

## L'histoire de Jennifer Susan Annistin de Waskaganish<sup>1</sup>

Racontée par Jennifer Susan Annistin

Écrite par Ruth DyckFehderau

Traduite par Valérie Duro

Jennifer Susan Annistin, de Waskaganish, était une bonne épouse et une bonne mère. Elle vivait avec son mari et ses trois enfants. Elle travaillait le jour, puis rentrait à la maison le soir pour s'occuper de sa famille. Elle cuisinait le souper, elle préparait les dîners, elle préparait tout le nécessaire pour le déjeuner du lendemain matin, et elle traînait les poubelles et toutes les canettes de bière vides de son mari à l'extérieur. Elle aidait les enfants à faire leurs devoirs ou avec tout ce dont ils avaient besoin. Tous les deux jours, elle faisait la lessive pour tout le monde dans la maison, elle lavait les sols et passait l'aspirateur, récurait les salles de bain et nettoyait le frigo. Elle allait aux événements sportifs ou scolaires de ses enfants et organisait des soirées en famille avec des amis et des fins de semaine dans le bois. Tout ce qui devait être fait dans cette maison, Jennifer s'en occupait. C'était épuisant et elle n'aimait pas toutes les tâches, mais tant qu'elle s'occupait de toutes ces choses, elle savait qu'elle était une bonne épouse et une bonne mère.

En 2002, Jennifer participa à une marche de 300 kilomètres pour vivre ce que ses ancêtres avaient vécu lors de leurs périples de plusieurs jours. À la fin de la marche, elle avait mal partout et ses pieds étaient plus douloureux que jamais, mais elle se sentait également forte et capable d'accomplir n'importe quoi. Son esprit était apaisé. Elle participa à nouveau à la marche en 2003 et

---

<sup>1</sup> Les noms et les détails de cette histoire ont été modifiés pour protéger les identités.

en 2004.

En 2006, Jennifer était constamment fatiguée. Fatiguée et anxieuse, et elle ne se sentait pas *elle-même*. Elle traversait peut-être une période de dépression. Ou peut-être était-ce le diabète. Le diabète était courant dans sa famille.

« Va à la clinique, lui dit sa sœur. Si c'est quelque chose comme de l'hypertension, tu auras seulement besoin de prendre une pilule et tu te sentiras mieux ».

Jennifer se rendit à la clinique. Le médecin lui fit une prise de sang et la renvoya chez elle. Peu après, la clinique la rappela et lui dit de revenir immédiatement. Ils avaient les résultats de son analyse de sang et c'était urgent.

Elle retourna à la clinique et s'affala sur la chaise de la salle d'examen. Elle n'avait jamais été aussi fatiguée.

Le médecin entra et ferma la porte derrière lui.

« Avez-vous jamais entendu parler qu'un membre de votre famille ait été atteint d'un cancer ? » demanda-t-il.

Jennifer réfléchit pendant un moment. Puis elle se souvint de son oncle. Il avait fait une leucémie, un cancer du sang. Ils lui avaient fait une greffe de moelle osseuse, qui avait permis d'éliminer son cancer et de le renvoyer chez lui pour qu'il se rétablisse. Lorsqu'il était descendu de l'avion chez lui, sa communauté avait organisé un festin pour célébrer son retour et la fin de son cancer. Il y avait beaucoup de nourriture — original, castor et poisson — et tous les membres de la communauté s'étaient approchés de lui pour le serrer dans leurs bras ou lui serrer la main. C'était un homme populaire et les gens

étaient heureux de le voir et de savoir qu'il avait vaincu ce cancer. Toutefois, une personne qui lui avait serré la main ou l'avait serré dans ses bras avait un rhume et le lui avait transmis. Son cancer avait disparu, mais son système immunitaire n'était pas encore très fort : le rhume s'était transformé en un mauvais cas de pneumonie et il était mort quelques semaines après ce festin.

Jennifer raconta tout cela au médecin, puis bâilla. Il l'écouta attentivement.

