Chloé

Elle me précise alors rencontrer de plus en plus de cas comme le mien depuis que l'hôpital effectue systématiquement ce dépistage : des femmes enceintes qui ne présentaient aucun facteur de risque initiaux.

La sage-femme me donne immédiatement une ordonnance pour un lecteur de glycémie, et m'envoie dès le lendemain à une séance d'éducation de groupe, avec d'autres femmes dans le même cas que moi, pour m'expliquer ce qui m'arrive et ce que je dois faire …

Mon pancréas sécrète une hormone de grossesse qui ne permet pas à l'insuline d'agir efficacement. C'est mon bébé qui absorbe tout le sucre que je mange, et cela peut nous mettre en danger, lui comme moi … Le seul moyen est d'équilibrer la glycémie le plus tôt possible, et cela jusqu'à la naissance du petit. Je dois désormais contrôler ma glycémie par prélèvement capillaire 6 fois par jour, et suivre un régime strict qui permettra à la fois d'équilibrer ma glycémie, et d'apporter à mon bébé tous les nutriments nécessaires à son bon développement.

Je devrai aller présenter mes résultats à la diététicienne de la maternité chaque semaine jusqu'à l'accouchement.

Je suis d'abord inquiète mais vite rassurée par ce suivi assuré par la maternité. Un peu en colère aussi, car depuis le début de ma grossesse, j'ai le sentiment de cumuler les problèmes (nausées, lumbago, contraintes alimentaires pour prévenir la listériose, la toxoplasmose etc.). Et moi qui avais justement prévu un week-end gastronomique dans un restaurant étoilé…

Mais je n'ai qu'une chose en tête : la bonne santé de mon enfant. Alors j'apprends à vivre avec le diabète : le nouveau rituel de la goutte de sang sur le doigt, les collations à 10h et à 15h même en pleine réunion professionnelle, l'incompréhension des résultats insatisfaisants malgré les efforts fournis « j'ai pourtant fait comme on m'avait dit !?! »…

Malgré tout cela, j'ai, au fond de moi, une certaine satisfaction d'avoir enfin une bonne raison de me prendre en main ! On sait tous qu'il faut manger équilibré, mais quand il s'agit de le mettre en pratique, c'est plus compliqué! Alors, j'apprends beaucoup de la diététicienne qui me conseille personnellement. Je prends plaisir à cuisiner de nouveaux plats, et j'imagine déjà les recettes que je proposerai à mon bébé.

Aujourd'hui, mon bébé a 7 mois. Il est en pleine santé, découvre les goûts des fruits et des légumes, et apprécie beaucoup les plats préparés par sa maman. Mon diabète a disparu, mais ma grossesse a permis de déceler une intolérance au glucose. Pour moi-même et pour mon fils, pour notre bien-être et notre santé, j'ai conscience que je dois continuer à garder ces habitudes acquises durant ces quelques mois.

Seule avec ma famille et mes nouvelles responsabilités de maman, le soutien et l'accompagnement que j'ai pu recevoir par la maternité durant cette expérience, serait, il me semble, encore bien utile aujourd'hui.