

Soirmagazine

Animé par Naïma Yachir

Numéro 7

## Sommaire

## C'EST MA VIE

Des amours  
de chat

Malika, la cinquantaine bien entamée, parle de ses compagnons avec beaucoup de tendresse. Bicha, la siamoise, Minette aux poils d'angora et Gambi la petite tortue font partie de sa vie.

Lire en page 12

L'ENTRETIEN  
DE LA SEMAINE

"Il faut briser le tabou de croire aujourd'hui que l'hypocondrie relève de la psychiatrie"

M<sup>me</sup> Ali Khodja, psychologue clinicienne à l'UDS  
Mahmoud-Ben-Mahmoud de Guelma, nous apporte son éclairage sur cette pathologie.

Lire en page 13

.....

VOYAGE  
CULINAIRE

Qui ne connaît pas thighrifine l'avssal ne peut être bon mangeur !

Vous allez les découvrir cette semaine, dans une recette que vous proposera M<sup>me</sup> Ferroudja.

Lire en page 14

## L'hypocondrie a gâché leur vie

Les hypocondriaques ou les malades imaginaires sont le plus souvent pris pour des simulateurs, ils constituent aussi un véritable casse-tête pour les médecins, puisque ces derniers peinent à établir un diagnostic, face à la symptomatologie décrite par ce genre de patients.

Par Nouredine Guergour

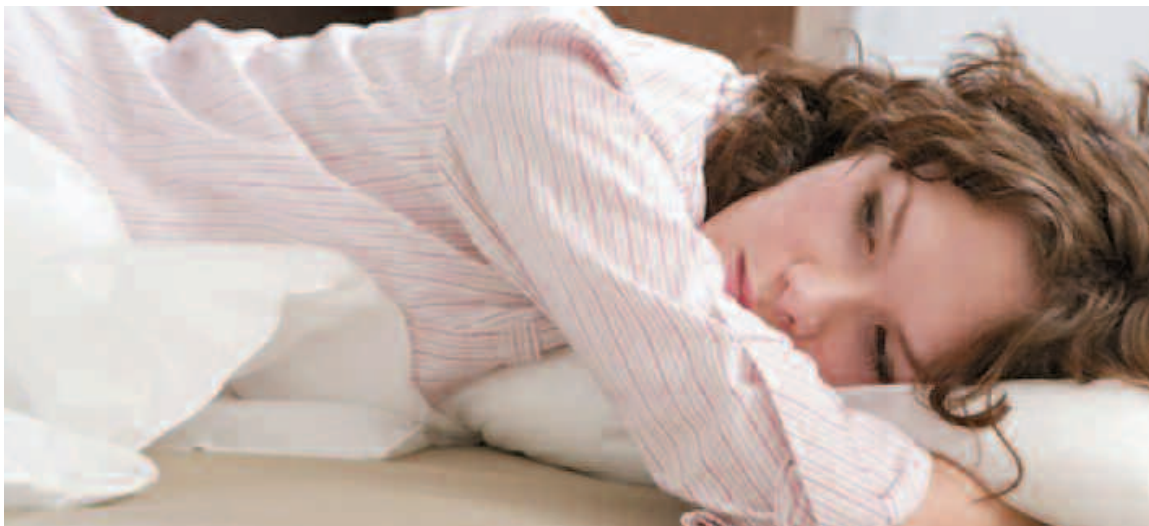
Pour les spécialistes, l'hypocondrie est une névrose qui se manifeste par des troubles qui sont en rapport avec les conditions sociales du patient, il s'agit donc d'une situation qui doit être prise au sérieux. Afin de faire la lumière sur les zones d'ombre qui planent encore sur cette pathologie aussi redoutée que mal connue, on a recueilli auprès de deux hypocondriaques des témoignages accablants sur la souffrance endurée au quotidien.