« Je, euh, je pense que vous pourriez également souffrir d'une leucémie, lui dit-il. Nous allons vous envoyer à Montréal — vous pourriez même être suivie par le même spécialiste que votre oncle. Toutefois, il y a de meilleurs médicaments et traitements pour la leucémie désormais qu'il n'y en avait quand il était malade. Et nous allons d'ailleurs commencer à vous donner certains de ces médicaments tout de suite, avant même d'avoir tous les résultats des tests. Le truc pour vaincre la leucémie, si c'est bien ce dont vous souffrez, c'est de la traiter à un stade précoce ».

Jennifer commença à prendre les médicaments. Une semaine plus tard, les résultats des tests étaient disponibles. Elle souffrait exactement de la même leucémie que son oncle. Mis à part son épuisement, elle n'avait ressenti aucun symptôme.

La mère de Jennifer entendit « leucémie » et pensa que sa fille était sur le point de mourir. Elle s'effondra en pleurs. Toutefois, Jennifer était quant à elle si surprise qu'elle continua à vivre comme si de rien n'était. Elle était faible désormais et ne pouvait même pas faire quelque chose d'aussi simple que la vaisselle, alors sa mère faisait la vaisselle pour elle et pleurait pendant qu'elle la faisait.

Un soir, Jennifer s'assit et écouta un film dans lequel l'actrice Mandy

Moore jouait une fille atteinte de leucémie. Pendant qu'elle regardait la fille à l'écran traverser les épreuves qu'elle allait traverser, une fontaine de tristesse commença à jaillir à l'intérieur de Jennifer. De la tristesse pour son oncle qui était mort, de la tristesse pour elle-même parce qu'elle allait peut-être aussi mourir désormais et de la tristesse pour les gens à qui elle manquerait. Elle se mit à pleurer.

Et puis, il fut temps d'aller à Montréal.

À Montréal, les médecins virent tout de suite que Jennifer était très malade. Ils étaient surpris qu'elle puisse même marcher. Toutefois, Jennifer était dans cet état depuis longtemps déjà et remarqua à peine leurs expressions choquées et inquiètes.

L'oncologue, un médecin spécialisé dans le traitement du cancer, lui donna des pilules de chimiothérapie qui tueraient progressivement le cancer dans son sang. « C'est quelque chose de nouveau, déclara-t-elle. J'aurais aimé avoir eu cette pilule à donner à votre oncle, parce que ça l'aurait aidé ».

Le traitement commença à fonctionner immédiatement et c'était une bonne nouvelle : cela signifiait que Jennifer n'aurait pas besoin d'une greffe de moelle osseuse comme son oncle en avait eu besoin. Elle pouvait même rentrer chez elle et prendre les pilules tous les jours là-bas.

L'oncologue voulait la voir tous les mois. Le problème, c'est que Jennifer habitait tout là-haut, dans la ville de Waskaganish. Faire l'aller-retour une fois par mois par le trajet Waskaganish-Nemaska-Chibougamau-Montréal n'était pas raisonnable. Un seul rendez-vous chez le médecin prendrait trois jours, davantage si le temps était mauvais. Elles décidèrent ensemble que sa clinique locale lui ferait une prise de sang tous les mois et l'enverrait au laboratoire de la clinique du cancer à Montréal où ils effectueraient un test spécial qui détecte

la moindre trace de cancer. Tous les trois mois, Jennifer prendrait l'avion pour aller voir l'oncologue en personne. Et tous les jours, sans exception, elle prendrait ses pilules de chimiothérapie. Selon l'oncologue, elles étaient aussi importantes pour elle que l'insuline l'est pour une personne souffrant d'un diabète grave.

Jennifer s'attendait à subir des effets secondaires de la chimiothérapie. Elle rencontra d'autres personnes suivant le même traitement qui avaient de terribles nausées et passaient du temps, chaque jour, suspendues au-dessus de la cuvette des toilettes, à vomir. De plus, leurs cheveux tombaient ou perdaient de leur éclat et devenaient aussi secs que de la paille. Toutefois, Jennifer ne souffrait d'aucun effet secondaire.

