



Amanda Sobey testimonial

Just because there is no cure, doesn't mean that life stops.

I have had primary lymphedema for 20 years.

I got bit on my right leg with a mosquito bite, which is very weird and very awkward.

And shortly after, I ended up having a very traumatic incident where I was physically assaulted and I had to go to the hospital for my injuries.

My ankle started to swell, which then I noticed obviously, something was not normal.

I was just a 20-years-old girl.

I was beautiful, full of ambition and ready to just take on the world and just live my life to the fullest.

I ended up learning all aspects of food and nutrition, I have figured out a way to move the lymphatic system with training and exercise; and hopefully get healthier:

putting myself on the list and making sure that I eat well and that I drink my required amount of water; and that I exercise every single day.

It's a commitment that I've had to accept, and it is going to be my lifelong legacy that these things that I saw as being negative before, they really have turned into a positive.

The harder is to take back your life and to get back into health, because it is very devastating.

The positive that has come out of this disease is that it's allowed me to fall in love with taking care of myself.

When the doctor tells you that there is no cure, that doesn't mean that there isn't anything that you could do.

There is so much that people can be doing to take back their health and to learn how to manage this disease.

I'm able to show people that you can turn your pain into power and still have a beautiful life.



Témoignage Amanda Sobey

Ce n'est pas parce qu'il n'y a pas de traitement que la vie s'arrête.

J'ai un lymphœdème primaire depuis 20 ans.

J'ai été piqué par un moustique à la jambe droite, ce qui a été à la fois surprenant et gênant.

Et peu de temps après, j'ai été victime d'un incident vraiment traumatisant, où j'ai été agressée physiquement. J'ai dû me rendre à l'hôpital à cause de mes blessures.

Ma cheville s'est mise à enfler. C'est alors que j'ai remarqué que, de toute évidence, quelque chose n'était pas normal.

Je n'étais qu'une jeune fille de 20 ans.

J'étais belle, pleine d'ambition, prête à affronter le monde, et à vivre ma vie à fond.

J'ai fini par apprendre toutes les notions d'alimentation et de nutrition. J'ai trouvé le moyen de mobiliser mon système lymphatique grâce à l'entraînement, dans l'espoir d'être en meilleure santé :

en prenant soin de moi, en m'assurant que je mange bien, que je bois la quantité d'eau nécessaire et que je fais de l'exercice chaque jour.

C'est un engagement que j'ai dû accepter et qui sera un leitmotiv toute ma vie : ces aspects que je voyais auparavant comme des contraintes sont en fait devenus très positifs.

Le plus difficile, c'est de reprendre sa vie en main et de se remettre sur pieds, parce que c'est très bouleversant.

Le point positif c'est que ça m'a permis d'aimer prendre soin de moi.

Quand le médecin vous dit qu'il n'y a aucun traitement, ça ne signifie pas qu'il n'y a rien que vous puissiez faire.

Il y a tellement de choses que les gens peuvent faire pour retrouver la santé

et apprendre à gérer cette maladie.

Je veux montrer aux gens que l'on peut faire de sa douleur une force et avoir une vie agréable.