

La lettre mensuelle pour et par les fibromyalgiques

« Débrouillez-vous, chère patiente ! »

Mardi 31 janvier, une jeune femme me commande mon journal. Dans un second temps, elle me fait part de son désarroi de ne pas être prise au sérieux par le médecin-conseil, qui sous-entend, évidemment, que la fibromyalgie n'existe pas ! Son désespoir est tel qu'elle me parle suicide... A l'instant, je ne peux me résoudre à l'abandonner ainsi, en détresse... Troisième temps, elle m'envoie un message sur mon portable « Je vous remercie. J'ai bien reçu votre numéro de tél. et je suis très reconnaissante et très touchée par votre geste. (...) Ça me fait très bizarre de voir que quelqu'un s'intéresse à mon cas. Merci beaucoup. A bientôt ». Mais ce que je vous expose là est bien connu de certain(e)s parmi vous. **Que pensez de ces praticiens qui font un si grand mal à des personnes en état de faiblesse ? Qu'induit le fait de rejeter ainsi le patient ? Qu'en est-il de cette bienveillance humaine ?**

Vous avez dit « praticien » ?

Le plus grand médecin de l'Antiquité, **Hippocrate** (377 av JC) et son fameux serment aurait de quoi se retourner... « Son système repose sur l'altération des humeurs de l'organisme » et son éthique est bien centrée sur le respect de l'individu et la prise en compte de son ressenti... Alors que les praticiens dont les médecines sont officiellement reconnues bafouent le malade fibromyalgique, au-delà de la reconnaissance de cette pathologie par l'OMS, ceux de thérapies alternatives remettent justement l'homme au milieu de leur propre problématique.

Juste un conseil à vous donner... Mon ex-médecin généraliste avait réussi à ma prise en charge pour un burn-out et au final à m'aider à me sortir de la dépression... m'accordant beaucoup de temps – malgré la simple consultation à vingt euros –. Au-delà de lui avoir exprimé mon remerciement à cette période de ma vie, je l'ai remplacé lorsqu'il n'a pas accepté mon opposition aux traitements allopathiques qu'il me faisait ingurgiter... et qui n'amélioreraient nullement mon état alors rendue dans les rangs des fibros !

Alors qu'Isabelle me confiait son désespoir, comme d'autres d'ailleurs, il me semble impensable, lorsqu'« on » dit « vouer sa vie » au service des autres, d'opposer des arguments reposant sur une méconnaissance de la pathologie, sur l'absence – il est vrai – de marqueurs identifiables par des analyses. Cette attitude est irrecevable. Le respect de la personne humaine doit emprunter un chemin d'écoute, d'entraide, et de thérapies respectueuses du corps.

« Toi, patient, dégage ! »

Cette simple phrase pourrait résumer le comportement de nos chers médecins – du moins certains –. Puisqu'avec cette pathologie, nous nous retrouvons déjà incompris de nos proches, de nos amis, des différents acteurs au sein de notre travail, ne nous exposons pas au rejet complet du médecin. Consultez-le qu'en cas de nécessité ! **Un seul bémol toutefois et pas le moindre...** La reprise en mains de votre corps passe parfois par un arrêt de quelques semaines à quelques mois et là, sans médecin allopathique, pas d'arrêt ! Injuste société où la liberté de soins ne nous est pas donnée !

Un conseil donc : laissez-vous prescrire ce que le bon médecin conventionnel veut vous voir ingurgiter... Placez les dits médicaments dans un sac que vous rendrez quelques mois plus tard à différents pharmaciens, histoire que ça profite à d'autres... Arrêtez-vous pour dépression réactive suite à une fibromyalgie très éprouvante... Et prenez vous en charge en écoutant votre corps : thérapies cognitives, naturelles... Demandez aussi au bon médecin conventionnel de vous prescrire du kiné – massages, mouvements en piscine et réentraînement à l'effort si besoin –. Et lorsque vous aurez constaté, comme moi, que par ce chemin, vous recouvrez progressivement votre corps, votre « moi », dans le respect de chacun – sauf celui du bon médecin allopathique qui ignore ce que vous faites ! – alors remerciez vous d'avoir pris une sage décision. Mais comme il ne faut pas jeter le bébé avec l'eau du bain – à en croire le proverbe ! –, regardez également dans votre région s'il existe à l'hôpital, des groupes de parole, des

thérapies qui pourront aussi vous aider et qui sont prises en charge – hypnose, ... –.

Maltraitance médicale...

Dans une autre lettre, je vous avais déjà exposé les nouveaux textes qui rendent le patient acteur de sa guérison... Malheureusement, il est indéniable de constater que la plupart des médecins n'apprécie guère le patient averti, qui lui apporte moult informations, recueillies ou non sur le net.

Lorsque j'ai consulté à l'hôpital St Jacques de Besançon pour mes problèmes de sommeil, j'ai appris que le médecin qui me suivait, ne croyait pas en l'existence de cette maladie. Toutefois, il devait bien accepter les dysfonctionnements que les enregistrements lui apportaient. Ce que je salue est qu'à aucun moment, il m'a dit des mots comme « c'est dans votre tête »... Mais je dois bien admettre que son « vous ne serez plus jamais celle que vous avez été » m'a blessée, remuée... Et aujourd'hui, je peux lui dire « je suis mieux que ce que j'étais avant, au-delà des douleurs persistantes ! ». Oui, la maladie, la souffrance sont sources d'introspection et de cheminement... à vous de faire le point.