Peu à peu, le cancer disparaissait du sang de Jennifer. Pendant un certain temps, la vie devint moins terrifiante. Puis, début 2007, elle commença à avoir des menstruations plus importantes que jamais auparavant — et elle avait toujours eu des problèmes de menstruations abondantes.

Quelques mois plus tard, les médecins décidèrent d'insérer un type spécifique de stérilet (dispositif contraceptif intra-utérin) dans son utérus, pensant que cela pourrait ralentir ou minimiser ses pertes sanguines mensuelles. Selon eux, elle continuerait à saigner abondamment pendant un certain temps en raison des fluctuations hormonales, mais les saignements se corrigeraient ensuite d'eux-mêmes.

Ils ne se corrigèrent pas d'eux-mêmes. Jennifer saignait plus qu'elle n'avait jamais saigné. Elle saignait tellement que le stérilet fut expulsé par l'un des énormes caillots de sang qui sortaient constamment d'elle ces jours-là — et elle ne remarqua même pas ce qui s'était passé jusqu'à ce que la gynécologue lui fasse passer un scanner et découvre que le dispositif n'était plus dans son utérus. Un stérilet évacué de l'utérus est très douloureux, mais Jennifer n'avait

rien senti.

Et toujours, elle saignait. Au lieu d’avoir ses règles quelques jours par mois, comme la plupart des femmes, Jennifer saigna tous les jours pendant des mois et des mois et des mois.

En novembre, elle rendit visite à un nouveau médecin à la clinique de Waskaganish. Le médecin constata les menstruations excessives de Jennifer et lui prescrivit des pilules pour arrêter les saignements. Jennifer parla de sa leucémie et des médicaments de chimiothérapie qu’elle prenait — cependant, le médecin ne sembla pas y prêter attention et répéta que ces nouvelles pilules devraient arrêter les saignements.

Jennifer commença à prendre les pilules.

Et tout devint tellement pire. Elle saignait, saignait et saignait encore, plus qu’elle ne l’avait jamais fait. Tellement de sang s’écoulait d’elle désormais qu’elle pouvait sentir la succion causée par le liquide entre ses jambes à chaque fois qu’elle bougeait. En deux jours seulement, elle était blanche de la perte de sang.

Sa sœur passa chez elle, ce samedi-là, en allant au travail. « Qu’est-ce qui ne va pas ? lui demanda-t-elle. Tu es si blanche que tu n’as même plus l’air crie”.

« J’ai mes règles et le docteur m’a prescrit ces pilules qui ne m’aident pas ».

« Appelle la clinique, dit-elle. Toi, plus que quiconque, tu ne peux pas te permettre de faux-pas avec ces choses-là ».

« On est samedi. La clinique est fermée ».

« Appelle. Il y a toujours un infirmier de garde. Appelle la clinique ».

Sa sœur partit au travail et Jennifer appela l'infirmier. L'infirmier savait qu'elle était une patiente atteinte d'un cancer et lui dit de le retrouver là-bas trente minutes plus tard.

À chaque minute qui passait, Jennifer se sentait de plus en plus mal. Son pouls était faible et agité, et elle n'arrivait pas à inspirer suffisamment d'air. Elle avait un peu de lessive à faire pendant les trente minutes précédant son rendez-vous à la clinique et elle descendit en titubant jusqu'à la buanderie. Toutefois, en y arrivant, elle s'affaissa contre la machine à laver. Elle n'avait même pas la force de trier le linge. Elle avait l'impression qu'elle allait mourir dans les deux minutes à venir. Peut-être était-ce son heure. Cependant, si c'était le cas, elle ne voulait certainement pas mourir dans sa buanderie.

Elle rassembla toutes ses forces et commença le long voyage jusqu'à l'étage, en s'appuyant fortement sur la rambarde pour se hisser. C'était tout aussi difficile que les 300 kilomètres qu'elle avait parcourus à pied des années auparavant.

