 2012

Remettant en cause la vision purement génétique de l'origine du cancer, l'auteur souligne dans cet essai le rôle essentiel de l'environnement des cellules dans la cancérogenèse

QZ 201 CAP



**Les souffrances psychologiques des malades du cancer: comment les reconnaître, comment les traiter?**

Patrick Ben Soussan, Eric Dudoit  
Springer, 2011

Point sur la détresse psychologique qui assaille les malades du cancer, cet ouvrage se propose de témoigner de la rencontre avec le réel de la maladie cancéreuse et avec tout l'imaginaire qu'elle suscite.

QZ 201 BEN

---



**L'après-cancer: vos questions, nos réponses**

Marina Carrère d'Encausse, Michel Cymes, Gilles Freyer  
Hachette, 2011

Ce petit guide propose des informations ciblées pour faire face concrètement à la guérison d'un cancer, autour d'explications simples, claires et dédramatisantes.

QZ 201 CAR

---



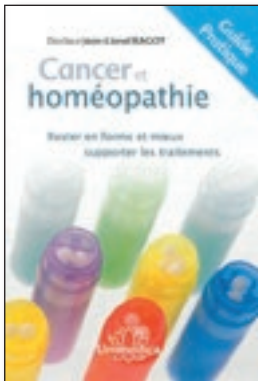
## **Psychologie du cancer: un autre regard sur la maladie**

Gustave-Nicolas Fischer

O. Jacob, 2013

Cette recherche, à la fois rigoureuse et profondément humaniste, amène des réponses aux interrogations qui nous hantent: un cancer peut-il être provoqué par des facteurs psychologiques? Quels sont les impacts psychiques induits par cette maladie? Enfin, quelles sont les ressources intérieures qui aident les malades à supporter leur état et favorisent la guérison?

QZ 201 FIS



## **Cancer et homéopathie**

Jean-Lionel Bagot

Unimedica, 2012

Sans être un traitement du cancer, l'homéopathie peut atténuer les effets secondaires et améliorer la qualité de vie du patient. Les différents stades de la maladie sont traités, depuis son annonce à l'après-traitement en passant par la chirurgie, la chimiothérapie, la radiothérapie, la douleur et les soins palliatifs.

QZ 201 BAG



**Se programmer pour guérir: la delta-médecine:  
de nouvelles réponses pratiques face au cancer**

Yann Rougier  
Albin Michel, 2010

Le médecin spécialiste en neurobiologie propose la delta médecine, qui offre cinq outils quotidiens simples. Ces outils s'ajoutent aux traitements habituels et permettent d'en optimiser les effets, de redynamiser les forces de guérison que chacun a en soi et d'améliorer la vie quotidienne.

QZ 201 ROU



**Cancer du sein: prévention et accompagnement  
par les médecines complémentaires**

Bérengère Arnal, Martine Laganier  
Eyrolles, 2010

Des médecins spécialistes de la question expliquent le sein et sa physiologie avant de détailler les moyens de prévenir le cancer et d'accompagner sa guérison.

QZ 201 SEIN ARN



**Sport et cancer: Etat des lieux quand la pratique sportive devient  
une aide pour les personnes touchées par le cancer (2 vol.)**

JM Descotes, Th Bouillet  
Chiron, 2012

Les auteurs montrent en quoi le sport a sa place dans un programme de politique de santé, particulièrement dans le cadre de la pathologie cancéreuse, et au-delà de l'idée selon laquelle le sport est bon pour la santé.

QZ 201 DES



### **Mieux vivre avec le cancer: les solutions naturelles pour atténuer des symptômes**

Stéphane Bensoussan  
Les éd. de l'Homme, 2009

De plus en plus de personnes atteintes du cancer se tournent vers les médecines complémentaires pour les aider sur le chemin éprouvant de la maladie. Cet ouvrage vous présente une compilation des différents traitements et des remèdes thérapeutiques qui peuvent être utilisés en parallèle des traitements médicaux.

QZ 201 BEN



### **Cancer: une clef pour combattre**

Catherine Duclaut  
Dangles, 2008

L'auteure propose ici une approche du cancer qui est vu comme dû à un affaiblissement du système immunitaire face au stress. Partant de ce principe, des conseils sont donnés pour lutter contre cette maladie (avoir des projets, se servir du rire, avoir une bonne alimentation, avoir confiance en sa guérison...).

