

David Servan-Schreiber,

Poignant. Dans « On peut se dire au revoir plusieurs fois » (Robert Laffont), il raconte le retour du cancer.

PAR CHRISTOPHE LABBÉ ET OLIVIA RECASENS

« Depuis quelques semaines, je ne peux plus taper à deux mains sur un clavier et j'ai beaucoup de peine à marcher. Je suis souvent fatigué. La lecture est de nouveau devenue difficile. Comme je perds la voix, je parle très bas, comme quand on chuchote à l'oreille de quelqu'un. » David Servan-Schreiber se bat de nouveau avec le crabe. Le monstre est revenu, et cette fois la bête ne se laissera pas déloger par le bistouri. Comme si elle se vengeait d'avoir été vaincue deux fois de suite. Dans « On peut se dire au revoir plusieurs fois » (1), un livre testament dont *Le Point* publie des extraits (lire pages suivantes), DSS raconte avec pudeur l'évolution de sa maladie. A 50 ans, il décrit son « plan de bataille » pour tenir le plus longtemps possible afin de voir grandir ses trois enfants et défend sa fameuse méthode. Pour DSS, le retour du cancer n'est pas un aveu d'échec, mais la preuve au contraire que le « programme santé » qu'il a inventé et qui l'a rendu célèbre a fonctionné. Dix-

neuf années de survie au lieu des trois ans promis par la médecine depuis qu'on lui a découvert dans le cerveau cette « grenade dégoupillée ».

En 1993, celui qui est alors professeur de psychiatrie clinique à l'université de Pittsburgh, aux États-Unis, apprend, par hasard, au cours d'une expérience menée dans son propre laboratoire de recherche, qu'il souffre d'un cancer du cerveau : « Je n'étais plus confortablement drapé dans mon rôle de médecin et de chercheur, j'étais devenu un patient atteint d'un cancer. » Après son opération, David Servan-Schreiber se croit tiré d'affaire. Il reprend sa vie d'avant sans rien changer à ses habitudes. « Je me souviens de mon régime alimentaire de l'époque. Je me nourrissais presque quotidiennement de chili à la viande de bœuf hachée accompagné d'un bagel et d'un Coca-Cola, que j'avalais dans l'ascenseur entre l'étage des malades et celui où se trouvait mon bureau... »

Quelques années plus tard, le cancer réapparaît. Deuxième opération avec cette fois des séances de chimiothérapie. Pour David Servan-Schreiber, c'est un électrochoc. Il est désormais convaincu que la médecine qu'il avait mise sur un piédestal ne peut pas tout. Et qu'il faut revoir de fond en comble sa façon de vivre et « combattre le cancer sur tous les fronts ». C'est avec frénésie qu'il compulse les articles scientifiques pour trouver le mode de vie qui va tenir à dis-

tance le cancer : activité physique, nutrition, yoga, méditation...

Après avoir été son propre cobaye, il publie « Guérir » en 2003, puis « Anticancer » quatre ans plus tard, deux livres événements vendus à plus de 2 millions d'exemplaires en tout et traduits en trente-cinq langues. David Servan-Schreiber en est convaincu : 40 % des cancers sont évitables en changeant son mode de vie. Ce qui, rien qu'en France, ferait 108 000 malades en moins chaque année. L'auteur d'« Anticancer » a été l'un des premiers à dénoncer les effets sur la santé de la malbouffe, à parler d'une alimentation cancérogène. En 2009, il expliquait ainsi au *Point* : « Notre organisme a besoin de deux types d'acides gras en quantités identiques : les oméga 3 et les oméga 6. L'excès d'oméga 6 provoque des réactions inflammatoires qui favorisent les cancers et les maladies cardio-vasculaires. Or, aujourd'hui, nous consommons dix à vingt fois plus d'oméga 6. » Et de pointer les industriels qui fabriquent leurs produits avec des huiles bon marché ultraconcentrées en oméga 6. Résultat : « Notre organisme réclame une essence haut de gamme pour fonctionner et nous le faisons tourner avec du diesel de mauvaise qualité. »

Alors que David Servan-Schreiber livre un dernier round avec son cancer, ses détracteurs ironisent déjà. Le programme santé du « docteur Oméga » n'était qu'un coup commercial. De la poudre aux yeux. Qu'en est-il vraiment ? *Le Point* a demandé son avis à l'un des pontes de la cancérologie, le professeur Jean-Marc Cosset, qui a dirigé pendant quinze ans le service d'oncologie et radiothérapie de l'Institut Curie de Paris. A vous de juger ■

1. En collaboration avec Ursula Gauthier (Robert Laffont, 160 p., 14 €) ■■■

Les chiffres du cancer

1 homme sur 4 et 1 femme sur 3 aura un cancer dans sa vie.

346 932 nouveaux cas en 2010 en France.

Cancer le plus fréquent chez l'homme : la prostate, chez la femme : le sein.

146 500 décès en 2010.

1^{re} cause de mortalité chez l'homme, 2^e cause chez la femme.

52 % de taux de survie à 5 ans, 32 % après 5 ans.

Le programme qu'il a inventé lui a donné dix-neuf ans de survie au lieu des trois ans promis par la médecine.