

En cœur

Stéphane Lambion

*C'est la vie au ralenti,
C'est le cœur à rebours,
C'est une espérance et demie :
Trop et trop peu à son tour.*

« L'Attente », Rilke

il faut, paraît-il, vingt et un jours pour qu'une habitude s'installe.

cette nuit, la première chez moi après cinq jours d'hôpital, j'ai entendu un bruit.
à moitié endormi, j'ai tourné la tête sur le côté, levé la main, tendu l'index, et j'ai attendu.

je suis resté quelques secondes le bras en l'air avant de réaliser qu'il n'y avait personne pour prendre ma température, ma tension, ma saturation.

.....

quatre jours plus tôt aussi, un bruit m'avait réveillé.
dans ma poitrine.

un bruit qui *déchirait* ma poitrine, ou plutôt, la *creusait*.
littéralement, me creusait.

tandis que je dormais, on avait glissé mon corps dans un étau avec une vis sur le thorax.
peu à peu, on tournait la manette.
on tournait, tournait, et la vis s'approchait.

ne faisait d'abord que me toucher, puis s'enfonçait.
sans faire craquer les os, mais en me poussant de plus en plus bas, comme si ma tête, mon bassin,
mes jambes restaient à hauteur du sol et que ma poitrine s'écrasait jusqu'à un point incompressible
où elle n'avait d'autre choix que de pénétrer le plancher.

soudain, je me suis réveillé, et j'ai remonté avec moi mon corps, de très bas.
dans ma poitrine, le bruit sourd et creux irradiait jusqu'à la mâchoire.
mes oreilles bourdonnaient.

j'explosais.

« douleur
transfixiante
thoracique ».

matin.

.....

hôpital, admission,USIC (Unité de Soins Intensifs Cardiaques), chaise roulante (je peux marcher
je vous assure), chambre U236, « le 36 », plus simple, bienvenue dans votre chambrette, raser le

torse, électrodes (vous voyez vous êtes un homme branché – rires), électrocardiogramme, prise de sang, perfusion, bracelet, le bip du moniteur et le tic-tac de l'horloge, infirmière rentre, infirmière sort, infirmière rentre, piqûre dans le ventre (pas que ça coagule), pilules, tension, fièvre, saturation, sans fin des nombres – je vous entrouvre la fenêtre ?

de l'autre côté du mur, une dame de cent-deux ans.
(mais qu'est-ce qu'on attend à cent-deux ans ?)

elle a un « souffle » au cœur,
ça fait un bruit de « pas dans la neige fraîche », disent les médecins.

on marche sur le cœur enneigé de ma voisine de cent-deux ans.

il faudrait dire au visiteur d'avancer sur la pointe des pieds :
en dessous de la neige, la couche de glace est fine.

(mon téléphone vibre : appel de ____ :
à cent-deux ans et même cent-trois, je me lèverais pour y répondre,
à cent-quatre ans, encore, le ventre doit faire des nœuds)

de l'autre côté du mur, la dame répète en boucle :
« je ne peux pas ».
« je ne peux pas ».
« je ne peux pas ».

sa diction est si claire qu'on ne lui donnerait pas la moitié de son âge,
pourtant elle est perdue entre vie et –

USIC : UICS : Unité Intensive des Chats de Schrödinger.
chaque chambre de l'étage est une boîte où se trouve un chat dont on ignore s'il est vivant ou –

tous les patients,
patientent la mort :

juste une autre petite couche de glace qui se craquèle.

[tentative de compréhension #1]

le muscle cardiaque est entouré de trois tuniques : en surface, le péricarde ; au milieu, le myocarde ; à l'intérieur, l'endocarde.

sous ces trois tuniques se trouvent deux cavités (oreillette et ventricule) en deux exemplaires (à droite et à gauche) :

le cœur gauche
reçoit le sang oxygéné des poumons
et le renvoie dans tout le corps par l'aorte
pour alimenter en oxygène les organes

le cœur droit
recueille le sang usé des veines
et le renvoie aux poumons
pour qu'il se recharge en oxygène
avant de revenir au cœur gauche

et le cycle reprend.

en arrivant à l'hôpital, j'avais la certitude irrationnelle de n'avoir plus que quelques heures à vivre et pour la première fois, j'avais compris que je ne voulais pas mourir.

avant tout, pour ne pas penser à ceux qui apprendraient ma mort :

« votre fils
 petit-fils
 compagnon est décédé »

« rien pu faire »
« tout trop soudain ».