Ne vous laissez pas enfermer dans une logique de ballon dégonflé qui ne pourra plus être gonflé ! Si vous vous

laissez mettre à plat, la déprime ne pourra que croître et vous emmenez si bas que remonter, en sus des douleurs, relève du défi et d'une volonté intérieure indéniable...

Toc... Toc... Où es-tu « bienveillance humaine »

Tout autour de nous, elle existe. Je suis agréablement surprise de constater qu'un grand nombre de personnes aident leurs prochains : les « Restau du Cœur », la Croix Rouge, ceux et celles qui sont toutes les nuits auprès des sans abri. Parfois, cela se met en place, même si certains intervenants n'y voient que les revenus qu'ils vont en tirer ; je pense là, à l'émission « Tous ensemble » où l'entraide des personnes est véritable et permet à des personnes de se sortir d'une situation inextricable, catastrophique... mais je dois bien constater que TF1 ne l'a produite qu'en regardant de près l'audimat, bien sûr ! Le résultat est bien là et je pense que l'animateur, Pierre-Emmanuel – un prénom prédestiné ? – agit avec grand cœur. Il suffit qu'une personne tende la main à une autre pour qu'ainsi une grande chaîne se forme, nous relie... et augmente ainsi la conscience collective.

En définitive, croyez en vous, respectez-vous – corps et âme –, confiez-vous... et retrouvez foi en de meilleurs jours...

D'autres ont souffert... au-delà de la passion qui les animait.

Gustave Flaubert, hémiparalysé (...) se réfugiant dans l'écriture, « je suis vraiment assez bien depuis que j'ai consenti à être toujours mal. »

Jorge Luis Borges, perdant progressivement la vue, se dit au préalable « tu deviendras aveugle. Mais ne crains rien, c'est comme la longue fin d'un très beau soir d'été. »

Regardons par un autre prisme...

Poème taoïste

« Lorsque le Qi circule, les muscles et la peau rayonnent,
Et le corps de l'homme est comme un arbre
qui élève ses branches.

Invisible

Pour presque tous,

On l'ignore ;

Pourtant la haute vertu et le Qi valent de l'or. »

J'ai encore écorché le psy... mais je dois bien avouer que, pour ma part, trois d'entre eux, m'ont particulièrement aidée et que deux parmi ceux-ci, ont été, humainement, au dessus de la mêlée !

La maladie, sous le prisme de l'humour !

Gertrude, la FIBRO !

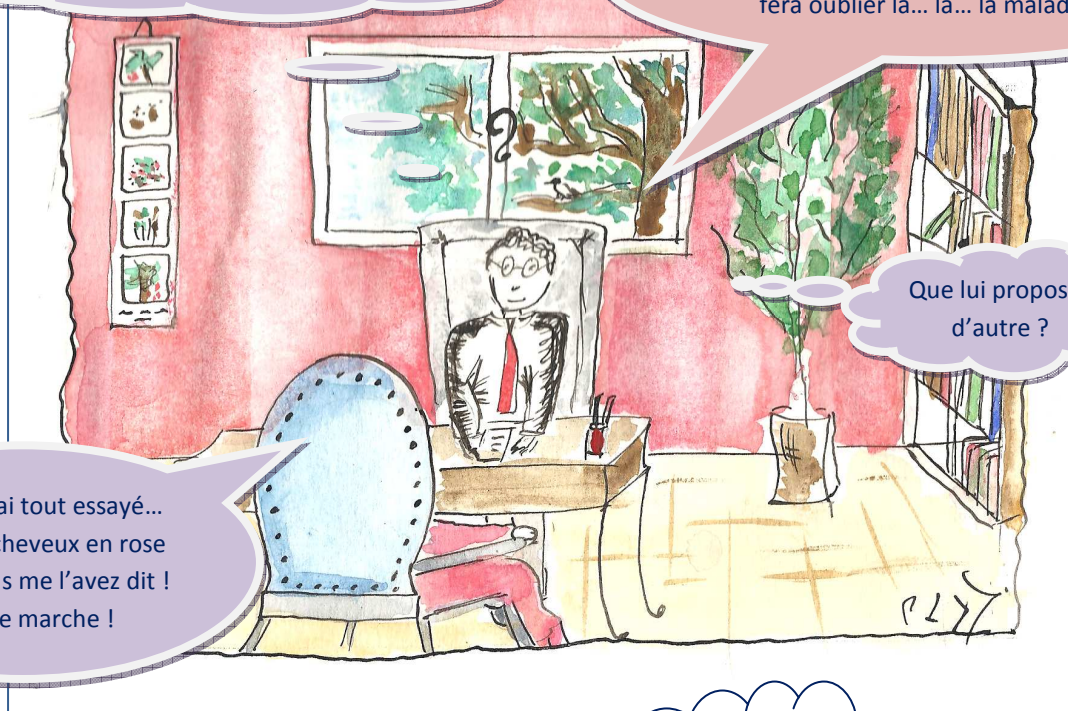
De nouveau chez le psy...

Elle a pas l'air si mal que ça !

Ah ! Mais les cheveux roses, c'était une image... Sortez, voyez du monde, ça vous fera oublier la... la... la maladie...

Que lui proposez d'autre ?

Docteur, j'ai tout essayé... même les cheveux en rose comme vous me l'avez dit ! Rien ne marche !



Oui Gertrude... il est possible d'aller mieux. Gardez espoir !