QZ 201 DUC

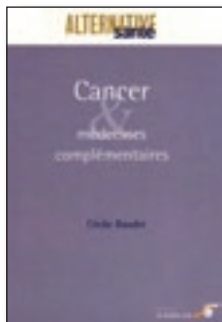


### **Cancer: comment vivre avec, en parler, accompagner**

Sylvie Puche  
J.Lyon, 2009

L'approche psychologique du cancer qui aide à supporter les traitements pour aller vers la guérison, pour la personne malade et son entourage.

QZ 201 PUC



### **Cancer et médecines complémentaires: les cancers, leurs traitements**

sous la dir. de Cécile Baudet  
Souffle d'Or, 2007

Guide sur les médecines complémentaires qui peuvent contribuer à la santé du malade cancéreux tout en lui permettant de mieux supporter les traitements classiques. Aborde aussi le malade et sa relation aux soignants, les traitements conventionnels et non conventionnels, les préventions, les formes de cancer et l'accompagnement.

QZ 201 CAN

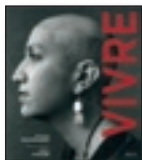


### **Mieux vivre la thérapie du cancer: les médecines complémentaires associées à la médecine moderne**

Luc Bodin  
Dauphin, 2007

Ce guide veut donner les réponses aux questions qui se posent face à un cancer: quelle attitude adopter face à un proche malade, quelle alimentation choisir, en quoi consiste le bilan du cancer... Puis il répertorie par ordre alphabétique 45 symptômes liés à la thérapie du cancer et montre comment y remédier grâce à des thérapies complémentaires.

QZ 201 BOD



## **Vivre**

François Goldwasser; photographies Jeremy Stigter  
Seuil, 2012

Cet album composé d'une série de portraits apporte un témoignage sur le quotidien des patients, de leurs accompagnants ainsi que du personnel soignant de l'Unité de cancérologie de l'hôpital Cochin.

QZ 201 GOL



## **Le cancer maux à mots**

Claude-Alain Planchon  
J. Lyon, 2011

Ce recueil de témoignages aborde les différents cancers. Chacun relate son itinéraire dans la maladie et explique combien elle a été transformative et source de renouvellement. Ce livre présente également la psychoncologie, discipline encore mal connue et si nécessaire aux patients.

QZ 201 PLA



## **Tellement peur!**

Christophe Mangelle  
Oh ! Editions, 2008

Christophe Mangelle a 29 ans. Depuis huit ans il lutte sans répit contre le cancer: examens, opérations, chimio, rémission, récurrence. Malgré toutes ces difficultés, Christophe n'a jamais renoncé à la vie ni à son exceptionnelle joie de vivre.

QZ 201 MAN



### **Ne t'inquiète pas pour moi**

Alice Kuipers  
Albin Michel, 2008

Par le biais de Post-it sur le réfrigérateur, une mère et une fille mènent une correspondance vivante, enjouée, parfois coléreuse. Des petits tracas du quotidien aux doutes et souffrances de l'adolescence, cette correspondance offre un instantané de leur vie, jusqu'au jour où la mère découvre qu'elle est gravement malade... Version adulte d'un roman qui touche aussi les adolescents.

QZ 201 SEIN KUI



### **Le cancer en héritage**

Nancy Lambert  
AdA éditions, 2009

Nancy a 16 ans lorsqu'elle apprend que ses parents ont un cancer. Et quand tout semble aller pour le mieux, voilà que c'est son tour d'être atteinte d'un cancer du sein. Un jour où la souffrance l'étouffe, elle a envie de baisser les bras. Mais voilà que sa fillette lui demande si elle aussi, quand elle sera grande, elle aura le cancer du sein... Nancy part alors en guerre!

QZ 201 LAM

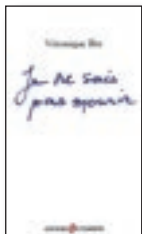


### **Revivre!**

Guy Corneau  
Ed. de l'Homme, 2010

Récit d'un célèbre psychanalyste sur sa traversée du cancer, durant laquelle il a allié médecines traditionnelles et énergétiques à une démarche psychologique.

QZ 201 COR



### **Je ne sais pas mourir**

Véronique Bès  
Gutenberg, 2009

Le récit d'une jeune femme atteinte d'un cancer et qui perd son compagnon d'une crise cardiaque. Elle connaît le désespoir violent, le sentiment d'injustice, l'envie d'en finir, l'inaptitude à renouer avec le quotidien mais une flamme brille en elle... Ce livre est composé des lettres qu'elle a écrites à l'amour de sa vie, disparu, et d'extraits de son journal d'hôpital.