(pourquoi se croit-on immortel, à vingt ans ?)

dans le couloir, les médecins parlent fort, bavardent, plaisantent, puis j'entends : « le 36 ». tous se mettent à chuchoter.

derrière la porte, je me retiens en regardant l'urinal posé sur la table de chevet.

j'imagine le pire.

tout faire pour m'en empêcher : m'enfoncer des écouteurs dans les oreilles, lire un livre, suivre l'aiguille des secondes sur l'horloge, ne surtout pas chercher –

de *Marie France* à la *Revue médicale suisse*, je ne laisse rien passer :

tabagisme occasionnel, allergie au pollen, surconsommation de yaourts : je ne néglige aucune piste. deux heures de recherches intensives me mènent à approfondir le lien soulevé par des chercheurs néo-zélandais entre la pousse de barbe et les problèmes cardiaques.

une quinzaine d'articles plus tard, j'abandonne : aucune piste n'est concluante. au cas où, je demande un rasoir à l'infirmière.

.....

[tentative de compréhension #2]

contraction du cœur : les cavités éjectent le sang.

petit silence.

dilatation du cœur : les cavités se remplissent de sang.

grand silence.

contraction, dilatation, contraction, dilatation : *petit silence, grand silence. petit silence, grand silence...*

l'électrocardiogramme (ECG) est la représentation graphique de l'activité électrique du cœur : entre autres, un segment y retranscrit le temps qu'il faut aux ventricules pour se remplir de sang.

si ce segment est un millimètre trop haut : possibilité d'infarctus du myocarde.

(nom courant : crise cardiaque)

.....

j'aurais parfois aimé que la vie soit une fibrillation continue.

que ça pulse,

que ça vibre.

ce que je sais désormais :
il y a toujours un défibrillateur à proximité.

de l'autre côté du mur :
« des chocs, il faut des chocs, on se dépêche ».

la neige commence à fondre dans le cœur de ma voisine.
elle n'avait pas remarqué le grand soleil, derrière la vitre de sa chambre.

tandis que la probabilité de son cent-troisième anniversaire diminue sur l'écran de son moniteur, je demande (sourire gêné) qu'on m'apporte la chaise percée.

j'ai si honte,
que mon rythme cardiaque décolle.

déféquer couvert d'électrodes.
(pas une seconde sans surveillance)

[tentative de compréhension #3]

la troponine est une substance qui régule la contraction du cœur.
lors d'un accident cardiaque, elle se libère dans le sang.

valeur maximale de référence :	14	ng/mL.
valeur à mon entrée en hôpital :	1333	ng/mL.

comme un micro-Tchernobyl dans le cœur.

quelques jours avant qu'on pose l'étau sur mon thorax, j'avais vu un film sur l'histoire de deux jeunes filles – l'une polonaise, l'autre française – mystérieusement reliées.

ce qui les relie, c'est leur principe vital : le cœur.
elles sont toutes deux cardiaques.

l'une des deux meurt à la fin :

pile ou face ?

« c'est émouvant, n'est-ce pas »

sur l'écran, je pensais qu'on me montrait un fœtus.
c'était mon cœur.

aujourd'hui, pour la première fois, j'ai entendu mon cœur.

j'ai entendu ce qui me fait,
je *me* suis entendu.

c'est quelqu'un qui se noie,
qui bat des mains au bord de l'eau,
qui fait des bulles à la surface pour survivre.

le cœur qui bat : une respiration de noyé.
remonte du fond du plancher où l'étai m'avait enfoncé.

un bruit blanc qui m'enveloppe, c'est-à-dire :
un petit chien qui essaye de ne pas couler.

[tentative de compréhension #4]

l'adrénaline est une hormone qui entraîne une augmentation du rythme cardiaque et de la pression du sang dans les artères.

si le taux d'adrénaline est trop élevé, on donne des bêta-bloquants : ils ralentissent les contractions du cœur, abaissant ainsi le rythme et la pression.

le troisième jour, j'ai changé de sens sur le lit.
je n'y avais pas pensé jusque-là.

soudain, j'avais devant moi une fenêtre.
je suis resté les yeux rivés sur ce bout de bleu au dehors.

une brise fraîche m'arrivait par intermittences.

sans les voir, j'entendais des oiseaux et chacun de leurs trilles soustrayait à mon cœur un battement
superflu : des oiseaux bêta-bloquants.

en moi, un apaisement instinctif, infini, soudain.
absurde peut-être.

une certaine paix.

la porte s'ouvre, un cardiologue entre.

.....

[diagnostic #1 : cœur feu]

myocardite : inflammation du myocarde.
symptômes similaires à l'infarctus du myocarde.

si le patient survit au cap aigu, il guérit souvent sans séquelles.

cause : le plus souvent virale.
risques : récurrence, évolution vers une insuffisance cardiaque chronique.

pour détecter une myocardite, la méthode la plus fiable est l'IRM : on injecte au patient un produit
de contraste qui va jusqu'au cœur ; au bout de dix minutes, le produit est éliminé du myocarde sain
et persiste dans les zones endommagées, ainsi mises en évidence.

diagnostic : myocardite.
démarche médicale : garder le patient sous surveillance.

