



- 10 TRAFIC La liaison Marly - Matran attendra
- 11 RELANCE Dix-sept mio pour un paquet énergétique
- 13 SÉISME Les Italiens de Fribourg solidaires
- 15 MOLÉSON Le téléphérique à l'enquête
- 18 SPORT Payerne capitale suisse du Rafto

Les bus et les vélos avant les voitures

Il respire avec les poumons d'un autre

VILLARGIROUD • Le 11 janvier dernier, après 16 mois d'attente, le Glânois Jean-Marc Berset a été greffé des deux poumons au CHUV à Lausanne. Témoignage d'un homme qui a frôlé la mort et qui croque la vie à pleines dents.

JEAN-MARIE PELLAUX

Lorsque les médecins quittent sa chambre du CHUV le vendredi 9 janvier dernier, Jean-Marc Berset est presque certain qu'il ne va pas les revoir. Il ne parvient plus ni à respirer ni à se nourrir. Il est à bout de force, fatigué de lutter contre la maladie, lassé d'attendre.

Atteint de mucoviscidose, cela fait seize mois que cet homme de quarante ans a été placé sur la liste d'attente pour se faire greffer une nouvelle paire de poumons. Et seize mois que la bonne nouvelle ne vient pas. L'idée de la mort n'a alors plus rien d'abstrait pour lui. «Je sentais que c'était la fin», confie l'habitant de Villargiroud.

Mais la fin, ce sera pour une autre fois. «Dans la nuit de samedi à dimanche, à trois heures du matin, je vois entrer aux soins intensifs, l'infirmière de la coordination de transplantation qui traite mon cas depuis plusieurs mois. Mon cœur s'est mis à battre à toute pompe. Elle m'a d'abord demandé si je la reconnaissais, puis elle m'a dit qu'ils avaient des poumons pour moi».

«Un petit miracle»

Un peu moins de 24 heures plus tard, dont 8 passées sur la table d'opération, Jean-Marc Berset se réveille. Il respire sans assistance. Autrement dit, il a trouvé un second souffle. Aujourd'hui encore, l'homme semble surpris de s'en être sorti: «Les pneumologues ont dit que c'était un petit miracle. Ce doit être un signe du ciel.» Une chose est sûre: la probabilité de réunir toutes les conditions nécessaires à la réussite de l'opération (voir ci-dessous) à cet instant-là étaient infimes.

«J'ai remangé pour la première fois une fondue il y a quelques jours»

Une fois sorti des soins intensifs, Jean-Marc Berset restera cinq semaines au CHUV puis passera par Billens pour la réadaptation. Trois mois après l'opération, l'épisode de la greffe et les souffrances qui l'ont précédées ne semblent déjà plus qu'un mauvais souvenir. «J'essaie d'oublier, de tout mettre de côté. Je suis quelqu'un qui va de l'avant», dit-il.

L'homme ressent plus que jamais l'envie et le besoin de croquer la vie à pleines dents. Des projets, il en a un paquet. Ainsi, il veut: retrouver son statut d'as du tir, faire de la marche et reprendre le fitness pour «désintoxi-



Aujourd'hui encore, Jean-Marc Berset semble surpris de s'en être sorti: «Les pneumologues ont dit que c'était un petit miracle. Ce doit être un signe du ciel.» ALAIN WICHT

quer son corps», remonter sur son vélo pour «prouver que c'est possible», s'engager dans le social, faire le clown pour les enfants hospitalisés, réintégrer certains comités qu'il avait quittés... «Certains jours, je vais au lit à 5 heures du matin. J'ai envie de tout faire», avoue-t-il.

Flopée de médicaments

Sudation excessive, douleurs articulaires, tremblements: sa convalescence n'a pourtant rien d'un long fleuve tranquille. Les effets secondaires des 25 médicaments qu'il prend chaque matin l'obligent pour l'instant à ronger son frein.

Si on le sent quelque peu contrarié, il reste néanmoins serein, ne s'inquiète guère et s'appuie sur son sens de l'humour pour rendre son quotidien plus sympathique. «J'ai soupé dernièrement au bistrot. En arrivant, j'ai posé ma poignée de médicaments sur la table. Il y avait des roses, des verts... Comme des œufs de Pâques. J'ai dit à mes copains qu'ils pouvaient se servir!»

S'il fait régulièrement une virée au troquet du coin pour voir ses amis, Jean-Marc Berset doit néanmoins encore prendre quelques précautions lorsqu'il sort de chez lui. Les médicaments antirejet qu'il prend affaiblissent considérablement son système immunitaire. Attraper un rhume ou une toux pourrait ainsi avoir des conséquences tragiques. Du coup, il se refuse parfois à faire la bise à certaines de ses amies et évite de se retrouver face à une personne qui tousse.

Le plaisir de la fondue!