QZ 201 SEIN BES



### **Je ferai comme toi, je ne mourrai pas: récit**

Anne Tourre  
R. Laffont, 2007

A trente-six ans, femme active, mariée et mère de deux jeunes enfants, Anne Tourre découvre qu'elle est atteinte d'un cancer, qui s'avérera héréditaire. Pour tenter de briser une malédiction qui a prématurément emporté les femmes de sa famille, elle fait un choix brutal: se faire retirer les deux seins. Face au silence, face à la souffrance, elle fait aussi le choix des mots. Sans détour, elle révèle ici les étapes, douloureuses ou heureuses, de sa lutte et de sa guérison.

QZ 201 SEIN TOU



### **Les patientes**

Sylvia Tabet  
Les empêcheurs de penser en rond: La découverte, 2010

Roman tout autant que témoignage, cet ouvrage met en avant la cruauté de la maladie. L'auteure est atteinte d'un cancer du sein et montre comment, dans ces moments difficiles, l'écriture lui permet de s'échapper, de retrouver un semblant de liberté.

QZ 201 TAB



### **Et je me suis relevée: témoignage**

Michèle Zanetta

Paris : Société des écrivains, 2011

Le cancer, pour être vaincu, mobilise toutes les forces du patient, qu'elles soient physiques ou morales. Mais comment surmonter cette épreuve quand le « crabe » frappe au moment où vous êtes affaibli(e) ? Peut-être en acceptant qu'il s'agisse là d'un ténébreux tunnel à affronter pour revenir, plus forte à la vie... Là est la morale de ce récit autobiographique écrit par une femme qui a vécu sa maladie comme un moyen de renaître.

QZ 201 ZAN



### **3 grammes**

Jisue Shin

Cambourakis, 2010

En 2006, Jisue Shin est heureuse. Elle a 26 ans, la vie devant elle, un boulot d'illustratrice qui l'enchant(e) et un petit ami adorable. La vie est belle. Mais un jour, elle remarque que son ventre a inexplicablement grossi. Après une série d'examen, le diagnostic tombe : cancer des ovaires.

QZ 201 OVAIRE SHI



### **Fragments du temps qui reste: derniers carnets**

Wojciech Mucha

La Bruyère, 2010

Ce livre relate les derniers mois de vie de Wojciech Mucha par le biais de la retranscription de son journal intime par son épouse. Atteint d'un cancer de la langue en phase terminale il avait perdu l'usage de la parole durant les cinq derniers mois de sa vie et seul l'intermédiaire de l'écrit lui permettait de rester relié au monde extérieur.

QZ 201 MUC



### **Dialogue avec mon cancer**

Denise Morel-Ferla

Paris : éd. du Cerf, 2011

L'humour et l'autodérision sont ici l'un des visages du courage. Courage face aux traitements auxquels il faut se soumettre; courage, aussi, face aux maux du passé que l'épreuve actuelle vient réveiller. Ce dialogue avec ses cellules mène l'auteur au cœur d'un dialogue avec elle-même, où la «poésie des mots» devient instrument de lutte, et l'acte créateur, acte salvateur.

QZ 201 MOR



### **Cancer du sein: le double combat**

Denise Lage

2010

Ce livre est un témoignage sur un cancer du sein vécu et surmonté et écrit dans un but de prévention afin qu'il donne à toutes les femmes, la force et le courage de lutter contre la maladie cancéreuse du sein.

QZ 201 SEIN LAG



### **La traversée imprévue: adénocarcinome**

Estelle Lagarde

la Cause des livres, 2010

Ce journal de bord commence quand l'auteure découvre qu'elle est atteinte d'un cancer du sein et se termine avec la délivrance, la fin des traitements. Par petites touches humoristiques, elle partage son intimité et son quotidien et retrace son parcours thérapeutique.

QZ 201 SEIN LAG



### **L'impatiente: roman**

Céline Lis  
JC Lattès, 2009

Un matin, une jeune femme se réveille avec un crabe bien installé en son sein: elle décide de ne pas avoir peur et de lui faire la peau. Pourtant, ceci n'est pas un livre sur le cancer. Ceci est un livre sur la traversée, en solitaire, des vastes territoires de la souffrance. Ceci est un livre qui interroge notre âme: qu'est ce qui nous tient en vie lorsque chaque parcelle de notre corps espère la mort? Que reste-t-il de notre humanité lorsqu'on approche des portes de l'enfer?

