

## Aphasie Suisse – 13 mai 2013

**(1) Vous êtes aphasique. Qu'est-ce qui vous est arrivé ?** Cela s'est passé le vendredi, 20 février 2009. Je ne me sentais vraiment pas très bien. J'ai appelé à l'Institut d'Anglais pour prévenir le secrétaire que je ne pourrai pas venir à l'université ce jour là. « Pas de problème », m'a-t-il répondu, « je ferai tout le nécessaire » (affichage sur les portes, annuler des rendez-vous, ect.). Ainsi rassuré, je me suis rendu à la cuisine pour me préparer une tasse de thé.

Lorsque je m'occupais de mes mails – j'étais justement en train de répondre à un mail –, cela m'a frappé comme un coup venu de nulle part. Je suis tombé de la chaise, sur le côté droit, et puis sur le sol. Je me demandais sans arrêt ce qui se passait. Je ne pouvais tout simplement plus bouger – j'étais paralysé.

Heureusement, ma sœur Raphaela, qui est homéopathe et qui savait que j'étais enrhumé, a essayé de me téléphoner. Lors des deux, trois premiers appels, elle n'était pas encore inquiète et a laissé un message sur le répondeur : « Tu t'es certainement couché », disait elle le soir, ou alors le matin : « Maintenant, tu es certainement allé faire des courses. »

Mais au bout d'un moment, elle a commencé à s'inquiéter et a téléphoné à la voisine et la concierge. Celles-ci sonnaient et frappaient à la porte (« Monsieur Schwyter, est-ce que vous êtes là »). Pas de réponse !

Suite à cela, ma sœur, très inquiète, a appelé la police qui a essayé de la dissuader de son intention de forcer la porte. Les policiers lui disaient : « Il fait beau, Monsieur Schwyter est certainement parti faire du ski, etc. » Cependant, ma sœur ne s'est pas laissée dissuader et affirmait sans cesse que j'étais quelqu'un de fiable et que je l'aurais certainement prévenue si j'étais parti faire du ski. Elle a donc insisté pour forcer la porte – et m'a trouvé donc là, allongé par terre. Depuis mon attaque cérébrale, **environ 36 heures étaient passées.**

Encore une remarque concernant la police : Il y avait 2 policiers et le plus âgé d'entre eux me demandait sans arrêt ce que j'avais pris, que c'était certainement des drogues et que je pouvais le lui dire sans crainte...

Le plus jeune a appelé l'ambulance. Par la suite, on m'a fixé dans une sorte de chaise, m'a descendu ainsi 5 étages et transporté au CHUV.

Je dois ajouter que je n'ai **pas du tout** dormi pendant tout ce temps. Je me suis endormi seulement au moment où je me sentais en sécurité, au CHUV.

**(2) Est-ce qu'il y avait des signes avant-coureurs ou est-ce que cette attaque vous a frappé comme venue de nulle part ?** Il n'y avait pas de signes avant-coureurs, si ce n'est que j'étais très enrhumé. Gunter, mon partenaire, était parti voir sa famille en Allemagne. J'étais donc seul à la maison.

**(3) Après votre AVC, quelles facultés étaient diminuées ou aviez-vous perdues ?** Au niveau physique, j'étais atteint d'une hémiparésie droite (car j'avais subi une attaque du cerveau gauche), la jambe droite et le bras droit étaient donc complètement paralysés. A cela s'ajoutait évidemment les troubles du langage – au début, j'étais complètement muet et ce n'est que peu à peu que j'ai réappris à utiliser la langue (ou les **langues**)...

**(4) Qu'avez-vous ressenti au moment où vous avez réalisé l'ampleur de vos troubles ?** Pendant très, très longtemps, je n'ai **pas réalisé** toute la dimension de l'ampleur de mes troubles ; au contraire, je disais toujours : « Quand je serai de nouveau sur pied, je tiendrai tel cours magistral, tel séminaire. » J'étais convaincu qu'il ne s'agissait que d'une « légère » attaque cérébrale... Cela m'a pris donc très longtemps pour intégrer tout cela. Mais une fois acquis, ma deuxième vie a commencé. Certes, elle est différente, mais elle aussi, elle est belle.

**(5) Où avez-vous puisé la force pour la rééducation ?** A vrai dire, je ne sais plus très bien. Par contre, ce dont je me souviens très bien, c'est que je voulais tout simplement me remettre sur pieds, c'est-à-dire **bannir** la chaise roulante. Et finalement, j'y suis arrivé à Pâques 2009, environ 8 semaines donc après mon AVC.

**(6) Qui est-ce qui vous a aidé ? Qu'est-ce qui vous a aidé ?** Sans aucun doute les thérapeutes du centre de rééducation de la clinique de Valens. Je tiens à mentionner tout particulièrement Monsieur Stefan Weber (logopédie) ainsi que Maureen Bamert, Eliane Ledergerber et Sandra Friberg, toutes les trois physiothérapeutes. Evidemment, il s'agit plutôt d'un effort commun et **tous** y participaient – de la natation jusqu'aux repas.

