# Claire, 34 ans

Avec des jugements et à priori souvent innocents comme par exemple : " ...de toute façon, si il n'y a pas d'alcool dans une soirée, tu t'ennuies mortellement ", ou "...ce soir, c'est apéro-saucisson-chips-bières ". J'ai été au départ très orthorexique (fixation sur l'ingestion d'une nourriture saine), sport au maximum, alimentation rigide. Puis j'ai mis le frein. Je ne pouvais plus continuer ainsi, les rythmes de la vie ne sont pas adaptés à notre type de diabète. Et j'ai appris à vivre.

Je m'autorise des extras, mais je m'active dés que je peux ensuite. Ne restent que les soucis d'horaires. Certains amis dînent ou déjeunent assez tard (14h ou 21h pour certains). Et quand je leur dis que me concernant, je ne dois pas dépasser le créneau 19-20h, ils lèvent les yeux au ciel. Même chose quand j'entends certains dire : " oh, je ne supporte pas les piqûres ! ". Sans aucune gêne pour moi qui doit en faire régulièrement, 1 tous les 3 mois. Et des bilans sanguins à jeun... Quant aux diabètiques de type 2, même ressenti que David. Ils se plaignent plus souvent que nous, et souvent leurs proches sont persuadés qu'ils maîtrisent les termes médicaux...

*Crédit photo : © Fotolia - contrastwerkstatt*

*Photo d'illustration*