Marie-José, 56 ans (Gironde)

Le tout, c'est de savoir le gérer. J'ai eu la chance entre 7 et 17 ans de suivre les camps de vacances de l'Aide aux Jeunes Diabétiques. Je passais des vacances merveilleuses qui m'ont surtout appris à être autonome, à savoir "soigner, équilibrer et vivre librement et sereinement avec mon diabète".

J'ai eu des moments difficiles comme vous tous : à l'adolescence, au moment de mes deux grossesses, et puis au cours de la vie lorsqu'on traverse des périodes plus stressantes que d'autres qui ont un impact sur le diabète.

Ce que je retiens de ces nombreuses années c'est le fait qu'il convient en premier lieu d'être bien conseillé et bien accompagné et cela pour deux raisons : on accepte mieux la maladie et par voie de conséquence, on la maîtrise plus facilement.

Pour ma part, j'ai eu dans ma jeunesse cet accompagnement par l'Aide aux Jeunes Diabétiques puis par la suite plusieurs diabétologues avec qui la confiance a été plus ou moins importante. J'ai trouvé, depuis une vingtaine d'année, une spécialiste qui me suit, qui m'écoute, qui me conseille, qui me comprend et qui essaie avec moi de faire au mieux.

J'arrive à une hémoglobine glycosylée à 7, ce qui n'est pas trop mauvais après 54 ans de diabète. Et il me paraît important de signaler que j'ai eu une vie tout à fait "normale" : j'ai fait des études, j'ai toujours travaillé à temps plein, j'ai eu deux enfants, je suis une grand mère comblée, j'ai toujours exercé des activités sportives.

Crédit photo: © Robert Kneschke - Fotolia.com

Photo d'illustration