

*L'infection par le VIH est, en soi, un facteur de risque cardio-vasculaire. C'est aussi le cas de la prise sur le long terme de certains médicaments anti-VIH. Du coup, un suivi est nécessaire. Des douleurs à la poitrine associées à des facteurs de risque ont conduit Julien à faire un grand check-up cardio-vasculaire. Il raconte.*

## 24 heures de la vie d'un cœur

"P assage des 40 ans, sexe masculin, un seul médicament de la trithérapie pas suspect d'abîmer le cœur, un cocktail gras de cholestérol et de triglycérides, et puis le tabac. C'est suffisant. Cela fait assez de "facteurs de risques" pour que des douleurs à la poitrine m'amènent à un grand check-up cardio-vasculaire<sup>1</sup>.

Rendez vous est pris pour une journée complète au service de pneumo cardiologie d'un hôpital parisien. Ça ne commence pas très bien. Prise de sang matinale au milieu d'un local stockant les poubelles de la nuit ! Et puis, pour les premiers examens, attente sur une table, allongé et à moitié dévêtu. Je commence à avoir froid. Au bout de trois quarts d'heure, j'apprends que le médecin est retenu en province et qu'on lui cherche un remplaçant. Scènes de la vie d'un hôpital en contexte de moyens serrés...

Les examens commencent. Ils sont minutieux, je ne m'attendais pas à ces appareils d'écoute du flot sanguin posés sur le cou,

l'aine, le mollet, et même l'arrière du genou et les yeux. Je me dis que s'il y a un problème, ils le verront, c'est sûr. Ça ne fait pas mal ; avec les électrodes ou les appareils d'échographie, le plus "collant" a été ces litres de gel utilisés comme lubrifiant, qu'il faut essuyer ensuite.

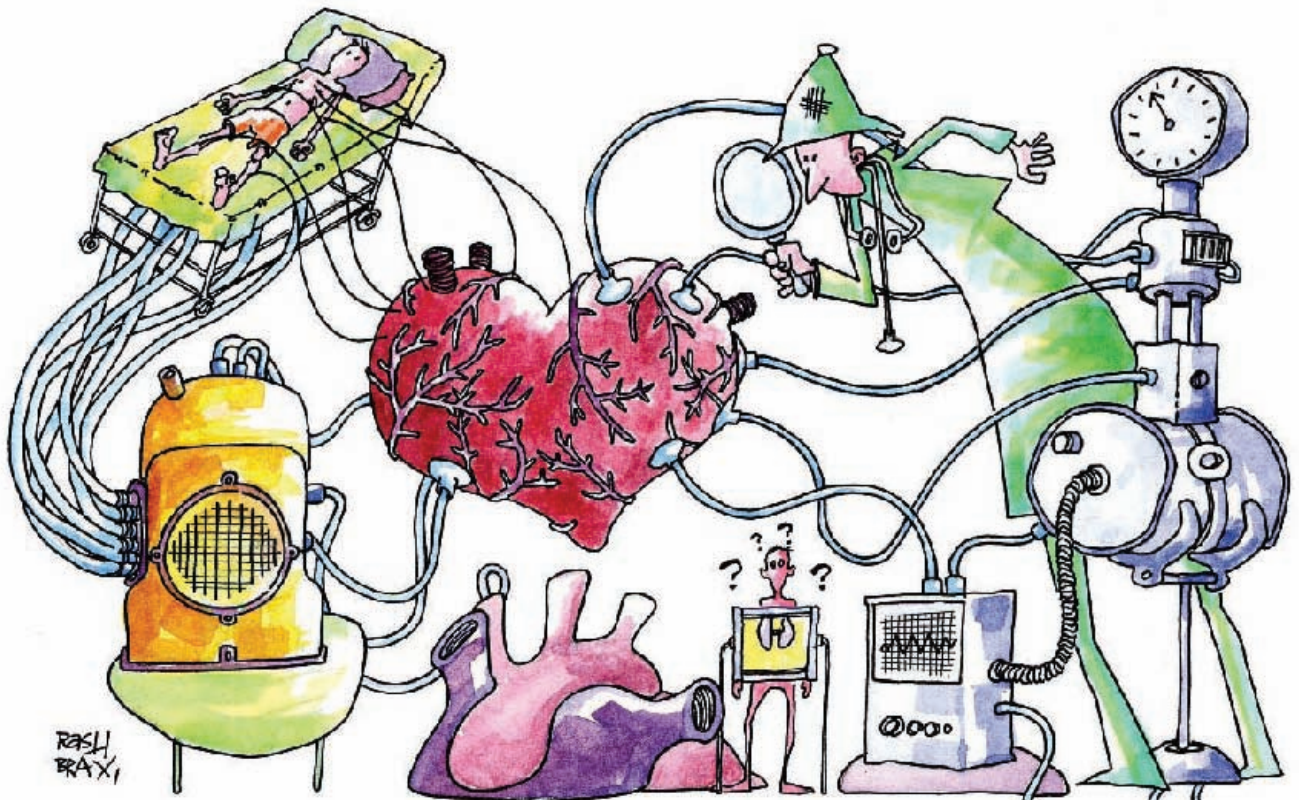
Passer les étapes, c'est s'entendre dire : "Ça a l'air d'aller, mais il faudra étudier les résultats plus en détail." Radio des poumons, test d'effort, examens sans nom, mais qu'on suppose utiles, etc. Je pose des questions pour savoir à quoi correspond chaque investigation.

