Chloé, 25 ans (75)

Contrairement à d'autres, je pense que le diabète est bien loin d'être une fatalité et que nous avons la chance d'avoir accès à des traitements qui nous permettent de gérer cette maladie et de vivre normalement au quotidien. Je ne vais pas dire que je le vis bien car cela serait un gros mensonge, oui le diabète c'est très contraignant, pas tous les jours facile et je donnerais tout pour ne plus être diabétique rien que pendant une journée.

A côté de ça, je me dis également que j'ai surtout beaucoup de chance de ne pas avoir une maladie plus grave ou incurable et qu'il faut que j'accepte ma condition car de toute façon, le diabète, c'est malheureusement pour la vie ! Ce que je vis très mal en fait c'est surtout la réaction de certaines personnes de mon entourage à qui j'ai pu en parler. Je me suis rendue compte que les gens n'ont aucune connaissance du diabète et confondent tout, à commencer par diabète de type 1 et type 2 qui pour moi sont tout de même très différents.

On me dit toujours « Tu es très jeune pour être diabétique » mais non car le type 1 est auto-immunitaire et survient justement principalement chez les enfants, adolescents et jeunes adultes et ses causes ne dépendent pas du mode de vie comme cela peut être le cas chez beaucoup de diabétiques type 2. Grâce à l'insuline (et à un super diabétologue qui m'a aidé à trouver un bon équilibre), j'arrive tout de même à me faire plaisir régulièrement tout en gardant un régime globalement sain et équilibré et de bonnes glycémies. Mais dès que les gens qui m'entourent me voient manger une part de gâteau ou boire de l'alcool, ils se disent : *« Bon bah le diabète finalement, ce n'est rien du tout, on vit exactement de la même façon »*. Mais ce que ces gens ne voient pas, c'est que moi, pour me permettre ces écarts, je vais me cacher aux toilettes prendre régulièrement ma glycémie. Je calcule en permanence dans ma tête le nombre de glucides que je vais manger, la quantité d'insuline que je vais injecter etc.

J'ai également eu droit aux remarques du genre : *« Ça se trouve moi aussi je suis diabétique mais je ne le sais pas »* ou *« De toute manière d'ici 50 ans, tout le monde sera diabétique »* qui sont franchement plus que pénible à entendre. Tout cela est vraiment frustrant ! C'est difficile d'expliquer que non, le diabète ce n'est pas dramatique si on fait attention mais que c'est tout de même une contrainte au quotidien : plusieurs contrôles glycémiques par jour, plusieurs injections par jour, les inquiétudes au moindre petit problème de santé qui pourrait être lié au diabète et moralement, il faut avouer que ce n'est pas toujours simple non plus. Je ne demande pas du tout à ce qu'on me plaigne, bien au contraire, je déteste ça plus que tout, mais un minimum d'empathie de temps en temps ne ferait pas de mal.

Mais peut-être que c'est de ma faute, peut-être que je devrais prendre le temps d'expliquer à ces personnes ce qu'est vraiment le diabète plutôt que de toujours minimiser la situation en disant que ce n'est pas grave et ensuite ne pas être prise au sérieux. Enfin, malgré tout ça, je gère très bien mon diabète au quotidien avec les quelques personnes qui me soutiennent vraiment et c'est ça le principal :) Donc si certaines personnes partagent les mêmes frustrations que moi, essayons de nous concentrer sur le plus important : rester en bonne santé, ignorer les avis des personnes insensibles à notre situation et toujours rester positif !

Crédit photo : © Fotolia - Marchibas

Photo d'illustration