

UNIVERSITE DE NANTES

FACULTE DE MEDECINE

Année 2013

N° 024

THESE

pour le

DIPLOME D'ETAT DE DOCTEUR EN MEDECINE GENERALE

(DES de MEDECINE GENERALE)

Par

Stéphanie SAMAIN
née le 26/08/1982 à VANNES (56)

Présentée et soutenue publiquement le 01/07/2013

**LES MODIFICATIONS DES REPRESENTATIONS MENTALES APRES UN
INFARCTUS DU MYOCARDE**

Président du jury : Monsieur le Professeur Jean Noël TROCHU
Directeur de thèse : Monsieur le Professeur Rémy SENAND
Membres du jury : Monsieur le Professeur Jean-Marie VANELLE
Monsieur le Docteur Patrick LE KIEFFRE
Monsieur le Docteur Olivier STORA

REMERCIEMENTS

Au Pr Rémy SENAND. Je te remercie d'avoir accepté de diriger ce travail, de m'avoir fait confiance, ainsi que de ta disponibilité. Je te remercie également pour tout ce que tu m'as appris lors de mon stage SASPAS, tant dans les données médicales que dans l'approche du patient, notamment au cours des longues séances enrichissantes de débriefings que tu m'as accordé. Ton savoir et ton humanité sont un exemple et un repère pour moi.

Au Pr Jean-Noël TROCHU. Je vous remercie de l'honneur que vous m'avez fait en acceptant la présidence de mon jury. Permettez-moi de vous exprimer toute ma reconnaissance et mon profond respect.

Au Pr Jean-Marie VANELLE. Je vous remercie d'avoir accepté de faire parti de mon jury. Soyez assuré de ma respectueuse reconnaissance.

Au Dr Olivier STORA. Je vous remercie d'avoir accepté de faire parti de mon jury. C'est en partie grâce à vous que j'ai pu effectuer ce travail. Je vous prie d'agréer toute ma gratitude.

Au Dr Patrick LE KIEFFRE. Je te remercie d'avoir accepté de faire parti de mon jury ainsi que de m'avoir encadré tout au long de mon stage SASPAS. Merci pour tes conseils et ta bonne humeur apportés lors de nos journées à Ancenis.

A l'équipe du Réseau Respecti cœur. Vous m'avez aidé à accomplir ce travail avec gentillesse et disponibilité et je vous en remercie. Un grand merci également à Mme Le Hélias pour l'aide accordée à l'élaboration du questionnaire.

LISTE DES ABBREVIATIONS UTILISEES

IDM : Infarctus Du Myocarde

INSEE : Institut National de la Statistique et des Etudes Economiques

HTA : Hypertension Artérielle

TA : Tension Artérielle

ECG : Electrocardiogramme

SAMU : Service d'Aide Médicale Urgente

RHD : Règles Hygiéno-Diététiques

CHU : Centre Hospitalo-Universitaire

DCI : Dénomination Commune Internationale

FDR CV : Facteur De Risque Cardio-Vasculaire

IPDE : Inhibiteurs de la Phosphodiesterase

SCA ST+: Syndrome Coronarien Aigu avec élévation du segment ST

PTSD: Post-Traumatic Stress Disorder

BNS : Brevet National de Secourisme

CHSCT : Comité d'Hygiène, de Sécurité et des Conditions de Travail

CPAP : Continoues Positive Airway Pressure

OMS : Organisation Mondiale de la Santé

HAS : Haute Autorité de Santé

SOFMER : SOciété Française de MEdecine physique et de Réadaptation

DDTM : Direction Départementale des Territoires et de la Mer

SOMMAIRE

I. Introduction	6
II. Matériel et méthode	8
A. Questionnaire	8
1. Conception	8
2. Contenu	10
B. Elaboration de l'échantillon	11
1. Critères d'inclusion	11
2. Recrutement de l'échantillon	12
C. Contenu de l'échantillon	13
D. Déroulement des entretiens	13
1. Lieux	13
2. Période concernée	13
3. Recueil des données lors de l'entretien	14
4. Analyse des entretiens	14
III. Résultats	15
A. Question 2 : Racontez-moi ce qu'il s'est passé pendant votre Idm ?	15
1. Contexte de survenue de l'Idm	15
2. Symptomatologie de l'Idm	15
3. Prise en charge de l'Idm	15
4. Vécu de l'Idm	16
B. Question 3 : Comment était votre santé avant votre Idm ?	17
C. Question 4 : Comment est votre santé depuis votre Idm ?	18
D. Question 5 : Qu'est ce que cela veut dire pour vous d'avoir un Idm ?	19
E. Question 6 : Quelles en sont les causes ?	21
F. Question 7 : Quelles sont les conséquences sur votre corps ?	21
G. Question 8 : Quand vous prenez votre traitement, comment ça se passe ?	22
H. Question 9 : Pour vous, à quoi servent ces médicaments ?	23
I. Question 10 : Est-ce que le traitement est une contrainte pour vous ?	24
J. Question 11 : Avez-vous des effets secondaires ?	24
K. Question 12 : Quelle est l'implication de votre conjointe dans votre traitement ?	25
L. Question 13 : Est ce que le suivi est une contrainte pour vous (bio, cs, e.c..) ?	26
M. Question 14 : Qu'est ce que l'Idm a changé dans votre vie ? (définition des priorités)	26
N. Question 15 : Est-ce que vos loisirs ont changé ? et en quoi ?	28
O. Question 16 : Est ce que votre sommeil a changé ?	29
P. Question 17 : Est-ce que votre alimentation a changé ?	30
Q. Question 18 : Est-ce que votre vie sexuelle a changé ?	31
R. Question 19 : Est-ce que vos projets en général ont changé ?	32
S. Question 20 : Votre place dans la société a-t-elle changé depuis votre Idm ?	33
T. Question 21 : Votre place dans votre famille (parents, enfants..) ?	35
U. Question 22 : Votre place dans votre couple ? (communication, rôle)	36
V. Question 23 : Votre place dans votre milieu professionnel ? et Question 24 : Avez-vous modifié vos conditions de travail ?	38
W. Question 25 : Vos relations avec vos amis ont-elles changé ?	39

X.	Question 26 : Vos relations avec vos connaissances ont-elles changé?.....	40
Y.	Question 27 : Cet événement est-il parlé dans votre famille et dans votre entourage proche ?	41
Z.	Question 28 : Le regard d'autrui a-t-il changé depuis que vous avez eu votre Idm ?..	42
AA.	Question 29 : Comment vous a-t-on parlé de votre maladie ?	43
BB.	Question 30 : Vous l'a-t-on bien expliqué ?	44
CC.	Question 31 : Avec qui préférez-vous parler de votre maladie ?	44
DD.	Question 32 : Vous sentez-vous compris ?	45
EE.	Question 33 : Vous sentez-vous écouté ?.....	45
FF.	Question 34 : Qu'est ce que l'éducation vous a apporté ?	46
1.	Eléments positifs	46
2.	Eléments négatifs	48
3.	Complémentarité avec la rééducation cardiaque.....	48
GG.	Question 35 : Avez-vous eu recours à une association ?	49
HH.	Question 36 : Est-ce que votre moral a changé ?	49
II.	Question 37 : Etes-vous plus anxieux ?	50
JJ.	Question 38 : Est-ce-que vous voyez la mort différemment ?	52
1.	La mort liée au vécu de l'Idm	52
2.	Prise de conscience de l'existence de la mort et de la vie.....	52
3.	La mort n'est qu'une étape dans la vie	53
4.	L'Idm diminue l'espérance de vie	53
5.	Ne pas se traiter c'est mourir	53
6.	L'Idm est une bonne façon de mourir.....	54
KK.	Informations complémentaires	54
IV.	Discussion	56
A.	Limites de l'étude.....	56
1.	Limites du questionnaire	56
2.	Limites de l'échantillon	56
3.	Limites du recueil des données	57
B.	Forces de l'étude	58
C.	Evaluation des réponses par rapport aux données scientifiques.....	58
1.	Vécu de l'Idm	58
2.	Représentations du corps, de la santé et de la cause de la pathologie.....	59
3.	La prise en charge de la maladie	61
4.	Le soutien social	63
5.	Le couple et sa sexualité	64
6.	Projets, loisirs et vie professionnelle.....	66
7.	Humeur et anxiété du patient	67
8.	Le patient dans le réseau de soin.....	68
V.	Conclusion.....	71
VI.	Références	73
VII.	Annexes	77
A.	Annexe 1 : Tableau de recueil des données	77
B.	Annexe 2 : Entretiens	153

I. Introduction

L'infarctus du myocarde (Idm) est une complication aiguë et grave de l'athérosclérose. On estime que, chaque année en France, 100 000 personnes sont atteintes d'Idm, 7 % décèdent dans le premier mois et au total, 13 % décèdent au cours de la première année.(1)

Selon l'INSEE, les pathologies cardio-vasculaires constituent la deuxième cause de mortalité après les cancers.

Les différents traitements de l'Idm, instaurés en fonction du délai de prise en charge et du contexte anatomo-clinique, constituent la fibrinolyse, l'angioplastie coronaire, l'intervention chirurgicale par pontage ainsi qu'un traitement médicamenteux à vie et des règles hygiéno-diététiques.

Les progrès thérapeutiques ont permis d'améliorer l'avenir des patients coronariens et de raccourcir leur durée globale de séjour hospitalier (2). Cependant, les récurrences d'événements cardiovasculaires sont dépendantes de l'adhésion thérapeutique qui, elle, est tributaire de la manière dont le patient perçoit sa situation et intègre les informations qui lui sont données.

L'identification de ces représentations mentales est à la base de l'approche centrée sur le patient décrite par Carl Rogers et de l'éducation thérapeutique. Cette dernière permet une prise en charge globale du patient et influence le pronostic cardio-vasculaire chez le patient coronarien.(1)

De plus, ces représentations influencent la qualité de vie du patient. (3- 6)

Elles sont susceptibles d'être modifiées suite à cet événement brutal et potentiellement traumatique que constitue l'Idm.

Au vu de l'ensemble de ces données, il paraît légitime de s'interroger sur le contenu des représentations mentales chez le patient coronarien.

Comment se sont-elles modifiées suite à l'Idm ?

Comment le patient a-t-il vécu cet événement ? Quelles sont les représentations de sa santé, de sa maladie naissante et de son traitement ?

Qu'a-t-il changé de manière globale dans sa vie et dans son quotidien ? Voit-il la mort différemment ?

De plus, le patient est au centre d'un réseau constitué par son environnement marital, familial, socioprofessionnel ainsi que du réseau de soins. Quelles sont ses relations avec les différents intervenants ?

Et enfin, développe-t-il des troubles psychiques ?

Le but de ce travail est de réaliser un « état des lieux » de l'ensemble des représentations du patient coronarien, à partir d'entretiens semi-dirigés et de procéder à son analyse qualitative.

Après la présentation des modalités de l'étude et de ses résultats, nous discuterons des réponses au vu des données de la littérature.

II. Matériel et méthode

L'étude vise à établir un état des lieux des modifications des représentations mentales après un Idm, explorant donc un large panel de perceptions, réalisable uniquement sur un petit échantillon.

L'étude est donc qualitative avec une approche compréhensive.

A. Questionnaire

1. Conception

Le contenu du questionnaire vise à explorer le patient dans sa globalité.

Le questionnaire a été réalisé avec l'aide de la psychologue Mme Le Hélias du réseau d'éducation thérapeutique Respecti cœur à l'hôpital Laennec de Saint Herblain.

Il explore :

- le vécu lors de l'Idm.
- la perception de la santé avant et après l'Idm.
- la compréhension de la maladie :
 - les causes.
 - le mécanisme.
 - les conséquences sur le corps.
- le traitement :
 - l'observance, la description du moment de la prise.
 - le mécanisme des médicaments.
 - l'existence d'une contrainte.
 - les effets secondaires éventuels.
 - l'implication du conjoint.
- le suivi avec l'existence ou non d'une contrainte.
- les changements dans la vie du patient de manière générale et plus spécifiquement :
 - loisirs.
 - sommeil.
 - alimentation.

- vie sexuelle.
 - projets.
- la modification de la place perçue par le patient dans différents domaines :
 - la société.
 - la famille.
 - le couple.
 - le milieu professionnel.
 - l'existence de modification des conditions de travail.
 - les amis.
 - les connaissances.
 - la communication avec l'entourage proche et sa famille.
 - la modification du regard d'autrui.
 - les rapports avec les acteurs du réseau de soins :
 - l'évocation de la maladie.
 - l'explication de la maladie.
 - l'existence d'une personne privilégiée pour évoquer la maladie.
 - le sentiment d'être compris.
 - le sentiment d'être écouté.
 - les apports éventuels du réseau d'éducation thérapeutique Respecti cœur.
 - le recours à une association.
 - la modification de l'humeur.
 - la modification de l'anxiété.
 - la perception de la mort.

2. Contenu

Le questionnaire est composé des questions suivantes :

1. Date de l'Idm, situation maritale, enfants, profession.
2. Racontez-moi **ce qu'il s'est passé** pendant votre Idm ?
3. Comment était **votre santé avant votre Idm** ?
4. Comment est **votre santé depuis votre Idm** ?
5. Qu'est ce que cela **veut dire** pour vous d'avoir un Idm ?
6. Quelles en sont les **causes** ?
7. Quelles sont les **conséquences** sur votre corps ?
8. Quand **vous prenez votre traitement**, comment ça se passe ?
9. Pour vous, **à quoi servent ces médicaments** ?
10. Est-ce que le traitement est une **contrainte** pour vous ?
11. Avez-vous des **effets secondaires** ?
12. Quelle est **l'implication de votre conjointe dans votre traitement** ?
13. Est ce que **le suivi est une contrainte** pour vous (bio, cs, e.c..) ?
14. Qu'est ce que **l'IDM a changé dans votre vie** ? (définition des priorités)
15. Est-ce que vos **loisirs** ont changé ? et en quoi ?
16. Est ce que votre **sommeil** a changé?
17. Est ce que votre **alimentation** ?
18. Est ce que votre **vie sexuelle** ?
19. Est ce que vos **projets en général** ?
20. Votre place **dans la société** a-t-elle changé depuis votre Idm ?
21. Votre place dans **votre famille** (parents, enfants..) ?
22. Votre place dans **votre couple** ? (communication, rôle)
23. Votre place dans votre **milieu professionnel** ?
24. Avez-vous **modifié vos conditions de travail** ?
25. Vos relations avec vos **amis** ont-elles changé ?
26. Vos relations avec vos **connaissances** ont-elles changé?
27. Cet événement est il **parlé** dans votre famille et dans votre entourage proche ?
28. **Le regard d'autrui** a-t-il changé depuis que vous avez eu votre Idm ?
29. Comment vous a-t-on **parlé** de votre maladie ?
30. Vous l'a-t-on bien **expliqué** ?
31. **Avec qui** préférez-vous parler de votre maladie ?
32. Vous sentez vous **compris** ?
33. Vous sentez vous **écouté** ?
34. Qu'est ce que **l'éducation** vous a apporté ?
35. Avez-vous eu recours à une **association** ?
36. Est ce que votre **moral** a changé ?
37. Etes vous plus **anxieux** ?
38. Est ce que vous voyez **la mort** différemment ?

B. Elaboration de l'échantillon

1. Critères d'inclusion

Les critères de choix des patients pour notre étude sont :

- **le sexe masculin.**

Sachant que les représentations initiales sont très différentes d'un homme à une femme, le choix a été porté sur un seul sexe.

Le sexe masculin a été choisi car c'est un facteur de risque cardiovasculaire et est donc plus représentatif de la population coronarienne générale.

- **victime d'un SCA ST+.**

Présenter ce type de syndrome coronarien aigu entraîne une nécrose myocardique donc des séquelles importantes susceptibles de modifier les représentations mentales.

- **Idm inaugural.**

Le critère inaugural introduit la notion de traumatisme dans la vie de l'individu, la naissance d'une pathologie d'où l'existence de modifications potentielles des représentations au décours.

- **SCA traité par thrombolyse et/ou angioplastie.**

Le caractère invasif de ces traitements, effectués dans le cadre de l'urgence, rejoint cette notion de traumatisme, à l'inverse d'une intervention chirurgicale programmée par pontage ou d'un traitement médical simple.

- **SCA ayant eu lieu 6 à 9 mois avant l'entretien.**

Nous avons défini ce délai afin d'avoir un certain recul par rapport à l'Idm et de diminuer l'incidence de l'état de choc post traumatique du patient. La limitation des entretiens à 9 mois permet d'éviter d'induire une réponse portant davantage sur les représentations actuelles que sur le changement qui a pu s'opérer suite à son Idm.

2. Recrutement de l'échantillon

Afin de respecter le secret médical, nous avons informé les patients de cette étude et obtenu leur accord par le biais du personnel soignant ces malades.

Un courrier expliquant le sujet de ma thèse et le profil des patients concernés a été envoyé à des médecins cardiologues (principalement libéraux) de mai à novembre 2011.

Mes coordonnées téléphoniques et mail ont été conjointement transmises.

20 médecins vendéens et 51 médecins de la Loire atlantique soit 71 cardiologues au total ont eu le courrier.

Les médecins qui dépendaient des zones correspondantes aux extrémités des départements (Saint Nazaire, Châteaubriant, Fontenay le comte) n'ont pas été concernés pour des raisons logistiques en cas d'un éventuel entretien.

Les médecins généralistes maîtres de stage ont également été sollicités par mail de mon projet.

Suite à l'absence de réponse, les cardiologues ont été sollicités à nouveau par téléphone (deux à trois fois pour certains) ou par mail.

Nous avons eu 6 refus des médecins cardiologues vendéens et 19 refus des médecins de Loire Atlantique soit 25 refus au total (35%).

Le recueil a été peu fructueux avec la possibilité d'avoir deux entretiens via les cardiologues et un entretien obtenu par moi-même dans le cadre de mes consultations de médecin généraliste.

4 patients ont été sélectionnés par les cardiologues et 2 patients par des médecins généralistes de mon entourage mais ils ne correspondaient pas aux critères (SCA ST- ou délai non respecté).

Grâce au Dr Olivier Stora, médecin cardiologue appartenant au réseau d'éducation thérapeutique Respecti cœur de l'hôpital Laennec à Saint Herblain, qui m'a contacté en septembre 2012, nous avons pu recueillir l'accord de onze patients supplémentaires appartenant à ce réseau.

Chaque patient a été informé par son cardiologue, moi-même (en tant que soignante) ou l'équipe du réseau Respecti cœur de mon projet de thèse et a verbalement consenti à y participer.

Une fois le consentement obtenu, j'ai appelé les patients afin de leur réexpliquer l'objet de mon étude ainsi que les modalités d'entretiens.

L'arrêt des entretiens s'est effectué suite à une saturation des données.

C. Contenu de l'échantillon

5 patients sur 14 sont en retraite.

L'âge moyen de l'échantillon est de 57, 8 ans.

11 patients sur 14 font parti d'un réseau d'éducation thérapeutique.

D. Déroulement des entretiens

1. Lieux

Les entretiens se sont déroulés où le patient le souhaitait, afin qu'il se sente le plus à l'aise possible.

Les lieux d'entretiens ont été :

- Les locaux du réseau Respecti cœur à l'hôpital Laennec.
- A mon domicile.
- Au domicile du patient.
- Au cabinet médical ou j'exerce.

2. Période concernée

Les entretiens ont eu lieu du 10 novembre 2011 au 26 octobre 2012.

3. Recueil des données lors de l'entretien

Chaque entretien a été enregistré par un dictaphone.

Les entretiens ont duré en moyenne 43,23 minutes (de 21 min à 01 heure et 16 minutes).

Les entretiens sont de types semi-dirigés en débutant constamment par le questionnement du déroulement de l'Idm et de son vécu.

Les questions suivantes ont, soit été posées dans l'ordre chronologique du questionnaire ci-dessus, soit orientées en fonction des réponses et sujets évoqués par le patient afin de limiter mon influence et de laisser libre cours au discours.

4. Analyse des entretiens

Chaque entretien a été relu puis retranscrit entièrement.

J'ai procédé à une analyse de contenu, déclarative de type thématique avec un découpage transversal de chaque entretien.

Un tableau d'analyse composé des différentes questions posées a été élaboré (annexe 1).

Chaque réponse illustrée par les propos du patient a été classée dans ce tableau.

Chaque ensemble de réponses est ensuite analysé dans le chapitre résultat, en reprenant les bases de l'étude qualitative.

III. Résultats

Chaque entretien est retranscrit dans l'annexe 2.

Chaque réponse est analysée et illustrée dans le tableau annexe 1.

Avec quelques illustrations, voici les différentes synthèses des réponses aux questions posées :

A. Question 2 : Racontez-moi ce qu'il s'est passé pendant votre Idm ?

1. Contexte de survenue de l'Idm

L'Idm est survenu lors du repos, lors d'un effort ou lors d'un contexte de stress (par exemple des problèmes financiers ou professionnels, la mort récente d'un proche, la prise en charge d'un parent peu autonome...).

2. Symptomatologie de l'Idm

Les différents symptômes cités par les patients étaient :

Une douleur d'intensité variable dans un des membres supérieurs, dans le cou, pouvant irradier dans la mâchoire, une douleur épigastrique ascendante, une douleur dorsale, oppressante, un malaise avec perte de connaissance, une asthénie, des sueurs, des bâillements, des éructations, une perte d'urines, des nausées, des vomissements, des palpitations et une dyspnée.

Au moment de l'Idm, la symptomatologie a pu être confondue par le patient pour une douleur ostéo-articulaire, une récurrence de bronchite, une récurrence de vertiges ou au contraire le patient a su d'emblée l'étiologie.

"La douleur c'était quelque chose hein, je pensais pas qu'on pouvait avoir aussi mal."

3. Prise en charge de l'Idm

Au niveau de la prise en charge, trois axes se sont dégagés comme définis ci-dessous.

Premièrement, le patient ou son entourage a appelé le 15 dont l'orientation a été soit :

- l'arrivée des pompiers qui ont fait appel au SAMU, ou qui ont transféré le patient à l'hôpital Hôtel Dieu de Nantes.

- l'arrivée de l'équipe du SAMU qui a transféré d'emblée le patient à l'hôpital Nord pour réalisation d'une angioplastie.
- une consultation aux urgences de l'Hôtel Dieu de Nantes.

Deuxièmement, le patient a consulté un médecin généraliste qui a soit :

- prescrit une prise de sang dosant la troponine.
- adressé le patient au cardiologue (qui a soit appelé le SAMU, soit programmé une hospitalisation au cardiologie)
- adressé le patient par ses propres moyens aux urgences.
- appelé le SAMU.

Enfin, le patient a consulté d'emblée un service d'urgences.

Après l'angioplastie avec pose de stent, le patient a été hospitalisé en soins intensifs puis en soins conventionnels. Une angioplastie complémentaire à distance de la première a pu être effectuée.

En ce qui concerne les circonstances de prise en charge, l'attente aux urgences de l'hôpital Hôtel Dieu a été décrite comme mal vécue.

La procédure d'angioplastie a pu être perçue comme longue ou au contraire, le patient décrit l'ensemble des événements comme ayant été rapides.

4. Vécu de l'Idm

Le vécu a été très différent en fonction des patients.

En effet, il a pu être décrit comme un sentiment de bien être, de calme, de sérénité, sans peur et dans un état de complète lucidité. Les proches ont pu être davantage stressés que le patient.

Un patient témoigne de l'absence de souffrance physique ressentie par la suite.

La confiance du patient envers l'équipe médicale et paramédicale a entraîné un bon vécu de l'Idm. Il pouvait être impressionné par la prise en charge.

"Donc je peux pas dire que je l'ai mal vécu parce que je faisais confiance."

"Ca a vraiment été impressionnant ; impressionnant d'efficacité je veux dire, je ne me suis jamais senti euh en danger."

Au contraire, le vécu a été décrit comme très difficile lors de l'événement. L'annonce du diagnostic a pu être inattendue entraînant un effondrement du patient.

"Quand on m'a annoncé que je faisais un infarctus, je me suis effondré, c'est vrai, je ne m'attendais pas à ça, et en plus j'insistais : « C'est pas la vésicule ? »"

"J'ai passé la nuit, la nuit du mercredi au jeudi avant d'être hospitalisé ça a été, ça ça a été horrible quoi."

Dans le discours du patient, l'Idm a provoqué un état d'obnubilation, un sentiment de peur avec une évocation de la mort.

"C'était synonyme de décès à court terme ! L'échéance était grave !"

"Parce que en plus on ne pense qu'à ça quoi c'est-à-dire que on est obnubilé parce qu'on le sent qu'on a eu quelque chose quoi." "On pense beaucoup à la mort quand même euh dans ces moments là."

Les sentiments qui émergent de cet événement pouvaient être la culpabilité de ne pas avoir appelé le SAMU d'emblée, ou celui d'avoir eu de la chance. Un déni initial a pu se produire et la gravité de l'événement a pu être perçue d'emblée ou à distance. Les patients ont pu comparer leur histoire avec l'Idm de leur père, notamment pour un qui en est décédé exactement un an avant.

Cet évènement a pu être décrit comme très mal vécu sur le moment mais également durant le mois succédant l'Idm avec une angoisse nocturne liée à une absence de nouvelles par l'équipe du CHU, le sentiment d'être rabaissé physiquement par la suite ou d'être traité comme un malade par la conjointe.

"C'est surtout ça ce mois là qui est, qu'est, 1 mois à la maison, pas de nou, enfin pas de nouvelle du CHU pas de nouvelle de de et puis même la nuit, angoissé la nuit"

"J'étais rabaissé quoi, physiquement j'étais plus le même."

B. Question 3 : Comment était votre santé avant votre Idm ?

Les patients citaient des pathologies diverses n'ayant aucun rapport avec la maladie coronarienne mais également un angor d'effort. De plus, ils identifiaient certains facteurs de risques cardiovasculaires comme le diabète, l'hypertension artérielle, l'hypercholestérolémie,

le tabagisme, la surcharge pondérale, la sédentarité et le stress. Ces facteurs de risques étaient souvent banalisés lors du récit du patient qui se qualifiait « en bonne santé » avant l'Idm.

La survenue d'un Idm malgré la prise en charge de ces facteurs de risques a pu induire un sentiment d'injustice.

"Impeccable. Bon si il y avait un peu de tension, un petit peu de je faisais attention, un petit peu de diabète mais sans plus mais toujours limite parce que je me suis fait toujours bien suivre"

C. Question 4 : Comment est votre santé depuis votre Idm ?

Que ce soit au niveau physique et psychologique, l'évolution de l'état de santé décrite a pu évoluer de manière très différente.

Les patients ont décrit :

Un état de santé qui s'est dégradé de manière transitoire au décours de l'Idm, avec une baisse d'énergie pouvant être très profonde, ainsi que des symptômes psychologiques tels qu'une apparition ou une augmentation de l'anxiété et une diminution de l'humeur. Cet état a pu persister pendant les 6 mois après l'Idm.

"J'étais rabaisé quoi, physiquement j'étais plus le même." "J'étais vraiment plus rien ! ...(...)... Complètement diminué quoi ...(...)... vous n'avez plus de force, quoi vous êtes vidés." "Oui, fatigué puis pas le moral."

La détérioration de l'état de santé a pu persister avec la présence de symptômes apparaissant à l'effort ou au stress.

"Je dirais qu'elle est bonne mais euh à un niveau inférieur quoi, hein, parce que je m'essouffle vite et si je fais mes lacets je suis essoufflé."

L'état psychologique a pu se dégrader à distance de l'Idm, notamment avec l'apparition d'une dépression.

"Depuis un mois, depuis un mois, je me laisse vivre, et donc j'employais l'expression : une serpillère dans son fauteuil parce que je ne fais plus rien et que ce n'est pas du tout dans mon habitude quoi ... (...)... rien ne me touche quoi, c'est dans ce sens là, où je me dis que ça peut s'appeler dépression."

Au contraire, l'état global de santé a pu s'améliorer d'emblée ou après les quelques mois de détérioration, notamment grâce aux règles hygiéno-diététiques. Le patient a pu récupérer un état pouvant être comparable voire supérieur à celui d'avant l'Idm.

"La patate!" "Ca va bien dans la mesure ou moi, bon j'ai, d'abord j'ai arrêté le tabac donc du coup on respire mieux hein, c'est sûr ; bon moi sur un plan régime alimentaire je fais très attention à ce que je mange euh donc là ça m'a permis de perdre du poids." "J'ai perdu 8,7kg, 9kg, donc je me sens nettement mieux."

"Je revis, c'est clair ! Je reprends des forces."

Les patients insistaient sur l'intérêt de la rééducation.

"Quand je voyais la tête qu'on avait quand on est arrivé et la tête qu'on avait quand on est sorti...on était plus les mêmes quoi, complètement changés."

"Je crois que c'est indispensable."

D. Question 5 : Qu'est ce que cela veut dire pour vous d'avoir un Idm?

Les patients pouvaient répondre par des explications physiopathologiques de l'Idm avec des connaissances acquises sur le mécanisme de l'obstruction coronaire, les conséquences et la thérapeutique.

"J'ai trois artères importantes qui alimentent mon cœur et qui sont, qui ont souffert, qui sont bouchées, qui sont encrassées, qui ont mal irriguées dont deux maintenant ont pu un peu être soulagées par la mise en place de stent mais une troisième est hors service, est hors service donc c'est une mauvaise alimentation en sang et en oxygène de mon muscle cardiaque."

"Une artère qui se bouche avec un un caillot hein donc là en l'occurrence, c'est certainement des des plaques de cholestérol fraîches qui ont dû se décoller."

"Je sais qu'on a mis voilà un stent, un ressort pour qu'elle se maintienne."

"Je sais qu'il y a une partie du cœur qui n'a pas été irriguée et bon bah cette partie là, elle est perdue."

Au contraire le mécanisme était méconnu, compliqué ou flou.

"Qu'est ce que c'est qu'un infarctus ? J'en sais rien."

"C'est le sang qui qui circule plus euh un truc comme ça quoi, c'est bloqué."

L'Idm était comparé à un dérèglement technique et était imagé.

"Il y a une grosse pile qui se met en défaut quoi et qui dérègle pas mal de choses."

"Qu'il y a un moteur qui ne tourne plus rond et qui a besoin d'être réglé ou d'être réparé."

"L'infarctus c'est aussi un coup de marteau"

Ou il était lié à une impression.

"On a l'impression qu'il y a une rupture quelque part."

Il a également été perçu comme la conséquence d'une vie peu saine et a pu entraîner un déclic concernant le manque d'hygiène de vie du patient.

"Ca veut dire ne pas avoir une vie spécialement saine auparavant."

"Bah ça a représenté un gros coup d'arrêt par rapport à ça, c'est bon j'arrête mes conneries hein et donc, donc voilà."

Il était vu comme un événement brutal et inattendu.

"Ah bah c'est déjà une surprise pas croyable."

Il pouvait être considéré comme grave car touchant le cœur, ou au contraire, être minimisé.

"Je sais que c'est très grave parce que bah ça touche au cœur quoi..."

"C'est un incident."

La survenue de l'Idm débouchait sur une maladie chronique avec une prise de médicaments.

"C'est une maladie chronique euh votre cœur et vos vaisseaux sont comme ça et ils seront comme ça euh jusqu'au bout et il faut par des médicaments essayer de les, d'abord que votre rythme cardiaque soit plus lent..."

Une vision plus fonctionnelle pouvait apparaître dans le discours des patients résultant d'une réduction des performances cardiaques et d'un retentissement sur les activités du patient.

"Je comprends que ça joue sur mon activité."

Un raccourcissement de l'espérance de vie a également été évoqué.

"Ca veut dire que bah je sens que je vais disp', enfin déjà je me projetais pas de toute manière dans un comment dire je me voyais mal dépasser les allez on va dire une soixantaine"

d'année avec le rythme de vie que j'avais, avec le mode de vie que j'avais, je je sais voilà, spontanément j'ai envie de vous dire je sais que je ferais pas de vieux os."

E. Question 6 : Quelles en sont les causes ?

Tous les facteurs de risque cardio-vasculaires ont été cités ou au contraire, ils étaient méconnus. L'excès d'alcool était cité.

"Bah on a pas su trop me les donner alors c'est pour ça que je suis, je ne sais pas trop quoi penser de tout ça quoi. "

F. Question 7 : Quelles sont les conséquences sur votre corps ?

Les conséquences étaient perçues comme des symptômes physiques tels qu'une baisse d'énergie et l'apparition de symptômes à l'effort. Il décrivait également des symptômes atypiques.

"Je suis plus facilement essoufflé"

"Le stent est un peu urticaire, ça me démange un peu m'enfin c'est tout à fait supportable."

Des symptômes psychiques étaient également cités comme une diminution d'envies et une anxiété. Cette dernière était majorée la nuit, lorsque le patient était seul ou lorsqu'il ressentait un symptôme, notamment une douleur thoracique. Le patient se focalisait plus sur les symptômes qu'il pouvait avoir.

" Certaines nuits je suis angoissé"

"Je m'écoute sans doute plus qu'avant et j'en ai pas envie."

Ces symptômes décrits pouvaient s'améliorer dans le temps notamment avec la rééducation cardio-vasculaire.

La nécessité d'un autocontrôle des capacités physiques à l'effort, potentiellement anxiogène étaient également une conséquence pour le patient. Il n'avait pas osé reprendre certains sports comme le footing par exemple.

"Les conséquences, c'est-à-dire que euh sachant que euh, je peux avoir une faiblesse et sachant que je dois vérifier mon pouls entre 90 et 95, que je ne dois pas passer au dessus de l'effort, donc euh, les conséquences on est toujours obligé d'y penser un petit peu."

La perception des conséquences pouvait être organique sur le cœur et sur son corps (notamment iatrogène).

"On m'a expliqué que le muscle du cœur allait compenser hein euh et que la zone atrophiée étant vraiment assez petite."

"Bon le système s'est certainement ralenti puisque je prends effectivement des médicaments."

Les conséquences de l'Idm pouvaient se situer dans le traitement, notamment dans la prise médicamenteuse à vie.

"De prendre des médicaments jusqu'à la fin."

Au contraire, le patient ne ressentait pas de conséquences lorsqu'il ne se sentait pas malade ou en ressentait peu lorsqu'il conservait une aptitude satisfaisante à l'effort ainsi qu'une qualité de vie.

"Ça empêche pas de vivre, loin de là, on peut vivre bien."

G. Question 8 : Quand vous prenez votre traitement, comment ça se passe ?

Les patients relataient une facilité de prise avec une absence de problème.

"Donc je euh non je n'ai pas de difficulté, je les prends très bien."

