



Chirurgien devenu psychothérapeute spécialisé dans l'accompagnement des patients atteints de maladies physiques, Dernier ouvrage paru : *La maladie a-t-elle un sens ? – Enquête au-delà des croyances* (Fayard 2008, Pocket 2010).

La peur qui fait vendre

L'hiver approche et, avec lui, une kyrielle de maladies. Le temps est venu de se protéger, nous dit-on. D'autant plus que nous vivons une époque dangereuse. Nos maisons sont envahies par des microbes en tous genres. Il faut donc nous laver les mains, souvent ; éviter les contacts, désinfecter tout ce que nous touchons, purifier l'air que nous respirons, porter un masque. Et, si ces précautions ne suffisent pas, nous pouvons nous faire vacciner ou prendre des antibiotiques, à titre préventif bien sûr. En tant que médecin, je suis choqué par le discours alarmiste de certains fabricants de « protections » destinées à nous permettre de rester en bonne santé. Car, n'en déplaise aux plus prudents d'entre nous, l'excès est nuisible en tout. Loin de moi l'idée de discréditer les bienfaits des mesures hygiénistes qui, depuis, le 19^e siècle, ont assaini nos conditions de vie. Pas plus que je ne nierai le rôle de la vaccination et de l'antibiothérapie dans l'éradication de nombreuses pathologies. Cependant, je sais aussi les résistances développées par les microbes suite à l'utilisation abusive des antibiotiques. Je suis au courant des suspicions qui pèsent sur certains vaccins dans la genèse de maladies autoimmunes ou neurodégénératives. Et j'ai pris connaissance des études scientifiques qui

incriminent la disparition des infections dans le développement des allergies chez les enfants. La nature a ses raisons que la raison ne connaît pas toujours. Dans le cas des allergies, il semble que notre système immunitaire ait besoin d'être stimulé par différents contacts infectieux pour fonctionner harmonieusement. Si nous supprimons ces infections à coup de vaccins et d'antibiotiques, les cellules destinées à assurer la défense de notre organisme sont obligées de s'attaquer à des substances normalement inoffensives. Trop protégés, nous devenons vulnérables. À force d'éviter des maladies, nous en créons d'autres. En tant que thérapeute, je vois comment la menace d'un ennemi invisible crée une peur très efficace si l'on souhaite inciter à consommer des « protections ». Les campagnes publicitaires sont remarquablement bien orchestrées. Peu importe que la plupart des ennemis désignés soient, en réalité, nos compagnons depuis la nuit des temps. À quoi bon prendre en compte le rôle bénéfique des liens que nous entretenons avec notre environnement ?

Trop protégés, nous devenons vulnérables.

L'obsession du risque zéro finit par nous convaincre de la nécessité d'un monde aseptisé. À tout prix. À grand prix. Car le marché de la stérilisation préventive est juteux, énorme, probablement sans limite. Il suffit de persuader les foules du danger potentiel en déclarant pathologique ce qui est simplement normal. En tant que citoyen, je constate que cette dérive hyperhygiéniste détruit le tissu social dans lequel nous vivons. Les uns hésitent à se serrer la main. Les autres se la désinfectent après l'avoir tendue. Certains parlent derrière un masque. D'autres aimeraient qu'on leur présente une sorte de carte d'identité prouvant notre bonne santé. À force de faire croire aux gens que le danger est partout, on les incite à se méfier de tout et de tout le monde. Pourtant, le véritable danger est avant tout dans le repli sur soi. Coupés des autres, nous restons en dehors de la vie. Vivre c'est oser. Et oser, c'est ne pas avoir trop peur.