



Portrait / Paulette Schaeffer Sous insuline depuis 65 ans

Toute pimpante avec ses cheveux blond vénitien et son teint de jeune fille, Paulette Schaeffer est une bien avenante septuagénaire. Probablement grâce à l'attention extrême que cette diabétique porte à sa nutrition, elle qui est sous insuline depuis 65 ans. Un vrai record.



Paulette Schaeffer : « J'ai commencé à me faire les piqûres toute seule à partir de huit ans ». (Photo DNA - Franck Delhomme)

Dans sa maison de Muttersholtz, Paulette reçoit en compagnie de son époux, Pierre. Un couple marié depuis près de 50 ans et qui fait ménage à trois avec l'insuline depuis le début : « Quand je l'ai rencontrée, explique Pierre, je lui ai dit : "je ne commande pas cette maladie mais je vais t'aider dans la vie malgré ce handicap" ». Mal connu à l'époque, le diabète faisait peur et la mère du futur mari ne l'avait pas encouragé à se marier avec Paulette. Au contraire : « Elle disait que ce serait une catastrophe », se rappelle Pierre « J'étais une forte tête. Le diabète, je ne connaissais absolument pas, mais je me suis renseigné ».

La petite fille de 7 ans tombe dans le coma

Ensuite, poursuivent les deux époux : « Nous on s'est toujours équipés. On savait que si on pouvait mieux contrôler la glycémie, ce serait plus facile pour doser l'insuline ». Dans les années 50, l'insuline (*) s'injectait avec « des aiguilles épaisses comme ça », montre Paulette qui a gardé un impressionnant spécimen.

Quand Paulette naît, en 1936 à Sundhouse, tout se passe bien au début en famille. Mais la guerre éclate peu après, entraînant un choc qui peut avoir ébranlé son jeune organisme. Alors que le couvre-feu est imposé dans le village, elle allume par mégarde la lumière dans la cour où elle était aller nourrir les bêtes... Des autorités viennent le lendemain sévèrement réprimander les siens... « J'ai commencé à être malade à 7 ans, je ne mangeais plus. Le jeune médecin du village n'a pas pensé au diabète, n'a pas fait analyser l'urine... » Jusqu'au jour, début 1944, où la petite fille, deuxième de quatre enfants, tombe dans le coma : « Là, le médecin a trouvé que c'était le sucre... »

Pour que les autres écoliers n'en sachent rien

A l'hôpital de Colmar, Paulette reçoit ses premières injections d'insuline : « Des grandes aiguilles dans les cuisses tous les jours. D'abord la soeur garde-malade, puis mon père et ma mère. Puis moi toute seule à partir de 8 ans ». La fillette connaît les gestes : ouvrir la boîte en inox, rincer l'aiguille avec le vorlauf, ce produit issu du schnaps bon à tout, faire bouillir une fois par semaine. A l'hôpital, « les religieuses avaient conseillé de manger des légumes avec beaucoup de lard ou du pâté de viande. J'ai toujours été raisonnable, ni pain, ni chocolat, ni saucisse... » Paulette retrouve la santé, mais en octobre 1944, dit adieu à son papa, incorporé de force dans l'armée allemande quelques mois avant la Libération : « Ils l'ont pris alors qu'il était menuisier et qu'il lui manquait des doigts. On a eu quatre lettres de lui et puis plus rien... » Un des 10 500 Malgré-nous alsaciens-mosellans portés disparus. A l'épreuve émotionnelle s'ajoutent les privations : « On n'était même pas des Pupilles de la nation, il fallait attendre 5 ans pour les papiers...Il a fallu batailler, on n'était même plus à la Sécurité sociale. » La famille aide, la maman est courageuse (« On se levait tôt avec ma soeur et ma mère

pour porter le journal ») et Paulette se fait ses piqûres d'insuline le matin à jeun pour que les autres écoliers n'en sachent rien. Mais en 1949, à 14 ans, elle est hospitalisée à Colmar : « Le sucre montait et descendait, c'était la puberté. Ils m'ont gardée six mois à l'hôpital Pasteur pour rééquilibrer le diabète. Fin octobre, comme j'avais ma confirmation, ils m'ont enfin laissée repartir ». Bien qu'ayant raté la moitié de l'année scolaire, l'adolescente obtient son certificat d'étude. Mais suite à sa situation familiale, Paulette est obligée de quitter l'école à 14 ans.

