

## Ana, 33 ans, Espagne

Ce qui a marqué ma nouvelle vie avec un dysfonctionnement thyroïdien, c'est un simple retard dans mon cycle menstruel. Disons plutôt, trois retards consécutifs de plus de 10 jours. Je suis allée consulter ma gynécologue qui a identifié ma maladie quand je lui ai décrit mes symptômes, dont je pensais qu'ils pouvaient tous facilement s'expliquer par de nombreuses circonstances de la vie quotidienne. Mais j'ai appris qu'ils étaient tous dus à une petite glande dont je n'avais pratiquement jamais entendu parler auparavant : la thyroïde. J'ai eu des examens de sang qui ont été adressés à un endocrinologue.

Quelques autres examens (rapides et indolores) ont confirmé le diagnostic d'hypothyroïdie (insuffisance d'action de la thyroïde). Mon médecin m'a prescrit un médicament appelé lévothyroxine (une hormone thyroïdienne de synthèse) pour corriger l'insuffisance d'activité de ma thyroïde. C'est ainsi que j'ai appris que la glande thyroïde régule les processus métaboliques du corps.

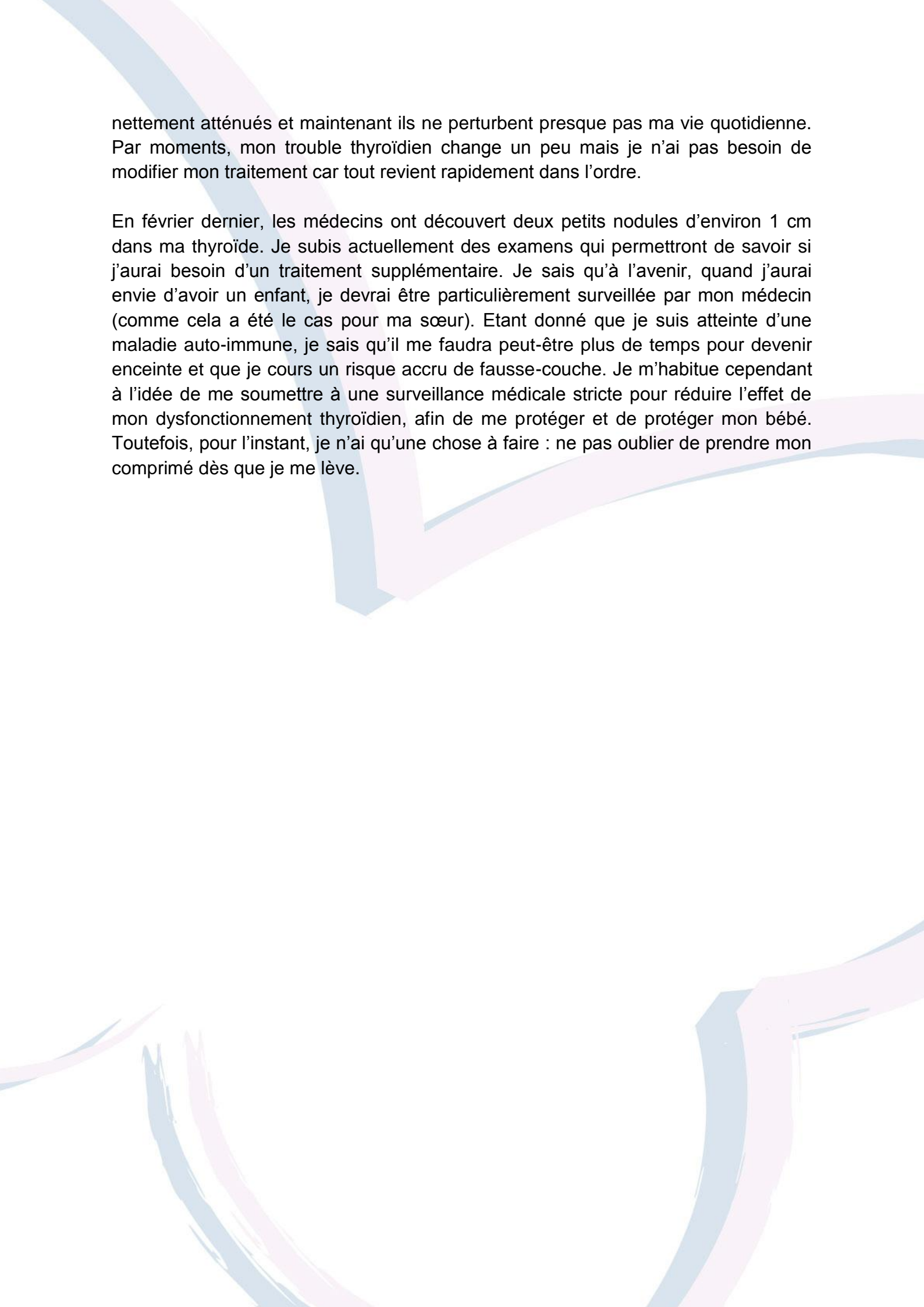
Tout d'un coup, il est devenu clair que l'hypothyroïdie était la cause de tous mes troubles : fatigue, faiblesse, prise de poids, sensation de froid, troubles menstruels, chute des cheveux et anomalies psychiques. J'ai eu ces symptômes jusqu'à ce que je reçoive un traitement mais je n'aurais jamais pensé qu'ils pouvaient être dus à un dysfonctionnement de la thyroïde. Je voyais enfin le bout du tunnel et je ne me sentais plus anormale. Je comprends aujourd'hui pourquoi je prenais du poids alors que je suivais un régime très strict. J'avais l'impression d'être une vieille dame car j'étais tout le temps fatiguée ; je n'avais pas assez d'énergie pour vaquer aux simples tâches quotidiennes.