Au contraire, ils pouvaient éprouver une difficulté liée à la mémorisation des génériques, la peur de l'oubli, l'oubli, la peur des effets secondaires et le manque de médicaments, ce qui pouvait être anxigène.

"Le traitement c'est un problème parce qu'il faut toujours penser aux médicaments, le matin et le soir, on a toujours peur d'avoir des effets négatifs, euh on ne connaît pas les limites. En fait on ne connaît pas les limites avec les médicaments, et l'autre gros gros point c'est d'avoir peur d'en manquer."

L'oubli pouvait être lié à la présentation du médicament (par exemple le Kardégic), au bien-être du patient ou à des contraintes situationnelles (patient en déplacement par exemple).

"Dès que je vais quelque part,...(...)...il faut que je les prépare le matin parce que je n'emmène pas ma boîte avec moi. Bon, j'ai un petit comme les malades, comme les petits anciens, un petit boîtier pour les mettre. Bon, il faut y penser voilà. Quand on est bien qu'on n'a pas de sensation de mal et bah on a tendance à oublier quoi."

Le patient mettait en œuvre des stratégies afin de faciliter sa prise médicamenteuse notamment la réalisation d'une grille, la prise d'un semainier (qui était souvent décrite comme très bénéfique pour lui), la mise en évidence des médicaments afin que sa conjointe puisse les voir et lui rappeler en cas d'oubli.

"Je les mets pas sur la table comme ça je sais que quand il y a un problème, je serais pas le seul à le voir."

"Je crois que c'est au début peut être que c'était une contrainte, maintenant je je, facilement de toute façon j'ai mon truc sur la table (en parlant de son pilulier) et puis ça y est je prends, c'est marqué dessus matin midi et soir, c'est c'est bien fait. Disons que ça met peut être en confiance aussi."

Le semainier pouvait évoquer la vieillesse et ne pas être accepté.

"La boîte, excusez moi c'est pas méchant, mais de vieux... (...)... psychologiquement, ça me dépasse."

H. Question 9 : Pour vous, à quoi servent ces médicaments ?

Le rôle des médicaments était connu de manière plus ou moins spécifique ou était complètement inconnu.

Les actions citées étaient : fluidifier le sang, ralentir le cœur, diminuer le taux de cholestérol et de triglycérides et le diabète, protéger, réparer le cœur, diminuer l'anxiété, diminuer la TA, diminuer la fréquence cardiaque, éviter la récurrence d'Idm, rétablir et améliorer le fonctionnement cardiaque, la qualité du sang, stabiliser et éviter le rejet du stent.

Les actions citées pouvaient être imprécises : « pour la tension », « pour la circulation sanguine », « pour la fuite ».

I. Question 10 : Est-ce que le traitement est une contrainte pour vous ?

Pour certains patients, le traitement était contraignant.

En effet, la contrainte se situait dans le fait de penser à prendre le traitement, dans la nécessité de le préparer lors des déplacements, dans la peur des effets secondaires et des conséquences de l'oubli ou dans la prise à vie du traitement. Cette contrainte pouvait constituer un frein psychologique et physique dans le quotidien du patient. Elle était relativisée avec l'âge.

"C'est pénible quand même." "Toujours la peur de l'oublier."

"On a l'impression que attention c'est notre sac de survie, faut garder ça avec soi, faut veiller à ce qu'on ait toujours, j'ai l'ordonnance en permanence sur moi."

"Et donc là j'ai compris que c'était un traitement à vie, pff et là euh bon j'ai mis quelques jours à avaler la pilule quoi, ouais."

La contrainte pouvait exister de manière transitoire après l'Idm.

"Bon il a fallu peut être s'adapter aux médicaments."

Et elle a pu disparaître grâce à l'utilisation du semainier ou lorsque le patient a compris l'utilité du traitement et l'a jugé comme nécessaire.

"A partir du moment où je sais que c'est obligatoire, donc c'est pas une contrainte."

"Ca pouvait être une contrainte au départ mais de toute façon, je savais bien que c'était pour mon bien...(...)...Maintenant je m'y fais c'est vraiment pas une contrainte non".

L'absence de contrainte pouvait être expliquée par l'existence d'une prise médicamenteuse avant l'Idm.

"Non, non parce que je prenais déjà des cachets depuis l'accident donc maintenant j'en prends un peu plus et puis c'est tout."

J. Question 11 : Avez-vous des effets secondaires ?

Les effets secondaires plus ou moins spécifiques cités étaient : la toux (notamment après le Triatec), des épigastralgies, des céphalées lors de la prise du Natispray, une asthénie, une baisse de tension, une diminution des capacités sexuelles, une diminution voire disparition de la libido, une érection plus difficile, des saignements, une dyspnée, une mauvaise

cicatrisation, une augmentation des mictions urinaires, des myalgies et arthralgies à l'effort suite à la prise de Crestor.

Les effets secondaires sexuels semblaient être mal vécus et le patient exprimait une difficulté pour les assumer.

"Je sens bien que les médicaments n'ont pas favorisé spécialement ma libido."

"Oui, les effets secondaires, il faut les assumer."

De manière générale, le patient pouvait ressentir un effet négatif des médicaments ou craindre certain médicament sans raisons précises (par exemple le Ramipril).

Au contraire, il n'existait pas d'effets secondaires chez certains patients.

K. Question 12 : Quelle est l'implication de votre conjointe dans votre traitement ?

Le patient a décrit un investissement plus ou moins important de sa conjointe dans son traitement.

Cette implication concernait la réalisation des courses, de la cuisine (mode de cuisine et choix des aliments), dans le fait d'aller chercher les médicaments à la pharmacie, dans l'aide à la prise des médicaments (mise en évidence, rappel en cas d'oubli) et dans la stimulation d'activités physiques.

"Elle est très très impliquée surtout dans dans la manière de faire les courses et de faire à manger."

"Ca a été une aide formidable hein, donc elle m'a soutenu dans ce cadre là."

"Rien, enfin aucune implication." "Voilà, elle va se soucier si j'ai pris ou si j'ai pas pris."

Le patient comptait sur sa conjointe pour éviter d'oublier de prendre son traitement.

"Je les mets pas sur la table comme ça je sais que quand il y a un problème, je serais pas le seul à le voir."

Il décrivait que l'Idm avait perturbé la conjointe et était une source d'inquiétudes pour elle.

"Elle est très coopérative, c'est-à-dire il est peut être plus inquiet que moi sur ma santé euh elle aurait souhaité que j'arrête toutes activités, tous déplacements."

Selon le patient, ses restrictions alimentaires pouvaient aider sa conjointe dans les RHD qu'elle essayait elle-même d'entreprendre.

"Ca a été bénéfique pour elle."

L. Question 13 : Est ce que le suivi est une contrainte pour vous (bio, cs, e.c.) ?

Le suivi n'était pas une contrainte lorsqu'il était perçu comme nécessaire et bénéfique pour le malade. Il était mieux vécu lorsque le patient avait accepté sa maladie.

"A partir du moment que vous êtes suivi par derrière ça les risques sont beaucoup moins. "

"Je fais facilement la balance entre combien ça me coûte et combien ça rapporte et si vous voulez, ça me coûte, ça me coûte un peu de temps, ça me coûte un peu de gêne mais bon je me rends bien compte que ça peut me rapporter quand même, le fait que le cœur continue de, grâce à ça le cœur continue à fonctionner quoi."

Le suivi sécurisait le patient ou il était une école telle que l'apprentissage de la maladie, de son traitement, de la conduite à tenir en cas de douleur thoracique et entraîner une prise de conscience de la gravité de l'Idm.

"Non, d'être suivi c'est très bien, au moins c'est une sécurité, voilà."

"Et puis bon c'est vrai que derrière ça on a appris tellement de choses."

"Non, alors d'autant moins non que j'ai pris conscience de l'importance de, enfin de mon incident, lors des séances de débriefing, enfin ce que j'appelle débriefing c'est..."

Le suivi pouvait au contraire être perçu comme une contrainte notamment lorsqu'il était considéré comme fréquent ou non naturel.

"C'est obligatoirement une contrainte du fait que c'est pas naturel."

M. Question 14 : Qu'est ce que l'Idm a changé dans votre vie ? (définition des priorités)

Lorsque le changement existait, il se situait à des niveaux bien différents.

En effet, le changement décrit se situait dans la symptomatologie du malade tel que l'asthénie ou la dépression.

"Je suis quand même plus fatigué qu'avant, je peux quand même moins faire d'efforts qu'auparavant euh je peux moins avoir un rythme de vie euh le rythme de vie que j'avais auparavant."

Mais aussi dans l'incapacité d'effectuer certaines choses ou de les réaliser différemment.

La prise de conscience de l'existence, la fragilité et l'importance du rôle du cœur pouvait être le changement prépondérant dans la vie de l'individu.

"Il m'a fait prendre conscience peut être un peu plus de la fragilité...(…)...à la fois fragilité et à la fois de l'instantanéité de...que les choses peuvent s'arrêter, de peut être de ne l'importance aussi du cœur qui fonctionne, on ne pense pas qu'il est là et on ne pense pas qu'il joue ce rôle et de prise de conscience du rôle qu'il joue et de sa fragilité lorsqu'il est mal irrigué."

Le changement pouvait se situer dans le traitement de l'Idm, notamment dans l'existence d'une meilleure hygiène de vie, vécue avec ou sans contraintes, ou une meilleure observance des médicaments.

"C'est la prise de conscience du risque euh globalement bah de de changer de vie surtout la nutrition et puis euh ce qui a changé c'est avant je prenais plus ou moins bien mes médicaments tandis que maintenant je les prends régulièrement."

Le patient a pu changer ses priorités de vie, prendre du recul, notamment sur l'implication professionnelle qu'il a pu avoir et ses conséquences. Il relativisait davantage ses responsabilités professionnelles. Il en découlait un aménagement de son poste de travail et de ses horaires.

"Un moment j'ai privilégié certainement plus ma vie professionnelle que ma vie à moi et maintenant j'ai fait l'inverse, c'est-à-dire moi ma vie professionnelle c'est après, quoi qu'il arrive."

"Oui plus serein oui plus plus de recul sur les choses".

Le patient a pu prendre conscience de l'existence de la vie mais aussi de la mort suite à son Idm. Il désirait vivre plus sereinement, relativiser et profiter davantage de chaque jour.

"Oui et puis je relativise beaucoup plus les choses, maintenant, j'ai eu un moment une soif de faire plein de choses mais pour moi personnellement, parce que je dis, je suis passé tellement près que je dis faut peut être faire les choses qu'on a envie."

"Oui, comme on dit faut profiter de la vie avant qu'il soit trop tard."

Le changement pouvait être dans le regard d'autrui par rapport au nouveau statut de malade.

"Donc quand on prend un médicament à vie, qu'on est à 100 % médicalement, quand on est...et bien obligatoirement on est considéré, on est dans le clan des malades."

Le changement pouvait être inexistant ou minime imputé au fait d'être en retraite.

Il y avait un frein dans la réponse car, étant dans une perpétuelle évolution de sa santé, le patient méconnaissait ses capacités futures.

N. Question 15 : Est-ce que vos loisirs ont changé ? et en quoi ?

La pratique décrite des loisirs pouvait ne pas avoir changé ou au contraire être modifiée. Les modifications citées concernaient le moment du loisir, son intensité, sa fréquence, le type, ainsi que le ressenti du patient.

Le patient relatait que la pratique du sport pouvait être diminuée, soit en rapport avec une appréhension de l'effort, soit suite à l'apparition de symptômes d'efforts ou liée à une diminution d'envies.

"J'ai peur peut être, je ne sais pas, je me dis voilà si je force de trop..."

Cette diminution pouvait être temporaire et mal vécue avec, par la suite, une récupération de la pratique antérieure à l'Idm.

"Je commençais à croupir un peu euh, j'avais hâte de reprendre un peu l'activité physique."

Au contraire, le patient décrivait que la pratique du sport pouvait augmenter. Elle était perçue de manière positive ou comme une contrainte.

"Je m'oblige à faire de la marche tous les jours, une demi heure quoi."

Le patient éprouvait une difficulté pour se situer dans ses capacités physiques et se testait lors de l'effort.

"J'ai refait un peu de vélo mais je fais très attention à ne pas monter en régime quoi parce que euh autant je peux marcher vite et longtemps, autant le vélo tout de suite je sens que euh ça ça va moins bien quoi."

"Je suis revenu à peu près à 80% de ce que je faisais avant, mais je le fais volontairement pour euh connaître mes limites."

Le type d'activités sportives décrit a pu changer notamment l'arrêt de la pratique de sport intense ou à sensation, ou une majoration de la lecture au détriment de la télévision.

La peur a changé les activités du patient. En effet, le patient décrivait une peur d'être seul (par exemple lors de la cueillette des champignons) qui entraînait une diminution de certains types de loisirs. Le patient amenait son téléphone portable avec lui. La peur de se retrouver dans une situation où la prise en charge en cas de récurrence d'Idm était compromise (par exemple prendre l'avion) était également citée.

"Je refais comme avant mais je me méfie quand même et j'emmène, je pense toujours à emmener mon portable avec moi,

"Je prends pas l'avion parce que pour l'instant j'ai peur de l'avion."

"La peur d'aller tout seul dans la forêt du Gâvre quoi, me dire ah si il m'arrive quelque chose dans la forêt, comment je fais pour téléphoner au SAMU?"

Au niveau des tâches physiques, le patient constatait qu'il déléguait davantage.

O. Question 16 : Est ce que votre sommeil a changé?

Le patient décrivait que le sommeil a pu être amélioré, d'emblée ou après une période de dégradation, avec une stabilité ainsi que la naissance de rêves ou la réalisation de rêves d'ordre non professionnels depuis l'Idm.

"Je rêvais pas avant maintenant je rêve énormément."

Au contraire, il a pu se dégrader avec des peurs nocturnes, de l'anxiété (pouvant être liée à une remémoration de l'Idm), des réveils fréquents (certains liés à des impériosités urinaires), des réveils précoces, des insomnies source d'angoisse et d'asthénie.

"Oui je dirais plus anxieux"

Ces troubles ont été décrits comme ayant été majorés pendant les trois à quatre mois après l'Idm.

"Ca a été terrible au départ, du mois d'avril jusqu'au mois de septembre facile, oui, j'ai eu des nuits de deux heures, trois heures maxi."

Le patient décrivait qu'il réalisait des mesures afin d'augmenter son temps de sommeil (il se couchait plus tôt, diminuait les sorties, prenait de l'homéopathie).

Dans d'autres cas, le sommeil n'a pas été décrit comme ayant été modifié.

P. Question 17 : Est-ce que votre alimentation a changé?

Les patients signalaient tous des changements dans leur alimentation.

Le type d'aliments, leur quantité ainsi que l'organisation des repas ou de leur préparation étaient modifiés.

1 / Le type d'aliments était modifié :

Les patients décrivaient une alimentation plus équilibrée, une majoration des restrictions alimentaires sans ou avec contraintes, notamment pendant le mois suivant l'Idm, plus ou moins sur conseil de la diététicienne. Ils imposaient parfois à leur entourage leurs restrictions.

"Au début il fallait se faire violence et c'était un peu dur ...maintenant ça va, il n'y a plus de soucis." "Bon après voilà, c'est une discipline hein, pour le bien de soi même."

"Oui, oui jusqu'au point des fois d'imposer."

La conjointe pouvait surveiller ce que mangeait son mari.

Les restrictions alimentaires pouvaient également être diminuées sur conseil du corps médical ou au fil du temps.

Les restrictions décrites étaient :

- la répartition des laitages.
- l'arrêt de consommation de charcuterie, saucisson et beurre.

- la diminution de consommation des viandes rouges, chocolat, sucre, boissons alcoolisées, vin, charcuterie, beurre, gâteaux, sodas, assaisonnement des sauces, corps gras, viennoiseries, rôti de porc, fromage, mayonnaise, frites et plats en sauce.
- L'augmentation de consommation des fruits, huile d'olive, viandes blanches, poissons, poissons gras, salades, légumes, grillades et laitages.
- Le mode de cuisine avec moins de beurre, moins de cuisson à la poêle et davantage sous forme vapeur.

2/ La quantité de chaque repas décrite était modifiée notamment par augmentation de la quantité du déjeuner et diminution de celle du dîner, ou augmentée à chaque repas avec prise de poids (mais arrêt du tabagisme concomitant).

3/ L'organisation était modifiée :

L'organisation notamment matinale décrite pouvait être modifiée afin de manger de manière plus équilibrée, comme par la prise d'un petit déjeuner qui était inexistant avant l'Idm, un lever plus précoce pour avoir plus de temps.

Les déjeuners au restaurant administratif étaient privilégiés au détriment de plats préparés.

Le patient pouvait répondre qu'il n'y avait pas de changement dans son alimentation mais en constatant tout de même qu'il existait une diminution de la consommation des charcuteries, des graisses, du fromage et du pain, une augmentation des légumes verts et des poissons.

Seule la restriction du pain pouvait être une contrainte pour le patient.

Q. Question 18 : Est-ce que votre vie sexuelle a changé?

Le patient décrivait une vie sexuelle modifiée par diminution voire disparition de la libido, diminution de l'érection, des capacités physiques, source de contraintes plus ou moins fortes et d'inquiétudes pour le patient.

"J'ai plus de libido." "Ah oui oui. Il y a moins de rapports, moins de, oui, oui."

Le patient pouvait imputer ces troubles aux médicaments qu'il prenait, notamment aux bêtabloquants.

"Ca a donné encore un coup sur les bretelles avec ces bêtabloquants."

Selon le patient, sa conjointe avait peur des conséquences de l'activité physique.

".....et le fruit de ma femme aussi : « Fais attention de pas trop te fatiguer »."

Le patient n'avait pas parlé de ses problèmes sexuels à son cardiologue et pouvait faire des recherches sur internet avant d'envisager d'en parler.

"Ouais et oui, énormément, et ça c'est moyen, c'est même, c'est même super moyen. Je crois alors c'est, je sais pas si c'est euh si c'est euh contournable ça mais j'en ai jamais parlé avec le Dr Hossler, mais je vais lui en parler..."

Mais la vie sexuelle relatée pouvait également ne pas être modifiée même si parfois elle était décrite comme étant plus calme.

R. Question 19 : Est-ce que vos projets en général ont changé?

Les projets décrits pouvaient ne pas être modifiés notamment par le fait que le patient ait retrouvé la santé qu'il avait avant son infarctus.

Lorsqu'il existait une modification, elle concernait la réalisation des projets mais aussi le contenu des projets, notamment dans la vie professionnelle, les loisirs, les voyages, la vie associative ainsi que les projets immobiliers.

- Le désir de concrétiser des projets a pu être augmenté ou au contraire être diminué.

"Oui, j'ai envie de faire plus de choses." "J'essaie de fixer les objectifs à court terme et sans trop les reporter." "Mais bon c'est pas ça qui me gêne, c'est de ne pas me sentir toujours prêt à aller de l'avant quoi, il y a toujours un petit frein, je sais pas pourquoi, c'est peut être moi."

- Les patients décrivaient une modification des projets professionnels avec une diminution des charges de travail, pouvant déboucher sur la réflexion d'un changement d'orientation.

"Je vois les choses complètement différemment aujourd'hui."

"Je me prends moins la tête pour le travail quoi, alors je délègue beaucoup plus."

- Les patients désiraient profiter davantage de la vie, augmenter les loisirs.

"Peut être profiter plus de la vie, loisirs! Loisirs, voyages, peut être."

"On en parle un peu avec ma femme oui en profiter davantage peut être. "

- Des projets de partir voyager ou vivre à l'étranger étaient compromis par la peur des limitations de moyens de prise en charge d'une éventuelle récurrence d'Idm. Les projets de partir au ski ont pu être interdits par le corps médical.

La reprise de la conduite sur de longs trajets a été appréhendée suite à l'Idm.

"J'avais peur à la conduite un moment de fatigue."

- Dans le monde associatif, le patient décrivait qu'il augmentait ses activités intellectuelles, ou au contraire l'Idm a pu renforcer la volonté de diminuer son implication qui était source d'asthénie. A l'occasion de l'Idm, le patient a pu prendre conscience qu'il n'était pas indispensable.

"J'essaie de donner le maximum pour avoir le plus possible de travail intellectuel et s'occuper pour ne pas être à la maison et gamberger."

- Au vu des efforts trop importants, l'entretien d'une propriété a pu entraîner sa vente suite à l'Idm.

"Le jardin je ne veux plus en entendre parler quoi."

S. Question 20 : Votre place dans la société a-t-elle changé depuis votre Idm ?

Les patients citaient différents éléments dans leur vie sociale qui ont pu modifier ou non leur place dans la société.

Parfois, la place du patient dans la société n'a pas changé de par sa volonté. En effet, il ne parlait pas de son Idm à son entourage (à part à ses proches) car il ne voulait pas que le regard des autres se modifie.

"Non, non j'en ai pas l'impression, je le dis pas de tout façon je le dis pas hein."

La vision des choses par le patient a pu changer sans que la place dans la société ait changé.

Le patient pouvait également être sensibilisé par les personnes ayant eu la même pathologie.

Le patient décrivait que les gens de son entourage prenaient plus soin de lui, notamment en le préservant de ses efforts. Ils s'y intéressaient davantage et surtout au décours de l'Idm (en général ou uniquement dans le milieu professionnel), modifiant ou non la place du patient dans la société. Il voulait rendre la pareille.

"J'ai l'impression que les gens qui savent, notamment à mon travail, sont plus gentils avec moi, plus attentifs."

La place dans la société est redevenue comme avant l'Idm lorsque le patient n'était plus symptomatique.

"Non non. Ca c'est en fait bon au début on est un peu le centre d'attraction entre guillemets, ami ou famille et puis comme tout va bien, bah ça disparaît et la réinsertion vous voyez se fait normalement."

L'entourage a pris conscience de la mort possible du patient, ce qui a pu modifier la place qu'il avait sans que cela ait changé sa vision à lui.

"Alors, de mes yeux non. Des yeux de la famille, euh, ils se rendent compte que peut être que, enfin j'ai l'impression, je crois me rendre compte qu'ils se rendent compte que je suis pas immortel."

Le patient citait un frein dans la réalisation de certains travaux.

Il pouvait être inquiet des éventuelles récurrences d'infarctus.

Il a été également décrit une évolution positive de la place du patient dans la société, en fonction de son rétablissement, de ses relations et selon ses événements de sa vie personnelle.

"Voilà, on est en pleine évolution complète, moi je le sens bien, je sens que je suis vraiment en train de, je positive là de ce côté-là, hein, c'est déjà important. Je sens que je suis en pleine réparation."

Face à l'incompréhension des proches, le patient ressentait la nécessité d'expliquer sa pathologie et ses restrictions alimentaires.

"D'abord il faut expliquer aux gens qui ne comprennent pas forcément, sont surpris qu'on fasse un infarctus quand on a vu la personne 1 mois avant, on va dire en pleine possession de ses moyens donc évidemment ça c'est le coup de massue, et puis après bah leur expliquer que bah les choses un peu vont changer hein dans la façon de s'alimenter des choses comme ça. Là c'est un peu plus difficile, un peu plus compliqué pour la famille à comprendre mais voilà c'est tout autrement après bah une fois que tous les symptômes ont pratiquement disparu vous êtes dans le même état qu'avant donc."

Le patient a trouvé qu'il était prématuré de répondre à cette question car sa reprise professionnelle n'était pas complète lors de l'entretien.

T. Question 21 : Votre place dans votre famille (parents, enfants..) ?

Dans certains cas, la place du patient dans la famille n'a pas été jugée comme étant modifiée.

Un rapprochement familial a pu être décrit modifiant ou non la place du malade dans la famille.

Une inquiétude de la part de l'entourage était citée, inquiétude qu'a pu redouter le patient qui n'a pas forcément informé toute sa famille de l'existence de la pathologie (une mère n'a pas été mise au courant par exemple).

"Non non, peut être au contraire qu'ils sont plus attentifs parce qu'ils savent qu'on a eu cette misère, cette misère physique donc ils s'inquiètent de notre santé."

"J'ai fait peur à certains moments." "Avec ma femme on a pas voulu non plus trop trop les inquiéter."

Les membres de la famille du patient étaient décrits comme étant plus attentifs, et prenant plus soin du patient, pouvant être lié à une prise de conscience de l'existence de la mort.

"Ils font plus attention voilà oui oui, plus attentifs." "Je crois me rendre compte qu'ils se rendent compte que je ne suis pas immortel."

Le patient décrivait que les membres de sa famille ont pris conscience du caractère héréditaire de l'Idm et ont réalisé un dépistage au décours.

Face à l'incompréhension des proches du patient, le patient éprouvait la nécessité d'expliquer la pathologie et ses restrictions alimentaires.

Le patient décrivait qu'il déléguait des tâches physiques à un membre de sa famille depuis son Idm.

U. Question 22 : Votre place dans votre couple ? (communication, rôle)

L'état d'anxiété, le discours, les actions envers le malade, la projection sur l'avenir des conjointes ont pu se modifier suite à l'Idm.

En effet, les patients décrivaient que leurs conjointes étaient inquiètes, plus anxieuses et choquées par l'Idm que eux-mêmes, notamment lorsqu'ils partaient seuls ou pratiquaient des activités physiques.

"A mon avis, elle a été plus euh plus choquée que moi en fait."

Elles freinaient la réalisation des activités du patient (notamment les activités physiques) ce qui pouvait être source de reproches de la part de ce dernier.

"Elle est plus stressée que moi maintenant, elle a sûrement plus peur que moi...(...)... que moi je serais maintenant plus partant à faire des efforts donc est là pour mettre un frein."

"Dans mon couple, ce qui m'a marqué, je vous ai dit c'est quand je suis, quand ma femme a décidé que j'étais malade au retour du séjour à...(...)...l'hôpital"

Elles prenaient davantage soin du patient. Elles se souciaient de la prise de ses médicaments.

"Elle va se soucier si j'ai pris ou si j'ai pas pris...euh mais bon je reste autonome quand même."

Selon le patient, une conjointe le trouvait moins dynamique depuis qu'il a eu son Idm.

Le malade décrivait que l'approche de la mort par la conjointe a pu se modifier au décours de l'Idm avec l'élaboration d'une réflexion sur l'éventualité d'être veuve et de tous les problèmes matériels qui en découleraient.

"Enfin je pense que ça va lui permettre de concrétiser le fait de l'éventualité d'être veuve quoi et de tout ce que ça peut...enfin mis à part le côté sentimental de la chose, mais sur le plan pratique, oui c'est ça dans la vie pratique, ça lui amènerait quelques problèmes et donc je pense que ça lui a permis de réfléchir à ça et de...oui, c'est clair et de résonner dans ce, de modifier un peu son comportement suite à ce raisonnement là."

Le malade décrivait qu'il s'impliquait moins dans la vie quotidienne et l'éducation des enfants suite à l'Idm, source de reproches de la part de sa femme.

"Je sous traite très très facilement auprès de ma femme; et euh elle me redemande enfin elle me demande d'être plus présent par rapport à l'éducation déjà de nos enfants." "Je relativise vraiment plein de choses. Et heu, ma femme, combat légitimement pour que je puisse reprendre plus de place."

Le patient a pu se sentir redevable envers sa conjointe dans la prise en charge de l'Idm ou avoir un sentiment de culpabilité par rapport au comportement que le patient a pu avoir envers elle dans les suites de l'Idm.

"Non, je pense que bah si je suis là c'est peut être grâce à elle encore."

"J'ai peut être trop demandé, j'ai peut être pas assez vu ce qu'elle faisait."

Il n'y a pas eu de changement décrit sauf dans leur vie sexuelle pour certains. La conjointe pouvait avoir peur de l'effort physique engendré lors des rapports.

"Non dans notre couple ça n'a pas changé de choses fondamentales sinon la partie sexuelle dont on a évoqué qui à cause des médicaments, à cause des médicaments prend une autre, une autre. Mais le reste non, non, non parce que on l'a, on l'a vécu ensemble et on l'affronte ensemble."

**V. Question 23 : Votre place dans votre milieu professionnel ? et
Question 24 : Avez-vous modifié vos conditions de travail ?**

Ces questions ont été rassemblées car les réponses se recoupaient.

La place dans le milieu professionnel ainsi que les conditions de travail décrites ne se sont pas modifiées, parfois par dépit. En effet, le patient aurait aimé diminuer le stress engendré par son activité professionnelle et aménager son temps de travail.

"Malheureusement comme je vous l'ai dit je suis indépendant donc euh bah je suis tout seul globalement et que donc euh je je dois, je dois tout faire, tout gérer enfin bon c'est pas une, voilà c'est comme ça hein quoi, mais que euh ça induit de la pression, du stress et que si je pouvais prendre du recul par rapport à tout ça, je pense que ça serait mieux pour moi quoi."

Cette place a pu se modifier dans la reprise du travail, le contenu des tâches à accomplir au travail, mais aussi au niveau des priorités de vie.

En effet, la reprise de travail a pu être jugée difficile à cause d'une asthénie pendant les trois premiers mois. Elle a pu s'effectuer sous la forme d'un mi-temps thérapeutique.

"Dans mon travail ça m'a perturbé énormément parce que j'étais arrêté pendant trois mois et j'ai essayé quand même de bosser d'ici mais malgré tout j'étais pas du tout capable de faire mon métier normalement."

"Un rendez-vous de 2h pouah j'étais épuisé, j'étais vidé quoi."

Aux dires des patients, les tâches physiques ont pu être allégées par le patient ou par ses collègues. Leur vision a pu se modifier, notamment à cause d'une prise de conscience de l'existence de l'Idm.

Pour certains patients, la place de la vie professionnelle ne constituait plus la priorité dans leur vie par rapport à leur vie privée et leur santé.

Ils ont privilégié un allègement des horaires, une délégation plus importante, une prise de davantage de jours de congés, une diminution des déplacements, le tout résultant d'un désir de diminuer le stress, d'une prise de recul sur la place professionnelle.

"Les problèmes sont les mêmes au jour d'aujourd'hui mais faut reconnaître, je vais dire qu'honnêtement je cours moins après."

"Le fait de m'être arrêté fait que j'ai réalisé que l'entreprise a pas besoin de moi pour tourner." " J'ai davantage délégué certaines tâches." " Aujourd'hui, j'ai des horaires normaux." " Je prends les choses avec plus de philosophie."

"La seule chose qui a changé c'est que j'ai un pouvoir de relativiser maintenant."

Cette situation a pu être difficile à gérer par rapport aux priorités de vie.

"Euh, pff, par obligation, je suis obligé de changer certaines choses parce que je me dis : c'est vital ! Mais d'un autre côté, euh, c'est vital pour moi mais d'un autre côté je suis obligé de maintenir certaines choses parce que c'est vital pour l'entreprise donc ma vie contre celle de l'entreprise : non mais, pff, c'est pas simple."

La place décrite dans le milieu professionnel ainsi que ses conditions de travail ont pu se modifier indépendamment de la survenue de l'Idm.

W. Question 25 : Vos relations avec vos amis ont-elles changé ?

Les relations avec les amis ont plus ou moins changé.

Selon les différents discours, les relations avec les amis n'ont pas changé, cependant il pouvait soit exister un rapprochement et davantage d'attentions à l'égard du malade, soit un éloignement par manque d'attention.

"Non, je ne pense pas au contraire euh au contraire euh, ils font comme avant, ils ne font pas du tout attention que j'ai des soucis de santé."

Au contraire, les relations ont pu changer notamment par le fait que le patient ait effectué « un tri » qu'il a ressenti comme positif.

Le patient a estimé que ses vrais amis se sont confirmés dans leurs attitudes.

"Oui, j'ai fais du tri."

Par contre, les attitudes de maternage que manifestaient les amis du malade au décours de l'Idm pouvaient parfois l'agacer.

"Enfin j'en avais marre qu'on me demande comment ça allait quoi, euh donc voilà maintenant ca m'arrange bien qu'on ne me demande moins ou plus."

Le patient décrivait que l'Idm a pu devenir un sujet de discussion récurrent, modifiant ses relations avec ses amis.

"Oui euh ça a changé mais bon on ne faisait rien de vraiment exceptionnel, quand on se voit c'est pour un repas, pour un anniversaire, pour une fête bah on parle de ça, à tous les coups on en parle, ça c'est sûr."

Le malade a pu décrire une attitude de repli lors des trois à quatre mois au décours de l'Idm, le privant de toutes relations.

Le patient décrivait une réassurance par rapport à la non mortalité de malades ayant eu un Idm dans son entourage.

X. Question 26 : Vos relations avec vos connaissances ont-elles changé?

En ce qui concerne le comportement des connaissances envers le malade, il y a eu certaines modifications relatées.

En effet, les connaissances ont pu prendre des nouvelles (surtout au décours de l'Idm), notamment les personnes ayant subi un Idm, avec plus ou moins l'existence d'un rapprochement. Le malade a pu être agacé de cette prise de nouvelles.

"...ca m'énerverait sérieusement que de tous les jours me demander "Alors comment va ton cœur, comment va ton cœur, comment va ton cœur ?"."

Les connaissances pouvaient également freiner le malade dans ses activités.

Au contraire, il décrivait que c'est son comportement qui a pu se modifier envers les connaissances.

En effet, les relations ont pu changer car le patient est devenu plus entier envers les gens.

"Je me prends pas la tête quoi, j'aime ou j'aime pas, ça c'est clair et encore plus aujourd'hui qu'hier."

Ou les relations avec les connaissances ont pu diminuer car le patient était moins entreprenant ou il limitait ses rencontres par fatigue.

"J'ai peut être moins envie de, je préfère être dans un milieu que je connais, que je connais déjà plutôt..."

"Oui peut être un peu pas en ce sens que, en ce sens que l'infarctus m'oblige à limiter des, à limiter des rencontres et des déplacements."

Les relations avec les connaissances pouvaient être décrites comme ne s'étant pas modifiées.

Y. Question 27 : Cet événement est-il parlé dans votre famille et dans votre entourage proche ?

Dans les propos du patient, on retient que l'évènement pouvait être abordé sans difficulté, sans tabou, et ceci pouvant être lié à la médiatisation de la maladie.

"C'est pas du tout un tabou hein."

"Je pense aussi que ça vient du fait que dans les médias on en parle de plus en plus quand même de cette euh cette maladie hein cardiovasculaire."

Le patient voulait rassurer les proches, il avait peur de les inquiéter (au point de ne pas leur informer qu'il avait eu un Idm).

"Non non, je cherche pas non plus à inquiéter les gens."

Le patient signalait qu'il n'attendait pas de réponse particulière de la part des proches.

Il décrivait beaucoup d'échanges lors de l'Idm qui ont diminué au fil du temps.

