

Mon cœur s'emballa

■ CMAJ 2024 November 18;196:E1329-30. doi : 10.1503/cmaj.240172-f

Citation : Veuillez citer la version originale anglaise, CMAJ 2024 September 23;196:E1087-8. doi : 10.1503/cmaj.240172

Voir la version anglaise de l'article ici : www.cmaj.ca/lookup/doi/10.1503/cmaj.240172

Je me suis réveillée en pleine nuit avec une sensation étrange à mon cœur, essoufflée, comme si je venais de gravir une montagne. Comment est-ce possible? Je suis jeune et en santé, la robustesse de mon cœur devrait aller de soi, non? Comme la digestion, comme les rêves. Comment est-il possible que je ressente ce malaise vague, mais puissant?

Le cœur est une pompe qui fait circuler le sang. Le générateur de cette pompe est un stimulateur intégré qui envoie des impulsions électriques, entraînant à leur tour la contraction et le relâchement des quatre cavités du cœur de manière coordonnée.

Maintenant, le malaise devient une bande lourde et fine qui s'élargit, s'épaissit et se resserre dans ma poitrine.

J'ai mal et je suis soudainement étourdie. Peut-être qu'en m'asseyant, cela passera? Le problème n'est pas le poids de la couverture que j'ai enroulée autour de moi parce que j'avais si froid il y a une minute. Non, c'est un poids que je n'ai jamais ressenti. En me débarrassant de toutes les couvertures, je me redresse, je m'ordonne de respirer.

J'espérais que c'était simplement lié à des gaz, que ça passerait. Mais rien ne semble dissiper cette étrange présence, ce poids sur ma poitrine, ce marteau-piqueur dans mon cœur, ce cœur autrefois si discret, ignoré et régulier. Mon cœur est pris de folie. Si ce n'était ma poitrine qui hébergeait soudainement un oiseau paniqué, j'aurais presque été curieuse. Mais je suis plutôt confuse. Que se passe-t-il?

Mon partenaire n'est pas là, donc il n'y a personne à réveiller, personne pour me rassurer, me dire que je vais bien, que je ne suis pas seule.

Mais je le suis.

J'essaie de me lever — peut-être qu'une tasse de thé aiderait? — mais non, un tremblement de terre m'a piégée sans qu'une seule chaise bouge ou qu'un seul panneau de verre ne se brise. Mes jambes peuvent à peine soutenir mon poids, et cette chose sauvage prend toujours plus de place. Que se passe-t-il ici?

Arythmie ou dysrythmie : du grec moderne « *aruthmia* », absence de rythme; absence de proportion.

Les arythmies peuvent causer des symptômes comme des palpitations ou des étourdissements, mais elles ont souvent des conséquences plus graves, notamment la mort subite.

La peur s'empare de moi. Je sais maintenant que je dois demander de l'aide. Avec précaution, un chiffre à la fois, je compose le 9-1-1 et j'explique à la femme calme au bout du fil (ignore-t-elle ce qui m'arrive?) que j'ai besoin d'une ambulance. J'attends que l'aide arrive, encore et encore, jusqu'à ce que deux ambulanciers — de vrais anges — cognent à ma porte, entrent, me demandent mon nom et me tiennent la main. Je suis enfin en sécurité.

Mais celui qui tient ma main s'excuse que ce soit la seule chose qu'il puisse faire — tenir mon poignet, surveiller l'oiseau en panique qu'est maintenant mon rythme cardiaque qui fait des bonds et accélère, à la recherche d'un endroit où, peut-être, se poser.

« Tachycardie », dit-il. Un mot que je n'avais jamais entendu auparavant.

Il existe quatre types d'arythmie : bradycardie, tachycardie, fibrillation auriculaire et flutter auriculaire, et fibrillation ventriculaire.

L'homme me demande si je peux marcher, et oui, je suis assez alerte pour

marcher, pour éviter la honte d'une civière. Lui et son partenaire me guident, doucement, mais fermement hors de mon appartement jusqu'à une ambulance, où, à l'intérieur du véhicule blanc, je m'allonge avec gratitude sur un lit étroit. Un ambulancier me couvre d'une couverture et m'attache à l'aide de deux sangles grises. Je suis étonnée de ne pas me sentir coincée ou apeurée — je me sens en sécurité. Son partenaire ferme les doubles portes de l'extérieur alors que lui reste assis sur un petit banc à côté de moi. Aucune sirène, Dieu merci, je n'aurais pas voulu provoquer une scène. L'ambulancier me parle de tout et de rien, mais il me semble tout sauf décontracté. Les yeux alertes, il me surveille et mesure constamment ma tension artérielle. Nous sommes entourés d'étagères remplies de fournitures et d'équipements médicaux. C'est ce à quoi ressemble l'intérieur de toutes les ambulances pour lesquelles je me suis rangée en bordure de route, pour lesquelles je me rangerai toujours rapidement et avec reconnaissance, parce que j'ai été à l'intérieur de l'une d'elles.

Après 10 minutes, ou était-ce une demi-heure, nous arrivons à l'hôpital, où les ambulanciers ouvrent les portes de l'ambulance, me sortent dans l'air frais de l'automne et poussent ma civière sous une grande enseigne rouge menant au service des urgences.