Quand elle arriva en haut, son fils de vingt ans était là. « Je m'habille pour aller à la clinique, dit-elle. Si quelque chose m'arrive dans les prochaines minutes, appelle la clinique. Je ne sais pas si je vais pouvoir aller jusque-là ».

Son fils la regarda et hocha la tête sans mot dire.

Elle était trop faible pour conduire, réalisa-t-elle. Sa sœur était au travail, son mari était sorti boire, ses parents étaient dans le bois et son fils n'avait pas son permis de conduire. Elle était seule. Elle appela son pasteur, qui vint la chercher et l'emmena à la clinique.

L'infirmier de la clinique fut choqué par son état et prit rapidement des dispositions pour l'évacuer par convoi médical vers Val d'Or.

À Val d'Or, la gynécologue la rencontra, elle aussi choquée. « Vous avez besoin d'une transfusion sanguine ! lui dit-elle. Votre corps est presque à court de sang ! Que s'est-il passé ? »

Jennifer expliqua qu'elle saignait depuis des mois — et la gynécologue l'interrompit : « Vous êtes une malade du cancer ! Avec un cancer du sang ! s'écria-t-elle. Pourquoi ne vous ont-ils pas envoyée ici tout de suite ? »

« Il y a un nouveau médecin chez nous. Je ne crois pas qu'elle ait même lu mon dossier. Je lui ai dit que je saignais et elle m'a prescrit les pilules. Puis, je lui ai parlé de la leucémie et de la chimiothérapie, mais elle n'a pas semblé m'entendre. Elle a juste dit que les pilules me feraient arrêter de saigner pendant la fin de semaine. Je pense qu'elles m'ont fait saigner davantage ».

La gynécologue regarda les pilules que le médecin de Waskaganish avait prescrites.

« Bien sûr que vous saignez, dit-elle. Ces pilules ne devraient jamais être prises par quelqu'un qui suit une chimiothérapie ! Le médecin aurait dû le savoir. Et — comment un médecin peut-il *ne pas lire* le dossier d'un patient ?? »

« Eh bien, dit Jennifer, je suis là désormais. Je pensais que j'allais mourir, alors être ici c'est déjà mieux ».

Et puis, elle s'endormit.

La gynécologue fit une transfusion sanguine à Jennifer, lui fit subir un processus appelé dilatation et curetage (D et C), au cours duquel l'utérus est



nettoyé, et lui donna des pilules de fer pour reconstituer ses réserves de sang.

Jennifer avait perdu une énorme quantité de sang. Si elle avait mis beaucoup plus de temps pour arriver à Val d'Or, elle serait morte vidée de son sang. La gynécologue commença à se demander si la chimiothérapie n'aggravait pas les saignements. Jennifer lui rappela qu'elle avait eu des problèmes de saignement plus tôt dans sa vie, avant la chimiothérapie. Toutefois, la gynécologue demeurait suspicieuse — et empêcha Jennifer de prendre les pilules de chimiothérapie.

Jennifer commença alors à sentir la panique l'envahir un peu. La chimio lui sauvait la vie. Son oncologue l'avait avertie qu'elle ne devait jamais manquer un jour de chimiothérapie, car son cancer pourrait rapidement revenir, pire qu'avant, et elle n'aurait plus aucun espoir.

Finalement, elle convainquit la gynécologue d'appeler au moins l'oncologue pour en discuter.

Et au téléphone, l'oncologue cria exactement ce que Jennifer avait dit : « Mme Annistin avait des problèmes de saignements bien avant d'avoir un cancer ! De toute évidence, ses saignements ne sont *pas* dus aux pilules de chimio — et elles lui sauvent d'ailleurs la vie. Pourriez-vous, s'il vous plaît, lui redonner ces pilules ?!! »

La gynécologue céda. Après quatre jours sans chimiothérapie, Jennifer recommença à prendre ses pilules de chimio.