Le patient pouvait ne plus vouloir évoquer l'Idm voire ne plus en parler car il estimait que l'évènement était passé ou parce qu'il voulait différencier sa maladie du reste de sa vie.

"On l'aborde facilement oui, mais est ce qu'on l'aborde souvent non dans la mesure où, non, bah de toute façon, j'ai fait comprendre que l'épisode était terminé quoi."

"A la maison, je ne parle jamais de ça, il y a mes enfants etc., je sais pas, enfin c'est mon monde, j'avais pas, j'ai pas envie de mélanger."

D'après le patient, les proches ont compris ce qui lui était arrivé et ils prenaient conscience de l'existence de l'Idm. Ils pouvaient le moraliser sur son manque d'hygiène de vie.

Au contraire, le patient a pu ressentir la nécessité de rappeler à son entourage qu'il avait eu un Idm, notamment lorsqu'ils effectuaient ensemble des activités physiques.

"On me propose des choses à réaliser ou par connaissance mais je leur dis non, doucement, c'est moi qui freine."

Z. Question 28 : Le regard d'autrui a-t-il changé depuis que vous avez eu votre Idm ?

Le patient décrivait une modification du regard d'autrui qui a pu être transitoire au décours de l'Idm.

Selon lui, les personnes prenaient davantage de nouvelles, étaient plus inquiètes, ménageaient ses efforts physiques (notamment dans le milieu professionnel) ce qui a modifié ou non leur regard. Un rapprochement a pu s'opérer.

"On fait plus attention à moi."

La modification du regard des autres a pu aboutir à une réflexion du patient et à un renforcement de certaines de ses conceptions (par exemple la diminution de l'investissement dans le monde associatif).

Le patient a pu s'apercevoir que, dans un groupe de loisirs, il y avait comme une pseudo-classification entre les gens qui avaient eu un Idm et ceux qui n'en avaient pas eu.

"Cette population de pénichette sur bateaux, c'est des gens qui ont plus de soixante ans ou plus de soixante dix ans, euh, et, donc il y a donc le classement de ceux avec infarctus et de ceux sans..."

Le patient décrivait une prise de conscience et une peur de certains collègues d'avoir un Idm.

Le regard d'autrui peut ne pas avoir changé notamment parce que le patient faisait en sorte qu'il ne change pas (n'en parle pas et ne montre pas les conséquences de l'Idm).

"Je le montre pas sur un plan physique ni sur un plan moral, je le montre pas, donc je pense pas que ça ait changé ou ils ne me l'ont pas dit."

Face à l'incompréhension des proches, le patient ressentait la nécessité d'expliquer sa pathologie et ses restrictions alimentaires.

AA. Question 29 : Comment vous a-t-on parlé de votre maladie ?

Selon le patient, la maladie a été abordée ouvertement, facilement, clairement, en rassurant et en responsabilisant le patient. Des documents ont été délivrés concernant la maladie.

"Ca a tout le temps été clair." "Je n'ai pas senti qu'on me cachait quelque chose."

L'utilisation d'un jargon médical a été difficile à comprendre.

La maladie a été décrite comme une maladie fréquente et ignorée par beaucoup de malades.

Des informations concernant le suivi ont manqué au patient.

L'évènement a pu ne pas être évoqué aux urgences de l'hôtel Dieu avec une attente très mal vécue, ou peu parlée lors de l'hospitalisation en cardiologie avec un manque d'initiative de la part du personnel soignant.

Au contraire, il a été jugé comme étant bien parlé, notamment au réseau Respecti cœur, en soins de cardiologie intensifs et conventionnels, lors de la rééducation cardiaque et avec la kinésithérapeute à domicile.

"Ici, très très très bien, aussi bien côté salle d'opération que soins intensifs, très très très bien, trois fois. Après ça il y a eu deux ou trois jours, service cardiologie, rien à dire non plus."

La gravité de l'Idm a pu être l'élément prépondérant perçu par le patient dans le discours des soignants. En effet, lors de l'hospitalisation, elle a pu être évoquée par les infirmières, constituant le premier message délivré. Le patient l'a également perçu suite à des propos tenus par de multiples intervenants qui lui ont fait peur et qu'il a pu juger comme étant excessifs.

"Oh oui oui oui, globalement oui euh globalement on m'en a bien parlé, oui on me l'a bien expliqué euh j'ai trouvé même que euh à l'hôpital, le défilé ultra-rapide après l'accident euh des toubibs en tout genre, spécialiste de la nutrition, spécialiste de la tabacologie, spécialiste de ci de ça euh j'ai trouvé que c'était « too much » hein."

Le premier message délivré au sujet de la maladie a pu marquer le patient notamment celui du coronarographe.

"Le premier qui m'en a parlé c'est le chirurgien."

"Donc j'ai appris allongé là que j'avais que mes trois artères coronaires c'était pas très brillant quoi...(...)... le premier message c'est celui qui me reste le plus marqué..."

BB. Question 30 : Vous l'a-t-on bien expliqué ?

Le patient a jugé que l'Idm a été bien expliqué, notamment grâce au réseau Respecti cœur, par le coronarographe, le médecin traitant, le cardiologue et le personnel de l'hôpital Laennec en général.

"Oui, la preuve, de ce que j'ai eu oui, je sais ce qu'il s'est passé et ça c'est grâce à Respecti cœur on va dire, c'est là que, c'est là que j'ai su."

D'autre part, le patient a pu également jugé que la maladie n'a pas été bien expliquée, notamment au décours de l'Idm.

Les explications n'ont pas été jugées bonnes au sujet de la conduite à tenir en cas de symptômes.

De plus, les explications ont pu être qualifiées de « moyennes » notamment parce que les personnes n'ont pas été insistantes, voir absentes par exemple aux urgences de l'Hôtel Dieu ou par un médecin généraliste. Un jargon médical a été employé.

"Oui c'est vrai qu'avec vos mots, ce n'est pas toujours évident mais bon."

Comme nous l'avons cité précédemment, le patient a jugé qu'il y avait eu trop d'intervenants au cours de l'hospitalisation, avec des propos qui lui ont fait peur mais qui lui ont permis une prise de conscience de la gravité de l'évènement.

CC. Question 31 : Avec qui préférez-vous parler de votre maladie ?

Le patient ne jugeait pas qu'il y avait une personne privilégiée pour parler de sa maladie. Sinon, les différentes personnes citées étaient le cardiologue, le coronarographe, le médecin traitant, une infirmière lors de l'hospitalisation.

DD. Question 32 : Vous sentez-vous compris ?

Oui, le patient s'est senti compris (d'emblée ou avec le temps).

Mais initialement, il a pu se sentir totalement incompris. Il a même pu croire qu'on le prenait pour un menteur concernant son hygiène de vie.

"Je me sentais un peu incompris."

"J'ai cru à un moment qu'on ne me croyait pas."

Il pouvait éprouver un sentiment de culpabilité envers le personnel soignant, lié au contraste entre les soins qu'il recevait et son manque d'investissement dans les règles hygiéno-diététiques (culpabilité qui n'était pas un frein dans le suivi).

"Je culpabilise du fait de fumer, je culpabilise du fait de me faire soigner par des gens qui font leur possible, qui m'ont mis en face justement de mes responsabilités et de pas, de pas être capable de suivre euh leur pas leur prescription."

Dans d'autres cas, la question ne se posait pas, soit par le patient lui-même, soit parce que le patient n'avait pas parlé de sa maladie.

"Jusqu'à présent j'en ai pas vraiment vraiment discuté voilà je suis allé me faire ausculter, on m'a expliqué, j'ai écouté euh j'ai compris euh j'ai consulté sur internet, je me suis fais aussi ma propre opinion sur certains trucs euh et donc euh maintenant là j'ai des questions à poser au cardio..."

EE. Question 33 : Vous sentez-vous écouté ?

Là aussi, l'écoute est différente en fonction des soignants rencontrés et du besoin du patient.

Le malade s'est en effet senti écouté, notamment par son médecin traitant, le personnel des soins intensifs, son cardiologue et par tout le corps médical et para médical.

Par contre, au décours de l'Idm, l'écoute a pu être absente par son médecin traitant qui a banalisé sa maladie, alors que le patient en avait besoin. Il a changé de médecin traitant au décours.

"J'avais besoin d'une écoute, justement, euh peut être pas particulière mais j'avais surtout pas euh envie d'avoir le sentiment que bah il était pressé et qui fallait qu'on passe à autre chose. Au début j'ai eu besoin d'explications etc. euh et ça l'a pas fait donc j'ai changé."

Le patient relatait que les gens l'écoutaient sans pour autant qu'il se sente réellement écouté notamment lorsqu'il attendait des réponses plus spécifiques.

"On nous écoute toujours, oui on nous écoute. Parce qu'on se sent écouté c'est peut être encore autre chose. " "Il avait donné une réponse pour euh toute l'assemblée quoi, pas pas spécifique à moi... (...)... il ne m'a pas donné de réponses précises."

Ou au contraire il n'avait pas le besoin d'être écouté.

Le cardiologue était considéré comme un soignant qui n'a pas à écouter le patient.

"Le cardiologue je dirais que bah c'est quand même assez, comment dirais-je je cherche le mot euh c'est structuré hein, il est pas là pour euh vous écouter, votre vie ou, enfin non c'est pas ça hein, lui il fait ses examens, ils sont bons, ils sont pas bons donc."

La patient pouvait s'interroger car il considérait n'avoir vu personne.

"J'ai vu personne, comme je vous ai dit, alors je ne sais pas si je suis écouté. C'est peut être de mon fait. Je ne cherche pas le contact."

FF. Question 34 : Qu'est ce que l'éducation vous a apporté ?

1. Eléments positifs

Le patient a relaté que l'éducation thérapeutique fournie par le réseau Respecti cœur lui avait apporté des éléments positifs, à lui et à sa conjointe.

En effet, l'éducation était jugée comme formatrice, intéressante voire très intéressante, utile, indispensable ou entraînant un effet positif.

"Voilà, donc j'ai adhéré tout de suite ! " "C'est quand même utile le suivi et l'explication a été bonne."

Elle lui a délivré énormément d'éléments notamment au niveau de la symptomatologie, un apprentissage et une compréhension de la physiopathologie du cœur et de l'Idm, la manière de faire du sport, l'arrêt du tabac, l'alimentation adaptée (éviter le sel, les graisses...), la prise des médicaments, l'adaptation du dosage, leurs rôles et effets indésirables, l'intérêt de connaître la DCI, la pratique et la limite des efforts physiques. La maladie a bien été parlée et expliquée.

Le patient a pris conscience de la gravité de l'infarctus.

"Bah plein plein de bonnes choses parce que, c'est vrai que la découverte de tout ce qu'il faut faire au niveau du sport, le tabac euh comment comment rééquilibrer sa nourriture et les prises des médicaments. Quels sont ils, à quoi ça sert, les effets indésirables tout ça ? Non, c'est c'est formateur et on a bon, si on s'y intéresse, on a on a toute la malle à outils pour pour faire le bon boulot derrière (rires)."

"On comprend mieux les choses...(…)… donc si on a compris, on le fait ! Si on n'a pas compris, c'est une privation ! Voilà donc c'est de l'éducation mais je pense que c'est nécessaire."

"Je me suis rendu compte que ça aurait pu être mortel."

Cela lui a permis de discuter avec d'autres personnes, poser des questions, d'expliquer à l'entourage la maladie et les règles hygiéno-diététiques qui en découlent pour la traiter.

Le patient décrivait une richesse des réponses apportées (réunions, groupe de paroles).

"Ca m'a permis de mieux comprendre et d'expliquer aussi."

"De clarifier, de poser des questions au médecin en propre, avec un kiné, avec quelqu'un qui fait de la diététique, donc je veux dire, c'est indispensable."

Le réseau constituait un réel soutien et un apport psychologique pour le patient.

"Moi ça m'a apporté beaucoup moralement en fait et puis de l'enseignement aussi."

"Un bon soutien" "Et toutes les réunions c'est super hein vraiment oui oui là, il y a un docteur il y a un, oui oui."

Il a jugé importante la réunion sur les restrictions.

Le patient relatait de bons contacts avec l'équipe du réseau.

Le patient expliquait que sa conjointe a pu y trouver un bénéfice en apprenant des éléments concernant la pathologie et le traitement et ainsi, elle a pu être rassurée.

"Moi ma femme est venue et ça lui a apporté aussi énormément de choses pour le comportement au niveau de la cuisine, ce qu'il faut faire et pas faire quoi."

"C'est mon épouse mais bon elle est repartie rassurée parce qu'elle pensait que ça serait plus draconien."

2. Éléments négatifs

A l'inverse, le patient a reproché la généralisation de l'Idm : il pouvait attendre des réponses plus spécifiques.

"J'ai l'impression qu'on a généralisé un peu trop le truc."

Des contradictions dans les règles hygiéno-diététiques ont pu être retrouvées par le patient et une explication jugée comme « mauvaise » concernant la conduite à tenir en cas d'oubli d'un médicament.

Les séances ont pu être génératrices de stress par le manque de connaissance sur les capacités à l'effort dans les suites de l'Idm (possible confusion entre le réseau et l'équipe de la réadaptation cardiaque) et être jugées comme incomplètes.

Le patient a décrit un rejet et une baisse de moral suite à une réunion.

"Propos alarmistes euh qui moi m'ont fortement déplu."

3. Complémentarité avec la rééducation cardiaque

L'éducation thérapeutique a été jugée comme étant complémentaire de la rééducation cardiaque.

"Aussi bien je vous dis, comment dirais-je le euh le le le suivi de de comment dirais-je sportif et puis le groupe de parole oui oui les deux correspondent bien."

GG. Question 35 : Avez-vous eu recours à une association ?

Oui, le patient a eu recours à une association de patients cardiaques à la Tourmaline mais a arrêté car il ne se sentait pas à sa place et le cadre des réunions ne lui convenait pas.

"C'est plus par rapport au cadre parce que ça se fait en fait dans une salle d'hôpital où il y a pas des jambes de bois mais des prothèses enfin des trucs comme ça et puis bon, je ne me suis pas senti..."

Le patient possédait les coordonnées d'une association mais ne l'avait pas encore contacté.

Dans les autres cas, il n'y a pas eu de recours à une association, notamment parce que le réseau Respecti cœur suffisait au patient ou parce qu'il n'en ressentait pas le besoin.

"J'ai pas cherché non plus hein je vous dis mais je pense que ça ça doit être plus lié à des gens qui vraiment ont eu un gros truc et où ils ont des séquelles importantes."

HH. Question 36 : Est-ce que votre moral a changé ?

L'humeur décrite a suivi des trajectoires variables : soit elle n'a pas changé, soit elle s'est dégradée puis s'est améliorée, soit elle s'est dégradée à distance de l'Idm, soit elle s'est améliorée d'emblée.

Le patient a décrit un moral inchangé notamment grâce à la foi religieuse.

Le moral a aussi été amélioré notamment avec la récupération des capacités physiques, une reprise de confiance, un optimisme, et ceci, grâce au suivi, à l'acquisition des connaissances ainsi qu'à la rééducation cardiaque.

"Le sentiment qu'on peut vivre si on fait des choses et si on est rigoureux dans son traitement, il n'y a pas de raison que ça se passe pas bien, et honnêtement j'ai eu plein de signes qui ont fait qu'on peut s'en sortir. Donc quelque part ça m'a donné confiance et c'est comme ça que j'avance un peu plus."

"Je me souviens quelques jours après être rentré chez moi...(...)...je me disais si ça doit continuer comme ça, c'est ridicule. Et puis un mois après, j'ai fait ma rééducation ici et là j'ai vraiment, j'ai compris que bah, qu'on pouvait vivre comme avant et même mieux !"

Au contraire, le patient pouvait décrire une baisse d'humeur, une diminution des envies, de l'énergie, une indifférence, une culpabilité, pouvant aboutir à un état dépressif. Cette diminution d'humeur a pu engendrer une demande auprès d'une psychologue ainsi que la prescription d'un traitement antidépresseur. Le patient pouvait juste décrire une tristesse par rapport à la disparition des autres.

"J'étais pas trop bien je veux dire psychologiquement, j'avais même fait une demande auprès de la psychologue, parce que je me sentais coupable de quelque chose pour que j'arrive à ce genre de problème."

"Je suis complètement descendu quand même... (...)...je pense que j'étais dans une déprime."

"Là, vraiment, après l'infarctus, j'étais fini." "J'avais vraiment le moral très très bas."

Le patient disait ne pas ressentir une baisse d'humeur cependant sa conjointe le trouvait plus aigri.

D'autre part, se restreindre de certaines choses et modifier son mode de vie pouvaient être décrits comme difficiles à vivre. Le patient pouvait être en colère contre sa santé.

"J'en veux à ma santé parce que je ne peux plus me permettre de faire les choses que je faisais auparavant."

Le patient éprouvait de la difficulté pour répondre à la question.

II. Question 37 : Etes-vous plus anxieux ?

Le patient se décrivait comme étant plus anxieux, sa vigilance était accrue notamment sur ses symptômes. Le patient pouvait ressentir la nécessité de tout contrôler mais son échec a pu aboutir à une attaque de panique suite à l'Idm.

"Je m'écoute sans doute plus qu'avant et j'en ai pas envie." "J'ai pas fait vraiment de grosse panique, heu...J'en ai fait une une fois, je suis reparti au CHU, c'était vraiment dans les trois semaines qui ont suivi l'infarct' quoi, je me testais trop souvent."

Des troubles du sommeil avec remémorisations fréquentes de l'Idm étaient cités.

L'angoisse pouvait être nocturne, lors de la reprise ou de la pratique de l'effort physique (notamment au travail), lorsqu'il ressentait une douleur thoracique, lorsqu'il partait seul, lors

de la sortie de l'hôpital ou lors du premier voyage. Il se réassurait en prenant son téléphone portable ou du natispray. Une demande auprès d'une psychologue a été effectuée et un traitement par anxiolytiques a été instauré.

"Certaines nuits je suis angoissé"

"Moi des fois je me disais, j'ose pas faire un effort, je me contrôlais au service de mon cœur pour savoir si...on a un stress derrière qui...(...)...on stresse de tout ça." "Est ce que je vais stresser dans les bouchons ? "

Un patient a eu l'impression d'être considéré comme un menteur au décours de l'Idm par rapport à l'hygiène de vie. Un sentiment de culpabilité a pu naître.

"J'étais pas trop bien je veux dire psychologiquement, j'avais même fait une demande auprès de la psychologue, parce que je me sentais coupable de quelque chose pour que j'arrive à ce genre de problème."

"Tout le monde cherchait des causes ! Mais non j'ai pas eu ça, donc j'ai crû à un moment qu'on ne me croyait pas, on me dit bah il doit être menteur, il raconte des bêtises alors que c'est pas ça."

La prise de conscience du risque de récurrence de l'Idm et de la mort était mentionnée, participant ou non à cette anxiété.

"Euh anxieux plus non mais comme je vous ai dit, c'est euh une prise de conscience quand même, du risque, on se demande si ça ne va pas récidiver."

Au contraire, l'anxiété décrite ne s'est pas modifiée ou elle a été diminuée d'emblée ou à distance avec un patient plus apaisé, optimiste, qui relativisait davantage.

"Je me sens moins nerveux." "Oui plus serein oui plus plus de recul sur les choses."

L'anxiété était variable en fonction de l'humeur.

JJ.Question 38 : Est-ce-que vous voyez la mort différemment ?

Les représentations et évocations de la mort étaient liées au vécu lors de l'annonce du diagnostic d'Idm, à des prises de conscience, aux croyances religieuses, à des comportements, et dans la manière de mourir.

1. La mort liée au vécu de l'Idm

Lors de l'annonce du diagnostic de l'Idm, il y a eu une réflexion angoissante sur la mort. Le patient pensait qu'il serait terrorisé par la mort mais finalement, suite à l'annonce du diagnostic et après avoir effectué l'inventaire de ses rapports humains, il s'est senti prêt à l'accepter. Au décours de l'Idm, le patient pensait davantage à la mort mais la redoutait moins qu'avant son Idm. La peur de la mort pouvait même avoir disparu selon les dires du patient.

"J'étais prêt à l'accepter quoi c'est, ça me terrorisait moins que ça finalement de me dire ça va peut être te tomber dessus euh te tomber dessus aujourd'hui. Je me suis simplement dit voilà est ce qu'il y a des gens qui euh t'en veulent énormément parce que, mais je pense pas et je me suis dit bon bah allez tu peux..."

"Maintenant j'ai plus peur de la mort."

Au contraire, si la symptomatologie de l'Idm était peu bruyante et à fortiori lorsqu'il avait confiance dans la prise en charge, le patient considérait qu'il n'était pas passé à côté de la mort.

"Je la vois pas pour l'instant donc euh je me dis pas que je suis passé à côté de la mort quoi. Parce que bon, comme je me suis pas senti un moment ou à un autre vraiment mal quoi donc pour moi je savais que ça, que j'étais pris en main et que ça allait..."

2. Prise de conscience de l'existence de la mort et de la vie

Le patient a pu prendre conscience de l'existence de la mort et modifier sa conception de la vie. En effet, il désirait profiter de la vie, vivre plus sereinement, se préserver et relativiser davantage.

"Donc quelque part quand on est confronté à des situations comme ça, on se dit qu'on est passé près de quelque chose de grave, donc c'est pour ça qu'on se pose des questions."

"Faut profiter de la vie avant qu'il soit trop tard." "Oh non, j'allais dire je vois plutôt la vie différemment."

"J'ai pris conscience que voilà : on est de passage au bout du compte euh mais non je vois plutôt la vie au jour le jour, voilà comme un cadeau mais je vois pas la mort différemment non, non."

3. La mort n'est qu'une étape dans la vie

La vision de la mort ne changeait pas lorsque le patient avait une croyance dans la religion catholique, la mort n'étant qu'une étape dans la vie du sujet et l'Idm étant juste une cause possible.

"Je suis chrétien pratiquant donc j'ai ma foi religieuse qui donne un sens à la vie. C'est-à-dire que pour moi, la vie ne se termine pas pour, au bout de mes 84 ans, de mes 85 ans si j'y arrive, mais ma foi me donne un certain sens à l'existence qui, qui est orienté, qui continue. La mort est un passage vers autre chose." "La mort fait partie de la vie."

4. L'Idm diminue l'espérance de vie

L'Idm pouvait être considéré comme une diminution de l'espérance de vie, modifiant ou non la vision de la mort.

Le patient évoquait également un déni possible concernant la mort à court terme en cas de récurrence.

"Je pense qu'elle va venir plus vite que prévue mais mais non pas différemment."

5. Ne pas se traiter c'est mourir

Il évoquait le suicide en cas de non respect des RHD.

"J'ai mon traitement, je fais attention à ce que je mange...soit je me suicide et puis je fais rien, je fais pas attention et puis voilà quoi...non ce sera pas mon cas."

6. L'Idm est une bonne façon de mourir

L'infarctus était perçu comme une bonne façon de mourir car c'était une mort rapide et sans souffrance.

"J'ai toujours été prêt à mourir mais j'allais dire vite fait bien fait, et donc juste je me dis que l'infarctus c'est une bonne formulation. C'est une bonne solution."

Dans d'autres cas, le patient ne s'est pas posé la question ou éprouvait des difficultés pour répondre à la question.

KK. Informations complémentaires

Différents éléments ont été retrouvés dans le discours des patients.

En effet, le patient estimait qu'il y avait un bon suivi hospitalier.

"Ce qui est bien c'est que l'on est hyper bien suivi au niveau de tout l'hôpital ici et de toutes les structures qu'il y a autour."

Le patient a été traumatisé par l'Idm. Il a mis en application des RHD qui ont diminué au fil du temps.

Le patient a arrêté de fumer au décours de l'Idm, et ce sans contrainte.

L'Idm a été banalisé par certains patients qu'il a rencontré, du fait de la facilité et rapidité de prise en charge, d'où la nécessité pour lui d'insister sur la gravité de l'événement par le corps médical.

"Ils ne se sont pas rendus compte en fait du euh bon bah la gravité de l'évènement et bon ils étaient repartis comme en 14, 3 jours après quoi alors que bon, certainement qu'il y a encore dizaine d'années ou 15 ans, bah quand on avait un infarctus on passait à mon avis certainement peut être 8-10 jours à l'hôpital et après, on partait en maison de repos. Hein donc je pense qu'il y a ça aujourd'hui où en tant que toubib bah il faut bien, il faut bien insister sur le phénomène qui n'est pas anodin, et que que les gens prennent bien conscience de ça."

L'importance de la rééducation cardiaque a été mise en avant par le patient car cela apportait un intérêt psychologique (réassurance, convivialité, apprentissage) et physique. C'était « primordial », « indispensable » et complémentaire de l'éducation thérapeutique délivrée par le réseau Respecti cœur. L'intervention du nutritionniste a été très bénéfique.

"Chose importante, oui il faut le faire, hein ça c'est primordial pour, déjà pour se rassurer, et c'est vrai qu'on commence très bas pour finir en super forme quoi. Quelque part, c'est important quoi cette rééducation, enfin pour moi ça a été bénéfique..." Ah non, non, j'incite les personnes qui ont un infarctus à le faire quoi, c'est clair, ça met en confiance, voilà...bonne ambiance en plus !"

"Je pense que le faire avec les autres c'est bénéfique et c'est pas pour cela on broie toujours du noir, non mais c'est le fait que, j'ai gardé contact avec des gens qui ont fait la rééducation avec moi, que je connaissais pas avant, qui m'appellent... Bon, tout ça, c'est positif."

"De pouvoir en parler, dédramatiser." "C'était trop bien ça, je conseille fortement "

IV. Discussion

A. Limites de l'étude

1. Limites du questionnaire

Le questionnaire n'a pas été testé avant l'étude.

2. Limites de l'échantillon

La limite principale est **l'appartenance ou non à un réseau d'éducation thérapeutique**, qui est représenté dans cette étude par le réseau Respecti cœur à l'hôpital Nord de Saint Herblain. En effet, 11 patients sur 14 font parti de ce réseau ce qui ne représente pas la population générale des patients coronariens.

L'appartenance à un réseau d'éducation thérapeutique entraîne une plus grande implication du patient envers sa maladie et son traitement, une connaissance, une compréhension et un soutien psychologique potentiellement plus importants, qui sont susceptibles de modifier les représentations mentales.

Le fait **d'accepter l'entretien** peut suggérer également que le patient s'intéresse à sa pathologie contrairement à d'autres patients.

De plus, l'entretien durant en moyenne 43,23 minutes, le patient doit donc être relativement **disponible** pour pouvoir se libérer.

En outre, les zones correspondantes aux extrémités des départements n'ont pas été sélectionnées lors de l'appel des cardiologues, ce qui peut modifier l'échantillon avec une **population plus citadine** que la population générale des coronariens.

Et enfin, le recrutement des patients a été arrêté suite à une impression globale de **saturation des données**, saturation qui ne peut être confirmée vu l'existence de données nouvelles, minimales soient-elles, lors de l'analyse fine du dernier entretien.

3. Limites du recueil des données

Il existe des limites **de suggestion** concernant l'obtention des réponses.

Par exemple dans l'entretien du patient n° 3, je parle du diabète juste avant de demander quelles sont les causes de l'Idm.

Il peut exister également des limites **d'interprétation de ma part concernant les réponses délivrées par le patient.**

Par exemple lors de l'entretien de P2, concernant les causes de l'Idm :

« J'ai une vie saine, j'ai arrêté de fumer il y a une vingtaine d'année, il y a 25 ans, de son côté je bois pas, normal. »

L'alcool est-il considéré comme un facteur causal ? A priori oui mais nous n'en sommes pas certains.

La limite d'interprétation peut aussi être liée à des **réponses paradoxales** voire contradictoires.

En effet on assiste de manière fréquente à une réponse spontanée délivrée par le patient, puis à une réponse plus approfondie qui peut être différente de la première réponse.

- Par exemple à la question « Vos relations avec vos amis ont-elles changées ? »

Réponse de P2 : *« Non au contraire, ils se sont peut être plus soudés. »*

Réponse de P3 : *« Non, mes amis sont devenus plus mes amis. »*

- A la question : « Votre place dans la société a-t-elle changé ? »

Réponse de P3 : *« Non, non, je crois pas, mais je vois les choses différemment. »*

A la question : « Votre vie sexuelle a changé ? ».

Réponse de P2 : *« Non, mais peut être plus calme. »*

Il peut y avoir des limites **d'interprétation de la part du patient :**

Par exemple, à la question : « Votre place dans votre couple a-t-elle changée ? »

Réponse de P11 : *« Bah c'est pareil on fait attention à, on a un fils qui est encore à la maison, il est grand, quand il y a quelque chose à faire bah on pense plus à lui en priorité, bon de temps en temps on fait des bricoles à deux, lui fait le plus dur, enfin le plus pénible et puis voilà. C'est ça qui a changé alors qu'avant je lui demandais rarement. »*

A la question : vous sentez-vous écouté ?

Réponse de P14 : *"J'ai vu personne, comme je vous ai dis, alors je ne sais pas si je suis écouté. C'est peut être de mon fait. Je ne cherche pas le contact."*

Le patient parlait-il d'un psychologue ?

La question peut ne pas être posée clairement voire être absente.

Les réponses peuvent être incomplètes.

Nous avons également **une incompréhension vocale** concernant certains mots.

B. Forces de l'étude

L'élaboration du questionnaire a été réalisée à l'aide d'une psychologue appartenant à un réseau d'éducation thérapeutique.

De plus, les critères de recrutement de l'échantillon étaient sélectifs.

Et enfin, les patients ont été interrogés seuls. En effet le premier entretien a été effectué en présence d'une conjointe mais a été supprimé car il y avait une influence potentielle sur le contenu des réponses et quelques fois la conjointe répondait à la place du patient.

C. Evaluation des réponses par rapport aux données scientifiques

1. Vécu de l'Idm

Concernant le vécu de l'Idm, la symptomatologie est riche et variée et son interprétation a pu déboucher sur des fréquents retards diagnostiques.

L'annonce du diagnostic, l'attente du traitement, le traitement lui-même et le séjour hospitalier ont pu être plus ou moins bien vécus par les différents patients.

Globalement au cours de leur histoire on retrouve certains processus d'acceptation de la maladie.(7)

En effet, on observe le choc avec angoisse lors de l'annonce du diagnostic pour le patient P5, le déni pour les patients P2 et P8, la révolte pour le patient P5, la dépression pour le patient P4 et l'acceptation pour le patient P9.

On peut observer une confiance envers le corpus médical et un soulagement immédiat de la douleur comme cela a été retrouvé chez des patients coronariens dans une recherche qualitative allemande.(8)

2. Représentations du corps, de la santé et de la cause de la pathologie

Dans notre étude, avant l'Idm, sont citées des pathologies diverses n'ayant aucun rapport avec la maladie coronarienne mais aussi l'ensemble des facteurs de risques cardiovasculaires.

Ces facteurs de risques sont banalisés et minimisés lors du récit du patient qui se qualifiait souvent en bonne santé, « en pleine forme ». Le patient, malgré toutes ses comorbidités, ne se sentait pas et ne se représentait pas en un être malade. Notons que cette banalisation de facteurs de risques a probablement participé à la genèse de l'Idm par le manque d'implication dans leur prise en charge.

D'autre part, lors de la survenue de L'Idm, le patient pouvait se situer dans un environnement de stress notamment professionnel avec une surcharge importante où « il s'oubliait », « il n'écoutait pas son corps », stress qu'il a d'ailleurs mis en cause dans la genèse de son Idm et remis en cause dans sa vie suite à l'Idm.

Cette conception répond à la conception du corps muet et du corps objet.

En effet, selon Aballea cité dans l'article Recherche de Laurence Sechaud et al, (9) le corps est représenté à travers un système d'oppositions constitué notamment du couple « «corps muet / corps parlant » et du couple « corps objet / corps sujet ».

Le « corps objet » est relié à une conception utilitaire et instrumentale. Schématiquement, c'est « un corps pour le travail » qui n'est jamais pensé pour lui-même dont on prend conscience qu'à travers le dysfonctionnement entraîné par la maladie ou l'accident. Au contraire, dans le « corps sujet », la dimension psychique l'emportera sur le physique.

Le « corps muet », quant à lui, est un corps qui ne s'écoute pas. Il faut « que la machine tombe en panne » pour qu'on se déclare malade, contrairement au « corps parlant » dont l'individu exprimera verbalement ce qu'il ressent.

D'autre part, la sociologie de la santé met en évidence au moins trois conceptions différentes de la notion de santé.(9)

La santé peut être définie comme l'absence de maladie, comme la capacité à résister à la maladie et enfin comme un état de bien être complet.

Dans notre étude, la capacité à résister à la maladie est majoritairement retrouvée.

Concernant la conception de l'origine de la maladie, selon Aballea, trois axes principaux se dégagent du discours des malades.

On retrouve :

- Une conception essentialiste où la maladie est considérée comme faisant partie de la nature humaine : la fatalité de la naissance y prend une grande place.
- Une conception situationnelle où la société est responsable des pathologies.
- Une conception causaliste où chaque maladie a une cause.

Dans notre étude, bien que l'hérédité cardiovasculaire et l'âge soient des FdR CV, les autres causes telles que le diabète, le tabagisme, l'hypercholestérolémie, la surcharge pondérale, la sédentarité et le stress sont largement incriminées par les patients. La conception causaliste s'en dégage et offre un champ d'action pour la prévention secondaire dans la prise en charge du malade.

Concernant le mécanisme de l'Idm, les patients pouvaient avoir des informations suffisantes concernant la compréhension de leur Idm, contrairement à ce qui a été retrouvé dans la littérature.(8)

Cependant, les questions se rapportant à la physiopathologie de l'Idm semblaient parfois se confondre dans leurs interprétations et être difficilement comprises par les patients.

Au cours des entretiens, j'appréhendais de poser l'ensemble de ces questions car j'avais l'impression que le patient le ressentait comme une évaluation de ses connaissances qui pouvait déboucher sur un jugement de ma part.

Ces questions semblaient représenter une barrière entre le patient et moi-même, cependant elles restent inévitables dans l'évaluation des représentations mentales du patient.

3. La prise en charge de la maladie

Concernant le traitement, on observe dans notre étude une facilité de prise ou alors une difficulté par rapport à la mémorisation des génériques, la peur des effets secondaires, la peur de l'oubli et l'oubli (ce dernier s'avère assez rare finalement).

Le patient met en œuvre des stratégies afin de faciliter sa prise, notamment la réalisation d'une grille, la prise d'un semainier qui est souvent très bénéfique pour lui, la mise en évidence des médicaments afin que sa conjointe puisse les voir et lui rappeler en cas d'oubli.