Parfois, je ne pouvais pas participer à des activités des gens de mon âge et je me sentais même distancée dans ma vie professionnelle. Cependant, le symptôme qui m'était le plus pénible était mon incapacité à contrôler mes émotions.

Il m'a fallu un certain temps pour m'informer sur le dysfonctionnement de la thyroïde. Au début, la seule chose que je savais à ce propos était que l'hypothyroïdie peut vous faire grossir même si vous ne mangez pas et que l'hyperthyroïdie peut vous faire perdre du poids, même si vous mangez beaucoup.

Depuis, j'ai appris que des facteurs génétiques jouent un rôle important dans ces maladies. Mon père, ma mère, ma grand-mère paternelle, ma tante maternelle et ma sœur souffrent tous de troubles thyroïdiens divers. Nous avons tous appris à faire face à notre maladie et nous ne cessons jamais de nous informer sur nos problèmes thyroïdiens respectifs. Le facteur génétique a été découvert au fil du temps.

Il a suffi d'un petit comprimé (lévothyroxine – hormone thyroïdienne de synthèse) pour corriger mes troubles thyroïdiens. J'ai régulièrement des examens de contrôle, tous les 6 mois, et même si certains des symptômes persistent encore, ils se sont



nettement atténués et maintenant ils ne perturbent presque pas ma vie quotidienne. Par moments, mon trouble thyroïdien change un peu mais je n'ai pas besoin de modifier mon traitement car tout revient rapidement dans l'ordre.

En février dernier, les médecins ont découvert deux petits nodules d'environ 1 cm dans ma thyroïde. Je subis actuellement des examens qui permettront de savoir si j'aurai besoin d'un traitement supplémentaire. Je sais qu'à l'avenir, quand j'aurai envie d'avoir un enfant, je devrai être particulièrement surveillée par mon médecin (comme cela a été le cas pour ma sœur). Etant donné que je suis atteinte d'une maladie auto-immune, je sais qu'il me faudra peut-être plus de temps pour devenir enceinte et que je cours un risque accru de fausse-couche. Je m'habitue cependant à l'idée de me soumettre à une surveillance médicale stricte pour réduire l'effet de mon dysfonctionnement thyroïdien, afin de me protéger et de protéger mon bébé. Toutefois, pour l'instant, je n'ai qu'une chose à faire : ne pas oublier de prendre mon comprimé dès que je me lève.