Une nouvelle vie comme employée de maison à Paris

La jeune diabétique travaille 7 ans dans une famille de notaires et s'occupe d'un petit garçon. Comment faisait-elle pour éviter les malaises dans ce foyer qui était informée de son problème de **santé** ? « C'était surtout la nuit mais j'ai toujours senti quand j'étais en hypoglycémie. » L'intuition à défaut de la technique... Paulette sait qu'elle doit avant tout compter sur elle-même : « A l'époque, on ne pouvait rien contrôler. Enfin, si, difficilement, avec deux flacons et une éprouvette de produit chimique qu'il fallait faire chauffer sur un petit réchaud... » Fin 59, elle est enceinte, mais alors qu'elle sent qu'elle a besoin d'insuline, la religieuse infirmière en chef lui refuse une piqûre dans une clinique strasbourgeoise. L'enfant naît mort-né. Une épreuve pour le jeune couple qui part commencer une nouvelle vie à Paris. Pierre travaille et Paulette aussi, comme employée de maison. Un jour, « j'avais trouvé une bonne place pour garder un enfant ; j'ai dit que j'étais diabétique et on m'a refusée. Après, je n'ai plus jamais rien dit ». Lors d'une consultation à Paris, un médecin lui annonce avec toute sa science : « Vous savez, vous n'allez pas vieillir ! » Elle en sourit aujourd'hui : « Je ne tiens pas à avoir 90 ans, mais j'ai quand même bien vieilli ! » Lors de sa deuxième grossesse, elle est hospitalisée à la maternité de Port-Royal dès le 7e mois : « Ils ne voulaient plus me laisser repartir quand ils ont su dans le service que j'étais diabétique. Bon, la patronne n'a pas apprécié. » Par chance, la gynécologue était l'épouse d'un grand diabétologue : « Elle m'a donné des menus et a insisté sur l'alimentation, comme quoi c'était essentiel. Et je n'ai jamais fait un repas sans légumes ». Aujourd'hui, quand Paulette demande des légumes ou un fruit dans un restaurant en disant qu'elle est diabétique, « il n'y a pas de problème. Il y a quelques années, c'était compliqué, les portions étaient minuscules. »

« Là non plus, je n'ai pas dit que j'étais diabétique »

La première fille du couple, Nadine, naît par césarienne, sollicitant des soins particuliers, car ses parents apprennent qu'ils ont des groupes sanguins incompatibles. Grâce à l'association des Alsaciens de Paris, la famille trouve un petit appartement à louer à Vincennes. Paulette devient cuisinière dans une grande famille de médecins « mais là non plus, je n'ai pas dit que j'étais diabétique ». Finalement, c'est le retour en Alsace auprès de la mère à Sundhouse. En 1966, les Schaeffer s'installent dans la maison qu'ils ont fait construire à Muttersholtz. Avec un grand jardin potager où Paulette et Pierre cultivent poireaux, tomates, haricots, potirons, etc. Leur seconde fille, Isabelle, vient ensuite au monde. Également par césarienne à l'hôpital civil de Strasbourg où Paulette avait été hospitalisée six semaines avant. Ayant demandé une ligature des trompes, chaque grossesse représentant un risque pour elle, la jeune maman avait d'abord essuyé un refus de la part d'un médecin. Avant de trouver par la suite un professeur plus intelligent et plus humain.

« Je calcule tout le temps, le secret, c'est ça »

Avec l'âge, Paulette ne relâche pas ses efforts. Elle ne mange rien entre les repas et ne boit jamais de vin. Exceptionnellement, un soupçon de bordeaux avec un morceau de fromage ou une petite part de tarte aux fruits sans sucre : « Je calcule tout le temps, le secret c'est ça ». Moyennant quoi, bien que le diabète affecte en principe tous les organes, ses visites chez le cardiologue et l'ophtalmologue se passent plutôt bien. Au fil des années, Paulette a expérimenté des appareils de contrôle de la glycémie devenant de plus en plus petits, de plus en plus performants et simples d'utilisation. Elle montre le dernier exemple, « un auto-piqueur dernier cri, il est formidable, on ne le sent presque pas ». Les injections d'insuline à effet rapide ou lent se font deux fois par jour avec un stylo « aussi très pratique. Avant c'était dans un petit flacon de verre, avec une seringue. » Ni pour Noël qu'il a passé en famille avec ses quatre petits-enfants ni pour le réveillon, le couple n'a fait de folies gastronomiques. Une sagesse qui fait d'elle la plus ancienne patiente sous insuline connue du Pr Michel Pinget, endocrinologue et président du Centre européen d'étude du diabète à Strasbourg.

(*) L'insuline est une hormone sécrétée par le pancréas qui agit comme une clé permettant l'entrée du glucose (sucre) dans les cellules du corps qui l'utilise comme carburant ou le stocke. L'insuline joue un rôle de régulateur en maintenant les glycémies à des valeurs normales. Si le pancréas est incapable de fournir une quantité suffisante d'insuline ou que celle-ci n'arrive pas à faire son travail, le diabète apparaît. Les personnes diabétiques de type 1, comme Paulette, doivent s'injecter de l'insuline quotidiennement.

Marie Brassart-Goerg