Ces méthodes d'adaptation concernent aussi la pratique d'une activité sportive, mais aussi le mode d'alimentation où on constate que la quasi-totalité des patients restreignent les corps gras, mangent davantage de légumes, de poissons, de viandes maigres etc.,... Ils modifient également l'organisation des repas. Ces mesures alimentaires sont bien acquises dans l'ensemble et, lorsqu'elles sont effectuées dans la durée, on a le sentiment qu'elles sont vécues sans ou avec peu de contraintes.

Ces méthodes d'ajustement peuvent être identifiées comme des stratégies de coping rentrant dans le modèle de régulation de soi de Leventhal. Il est basé sur l'hypothèse selon laquelle les personnes ont des théories implicites de la maladie, conditionnant leurs réponses face aux problèmes de santé. Ce modèle permet de comprendre les processus de régulation du soi avec lesquels les personnes donnent du sens à l'expérience de la maladie et entreprennent des actions.

Face à l'événement maladie, deux chaînes de processus parallèles se mettent en place : une branche cognitive et une branche émotionnelle.

Chacune passe par trois phases processuelles :

- 1) Une phase où la personne se fait une représentation (cognitive et affective) de la maladie, de ses symptômes. Il s'agit de l'élaboration des différentes dimensions de la perception de la maladie, à partir des connaissances collectives, celles de l'environnement social et de l'expérience de la maladie.
- 2) Une phase d'élaboration des efforts et stratégies de coping, à partir des représentations mises en place précédemment, mais aussi des données rétroactives de la troisième phase.
- 3) Une phase d'évaluation des résultats des stratégies de coping utilisées, influençant l'utilisation de ces stratégies ou la mise en place de nouvelles, ainsi que l'évaluation de la situation et de perception de la maladie par des boucles de rétroaction (feed-back).

D'après le modèle de régulation de soi de Leventhal et al (1980), il existe un lien direct entre la perception de la maladie et les comportements et stratégies de coping. Les représentations de la maladie joueraient un rôle de filtre et de schéma d'interprétation à partir des sources d'informations disponibles et guident une action en réponse à la menace de la maladie.

Le coping peut être soit orienté selon trois façons :

- Vers la tâche où le patient décrit des efforts pour résoudre le problème,
- Vers l'émotion dans le but de réduire le stress,
- Vers l'évitement (avec soit la distraction soit la diversion sociale).

Les réactions évaluées chez les patients coronariens retrouvent que le coping centré sur la tâche est lié à une attitude favorable envers la maladie, contrairement au coping orienté sur l'émotion. (10)

On peut également observer, notamment dans une étude effectuée sur des patients au cours de l'année suivant l'Idm, que l'optimisme, l'autonomie et la confrontation étaient le plus fréquemment utilisés et que faire face au conflit, donc le coping centré sur la tâche, était associé à des résultats positifs à long terme.(11)

Effectivement l'optimisme et la confrontation au problème sont retrouvés dans notre étude, notamment dans le discours du patient P3 qui retrouve confiance en lui et en l'avenir, en parallèle de la récupération de ses capacités physiques, lui donnant du courage dans l'élaboration et le maintien de son hygiène de vie.

Le coping centré sur la tâche semble prépondérant dans l'attitude des patients de notre étude.

En revanche, les patients coronariens auraient une moins bonne qualité de vie lorsqu'ils associeraient plus de symptômes à leur maladie, lorsqu'ils auraient une croyance en de graves conséquences de leur maladie et lorsqu'ils auraient l'impression que la pathologie est peu contrôlable.(5)

Au sujet du contrôle de la maladie, le sujet peut l'envisager sous deux manières différentes dont les extrêmes peuvent avoir de graves conséquences. En effet, soit le patient perçoit le contrôle comme étant externe où c'est le destin qui va décider de l'évolution de la maladie, soit le contrôle sera interne où le patient considère que la maladie et le contrôle ne dépendent qu'entièrement de lui. Certaines personnes ne supportent pas ce qu'ils ne peuvent pas entièrement contrôler. (7)

On l'observe d'ailleurs dans notre étude ; le patient P4 par exemple voulait tout contrôler (son effort, sa nourriture...) en étant très strict avec lui même et a très mal vécu les mois qui ont succédé son Idm.

Malheureusement, le contrôle de la maladie n'a pas été évoqué de manière systématique lors des entretiens, et aurait pu faire l'objet d'une question supplémentaire.

Un haut sens de la cohérence de la maladie et de son traitement ainsi qu'une haute intelligibilité sont associés à une meilleure gestion de la récupération cardiaque par le patient coronarien.(12)

Effectivement, on le constate dans notre recherche : le suivi ainsi que le traitement sont mieux acceptés lorsque le patient a compris qu'ils étaient nécessaires dans la prise en charge et qu'ils diminuent donc les risques de récurrence d'Idm. Le suivi l'est également lorsqu'il lui apporte des connaissances sur la maladie ou lorsque le patient a réalisé qu'il était malade (exemple du patient P7). En effet, comment accepter une telle prise en charge lorsqu'on ne se sent pas malade ?

Les patients P3, P6 et P10 nous le décrivent : la contrainte du traitement a disparu lorsqu'ils ont compris que c'était bénéfique.

« On comprend mieux les choses...(…)... donc si on a compris, on le fait ! Si on n'a pas compris, c'est une privation ! »

C'est également le cas des patients P1 et P2 : le suivi n'est plus une contrainte dès lors qu'ils ont compris qu'il servait à diminuer leurs facteurs de risque cardiovasculaires et permettait d'augmenter le contrôle de la pathologie coronarienne.

Cette absence de contrainte est évidemment propice à la réalisation d'un bon suivi.

4. Le soutien social

La stratégie de soutien social a également été décrite comme faisant partie des méthodes d'ajustement.

Il semble que le faible soutien social soit associé à des manifestations de coronaropathie après prise en compte des autres facteurs comportementaux.(13)

Après un Idm, les patients qui bénéficient d'un soutien social sont moins susceptibles de devenir dépendant de la maladie et vivent plus longtemps que ceux avec moins de soutien.
(14)

Les patients qui vivent seuls après un Idm ont un risque de décès et d'événements cardiaques augmenté à un an. Ce sur-risque n'est pas expliqué par les facteurs de risques cardiaques habituels. (15)

Concordant avec ces données, le patient P5 décrit un faible soutien social ; il est le seul à être célibataire, ayant très peu de contact avec sa famille, ne désire pas parler de sa maladie à autrui et les conséquences sur son hygiène de vie sont manifestes ; persistance d'une consommation tabagique importante, alimentation inadaptée, absence de pratique d'activités sportives et une implication plus importante dans son travail génératrice de stress.

En outre, dans notre étude, d'autres patients reconnaissent le bénéfice de ce soutien et son absence peut être source de reproches envers autrui.

La recherche de soutien social peut s'atténuer au fil du temps comme on peut le voir dans nos entretiens. En effet le patient peut émettre une barrière à la discussion de l'Idm estimant que l'événement est passé au moment de l'entretien.

Il peut même être agacé par l'attention que peuvent manifester les autres. Change t-il sa stratégie de coping ou se détache t-il du statut fragile de malade ?

5. Le couple et sa sexualité

On assiste à un degré variable d'implication de la conjointe dans le traitement du malade. Cette implication se situe dans l'aide de la prise des médicaments, dans l'alimentation et dans la stimulation des activités physiques. Ces attitudes de protection sont elles liées au comportement propre de l'épouse ou à la fragilité de l'état émotionnel que confère le statut de malade du patient?

Concernant la vie sexuelle, on observe fréquemment dans nos entretiens une dégradation de cette fonction notamment dans le désir, l'érection et l'aptitude physique. Une contrainte manifeste est retrouvée dans le discours des patients.

Quelles en sont les causes ?

La prévalence des troubles érectiles, notamment expliquée par la dysfonction endothéliale, est effectivement élevée en cas de cardiopathie ischémique, comme l'a montré l'étude de Chew où elle était de 38,1 % dans cette population contre 9,6 % dans la population générale. (16)

Traiter la dysfonction érectile peut s'avérer être difficile mais toutefois possible, notamment par les IPDE5, en respectant un délai de stabilité médicale après l'Idm, en concordance avec

les capacités physiques de l'individu évaluées lors de la réadaptation cardiaque et en respectant les contre-indications, notamment l'utilisation concomitante des dérivés nitrés.(17)

D'autre part, au cours de l'étude, les patients évoquent les effets secondaires des médicaments sur la fonction sexuelle, iatrogénie qui est effectivement confirmée dans la littérature, notamment en ce qui concerne les bêtabloquants (excepté le Nebivolol). (18)

De plus, dans nos entretiens, la peur de l'activité physique sexuelle est retrouvée chez le malade et sa conjointe. Cependant selon la Société Française de Cardiologie, l'augmentation du travail physique que provoque un rapport sexuel n'exige pas un niveau de performance cardiaque plus important que la plupart des efforts de la vie quotidienne, comme par exemple la montée rapide de deux étages. Le risque de déclencher un syndrome coronaire aigu à la suite d'une activité sexuelle est peu élevé surtout si le patient pratique une activité physique régulière. (19)

Un sentiment de dévalorisation liée à la baisse d'humeur peut également être une cause à ces troubles sexuels, comme le souligne le patient P6.

D'autre part, il arrive que le patient n'ait pas abordé le sujet avec le corps médical (exemple du patient P7).

Plusieurs études ont effectivement montré qu'il existe un manque d'informations concernant la reprise de l'activité sexuelle après un Idm, (20) (21) et que ce manque d'informations pourrait diminuer l'activité sexuelle future du patient.

En effet, une étude menée sur l'activité sexuelle de patients dans l'année suivant leur Idm a montré que 47 % des hommes et 33% des femmes avaient reçu des informations lors de leur hospitalisation sur la reprise de l'activité sexuelle.

Ceux qui n'avaient pas eu d'information ont diminué leur activité sexuelle à un an suivant l'Idm. La mortalité à 1 an n'a pas augmenté chez ceux pratiquant une activité sexuelle.(22)

D'autre part, concernant l'information donnée aux patients, un questionnaire anonyme de 31 items a été envoyé aux 980 membres de la Société néerlandaise de cardiologie (cardiologues et les résidents en formation en cardiologie). (21) Les questions visaient la pratique des praticiens dans l'année précédant le questionnaire. Il montre que 16 % d'entre eux discutent régulièrement de la fonction sexuelle et 70 % ne conseillent pas ou très rarement de reprendre une activité sexuelle chez les patients ayant eu un Idm. Les raisons pour ne pas aborder le sujet sont dans 54 % des cas un manque d'initiative du patient, 43% une contrainte de temps et 35 % un manque d'informations.

Au vu de ces données, on constate qu'il aurait été intéressant que je recherche de manière systématique et plus approfondie l'évocation de ces troubles sexuels avec les soignants au cours de mes entretiens.

6. Projets, loisirs et vie professionnelle

Concernant les projets de vie, loisirs et ce que l'Idm a changé dans la vie du sujet, on observe dans notre étude une volonté de diminuer les activités occasionnant du stress, de vivre plus sereinement, de relativiser les événements, de prendre du recul et de profiter davantage de la vie. Le patient remet en cause l'implication dans son activité professionnelle et le stress qu'elle génère au point que la vie privée ainsi que la santé peuvent devenir ses priorités. Il en découle une modification de ses conditions de travail avec un aménagement de son temps de travail, un allègement de ses horaires et une délégation de tâches plus importantes.

Quelle est la place du stress dans la genèse de l'Idm ?

L'étude InterHeart (23), effectuée sur 52 pays, a identifié 9 FdR CV expliquant 90,4% du risque d'Idm, qui sont :

- Des facteurs négatifs : l'augmentation du rapport Apo B/ Apo A1, le diabète, l'HTA, le tabagisme, le rapport Tour de Taille/Tour de Hanche, le stress psycho-social
- Des facteurs protecteurs : l'exercice physique régulier, la consommation régulière de fruits et légumes, la consommation modérée et régulière d'alcool.

Les facteurs psychosociaux représenteraient 32 % des FdR CV.

Si la causalité était prouvée, un tiers des infarctus serait évité en supprimant ces facteurs ?

D'autre part, de fortes contraintes professionnelles exposant à un stress chronique augmentent-elles le risque de récurrence d'Idm?

Une étude québécoise multicentrique effectuée sur 1191 patients avec une durée de suivi de 6 ans a étudié l'exposition chronique au stress.(24) Le critère de récurrence utilisé était le décès d'origine coronarienne, l'Idm et l'angor instable.

Dans les deux premières années, l'exposition n'a pas augmenté le risque de récurrence. En revanche, il a doublé dans la deuxième période suivant l'Idm.

Dans notre étude, on observe également que la reprise du travail a pu être difficile donnant lieu quelques fois à l'élaboration d'un mi-temps thérapeutique.

Quels sont les facteurs de non reprise ou de reprise difficile chez les patients coronariens ?

Les facteurs de non reprise chez les patients coronariens sont : l'âge (quelques mois avant la retraite), le bas niveau socioculturel, l'origine ethnique/ niveau social, le métier pénible, non motivant, mal rémunéré, une mauvaise fonction ventriculaire gauche, des comorbidités associées, une faible capacité fonctionnelle. Les facteurs socio-économiques représentent 45%.(25)

Le stress professionnel doit donc être dépisté et l'encadrement du patient dans sa reprise d'activité professionnelle paraît primordial.

7. Humeur et anxiété du patient

Concernant l'anxiété, il apparaît dans nos entretiens qu'elle peut être diminuée ou majorée suite à l'Idm. Des troubles du sommeil peuvent également apparaître. Le patient décrit la crainte d'une récurrence d'Idm, comme cela a pu être observé dans la littérature.(8)

Ces troubles ont pu faire l'objet d'une ré-hospitalisation au décours d'un Idm (exemple du patient P4).

Quelle est l'incidence du stress voire de l'état de stress post traumatique (PTSD) au décours d'un Idm ?

Ginzburg et al. (26) ont étudié la course du PTSD dans les suites d'un infarctus, et évalué ses rapports avec les épisodes de stress aigus.

A sept mois de l'Idm, 10 % des patients auraient souffert de PTSD, 6 % de l'association PTSD et stress aigu initial, et 12 % de réaction de stress aigüe isolée.

Le développement d'un PTSD aurait été influencé par l'importance de l'anxiété, les plaintes somatiques et la qualité de vie.

Certains facteurs de perception de la maladie augmentent l'incidence de l'état de stress post traumatique (27,28), notamment la perception de sa durée, de son imprévisibilité, de la gravité de ses conséquences, de l'absence de contrôle personnel et de traitement, d'une cohérence pauvre du sens de la maladie ainsi que les représentations émotionnelles négatives. On rejoint la conception du contrôle interne chez le patient P4 qui était dans l'échec de gérer totalement son état dans le cadre de sa nouvelle pathologie.

Cependant, l'utilisation de stratégies d'adaptation inadaptées n'apparaît pas comme ayant un impact sur les symptômes du PTSD.(29)

Enfin, le PTSD apparaît comme facteur prédictif de mauvaise compliance au traitement chez le patient coronarien (30).

D'autre part, en ce qui concerne l'humeur du patient, les trajectoires d'évolution sont très variables. Même si cette étude est d'ordre qualitatif et donc étant dans l'impossibilité de généraliser, il apparaît toutefois que l'humeur diminue le plus souvent au décours de l'Idm. Nous pouvons nous interroger sur l'incidence des troubles de l'humeur et plus particulièrement la dépression après un Idm.

On retrouve dans différentes recherches que la dépression a une incidence de 16 à 45 % suite à un Idm. La moitié à deux tiers de ces patients dépressifs le reste après un à douze mois (études basées sur des entretiens structurés) (31). Pathologie sous diagnostiquée et sous traitée chez les coronariens (32), elle diminue la qualité de vie et augmente la mortalité cardiovasculaire (33) , avec un taux de décès de 7 % chez les patients dépressifs contre 2,4% chez les non dépressifs en post Idm (34). Le coût économique est augmenté de 41 % (35).

La recherche de la santé psychique est donc primordiale dans la prise en charge du patient coronarien.

8. Le patient dans le réseau de soin

Lorsqu'on évoque la manière dont a été évoqué l'Idm par le corps soignant, je m'attendais à l'utilisation d'un jargon médical de la part des soignants mais cette notion n'a pas été prépondérante dans les réponses.

Le patient est souvent satisfait des informations et des explications qu'il reçoit concernant sa pathologie, notamment par le réseau Respecti cœur et la rééducation cardiaque.

Il n'existe pas forcément d'interlocuteur privilégié pour évoquer la maladie.

On soulignera la gravité de l'Idm mise en évidence par les infirmières de l'hôpital qui ont pu marquer le patient.

De manière générale, le patient s'est senti bien compris par le corps soignant. Mais, on évoquera tout de même le récit du patient P3 qui, au décours de son Idm, a eu le sentiment d'être pris pour un menteur concernant son hygiène de vie avant son Idm. Ce sentiment a été associé à une culpabilité du patient. Est-ce une réaction inappropriée de la part du personnel ou simplement liée à un sentiment de persécution du patient émanant du contexte traumatique ?

On observe qu'un manque d'écoute et de disponibilité par le corps soignant a entraîné un changement de praticien (exemple du patient P7), ce qui souligne l'importance de ne pas le banaliser cet événement.

Le patient recherche également des réponses spécifiques et précises correspondant à son état. Il ne veut pas être considéré comme un coronarien lambda mais veut être considéré dans sa globalité. On retrouve cette notion lorsqu'on aborde l'intérêt du réseau d'éducation thérapeutique Respecti cœur.

a) Réseau d'éducation thérapeutique

La loi HPST (Hôpital Patients Santé Territoire) en 2009 affirme la reconnaissance de l'éducation thérapeutique comme faisant partie intégrante de la prise en charge du patient. (36)

Mais qu'est ce que l'éducation thérapeutique du patient ?

Selon l'OMS, l'éducation thérapeutique du patient vise à aider les patients à acquérir ou maintenir les compétences dont ils ont besoin pour gérer au mieux leur vie avec une maladie chronique. Elle fait partie intégrante et de façon permanente dans la prise en charge du patient. Elle comprend des activités organisées conçues pour rendre les patients conscients et informés de leur maladie, des soins, de l'organisation, des procédures hospitalières et des comportements liés à la santé et à la maladie. Elle constitue un soutien psychosocial.

Ceci a pour but de les aider (ainsi que leur famille) à comprendre leur maladie et leur traitement, collaborer ensemble et assumer leur responsabilité dans leur propre prise en charge dans le but de les aider à maintenir et améliorer leur qualité de vie.(37)

L'accompagnement individuel du patient fait appel aux différents outils de l'éducation thérapeutique que sont l'entretien de compréhension et l'entretien motivationnel, tous deux basés sur les représentations mentales des patients.

Dans cette démarche, notre étude apparentée à un diagnostic éducatif, prend toute sa valeur.

Selon l'HAS (1), les patients coronariens ayant suivi un programme d'éducation thérapeutique prolongé et personnalisé ont à 4 ans de suivi, 2 fois moins d'évènements cardiovasculaires (complications et décès) et 2 fois moins d'hospitalisations. La diminution de la mortalité est également retrouvée chez les patients insuffisants cardiaques chroniques éduqués.(38)

Dans notre étude, on constate que l'apport de l'éducation thérapeutique peut être effectivement très bénéfique pour le sujet ainsi que pour sa conjointe, tant dans l'apprentissage des mécanismes de la pathologie coronarienne que son traitement et les règles hygiéno-diététiques. Cet ensemble augmente la compréhension et donc le sens de la cohérence de la maladie pour le patient, qui, comme on l'a déjà vu, améliore sa récupération.(12)

On y retrouve également le soutien psychologique par la psychologue mais aussi par le fait d'être en groupe, de rencontrer d'autres personnes malades et de pouvoir s'identifier.

b) La rééducation cardiovasculaire

L'éducation thérapeutique est complémentaire de la rééducation cardiovasculaire.

Selon la définition de l'Organisation Mondiale de la Santé, la réadaptation cardiaque est « l'ensemble des activités nécessaires pour influencer favorablement le processus évolutif de la maladie cardiovasculaire ainsi que pour assurer aux patients la meilleure condition physique, mentale et sociale possible afin qu'ils puissent par leurs propres efforts préserver ou reprendre une place aussi normale que possible dans la vie de la communauté ».

Dans le discours des patients, j'avais vraiment l'impression que la rééducation cardiaque constituait un virage dans l'évolution de l'état du patient.

En effet, on imagine aisément le contexte dans lequel le patient se retrouve suite à son Idm. La survenue de cet événement traumatique le fait passer d'un statut actif à un état dépourvu de ressources physiques avec de potentiels troubles psychiques, le tout favorisant un isolement social.

Le fait de rencontrer des soignants et des patients, de pouvoir extérioriser ce qu'il ressent ainsi que de récupérer des forces le réassure et augmente son moral. La croyance dans la guérison en est favorisée ainsi que dans le contrôle de la maladie, bénéfique pour la qualité de vie ultérieure.(6)(4)

En effet, selon l'HAS (1), après 6 semaines de réadaptation cardiaque, 95 % des patients pris en charge ont repris une activité professionnelle et 92 % ont amélioré leur qualité de vie (vie quotidienne, loisirs et activité sportive).

Plusieurs études ont montré également le bénéfice de cette rééducation cardiaque sur la mortalité à long terme. (39) (40)

V. Conclusion

L'Idm, cause de morbi-mortalité importante, nécessite une prise en charge médicale bien codifiée, mais également une adhésion thérapeutique par le patient dans le contrôle de ses facteurs de risque cardio-vasculaires.

Cette adhésion, par l'élaboration ou la modification des comportements de santé, est tributaire des représentations mentales du sujet. Ces dernières influencent également sa qualité de vie et leur analyse est à la base de l'éducation thérapeutique du patient, prouvée comme étant bénéfique.

Ce constat nous a donc amené à tenter d'identifier le changement de ces représentations suite à un Idm, en établissant un « état des lieux » afin de mieux comprendre le patient coronarien et de pouvoir l'accompagner tout au long de sa maladie.

Cette étude, nous montre que les patients vivent cette expérience de manière très différente. La conception causaliste et la représentation du « corps objet » et « corps muet » ainsi qu'une santé définie comme « la capacité à résister à la maladie » sont majoritairement retrouvées dans nos entretiens.

Le sujet élabore des stratégies d'adaptation pour combattre sa maladie, qui sont influencées par ses représentations mentales.

De plus, le soutien social aide psychologiquement le patient coronarien et diminuerait la morbi-mortalité au vu des données de la littérature.

Dans le couple du patient, la conjointe est plus ou moins impliquée dans son traitement. Il existe des troubles sexuels pouvant être expliqués par le terrain athéromateux, le traitement, les troubles psychiques, la peur de l'acte physique mais aussi le manque d'informations de la part des soignants.

L'état d'anxiété décrit est variable au décours de l'Idm et dépend des représentations mentales du sujet. L'humeur suit également des trajectoires bien différentes dans le discours des patients. Au vu de la littérature, il existe une incidence élevée de la dépression chez le patient

coronarien et une influence négative sur sa santé, ce qui doit faire l'objet de sa recherche systématique au décours de l'Idm.

D'autre part, les priorités du patient peuvent faire l'objet d'une remise en question, notamment en ce qui concerne la place qu'occupe la vie professionnelle. En effet, le patient, remet en cause le stress engendré et aménage ses conditions de travail afin de le réduire. Ce désir de vivre plus sereinement s'étend également dans sa vie privée avec l'envie d'en profiter davantage.

Le retour au travail est parfois mal vécu au vu des capacités physiques et psychologiques du patient et il apparaît fondamental de l'encadrer.

Enfin, l'intérêt de l'éducation thérapeutique et de la réadaptation cardiaque ressort dans les propos des patients interrogés, et au vu de la littérature, influence leur mortalité et leur qualité de vie. L'éducation thérapeutique permet une approche bio-psycho-sociale du patient et a pour but de lui faire acquérir et de maintenir des compétences d'auto soins et d'adaptation en s'appuyant sur son vécu et son expérience antérieure.

Mais dans l'état actuel du système de soins, cette approche centrée sur le patient est-elle compatible en pratique en médecine générale?

VI. Références

1. HAS. « Ensemble, améliorons la prise en charge de l'infarctus du myocarde », étape 3, suivi post-infarctus après la sortie de l'hôpital [Internet]. 2009. Disponible sur: http://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2009-04/etape3_vf.pdf (consulté le 28/11/2012)
2. InVS. BEH, Personnes hospitalisées pour infarctus du myocarde en France: tendances 2002-2008 [Internet]. 2012. Disponible sur: <http://www.invs.sante.fr/Publications-et-outils/BEH-Bulletin-epidemiologique-hebdomadaire/Derniers-numeros-et-archives/Archives/2012/BEH-n-41-2012> (consulté le 23/01/2013)
3. French DP, Lewin RJP, Watson N, Thompson DR. Do illness perceptions predict attendance at cardiac rehabilitation and quality of life following myocardial infarction? *J. Psychosom. Res.* nov 2005;59(5):315-322.
4. Lau-Walker MO, Cowie MR, Roughton M. Coronary heart disease patients' perception of their symptoms and sense of control are associated with their quality of life three years following hospital discharge. *J. Clin. Nurs.* janv 2009;18(1):63-71.
5. Aalto A-M, Aro AR, Weinman J, Heijmans M, Manderbacka K, Elovainio M. Sociodemographic, disease status, and illness perceptions predictors of global self-ratings of health and quality of life among those with coronary heart disease--one year follow-up study. *Qual. Life Res. Int. J. Qual. Life Asp. Treat. Care Rehabil.* oct 2006;15(8):1307-1322.
6. Alsén P, Brink E, Persson L-O, Brändström Y, Karlson BW. Illness perceptions after myocardial infarction: relations to fatigue, emotional distress, and health-related quality of life. *J. Cardiovasc. Nurs.* avr 2010;25(2):E1-E10.
7. Anne Lacroix, Collignon J-L, Leurquin M-M, France L, Malice A, Schoonvaere A. Approche psychologique de l'Education du Patient: obstacles liés aux patients et aux soignants. *Bull. Educ. Patient.* déc 1996;15(3):78-86.
8. Mentrup S, Schnepf W. The experience and coping of primary coronary intervention: a review of qualitative studies. *Pflege.* oct 2012;25(5):363-375.
9. Séchaud L, Heliot-Maillot C, Lovis C, Lanza D, Pasche G, Gaspoz JM. Expérience de l'infarctus, quels changements? *Rech. Soins Infirm.* [Internet]. Genève; 1997. p. 47-61. Disponible sur: <http://fulltext.bdsp.ehesp.fr/Rsi/48/47.pdf> (consulté le 10/03/2012)
10. Wrześniewski K, Skuza B, Buczyńska R, Kołodziejek J. Styles of coping with stress and emotional reactions of patients after myocardial infarction. *Pol. Tyg. Lek. Wars. Pol.* 1960. 20 juin 1994;49(25-26):596-598.
11. Kristofferzon M-L, Löfmark R, Carlsson M. Coping, social support and quality of life over time after myocardial infarction. *J. Adv. Nurs.* oct 2005;52(2):113-124.

12. Bergman E, Arestedt K, Fridlund B, Karlsson J-E, Malm D. The impact of comprehensibility and sense of coherence in the recovery of patients with myocardial infarction: a long-term follow-up study. *Eur. J. Cardiovasc. Nurs. J. Work. Group Cardiovasc. Nurs. Eur. Soc. Cardiol.* sept 2012;11(3):276-283.
13. Knox SS, Siegmund KD, Weidner G, Ellison RC, Adelman A, Paton C. Hostility, social support, and coronary heart disease in the National Heart, Lung, and Blood Institute Family Heart Study. *Am. J. Cardiol.* 15 nov 1998;82(10):1192-1196.
14. Anderson D, Deshaies G, Jobin J. Social support, social networks and coronary artery disease rehabilitation: a review. *Can. J. Cardiol.* août 1996;12(8):739-744.
15. Case RB, Moss AJ, Case N, McDermott M, Eberly S. Living alone after myocardial infarction. Impact on prognosis. *Jama J. Am. Med. Assoc.* 22 janv 1992;267(4):515-519.
16. Fabro-Peray P, Cour F, Bousquet J, Cuzin B, Costa P. Recommandations aux médecins généralistes pour la prise en charge de première intention de la dysfonction érectile [Internet]. 2010. Disponible sur: <http://www.aihus.fr/prod/data/Aihus/Vie/recommandationsauxmedecins2010.pdf> (consulté le 14/12/2012)
17. Kloner RA, Henderson L. Sexual function in patients with chronic angina pectoris. *Am. J. Cardiol.* 1 juin 2013;111(11):1671-1676.
18. Baumhäkel M, Schlimmer N, Kratz M, Hackett G, Hackett G, Jackson G, et al. Cardiovascular risk, drugs and erectile function--a systematic analysis. *Int. J. Clin. Pract.* mars 2011;65(3):289-298.
19. Muller JE, Mittleman MA, Maclure M, Sherwood JB, Tofler GH. Triggering myocardial infarction by sexual activity. Low absolute risk and prevention by regular physical exertion. Determinants of Myocardial Infarction Onset Study Investigators. *Jama J. Am. Med. Assoc.* 8 mai 1996;275(18):1405-1409.
20. Ivarsson B, Fridlund B, Sjöberg T. Information from health care professionals about sexual function and coexistence after myocardial infarction: a Swedish national survey. *Heart Lung J. Crit. Care.* août 2009;38(4):330-335.
21. Nicolai MPJ, Both S, Liem SS, Pelger RCM, Putter H, Schaliij MJ, et al. Discussing sexual function in the cardiology practice. *Clin. Res. Cardiol. Off. J. Ger. Card. Soc.* mai 2013;102(5):329-336.
22. Lindau ST, Abramsohn E, Gosch K, Wroblewski K, Spatz ES, Chan PS, et al. Patterns and loss of sexual activity in the year following hospitalization for acute myocardial infarction (a United States National Multisite Observational Study). *Am. J. Cardiol.* 15 mai 2012;109(10):1439-1444.
23. Rosengren A, Hawken S, Ounpuu S, Sliwa K, Zubaid M, Almahmeed WA, et al. Association of psychosocial risk factors with risk of acute myocardial infarction in 11119 cases and 13648 controls from 52 countries (the INTERHEART study): case-control study. *Lancet.* 11 sept 2004;364(9438):953-962.

24. Aboa-Eboulé C, Brisson C, Maunsell E, Mâsse B, Bourbonnais R, Vézina M, et al. Job strain and risk of acute recurrent coronary heart disease events. *Jama J. Am. Med. Assoc.* 10 oct 2007;298(14):1652-1660.
25. Iliou M. Travail et Pathologies Cardiovasculaires [Internet]. Service de Réadaptation Cardiaque Hôpital Corentin Celton; 2012. Disponible sur: http://www-sante.ujf-grenoble.fr/SANTE/alpesmed/evenements/rns/Rencontres_nuclaires_annees_precedentes/rencontresnucleaires_sante2012/pdf/mercredi/mc_lliou_mercredi_8_fevrier_RNS_2012.pdf (consulté le 12/02/2013)
26. Ginzburg K, Solomon Z, Koifman B, Keren G, Roth A, Kriwisky M, et al. Trajectories of posttraumatic stress disorder following myocardial infarction: a prospective study. *J. Clin. Psychiatry.* oct 2003;64(10):1217-1223.
27. Wikman A, Molloy GJ, Randall G, Steptoe A. Cognitive predictors of posttraumatic stress symptoms six months following acute coronary syndrome. *Psychol. Heal.* août 2011;26(8):974-988.
28. Sheldrick R, Tarrier N, Berry E, Kincey J. Post-traumatic stress disorder and illness perceptions over time following myocardial infarction and subarachnoid haemorrhage. *Br. J. Heal. Psychol.* sept 2006;11(Pt 3):387-400.
29. Chung MC, Berger Z, Rudd H. Coping with posttraumatic stress disorder and comorbidity after myocardial infarction. *Compr. Psychiatry.* févr 2008;49(1):55-64.
30. Shemesh E, Yehuda R, Milo O, Dinur I, Rudnick A, Vered Z, et al. Posttraumatic stress, nonadherence, and adverse outcome in survivors of a myocardial infarction. *Psychosom. Med.* août 2004;66(4):521-526.
31. Thombs BD, Bass EB, Ford DE, Stewart KJ, Tsilidis KK, Patel U, et al. Prevalence of depression in survivors of acute myocardial infarction. *J. Gen. Intern. Med.* janv 2006;21(1):30-38.
32. Nemeroff CB, Musselman DL, Evans DL. Depression and cardiac disease. *Depress. Anxiety.* 1998;8 Suppl 1:71-79.
33. Barefoot JC, Helms MJ, Mark DB, Blumenthal JA, Califf RM, Haney TL, et al. Depression and long-term mortality risk in patients with coronary artery disease. *Am. J. Cardiol.* 15 sept 1996;78(6):613-617.
34. Frasure-Smith N, Lespérance F, Juneau M, Talajic M, Bourassa MG. Gender, depression, and one-year prognosis after myocardial infarction. *Psychosom. Med.* févr 1999;61(1):26-37.
35. Frasure-Smith N, Lespérance F, Gravel G, Masson A, Juneau M, Talajic M, et al. Depression and health-care costs during the first year following myocardial infarction. *J. Psychosom. Res.* mai 2000;48(4-5):471-478.
36. LOI n° 2009-879 du 21 juillet 2009 portant réforme de l'hôpital et relative aux patients, à la santé et aux territoires [Internet]. Disponible sur:

http://legifrance.gouv.fr/affichTexte.do;jsessionid=281789C015706C06987A45C447996C6C.tpdjo02v_1?cidTexte=JORFTEXT000020879475&dateTexte=20101005 (consulté le 06/03/2013)

37. HAS. Education thérapeutique du patient. Définition, finalités et organisation [Internet]. 2007. Disponible sur: http://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/etp_-_definition_finalites_-_recommandations_juin_2007.pdf (consulté le 26/01/2013)
38. Juillièrè Y, Jourdain P, Suty-Selton C, Béard T, Berder V, Maître B, et al. Therapeutic patient education and all-cause mortality in patients with chronic heart failure: A propensity analysis. *Int. J. Cardiol.* 6 oct 2012;
39. Hedbäck B, Perk J, Wodlin P. Long-term reduction of cardiac mortality after myocardial infarction: 10-year results of a comprehensive rehabilitation programme. *Eur. Heart J.* juin 1993;14(6):831-835.
40. Taylor RS, Brown A, Ebrahim S, Jolliffe J, Noorani H, Rees K, et al. Exercise-based rehabilitation for patients with coronary heart disease: systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Am. J. Med.* 15 mai 2004;116(10):682-692.