Deux autres choses se produisirent alors : la gynécologue fit passer toute une série de tests à Jennifer. Il s'avéra qu'elle souffrait d'une maladie appelée adénomyose et que c'était elle qui avait causé les saignements abondants. Elle remit également une note à Jennifer à insérer dans son dossier médical de

Waskaganish : « URGENT : Si jamais Jennifer souffre de menstruations anormales, d'hémorragies, de quelque façon que ce soit, ou de symptômes inhabituels, envoyez-la directement chez la gynécologue de Val d'Or ».

Avec les nouveaux traitements, les saignements de Jennifer s'atténuèrent lentement, même si elle saignait toujours plus qu'elle ne le devrait. Et lentement, le cancer dans son sang commença à disparaître. Chaque test de dépistage du cancer donnait de meilleurs résultats que le précédent, jusqu'à ce que les tests indiquent l'absence de cancer.

Plus tard, son fils lui dit : « Te souviens-tu de la fois où tu as failli ne pas arriver jusqu'à la clinique ? Tu avais l'air tellement malade que j'avais peur pour toi ! Je suis content que tu ailles bien désormais ».

Jennifer *allait* bien — cependant, elle apporta quelques changements à la maison. Même lorsqu'elle était aux portes de la mort, sa famille s'attendait à ce qu'elle s'occupe de toutes les tâches ménagères. Elle aurait pu mourir en faisant la lessive. Quelle façon de partir !

« À partir de maintenant, annonça-t-elle à sa famille, je ne ferai plus la lessive de personne. Je laverai mon linge et les serviettes de la maison. Si vous-mêmes voulez des vêtements propres, vous pouvez les laver. Si vous ne voulez pas faire la lessive, alors portez des vêtements sales ».

Elle se souviendrait toujours de 2007 comme de l'année des hémorragies.

Pendant quelques beaux mois, Jennifer se sentit normale. Elle avait un taux normal de fer dans le sang, elle avait une quantité de sang normale et elle avait un sang normal, dénué de cancer. Elle saignait encore trop, constamment, mais à un niveau qu'elle pouvait supporter.

Elle alla alors chez le médecin pour un examen de routine et découvrit qu'elle était diabétique. Le médecin lui donna des pilules. Autant pour la normalité. *Peu importe*, pensa-t-elle. *Après le cancer et les hémorragies, le diabète ne me fait pas peur du tout*. Mis à part la prise régulière de ses pilules, elle ne prêta pas beaucoup d'attention au nouveau diagnostic.

En 2008, Jennifer écrivit une lettre au secteur des entreprises de Waskaganish pour dire qu'elle avait besoin de son propre logement. Elle n'y mentionna pas un mot sur ses problèmes de santé — ni sur les hémorragies, ni sur la leucémie, ni sur le diabète. Une amie lut la demande avant qu'elle ne l'envoie.

« Jennifer, dit-elle, tu devrais peut-être leur parler de tes problèmes de santé. Dis-leur que le cancer pourrait revenir et combien il est difficile à gérer. Dis-leur que tu as besoin de ton propre espace si tu veux pouvoir être en bonne santé. Sois honnête ».

Ce n'était pas quelque chose qu'elle était à l'aise d'écrire. Jennifer ne voulait pas se considérer comme une personne ayant plus de besoins que les autres. Elle n'aimait pas dire du mal de quelqu'un, même si c'était seulement pour dire que son mari n'était pas là pour elle quand elle avait besoin d'aide ou que dans leur maison personne ne s'occupait d'elle quand elle était malade. Elle ne voulait pas que les gens aient pitié d'elle, elle n'aimait pas avoir l'air de se plaindre et elle ne voulait surtout pas se considérer comme une personne qui pourrait tourner le dos à son mariage. Écrire ces choses, la faisait se sentir coupable.