Il est très important de faire les exercices ! Pour ne citer qu'un exemple : Eliane Ledergerber m'a expliqué qu'il faut faire environ 1000 à 2000 fois le même mouvement avant que ce mouvement soit de nouveau enregistré dans le cerveau. J'ai donc fait les exercices encore et encore et pratiqué toujours le même mouvement, encore et encore...

**(7) Quel était le moment le plus douloureux de votre parcours médical ?** Sans hésitation, le langage – et le fait que je ne peux plus enseigner. J'ai tellement profité du contact avec les étudiants et énormément apprécié les échanges avec eux. Malheureusement, c'est du passé maintenant !

Je parle de nouveau suisse allemand, anglais et un peu français (le tout avec un terrible accent suisse). Je ne maîtrise plus, pour l'instant, l'allemand standard et l'italien, ce qui ne veut pas du tout dire que je ne le comprends plus et que je ne peux plus le lire. Ceci est très caractéristique d'une personne atteinte d'une aphasie de Broca : Elle comprend absolument tout, mais rencontre des problèmes dans la production langagière...

**(8) Et quels étaient vos plus grands bonheurs ?** Ma famille, très clairement, à savoir mon partenaire et ma sœur. Je leur dois énormément et ils m'ont toujours soutenu, même si, parfois, ce n'était pas facile. Et mes amis aussi !

**(9) Est-ce que, dans votre vie, il y a des choses que vous n'auriez pas vécues sans aphasie et dont vous ne voudriez plus vous passer ?** Les voyages, sans aucun doute ! Auparavant, avant mon AVC, je ne me déplaçais que pour des conférences. Mes « voyages » se limitaient à ça.

Aujourd'hui, par contre, nous partons plus souvent en voyage – sept fois rien que l'année dernière (île Maurice, Oslo, Schachen sur le lac de Constance, Guernesey, Boston et Crète). Et cette année, je profite d'un semestre sabbatique pendant lequel nous partons pour 3 mois à Cambridge.

Et depuis Valens, j'apprécie beaucoup tout ce qui est beau dans la vie, les fleurs par exemple, les oiseaux, les paysages, etc. ! Auparavant, je n'avais même pas d'yeux pour ce genre de choses.

**(10) Quelle est votre situation actuelle ?** Je travaille de nouveau à 40 % à l'université de Lausanne, principalement dans la recherche, mais j'ai aussi l'intention de tenir un cours magistral au prochain semestre. Avec mon **handicap langagier**, ce n'est pas facile, mais je vais essayer. Par contre, je ne me prêterai pas au jeu des questions et réponses avec les étudiants. Evidemment, les étudiants pourront toujours poser des questions, mais je les noterai et y répondrai à la maison par mail. Ainsi, ça devrait aller !

La « sieste de midi » constitue encore une des contraintes principales. J'ai tout bonnement besoin de 30 à 45 minutes de repos après le repas de midi. Sinon, je tourne littéralement de l'œil !

**(11) Qu'est-ce qui doit absolument s'améliorer ?** En fait, moralement, je vais très bien, mais au niveau physique, je dois dire qu'il y a encore pas mal de choses à améliorer, surtout le bras droit et la main droite, et les langues évidemment. En français et en allemand standard, mes capacités sont encore faibles, voire très faibles ; et l'italien, je n'y arrive plus du tout.

**(12) Quelles sont les thérapies que vous suivez toujours ?** Au début, je suivais 5 thérapies par semaine (2 ergothérapies, 2 physiothérapies, et des séances de logopédie alternativement en anglais et en français). Actuellement, le médecin rééducateur et moi, nous sommes en train de réduire les thérapies progressivement et d'augmenter le travail : Je suis donc encore une ergothérapie, et au retour de mon semestre sabbatique, une physiothérapie.

**(13) Quel conseil, particulièrement important à vos yeux, pouvez vous donner aux personnes concernées ?** Ne jamais, jamais abandonner ! Et puis, il faut aussi la volonté de réussir. Evidemment, c'est difficile, voire déprimant, pour être honnête : Imaginez seulement, d'une minute à l'autre tout est différent et vous passez votre vie à maîtriser de nouveau tant bien que mal votre langue et une hémiplégie. Cependant : **ne jamais abandonner et faire preuve d'une grande volonté.** Lorsque l'infirmière ou l'infirmier vous dit de faire 5 exercices, faites en 10...

Et puis, je trouve qu'il est très important d'être joyeux et de bonne humeur. De toute façon, on ne peut pas revenir en arrière, alors pourquoi ne pas être heureux ?