Soutien psychologique et diabète : un moyen de parler de son diabète autrement ?

Maxime avait décidé de consulter un psychiatre pour la première fois lorsqu'il était en première année de médecine. Une période qui l'avait beaucoup stressé et qui a eu des répercussions sur la gestion de son diabète. A ce moment-là, il n'a pas fait un grand nombre de séances, cela a duré 1 ou 2 ans, le psychiatre lui prescrivait des anxiolytiques. Plus tard, en 5ème année de médecine, la pression augmentait avec le concours qu'il fallait préparer et avec les gardes à l'hôpital il devenait difficile de gérer comme il faut son diabète. A cause de la maladie, il a fait un « épisode dépressif » et a donc commencé à revoir son psychiatre.

Du côté de David, c'est une toute autre histoire. Il n'a jamais eu de séance avec un(e) psychiatre ou un(e) psychothérapeute. Une complication survenue quatre ans après la découverte de son diabète s'est soldée par l'ablation de son pancréas, une pancréatectomie. Cela a évidemment chamboulé tout son mode de vie. De nature sportive et ayant travaillé en tant que moniteur de natation, il ne pouvait plus faire autant de sport qu'il voulait. A l'époque, à la place d'aller consulter, il a commencé à écrire, ce qui l'a beaucoup aidé. Mais avec le recul, il aurait aimé avoir la possibilité d'avoir un soutien psychologique et de pouvoir parler de son vécu « sans limite ». Mais il n'y avait pas pensé sur le moment et avait préféré se concentrer sur la guérison de son corps. Imaginant ce qu'aurait pu lui apporter une aide psychologique, il se dit que « discuter avec d'autres personnes diabétiques, qui ont à peu près vécu les mêmes choses que moi, ça m'aurait aidé, ça représente aussi une forme d'accompagnement psychologique ».

Découvrez la suite de ces deux témoignages sur le site du Diabète LAB :

Soutien psychologique et diabète : quand en a-t-on besoin ?

Vous souhaitez parler de votre diabète ? Vous pouvez également le faire avec des bénévoles diabétiques devenus « Patients Experts ».

Crédit photo : Adobe Stock