

Cyriaque Lemaitre : « Mon activité, c'est l'asso, j'y consacre entre 110 et 130 h par mois »

Cyriaque, 55 ans, est président de l'Association des Diabétiques de Seine -Maritime et Eure (AFD 76-27). En 1990, il est diagnostiqué d'un diabète de type 2. Après 36 ans vécus avec la maladie, il revient sur son parcours parfois douloureux, souvent heureux.

Le diabète de type 2 arrive paradoxalement dans la vie de Cyriaque comme une issue heureuse. Déclaré inapte et classé « G4 » au [SYGICOP](#), pour cause d'hyperglycémie modérée lors de sa visite médicale d'aptitude militaire en 1990, il est contraint, mais heureux, de quitter l'armée : « À cette époque, la seule chose qui m'importait était de pouvoir quitter l'armée, je n'étais pas conscient de l'importance de ce que me disait le médecin. », déclare-t-il en se remémorant ce moment d'insouciance.

« Si vous continuez comme ça, à 50 ans vous êtes mort ! »

Dix ans plus tard, au début des années 2000, Cyriaque est traité sous metformine et croit en un « traitement miracle », lui permettant de reprendre sa vie comme avant : « La metformine, c'est le traitement miracle quand on est jeune et insouciant. On sort de la consultation serein en se disant : "j'ai un traitement, je ne suis plus malade, la vie continue" ».

Quelques années plus tard, Cyriaque rencontre un nouveau médecin. Alors que son HbA1c dépasse les 10 %, on le condamne : « Si vous continuez comme ça, à 50 ans vous êtes mort ! ». En effet Cyriaque l'admet : « Je faisais n'importe quoi, je n'écoutais personne et je n'étais pas copain avec les médecins. J'esquivais toutes les prises de sang qui n'étaient pas bonnes. En 1998, je pesais presque 145 kg. » Alors âgé d'une quarantaine d'années, en 2017, il décide d'entamer une démarche pour une chirurgie bariatrique. Mais la série d'examens révèle pour Cyriaque, des complications auxquelles il n'était pas préparé. Lors du rendez-vous avec le cardiologue, il apprend que son artère coronaire est obstruée et calcifiée, tandis que la seconde est bouchée à plusieurs endroits. Trois stents (petit tube grillagé, souvent métallique et en forme de ressort, inséré dans une artère pour la maintenir ouverte) lui sont posés. Mais son état ne s'améliore pas. Six mois plus tard, le cardiologue annonce à Cyriaque que les stents sont bouchés, en raison notamment d'une HbA1c à plus de 10 %. De 2017 à 2019, il reste chez lui, dans l'espoir qu'un chirurgien veuille bien l'opérer. En 2019, il est opéré, mais une infection s'invite et un staphylocoque vient lui mener la vie dure. En tout et pour tout, Cyriaque reste hospitalisé trois mois. « La dépression s'est installée. J'ai perdu mon travail pour cause d'invalidité, j'étais loin de ma femme et de ma fille de 8 ans qui n'avait pas le droit de me rendre visite. » Il rentre chez lui, mais avec une chose en moins : son travail.

« Fais quelque chose, trouve une association dans laquelle t'engager »

À cette période, la santé mentale de Cyriaque est « inexistante », « je n'avais envie de rien, j'avais perdu un travail que j'aimais, je ne savais plus quoi faire » explique-t-il avec beaucoup d'émotions. Sa femme l'incite à trouver une association dans laquelle s'engager. Mais finalement, la santé de Cyriaque ne s'améliore pas. « Mon hémoglobine glyquée avait atteint les 14 %, j'avais près de 20 mHg de tension. J'ai fait un accident vasculaire cérébral (AVC). Aujourd'hui j'ai quelques moments d'aphasie et des difficultés ponctuelles de langage, mais je m'en suis bien sorti ».