.....

hier, j'ai reçu un message qui finissait par « courage », suivi d'un cœur qui bat.

je suis resté rivé sur mon téléphone, avec le bruit irrégulier du moniteur en arrière-fond, incapable de détacher le regard de ce cœur tellement meilleur que le mien.

hier, aujourd'hui, demain : je perds la notion du temps.
les journées ne sont plus scandées par les heures mais par les examens et les passages des infirmières (tourner la tête, lever la main, tendre l'index) toutes les trois heures, de jour comme de nuit.

lundi, jour zéro : « on vous laissera sans doute sortir demain ».
mardi, jour un : « on va vous garder vingt-quatre heures, quarante-huit maximum ».
jeudi, jour trois : « vous pourrez peut-être rentrer samedi ».

je n'ose plus demander :
on ne sort jamais vraiment d'un service de cardiologie.

samedi, jour cinq : je sors du service de cardiologie.

désormais, je serai *suivi*.

par la peur ?

(peur de la récurrence,
peur d'être une « personne à risque »)

[tentative de compréhension des tentatives de compréhension]

il ne s'agit pas de connaître l'ennemi, cela n'a pas, n'aurait pas de sens.
il n'y a ici ni amis ni ennemis.
il n'y a que mon corps et le hasard.

plutôt : me comprendre, comprendre comment ça/je marche.
savoir ce qui se passe à l'intérieur pour dépasser la peur, me dépasser moi-même.
passer du côté des médecins et devenir mon propre patient.

mettre de la distance.

une fois chez moi : me laver,
 faire le point sur ma vie,
 mettre de l'ordre dans mes affaires.

surtout : ne plus se laisser surprendre.
(mais est-ce possible d'être *prêt* ?)

sous la douche, j'ai encore la sensation d'être recouvert d'électrodes.

je mets de la musique au hasard.
au bout de quelques chansons passe "Come Away With Me" :
c'est ce qui jouait dans le casque anti-bruit de l'IRM.

angoisse subite,
mon cœur s'emballe :
je prends un bêta-bloquant.

à la moindre douleur, la peur que ce soit lié au cœur.

impossible de dormir comme avant, sur le côté ou avec un bras sous l'oreiller :
j'entends trop mes battements.

je me mets sur le dos, les bras le long du corps, comme dans un cercueil.

dans tout ce que je fais :
la peur de ne pas avoir le temps de finir,
l'impression de le faire pour la dernière fois.

je me dépêche de vivre.

le sac est toujours prêt, par crainte du coup de fil qui me demandera de retourner à l'hôpital,
parce que quelque chose avait été mal interprété,
parce que je ne m'en tirerai pas comme ça,
parce qu'on ne sait pas,
parce que –

mercredi, jour neuf : on me rappelle au service de cardiologie.

[tentative de compréhension #5]

outre ses tuniques, le cœur a une couronne :
les artères coronaires.

ce sont les vaisseaux qui nourrissent le cœur en sang oxygéné.
ils partent de l'aorte, passent sous le péricarde et s'enfoncent dans le myocarde.

si une artère coronaire est trop étroite ou bouchée :
ischémie cardiaque, possible infarctus du myocarde.

[diagnostic #2 : cœur feu/cœur faible ?]

on distingue les lésions d'une ischémie ou d'un infarctus de celles d'une myocardite en fonction de l'étendue de la zone endommagée.

si l'IRM ne met en évidence qu'une seule tunique du cœur, il s'agit d'une myocardite.
si l'ensemble des tuniques sont touchées, c'est un infarctus ou une ischémie.

toutefois, il existe des cas de myocardites violentes et rares où les trois tuniques sont touchées : il est alors difficile d'établir un diagnostic.



à droite de mon IRM se trouve un cercle : il s'agit du ventricule gauche.

la partie supérieure droite du ventricule, plus blanche que le reste, correspond à la zone atteinte.

elle couvre toute l'épaisseur du cercle : les trois tuniques sont touchées.

retour à la case départ.

ne rien savoir de précis.
à nouveau.

passer son temps à attendre,
des résultats qui se contredisent entre eux.

ECG, prise de sang, scanner, échocardiographie, IRM, coroscanner, coronarographie :
ne manque plus que la dissection.

rien à faire.
celui qui a posé l'étau sur mon thorax se cache.

.....

[incompréhension]

syndrome coronarien aigu, cardiomyopathie dilatée, spasme coronaire, angine de poitrine : angor stable, angor instable, angor d'effort, angor de repos, athérome, sténose, thrombose, cardiomyopathie hypertrophique, infarctus rudimentaire –

et ?

.....

peu importe :
cela ne change rien.

aujourd'hui, je ne cherche plus à comprendre.

parce que j'ai compris : mourir ne change rien.
une lapalissade pour devise : la vie continue jusqu'à ce qu'elle s'arrête.

(simplement, on a touché de plus près cette possibilité : l'arrêt)

des papiers traînent dans ma poche :
le premier jour à l'hôpital, dans la panique :
une liste d'amis à prévenir, « si besoin ».
un mot plié en deux, « au cas où ».

j'en mesure l'absurdité : je ne sais pas si je mourrai, et peu importe.