Djamila, 50 ans,  
enseignante

Sa vie tourne essentiellement autour de sa santé, elle est constamment habitée par la peur de tomber malade ; ce sentiment fort et irrationnel prend chez elle un aspect pathologique. Celle-ci fréquente avec assiduité les services des urgences,

«On a besoin du soutien indéfectible de toute la société pour venir à bout de ce mal qui nous ronge.»

les salles de consultation et les cabinets médicaux privés, elle est particulièrement mortifiée à l'idée d'attraper à n'importe quel moment une maladie, d'une simple grippe à un cancer en passant par le diabète, l'hypertension artérielle... Cela lui a permis peu à peu d'acquérir une culture générale dans le domaine médical, elle connaît presque tous les tableaux cliniques des maladies, notamment les plus funestes. «Ça a commencé il y a quatre ans, quand



Photos : DR

les médecins ont diagnostiqué un cancer du rectum chez une amie qui est décédée six mois plus tard.

Elle me décrivait des rectorragies (hémorragies anales) et des douleurs intenses. J'ai alors obligé un gastroentérologue à me faire une rectoscopie, qui n'a rien révélé, mais malheureusement ce n'était que le début.» Le cancer du sein, l'infarctus du myocarde sont les préoccupations majeures de Djamila.

«La peur de faire un arrêt cardiaque me provoque une insomnie rebelle au traitement, la moindre douleur thoracique m'affole, je palpe et j'inspecte constamment mon corps à la recherche des signes qui pourraient étayer mes suspicions.

Les taches bleuâtres (ecchymoses) me font craindre une leucémie, les douleurs articulaires m'évoquent un cancer des os et les migraines sont pour moi révélatrices d'une tumeur du cerveau.

Je reconnais également ma passion effrénée pour les guides et les dictionnaires médicaux, je subis, donc, un stress intense au quotidien, je suis persuadée que c'est un comportement qui rend la vie très difficile pour mon entourage, mais une chose est sûre, c'est que j'ai vraiment mal moi aussi, je vis tellement avec un sentiment de culpabilité que je me sens très fragile. J'ai l'impression que je suis devenue insupportable ; Dieu merci, quelques très rares personnes me soutiennent. Je saisis cette opportunité pour rendre un vibrant hommage à ma chère maman, pour tout ce qu'elle fait pour m'aider, les gens qui nous aiment savent toujours comment se comporter avec nous, notamment dans les moments difficiles, mais ils comprennent aussi qu'on se comporte de la sorte malgré nous. Je reconnais aussi que certains praticiens m'ont appris beaucoup de choses sur l'hypocondrie et la conduite à tenir pour limiter ses dégâts.» Vraisemblablement, Djamila est une hypocondriaque qui s'assume. Malgré son handicap, elle a réussi à

élever convenablement ses deux enfants et surtout à exceller dans l'accomplissement de sa noble tâche d'enseignante. Elle est revenue sur certaines difficultés rencon-

«La maladie empoisonne ma vie, j'ai sans cesse des envies suicidaires»

trées avec ses proches, notamment dans le milieu conjugal : «Avec mon mari, je reconnais qu'il y a des hauts et des bas, certaines de ses remarques me laissent penser qu'il



va finir par en avoir marre de supporter mes problèmes et des fois mon profil anxieux suscite chez lui une grande inquiétude.»

Cette hypocondriaque n'a pas manqué de nous faire part de sa profonde détresse : «On a besoin du soutien indéfectible de toute la société pour venir à bout de ce mal

qui nous ronge, et il faut admettre aussi que nous sommes en butte aux préjugés des gens qui considèrent ces craintes injustifiées et exagérées. Je lance un appel solennel à tous ceux qui ne sont pas en mesure de nous supporter, qu'ils cessent de décourager les autres à le faire, comme ça on peut dire qu'on finira un jour par vaincre cette disposition obsessionnelle.»

Farida, 30 ans,  
informaticienne

Depuis mon plus jeune âge, j'ai toujours été attentive aux maladies et je me renseignais auprès de ma famille et mon entourage. Aujourd'hui, j'ai 35 ans et je ne pense qu'à cela du matin au soir, c'est vraiment horrible.