VII. Annexes

A. Annexe 1 : Tableau de recueil des données

Question1 Date de l'Idm, situation maritale, enfants, profession.

	Réponses
P1	DN: 01/08/56, Date Idm: 18/02/11, Date entretien: 10/11/11, marié, pas d'enfant, directeur d'entreprise de transport.
P2	DN: 25/05/56, Date Idm: 17/05/11, Date entretien : 24/11/11, marié, 2 enfants, technico commercial dans une société de prestations de service.
P3	DN: 30/03/53, Date Idm : 13/05/11, Date entretien: 24/11/11, marié, un enfant, travaille dans le service d'exploitation Bouygues télécom.
P4	DN: 26/01/62, Date Idm : 20/04/11, Date entretien : 30/11/11, en concubinage, 1 enfant, a un cabinet de courtage dans la fiscalité.
P5	DN: 30/09/65, Date Idm: 18/03/11, Date entretien: 08/12/11, célibataire, pas d'enfant, attaché au conseil de prud'homme.
P6	DN: 19/03/44, Date Idm: 18/03/11, Date entretien : 13/12/11, marié, retraité.
P7	DN: 31/10/63, Date Idm: 05/07/11, Date entretien: 24/03/12, marié, 2 enfants, agent commercial.
P8	DN: 29/07/63, Date Idm: 04/07/11, Date entretien : 03/04/12, marié, 3 enfants, médiateur du patrimoine.
P9	DN: 11/12/29, Date Idm: 16/10/11, Date entretien: 17/04/12, marié, pas d'enfant, retraité (ancien chercheur en neurosciences).
P10	DN: 17/12/46, Date Idm:09/09/11, Date entretien: 18/04/12, marié, 3 enfants, retraité (ancien chef d'équipe en ouvrage d'art)
P11	DN: 26/02/57, Date Idm: 20/08/11, Date entretien: 24/04/12, marié, 2 enfants, informaticien.
P12	DN: 27/12/43, Date Idm: 03/10/11, Date entretien: 15/05/12, marié, 2 enfants, retraité (ancien cuisinier).
P13	DN: 31/01/53, Date Idm:16/08/11, Date entretien: 16/05/12, marié, 3 enfants, technicien chez France Telecom.
P14	DN: 19/04/50, Date Idm: 12/02/12, Date entretien: 26/10/12, marié, 2 enfants, retraité (était contrôleur principal à la Direction Départementale des Territoires et de la Mer).

Question2 Racontez-moi ce qu'il s'est passé pendant votre Idm ?

	Réponses
P1	<p>Le patient a ressenti une douleur dans le bras gauche qu'il assimilait à une douleur musculaire puis il a eu une douleur thoracique durant toute la nuit. Il a consulté ensuite chez le médecin traitant qui l'a adressé en urgence au cardiologue, qui lui a appelé le SAMU d'emblée suite à la réalisation de l'ECG. Le patient a été transféré à l'hôpital Laennec avec réalisation d'une coronarographie et mise en place d'un stent. 48 heures de soins intensifs puis 48 heures de soins conventionnels en cardiologie. Le patient a bien vécu cet événement et de manière sereine.</p> <p><i>"Bah plutôt bien parce que j'étais malgré tout conscient et serein euh et serein, donc ça ça la fait oui oui."</i></p>
P2	<p>Le patient a ressenti une gêne à la déglutition la veille et une douleur épigastrique ascendante au réveil (qu'il prenait pour des douleurs vésiculaires ou gastriques) qui l'a amené à consulter son médecin traitant qui, après avoir effectué un ECG, l'a adressé aux urgences. Puis Mr L. a été transféré à l'hôpital Laennec pour réalisation d'une angioplastie avec pose d'un stent. Il est resté huit jours en soins intensifs. Il y a eu un effondrement lors de l'annonce de son Idm, le diagnostic était inattendu avec l'existence d'un déni initial.</p>

	<p><i>"Donc je me suis dit : c'est l'estomac ou la vésicule, pas forcément ce que j'ai eu. Je me suis pas inquiété parce que je n'avais pas mal au bras, au niveau de la respiration ça allait. J'avais pas les symptômes pour quelqu'un qui devait faire un infarctus."</i></p> <p><i>"De là, à 09hrs du matin, c'est vrai que les urgences, c'est pas évident, déjà au niveau de la circulation je dirais, donc j'ai conduit avec la douleur et j'avais très très mal quand même, et puis j'ai marché et d'un bon pas en définitif ! Et arrivé aux urgences j'étais même pas essoufflé ! Et dès que je suis arrivé aux urgences, et dès que j'ai été pris en charge bon ça a été très vite quoi !"</i></p> <p><i>"Quand on m'a annoncé que je faisais un infarctus, je me suis effondré, c'est vrai, je ne m'attendais pas à ça, et en plus j'insistais : « c'est pas la vésicule? »"</i></p>
P3	<p>Lorsqu'il était en vacances à Brive la Gaillarde, il a ressenti une douleur abdominale ainsi qu'une douleur dans le bras droit, puis a eu un malaise avec PC. La douleur et la gêne ont persisté toute la nuit l'empêchant de dormir. Il a consulté le lendemain matin un médecin qui lui a fait un ECG, à priori peu contributif, puis une prise de sang en urgence qui a retrouvé un taux de troponine élevé. Mr C. a donc été convoqué au cabinet en urgence puis l'équipe du SAMU est arrivé et l'a transféré à l'hôpital de Brive la Gaillarde où il a eu une angioplastie avec pose de quatre stents. Il a été transféré par la suite au CHU nord pour rapprochement familial et discuter d'une angioplastie sur l'artère coronaire droite que finalement il n'a pas eu. Pour lui, ce qu'il vivait était synonyme de mort à court terme.</p> <p><i>"Et puis là je me suis senti mal, avec une douleur abdominale assez forte et avec une douleur pour moi articulaire dans mon bras."</i></p> <p><i>"Donc ma femme m'a dit : « Arrête-toi ». Je me suis arrêté sur le bas côté, je suis sorti de la voiture, je suis tombé par terre..."</i></p> <p><i>"Donc la nuit se passe pas bien, j'ai pas dormi, j'étais au bord de mon lit, je m'allongeais, je me remettais au bord de mon lit, enfin j'ai vécu comme ça toute la nuit jusqu'au lendemain matin, je n'ai pas pu déjeuner."</i></p> <p><i>"Et puis après j'ai commencé à comprendre quand on m'a expliqué...mais j'étais valide ! Je marchais et tout ! J'avais pas de souci plus que ce que j'avais avant, une douleur peut être qui commençait un peu à s'estomper mais c'est tout..."</i></p> <p><i>"C'était synonyme de décès à court terme ! L'échéance était grave !"</i></p>
P4	<p>Il a eu une douleur dans la poitrine, mâchoire et bras gauche avec asthénie, transpiration, bâillement, lorsqu'il s'énervait contre un de ses partenaires au téléphone. Puis il est parti en voiture avec un de ses collaborateurs mais a eu des palpitations donc a appelé le 15. Les pompiers sont arrivés puis le SMUR. Il a été transféré à l'hôpital Laennec avec réalisation d'une angioplastie et pose d'un stent. Comparaison avec l'Idm de son père qui est survenu un an avant. Vécu "bizarre", calme, lucide au moment de son Idm. S'est senti rabaissé physiquement par la suite.</p> <p><i>"Mal dans la poitrine, mal dans le bras gauche, les gencives, enfin la mâchoire, et une douleur quand même, mais pas trop accentuée quand même dans la poitrine."</i></p> <p><i>"J'ai perdu mon père il y a un an de la même chose, et bizarrement pile un an après quoi, là c'est assez étrange comme situation, euh, donc bon est ce que c'est psychosomatique, est ce que ça a déclenché quelque chose, c'est possible."</i></p> <p><i>"Bizarrement, j'étais, je suis resté très calme le jour de l'infarctus."</i></p> <p><i>"Je ne l'ai pas mal pris, par contre par la suite, psychologiquement j'en ai pris un peu dans la casquette."</i></p> <p><i>"J'étais rabaissé quoi, physiquement j'étais plus le même."</i></p>
P5	<p>Le patient a ressenti une douleur thoracique persistante à type d'oppression au réveil, avec dyspnée et asthénie. Il a pris un bain puis s'est couché toute la journée. Il a pensé que c'était une récurrence de bronchite. Le lendemain, il est allé travaillé mais a dû quitter son travail à cause de la douleur. Il a consulté son médecin traitant le jour d'après qui lui a prescrit une prise de sang et qui l'a adressé au cardiologue. Le cardiologue (vu le lendemain) a fait le diagnostic de SCA et a programmé une hospitalisation dès le lendemain matin. Il a été hospitalisé 4 jours après avoir eu une angioplastie avec pose d'un stent. Le vécu a été difficile avec un sentiment de culpabilité de ne pas avoir appelé le SAMU d'emblée. Il pensait qu'il allait mourir. Le patient a eu très peur d'une récurrence car il est resté seul chez lui après que son cardiologue lui ait dit qu'il avait eu un Idm et qu'une récurrence pouvait être fatale. Il a trouvé ça "horrible". Ça a été une des nuits qu'il a ressenti comme étant la plus longue de sa vie. Il a appelé ses frères et sœurs en leur disant ce qu'il avait et qu'il espérait pouvoir vivre jusqu'au lendemain matin. Il était obnubilé par ce qu'il se passait. Son père est mort quelques mois avant son Idm.</p> <p><i>"Je suis allé me recoucher euh puis ça passait pas ça passait pas, et puis j'avais une oppression, je pouvais plus vraiment euh vraiment plus pouvoir respirer."</i></p> <p><i>"Le fait d'une faiblesse extrême quoi; je ne comprenais pas du tout ce qui m'arrivait."</i></p> <p><i>"A midi, je suis allé voir mon directeur quoi lui dire : « Bah écoutez je ne sais pas ce que j'ai mais je rentre parce que je ne peux absolument pas tenir le coup"</i></p>

	<p><i>"Bah pas très bien (rires) pas très bien d'une part parce que je m'en suis voulu de ne pas avoir appelé les, le SAMU tout de suite."</i></p> <p><i>"On pense beaucoup à la mort quand même euh dans ces moments là."</i></p> <p><i>"C'est assez flippant quoi on vous dit que vous avez peut être fait un infarctus mais en même temps personne vous prend en charge. C'est-à-dire que moi le mercredi j'ai fait mes tests avec le le cardiologue. Le cardiologue me dit : « Bah écoutez vous avez fait un infarctus euh vous allez être hospitalisé demain ». J'ai passé la nuit, la nuit du mercredi au jeudi avant d'être hospitalisé ça a été, ça ça a été horrible quoi."</i></p> <p><i>"La nuit bah si je me rappelle j'ai appelé mes frères et sœurs, je leur ai dit voilà ce qui m'arrive. Et puis je leur ai dit j'espère que je vais passer la nuit quoi parce que je sais pas si, surtout que en en plus on m'avait dit qu'il fallait que ce soit urgent parce qu'une récurrence pouvait être, bah pouvait être fatale quoi donc euh donc non c'est pas du tout un bon souvenir."</i></p> <p><i>"Une des nuits les plus longues de de ma vie quoi." "Parce que, en plus, on ne pense qu'à ça quoi c'est-à-dire que on est obnubilé parce qu'on le sent qu'on a eu quelque chose quoi."</i></p>
P6	<p>Pendant 48 heures, il avait une douleur dorsale, des éructations, puis il a appelé le SAMU ou SOS médecin qui l'a adressé aux urgences du CHU centre ville. Attente de 2 heures puis transfert à l'hôpital Laennec pour réalisation d'une coronarographie avec pose de stent. La douleur était peu intense.</p> <p>Par la suite, il est resté huit jours en soins intensifs.</p> <p>Le plus désagréable a été de ne pas pouvoir partir en camping-car à la sortie de son hospitalisation à cause de sa femme.</p> <p>Il n'a pas de critique à faire concernant cet épisode sauf l'attente aux urgences. Il faisait confiance dans l'équipe médicale et paramédicale.</p> <p><i>"Peu de choses si ce n'est que pendant presque deux jours, je ne pouvais pas dormir parce que j'avais un caillou dans le dos."</i></p> <p><i>"Mis à part de se faire engueuler mais autrement ça c'est pas désagréable."</i></p> <p><i>"J'avais envisagé une tournée de camping car pour me changer les idées et ma femme qui a décidé que son malade devait rester alité, et ça ça m'a contrarié !"</i></p> <p><i>"Ca a pas été douloureux comme certains qui s'écroulent avec le thorax coïncé."</i></p> <p><i>"Ah bah rien parce que toute façon, on va pas se...si vous voulez ma profession c'est le bâtiment, homme de chantier, donc on va pas s'arrêter pour un petit rot..même pour un caillou sous la serviette on va pas se..."</i></p> <p><i>"Je fais confiance aux experts, donc quand je ne sais pas je me tais. Donc j'ai pas de... comment on appelle ça, de critiques particulières à faire, c'est pas, je ne sais pas."</i></p>
P7	<p>Sur le chemin du travail, s'est arrêté pour boire un café en terrasse et a ressenti une oppression thoracique irradiant dans le bras gauche avec sueurs et dyspnée. La tenancière du café l'a conduit chez un médecin généraliste dont le cabinet se trouvait juste en face, qui a appelé d'emblée le SAMU. Transfert immédiat à l'hôpital Nord pour réalisation d'une angioplastie avec pose d'un stent. A été hospitalisé 3 jours en soins intensifs et 3 jours en soins conventionnels. Pas de rééducation cardiaque effectuée par la suite. C'était un événement très rapide où il a senti qu'il se passait quelque chose d'inhabituel mais il n'a pas réalisé d'emblée la gravité de la situation. Il n'y a pas eu de souffrance physique ressentie par la suite. Il se sentait bien lors de son hospitalisation et voulait sortir rapidement.</p> <p><i>"Là je commençais à être oppressé au niveau de la cage thoracique euh d'avoir de plus en plus chaud."</i></p> <p><i>"Ca s'est passé relativement vite, j'ai bien senti que c'était pas du tout un truc habituel euh et mais en même temps pff en même temps, je me suis pas rendu compte de la gravité du truc quoi."</i></p> <p><i>"Sur le moment je l'ai vécu euh pff comme un peu une péripétie quoi, sans m'en rendre compte réellement de la gravité du truc."</i></p> <p><i>"Après voilà on souffre pas donc euh j'étais pas atteint dans ma chair."</i></p> <p><i>"J'étais super bien à l'hôpital, euh donc j'étais assez impatient de sortir."</i></p>
P8	<p>Le patient a ressenti une douleur thoracique irradiant dans la mâchoire, récidivante depuis une semaine qui l'a amené à consulter son médecin traitant qui lui prescrit un bilan enzymatique cardiaque en urgence.</p> <p>Le bilan retrouve une troponine élevée, donc il a été adressé aux urgences puis transféré à l'hôpital Nord pour réalisation d'une angioplastie avec pose d'un stent.</p> <p>Il y a eu un déni initial. Il a commencé à réaliser ce qu'il se passait le lendemain de l'intervention.</p> <p>Il n'y a pas eu de sentiment de peur. Il a été impressionné par l'efficacité de la prise en charge.</p> <p><i>"Pour moi, c'était pas un infarctus."</i></p> <p><i>"Sur le coup, on me parlait d'infarctus je me suis dit bah pff ils doivent se tromper enfin ils ne parlent pas de moi."</i></p> <p><i>"Je crois que j'ai vraiment réalisé le lendemain."</i></p>

	<i>"Ca a vraiment été impressionnant ; impressionnant d'efficacité je veux dire, je ne me suis jamais senti euh en danger."</i>
P9	<p>A l'issue d'un congrès, au cours d'une promenade, en remontant une pente, il a fait un malaise avec perte de connaissance. Il a perdu ses urines puis a vomi. Initialement il pensait que ses symptômes allaient s'amender comme auparavant. Un pompier et une infirmière étaient sur place pour le prendre en charge puis les pompiers sont arrivés et l'ont amené aux urgences de l'Hôtel Dieu, de là le diagnostic d'Idm a été effectué. Il a été transféré à l'hôpital Laennec en SAMU pour réalisation d'une angioplastie avec pose d'un stent. Il a ensuite été hospitalisé en soins intensifs de cardiologie puis en unité conventionnelle. Il a été reconvoqué pour une angioplastie complémentaire un mois après. Il est resté calme pendant son angioplastie (la première) et n'a pas voulu regarder l'écran de scopie. L'Idm a été une grande surprise pour lui, même s'il a conscience de son âge. Mr G. estime avoir eu de la chance par rapport aux personnes présentes au moment de son Idm qui ont permis une prise en charge rapide. Le bilan lui semblait assez lourd.</p> <p><i>"Je me suis senti un peu un peu fatigué, avec des espèces de petits vertiges et j'ai dit à mon épouse : « Je me sens pas bien je m'arrête une seconde »."</i> <i>"Parce que j'avais déjà eu cette euh, ce sentiment de cette sorte de petits vertiges, je je me tiens et puis mais ça passe. Et je me suis dis bon ça va passer."</i> <i>"Je me suis écroulé"</i> <i>"Moi je me suis concentré, bon on peut regarder sur un écran mais moi j'ai choisi de fermer les yeux et de rester calme le plus possible"</i> <i>"Pour moi ça a été une surprise parce que je ne pensais pas que sur ces trois artères coronaires, j'en avais, j'avais ces dégâts là, parce que j'avais pas eu de signe."</i> <i>"Une grande surprise"</i> <i>"On a eu beaucoup de chance "</i> <i>"C'était pas euh peut être excellent mais je ne m'attendais pas à ça."</i> <i>"Je me suis dit bon j'ai 82 ans, j'ai aussi mon facteur âge, je peux pas demander l'impossible".</i> <i>"L'élément dominant c'était quand même la surprise, c'était quand même la surprise et le deuxième élément dominant c'est quand même aussi le facteur chance."</i> <i>"Donc j'ai euh je jongle avec tout ça. La surprise, le bilan quand même assez lourd."</i></p>
P10	<p>Le patient a ressenti un angor d'effort lors de ses vacances puis une douleur thoracique persistante qui l'a conduit à consulter un médecin généraliste sur place. Le médecin a retrouvé des anomalies de repolarisation à l'ECG et l'a adressé aux urgences. En pensant que ce n'était pas urgent, le patient et sa femme ont décidé de rentrer chez eux. La douleur est réapparue lors du voyage. Son médecin généraliste n'a pu le recevoir que le lendemain matin et l'a adressé en urgence au cardiologue qui lui a retrouvé un sus-décalage à l'ECG et a appelé le SAMU. Il y a eu un vécu très difficile durant le mois succédant l'Idm avec une absence de nouvelles par l'équipe du CHU ainsi qu'angoisse nocturne.</p> <p><i>"Ah bah très très mal"</i> <i>"C'est surtout ça ce mois là qui est, qu'est, 1 mois à la maison, pas de nou, enfin pas de nouvelle du CHU pas de nouvelle de de et puis même la nuit, angoissé la nuit"</i></p>
P11	<p>Le 17/08, le patient a ressenti des douleurs cervicothoraciques avec lipothymies après une journée de ramassage de champignons, symptômes qu'il prenait pour des douleurs arthrosiques cervicales. Le 20/08, il a eu une douleur thoracique persistante avec sueurs, pâleur. Il s'est allongé puis sa femme a appelé SOS médecin. Le SAMU est venu d'emblée le transférer à l'hôpital Nord pour réalisation d'une angioplastie et pose d'un stent. Il savait que la cause de sa douleur était cardiaque car a assisté aux Idm de son père. Il n'était pas anxieux, attendait que ça passe et ne l'a pas mal vécu car il avait confiance dans la prise en charge médicale.</p> <p><i>"Après une grosse journée de ramassage de champignons, je me suis senti un petit peu bizarre."</i> <i>"Ces douleurs là euh sur la partie supérieure du corps euh bah je mettais ça sur le sur le compte des cervicales."</i> <i>"Et le 20 bah ça allait jusqu'au soir où au cours d'une grillade plus on avançait dans la soirée et moins je me sentais bien."</i> <i>"En haut de là hein euh comment, trapèze enfin tout ça là et euh je sentais bien que j'allais pas et pourtant j'ai mangé sauf qu'un moment de temps, je leur ai dit bah faut m'excuser mais il faut que j'aïlle m'allonger parce que ça ne va pas du tout."</i> <i>"Puis après ça, ça par contre ça a duré 45 min, au téléphone hein. J'étais allongé et après avoir raccroché avec le SAMU à peine un quart d'heure après, bah ils ont débarqué toute l'équipe puis ça a été très vite, direction les urgences, la pose du stent et puis voilà."</i> <i>"Par contre, je enfin avant que le le SAMU arrive, je savais que c'était cardiaque parce que mon père c'est un gros cardiaque, je l'ai j'ai assisté à plusieurs de ses infarctus et ça ça m'y a fait penser. Par contre je ne pensais pas que ça me serait arrivé mais bon voilà quoi c'était mon tour."</i> <i>"J'attendais que ça passe, c'est tout. J'étais pas plus anxieux que ça, mais faut dire que j'ai une grosse confiance dans la médecine alors ça y joue peut être, par rapport à mes autres..." "Donc je peux</i></p>

	<i>pas dire que je l'ai mal vécu parce que je faisais confiance."</i>
P12	<p>En jardinant, le patient a ressenti une gêne au niveau de la gorge irradiant par la suite de manière très intense dans le bras gauche et la mâchoire. Sa femme a appelé le SAMU qui l'a transféré à l'hôpital Laennec où il a bénéficié d'une angioplastie avec pose d'un stent. Il est resté huit jours en soins intensifs et n'a pas été douloureux lors de son hospitalisation. Il a ressenti un sentiment de bien être. L'événement a été ressenti comme rapide. Depuis qu'il a terminé sa rééducation, il prend conscience de la gravité de cet événement.</p> <p><i>"La douleur c'était quelque chose hein, je pensais pas qu'on pouvait avoir aussi mal." "Donc ils m'ont amené c'était ici, hop salle d'opération, ouvert mais là mais là j'étais bien parce que là là je sentais plus rien, j'avais plus mal." "J'étais un peu je sais pas ce qu'ils m'avaient donné mais j'étais bien très bien. Ce qu'ils m'ont fait là je n'ai rien senti euh. Tout s'est bien passé et puis après je me suis retrouvé en soins intensifs mais tout ça je n'ai jamais perdu connaissance quoi, j'étais toujours impeccable quoi." "Ca a été vite si vous voulez, c'est plutôt maintenant quand je repense à tout ça, je me dis bah ça aurait pu mal se terminer quoi tout simplement. Ca aurait pu, c'est maintenant que je que que que je pense davantage quoi. D'autant que j'étais en soins intensifs tout ça, toute la rééducation parce que j'ai trouvé ça assez sympa la rééducation avec tout le perso, tous les gens qu'il y avait là mais après quand vous vous retrouvez tout seul euh ça vous revient à l'esprit et vous vous dites que ça aurait pu mal se terminer quoi. "</i></p>
P13	<p>L'Idm est survenu dans un contexte de choc psychologique et de stress car il y a eu la mort de son père en avril 2011 et il a dû prendre en charge sa mère qui n'était pas autonome. Le patient a ressenti une gêne thoracique à type de pointe durant le mois précédant son Idm, principalement au lever. Puis, le 16/08/11, il a ressenti une douleur thoracique intense avec blockpnée et nausées lorsqu'il tondait sa pelouse, durant quelques minutes avec récurrence dans la soirée. Sa fille a appelé le 15 où il a été orienté vers les urgences de l'Hôtel Dieu. Il y a été de lui-même et là bas, le diagnostic d'Idm a été effectué. Il a été transféré par la suite à l'hôpital Nord pour réalisation d'une angioplastie avec implantation de deux stents. Il a bénéficié d'une angioplastie complémentaire 3 semaines après. Il n'était pas stressé et était confiant dans la prise en charge médicale. Il pensait que ça devait être plus stressant pour ses proches que pour lui. Vu qu'il n'était pas stressé, il se questionnait sur l'existence d'une préparation psychologique inconsciente du fait que son père ait eu des Idm. Il a tout de suite pris conscience de ce qu'il se passait. Il a toujours été conscient lors de son Idm qu'il pense avoir fait lors de la coronarographie. Il a trouvé la procédure d'angioplastie longue.</p> <p><i>"J'ai eu un choc euh ma mère est restée seul, Ca a posé beaucoup de problèmes parce qu'elle n'était pas autonome au niveau déplacement, elle était dans une grande maison donc on avait plein de choses à résoudre très difficiles qui nous ont apporté beaucoup de, beaucoup de stress." "Et pendant la tonte j'ai eu une crise, alors là une vraie crise, très très mal à la poitrine, le souffle coupé, j'ai été obligé de m'arrêter de tondre, je me suis donc reposé et puis j'ai eu un haut le cœur." "C'est là qu'ils m'ont dit que j'ai dû faire l'infarctus pendant cette phase d'opération" "Pas spécialement stressante, confiante, confiance dans la médecine donc une fois que j'ai été parti bon euh bah je suis entre de bonnes mains, j'ai toujours été conscient, je suis jamais tombé hein dans le, j'ai toujours été conscient." "L'opération a été longue" "J'ai pas senti une crainte, une peur, bon alors est ce que c'est parce que mon père, je vous l'ai dit je l'ai perdu au mois d'avril, mais ce que je vous ai pas dit c'est qu'il a subi la même chose que moi, mais bien avant et lui, il a eu un pontage coronarien, un triple pontage. Donc est ce que ça m'avait psychologiquement préparé sans le savoir ?" "J'ai pas été vraiment stressé et tout de suite j'ai pris conscience si vous voulez du du de ce qui c'était passé quoi, donc euh voilà, voilà en fait comment s'est passée cette journée." "Donc ça a du être certainement plus stressant pour mes proches quoi hein, ma femme, ma fille."</i></p>
P14	<p>Il y avait un contexte d'effort physique (chasse), de froid et de contrariété avant l'apparition de la douleur. Le patient a ressenti une douleur thoracique nocturne et est allé de lui-même aux urgences de l'hôpital d'Ancenis, d'où il a été transféré à l'hôpital Laennec pour réalisation d'une angioplastie avec pose d'un stent. Il a compris très rapidement que c'était un Idm car a eu une formation de secourisme. Il s'est senti bien pris en charge et était rassuré.</p> <p><i>"C'était la nuit, il était 2 heures du matin, ça m'a serré la poitrine et je pense avoir tout de suite compris ce qui m'arrivait pour avoir fait des, le secours routier, le BNS, le secours routier et la réanimation. Je connaissais un petit peu le principe donc j'ai dit oulà. Donc j'ai voulu attendre un petit peu pour voir ce que ça...que le temps se passe et puis voir si ça allait aller mieux mais euh ça n'allait pas mieux donc nous avons décidé de venir à l'hôpital, aux urgences directement." "J'ai été aux urgences où j'étais en de bonnes mains donc je ne me suis pas affolé quoi."</i></p>

Question3 Comment était votre santé avant votre Idm ?

	Réponses
P1	<p>Il était un peu fatigué, surmené, stressé par son travail (pas de vacances, responsabilités, quantité de travail importante). Se qualifiait de « Plutôt en forme avant » hormis des problèmes de tension depuis plusieurs années, de cholestérol et de tabac (qu'il a de suite arrêté).</p> <p><i>"Bah j'étais un peu fatigué c'est sûr, un peu, un peu surmené par le bureau, par le boulot parce que bon je suis directeur d'entreprise de transport et bon, j'accumulais bah les jours de congés non pris depuis plusieurs années donc j'avais pratiquement soixante jours de congés à prendre, et en fait d'habitude je m'arrêtais toujours entre Noël et le 1er de l'an puis là je ne me suis pas arrêté. Et puis j'ai eu une nouvelle responsabilité par là-dessus, le cumul de tout ça, ça fait qu'un moment où un autre, le corps il n'a pas dû suivre."</i></p> <p><i>"J'étais plutôt même en forme hormis hormis des problèmes de tension que j'ai maintenant depuis plusieurs années. Après j'étais sous Fludex hein tous les jours pour la tension depuis... aller 4-5 ans quoi oui. Au niveau du cholestérol, j'avais un tout petit peu de cholestérol mais sans plus. Par contre, je fumais des cigares hein et ça, du jour au lendemain, j'ai tout arrêté."</i></p>
P2	<p>La santé était bonne, équilibrée mis à part l'existence de douleurs abdominales récidivantes.</p> <p><i>"Non, pas de problèmes, hein, mis à part ces douleurs au niveau de la vésicule hein, bon..."</i></p> <p><i>"Bah équilibrée ma fois, pas de problèmes hein, j'avais pas de soucis, heu, le travail à 200 %."</i></p>
P3	<p>Il n'y avait pas de problème à part un surpoids et du stress. Il ne pensait pas avoir de facteurs de risques d'avoir un Idm.</p> <p><i>"Non pas de problème, mais je dirais que j'étais quand même en surpoids."</i></p> <p><i>"Je me sentais stressé."</i></p> <p><i>"Je ne pensais pas que j'étais un sujet à risque."</i></p>
P4	<p>Depuis le décès de son père, un an avant son Idm, il s'était pris en charge sur le plan médical (notamment avec un régime alimentaire). Il en éprouvait un sentiment d'injustice concernant la survenue son Idm. Il se sentait en pleine forme mais avait du diabète, hypercholestérolémie, tabagisme, HTA, stress, surpoids. Il était festif.</p> <p><i>"Suite au décès de mon père, bon j'étais un peu secoué quand même, faut dire ce qu'il est, psychologiquement et je suis allé, chose que je fais jamais parce que je suis un homme de ce côté-là qui n'est pas sérieux au point de vu médical. Je ne me faisais pas obligatoirement suivre. Je n'ai jamais eu de soucis avant. C'est la première fois que j'allais dans un hôpital et donc j'ai toujours été en pleine forme, et voilà ! Donc c'est important à mes yeux parce que je pense que...ce qui m'a un peu déçu dans cet infarct' en fait c'est que j'ai fait tout un chemin avant. C'est ce que disait mon médecin généraliste, tout un chemin avant, pendant un an avec un régime super, j'ai perdu quand même, je sais plus 15 kg, 17 kg."</i></p> <p><i>"Ils avaient détecté un peu trop de diabète, un taux de cholestérol qui était au dessus de la normale mais qui n'était pas catastrophique et puis je faisais, suite à ce qui est arrivé à mon père, je faisais de l'hypertension."</i></p> <p><i>"J'ai quand même fait des excès, j'étais fumeur, j'ai arrêté de fumer depuis le 20 avril...(...)...Je ne suis pas non plus ni un gros buveur, ni un...mais j'aime bien faire la fête, mais j'aime bien voilà..."</i></p>
P5	<p>HTA qu'il avait depuis des années et dont il s'était décidé à traiter un mois avant son Idm. Il présentait également un tabagisme, sédentarité, bronchite.</p> <p><i>"J'avais pas de problème particulier si ce n'est que je savais que j'étais euh hypertendu depuis des années des années que je, alors ce qui est terrible aussi c'est que 1 mois avant, j'avais décidé de prendre ça en charge et je commençais à être traité pour la tension."</i></p> <p><i>"Je suis pas un gros sportif, j'étais un gros gros fumeur depuis des années des années des années euh bon là j'ai appris que j'avais du cholestérol pourtant je faisais pas de euh enfin voilà je faisais pas spécialement d'excès, j'avais pas un poids euh je ne me surveillais pas plus que ça quoi mais au fond, ça allait je n'avais pas de problème particulier, à part un gros problème au poumon euh"</i></p>

	<i>voilà que j'ai déjà évoqué il y a quelques années qui était lié au tabac."</i>
P6	<p>Excellente sauf qu'il a eu deux dépressions et avait des sinusites.</p> <p><i>"Excellente, dans la mesure où, alors j'ai donc été à mon compte pendant trente, trente cinq ans. J'ai toujours été dans le bâtiment. Je ne dois pas avoir aucun un jour d'arrêt à la sécu. Euh, le seul, la seule chose c'est que j'ai fait deux dépressions, là c'est la troisième qui est en cours..."</i> <i>"Sensible de la sinusite."</i></p>
P7	<p>Il qualifiait sa santé de parfaite.</p> <p><i>"Parfaite"</i></p>
P8	<p>Il n'y avait pas de problèmes particuliers à part une hypertriglyceridemie et un asthme dans l'enfance. Il précisait qu'il ne faisait pas d'excès.</p> <p><i>"Jamais rien."</i> <i>"Je ne fumais pas, je ne buvais pas, j'avais une vie qui me semblait tout à fait banale, sans excès particulier."</i></p>
P9	<p>Etait en bonne santé mais se sentait fatigué. D'autre part, il présentait une HTA, hypercholestérolémie, hypertrophie bénigne de la prostate ainsi que des sensations de vertiges quelques fois. Il avait déjà fait un malaise d'allure vagale.</p> <p><i>"J'étais en bonne santé oui "</i> <i>"Donc j'avais certainement accumulé peut être un petit peu de fatigue, et je sais que le dernier jour du congrès, le samedi matin, en remontant de l'amphithéâtre, je me suis senti un peu fatigué. "</i></p>
P10	<p>Pour lui, sa santé était "impeccable" mais il y avait une HTA et du diabète, le tout étant léger car il avait un bon suivi. Il a présenté des douleurs thoraciques en 2007 avec bilan cardiologique négatif. Il a bénéficié d'une résection de polypes juste avant l'Idm.</p> <p><i>"Impeccable. Bon si il y avait un peu de tension, un petit peu de... Je faisais attention, un petit peu de diabète mais sans plus mais toujours limite parce que je me suis fait toujours bien suivre"</i></p>
P11	<p>Se qualifiait en bonne santé. Il a eu de nombreuses fractures, un pneumothorax ainsi qu'un angor il y a 4 ans.</p> <p><i>"J'ai jamais été vraiment malade. Tous mes antécédents c'est osseux."</i> <i>"Bah de plutôt bonne."</i></p>
P12	<p>Il n'y avait pas de problèmes particuliers. Il existait un tabagisme ancien modéré.</p> <p><i>"Moi je rien, je n'avais jamais pris de médicament de ma vie donc j'ai absolument rien, j'avais jamais..."</i> <i>"J'étais surpris puis je m'attendais qu'au niveau des analyses on me dise oh là là le cholestérol, le diabète mais à la limite il n'y avait rien quoi. Bon il y a avait un peu de cigarettes à une certaine époque."</i> <i>"Ah bah oui moi j'avais, je n'ai jamais eu de souci particulier."</i></p>
P13	<p>Il présentait une hypercholestérolémie et une HTA. Il a constitué un angor d'effort lors du mois précédant son Idm. Il n'avait pas d'autres antécédents notables. Il y avait peu de restrictions au niveau de l'alimentation (il mangeait beaucoup de viande). Il était actif (jardinage, randonnées l'été).</p> <p><i>"J'étais un bon mangeur hein, j'aime bien la bonne chair donc voilà euh j'étais à tendance cholestérol et la tension."</i> <i>"Je faisais du jardin, l'été je fais de la randonnée, pas de symptôme avant le mois de juillet."</i> <i>"J'ai peut être eu la chance je n'ai jamais été malade de ma vie quoi hein, bon les rhumes, les gripes, les machins comme ça."</i></p>

P14	<p>Il avait une hypercholestérolémie. Il faisait beaucoup de sport quand il était jeune. Il profitait de la vie.</p> <p><i>"Bon vivant".</i></p>
-----	---

Question 4 Comment est votre santé depuis votre Idm ?