QZ 201 SEIN LIS



### **Une année singulière avec mon cancer du sein**

Maryse Vaillant  
Albin Michel, 2008

En octobre 2006, la mammographie de routine de l'auteure se révèle suspecte. Le cycle du traitement commence: contrôle, diagnostic, opération, chimio, rayons... Un an plus tard, une nouvelle mammographie lève toute inquiétude. Pendant cette année, elle tient un journal avec une justesse de ton et de sensibilité pour décrire ce qu'elle vit et ce qu'elle ressent.

QZ 201 SEIN VAI



### **Journal d'un sein**

Béatrice Maillard-Chaulin  
Corsaire éd., 1999

Ce journal raconte au jour le jour la relation entretenue par l'auteur avec un nouveau partenaire, un cancer.

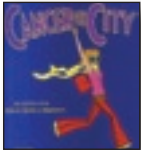
QZ 201 SEIN MAI



**La roue tourne**  
Sylvie Fournier  
Elzévir, 2008

«Je ne sais ce que j'ai, mais depuis quelques jours, j'ai mal au sein droit. En me douchant, je m'aperçois que j'ai deux grosseurs...» Sylvie souffre et mène un combat sans relâche contre la maladie et contre celui qui, en détruisant sa féminité, a détruit une partie d'elle-même. La roue tourne est le témoignage d'une femme révoltée mais pleine d'espoir.

QZ 201 SEIN FOU



**Cancer and the city: une histoire vraie**  
Marisa Aocella Marchetto  
L'Iconoclaste, 2007

Témoignage d'un combat contre le cancer d'une illustratrice new-yorkaise qui ne fréquente que les endroits chics de Manhattan et le monde de la mode. Elle se rend à ses séances de chimiothérapie avec des chaussures dernier cri et trouve que les blouses des infirmières ressemblent aux robes de Diane von Furstenberg.

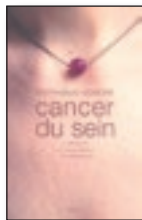
QZ 201 SEIN MAR



**Comment le cancer m'a fait aimer la télé et les mots croisés:  
journal autobiographique en bande dessinée**  
Miriam Engelberg  
Delcourt, 2007

L'auteure a 33 ans quand est diagnostiqué son cancer du sein. Elle aborde ce sujet dans un style graphique naïf, évoquant les relations sexuelles, le port de la perruque, les nausées et le désespoir. Tous les aspects de sa maladie sont relus avec humour et lucidité.

QZ 201 SEIN ENG



### **Cancer du sein: l'annonce, le traitement, la rémission**

Stéphanie Honoré  
Seuil, 2005

L'auteure, qui a été guérie d'un cancer du sein, évoque à partir de son expérience les grandes étapes de la maladie, de l'annonce du diagnostic au traitement, en passant par les soins, les relations avec ses proches et avec les soignants, les conséquences physiques et psychiques de la maladie, etc.

QZ 201 SEIN HON

---



### **Cancer du sein: des femmes témoignent**

Jean-Yves Génot, Emmanuel Cuzin  
Manise, 2005

Ce livre donne la parole aux femmes atteintes d'un cancer du sein. Simples et directes, elles racontent un moment de leur vie, leur lutte contre la maladie, avec des mots du quotidien. Elles expriment sans tabou leurs émotions et leurs peurs, leurs questions sur la vie et son sens. Cette épreuve a fait jaillir en elles une force qui a modifié leur façon de voir la vie.

QZ 201 SEIN GEN

---



### **Une cuillerée de bleu: chronique d'une ablation**

Anne Cuneo  
B. Campiche, 2004

Atteinte par le cancer, l'auteure livre ici son combat contre la maladie par le biais de l'écriture.

QZ 201 SEIN CUN

---



### **Plus fou que ça... tumeur!**

Véronique Lettre, Christiane Morrow

10/10, 2012

Véronique, brillante publicitaire de 37 ans, a trois enfants en garde partagée, deux chats à temps plein et... un cancer cérébral. À travers une vie de famille mouvementée, entre les traitements de chimio et de radiothérapie, le lecteur suivra ses aventures rocambolesques, parfois tristes, souvent drôles, toujours touchantes.

QZ 201 CERVEAU LET



### **La parenthèse**

Elodie Durand

Delcourt, 2010

Un témoignage sur le long travail de mémoire d'une jeune fille de 20 ans pour réapprendre à vivre. Ce récit évoque la maladie et une convalescence très longue pour retrouver un quotidien et des souvenirs.