Pour ce qui est de la nourriture, quelques aliments, dont la salade, sont pour quelque temps encore sur une liste rouge. Et son estomac doit être ménagé. Des prescriptions que Jean-Marc Berset suit à la lettre. Ou presque: «J'ai remangé pour la première fois une fondue il y a quelques jours. Ce n'était pas forcément la meilleure idée qui soit, mais ça m'a fait drôlement plaisir», confie-t-il. Depuis l'opération, il est passé de 53 kg à 61

kg. «Que de la graisse», se désole-t-il. A le regarder, on se demande où cette graisse peut bien se cacher.

Et pourtant ses amis et sa famille sont unanimes: le Jean-Marc Berset

d'aujourd'hui n'a rien à voir avec celui qui est entré au CHUV en janvier. Et à écouter le Glânois parler de cette nouvelle vie qui s'offre à lui, on se dit qu'ils n'ont encore rien vu. I

L'OFSP EN CAMPAGNE

L'Office fédéral de la santé publique (OFSP) poursuit sa campagne d'information sur le don d'organes avec un nouveau spot TV et de nouvelles affiches. Il souhaite sensibiliser plus de monde à cette question, afin qu'elles expriment leur volonté en matière de dons d'organes, de tissus ou de cellules. Certaines personnes déclarent être prêtes à donner un organe en cas de décès, d'autres s'y opposent. D'autres encore admettent ne pas avoir réfléchi à la question. Avec sa nouvelle campagne, l'OFSP souhaite inci-

ter le public à s'informer sur le thème de la transplantation et du don d'organes.

Il est important que le refus de donner soit aussi mentionné sur une carte de donneur en cochant la case prévue à cet effet. Il est aussi conseillé d'informer ses proches. Ce sont eux que l'on interrogera en absence de carte de donneur. L'OFSP souligne qu'ils vivront mieux ce moment difficile s'ils peuvent répondre au médecin en toute connaissance de cause. AP

> www.transplantinfo.ch

LA PÉRIDURALE SE FAIT LA MALLE

De son séjour au CHUV, Jean-Marc Berset garde quelques anecdotes qu'il livre au compte-gouttes. Dont une que l'on ne souhaite à personne: «A mon deuxième jour aux soins intensifs, j'ai commencé à souffrir. A tel point que la douleur est vite devenue insupportable. Sceptique, l'infirmier m'a dit que c'était une question d'anxiété. Malgré les souffrances, impossible de le convaincre. Je suis passé ensuite aux soins continus. Et là, une infirmière a remarqué que ma péridurale était sortie. Je suis ainsi resté 17 heures sans antidouleur.» Observateur attentif de l'univers hospitalier, l'homme avoue avoir aujourd'hui «une image mitigée du monde médical et de la

santé». «Les infirmières sont admirables mais pas suffisamment nombreuses. Quant aux médecins, quelques-uns ont été grandioses. Mais beaucoup manquaient d'humanité et se prenaient pour des petits dictateurs. J'ai parfois dû taper du poing sur la table pour me faire respecter.»

Une méthode que le Glânois a également dû employer auprès des caisses-maladie: «Si on ne se bat pas, on perd des sous. J'ai constamment dû faire des téléphones et écrire des lettres pour être correctement remboursé. Et je ne vais pas les lâcher.» Un combat dont Jean-Marc Berset se serait bien passé en cette période de convalescence. JMP

62 personnes sont mortes en 2008 faute de dons

L'attente a mis les nerfs de Jean-Marc Berset à rude épreuve. Pendant les 16 mois qui ont précédé la greffe, il avait toujours un œil sur son téléphone mobile. Car c'est par un coup de fil que Swisstransplant, la Fondation nationale suisse pour le don et la transplantation d'organes, avertit le futur greffé.

A fin 2008 en Suisse, 46 personnes étaient en attente d'un poumon, 19 d'un cœur, 103 d'un foie et 732 d'un rein. Au total, 942 personnes étaient sur liste d'attente, un nombre en constante augmentation depuis plusieurs années.

Les dons, eux, ne se sont faits que légèrement plus nombreux

l'année précédente; 90 personnes décédées et 128 vivantes figurent au nombre des donneurs. En comparaison européenne, seuls les Grecs sont de plus faibles donneurs que les Suisses. A noter qu'en 2008, 62 personnes, dont deux enfants, sont morts en liste d'attente dans notre pays.

Outre le fait de pouvoir prélever des organes en bon état sur une personne possédant sa carte de donneur, d'autres critères rentrent en ligne de compte. Dont la compatibilité du sang. De groupe sanguin O positif, Jean-Marc Berset peut donner à tout le monde mais

ne peut recevoir que de personnes appartenant au même groupe sanguin que lui. A cette contrainte-là s'ajoutait, pour lui, celle de la taille des poumons. S'ils avaient été trop gros, la greffe aurait été impossible. «En fait, il a juste fallu bricoler un peu le côté gauche. J'ai eu de la chance car j'ai un cœur qui prend beaucoup de place», explique-t-il.

Le don d'organe étant strictement anonyme, Jean-Marc Berset ne connaîtra jamais la personne sur laquelle ont été prélevés ses nouveaux poumons. Mais il «la remercie infiniment tous les jours». «C'est un grand geste qu'elle a fait là.» JMP