	Réponses
P1	<p>Il se qualifiait en bonne santé car avait arrêté de fumer, perdu du poids, pratiquait du sport (marche et vélo).</p> <p><i>"La patate!"</i> <i>"Ca va bien dans la mesure ou moi, bon j'ai, d'abord j'ai arrêté le tabac donc du coup on respire mieux hein, c'est sûr ; bon moi sur un plan régime alimentaire je fais très attention à ce que je mange euh donc là ça m'a permis de perdre du poids."</i> <i>"J'ai perdu 8,7kg, 9kg, donc je me sens nettement mieux."</i> <i>"Je m'oblige à faire de la marche tous les jours, une demi heure quoi."</i> <i>"Je me suis mis à faire du vélo, 1h30 tous les samedis."</i></p>
P2	<p>Au départ il était très fatigué, n'avait plus de force et avait des douleurs thoraciques. Lors de l'entretien il se sentait beaucoup mieux, reprenait des forces et de l'appétit, refaisait du sport suite à son apprentissage au réseau Respecti cœur. Il a présenté une récurrence de douleurs abdominales avec mise en évidence d'une lithiase vésiculaire non compliquée.</p> <p><i>"J'étais vraiment plus rien ! ...(...)...Complètement diminué quoi ...(...)...vous n'avez plus de force, quoi vous êtes vidés."</i> <i>"Je revis, c'est clair ! Je reprends des forces, j'ai bon appétit, par contre je fais attention de ce que j'ai pu apprendre à Respecti cœur, euh donc voilà, et puis l'activité physique qui est importante, au moins 3 fois par semaine."</i></p>
P3	<p>Il était fatigué au décours de l'Idm mais au moment de l'entretien, il se trouvait mieux psychologiquement et physiquement qu'avant son Idm. Il a perdu du poids et était moins nerveux.</p> <p><i>"Quand j'étais en arrêt, je me sentais quand même fatigué, je me sentais physiquement pas...pas bien pour faire ça" (en parlant de la marche).</i> <i>"Je me sens mieux, un état général mieux."</i> <i>"Donc je me sentais un peu lourd, je dirais presque que maintenant je suis mieux que ce que j'étais avant, je me sens plus d'allant, plus une envie plus qu'avant, de plein de choses, de sport que je fais, et puis.. je me sens moins nerveux."</i></p>
P4	<p>Il a présenté quatre mois de grande fatigue. Il insistait sur l'intérêt de la rééducation.</p> <p><i>"J'étais rabaissé quoi, physiquement j'étais plus le même."</i> <i>"J'étais quand même pas en forme du tout."</i> <i>"Quand je voyais la tête qu'on avait quand on est arrivé et la tête qu'on avait quand on est sorti...on était plus les mêmes quoi, complètement changé."</i></p>
P5	<p>Au cours des mois suivant l'Idm, il a arrêté de fumer, faisait des efforts diététiques mais depuis qu'il a déménagé, il a repris le tabagisme et ne faisait plus attention à son alimentation. Il se couchait plus tôt et sortait moins.</p> <p><i>"Ca va, ça va je ne fais pas attention à tout."</i></p>

	<p><i>"Les tous premiers mois j'ai fait hyper attention. J'ai totalement arrêté de fumer, je suivais bien, je faisais bien, je marchais euh je faisais hyper gaffe à mon alimentation. Je m'étais acheté un truc pour faire la cuisine vapeur etc., Et puis là depuis que je suis arrivé à Nantes tout est parti à vau-l'eau quoi; c'est-à-dire que je me retrouve dans une piaule où j'ai rien pour faire la cuisine donc je mange bah que des trucs euh je sais que c'est pas terrible, j'ai repris à fumer euh bon voilà donc c'est, ça va mais en même temps je sais que je fais pas, je sais que je joue avec le feu quoi."</i></p> <p><i>"Alors je fais quand même attention c'est-à-dire que par contre je me couche plus tôt, je sors beaucoup moins qu'avant je me couche plus tôt le soir. Quand je fais une soirée je limite bon je, j'étais plutôt un bon vivant qui fumait, qui avait l'habitude de boire de l'alcool, alors l'alcool par contre je fais très attention et puis quand j'ai une soirée j'en fais pas deux à la suite quoi voilà je je vraiment les espace."</i></p>
P6	<p>Il se qualifiait en bonne santé mais depuis un mois était en état dépressif.</p> <p><i>" Bonne, bonne, j'ai pas de, non, non j'ai rien de spécifique mis à part mon manque de nicotine puisque..."</i></p> <p><i>"Depuis un mois, depuis un mois, je me laisse vivre, et donc j'employais l'expression : une serpillère dans son fauteuil parce que je ne fais plus rien et que ce n'est pas du tout dans mon habitude quoi...(…)rien ne me touche quoi, c'est dans ce sens là, où je me dis que ça peut s'appeler dépression."</i></p>
P7	<p>Il présentait une asthénie au décours de l'Idm, surtout pendant les 2 mois qui l'ont succédé, avec une reprise difficile du travail. Il pratiquait des siestes et était fatigué plus rapidement le soir. Il avait des difficultés à gérer sa pulsation cardiaque lors du footing. Il ne présentait pas de problèmes de santé particuliers à part cela.</p> <p><i>"Pas trop mal euh à part euh à part ça euh que je dois surveiller donc euh à ne pas m'emballer, dans la reprise du du sport."</i></p> <p><i>"Je lui ai expliqué que euh en faisant des footings, en faisant du vélo aucun problème, j'arrivais, je me suis acheté donc un petit appareil qui me permet de contrôler un peu tout ça, elle m'a expliqué qu'il ne fallait pas que je m'emballe au-delà de 150 pulsations et donc...(…) quand je fais du footing là c'est une cata."</i></p> <p><i>"Globalement tout se passe bien."</i></p> <p><i>"Je n'ai pas tellement de de de problème de santé hein non, je ne souffre de rien, j'ai jamais eu, on me pose la question des douleurs des machins non."</i></p> <p><i>"Euh si, fatigue si, si si. J'ai mis du temps quand même à euh j'ai mis du temps à euh à reprendre un rythme normal. Bah tout l'été dernier, donc euh les 2 mois suivants l'infarctus je faisais des siestes, ça ça ne m'arrivait jamais hein."</i></p> <p><i>"Effectivement à la reprise je voyais bien que j'avais pas la pêche. Je fatiguais enfin c'est pas que je n'avais pas la pêche c'est que je me fatiguais mais ultra rapidement."</i></p> <p><i>"Un rendez-vous de 2h pouah j'étais épuisé, j'étais vidé quoi. Donc bon j'ai repris très doucement, progressivement euh c'est revenu mais ça a bien mis, ça a bien mis 2 mois quand même à revenir."</i></p> <p><i>"Il y a quand même des changements hein euh. Le soir euh le soir, une soupe et au lit quoi, globalement c'est ça. Alors c'est dingue mais euh c'est comme ça."</i></p> <p><i>"Je pense que je suis moins résistant euh je cherche pas non plus à, je cherche pas non plus à aller contre ça."</i></p> <p><i>"A 10h30-11h ouah j'ai des des bâillements incontrôlables, je suis fatigué quoi en fait et après, au-delà de minuit je tiens plus quoi, donc euh ça c'est nouveau, c'est complètement nouveau ouais ouais."</i></p>
P8	<p>Il qualifiait sa santé comme étant meilleure qu'avant son Idm avec perte de poids.</p> <p><i>"J'ai l'impression qu'elle est meilleure qu'avant. J'ai perdu du poids."</i></p>
P9	<p>Il qualifiait sa santé comme étant meilleure qu'avant son Idm. Il récupérait progressivement, reprenait goût à ses activités. Il se disait qu'il se ménagerait davantage lors de ses déplacements car il était plus fatigué. Il essayait d'équilibrer sa journée et de se reposer.</p> <p><i>"Ma santé est meilleure. J'ai bien récupéré je pense que j'ai bien récupéré, récupéré progressivement"</i></p> <p><i>"Je reprends goût à mes activités."</i></p> <p><i>"Je jongle comme je vous le disais avec mon âge"</i></p> <p><i>"Ma préoccupation c'est euh si ma journée et si je peux équilibrer ma journée."</i></p> <p><i>"Je suis entraîné de me dire bon si je sens que je fatigue un peu bon j'irais pas tant pis j'irais pas au repas. Il est plus important que je me repose que de faire un malaise à Stockholm."</i></p>
P10	<p>Il présentait une fatigue et une baisse de moral pendant 3 mois au décours de son Idm. Sa santé mentale et sa santé physique se sont améliorées depuis son Idm mais il n'a pas retrouvé la santé qu'il avait avant. Il retrouvait la capacité à faire ses loisirs. Il insiste sur l'intérêt de la rééducation.</p>

	<p>"Oui, fatigué puis pas le moral." En parlant de la rééducation: <i>"Je crois que c'est indispensable." "Je pense que ça s'améliore." "Moralement et physiquement" "Depuis mon opération je sens bien que ça va en s'améliorant." "Je fais des choses maintenant que j'ai mené mon motoculteur, j'ai bêché dans mon jardin, je vais à la pêche, on joue aux boules."</i></p>
P11	<p>Il qualifiait sa santé comme étant moins bonne qu'avant son Idm car il était essoufflé au moindre effort. Il faisait attention à ce qu'il mangeait, à tout ce qu'il faisait. Il a arrêté de fumer sans réelles contraintes (avait déjà essayé avant son Idm). Il a eu trois épisodes d'engourdissement des membres supérieurs non étiquetés.</p> <p><i>"Je dirais qu'elle est bonne mais euh à un niveau inférieur quoi, hein, parce que je m'essouffle vite et si je fais mes lacets je suis essoufflé." "Euh donc il y a de l'essoufflement. Au travail euh je monte souvent les escaliers, bah je les monte moins vite, je fais plus attention à tout ce que je mange à tout ce que je fais en fait, j'y pense. Et puis j'ai arrêté de fumer aussi, ça aura servi à ça au moins. Avant j'avais essayé sans, sans vraiment y croire et puis là bah en fait ça se passe plutôt bien quoi."</i></p>
P12	<p>Il présentait une diminution d'énergie, d'envie et une apparition d'une anxiété.</p> <p><i>"Bah ça va si vous voulez mais toujours avec une petite inquiétude quand même." "J'ai pas la la pêche." "C'est de ne pas me sentir toujours prêt à aller de l'avant quoi, il y a toujours un petit frein, je sais pas pourquoi, c'est peut être moi." "Pas me sentir en forme comme avant. Avant je voulais aller faire les courses et hop je prenais le vélo et hop terminé je ne réfléchissais pas. Là là depuis le vélo je l'ai pas sorti."</i></p>
P13	<p>Pendant les six mois après son Idm, il était asthénique mais cela s'est amendé progressivement. Il a perdu du poids et a retrouvé l'énergie qu'il avait avant son Idm. Il n'a pas osé reprendre le footing.</p> <p><i>"Côté électrocardiogramme c'est parfait" "J'ai perdu évidemment du poids" "Ca a bien duré jusqu'en février hein avant de, je sentais encore des difficultés, je n'avais pas de douleurs hein mais je sentais des difficultés comment on pourrait dire euh pas respiratoires mais euh d'énergie euh de force quoi on va dire hein." "Là je sens bien que maintenant euh j'ai retrouvé pratiquement je dirais à mon stade d'avant quoi hein." "Qu'aujourd'hui je ne sens pas de différence par rapport à avant. Je l'ai senti parce que j'ai eu un moment donné une baisse de régime, d'énergie, de force, j'étais limité quoi on va dire, dès que je faisais un effort." "Et petit à petit c'est redevenu, c'est redevenu normal." "J'ai pas encore tenté parce que bon il y avait une époque mais je ne le fais plus depuis longtemps, je faisais un peu de footing mais je n'ai pas retenté."</i></p>
P14	<p>Il renforçait les restrictions alimentaires. Il présentait des douleurs thoraciques lors des moments de stress ainsi qu'une asthénie.</p> <p><i>"Je suis obligé de, d'y faire attention surtout sur la nourriture" "Quand on a nos petits enfants, 8 ans, 6 ans, 4 ans et 2 ans, euh quand ça bouge de trop ça me fatigue, j'ai la nécessité de faire une demi heure de sieste." "Si je fais un des efforts trop violents...(…)je ne suis pas d'accord avec un projet du maire, donc je je le ressens, ça me serre euh sur le cœur dans la nuit. C'est une réaction, je pense que ça vient un peu du stress."</i></p>

Question5 Qu'est ce que cela veut dire pour vous d'avoir un Idm ?

	Réponses
P1	<p>C'était une obstruction artérielle par un caillot liée à un décollement de plaques de cholestérol frais et au tabac.</p> <p><i>"Et bien c'est une veine, enfin une artère qui se bouche avec un un caillot hein donc là, en l'occurrence, c'est certainement des des plaques de cholestérol fraîches qui ont dû se décoller en fait aussi l'effet du tabac."</i></p>
P2	<p>C'était une fragilisation de l'artère avec formation d'un caillot. Il trouvait cela compliqué</p> <p><i>"C'est compliqué." "L'artère s'est trouvée fragilisée, et puis il s'est formé un caillot de sang."</i></p>
P3	<p>C'était un rétrécissement des artères entraînant une diminution du débit sanguin. Pour lui, plus le traitement était tardif, plus il y avait de séquelles.</p>
P4	<p>Il comparait cela à un dérèglement technique, une pile ou un moteur qui ne marche plus et qui a besoin d'être réparé. Il avait peur de perdre une autre partie du cœur, peur de ne pas se réveiller.</p> <p><i>"Il y a une grosse pile qui se met en défaut quoi et qui dérègle pas mal de choses." "Qu'il y a un moteur qui ne tourne plus rond et qui a besoin d'être réglé ou d'être réparé." "Je ressentais la peur de perdre une autre partie de cet organe quoi, ça c'est, ça c'est clair, la peur de pas se réveiller des fois, la peur de...ouais ouais, c'est important ce petit joujou qui nous tient en vie."</i></p>
P5	<p>Pour lui, c'était une artère qui s'est bouché à cause du cholestérol et du tabac. Un stent a été posé pour éviter la récurrence. L'Idm était la conséquence d'une vie peu saine et synonyme d'une espérance de vie plus courte.</p> <p><i>"Ca veut dire ne pas avoir une vie spécialement saine auparavant. Ca j'en avais conscience et puis ça veut dire que bah je sens que je vais disp', enfin déjà je me projetais pas de toute manière dans un comment dire je me voyais mal dépasser les allez on va dire une soixantaine d'années avec le rythme de vie que j'avais, avec le mode de vie que j'avais, je je sais voilà, spontanément j'ai envie de vous dire je sais que je ferais pas de vieux os." "Il y a une euh une artère qui non c'est pas une artère c'est une veine, une artère..." "- Si si." "- Une artère qui s'est bouchée par euh bah par les excès le cholestérol, le tabac et puis qu'on a débouché. Je sais qu'on a mis voilà un stent, un ressort pour qu'elle se maintienne mais je sais aussi que voilà je vois que j'ai des excès, les cigarettes que je fume."</i></p>
P6	<p>C'était un incident et c'était normal du fait de son ancienne activité professionnelle et de son âge. Il ne savait pas exactement ce que c'était.</p> <p><i>"C'est un incident." "Compte tenu de mon âge et de mon activité précédente c'est normal." "Qu'est ce que c'est qu'un infarctus ? J'en sais rien." "L'infarctus c'est aussi un coup de marteau"</i></p>
P7	<p>C'était un dysfonctionnement important constituant une alerte, causée par le tabac, ce qui a entraîné un déclic concernant son manque d'hygiène de vie.</p>

	<p><i>"Gros dysfonctionnement quoi donc euh gros dysfonctionnement donc grosse alerte."</i> En parlant du tabac: <i>"Bah ça a représenté un gros coup d'arrêt par rapport à ça, c'est bon j'arrête mes conneries hein et donc, donc voilà."</i></p>
P8	<p>C'était une artère coronaire qui s'est obstruée entraînant un manque d'oxygénation cardiaque.</p> <p><i>"C'est une coronaire qui est bouchée euh et qui empêche la circulation enfin l'oxygénation du sang, du cœur pardon."</i></p>
P9	<p>Pour lui, il y a eu trois artères importantes nourrissant son cœur qui se sont bouchées, ce qui a entraîné une mauvaise oxygénation de son myocarde. Le problème a été rétabli par la mise en place de stents. Cela a retenti sur son activité. C'était un problème sérieux et une maladie chronique qui a entraîné une prise de médicaments.</p> <p><i>"Il se passe pour moi que donc j'ai trois artères importantes qui alimentent mon cœur et qui sont, qui ont souffert, qui sont bouchées, qui sont encrassées, qui ont mal irrigué dont deux maintenant ont pu un peu être soulagées par la mise en place de stents mais une troisième est hors service, est hors service donc c'est une mauvaise alimentation en sang et en oxygène de mon muscle cardiaque."</i> <i>"Je comprends que ça joue sur mon activité sur euh sur euh c'est quelque chose de sérieux."</i> <i>"C'est une maladie chronique euh votre cœur et vos vaisseaux sont comme ça et ils seront comme ça euh jusqu'au bout et il faut par des médicaments essayer de les, d'abord que votre rythme cardiaque soit plus lent pour moins se fatiguer, que vos artères soient dilatées pour que la tension soit moins forte, pour éviter que des caillots se forment donc on vous donne un médicament qui fluidifie votre sang mais vous avez un risque d'hémorragie, s'il y a quelque chose le sang étant fluidifié etc. donc vous avez une partie secondaire qui n'est pas négligeable non plus, euh ensuite vous avez vos bêtabloquants..."</i></p>
P10	<p>C'était un événement brutal lié à son hygiène alimentaire. Le stress n'était pas un élément causal.</p> <p><i>"Ah bah c'est déjà une surprise pas croyable, déjà et puis ça veut dire ça veut dire bah je pense que ça veut dire que bon on a peut être pas une bonne alimentation"</i> <i>"Je pense que c'est des des enfin ce que j'ai mangé, X temps avant et puis en plus j'étais quelqu'un qui faisait beaucoup de déplacements donc je mangeais au restaurant le midi...(...)... donc le soir c'était à la poêle".</i> <i>"Non c'est pas le stress qui m'a fait ça"</i></p>
P11	<p>Il se qualifiait comme étant plus fragile. Cet événement était considéré comme très grave car il touchait le cœur. Une partie du cœur n'a pas été irriguée donc elle était considérée comme perdue car morte.</p> <p><i>"Il se passe qu'on est plus fragile qu'on était, ça c'est sûr, et puis, et puis et puis bah euh bah enfin je sais que c'est très grave parce que bah ça touche au cœur quoi..."</i> <i>"Si je sais aussi que j'ai perdu une partie, il y a une partie qui est, enfin qu'est qui est morte quoi et qui reviendra pas quoi euh bah en pourcentage par rapport au cœur je ne sais pas mais bon c'est ce qu'on m'a dit et je sais qu'il y a une partie du cœur qui n'a pas été irriguée et bon bah cette partie là, elle est perdue, elle est perdue."</i></p>
P12	<p>Il a eu un sentiment de rupture, de blocage sanguin. La pose d'un stent a remédié à ce problème.</p> <p><i>"On a l'impression qu'il y a une rupture quelque part."</i> <i>"C'est le sang qui qui circule plus euh un truc comme ça quoi, c'est bloqué. Donc d'ailleurs on m'a posé un stent pour permettre d'être comme ça."</i></p>
P13	<p>C'était une obstruction des artères provoquant un manque d'oxygène dans le territoire concerné.</p> <p><i>"C'est un moment donné comment dirais-je, les artères, une ou deux ou trois se bouchent et euh provoquent donc une non oxygénation de l'endroit où ça se produit."</i></p>
P14	<p>C'était une obstruction au niveau du myocarde, une atteinte de la partie inférieure du cœur et une réduction des performances cardiaques.</p> <p><i>"Ca s'est bouché sur le muscle du myocarde qui est autour du cœur."</i> <i>"Tout le point du bas du cœur qui est inerte, on m'a dit, je dois avoir un moteur de 80%."</i></p>

Question6 Quelles en sont les causes ?

	Réponses
P1	<p>Les causes étaient: le cholestérol, le tabac, la tension, l'hérédité concernant la tension.</p> <p><i>"C'est le cholestérol, le tabac. Il y a bon la tension j'en ai toujours fait, car mes parents et toute la famille on est, on a des terrains à tension donc je pense que c'est héréditaire mais le tabac ça c'est moi (rires) et le cholestérol bah c'est moi aussi par rapport à ce que j'ai mangé avant, certainement."</i></p>
P2	<p>Les causes étaient: le stress, le LDL cholestérol, l'obésité, tabagisme, alcool, stress, hérédité cardiovasculaire Responsabilités supplémentaires au travail ?</p> <p><i>"Au niveau de l'artère, donc alors est ce que j'ai fait du cholestérol ? Le LDL ? A un certain moment et que bon de là, après il s'est formé..enfin l'artère s'est retrouvé fragilisée et puis il s'est formé un caillot de sang, maintenant est ce que c'est bien le régime ? Est ce que c'est dû...parce que bon effectivement l'obésité c'était pas mon cas malgré que j'ai perdu 15 kg, mais bon de là à... j'ai une vie saine, j'ai arrêté de fumer il y a une vingtaine d'années, il y a 25 ans, de son côté je bois pas, normal." "Je sais ce qui vient en dernier c'est le stress !"</i></p>
P3	<p>Les causes étaient : antécédent familial (son père et son frère qui ont fait un Idm), diabète, la vie sédentaire, hypercholestérolémie, hypertension artérielle, tabagisme, stress.</p>
P4	<p>Les causes étaient: le cholestérol, le diabète, l'hypertension, le tabagisme, le surpoids, le stress comme facteur déclenchant (qui est une cause importante pour lui), l'alcool?. Des excès minimes se sont accumulés et le stress a été le facteur déclenchant de l'Idm.</p> <p><i>"J'étais en sur plein de choses mais le stress a fait que ça a tout déclenché." "J'ai l'impression que mon corps a subi petit à petit linéairement dans le temps tous ces petits excès cumuliques qui n'étaient pas des gros. Je ne suis pas non plus ni un gros buveur, ni un..mais j'aime bien faire la fête, mais j'aime bien voilà...Donc je pense que tout ça bah un moment donné mon corps a saturé et j'ai l'impression surtout, que le déclenchement de tout ça, moi contrairement peut être au facteur médical qui est cité en premier c'est-à-dire les facteurs de risques, dans le cholestérol, la cigarette et sans doute le diabète et l'hypertension, moi j'ajouterais honnêtement en ce qui me concerne, et je pense dans d'autres cas car j'en ai discuté quand même avec d'autres personnes, euh je rajouterais le stress."</i></p>
P5	<p>Les causes étaient: le tabac surtout et le cholestérol. A chaque cigarette qu'il fumait, il se représentait la fabrication d'une couche supplémentaire dans ses artères.</p> <p><i>"Je sais qu'à chaque fois que je fume une cigarette je je j'ai une image, j'ai l'image de d'une couche supplémentaire qui se met qui se met qui se met et je sais que jusqu'au jour ou ba ça ne passera plus quoi." "Le seul truc sur lequel j'ai pas malheureusement j'ai pas renoncé c'est ouais enfin j'ai pas renoncé je suis accro quoi, c'est euh ouais c'est le tabac mais je pense oui je mets ça vraiment sur ce facteur là oui." "Une artère qui s'est bouchée par euh bah par les excès le cholestérol, le tabac."</i></p>
P6	<p>Les causes étaient: le stress quand il était en activité professionnelle avec une charge importante de travail. Des problèmes financiers avec l'achat d'une maison ont été le facteur déclenchant car ont occasionné une majoration de stress et de contrariétés. Le tabac, la drogue et l' alcool étaient également des facteurs prédisposant à l'Idm.</p> <p><i>"J'ai quand même trop tiré sur la machine." "Oui enfin le stress, et puis sur le plan physique enfin tout simplement mécanique quoi, je pense que des journées de six heures à vingt trois heures, ça se, enfin, maintenant je dis ça se paiera un jour,</i></p>

	<p>à l'époque je m'en rendais pas compte." "Des horaires, des horaires n'importe quoi.." "Plus de stress, de contrariété quoi." "Par ailleurs je me suis jamais drogué, je me suis jamais saoulé, je me suis... un peu de tabac, au point de vue drogue un peu de tabac, un paquet par jour mais non, j'ai jamais..."</p>
P7	<p>Les causes étaient: le tabagisme surtout, les antécédents familiaux et l'hypercholestérolémie. Il a arrêté immédiatement le tabagisme.</p> <p>"J'étais un gros gros fumeur et donc j'ai arrêté complètement depuis euh l'accident, j'aurais dû le faire bien avant, j'en étais conscient en plus qu'un jour je le paierai et donc euh et donc euh voilà, ça a été vraiment l'alerte." "J'ai jamais eu envie de fumer euh je pense que ce n'est pas prêt de me rependre puisque je suis intimement convaincu que c'était ça mon problème." "Oui pour le reste donc euh au niveau des antécédents il n'y en a pas, euh le cholestérol j'en ai pas non plus."</p>
P8	<p>Les causes étaient: le stress, hypertriglyceridemie. Tabac et alcool?</p> <p>"C'est un mélange détonnant entre le stress et les triglycérides." "Je ne fumais pas, je ne buvais pas, j'avais une vie qui me semblait tout à fait banale, sans excès particulier."</p>
P9	<p>En ce qui le concerne, les causes étaient l'HTA, l'hypercholestérolémie, la vie sédentaire, l'âge et le sexe masculin. D'autre part, il y avait le Tabagisme, l'alcool et l'hérédité.</p> <p>"J'avais un certain facteur de risque puisque j'avais de l'hypertension et puis j'avais des médicaments pour ça, j'avais un médecin, mon médecin généraliste qui me suivait régulièrement. J'avais du cholestérol mais là aussi j'avais un médicament et j'ai été suivi régulièrement. Bon j'avais, euh j'avais une vie peut être un peu trop sédentaire " "Les causes je les ai énumérées déjà c'est-à-dire pour moi, il y a de l'hypertension, bon contrôlée mais hypertension quand même, il y a le cholestérol, il y a la sédentarité. Euh je n'ai pas de cause de tabac parce que je ne fume pas, je n'ai pas de cause d'alcool parce que je ne bois pas d'alcool" "Il y a l'âge." "Le sexe aussi joue, bon y a-t-il un facteur d'hérédité."</p>
P10	<p>Les causes étaient: l'alimentation (excès de graisses), l'absence de sport. Il n'incriminait pas le stress.</p> <p>"Je pense que c'est la nourriture" "Peut être pas une euh oui à manger des graisses ou des trucs comme ça" "C'est sûr que du sport j'en ai fait énormément, étant jeune oui mais après après non j'ai pas fait énormément de sport". "Non c'est pas le stress qui m'a fait ça"</p>
P11	<p>Les causes étaient: le tabagisme, la nourriture et le stress.</p> <p>"Je pense que déjà il y a le tabac, ça c'est sûr, le tabac, la nourriture, le stress euh je vois ça comme ça."</p>
P12	<p>Il ne connaissait pas les causes, personne ne lui avait expliqué. C'était un événement inopiné avec peut être la participation du tabagisme.</p> <p>"Je ne peux pas dire que j'ai été un gros fumeur mais enfin ça a peut être joué aussi." "Bah on a pas su trop me les donner alors c'est pour ça que je suis, je ne sais pas trop quoi penser de tout ça quoi. C'est ça qui qui me, si on m'avait dit vous avez eu un infarctus parce que vous avez eu ça, ça et ça. Mais là on m'a on m'a vraiment trop rien dit quoi. On m'a pas dit ça ça provient de la cigarette, ça provient d'une alimentation trop riche si cela. Non jamais. Vous avez trop fait trop d'efforts parce qu'il faisait trop chaud ou des trucs comme ça." "Les causes de l'infarctus pff ça ça provient, on s'y attend pas, ça c'est certain."</p>
P13	<p>Les causes étaient: l'HTA, l'hypercholestérolémie, le stress (facteur qu'il ignorait) et l'hérédité familiale.</p>

	<p>"Pour ce qui me concerne c'est la tension, c'est le cholestérol et le troisième, la chose que j'ai découverte et que je ne savais pas c'est le stress, le côté stressant le stress." "Puisque pourtant mon père est mort de ça, j'avais même mon grand-père."</p>
P14	<p>Les causes étaient: l'hypercholestérolémie, l'HTA, l'hérédité familiale et les problèmes professionnels.</p> <p>"Quelques petits soucis à la fin de ma carrière professionnelle."</p>

Question7 Quelles sont les conséquences sur votre corps ?

	Réponses
P1	<p>Il y avait peu de changement, de conséquences avec une qualité de vie conservée. Il gardait une aptitude satisfaisante à l'effort mais considérait qu'il y avait un ralentissement iatrogène du système.</p> <p>"Sur mon organisme bah pas spécialement. Bon le système s'est certainement ralenti puisque je prends effectivement des médicaments pour ralentir le rythme du cœur. Mais bon je vois comme je fais un peu de sport en vélo ou autre ça empêche pas malgré tout de...de rouler à un bon rythme hein , bon j'ai jamais essayé de faire du forcing pour être essoufflé et pas pouvoir causer en faisant du vélo donc non non je pense que c'est, il faut, ça empêche pas de vivre, loin de là, on peut vivre bien."</p>
P2	<p>Il s'est senti très affaibli pendant deux trois mois suite à l'Idm. La rééducation lui a permis de récupérer.</p> <p>"Ca a entraîné une diminution, j'ai été affaibli." "On est complètement vidé, on a plus de force...(...)... on est complètement diminué...(...)...pendant deux trois mois." "Et la rééducation m'a permis de remonter."</p>
P3	<p>Les conséquences étaient d'avoir un traitement à vie.</p> <p>"De prendre des médicaments jusqu'à la fin."</p>
P4	<p>Il se sentait moins bien et avait le sentiment d'avoir vieilli physiquement et d'être moins actif. Il existait un frein dans la réalisation de certaines choses sur le plan physique et psychologique.</p> <p>"Physiquement, aujourd'hui je dirais, quelques mois après, moi je me sens moins bien qu'avant quoi, c'est clair." "J'ai pris un coup de vieux , pas dans ma tête mais...quoi que je sais pas ? " "Je suis beaucoup moins actif ...enfin je suis actif mais je suis freiné quoi, je suis fatigué à cause des médicaments." "C'est peut être subir en fait physiquement, psychologiquement euh la continuité d'un truc qui vous freine, qui vous permet plus de faire ce que vous avez envie de faire."</p>
P5	<p>La conséquence était la prise de médicaments.</p> <p>"C'est que je prends euh 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 médicaments par jour voilà. Ce qui ne m'enchant pas euh..."</p>
P6	<p>Les conséquences étaient l'existence de quelques picotements et démangeaisons dans le thorax qu'il sentait moins lorsqu' il était occupé.</p>

	<p><i>"Quelque chose qui me craque dans la poitrine." "Le stent est un peu urticaire, ça me démange un peu m'enfin c'est tout à fait supportable ...(...)...c'est un détail quoi."</i></p>
P7	<p>Il n'y avait pas de conséquences dans son cas car la zone atrophiée par l'Idm était minime. De plus, il existait une compensation du myocarde sur la zone atrophiée. Il estimait avoir eu de la chance.</p> <p><i>"On m'a expliqué que le muscle du cœur allait compenser hein euh et que la zone atrophiée étant vraiment assez petite dans mon cas euh bah que ça prêterait pas conséquence." "J'ai la chance et l'énorme chance."</i></p>
P8	<p>Les conséquences étaient de se focaliser davantage sur ses symptômes. Il ne se sentait pas malade.</p> <p><i>"Je m'écoute sans doute plus qu'avant et j'en ai pas envie." "Je ne me sens pas en fait malade."</i></p>
P9	<p>Il se sentait un peu plus fatigué et avait des douleurs des membres lors de la marche.</p> <p><i>"Un peu plus de fatigue" "Une conséquence qui se manifeste très vite c'est, quand j'ai parlé tout à l'heure avec Mme Pelé c'est la marche, si ça monte." "Ca c'était déjà il y a 2-3 ans, mais je me rends compte maintenant que quand ça monte, même dans mon quartier, moi j'habite à côté du parc de Procé quand il faut monter à Zola, je euh je peine plus, que si c'est du terrain plat. Le terrain plat je peine au bout d'un certain temps avec la distance mais je ne peine pas parce que je suis essoufflé, je peine parce que mes jambes me font mal, donc c'est les jambes les premières qui me disent, qui qui réagissent."</i></p>
P10	<p>Il présentait une dyspnée ainsi qu'une angoisse qui pouvait être nocturne ou lorsqu'il ressentait une douleur thoracique ou lorsqu'il partait de chez lui (prenait son téléphone portable et le natispray).</p> <p><i>"Je sens très bien que l'essoufflement c'est pas le même hein, je suis plus facilement essoufflé" "Certaines nuits je suis angoissé" "Quand je sens quelque chose en plus je me dis, tiens c'est, de toute façon quand je pars maintenant, c'est téléphone portable c'est c'est le spray avec moi c'est. Déjà je suis plus angoissé qu'avant"</i></p>
P11	<p>Il se trouvait affaibli.</p> <p><i>"Il m'a affaibli et puis euh bah voilà quoi il m'a affaibli, je suis moins résistant qu'avant."</i></p>
P12	<p>Il n'y avait pas de conséquences mais il présentait une diminution de l'envie.</p> <p><i>"J'ai pas des conséquences euh c'est c'est l'envie qui me manque, c'est tout."</i></p>
P13	<p>Après son Idm, il présentait une asthénie qui s'est amendé progressivement. Il avait récupéré l'énergie qu'il avait avant son Idm. Il n'avait pas osé reprendre le footing.</p> <p><i>"Qu'aujourd'hui je ne sens pas de différence par rapport à avant. Je l'ai senti parce que j'ai eu un moment donné une baisse de régime, d'énergie, de force, j'étais limité quoi on va dire, dès que je faisais un effort." "Et petit à petit c'est redevenu, c'est redevenu normal." "Je faisais un peu de footing mais je n'ai pas retenté."</i></p>
P14	<p>Les conséquences étaient de contrôler sa fréquence cardiaque notamment lors de l'effort. Il avait un blocage de la respiration lors des efforts importants. Il pratiquait volontairement des efforts équivalents à 80 % de ce qu'il faisait avant afin de connaître ses limites.</p>

"Les conséquences, c'est-à-dire que euh sachant que euh, je peux avoir une faiblesse et sachant que je dois vérifier mon pouls entre 90 et 95, que je ne dois pas passer au dessus de l'effort, donc euh, les conséquences on est toujours obligé d'y penser un petit peu."
 "Quand l'on marche ou quand l'on court sur le vent, c'est très très dur le problème de la respiration, ça vous coupe."
 "Je suis revenu à peu près à 80% de ce que je faisais avant, mais je le fais volontairement pour connaître mes limites."

