

## Témoignage de Juliette 08 04 2013

J'ai été diagnostiqué MCS en mai 2007 par une allergologue après des années de problèmes de santé inexpliqués, de symptômes divers et variés au quotidien et plusieurs traitements avec antidépresseurs et anxiolytiques pour le stress !!

Je me rappelle mes propos qui sont encore d'actualité, mais là je sais pourquoi : « il ne se passe pas un jour où je ne suis pas fatiguée, où je ne ressens aucune douleur ni symptômes quel qu'ils soient et de ne pas me sentir comme les autres en bonne santé »

Je me rappelle aussi mon soulagement d'avoir enfin mis un nom sur mon état de santé, mon mal-être depuis toutes ces années. La désillusion est vite venue, en mesurant les conséquences de la pathologie. Mon état dépressif s'est envolé après le diagnostic de la maladie.

Certes j'ai eu et j'ai toujours des coups de blues mais ils font partie de la vie MCS ou pas.

Cela a été très dur pendant plus 2 ans, solitude, privations, souffrances physiques et morales cloîtrée chez moi, la vie de famille en a pris un coup, j'ai 5 petits enfants, vous comprendrez ma détresse!!

J'ai dormi dans toutes les pièces de la maison même dans mon couloir d'entrée pendant tout un hiver, j'ai passé aussi des nuits dans mon véhicule.

Mise en inaptitude par la médecine du travail après une année 2007 terrible pour moi. Je travaillais dans l'agroalimentaire (dégraissant, désinfectant, émanations de vinaigre chaud, solvant sans gants etc.....), je ne dis pas que c'est forcément la cause de ma MCS mais cela a dû y contribuer fortement. J'ai été licenciée en janvier 2008.

S'en est suivi 3 ans de chômage pendant lesquelles j'ai monté un dossier de maladie professionnelle, débouté par la CPAM et le TCI, puis un dossier d'invalidité débouté par la CPAM mais accepté par le TCI début 2011, l'invalidité a pris le relais du chômage OUF....

J'ai aussi dû me séparer de plein de meubles, de tous mes vêtements

(imprégnés de lessive) trouver les bons produits (cosmétiques, entretien) qui me convenaient, cela a été le parcours du combattant et pas mal d'argent dépensé pour rien, mais il a fallu en passer par là.

J'ai supprimé les laitages et le gluten pendant 1 an, puis je les ai réintégrés petit à petit mais je modère leur utilisation. Et comme un bonheur n'arrive jamais seul je suis aussi devenue EHS, effondrement, colère puis acceptation, de toutes manières je n'avais pas le choix.

En juillet 2011, j'ai commencé la méthode NAET environ 20 séances, ça m'a beaucoup aidée. En mars 2012, l'EHS a évolué fortement et 7 mois de galère ont suivis. Le 15 mars j'ai commencé la méthode GUPTA et (le traitement du Pr Belpomme pendant 8 mois).

Depuis septembre 2012, je vais mieux, il y a encore des hauts et des bas, mais je me sens moins seule, plus libre, je refais mes courses, les boutiques de temps en temps, j'accepte des invitations sous certaines conditions, j'ai appris à gérer mes sorties en fonctions de mes priorités, mes envies et de mon état de santé. Si seulement je n'avais pas l'EHS. J'ai retrouvé une vie plus ou moins normale même si je me sens frustrée parfois. Je vais mieux et c'est ce qui compte.

Je fais partie depuis octobre 2012 du comité des foires de mon village et je me suis mise à l'aquarelle depuis peu, je ne pense pas exposer de si tôt mais cela me plaît et me détend et surtout aucune odeur chimique.

Voilà en bref un résumé de ma vie de MCS /EHS

**St Saint-Exupéry a dit** : fait de ta vie un rêve et fait que ce rêve devienne réalité.

Il faut se fixer l'objectif que l'on va aller mieux, apprendre à vivre autrement et accepter l'idée de vivre autrement.

Penser à ce que l'on peut faire et ne pas penser à ce que l'on ne peut plus

faire pour pouvoir avancer dans la vie et découvrir d'autres activités auxquelles nous n'aurions jamais pensé avant le MCS.

**Sénèque a dit** : ce n'est pas parce que c'est difficile que nous n'osons pas, c'est parce que nous n'osons pas que c'est difficile.

JULIETTE