

Témoignage

une réponse à l'article

« 50 ans de diabète de type 1 sans complications » du Docteur J-P Lauvaux (revue ABD 52-5)

1955-2009 : un demi siècle plus 4 ans de diabète et donc, Cher Docteur Lauvaux, je vous bats de 4 ans quant à la durée de nos diabètes respectifs.

Comme vous, je suis tombé dans le sucre, mais je ne sais pourquoi, les abeilles ne me piquent jamais. Comme vous, j'ai fait l'ULB, dans une autre faculté que la vôtre, mais tout aussi prestigieuse. Arrêtons-là les comparaisons car je vous dois le respect ; en effet, je n'ai que 62 ans alors que vous avez quelques années de plus.

En ce qui concerne les compliments, je tiens à vous remercier pour les presque 30 années que j'ai passé en votre compagnie et durant lesquelles mes visites chez vous m'ont permis d'aborder de nombreux sujets et pas seulement ceux se rapportant au diabète...

A l'inverse du Dr. Lauvaux, je croule sous les complications, mais il dira qu'elles ne sont pas liées au diabète, et il aura sans doute raison - ce qui rassurera bien entendu la majorité des diabétiques.

Je tiens à vous les citer car elles ont éclairé le sens de ma vie.

En effet, si l'on parvient à survivre à des événements médicaux graves et que l'on a la capacité de garder un moral à toute épreuve, la soif de vivre est à mon avis plus importante que chez une personne qui est en bonne santé et on a, dans mon esprit, un "plus" important par rapport au commun des mortels.

Il est vrai que mon diabète a débuté à l'âge de 8 ans et que j'ai donc le sentiment d'avoir toujours été diabétique avec l'avantage que je n'ai jamais souffert psychologiquement de cette situation.

C'est un peu comme l'aveugle de naissance qui voit à sa façon et qui ne souffre pas de sa cécité puisqu'il n'a jamais connu autre chose.

J'ai présenté des complications pulmonaires lors de ma première candidature à Solvay, ce qui ne m'a pas empêché de terminer mes études sans problèmes. Les débuts de ma vie professionnelle furent quant à eux assez fulgurants mais j'ai malheureusement eu un premier infarctus en 1982 à l'âge de 35 ans. Psychologiquement, j'étais effondré, pensant que ma vie était finie. Après ce premier infarctus assez lourd, j'en ai eu encore quatre autres avant de terminer sur la table d'opération le lendemain du cinquième...

Opération du désespoir (triple pontage) qui dura 9 heures et où mon cœur peina pour redémarrer. Je dois vous avouer que j'ai quand même eu un peu peur car je n'étais pas certain que je m'en sortirais.

Après cet épisode, j'étais convaincu que j'étais protégé par une force « extra-terrestre ».

En effet, un mois après ce triple pontage difficile, alors que certains de mes médecins me traitaient de fou, je me suis

amusé à creuser une piscine de 50m³ dans mon jardin, à la pelle, ce qui me prit 4 mois et me fit perdre 8 kilos mais m'a surtout permis de garder une forme idyllique. Je passais aussi de l'état d'intellectuel à l'état de manuel, presque baignard. Mais mon moral était plus qu'excellent, ce qui se traduisait parfois par des prises de risque excessives.

J'ai mené une vie quelque peu en dehors des sentiers battus et mes nombreux problèmes médicaux ne m'ont que rarement accablé. Et je ne m'en plains jamais ou rarement... Pour la petite histoire, ce sont plutôt d'autres « affaires » de cœur qui me posaient des problèmes moraux.

Il y a peu, j'ai rencontré dans une pharmacie une maman accompagnée de son petit bonhomme de 8 ans qui était diabétique. Le pharmacien donnait à cette dame relativement effondrée des explications qui me semblaient incorrectes. J'ai alors passé une heure avec cette maman à lui expliquer ce que je pensais. Elle est repartie avec son fils (un super petit gamin par ailleurs, insouciant de sa maladie et très attentif à ce que je lui disais) le moral quelque peu meilleur.

Je pense qu'en complément du suivi médical, une personne diabétique (qui connaît la maladie de l'intérieur) peut être d'une grande aide pour

d'autres personnes qui ne sont diabétiques que depuis peu.

Je suis également convaincu que la plupart des personnes diabétiques qui ont plus de cinquante ans de diabète derrière elles et qui ont donc dû la gérer il y a plus de 40 ans (en l'absence de glucomètre, mais via uniquement des analyses d'urines, insulines réduites, etc.) devaient traîner un taux d'HbA1c de plus de 10%. Malgré cet état de fait et grâce à un suivi ultérieur de leur diabète par le médecin spécialiste, ces personnes ont pu et peuvent encore aujourd'hui mener une vie comme si de rien n'était...

Le choix du diabétologue, comme celui du cardiologue pour ceux qui ont des problèmes de cœur, me semble primordial pour essayer de s'assurer une vie longue et fructueuse.

Voici quelques règles de base qui m'ont permis de mener une vie comme n'importe quel quidam, à savoir :

- un suivi rigoureux du diabète (4 à 5 tests de glycémie par jour, 4 ou 5 piqûres d'insuline en fonction de l'alimentation, essayer de ne pas dépasser un taux d'HbA1c de 7%)
- suivi que, je l'avoue, je ne respecte rigoureusement que depuis une dizaine d'années mais je ne m'en porte évidemment pas plus mal ;

- un moral à toute épreuve ; c'est important mais cela ne se commande pas. Un individu n'est pas l'autre et le moral dans mon esprit n'est pas une affaire de volonté ; c'est inhérent au caractère de l'individu ;
- essayer de garder confiance et de ne pas être craintif ou anxieux de ce qui pourrait arriver ;
- garder le sens de l'humour et de la dérision par rapport à la maladie.

Enfin, l'excellent cardiologue bruxellois K., craignant un éventuel arrêt de mon cœur étant donné mes excès en tous genres, vient de me faire placer une combinaison de défibrillateur et de pacemaker dernier cri, ce qui me fait penser en conclusion que je ne mourrai ni des suites du diabète ni d'un problème de cœur. Mais je vous rassure... il reste beaucoup d'autres possibilités.

Je puis vous affirmer qu'aujourd'hui à 62 ans, je me porte comme un charme, et même mieux que certains de mes amis présumés être en bonne santé.

Pour en terminer définitivement, je voudrais rendre hommage au Docteur Lauvaux. Je lui serai toujours reconnaissant de ce qu'il m'a apporté.