Question8 Quand vous prenez votre traitement, comment ça se passe ?

	Réponses
P1	Il n'avait jamais d'oubli et n'était pas stressé.
P2	C'était difficile pendant un mois, d'autant plus qu'il y a eu des changements de médicaments et des difficultés à mémoriser les noms des médicaments avec les génériques. Il a donc fait une grille. Lors de l'entretien, il n'y avait plus de problème et il n'y avait pas d'oubli grâce à son ramequin où il disposait ses médicaments. Il mettait ses médicaments en évidence afin qu'il ne soit pas le seul à ne pas les voir en cas d'oubli. <i>"Oui, pendant un mois et puis après, ils ont changé donc c'est pas évident parce que on se met en tête, j'avais fait une grille, comme ça j'avais pas de problème. C'est clair entre le matin, le midi et le soir, voilà, et là il n'y a aucun problème de ce côté-là, et avec les génériques par rapports à..c'est vrai qu'il faut garder en mémoire les noms, ce qui n'est pas évident, mais après ça vient tout seul. Je note plus maintenant, je sais ce que je dois prendre et puis voilà quoi."</i> <i>"Non, je n'ai pas de, enfin je dis non parce que j'évite quand même, mais je m'organise pour que je n'ai pas d'oubli. Un petit ramequin, je les mets dedans et puis voilà."</i> <i>"Je les mets pas sur la table comme ça je sais que quand il y a un problème, je serais pas le seul à le voir."</i>
P3	Il avait une peur de l'oubli plutôt que l'oubli en lui-même.
P4	Il avait une peur de l'oubli et de ses conséquences plutôt que l'oubli en lui-même. Il ne voulait pas prendre un semainier, cela le gênait psychologiquement. <i>"Pas mal."</i> <i>"J'ai toujours peur de l'oublier."</i> <i>"Je ne me souviens pas de l'avoir oublié du moins, mais peut être d'en avoir pris un de trop peut être, ça a dû m'arriver une fois dans, sur les sept mois..."</i> <i>"La peur de ne pas avoir la dose qu'il faut pour ne pas être dérégulé."</i> <i>En parlant du semainier: "La boîte, excusez moi c'est pas méchant, mais de vieux...(...)...psychologiquement, ça me dépasse."</i>
P5	Il n'y avait pas d'oubli, parfois des retards de prise. <i>"Alors non non je non non depuis le mois de novembre j'ai jamais je je non non je, il y a eu des décalages d'heures parfois mais simplement c'est simplement ça il n'y a pas de journées où j'oublie de prendre le médicament je n'essaye pas de faire de rattrapages ou de choses comme ça, non je le suis scrupuleusement par rapport à ça."</i>
P6	Il était mécontent et y avait des oublis. <i>"Tous les jours, je râle après ma demi douzaine de pilules...(...)...ça me change un tout petit peu." 10 à 20 % du temps pour les médicaments du soir concernant les oublis.</i>
P7	Il oubliait le soir quand il était en déplacement. (Avait oublié une dizaine de fois en 8 mois)

	<i>"Quelques fois j'oublie le soir mais c'est assez rare, c'est euh parce que je suis en déplacement parce que voilà, au au quoti, quand je suis là euh j'oublie pas, généralement j'oublie pas mais depuis depuis l'époque je sais pas j'ai dû, j'ai peut être oublié une dizaine de fois, le soir, pas le matin !"</i>
P8	Cela se passait bien, il prenait ses médicaments rapidement. <i>"Oui. Je les prends vite. Après les avoir pris, je je suis plus malade (rires)."</i>
P9	Cela se passait très bien surtout depuis qu'il a eu son semainier. <i>"Ca se passe très bien." "Donc je euh non je n'ai pas de difficulté, je les prends très bien."</i>
P10	Il a eu un oubli dans le mois suivant l'Idm et a appelé son médecin traitant pour savoir la conduite à tenir. C'était une contrainte initiale mais n'a plus eu de problème (plus d'oubli et facilité de prise) depuis qu'il a eu son semainier qu'il trouvait très pratique et qui le mettait en confiance pour la prise de ses médicaments. <i>"Je crois que c'est au début peut être que c'était une contrainte, maintenant je je, facilement de toute façon j'ai mon truc sur la table (en parlant de son pilulier) et puis ça y est, je prends, c'est marqué dessus matin midi et soir, c'est c'est bien fait. Disons que ça met peut être en confiance aussi." "Maintenant et puis de toute façon elle m'a fait un pilulier, lundi mardi mercredi tout est tout est oui oui, comma ça il n'y a pas de problème." "En général je l'oublie pas, je fais attention"</i>
P11	Il oubliait le Kardegic. La prise de médicaments s'est améliorée depuis qu'il a eu un semainier. <i>"Oh ça m'est arrivé oui, des oublis, notamment pour le Kardegic, pas trop pour les cachets mais la poudre, le Kardegic." "Puis j'ai un semainier comme ça et bah...(…)...Comme ça tout est réglé, je le fais une fois par semaine et puis voilà quoi."</i>
P12	Cela se passait bien et il n'y avait pas d'oubli. <i>"Ah bah ça, ça se passe bien." - "Il n'y a pas d'oubli ?"- "Non non ah bah non, surtout qu'on m'a dit : « Faites attention de ne pas oublier vos médicaments ». Donc ça ça se passe bien c'est, c'est clair et net."</i>
P13	Il y avait de rares oublis. Il oubliait car il se sentait bien. <i>"Alors l'oubli arrive, (rire) l'oubli arrive parce que le fait d'être bien, on a tendance à oublier les médicaments, ça m'arrive, très très rarement mais ça m'arrive. Ca m'arrive de les prendre en décalé, mais c'est une fois par mois et encore peut être bien une fois tous les deux mois mais ça m'arrive."</i>
P14	Il ressentait la nécessité d'y penser en permanence, le peur d'en avoir insuffisamment, d'avoir des effets secondaires et méconnaissait les limites. C'était anxiogène pour lui. Il n'y avait pas d'oubli. <i>"Le traitement c'est un problème parce qu'il faut toujours penser aux médicaments, le matin et le soir, on a toujours peur d'avoir des effets négatifs, euh on ne connaît pas les limites, en fait on ne connaît pas les limites avec les médicaments, et l'autre gros gros point c'est d'avoir peur d'en manquer."</i>

Question9 Pour vous, à quoi servent ces médicaments ?

	Réponses
P1	<p>L'Efient était contre le rejet du stent, le Kardegic fluidifiait le sang, le Bisoprolol ralentissait la fréquence cardiaque, le Tahor était "pour le cholestérol".</p> <p><i>"L'Efient hein euh donc je dis peut être des bêtises mais pour moi j'ai retenu que c'est ça évitait en fait les systèmes, tout ce qui est rejet par rapport au stent hein."</i> <i>"Kardegic que je prends tous les matins aussi...(…)… à rendre le sang en fait plus plus fluide."</i> <i>"Bisoprolol euh donc là je pense que ça doit être pour ralentir en fait le rythme du cœur et puis j'ai le Tahor, bah ça c'est le soir mais ça c'est pour le cholestérol."</i></p>
P2	<p>Cela servait à fluidifier le sang, ralentir le cœur et "pour le cholestérol".</p> <p><i>"A fluidifier le sang donc à éviter la formation de caillot."</i> <i>"Le Tahor là pour le cholestérol."</i> <i>"Les beta bloquants pour que le cœur soit ralenti."</i></p>
P3	<p>Cela servait à protéger le cœur, à fluidifier le sang, à le ralentir, un "pour la fuite" et à être moins nerveux.</p> <p><i>"Un autre médicament pour la fuite." "Bah, il y a à protéger le cœur, à ce que mon sang soit plus fluide..."</i></p>
P4	<p>Cela servait à réparer, fluidifier le sang, diminuer la fréquence cardiaque.</p> <p><i>"Le Bisoprolol...(…)…il vient directement réparer, il vient calmer la pulsation cardiaque, le rythme cardiaque."</i> <i>"A me fatiguer ! (rire) non ils me servent à…ils sont…je pense qu'ils sont réparateurs, maintenant, à quel niveau, à quel degré, je sais pas."</i> <i>"Je sens une chose quand même qui est sûre c'est que du fait de fluidifier mon sang j'évite plus que une personne dans la rue à qui il n'est jamais rien arrivé de rechuter dans un infarct'."</i></p>
P5	<p>Cela servait à diminuer la tension artérielle, le rythme cardiaque et le taux de cholestérol.</p> <p><i>"Ils servent principalement à diminuer ma tension artérielle, à faire baisser mon cholestérol et puis euh à atténuer le, mon rythme cardiaque."</i></p>
P6	<p>Il ne savait pas.</p> <p><i>"Je n'en sais rien."</i></p>
P7	<p>Cela servait à éviter la récurrence d'un Idm (surtout dans l'année qui suit l'Idm), à améliorer le bon fonctionnement du cœur. Un médicament servait à ralentir le cœur, un servait à fluidifier le sang.</p> <p><i>"A éviter la récurrence."</i> <i>"Il y en avait un qui me ralentissait le cœur, un autre qui me fluidifiait le sang un autre qui etc. etc. bon euh preuve que ça m'inquiète pas non plus plus que ça euh là je vous dirais plus sans chercher dans voilà, dans ma mémoire à quoi correspondent tous les médocs."</i> <i>"C'est pour le bon fonctionnement du truc puisque euh je crois qu'en terme de statistiques euh les rechutes sont euh, c'est surtout l'année qui suit l'accident."</i></p>
P8	<p>Le Kardegic servait à fluidifier le sang. Le Tahor servait à baisser le taux de cholestérol ou de triglycérides. Il y avait un autre médicament qui diminuait son rythme cardiaque.</p>
P9	<p>Cela servait à diminuer le rythme cardiaque afin de moins fatiguer le cœur, de dilater les artères pour abaisser la tension, diminuer la tension artérielle, fluidifier le sang afin d'éviter la formation de caillots, et diminuer le taux de cholestérol.</p>

	<p><i>"Et il faut par des médicaments essayer de les, d'abord que votre rythme cardiaque soit plus lent pour moins se fatiguer, que vos artères soient dilatées pour que la tension soit moins forte, pour éviter que des caillots se forment donc on vous donne un médicament qui fluidifie votre sang mais vous avez un risque d'hémorragie."</i></p> <p><i>"Ensuite vous avez vos bêtabloquants."- Oui donc vous avez tout ça avec les conséquences de chacun d'entres eux."</i></p> <p><i>"Pour éviter le cholestérol, c'est éviter les formations de caillot, c'est diminuer la tension des vaisseaux en les dilatant, c'est diminuer la tension artérielle, c'est ralentir le rythme cardiaque pour que l'on puisse pour que le cœur se fatigue moins."</i></p>
P10	Un médicament était "contre le diabète", un "pour la fluidité du sang", un "contre la tension", un "contre le cholestérol".
P11	<p>Cela servait à fluidifier le sang, et "pour la tension", "pour les dépôts" qui sont liés à son alimentation.</p> <p><i>"Ca sert bah alors c'est pour la tension euh pour le sang parce que bah il faut bon il faut éviter de se couper parce que c'est vrai c'est ça n'en fini plus quoi euh."</i></p> <p><i>"La fluidité du sang ah bah si le comment les dépôts mais bon vu que déjà on mangeait pas trop mal, parce qu'ils m'ont dit que je ne faisais pas de mauvais cholestérol mais bon malgré tout on fait quand même un peu plus attention que, qu'avant même si on, si on se nourrissait bien."</i></p>
P12	<p>Cela servait à fluidifier le sang et "à stabiliser".</p> <p><i>"Bah pour stabiliser, maintenir un sang assez fluide et tout quoi."</i></p>
P13	<p>Cela servait à maintenir la tension artérielle, "pour la circulation sanguine" et pour diminuer le rythme cardiaque.</p> <p><i>"Pour la tension et pour la circulation sanguine c'est voilà bon, c'est les deux types de médicaments, donc j'ai des anticoagulants, j'ai...pour maintenir la tension, d'abord j'ai une tension maintenant qui tourne autour de 10 quoi en permanence, et puis baisser le régime cardiaque alors je sais plus lequel que c'est hein, je suis à 50 en moyenne quoi."</i></p>
P14	<p>Cela servait à rétablir le fonctionnement cardiaque, diminuer la TA, "pour la circulation et la qualité sanguine".</p> <p><i>"Pour rétablir le fonctionnement euh du cœur et pour en même temps, baisser la le euh le pouls, baisser la tension pardon et aussi pour la circulation du sang et la qualité du sang."</i></p>

Question10 Est-ce que le traitement est une contrainte pour vous ?

	Réponses
P1	<p>Non d'autant plus qu'il prenait déjà des médicaments.</p> <p><i>"Non dans la mesure où je prends les trois le matin au petit déjeuner après je suis débarrassé pour la journée et puis le soir, avant de diner je prends ma ma pastille de Tahor et le truc il est fait. Bah c'est c'est pas très gênant dans la mesure où je prenais avant des médicaments."</i></p>
P2	<p>Non car cela était perçu comme une discipline.</p> <p><i>"Non, c'est pas une contrainte, non c'est une discipline."</i></p>
P3	Non, mais au début la gestion était difficile. Il avait peur de l'oubli.

	<p><i>"Non, non, au début c'était un peu difficile parce que comme il y a eu des dosages un peu différents... "</i></p> <p><i>"Pas facile à gérer en terme de manipulations et puis en temps que préparation."</i></p> <p><i>"Toujours la peur de l'oublier."</i></p> <p><i>"On a l'impression que attention c'est notre sac de survie, faut garder ça avec soi, faut veiller à ce qu'on ai toujours, j'ai l'ordonnance en permanence sur moi."</i></p>
P4	<p>Oui, c'était une contrainte, c'était pénible. Il avait peur des effets secondaires, des effets destructeurs possibles. C'était une contrainte de prendre des médicaments à vie. Il existait un frein dans la réalisation de certaines choses sur le plan physique et psychologique qui pourrait être lié au traitement médicamenteux.</p> <p><i>"C'est pénible quand même."</i></p> <p><i>"Ca me gêne dans le sens où c'est à vie."</i></p> <p><i>"Enfin, le plus pénible dans une maladie, enfin j'en connais pas d'autres pour l'instant, et j'en connais pas tout de suite, c'est bah peut être les traitements, c'est peut être subir en fait physiquement, psychologiquement euh la continuité d'un truc qui vous freine qui vous permet plus de faire ce que vous avez envie de faire, et ça c'est quand même quelque chose qui, ouais je ressens quelque chose qui..ouais je suis moins performant physiquement on va dire, voilà."</i></p> <p><i>"Moi je pense que ça détruit beaucoup de choses quoi, quand je vois les effets secondaires des médicaments, j'ai peur quoi quand je vois tous les effets secondaires..."</i></p>
P5	<p>Non, il n'aimait pas prendre des médicaments mais ce n'était pas (si) contraignant. Il soulignait qu'il fallait penser à les prendre.</p> <p><i>"Non, non par contre non je le vis pas comme ça je veux dire c'est c'est je j'aime pas ça les médicaments, je n'en prenais pas euh mais par contre je le suis scrupuleusement parce que faut y penser mais c'est pas si con mais c'est pas non plus si contraignant que ça je veux dire voilà, il faut y penser les prendre le matin, il y en un à prendre le midi, 3 à prendre le soir, c'est pas non plus euh la mer à boire mais euh..."</i></p>
P6	<p>Oui, mais il relativisait par rapport à son âge.</p> <p><i>"Oui, oui, encore que si vous voulez, l'âge, heureusement que je suis en retraite, mais je serais dans les séances de débriefing, j'ai rencontré des gens qui n'étaient pas en retraite et là je les plains beaucoup parce que je vois comment j'aurais pu, et ralentir la cadence et ne pas oublier les médicaments..."</i></p>
P7	<p>Oui, c'était une contrainte. Il éprouvait une difficulté d'accepter le fait de prendre des médicaments, et de les prendre à vie, notion qu'il a appris tardivement. Il avait peur de l'oubli et donc de la récurrence comme conséquence.</p> <p><i>"La prise des médicaments c'est un truc tout nouveau pour moi, assez contraignant et donc euh bon j'ai ça à présent un petit peu à l'esprit euh tous les soirs."</i></p> <p><i>"Bah au début ouais c'était vraiment, j'avais l'impression d'être un grand malade quoi. J'ai jamais pris de médicaments de ma vie euh donc avoir un traitement euh oui, alors déjà il a fallu que je l'accepte psychologiquement que voilà dorénavant, à vie, j'allais prendre des médocs, alors ça pff, ça a été quand même été un gros truc !"</i></p> <p><i>"Euh on m'a mis sous traitement, on m'a dit euh on m'a mis sous traitement puis on m'a rien précisé de particulier."</i></p> <p><i>"Et donc là j'ai compris que c'était un traitement à vie, pff et là euh bon j'ai mis quelques jours à avaler la pilule quoi, ouais. Plus que quelques jours même ! Ouais, euh et puis bah dorénavant euh c'est une contrainte oui parce que euh parce que euh bon ce qui m'est arrivé ça m'a fait peur, j'ai pas envie que ça me, ça se reproduise et donc euh j'ai pas envie de de rater mais médicaments donc je fais attention à ça euh et euh et donc euh bah c'est une contrainte oui parce qu'il ne faut pas que je rate matin, matin et soir quoi, voilà."</i></p>
P8	<p>Non.</p>
P9	<p>Non mais il y a eu une nécessité d'une période d'adaptation pour la prise de médicaments.</p> <p><i>"Bon il a fallu peut être s'adapter aux médicaments"</i></p>
P10	<p>C'était peut être une contrainte au départ même si il savait que c'était pour son bien. La contrainte n'existait plus notamment grâce à son semainier. Il précisait qu'il avait des épigastralgies mais qu'il ne voulait pas prendre de protecteur gastrique car il ne voulait pas prendre un médicament en plus de son traitement habituel.</p>

	<p><i>"Je crois que c'est au début peut être que c'était une contrainte, maintenant je je, facilement de toute façon j'ai mon truc sur la table (en parlant de son pilulier) et puis ça y est je prends, c'est marqué dessus matin midi et soir, c'est c'est bien fait. Disons que ça met peut être en confiance aussi."</i></p> <p><i>"Ca pouvait être une contrainte au départ mais de toute façons je savais bien que c'était pour mon bien"</i></p> <p><i>"Maintenant je m'y fais c'est vraiment pas une contrainte non".</i></p> <p>En parlant du protecteur gastrique: <i>"Je veux éviter parce que ça fait encore un médicament en plus"</i></p>
P11	<p>Non, notamment parce qu'il prenait déjà des médicaments avant son Idm.</p> <p><i>"Non, non parce que je prenais déjà des cachets depuis l'accident donc maintenant j'en prends un peu plus et puis c'est tout."</i></p> <p><i>"C'est pas une corvée supplémentaire non non."</i></p>
P12	<p>Non.</p> <p><i>"Non ça ne me dérange pas d'avaler 4 -5 pastilles euh non ça ça ne me dérange pas."</i></p>
P13	<p>Le fait de devoir y penser était une contrainte ainsi que de devoir préparer les médicaments lorsqu'il se déplace. Il se comparait aux personnes âgées et aux malades à cause de son semainier.</p> <p><i>"Il faut y penser, c'est plus cela la contrainte, j'en prenais aucun avant."</i></p> <p><i>"Dès que je vais quelque part, (...)...il faut que je les prépare le matin parce que je n'emmène pas ma boîte avec moi, bon j'ai un petit comme les malades, comme les petits anciens, un petit boîtier pour les mettre. Bon il faut y penser voilà, quand on est bien qu'on n'a pas de sensation de mal et bah on a tendance à oublier quoi."</i></p>
P14	<p>Non car il n'avait pas le choix.</p> <p><i>"A partir du moment où je sais que c'est obligatoire, donc c'est pas une contrainte."</i></p>

Question11 Avez-vous des effets secondaires ?

	LRéponses
P1	La toux a été citée, qu'il n'avait plus depuis qu'il a pris de l'Atacand à la place du médicament en question.
P2	<p>Les effets secondaires cités étaient: une légère douleur gastrique et des céphalées avec le Natispray.</p> <p><i>"Une petite douleur à l'estomac."</i></p> <p><i>"J'évite le Natispray, honnêtement, ça fait mal à la tête."</i></p>
P3	<p>Il avait peu d'effets secondaires à part des douleurs abdominales initiales.</p> <p><i>"Pas trop de désagréments en terme d'effets secondaires."</i></p>

P4	<p>Oui, les effets secondaires cités étaient la toux, des brûlures gastriques, une fatigue, une baisse de tension, une diminution des capacités sexuelles, des douleurs musculaires et articulaires à l'effort avec le Crestor. Il craignait moins le Ramipril (ne savait pas pourquoi). Il avait l'impression qu'il y avait un effet négatif de ces médicaments.</p> <p><i>"Je suis fatigué à cause des médicaments." "J'ai l'impression que je me fais du mal avec ces médicaments." "J'ai l'impression que les médicaments me freinent sur un plan physique et j'ai moins de capacités sexuelles que j'en ai eu."</i></p>
P5	<p>Non, ne ressentait que les bénéfices mais soulignait quand même que sa libido avait diminué probablement à cause de ses médicaments.</p> <p><i>"Euh j'ai pas le, j'ai pas l'impression que non, je ressens pas, je ressens pas. Je ressens plutôt les bénéfices." "Je sens bien que les médicaments n'ont pas favorisé spécialement ma libido."</i></p>
P6	<p>Oui, il avait des saignements.</p> <p><i>"Les effets secondaires c'est donc les saignements, choses qui sont surprenants et désagréables."</i></p>
P7	<p>Oui, sa libido avait disparu.</p> <p><i>"Ouais je pense, euh je pense ouais, je pense à un surtout, j'ai plus de libido." "Alors c'est chiant, c'est pas terrible franchement, c'est pas terrible". "C'est quand même un truc qui a des conséquences hein, euh à part ça euh non pas vraiment, pas vraiment."</i></p>
P8	<p>Il était asthénique.</p> <p><i>"Je me sens plus fatigué qu'avant."</i></p>
P9	<p>Non, il était peut être un peu plus fatigué mais cela s'est atténué. Par contre il y avait une altération de sa vie sexuelle mais qu'il connaissait déjà avant du fait de ses problèmes prostatiques. Il soulignait la nécessité d'assumer ces effets secondaires.</p> <p><i>"Je n'ai pas remarqué, non. Au début j'ai eu, il y avait peut être un peu plus de fatigue, qui je pense qu'elle s'est atténuée même pratiquement disparue." "Il y a des effets secondaires que j'avais déjà...(...)...sur la fonction sexuelle et qui, qui exigent une non fonction sexuelle...(...)...les bêtabloquants, c'est aussi la même chose, alors eux c'est également, bon à 82 ans on le supporte plus facilement que si j'en avais 60 ou 50 mais 82 ans, c'est le médicament et on n'a pas le choix." "Oui, les effets secondaires, il faut les assumer." "Oui oui elle a changé, oui oui, en tenant compte de, déjà elle avait changé un peu avec ces médicaments prostatiques et ensuite alors elle a changé, ça a donné encore un coup sur les bretelles avec ces bêtabloquants."</i></p>
P10	<p>Oui, il avait des epigastralgies. Il pensait que c'était de sa faute car il ne voulait pas prendre de protecteurs gastriques en plus de son traitement habituel.</p> <p><i>"Oui, je enfin euh c'est peut être un peu de ma faute parce que je, je ne prends pas de comment dirais-je de médicaments pour l'estomac" "Je veux éviter parce que ça fait encore un médicament en plus"</i></p>
P11	<p>Il était essoufflé, ce qui était lié aux bêtabloquants. Il avait des saignements, une mauvaise cicatrisation, une asthénie, une érection plus difficile.</p> <p><i>"Je m'essouffle vite et si je fais mes lacets je suis essoufflé, mais ça c'est le traitement euh tout ce qui est bêtabloquant enfin tous tous ces produits là." "Il faut éviter de se couper parce que c'est vrai c'est ça n'en finit plus quoi euh." "Ca cicatrise très mal euh enfin lentement."</i></p>

	<i>"Bah au départ ce qui s'est passé c'est que j'étais très rapidement fatigué. Et ça ça a duré pas mal de temps oui mais bon d'après euh comment parce que j'ai fait de la gymnastique cardiaque après, ils m'ont dit que c'était normal, donc euh bah c'est le seul effet secondaire que j'ai ressenti vraiment quoi. Pour un oui ou pour un non j'étais très fatigué, très rapidement." En parlant de sa vie sexuelle: "C'est le traitement je pense qui d'après Mme ??? euh, c'est plus long à se mettre en route voilà."</i>
P12	Il toussait lorsqu'il prenait le Triatec. <i>"Alors j'en ai eu avec certains médicaments mais depuis que ça a été rectifié non, j'ai plus d'effet. J'ai eu des effets avec le, c'était le Triatec où je sais plus, qui me faisait qu'un petit peu tousser mais c'est c'est tout ce que j'ai eu comme effet secondaire. Non, non."</i>
P13	Les mictions urinaires du patient ont augmenté. <i>"Le principal effet que j'aurais c'est que j'aurais tendance à uriner davantage."</i>
P14	Jamais.

Question12 Quelle est l'implication de votre conjoint dans votre traitement ?

	Réponses
P1	Elle était très impliquée dans les courses et la cuisine. Elle était très peu impliquée dans la prise de médicament mais demandait juste si il avait bien pris ses médicaments. <i>"Elle est très très impliquée surtout dans dans la manière de faire les courses et de faire à manger." "Non non non, elle me demande bien est ce que tu as pris tes médicaments mais ça s'arrête là. C'est moi qui gère mon affaire."</i>
P2	Sa femme s'impliquait au niveau de l'alimentation. Au niveau du traitement elle se souciait de l'observance mais il restait autonome. Il mettait ses médicaments en évidence afin qu'il ne soit pas le seul à ne pas les voir en cas d'oubli. <i>"Oui, tout à fait, de ce côté-là, elle s'implique à 100% au niveau du sel, des graisses tout ça non il n'y a pas de problèmes." "Voilà, elle va se soucier si j'ai pris ou si j'ai pas pris." "Je les mets pas sur la table comme ça je sais que quand il y a un problème, je serais pas le seul à le voir."</i>
P3	Elle ne s'impliquait pas dans la prise des médicaments. C'était un bénéfice pour elle car cela l'a aidé dans les restrictions alimentaires qu'elle avait déjà entreprise. <i>En parlant de l'alimentation : "Ca a été bénéfique pour elle."</i>
P4	Elle était peu impliquée, elle lui rappelait lorsqu'il y avait un oubli. <i>"Elle ne s'implique pas plus que ça." "Elle va savoir me le rappeler si je fais un oubli."</i>
P5	Célibataire.

P6	<p>Elle était très impliquée.</p> <p>En parlant de ce qu'elle dit : <i>"Rappelles toi, souviens toi, n'oublies pas..."</i></p>
P7	<p>Elle lui rappelait de prendre son traitement le soir quelques fois, surtout au décours de l'Idm.</p> <p><i>"Non, euh si le soir si elle me le rappelle que certaines fois ouais, surtout au début mais ça arrive moins souvent, je je suis plus autonome par rapport à ça, j'oublie pas quoi, j'oublie moins euh mais ça lui est arrivée oui le soir de me le faire rappeler."</i></p>
P8	<p>Elle n'était aucunement impliquée.</p> <p><i>"Rien, enfin aucune implication."</i></p>
P9	<p>Elle était très coopérative. Elle était plus inquiète que lui sur sa santé, aimerait qu'il arrête ses activités et déplacements, s'impliquait dans la réalisation d'une alimentation adaptée (cuisine, allait voir la diététicienne), le stimulait pour faire de la marche.</p> <p><i>"Elle est très coopérative, c'est-à-dire il est peut être plus inquiet que moi sur ma santé euh elle aurait souhaité que j'arrête toutes activités tous déplacements surtout ces déplacements étrangers. C'est mon épouse qui fait la cuisine donc elle veille au niveau alimentaire, c'est elle qui va venir aussi jeudi pour qu'elle voit la diététicienne pour bien voir si on fait bien les choses ou si on peut améliorer des choses, non et puis au point de vu, c'est elle qui me stimule quelques fois lorsque je serais tenter d'escamoter une sortie de marche à pied, elle me dit : « Allez ta sortie ce matin tu ne l'as pas fait, il faut que tu sortes », bon voilà, bon euh non non elle est très coopérative."</i></p>
P10	<p>Elle participait bien. Il y avait peu d'implication dans la prise de médicaments sauf lorsque le patient n'y pensait pas. Par contre, elle s'impliquait dans la cuisine de plats adaptés mais aussi dans les restrictions alimentaires (ce qui embêtait le patient).</p> <p><i>"Elle participe bien"</i> <i>"Pour les médicaments peut être pas, elle me dit ah bah oui de toute façon si j'y pense pas oui elle dit: "Tu as encore ça à prendre" "</i> En parlant des restrictions alimentaires: <i>"Elle est un petit peu chiantes quoi"</i> <i>"Autrement je veux dire question de légumes tout ça, elle sait bien"</i> <i>"Elle avait bien vu qu'elle s'en occupait bien et quoi et puis elle savait bien ce qu'il fallait...(...)...cuisiner"</i></p>
P11	<p>Elle a modifié sa manière de cuisiner, elle faisait les courses, allait chercher ses médicaments à la pharmacie. Depuis sa reprise du travail, il faisait aussi les courses. Avant qu'il ait son semainier, elle lui rappelait de prendre ses médicaments.</p> <p><i>"Ah bah la cuisine (rires) déjà ! Euh bah pour le reste après si tout ce qui était courses et tout ça pour aller chercher les médocs et bah c'est elle qui s'en occupait et puis maintenant j'ai repris le travail alors, bon bah un temps c'est elle des fois c'est moi. La cuisine c'est jamais moi ça c'est sur euh voilà quoi." "- Donc oui elle a modifié sa manière de cuisiner?"</i> <i>"- Ah bah oui mais déjà avant, tout ce qui était cuisson vapeur et tout ça, on le faisait."</i> En parlant de la prise médicamenteuse: <i>"Euh au départ pour m'y faire penser parce que on n'avait pas de semainier et puis bah c'était un peu le bazar, donc rapidement elle a été acheter le semainier et puis ça s'est calé là-dessus."</i></p>
P12	<p>Elle mettait en évidence ses médicaments le matin.</p> <p><i>"Bah bah elle veille (rires) j'échappe pas ! Ca j'oublierai pas mes médicaments parce que, non non tout ça c'est prêt le matin euh..."</i> <i>"Enfin moi moi c'est moi qui me fait les doses des médicaments et tout ça mais c'est c'est sur la table quand..."</i> <i>"Elle se lève toujours un petit peu avant moi mais bon toc là elle est sûre que je n'oublierais pas et je prépare mes médicaments aussitôt pour le matin et pour le soir, c'est prêt tout."</i></p>

P13	<p>Sa femme l'a soutenu dès l'Idm dans le changement alimentaire, elle lui a été d'une grande aide. Elle en a été perturbé pendant quelques mois, ça l'a même choqué (l'Idm en général mais surtout les modifications alimentaires). Au niveau de la prise médicamenteuse, chacun gérait son traitement tout en pensant à l'autre. Sa femme prenait déjà des médicaments donc ça l'a aidé car il n'en prenait aucun avant.</p> <p><i>"Alors l'implication de ma femme bah c'est simple c'est qu'elle m'a soutenu dès le départ."</i></p> <p><i>"Ce qui l'a le plus choqué c'est le changement de style alimentaire parce que c'est bon, c'est une bonne cuisinière, je lui fais des fleurs mais bon ça elle le sait, et c'est vrai qu'il a fallu changer, bon je mangeais du beurre donc il a fallu changer ce style de cuisine, donc elle a été perturbé pendant quelques mois mais autrement tout de suite, elle a tout de suite pigée que, bon elle a eu très peur c'est normal et bon elle a vu très vite qu'il fallait, qu'il fallait prendre aussi les choses en mains et ça a été une aide formidable hein, donc elle m'a soutenu dans ce cadre là."</i></p> <p><i>En parlant de la prise médicamenteuse: "Chacun s'occupe (de son traitement) mais chacun pense à l'autre."</i></p> <p><i>"Elle avait déjà ce rythme donc de ce côté-là ça a aidé aussi."</i></p>
P14	<p>Il n'y avait aucune implication de la part de sa conjointe mais elle lui demandait quand même s'il avait bien pris ses médicaments.</p> <p><i>"Zéro." "Elle ne s'en occupe pas quoi bon si elle dit "Bah tu les as bien pris" mais autrement non."</i></p>

Question13 Est ce que le suivi est une contrainte pour vous (bio, cs, e.c..) ?