Toutefois, au final, elle suivit les conseils de son amie et réécrivit la demande. Elle écrivit en toute franchise à propos de son année de cancer et de son année d'hémorragies et sur le fait qu'elle avait besoin d'espace et de temps pour guérir. Elle écrivit que son cancer pourrait revenir et que, si c'était le cas,

elle aurait besoin d'être entourée de personnes fiables et d'un foyer où elle n'aurait pas à s'inquiéter de la gestion d'une maisonnée compliquée ou des problèmes d'un mari qui n'avait pas encore fait face à ses dépendances. Son médecin à Waskaganish écrivit également une lettre de soutien et une infirmière qui connaissait le passé de Jennifer lui parla et lui montra que déménager dans sa propre maison pour s'occuper d'elle-même était la chose à faire. Ses amis et ses parents la soutenaient, ses enfants étaient grands et n'avaient plus besoin d'elle à la maison, son fils lui dit qu'il voulait simplement qu'elle soit heureuse et qu'il savait que son père n'avait pas l'intention d'arrêter de boire. Même son pasteur soutenait sa décision.

Au début, le Conseil était réticent à lui donner un logement : ils pensaient que son mari et elle se chamaillaient simplement comme n'importe quel couple marié depuis longtemps, qu'ils se réconcilieraient bientôt et qu'elle voudrait rester là où elle était. Toutefois, ils changèrent d'avis et un jour, elle reçut une lettre lui annonçant qu'une maison était en construction pour elle. En 2010, elle pourrait y emménager.

Jennifer parla alors à son mari, lui donna deux ans pour se reprendre et lui dit qu'elle partirait s'il ne le faisait pas. Il essaya, pendant un certain temps. Toutefois, les dépendances sont puissantes et sa consommation d'alcool prit à nouveau le dessus. En 2010, Jennifer quitta la maison qu'elle partageait avec lui et s'installa dans son propre chez-soi.

Alors qu'elle faisait du magasinage, pour acheter ses propres casseroles, serviettes et draps, elle pensa à la culpabilité. Fut un temps, elle pensait que deux personnes mariées devaient demeurer unies quoi qu'il arrive. Fut un temps, elle pensait que les bonnes mères n'avaient pas leur vie propre : tout ce qu'elles faisaient était pour leur famille. Elles supporteraient tout de la part de leurs familles et feraient tout en leur pouvoir pour les faire bien paraître. Fut un temps, elle aurait été rongée par la culpabilité juste à la pensée de prendre

soin d'elle-même. Le cancer avait changé tout cela. Elle devait prendre soin d'elle-même. Personne d'autre ne le ferait. Elle le savait désormais. Ce changement était une bonne chose.

Quand elle emménagea dans sa propre maison, elle ne se sentit ni coupable de son choix ni en colère contre quiconque. Elle ressentit seulement de la paix. Beaucoup de paix.

Jennifer adorait sa nouvelle maison et sa santé commença à s'améliorer perceptiblement maintenant que, pour la première fois de sa vie d'adulte, elle pouvait se concentrer sur elle-même. Sa petite-fille emménagea avec elle pour lui tenir compagnie; elle avait encore beaucoup de contacts avec ses enfants et ses autres petits-enfants, et elle put s'impliquer davantage dans la communauté. Le cancer demeurait là où il devait être (en rémission et non dans son corps) et elle ne prêtait pas trop d'attention au diabète. Toutefois, elle saignait toujours. Cela faisait désormais cinq ans qu'elle avait ses règles sans interruption. C'était gênant, coûteux et pénible. Et c'était assez incroyable qu'une personne puisse saigner pendant aussi longtemps sans mourir.

En mars 2012, sans avertissement, une tempête se déchaîna et Jennifer fut atteinte d'une nouvelle hémorragie. À l'extérieur, la neige tombait « à sciaux » et, à l'intérieur, on avait l'impression que le sang s'écoulait d'elle également à sciaux. Cette fois-ci, elle n'hésita pas. Elle se rendit directement à la clinique.

Le médecin appela la gynécologue de Val d'Or et lui expliqua ce qui se passait. Puis elle se tourna vers Jennifer.

« Ils veulent vous voir à Val d'Or immédiatement ».

Elles regardèrent toutes les deux par la fenêtre. La tempête s'aggravait. Des congères s'accumulaient sous les fenêtres de la clinique et les voitures sur la route avançaient à une allure d'escargots.

