



Je m'appelle **Marie\***, j'ai 46 ans, je suis mariée depuis 25 ans et j'ai 3 enfants. Depuis 8 ans maintenant, je souffre d'une fibromyalgie sévère.

J'ai des douleurs intenses du pied jusqu'à la tête au niveau musculaire et articulaire ainsi qu'une fatigue chronique en permanence. Pour moi, mes douleurs se sont des coups de poignard, des décharges électriques, des fourmillements et des crampes. Je ne dors que 2 heures par nuit au maximum, je n'ai pas de position idéale donc j'alterne entre assise, debout et couchée. Je marche très difficilement avec une canne et pour mes trajets plus longs (+ 100 mètres) j'ai un fauteuil électrique car je ne peux pas faire avancer un fauteuil manuel avec mes bras. Je ne peux plus porter de choses lourdes.

Pour certaines personnes qui souffrent de la fibromyalgie, ça ne se voit pas car elle peut ne toucher que le dos, les jambes ou les bras. C'est pour ça que cette maladie est très mal comprise. Elle touche généralement des femmes mais moi qui suis suivie par le centre anti douleurs de Nantes, je vois de très jeunes (ado) et quelques hommes, nous sommes de plus en plus à avoir cette maladie, à différents degrés. Pour moi, elle est très handicapante mais pour mon entourage ce n'est pas évident non plus car ils sont impuissants face à ces douleurs. Le plus important, c'est de faire en fonction de son corps et d'être entouré(e) et de modifier son quotidien.

Cette maladie a donc changé ma vie professionnelle car malheureusement je suis en invalidité, néanmoins ça a renforcé l'amour de notre couple ainsi que l'amour avec mes enfants.

Malgré cela, j'essaie de faire le maximum de choses de la vie courante et demande de l'aide pour ce qui est plus compliqué pour moi.

Il faut savoir être à l'écoute des personnes qui souffrent même si ça ne se voit pas et surtout ne juger personnes.

**\*Prénom modifié**