

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2013)
Heft: 45

Artikel: Retrouver une vie intime après la maladie
Autor: Bernier, Martine
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-831710>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 12.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Retrouver une vie in

Après une opération de la prostate ou d'un cancer du sein, l'existence des patients

Le Dr Walter Raafaub n'a jamais pratiqué la langue de bois. Lorsqu'il a appris qu'il souffrait d'un cancer de la prostate, il n'a pas changé ses habitudes: il a commencé à tenir un journal qu'il a ensuite publié*. Dans ce récit à la fois poignant et rempli d'humour, il raconte son expérience de la maladie, mais aussi les dégâts provoqués par l'opération qui lui a rendu la santé, mais qui l'a privé aussi de sa virilité.

Cette confrontation à l'impuissance masculine, il l'aborde sans détour: il raconte avec sincérité les frustrations, les déconvenues et les solutions qu'il a adoptées au fil du temps pour retrouver une vie intime satisfaisante.

Aujourd'hui, dix ans après le diagnostic de son cancer, il est considéré comme totalement guéri. A 71 ans, il revient sur son parcours avec cette authenticité qui ne l'a jamais quitté.

«Avant de tomber malade, je parlais déjà facilement avec mes patients des problèmes d'impuissance qu'ils supportaient après l'opération. Lorsque j'ai moi-même été confronté à cette situation, j'ai mal vécu ce problème, au point, parfois, d'en être obsédé. Je finissais par ne plus oser toucher ma femme. Je craignais qu'elle pense que je voulais quelque chose que je ne pouvais plus lui donner...»

Avec le temps, Walter Raafaub a trouvé des solutions et un équilibre qu'il partage dans son livre et à travers des conférences. Aux hommes qui souffrent de la perte de leur virilité, il explique qu'il existe des solutions sans doute peu glamour, mais inductrices d'érections: des médicaments à prendre avant un rapport; le Caverject (thérapie par auto-injection dans les corps caverneux du pénis); MUSE (Medical Urethral System for Erection) qui se présente sous forme de petit bâtonnet à introduire à l'intérieur de l'urètre, ou la pompe à vide, une solution mécanique.

Selon de récentes statistiques fédérales, 40 à 80% de cas d'impuissance surviennent après une opération de la prostate. Sur le plan de la récupération, les chiffres varient selon les sources, mais environ 40% des hommes opérés retrouveraient leur érection un an plus tard, et 80% au bout de deux ans.

Traverser une telle épreuve demande beaucoup d'humour et exige, en couple, d'appliquer ce que le médecin appelle «les trois commandements»: parler, parler et encore parler. «La compréhension est la meilleure des choses. Le phénomène le plus terrible est le silence dans le couple, que ce soit pour l'homme ou pour la femme. Les conjointes ont un rôle très

important à jouer sur ce plan. Aujourd'hui, je peux dire que l'on peut avoir une vie épanouie après ce genre d'opération. Mon cancer a été une chance dans mon existence. Aujourd'hui, je relativise mon destin, je suis plus compatissant, j'aime davantage encore les gens, je respecte plus encore la vie. Je ris de ma situation vécue lorsque j'écrivais mon livre... Et je suis heureux.»

Martine Bernier

**Une nouvelle vie d'homme*, le journal intime d'un médecin face au cancer, Dr Walter Raafaub, préface de Jean-Philippe Rapp. Editions Favre.

POUR EN SAVOIR PLUS

- *Le livre blanc, cancer du sein, cancer de la prostate: vie intime et sexuelle*. Editions Médecine et Hygiène.
- PROSCA, association de soutien et d'information aux personnes touchées par le cancer de la prostate, CP 6550, 1211 Genève 6, Ligue genevoise contre le cancer (hotline): 022 322 13 13, www.prosca.net
- Europa Uomo, coalition suisse contre le cancer de la prostate, association de soutien aux personnes touchées. Pour la Suisse romande: Dr Vincent Griesser, 021 948 64 74, www.europa-uomo.ch

«Notre relation

«Les médecins ont diagnostiqué mon cancer du sein alors que je venais de fêter mes 48 ans. Je n'avais pas l'habitude de fréquenter beaucoup les cabinets médicaux... J'aurais sans doute dû le faire plus tôt. Encore aujourd'hui, huit ans après, j'ai du mal à en parler. J'ai eu l'impression que le ciel m'était tombé sur la tête. Il fallait faire vite, ce qui m'a permis de ne pas avoir trop le temps de penser, explique Brigitte.