QZ 201 CERVEAU DUR



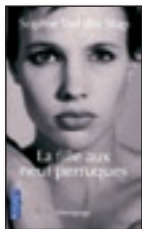
### **La carte chance**

Elodie Attias

J.C. Lattès, 2009

En 2005, alors âgée de 23 ans, l'auteure apprend qu'elle est atteinte d'un ostéosarcome, un cancer des os. Avec pudeur, émotion et humour, elle raconte comment cette expérience a changé sa vie: la chimiothérapie, les petits mécanismes de survie, le dépassement des souffrances grâce à l'imagination et au rire...

QZ 201 ATT



### **La fille aux neuf perruques: témoignage**

Sophie van der Stap  
Presses de la Cité, 2009

Sophie a 20 ans lorsqu'elle apprend qu'elle a un cancer. Dotée d'une énergie hors du commun, elle se bat en s'inventant un jeu: elle s'achète 9 perruques qui reflètent chacune une facette de sa personnalité. Sous la forme d'un journal intime, elle raconte son combat contre la maladie, sa soif de vivre, sa volonté de continuer à s'amuser, à voyager et surtout à aimer intensément.

QZ 201 POU MON STA

---



### **La fille de l'aquarium**

Laëtitia Van der Elst  
Presses de la Renaissance, 2007

Témoignage de Laetitia sur sa lutte contre une leucémie aiguë. Dans sa chambre d'hôpital, elle ouvre les yeux sur les autres et part en exploration d'elle-même, de son corps, de l'hôpital et de son peuple, sans jamais s'apitoyer.

QZ 201 LEUCEMIE VAN

---



### **La vie va où? Un spectacle à lire et à écouter (livre + CD)**

Michèle Guigon  
Comino Verde, 2011

Michèle Guigon, dans un style très personnel, fait de naïveté enfantine et d'interrogations graves, nous livre les fruits de sa confrontation avec le cancer du sein. Avec courage, avec pudeur – et avec un humour étonnant –, elle met le spectateur face à cette réalité que souvent il passe son temps à fuir : il est mortel, et sa vie passe vite.

QZ 201 SEIN GUI

---

## témoignages de proches



### **Autour du malade: le cancer, dire ou ne pas dire?**

Brigitte Joseph-Jeanneney

O. Jacob, 2012

Témoignage d'une femme sur la maladie et la mort de son mari, emporté par un cancer du poumon, à travers ses mots, ceux du médecin soignant et ceux d'une psychologue. S'interroge sur les moyens de révéler la réalité de la maladie aux patients et à leur famille.

QZ 201 JOS



### **Si je ne reviens pas**

Marie Cavéry

Editions Luc Pire, 2007

L'auteure témoigne de la façon dont elle a vécu la maladie de Bill, son époux, atteint d'un cancer du pancréas. Elle relate la façon dont elle a appréhendé les différentes épreuves, de la découverte de la maladie à l'accompagnement en soins palliatifs.

QZ 201 PANCREAS CAV



### **L'impermanence initiatique: l'expérience du conjoint dans le cancer**

Sandrine Jonchère-Choffel

Ed. Kirographaires, 2012

Un mal au genou. Un insipide et banal mal au genou. Mais aussi insipide soit-il, il nous entraînera pourtant inexorablement au sein d'une lutte amère contre ce si sournois et si insaisissable ennemi qu'est le cancer. Vous découvrirez ce combat à travers les yeux du conjoint, vous vous immiscerez dans l'obscur profond de ses états d'âme et découvrirez à ses côtés qu'il peut, contre toute attente, révéler une lumière enfouie, un enivrant scintillement poétique de la vie.

QZ 201 JON



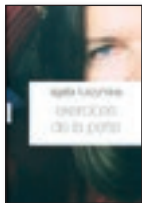
### **Je te laisse t'envoler: parcours d'un couple face à la maladie**

Simone et André Piguët-Gilliéron

Ed. Ouverture, 2010

Le parcours d'un couple face à la maladie, un temps où l'auteure se sent perdue au milieu d'un océan engloutisseur, ayant déposé les points de repère qu'elle croyait être ses soutiens... Mais après quelques mois, elle finit par retrouver la vie avec ses couleurs... Un témoignage d'espérance.

QZ 201 PIG



### **Exercices de la perte**

Agata Tuszynska

B. Grasset, 2009

L'auteure raconte la maladie incurable de son mari l'écrivain H. Dasko, atteint d'une tumeur au cerveau. Le récit prend la forme d'un journal intime, véritable hymne à la vie et à l'amour face à une fin inéluctable.