Malgré tout, Jennifer se rendit à l'aéroport. Les vents étaient trop forts pour que les avions atterrissent, dit l'employé de la compagnie aérienne. Il n'y aurait pas de vols ce jour-là.

Jennifer appela la clinique. « Je vais devoir y aller en voiture », leur dit-elle.

« Par ce temps ? Vous ne pouvez pas conduire ! ».

« Si j'attends, je vais soit entrer en état de choc, soit perdre tellement de sang que je pourrais mourir — vous le savez. C'est moins risqué pour moi de conduire. Je dois prendre soin de moi-même. Je vous appellerai quand j'arriverai là-bas ».

Elle appela alors son ex et il lui proposa de la conduire à Val d'Or pour qu'elle n'ait pas à y aller toute seule.

Elle se dépêchait désormais. Son ex fit le plein de la voiture, elle attrapa une brassée de serviettes sanitaires supplémentaires pour absorber le sang qui s'écoulait d'elle et ils roulèrent aussi vite que les routes le permettaient de Waskaganish en descendant jusqu'à Val d'Or. Dans la tempête, le voyage dura deux heures de plus que le trajet ne prenait habituellement et le temps qu'elle arrive sur place, elle ressentait cette vieille faiblesse familière due à la perte de sang.

À Val d'Or, ils l'attendaient. Ils avaient prévu de l'opérer quelques jours

plus tard, mais lorsqu'ils la virent, ils lui donnèrent des papiers à signer et l'emmenèrent immédiatement en chirurgie. Jennifer n'eut même pas le temps d'appeler la clinique de Waskaganish pour leur dire ce qui se passait.

Une fois de plus, le chirurgien lui fit subir la procédure D et C et tout se passa bien. Ils lui firent une injection d'hormones pour aider à contrôler le saignement et lui dirent qu'elle devrait recevoir cette injection tous les trois mois. Lorsque ses forces revinrent, Jennifer et son ex prirent la voiture pour rentrer chez eux.

Au début, il semblait que les injections n'avaient aucun effet. Cependant, Jennifer commença ensuite à saigner de moins en moins, jusqu'à ce que son cycle menstruel redevienne enfin normal, après toutes ces années.

Le temps était venu pour Jennifer de se concentrer sur son diabète. Pendant longtemps, ses autres problèmes de santé lui avaient semblé tellement plus pressants qu'elle n'y avait accordé que peu d'attention. Toutefois, un médecin lui dit un jour que le diabète était aussi mortel que le cancer. Si elle ne le prenait pas au sérieux, il finirait le travail que le cancer avait commencé. Après tous les efforts qu'elle avait déployés pour se construire une vie saine, une vie où elle comptait, il n'était pas logique d'ignorer le diabète.

Elle mangeait déjà avec soin pour aider son corps à combattre le cancer et les hémorragies, mais elle rencontra néanmoins un nutritionniste et apporta quelques modifications supplémentaires à son alimentation. Elle commença également à mesurer régulièrement sa glycémie et à prendre de l'insuline.

Le médecin lui dit qu'elle devrait marcher. C'était un peu effrayant. Quand elle avait été si malade à cause du cancer ou des hémorragies et qu'elle s'était forcée à faire de l'activité physique, elle s'était effondrée d'épuisement. Elle essaya tout de même de marcher pendant trente minutes.

Elle ne se sentait pas si mal. Bien, même. Cela lui rappelait ces longues, longues marches qu'elle avait faites dix ans plus tôt. Peut-être pourrait-elle recouvrer la santé au point d'être capable d'en faire une autre à nouveau.

Le chemin avait été long, la décennie difficile. Et ce qu'elle avait surtout appris, c'est que la clé pour être en bonne santé — physique, émotionnelle et spirituelle — était de prendre soin d'elle-même avec autant de soin et de diligence qu'elle en avait pris autrefois pour les autres. Pour les personnes qui l'aimaient et qui voulaient qu'elle reste des leurs, c'était la chose la plus importante qu'elle puisse faire.