

## Témoignage



*Comment j'ai rebondi après la difficile période de l'annonce de la SEP ?*

**« Après les phases de dépression, de déni, etc. qui sont quasiment des "passages obligés", vous n'êtes plus totalement le ou la même. »**

Je m'appelle Marion (prénom fictif), j'ai actuellement 36 ans.

**- Vous aviez quel âge lors du diagnostic de la SEP : 33 ans**

**- Qu'est-ce qui a fondamentalement changé dans votre personnalité ? :**

Le rapport aux travail et gens. Je relativise un peu plus les évènements de la vie.

**- A partir de quel moment ? :**

...2 ans après, à la naissance de ma fille.

**- Qu'est-ce que vous souhaiteriez dire aux personnes nouvellement diagnostiquées ? :**

Le jour où le diagnostic fut posé, le neurologue me dit de continuer mes projets. Sur le moment, je n'ai pas compris. Je répondrais aujourd'hui la même chose, tenter de se projeter, même sur de petites choses. C'est un long chemin parsemé d'embûches, mais ça vaut quand même la peine.

Récit :

Lorsque le diagnostic fut posé, le monde s'est écroulé. D'autant que le même jour, ma mère m'annonçait qu'elle avait un cancer, et qu'elle devait se faire opérer en urgence. Nous venions de déménager et d'acheter une maison...

Dans ma tête, les choses se sont vite organisées. Je me suis dit que j'avais trois possibilités: me jeter dans la Seine, attendre que la vie s'écoule derrière mes volets ou bien continuer à vivre.

J'ai opté pour la dernière possibilité, non sans mal.

## Témoignage

Après une longue période où je me suis mise une énorme pression sur le plan personnel comme sur le plan professionnel, j'ai connu une dépression « masquée » très dense. J'avais envie de construire alors qu'autour mon entourage s'étiolait, mon compagnon ne me parlait plus ou me renvoyait sans cesse le fait que j'étais malade. Et en même temps, avec le recul aujourd'hui, je pense que j'étais incapable de construire quoique ce soit, ne sachant plus par où commencer. Mes repères éclataient (géographiques, physiques, sociaux)...

Le temps est un allié dans ce genre d'épreuve, j'ai compris qu'il ne servait à rien de vouloir tout faire et réussir, certainement pour conjurer le sort. Je devais être dans une course contre la mort.

C'est à ce moment qu'avec mon compagnon, nous avons pu réengager une conversation... et miracle, alors que depuis plusieurs années, nous tentions d'avoir un enfant, je suis tombée enceinte. Ma grossesse a été un formidable ressort. Je me suis sentie vivante, j'ai eu la sensation que j'habitais le corps d'avant le diagnostic. La grossesse fut compliquée car elle s'est accompagnée d'une phlébite dès le deuxième mois, et d'un arrêt de travail immédiat. Curieusement, cet arrêt m'a permis de réfléchir à l'avenir.

Aujourd'hui, j'ai repris mon activité et ose davantage m'arrêter. J'ai mis de côté un projet professionnel. La fatigue est telle qu'à certains moments que cela était devenu impossible.

Ma fille est en pleine forme, je la regarde et je me dis que j'ai beaucoup de chance.

**Nous vous remercions Marion pour ce témoignage.**

APF Ecoute infos  
16 décembre 2008