QZ 201 CERVEAU TUS



### **Grâce et courage: spiritualité et guérison dans la vie et la mort de Treya Killam Wilber**

Ken Wilber

Paris: Almora, impr. 2011

Ce livre est le récit très émouvant de l'histoire d'amour entre le philosophe Ken Wilber et sa femme Treya Killam Wilber depuis leur rencontre jusqu'à la mort de Treya, 5 ans plus tard, des suites d'un cancer du sein. C'est un livre à «deux voix» où s'entremêlent des pages du journal intime que Treya a tenu durant ces années-là, et les réflexions de Ken Wilber, nourries par son immense connaissance des traditions spirituelles.

QZ 201 WIL



**Savoir rester belle**  
Aury Caltagirone  
Éditions Salutaires, 2011

Ce livre contient de très nombreux conseils utiles et pratiques en matière d'esthétique et d'image, qui vous aideront à pallier les effets secondaires des différents traitements médicaux.

QZ 201 CAL



**Razetacouette, son chat et la perruque vagabonde**  
Sandrine Schwab  
Lignes Éditions: Éd. Razetacouette, 2011

Le temps des chimios, Sandrine Schwab a noirci tout un carnet de dessins mettant en scène une héroïne à son image, chauve et perruquée : « Je n'ai pas voulu faire un livre sur le cancer, car il y en a déjà plein dans les librairies! En revanche, il n'existe pratiquement pas d'ouvrages qui traitent de la perte des cheveux, et encore moins sur le mode humoristique.»

QZ 201 SCH



**Valoriser son image face aux traitements de chimiothérapie**  
Fanny Dunet  
Association esthétique en milieu hospitalier (E.M.H), ca 2007

Le livre est un recueil de conseils en soins du visage et en maquillage (avec photos étapes par étapes afin d'en faciliter l'application) pour ne pas afficher la maladie, rester séduisante pendant la durée des traitements.

QZ 201 DUN



### **Conseils de beauté pour mieux vivre son cancer**

Marie-Laure Allouis  
Apima, 2008

Dans ce livre tout en couleurs, véritable antidote contre la maladie, Marie-Laure Allouis s'est donnée une mission: permettre aux malades de contrecarrer les effets secondaires des traitements en retrouvant, par la beauté, leur bien-être physique et mental. Grâce à des conseils positifs, illustrés de nombreuses photos, ce guide pratique leur facilitera le chemin de la rémission.

QZ 201 ALL



### **Soigner son image pour mieux vivre son cancer**

Marie-Laure Allouis  
Apima, 2008

Parce que leur corps a subi des transformations physiques engendrées par les traitements médicaux et chirurgicaux, parce que l'image d'un corps mutilé est d'une extrême violence, les consultations sur le conseil en image personnelle élaborées par Marie-Laure Allouis, font acte de réparation et aident les patients à mieux vivre leur cancer.

QZ 201 ALL



### **Le livre blanc. Cancer du sein, cancer de la prostate: vie intime et sexuelle** Médecine et hygiène, 2012

Cancer du sein, cancer de la prostate: aux bouleversements créés par la maladie et ses traitements s'ajoutent souvent ceux liés à leur impact sur la vie sexuelle et amoureuse, un sujet souvent pas ou peu abordé avec les équipes soignantes. Honteux? Accessoire?

QZ 201 LIV

Une brochure sur le même thème à l'intention  
des enfants et adolescents est disponible.

N'hésitez pas à nous la demander.

**impresum**

Tirage: 600 ex.

Février 2013 | 1<sup>er</sup> tirage



## CENTRE DE DOCUMENTATION EN SANTÉ

Ouvert à tous, le Centre de documentation en santé propose des documents (livres, revues, multimédias) adaptés à tous les âges et couvrant l'ensemble des thèmes liés à la santé. Consultation libre, prêt gratuit.

Centre médical universitaire (CMU)  
9, avenue de Champel  
1206 Genève

022 379 50 90  
cds-medecine@unige.ch  
www.medecine.unige.ch/cds  
horaire: lu-ve 8h-22h, sam-dim 9h-18h



**ligue genevoise contre le cancer**

11, rue Leschot  
1205 Genève

022 322 13 33  
ligue.cancer@mediane.ch  
www.lgc.ch  
horaire: lu-ve 8h30-12h et 14h-17h