Si j'ai un petit mal de gorge, je cours chez le médecin pour savoir si je n'ai pas un cancer. A la moindre douleur je m'imagine que je suis malade, que je vais mourir et ça m'empoisonne la vie. Je ne peux plus vivre comme ça.

Ma tête est sans cesse pleine, je réfléchis tout le temps à toutes les horribles maladies que j'ai toujours peur de contracter et je ne peux pas m'empêcher d'y penser. A force d'imaginer que j'ai des saloperies, je vais finir par les provoquer et vraiment tomber malade. Un coup c'est le cancer du sein, un autre c'est celui de l'utérus, c'est atroce.

Je ne demande pourtant qu'à vivre comme tout le monde. Je veux faire plein de choses, j'ai des projets plein la tête, mais comme mon esprit est toujours préoccupé par les maladies imaginaires cela a foutu ma vie professionnelle et sentimentale en l'air. Je reste cloîtrée chez moi à me ronger les sangs et cela me rend de plus en plus malade. J'ai atteint un niveau de dépression très important et je n'en peux plus. Cela va finir par me détruire. J'ai sans cesse des envies suicidaires, mais je continue à lutter contre cette affreuse maladie. ■

## ATTITUDES

Par Naïma Yachir  
naiyach@yahoo.fr

## Remords

Tout baignait dans l'huile pour ce couple et leur bébé de 14 mois. La naissance du petit Amir a rempli le foyer de joie et de bonheur. Il y en avait que pour Amir, et pour cause : les mariés ont dû patienter six longues années pour fêter sa naissance. La maman n'avait d'yeux que pour lui, elle était aux petits soins : veiller à ce qu'il ait une nourriture équilibrée, une hygiène irréprochable, de l'amour et de l'affection à en revendre ; bref, tous les ingrédients pour réussir son épanouissement. Maman a doublé de

vigilance lorsque bébé a fait ses premiers pas, quand il a commencé à toucher à tout. Elle ne laisse traîner aucun objet susceptible de constituer un danger pour bébé. Les détergents sont mis sous cadenas, les prises électriques camouflées, des barrières installées aux portes de la cuisine et de la salle de bain, en somme, tout un arsenal préventif a été mis en place pour éviter toute mauvaise surprise. Ainsi, Maman croyait qu'Amir était protégé de tout, jusqu'au jour où ils ont failli le perdre. C'était par une belle soirée

de Ramadan, la table est bien garnie et Amir, assis sur le tapis dans le salon, joue tranquillement avec ses logos, maman tout en servant le repas ne perd pas de vue son bébé.

Le papa se lève de table rassasié, la peau du ventre bien tendue, il se retire dans sa chambre pour enrouler sa chique comme à l'accoutumée.

Bébé le suit, maman, du salon, et tout en débarrassant la table, rappelle son époux à la vigilance : «Aie l'œil sur Amir, il te suit.»

- «Ne t'inquiète pas, il est près de moi.» Mais il a fallu une fraction de seconde, le temps de mettre la télé en marche, pour que bébé, qui furetait sous la table de nuit, trouve une boule de chique, qu'il s'empresse d'avalier. Le gémissement de

l'enfant fait sursauter le père qui avait le dos tourné. Amir, les yeux exorbités, étouffe. La maman accourt dans la chambre, elle s'affole à la vue de son enfant et s'affale sur le sol. Le mari avec sang-froid extirpe de la gorge de son fils la boule de chique, l'enfant vomit et prend des couleurs. La mère reprend ses sens et crache toute sa colère sur le papa :

- «Que s'est-il passé ? Qu'a-t-il avalé ?»

Le père, tel un criminel qui avoue son forfait, répond :

- «C'est une boule de chique qui traînait sous la table de nuit. Mon Dieu, j'ai failli tuer mon fils !» Il éclate en sanglots et sert le bébé dans ses bras. «Plus jamais je ne mettrai cette saloperie dans ma bouche, j'aurais dû t'écouter depuis longtemps.» ■