

J'apprends à vivre avec ma séropositivité

Le site du Docteur Richard LATAPY

Adresse du site : www.docvadis.fr/latapy-richard



Validé par
le Comité Scientifique Infectiologie

A., originaire d'Afrique, a 20 ans. Elle connaît sa séropositivité et a appris à vivre avec. Elle n'a pas de traitement. Amis, amour, travail, elle envisage son quotidien et son avenir en fonction de sa séropositivité.

« Je n'accepte toujours pas. J'en veux au monde entier, à tous ceux qui sont normaux. J'ai de la rancoeur, de la jalousie, un sentiment d'injustice. Même si je sais aujourd'hui comment j'ai été contaminée. Je ne suis toujours pas sous traitement, je voudrais ne jamais l'être : dans le groupe de parole où je vais, à l'hôpital, il y en a qui ont un traitement. Un coup ils le prennent, un coup ils ne le prennent pas, à cause des effets secondaires. C'est bien, avec eux on a créé des liens, on se téléphone, ça fait du bien de pouvoir parler de ça.

Avec les autres, c'est impossible de le dire... Parfois, dans une discussion avec des copains, quand je trouve que ça va trop loin, je lance que j'ai le VIH : ils ne me prennent pas au sérieux. Chez moi, j'ai mis des posters sur le SIDA, il y a des trucs qui en parlent, comme des préservatifs : je dis que c'est parce que je suis concernée, parce qu'en Afrique il y en a beaucoup, mais je ne dis pas que c'est moi. Etre infectée, c'est ne pas être comme les autres : je sais qu'il y a des choses que je ne pourrai jamais faire comme les autres.

Et puis la grande question que je me pose, c'est quand je rencontrerai un homme avec qui j'aurai envie de faire ma vie, est-ce que je lui dirai ?

Les soignants vous aideront à gérer au quotidien la séropositivité. Ne restez pas seul(e) avec vos questions.



En fait, je n'en parle pas, le regard des autres est impossible : j'ai une tristesse cachée. A l'hôpital, je parle avec les soignants : dès que j'ai un souci, je m'adresse à quelqu'un de l'équipe et on me répond. Mais, à force, j'ai peur d'embêter les gens. Avec le SIDA, tout devient compliqué, tout devient angoissant : si j'ai mal à la tête, si on me dit que j'ai maigri, tout est un souci, tout est un signe de la maladie. »

Vivre sa séropositivité est une réelle difficulté : c'est tout le rapport au monde, à la vie qui est en cause, comme pour toutes les maladies chroniques. Mais le SIDA fait surtout référence à la vie intime, à la sexualité, ce qui est souvent tabou. Les groupes de parole, les entretiens avec un psychologue peuvent être d'une grande utilité pour surmonter cette question et retrouver l'estime de soi, tellement nécessaire à la vie de chacun.

Les soignants vous aideront à gérer au quotidien la séropositivité. Des solutions simples existent souvent. Ne restez pas seul(e) avec vos questions.

La question du partage de la connaissance de la séropositivité est réelle. Certaines personnes de votre entourage quotidien n'ont aucune raison d'en être informées. A l'inverse, ne pas partager ce diagnostic avec des personnes qui vous sont très intimes peut être une grande frustration pour vous.

Vous devez apprendre à vivre avec la séropositivité. Vous n'avez pas le choix, tout simplement parce que, maintenant, on peut vous affirmer qu'il est possible lorsqu'on est infecté par le VIH (virus de l'immunodéficience humaine) de vivre quasi normalement (avec un suivi médical et un traitement quotidien).