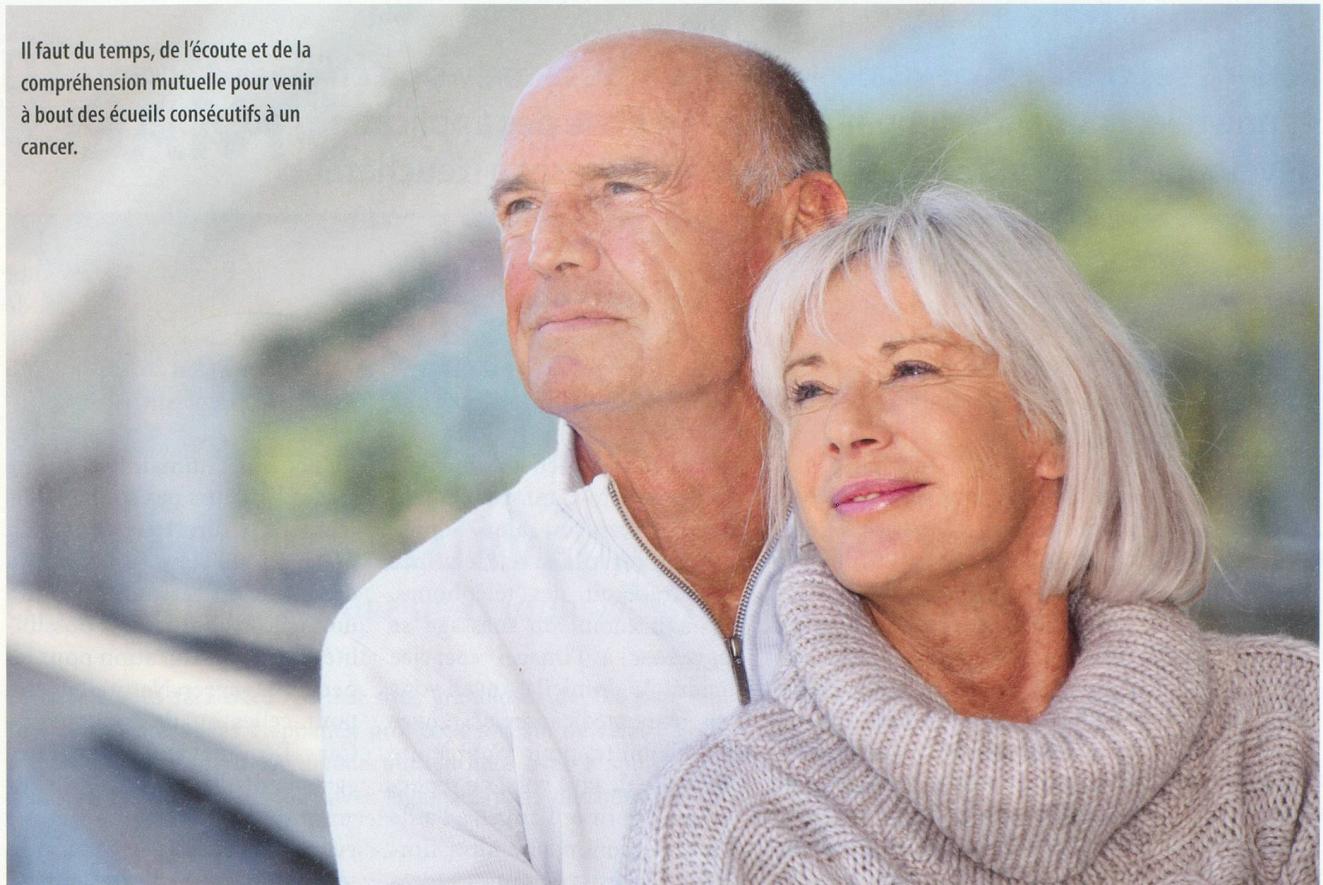
«Je pense que toutes les femmes qui sont passées par là diront la même chose: c'est une

time après la maladie

subit d'importants changements.

Il faut du temps, de l'écoute et de la compréhension mutuelle pour venir à bout des écueils consécutifs à un cancer.

Goodluz



est devenue plus tendre»

période difficile, l'opération est traumatisante, les traitements sont lourds et les effets secondaires de la chimiothérapie sont pénibles. Bizarrement, pour moi, ce n'était pas le pire. Quand je suis tombée malade, je m'étais remariée deux ans auparavant. La lune de miel a été interrompue de manière un peu brutale! Ma grande crainte était que mon mari s'éloigne de moi.

»Durant toute la période des traitements, il a été formidable. Très présent, rassurant. C'est la suite qui m'inquiétait le plus. J'ai pu bénéficier d'une reconstruc-

tion mammaire, ce qui m'a permis de retrouver une silhouette normale. Mais, pour moi, je restais mutilée, différente.

»Quand j'ai su que j'étais guérie, j'ai vécu une renaissance. Mais il fallait que j'apprenne à m'aimer telle que je suis aujourd'hui. Le regard de l'autre est essentiel dans cette évolution. Les premiers moments d'intimité avec mon mari m'ont fait très peur, d'autant plus que je n'avais plus aucune libido. Comme je n'arrivais pas encore à accepter les transformations de mon propre corps, comment allait-il y

arriver, lui? Je suis passée par une période de remise en question, de doute, que je vivais d'autant plus mal que je m'en voulais de penser à cela, alors que j'aurais simplement dû me réjouir d'être en vie.

»Il a fallu de longs mois pour que je reprenne un peu confiance en moi et en lui. Et puis... tout est venu naturellement au fil du temps. L'intimité s'est réinstallée doucement, différente. Il a dû me réapprivoiser. Notre relation est devenue plus tendre et plus joyeuse. Cette épreuve nous a fait mûrir, énormément.»