C'est finalement l'AVC qui provoque le déclic chez Cyriaque. « Mon traitement a changé, je suis passé sous insuline lente et rapide avant les repas, puis j'ai remis mon alimentation en question. Je fais le maximum désormais pour éviter les complications, même si je suis désormais atteint de [rétinopathie diabétique](#). » Alors que sa santé s'améliore, Cyriaque reçoit un appel de l'AFD 76-27 : « Bonjour monsieur, c'est bien vous qui avez répondu à l'annonce pour devenir bénévole ? ». Cyriaque perplexe, se rend compte que sa

femme avait répondu à l'annonce de l'AFD 76 27, qui recherchait un nouveau bénévole dans la ville d'Évreux.

« Je ne remercierai jamais assez ma femme d'avoir répondu à cette annonce ».

Aujourd'hui, cela fait plus de deux ans que Cyriaque a repris la présidence de l'AFD 76 27, après un passage difficile pour l'association. C'est notamment Mauricette Dupont, ancienne présidente qui l'a invité à reprendre la présidence. Aujourd'hui, Cyriaque, le sourire aux lèvres semble avoir retrouvé une activité qui lui plaît : « **Mon activité, c'est l'asso : j'y consacre entre 110 et 130 heures par mois.** » Entre ateliers d'[Éducation Thérapeutique Patient \(ETP\)](#), ateliers [Élan Solidaire](#), Cafés Diabète, stands de prévention, colloques, Cyriaque qui est aussi [Bénévole Patient Expert](#), observe tous les jours des répercussions du diabète sur la santé. Il se souvient en particulier de deux personnes ayant marqué son expérience bénévole : « *La première était une femme, qui avait assisté à un atelier Élan Solidaire. Plus tard, elle s'était blessée en se cognant l'orteil contre un coin de meuble. Elle n'a pas traité la blessure et avait un diabète déséquilibré. Elle a subi une amputation, qui s'est étendue jusqu'au genou à la suite de complications. Le second est un monsieur qui venait à tous les Cafés Diabète. Il était assidu, il participait et était l'un des rares à prévenir lorsqu'il s'absentait. Un jour il n'est pas venu. Huit jours plus tard, j'apprenais son décès. Il était mort d'un coma acidocétosique. C'était un choc. Il semblait pourtant connaître toutes les bonnes pratiques à adopter pour équilibrer son diabète.* » Ces deux souvenirs marquent Cyriaque à tout jamais : « *On se rend compte que le diabète n'est pas anodin, qu'il fragilise profondément. Maintenant je consacre deux ateliers par an à la santé des pieds. Il s'agit d'un sujet très important pour moi, tout comme la rétinopathie* ».

Cyriaque, aujourd'hui traité par pompe à insuline, semble avoir retrouvé le goût de la vie. Sa boucle d'oreille scintillante fait ressortir son sourire et ses yeux pétillants : « *Même si ma santé mentale a été mise à rude épreuve de nombreuses fois, et pour la dernière fois lors de la canicule, aujourd'hui je me sens bien. J'accepte mon traitement, ma maladie, mes complications. Je suis soutenue par ma femme. Elle a été très présente pour moi et a su me "mettre un coup de pied au cul". Elle a eu tendance à s'occuper trop de moi, pas assez d'elle. Ma fille de 14 ans, c'est pareil, elle est aux petits soins pour moi, elle me demande si j'ai pris mes médicaments, si j'ai fait mon insuline. C'est trop mignon, mais quelque part, ce n'est pas à elle de penser à ça.* »

Vous pouvez retrouver Cyriaque au sein de l'[AFD 76 27](#), aujourd'hui épanoui et entouré d'une famille aimante.

Si vous recherchez du soutien, n'hésitez pas à découvrir les services de la Fédération en [cliquant ici](#) ; Si vous souhaitez vous engager, devenir bénévole ou participer à un atelier : contactez votre [asso locale](#) ou trouvez [une mission bénévole](#).

Découvrez d'autres portraits de bénévoles sur notre page dédiée : [Portraits de bénévoles](#).

Crédit photo : ©Libération