L'arythmie a de nombreuses causes. Elle peut être secondaire à d'autres troubles de santé, comme l'hypertension, le diabète ou la cardiopathie. Elle peut être génétique ou provenir simplement d'une anomalie structurelle de naissance. Certains types ne sont pas très graves tandis que d'autres, comme la fibrillation ventriculaire, sont potentiellement mortels.

On me transfère à un lit d'hôpital autour duquel des rideaux beiges forment un petit compartiment. Du personnel infirmier appose des autocollants sur ma poitrine, prélève des fioles de sang, me pose des questions avec des mots comme « crise cardiaque » et « AVC ». Je peux entendre le point d'interrogation dans leur voix, comme s'il s'agissait que de possibilités. Pour l'instant.

Entre les examens, je reste couchée sur mon lit, m'interrogeant sur les vies autour de moi. L'unité est pleine, chaque personne présente ayant été amenée ici par ambulance ou par un proche inquiet qui, en raison de la pandémie, a dû s'arrêter à la porte. Nous, les personnes malades, partageons le même isolement et l'intimité minimale que nous offrent les rideaux.

Soudain, il y a un bruissement des rideaux et une voix joyeuse dans le compartiment voisin du mien dit à mon voisin invisible : « Bonjour! Je suis le Dr X, qu'est-ce que je peux faire pour vous aujourd'hui? », comme si nous étions à la quincaillerie du coin, en train de parcourir la sélection de marteaux ou de fils électriques. J'aimerais demander : « Est-ce que je peux avoir une nouvelle connexion électrique pour mon cœur, s'il vous plaît? », et je me dis que je ne dois pas être si mal en point si je peux encore plaisanter.

Les facteurs de risque de l'arythmie maîtrisables comprennent l'hypertension, le diabète, le surpoids, la sédentarité, le tabagisme, l'apnée du sommeil et l'abus de drogues ou d'alcool. Les facteurs de risque non maîtrisables comprennent l'âge et les antécédents familiaux.

Mon voisin répond au médecin d'une voix si faible et âgée que je dois tendre l'oreille. À ce moment-là, tout semble important. « Pourriez-vous me dire pourquoi je suis ici? » demande poliment l'homme au médecin. « Votre femme vous a amené, monsieur, répond le médecin, parce qu'elle pense que vous avez eu un AVC. » Si nous n'étions pas en pleine crise de la COVID-19, sa femme serait à ses côtés, et pourrait le rassurer. Nous partageons tous et toutes cette solitude.

Pendant deux heures, l'homme répètera la même question à chaque membre du personnel médical qui s'approchera de lui : « Pourquoi suis-je ici? » et obtiendra la même réponse : « Votre femme croit que vous avez fait un AVC ».

Les épisodes d'arythmie peuvent être déclenchés par une activité physique trop intense, la consommation d'une trop grande quantité d'alcool, la forte consommation de drogues ou de tabac, les difficultés importantes de la vie ou des stimulants, comme le café, les boissons énergisantes et certains médicaments contre le rhume.

Plus tard, je me demanderai quel a été le déclencheur pour moi alors qu'aucun de ces problèmes (sauf peut-être un stress exacerbé ou le fait de vieillir) ne s'appliquait. Pour l'instant, je reste couchée, reconnaissante qu'on prenne soin de moi, de me sentir en sécurité compte tenu des circonstances, et j'écoute l'agitation des médecins et du personnel infirmier, ces travailleuses et travailleurs de la santé qui nous gardent en vie. Je me demande qui voudrait faire ce travail difficile, mais

essentiel? Certainement pas moi, ce qui me rend encore plus reconnaissante.

« Qu'est-ce que je peux faire pour vous aujourd'hui? » me demandent ces personnes, comme si elles étaient ouvertes à tout problème, à toute demande.

Demain, j'agirai. Demain, je ferai des recherches sur cette nouvelle direction qu'a prise mon corps. Je parlerai aux médecins, je prendrai peut-être des médicaments, je me concentrerai sur les facteurs de stress dans ma vie pour prévenir cette situation. Pour l'instant, je m'endors, je suis fatiguée, tellement fatiguée, parce que ce matin, j'ai escaladé le Kilimandjaro. Ce matin, j'ai fait le tour de la planète, avec mon cœur affolé, mais maintenant je suis de retour à la maison. Je suis en sécurité.

Kate Braid MA MFA

Victoria, BC

<https://www.katebraid.com/>

Cet article a été révisé par des pairs.

Propriété intellectuelle du contenu : Il s'agit d'un article en libre accès distribué conformément aux modalités de la licence Creative Commons Attribution (CC BY-NC-ND 4,0), qui permet l'utilisation, la diffusion et la reproduction dans tout médium à la condition que la publication originale soit adéquatement citée, que l'utilisation se fasse à des fins non commerciales (c.-à-d., recherche ou éducation) et qu'aucune modification ni adaptation n'y soit apportée. Voir : <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.fr>

Traduction et révision : Équipe Francophonie de l'Association médicale canadienne