A la fin de la journée, on me pose un holter (électrocardiogramme avec électrodes fixées sur la poitrine et appareil prenant la tension régulièrement) relié au bras gauche.

On pourra voir les fluctuations du cœur sur 24 heures, nuit comprise. Je rentre chez moi scotché

et bardé avec cet attirail. Mieux vaudrait ne pas soulever le tee-shirt en public ou devant la police : je ressemble à "Human Bomber". En fait, ça commence comme quelque chose d'assez comique. Toutes les dix minutes, le brassard gonflable raidit mon bras sans prévenir. Démarche de pingouin, arrêts obligés pendant la vaiselle, objets qui tombent... Et ce bruit de pompe à piscine. Je me demande si je vais réussir à dormir ce soir. Finalement, je glisse vers le sommeil, mais me réveille plusieurs fois dans la nuit. Au petit matin, il est temps de retourner à l'hôpital et de rendre le matériel. Il est temps aussi de m'engager dans cette résolution que les examens ont renforcée : arrêter de fumer. C'est un "gros" facteur de risque et un des rares sur lesquels, j'ai un peu prise. Suit un rendez vous avec une tabacologue. "Soufflez dans le ballon", ce n'est pas que pour l'alcool. Ici, on mesure mon taux de monoxyde de carbone, qui empoisonne l'oxygène. J'espère que le soutien sera autre chose que cette surveillance par le chiffre. Avec les bilans sanguins réguliers du VIH, les chiffres on connaît. Ce n'est pas ça qui suffira à soutenir ma motivation. Puis, on prépare ensemble le moment de l'arrêt, le programme et les





rendez vous suivants, les conseils sur la substitution : patches, chewing-gum et pastilles à la nicotine. Et tous ces “trucs et astuces” bien utiles, j’espère.

J’ai quitté la cigarette pendant les vacances, puis revu la tabacologue. On aura des rendez-vous réguliers. Mes résultats cardiaques complets sont arrivés. Ils sont bons à part quelques détails. Quand on cherche autant de paramètres, on est obligé de trouver quelque chose ! Je suis

content d’avoir fait ces examens, parce que ça a été aussi l’occasion de “ritualiser” l’éloignement du tabac. Il faut tenir maintenant.”

Julien

Illustration Rash Brax

(1) Voir “Risque cardio-vasculaires : les experts mettent à jour”, *Revalides*, N° 72. Ce dossier fait le point sur les nouvelles recommandations d’experts concernant le risque cardio-vasculaire et l’importance à y accorder.