	Réponses
P1	<p>Non, le suivi l'a sécurisé et cela a permis de diminuer les facteurs de risque.</p> <p><i>"Bah non non au contraire, quelque part euh quelque part c'est quelque chose qui m'a sécurisé et qui m'a mis des points d'étape en fait dans ma démarche en fait. Non non c'est, ça fait partie, ça fait partie du bon rythme pour essayer d'atteindre, l'éjection en fait de tous les facteurs de risques quoi."</i></p>
P2	<p>Non, le suivi l'a sécurisé car cela a diminué les risques et ça lui a permis d'apprendre beaucoup d'éléments notamment la conduite à tenir en cas de douleur.</p> <p><i>"Non, d'être suivi c'est très bien, au moins c'est une sécurité, voilà."</i></p> <p><i>"A partir du moment que vous êtes suivis par derrière ça les risques sont beaucoup moins, oui bah on se dit bah oui qu'est ce qui peut m'arriver quoi ?"</i></p> <p><i>"Et puis bon c'est vrai que derrière ça on a appris tellement de choses."</i></p>
P3	<p>Non même si c'était un peu difficile.</p> <p><i>"C'est un peu difficile mais bon, ça nn me gêne pas non."</i></p>
P4	<p>Oui c'était une contrainte car ce n'était pas naturel.</p> <p><i>"C'est une contrainte sans l'être en fait, c'est pas méchant mais c'est obligatoirement une contrainte du fait que c'est pas naturel."</i></p>
P5	<p>Oui, d'autant plus qu'il a dû changer plusieurs fois de cardiologue vu qu'il a déménagé souvent. Il espérait que le rythme de suivi n'allait pas augmenter.</p>

	<p><i>"Ouais c'est une contrainte ouais oui bien sur, oui."</i> <i>"Une épreuve d'effort c'est pas agréable."</i> <i>"Maintenant ça s'espace les visites c'est plus que trois mois et puis je pense, on croise les doigts quoi voilà que ce sera, que le rythme va pas forcément augmenter."</i></p>
P6	<p>Non car il en tirait un bénéfice et ca lui a permis de prendre conscience de l'importance de l'événement.</p> <p><i>"Non, alors d'autant moins non que j'ai pris conscience de l'importance de, enfin de mon incident, lors des séances de débriefing, enfin ce que j'appelle débriefing c'est..."</i> <i>"Non, si vous voulez je fais facilement la balance entre combien ça me coute et combien ça rapporte et si vous voulez, ça me coute, ça me coute un peu de temps, ça me coute un peu de gênes mais bon je me rends bien compte que ça peut me rapporter quand même, le fait que le cœur continue de, grâce à ça le cœur continue à fonctionner quoi."</i></p>
P7	<p>Oui, c'était très contraignant au départ car n'avait jamais eu de suivi médical. Le vit mieux maintenant depuis qu'il a accepté son statut de malade. C'était une contrainte très minime par rapport à sa diminution de sa libido.</p> <p><i>"Ouais ouais c'est des contraintes oui ce sont des contraintes euh aujourd'hui ce ne sont pas des contraintes insurmontables euh mais euh bah n'étant ne ne n'étant pas habitué à ce style de contraintes et bien euh au début c'est, je trouvais ça très chiant."</i> <i>"Ouais et très contraignant euh. Après bon euh ayant accepté mon pauvre statut voilà je me dis que c'est pas la mort euh donc je le prends plutôt quand même euh plutôt bien."</i> <i>"Par rapport aux changements de ma vie sexuelle dont on parlait juste avant c'est « quedal » quoi, c'est pfff c'est rien."</i></p>
P8	<p>Oui.</p> <p><i>"Oui euh d'une certaine manière oui."</i></p>
P9	
P10	<p>C'était une contrainte légère dans l'ensemble. Les épreuves d'effort n'étaient pas une contrainte car elles étaient nécessaires mais il introduisait cependant la notion de tolérance dans son discours.</p> <p><i>"C'est une contrainte si mais sans plus quoi je prends ça du bon côté"</i> <i>"Epreuves d'efforts contraintes bah c'est pas une contrainte je sais qu'il faut qu'il faut donc après tout je tolère assez facilement quand même. Dans ma tête, je vois bien ce que j'ai eu donc je, il n'y a pas d'histoire faut pas, faut pas rêver quoi."</i></p>
P11	<p>Le renouvellement de médicaments était une contrainte car il était fréquent. Il appréciait d'avoir d'emblée des boîtes pour trois mois. A part ça, il n'y avait pas de contraintes.</p> <p><i>"Le renouvellement des médicaments revient vite. Euh oui bon bah il faut y aller il faut y aller, disons que j'apprécie quand il me donne des boîtes de 3 mois plutôt que des boites mensuelles, ça s'arrête là la contrainte. Le reste euh non. Pas plus que ça quoi."</i></p>
P12	<p>Le suivi était une contrainte lors de la rééducation mais plus lors du discours. Il avait conscience que c'était nécessaire.</p> <p><i>"C'était ça devenait pénible c'était pendant la rééducation. Il fallait venir trois fois par semaine euh la répétition et tout ça mais maintenant non, même même si j'étais pas habitué à aller voir les médecins euh bon euh le bon, maintenant non non c'est pas une contrainte et puis je sais qu'il faut passer par là."</i></p>
P13	<p>Non mais il n'allait voir le médecin que si c'était vraiment important.</p> <p><i>"Non non je ne suis pas une personne qui est anti-médecin par contre euh je ne veux pas y aller spécialement. Donc là effectivement je sais qu'il faut que j'ai un suivi mais bon j'ai rien, je ne vais pas aller voir le médecin quoi je veux dire ou j'ai un tout petit truc de rien du tout je ne vais pas, non."</i></p>

P14	<p>Au départ le suivi était une contrainte. Il avait refusé initialement de faire de la rééducation, puis il a jugé le suivi comme nécessaire et l'a donc accepté.</p> <p><i>"Au début, je prenais ça pour une contrainte mais après je me suis dit, il faut le faire comme la rééducation à Nantes. Après un refus au début, j'ai quand même fait toutes les séances, soit 22 environ"</i> <i>"C'était une contrainte non."</i></p>
-----	--

Question14 Qu'est ce que l'Idm a changé dans votre vie ? (définition des priorités)

	Réponses
P1	<p>Il a pris davantage de recul, était plus serein et moins stressé qu'avant, notamment dans le travail.</p> <p><i>"Certainement je suis plus philosophe par rapport aux événements."</i> <i>"Oui plus serein oui plus plus de recul sur les choses".</i> <i>En parlant du travail: "Oui voilà, moins stressé qu'avant."</i></p>
P2	<p>Depuis son Idm, il a beaucoup moins travaillé et a pris du recul sur son travail par rapport à son investissement. Il était également plus équilibré au niveau de son hygiène de vie.</p> <p><i>"Qu'est ce que ça a changé ? bah là c'est peut être trop trop vite, enfin pour l'instant c'est vrai que je travaille beaucoup moins déjà pour l'instant."</i> <i>"Oui, au niveau de l'hygiène de vie, maintenant quand je vais reprendre à temps complet je sais pas, peut être que je vais me dire attention oui, il faut mettre des barrages, et puis je veux dire là je fais mes...mes huit heures ou mes neuf heures c'est bon j'arrête, je pense à autre chose. Je pense que j'ai pris conscience de certaines choses, et puis... travailler le we non, c'est une croix, c'est surtout ça quoi, respecter ...pas des heures comme à paris quoi, voilà il n'y a pas que le travail quoi donc voilà c'est surtout ça."</i></p>
P3	<p>Depuis son Idm, sa vie personnelle et sa santé étaient devenues ses priorités à l'instar de sa vie professionnelle. Il voulait profiter de la vie et relativiser d'avantage.</p> <p><i>"Un moment j'ai privilégié certainement plus ma vie professionnelle que ma vie à moi et maintenant j'ai fait l'inverse, c'est-à-dire moi ma vie professionnelle c'est après, quoi qu'il arrive."</i> <i>"Ca a été un basculement."</i> <i>"Oui et puis je relativise beaucoup plus les choses, maintenant, j'ai eu un moment une soif de faire plein de choses mais pour moi personnellement, parce que je dis, je suis passé tellement près que je dis faut peut être faire les choses qu'on a envie."</i> <i>"Oui, comme on dit faut profiter de la vie avant qu'il soit trop tard mais c'est vrai qu'il y a eu un moment où j'ai eu envie de me lancer à faire plein de choses que je repoussais à un peu plus tard quoi mais je sais pas c'est instinctif, je sais pas l'expliquer."</i> <i>"Alors que maintenant il y a des choses que je me sens beaucoup plus affirmé que...je me sens capable de dire que j'aurais pas dit ...(...)...la priorité n'a pas été mise au même endroit maintenant...c'est ma santé."</i></p>
P4	<p>Il ne pouvait plus faire certaines choses ou devait faire certaines choses différemment, que ce soit dans le milieu professionnel ou privé. Il y avait une progression de son état psychologique et physique entre le post infarctus immédiat et ce qu'il était lors du discours. Etre considéré comme un malade était un problème. Il existait des interrogations sur ses capacités actuelles et futures qui constituaient un frein dans sa réponse.</p> <p><i>"Physiquement enfin personnellement il y a beaucoup de changements quoi, on est plus le même."</i></p>

	<p><i>"Entre ce que j'étais il y a trois mois et ce que je suis aujourd'hui c'est le jour et la nuit quoi, au niveau des décisions, de la pêche, de la gestion des trucs rapides, alors qu'avant j'étais noyé dans le truc rapide, je ne me reconnaissais même plus quoi, j'étais une larve."</i></p> <p><i>"Le problème vient du mot maladie déjà. Donc quand on prend un médicament à vie, qu'on est à 100 % médicalement, quand on est...et bien obligatoirement on est considéré, on est dans le clan des malades."</i></p>
P5	<p>Il était plus fatigué et a dû changer son rythme de vie c'est à dire qu'il buvait moins d'alcool qu'avant, faisait plus attention à son alimentation lorsqu'il allait au restaurant.</p> <p><i>"Euh...globalement qu'est ce que euh je suis quand même plus fatigué qu'avant, je peux quand même moins faire d'efforts qu'auparavant euh je peux moins avoir un rythme de vie euh le rythme de vie que j'avais auparavant et puis euh bah je, ça va vis-à-vis de mes amis j'ai changé voilà je ne bois plus que du vin, peu mais ça ne m'empêche pas de euh d'arriver à les voir régulièrement, voilà, je fais plus attention quand je vais au restaurant avec eux"</i></p>
P6	<p>Il n'y a pas eu de changements jusqu'au mois précédant l'entretien où est survenue une dépression. Il s'interrogeait sur la cause de cette troisième dépression.</p> <p><i>"Jusqu'à il y a un mois, je vous aurais dit rien. Donc depuis un mois, depuis que...alors selon mon diagnostic, depuis mon début de dépression, euh, et bah faut, donc cette histoire de dépression quoi, maintenant si il n'y avait pas eu l'infarctus...comme je suis, j'allais dire, sujet à dépression, parce que ça va faire la troisième, si il n'y avait pas eu l'infarctus, est ce que c'est pas autre chose qui aurait pu être susceptible de déclencher, enfin je sais pas."</i></p>
P7	<p>Il profitait plus de la vie car a pris conscience qu'elle avait une fin.</p> <p><i>"Ca change un peu la philosophie de vie quand même quoi hein on prend conscience qu'on est de passage euh et donc j'ai tendance à plus profiter de chaque jour qui passe euh voilà."</i></p>
P8	<p>Il a pris conscience de la mort, désirait vivre plus sereinement, relativisait plus les choses.</p> <p><i>"Je crois vraiment que j'ai pris conscience d'abord qu'on, qu'on allait mourir, et heu j'ai l'impression que je n'y pensais même pas euh et que ça peut venir n'importe quand, n'importe comment euh donc j'ai décidé vraiment de vivre (...)...maintenant on est là pour une durée X, on est, je je veux vivre sereinement, le plus sereinement possible ; donc là aussi je relativise des choses qui auparavant me paraissaient essentielles."</i></p>
P9	<p>Il a pris conscience de l'existence, la fragilité et de l'importance du rôle du cœur, ainsi que de l'instantanéité des événements. Il estimait avoir eu de la chance de pouvoir faire tout ce qu'il faisait et d'exister à son âge. Il avait une réflexion sur l'atteinte potentielle des autres vaisseaux du corps.</p> <p><i>"Il m'a fait prendre conscience peut être un peu plus de la fragilité...()...à la fois fragilité et à la fois de l'instantanéité de...que les choses peuvent s'arrêter, de peut être de ne l'importance aussi du cœur qui fonctionne, on ne pense pas qu'il est là et on ne pense pas qu'il joue ce rôle et de prise de conscience du rôle qu'il joue et de sa fragilité lorsqu'il est mal irrigué."</i></p> <p><i>"On a aussi ce cette réflexion c'est que si les vaisseaux euh coronariens sont touchés il y a bien des chances aussi que les autres ne doivent pas avoir, ne doivent pas être dans un état extraordinaire de 20 ans d'âge, que ce soit ceux du cerveau ou que ce soit ceux ailleurs, dans les jambes ou dans les bras."</i></p> <p><i>"Et puis euh cette instantanéité de comment les choses peuvent s'écrouler, c'est peut être une perception psychologique qui quand même est présente."</i></p> <p><i>"Moi j'ai 82 ans, ma vie est derrière moi quand même, donc j'ai il y a aussi ce sentiment enfin cette pensée que j'ai déjà la chance d'être arrivé à 82 ans et même à 82 ans de faire encore ce que je fais, donc il faut que je me réjouisse."</i></p>
P10	<p>Il y a eu peu de changement mais l'a mieux accepté vu qu'il était en retraite.</p> <p><i>"Je dirais que ça a pas changé, enfin bon si il a changé quand même enfin ça a changé ma vie mais à partir du moment où j'avais fini mon activité, je veux dire fini activité enfin professionnelle alors je pense que c'est maintenant où j'ai le moins de contraintes mais c'est sûr que ça m'aurait malheureusement arrivé mettons 5 ans plus vite, j'aurais été en activité euh ça aurait pas été la même chose"</i></p> <p><i>"Je l'ai mieux vécu en retraite que si j'avais été en activité"</i></p> <p><i>"Ca a peut être changé un petit peu, ça ça veut pas dire que ça a pas changé, mais mais non c'est mieux accepté, c'est surtout ça"</i></p>

P11	<p>Il y a eu un changement alimentaire, avec une pratique de plus de marche et de vélo tout en faisant attention dans la pratique du vélo car il avait de l'angor lors des efforts intenses.</p> <p><i>"Il y a la nourriture, il y a tout ce qui est physique, j'ai refait un peu de vélo mais je fais très attention à à ne pas monter en régime."</i> <i>"Euh mais je vais au travail, quand il fait beau, je fais pas mal de marche."</i> <i>"Je reviens du boulot soit à pied soit en bus mais dans tous les cas je vais chercher le bus loin du boulot hein, voilà ça m'oblige à marcher."</i> <i>"Le vélo tout de suite je sens que euh ça va moins bien quoi."</i> <i>"Une oppression enfin je sais pas..."</i></p>
P12	<p>Il avait moins d'envie et reportait les choses à faire.</p> <p><i>"Je suis je dis on va revenir encore au début je suis moins allant qu'avant quoi j'aurais tendance à me à me, allez fait le fait le quand même aujourd'hui tu repousses pas ça à demain, j'ai tendance à dire : « Bah oh je le ferais demain ! ». Et puis c'est tout."</i></p>
P13	<p>Cela a entraîné une meilleure hygiène alimentaire.</p> <p><i>"Une remise en cause de son côté alimentaire, de son côté hygiène de vie voilà, le terme que je cherchais du côté hygiène de vie, voilà c'est ça qui d'une manière générale a changé. C'est ça la principale chose qui a changé, parce que le reste non."</i></p>
P14	<p>Cela lui a fait prendre conscience du risque ainsi qu'un changement des habitudes de vie notamment alimentaire et une meilleure observance dans la prise de médicaments.</p> <p><i>"C'est la prise de conscience du risque euh globalement bah de de changer de vie surtout la nutrition et puis euh ce qui a changé c'est avant je prenais plus ou moins bien mes médicaments tandis que maintenant je les prends régulièrement."</i></p>

Question15 Est-ce que vos loisirs ont changé ? et en quoi ?

	Réponses
P1	<p>Oui, il pratiquait du vélo et plus de marche.</p> <p><i>"Je m'oblige à faire de la marche tous les jours, une demi heure quoi."</i> <i>"Je me suis mis à faire du vélo, 1h30 tous les samedis."</i> <i>"Parce que je ne faisais pas de sport du tout avant."</i></p>
P2	<p>Oui, il ne courait plus car avait une certaine appréhension. Cependant il a commencé le vélo suite à la rééducation. Il semblait avoir du mal à se situer dans ses capacités physiques. Il déléguait davantage au niveau des efforts physiques notamment dans le jardinage.</p> <p><i>"Oui, d'ailleurs je ne cours plus, (rire)."</i> <i>"Je me suis remis à faire le vélo."</i> <i>"Oui, j'ai un vtt, je fais mes 30 minutes là tranquille et puis c'est vrai que de courir, bah non, ça m'a ...je sais pas, j'ai peur peut être, je ne sais pas, je me dis voilà si je force de trop..."</i> <i>"Et oui c'est ça le problème, le problème il est là : c'est de se dire : on va mieux : crack on va foncer ! Le problème c'est ça en définitif ! Mais il y a des choses que ma femme ne souhaite plus que je fasse et je suis prêt à le faire quoi ! Mais bon c'est parce que je vais beaucoup mieux, c'est tout hein. Non je pense que je vais rester prudent quand même. Mais bon c'est facile à dire mais, je forcerais"</i></p>

	<i>peut être un peu moins...rien que pour tailler ma haie, bon je fais appel à quelqu'un et puis la prochaine aussi hein...bon c'est vrai qu'il y a des travaux difficiles et je pense que les travaux difficiles, enfin surtout les haies, je vais laisser ça de côté.."</i>
P3	Oui, il faisait plus de marche.
P4	<p>Oui par obligation par peur de prendre l'avion donc il a diminué les voyages. Il avait peur d'aller cueillir des champignons tout seul. Il ne pouvait plus faire des loisirs en étant seul ou qui lui demandait un effort comme le tennis (ça le gênait). Il ne fait plus de saut à l'élastique ni de saut en parachute (ceci ne le gênait pas).</p> <p><i>"Je prends pas l'avion parce que pour l'instant j'ai peur de l'avion."</i> <i>"La peur d'aller tout seul dans la forêt du Gavre quoi, me dire ah si il m'arrive quelque chose dans la forêt, comment je fais pour téléphoner au SAMU?"</i> <i>"La peur de faire encore des choses seul quoi, donc oui les loisirs je peux en faire mais je peux plus faire les loisirs que je faisais seul et qui des fois demandais de faire un effort aussi. Alors il y a des choses que je peux plus faire aussi, qui me gêne, par exemple le tennis."</i> <i>"Je faisais du saut à l'élastique, du parachutisme, bon ça à la limite, je m'en moque, c'est pas gênant."</i></p>
P5	<p>Oui, il lisait plus et ne regardait plus la télévision.</p> <p><i>"Je faisais pas énormément de sport donc ça n'a pas tellement changé, j'en ai pas tellement en fait en ce moment des loisirs si ce n'est que j'ai supprimé la télé et ces trucs là voilà c'est tout, je lis plus que, je lis plus qu'auparavant euh c'est le gros changement notable c'est oui je euh la télé ne m'intéresse plus quoi je vois, je ne sais pas pourquoi si c'est lié m'enfin c'est depuis cette époque là."</i></p>
P6	<p>Non, le type d'activités n'avait pas changé mais il y avait un ralentissement, une baisse d'entreprendre ces activités, une baisse d'envie.</p> <p><i>"C'est ça et puis, ne pas, plutôt laisser venir que créer."</i> <i>"Je fais des choses maintenant que j'ai mené mon motoculteur, j'ai bêché dans mon jardin, je vais à la pêche, on joue aux boules."</i></p>
P7	<p>Oui, il a été inactif pendant les deux mois suivant l'Idm qui ont été difficiles à vivre. Puis il a repris ses activités sportives donc il allait mieux et le vivait bien. Cependant, il faisait plus attention lors du sport (du fait de sa pathologie et de son traitement) car il avait peur d'avoir un accident de santé. Il avait une tachycardie élevée lors de la phase initiale du footing qui était difficile à contrôler.</p> <p><i>"Quand je fais du vélo, j'arrive très bien à gérer, quand je fais du tennis, pas en compétition hein j'en fait avec mon fils donc vous voyez c'est tranquille, j'arrive aussi très bien à gérer, par contre quand je fais du footing là c'est une cata."</i> <i>"Je commençais à croupir un peu euh, j'avais hâte de reprendre un peu l'activité physique."</i> <i>"Bah au niveau ouais c'est pas mal le sport pour moi et l'action en général quoi même si c'est pas le sport de compétition, c'est l'activité et donc euh oui ça a changé forcément. Je me suis retrouvé inactif pendant 2 mois donc ça ça m'a, ça c'est la mort pour moi, c'était la mort mais bon donc maintenant je reprends une activité euh donc ça va mieux euh donc non aujourd'hui je le vis bien quoi ça ça va."</i> <i>"Les loisirs ont changé oui euh oui euh ouais ça demande quand même, je je fais des choses plus en conscience et euh et euh entre guillemets je prends soin de moi quoi."</i> <i>"Je fais plus attention ouais je fais plus attention je ne voudrais pas qu'il m'arrive un accident quoi."</i> <i>"De part l'antécédent là, de part le traitement médicamenteux etc. euh je je voilà je suis plus exposé enfin je sais pas en fait comment vous dire je fais plus attention, je fais plus attention."</i></p>
P8	Non mais il marchait plus.
P9	<p>Oui, il marchait plus. Il reprenait goût à ses activités.</p> <p><i>"Je reprends goût à mes activités"</i> <i>"Oui on a changé avec mon épouse les les sorties, j'essaie d'être moins sédentaire"</i></p>

	<i>"Une marche le matin, je fais ça depuis cet incident cardiaque, l'après midi je sors aussi avec mon épouse on va dans le parc, on marche".</i>
P10	<p>Oui, les loisirs ont diminué au cours des deux premiers mois puis ils sont redevenus similaires à ceux qu'il pratiquait avant.</p> <p><i>"Ah non pas du tout. Enfin ça a, les premiers mois bien sûr je pouvais pas aller"</i> <i>"Ca a changé au départ et puis maintenant j'ai enfin retrouvé des activités là oui..."</i> <i>"Je fais des choses maintenant que j'ai mené mon motoculteur, j'ai bêché dans mon jardin, je vais à la pêche, on joue aux boules."</i></p>
P11	<p>Oui il pratiquait plus de marche et de vélo tout en faisant attention dans la pratique du vélo car il avait de l'angor lors des efforts intenses.</p> <p><i>"J'ai refait un peu de vélo mais je fais très attention à, à ne pas monter en régime quoi parce que euh autant je peux marcher vite et longtemps, autant le vélo tout de suite je sens que euh ça ça va moins bien quoi."</i> <i>"Euh mais je vais au travail, quand il fait beau, je fais pas mal de marche."</i> <i>"Je reviens du boulot soit à pied soit en bus mais dans tous les cas je vais chercher le bus loin du boulot hein, voilà ça m'oblige à marcher."</i> <i>"Là quand je marche autant je ne pense pas du tout à l'infarctus que quand je monte sur le vélo, j'y pense."</i> <i>"Je ne suis pas essoufflé mais euh je sais pas une oppression enfin je sais pas..."</i></p>
P12	Non.
P13	<p>Il y a eu peu de changements sauf qu'il faisait plus de sport, marchait plus également, ce qui était une contrainte pour lui. N' avait pas osé reprendre le footing.</p> <p><i>"Pas vraiment, la seule chose que je me suis mis comme contrainte c'est c'est de faire plus de sport, donc l'hiver, bah j'ai pris un vélo d'appartement, j'ai récupéré le petit dessin, j'ai acheté des petits haltères, j'ai acheté un ballon euh voilà je fais ce genre de choses.- D'accord, donc ça a changé ?- Bah je me suis mis donc je vais chercher le pain d'ici jusqu'au bourg à pied voilà des petites choses comme ça."</i> <i>"Je faisais un peu de footing mais je n'ai pas retenté."</i></p>
P14	<p>Non mais il se testait et amenait son portable avec lui.</p> <p><i>"Non, je suis comme je vous ai dit tout à l'heure tout est revenu comme avant."</i> <i>"Je refais comme avant mais je me méfie quand même et j'emmène, je pense toujours à emmener mon portable avec moi, sauf que vous allez rire, il n'est jamais allumé."</i> <i>"J'ai repris mes habitudes comme avant, le jardin, la chasse, la marche à pied et tout, l'effort aussi, bêcher aussi tout donc je suis revenu à peu près à 80% de ce que je faisais avant, mais je le fais volontairement pour euh connaître mes limites."</i></p>

Question16 Est ce que votre sommeil a changé?

	Réponses
P1	<p>Non.</p> <p><i>"Du tout, non ça n'a rien changé du tout."</i></p>
P2	Non, il dormait très bien.

P3	<p>Oui, la qualité de son sommeil s'est améliorée (stabilisation, rêves non professionnels).</p> <p><i>"Je dors mieux, j'aurais tendance à avoir des horaires plus réguliers, de début de sommeil et fin de sommeil, et de pas refaire ma journée de travail la nuit." "J'aurais tendance même à faire des rêves qui sont en dehors de mon travail."</i></p>
P4	<p>Enormément, il dormait beaucoup moins surtout pendant les trois mois au décours de l'Idm. En plus il était gêné par une névralgie cervico-brachiale.</p> <p><i>"Ca a été terrible au départ, du mois d'avril jusqu'au mois de septembre facile, oui, j'ai eu des nuits de deux heures, trois heures maxi." "Je dors très mal."</i></p>
P5	<p>Oui, il dormait moins bien avec des réveils nocturnes et pensait souvent à son Idm. Il essayait de plus dormir, de se coucher plus tôt, de moins sortir le soir.</p> <p><i>"J'essaie de dormir plus et je dors moins bien, non je dors même plutôt moins bien c'est-à-dire que je me réveille la nuit euh je sais pas comment dire, c'est, c'est là sans être là quoi c'est-à-dire que euh là je vous dis que j'y pense enfin que voilà que je me mets un régime de vie qui met ça de côté en me disant je passe cette année là avec le stress et tout et j'attends l'année prochaine pour me poser, avoir un poste puis reprendre des bonnes habitudes et en même temps euh et en même temps j'y pense quand même, j'y pense la journée, j'y pense la nuit, j'y pense quand j'allume une cigarette, j'y pense euh j'y pense quand même souvent, j'y pense quand même souvent." "Alors je fais quand même attention c'est-à-dire que par contre je me couche plus tôt, je sors beaucoup moins qu'avant je me couche plus tôt le soir."</i></p>
P6	<p>Non, entre le moment où il a eu l'Idm et le moment où il a eu une ventilation non invasive puis la structure du sommeil a changé et la qualité a un peu augmenté.</p>
P7	<p>Oui, il a eu des insomnies pendant les 3-4 mois après l'Idm, ce qui l'inquiétait car il était déjà fatigué. Il a pris de l'homéopathie. Il a rêvé depuis son Idm et a récupéré un bon sommeil.</p> <p><i>"Euh...oui euh...oui il a changé." "Il a changé pendant euh pendant un certain temps après l'accident, il a été très perturbé et aujourd'hui il est redevenu très correct, ouais." "J'avais des insomnies euh de 2h à 5h je ne dormais pas euh j'avais le sommeil super léger euh je je rêvais pas avant maintenant je rêve énormément." "Aujourd'hui mon sommeil est redevenu un bon sommeil." "J'ai été perturbé pendant euh 3 mois 4 mois à peu près." "Et c'était embêtant parce que ça m'inquiétait parce que c'était l'époque où j'étais crevé."</i></p>
P8	<p>Oui, il a eu des peurs nocturnes au départ, puis le sommeil est redevenu comme avant (mauvais).</p> <p><i>"Non, pour moi ça n'a pas changé particulièrement en dehors de, du départ je le dis bien où j'avais des peurs nocturnes." "Il était très mauvais, il est redevenu mauvais."</i></p>
P9	<p>Non.</p> <p><i>"Non je dors bien."</i></p>
P10	<p>Oui, il se levait la nuit avec l'existence d'impériosités urinaires. Il était plus angoissé.</p> <p><i>"Je me lève facilement, minimum trois fois/nuit, minimum." "Je crois avoir envie d'aller aux toilettes mais c'est pas vrai" "Oui je dirais plus anxieux, ouais"</i></p>
P11	<p>Oui, il se réveillait peut être plus souvent mais dans l'ensemble il dormait toujours bien.</p>

	<i>"J'ai toujours bien dormi mais euh si je me réveille peut être plus souvent la nuit mais je me rendors aussitôt alors ça ne change pas grand-chose, je dors toujours bien oui."</i>
P12	Oui, il se réveillait plus tôt. <i>"Dans le sommeil j'ai tendance enfin c'est pas tout le temps alors de me réveiller de bonne heure." "Qu'avant paf je m'endormais et terminé. Mais là là il y a des fois je me réveille toujours. Ca dépend il y a des fois bon 5h30-6h ça c'est bien ça a toujours été mon habitude ça ne me gêne pas mais quand c'est 2h du matin, merde."</i>
P13	Non. <i>"J'étais un dormeur, je suis resté un dormeur. Ca n'a pas, non ça ne m'a pas perturbé non."</i>
P14	Oui, il dormait moins bien, il se réveillait entre deux et trois heures du matin. <i>"Je dors moins bien."</i>

Question17 Est-ce que votre alimentation a changé?

	Réponses
P1	Oui énormément et sans contrainte. Il a arrêté la consommation de charcuterie, de beurre, et a diminué les viandes rouges. Il a augmenté la consommation d'huile d'olive, de fruits, de viande blanche et du poisson. <i>"Oui complètement" "Sur un plan alimentaire, je fais très attention." "Ca le fait bien. Donc voilà un peu ce qui a changé mais mais ça, c'est pas pesant."</i>
P2	Oui, l'alimentation était plus équilibrée et cela a été effectué sans difficulté. Il a reparti les laitages, mangeait moins de chocolat, buvait moins de vin et a diminué le sucre. <i>"Oui, ah oui oui, tout à fait je suis plus équilibré hein. Si je prends le fromage le midi, je ne vais pas prendre un yaourt quoi, par exemple, et ça je l'ai appris à respecti cœur, effectivement, euh donc voilà quoi. Bon puis c'est vrai qu'au départ, je devais prendre qu'un petit carré de chocolat, vingt grammes de beurre, vingt cl de vin rouge, enfin bon voilà quoi c'est des choses qui marquent." "Bon après voilà, c'est une discipline hein, pour le bien de soi même." - "Ca a été un peu dur au départ ?" - "Non, enfin finalement non parce que comme on salait pas." "Ca va très bien, hein, même le sucre, je mettais un morceau de sucre, maintenant j'en mets pas donc on s'habitue, je me dis de ce côté-là pour moi, c'est pas trop compliqué."</i>
P3	Oui, cela a été difficile pendant un mois. Il a majoré ses restrictions alimentaires. Il a dû adapter son organisation notamment matinale pour pouvoir manger de manière équilibrée. Il avait l'impression d'imposer aux autres son hygiène de vie. <i>"Oui, oui jusqu'au point des fois d'imposer." "Au début il fallait se faire violence et c'était un peu dur ...maintenant ça va, il n'y a plus de soucis."</i>
P4	Oui, il avait moins de restrictions par rapport à l'année précédant son Idm suite aux conseils du corps médical. Les restrictions étant de consommer plus de poissons, moins de charcuterie, moins de boissons alcoolisées, cuisiner moins au beurre.

	<p><i>"Oui, énormément, j'ai appris à manger ! (rire)."</i></p> <p><i>"L'alimentation en fait, je pense que je faisais plus attention, c'est assez bizarre, entre l'avant infarctus, c'est-à-dire pendant ma période de régime que l'après infarctus parce que je me considérais plus dans le même régime en fait."</i></p> <p><i>"C'est-à-dire que je fais moins attention même si je fais attention."</i></p> <p><i>"Aujourd'hui je le suis moins parce qu'on m'a dit, le corps médical m'a dit : ne soyez plus aussi strict avec vous, vous allez vous faire du mal quoi, parce que ce n'est pas toujours bon d'être aussi strict, vous fumez plus, vous buvez pas, vous ne sortez pas, vous faites plus rien donc c'est bon, vivez quoi !"</i></p>
P5	<p>Oui, son alimentation avait énormément changé au cours des quelques mois qui ont suivi l'Idm: il cuisinait plus sous forme vapeur, mangeait moins de gâteaux et de sodas, plus de salades. Après qu'il ait déménagé sur Nantes (contexte professionnel prenant, cuisine peu aménagée, moins de motivation), il n'a plus fait attention.</p> <p><i>"Elle avait changé ouais bon bah elle avait radicalement changé, elle avait vraiment beaucoup changé et puis bah voilà, cette année là..." "- Après après l'infarct'?" "- Voilà cette année là malheureusement je la mets un peu entre parenthèses parce que là je peux pas, j'ai pas de euh j'ai une plaque comme je vous dis une plaque un micro-onde je peux rien faire de mais oui auparavant, immédiatement après, pendant des mois, les quelques mois qui ont suivi, elle avait radicalement changé."</i></p> <p><i>"En gros c'était plus que des trucs vapeurs, je faisais euh voilà plus de gâteau, je sais pas plus de soda plus de trucs comme ça et là, là y'a du laisser aller."</i></p> <p><i>"Au restaurant je prenais des salades maintenant je prends un plat comme les autres je ne fais plus..."</i></p>
P6	<p>Non, mais il mangeait beaucoup moins de charcuterie et a diminué les graisses.</p> <p><i>"J'ai toujours fait attention d'une manière générale quoi. Par contre beaucoup moins de charcuterie, ça c'est sûr."</i></p> <p><i>"Je fais un petit peu plus attention au gras."</i></p>
P7	<p>Oui, il a essayé avec sa femme d'avoir de meilleures habitudes alimentaires (manger de manière plus équilibrée). Mais rapidement, leurs efforts ont cessés. Il déjeunait le matin alors qu'avant l'Idm il ne prenait pas de petit déjeuner. Il avait plus faim qu'avant et a pris du poids, mais le tout étant dans un contexte d'arrêt du tabac concomitant.</p> <p><i>"J'étais du style à à, enfin moi j'accorde aucune importance à la nourriture, moi je me, je mange parce que il faut se nourrir mais je j'ai des temps des des habitudes alimentaires très mauvaises donc euh on a essayé à la suite de ça avec ma femme d'avoir des de meilleures habitudes, de manger équilibré euh de de changer donc certaines habitudes et puis euh rapidement le naturel est revenu au galop malheureusement euh et donc voilà on a toujours je pense tendance à, on pourrait progresser énormément là-dessus, manger plus complet, manger plus équilibré euh même si on a quand même, on a on a changé certaines de nos habitudes là-dessus, et puis il y a une autre chose qui a fait que mon alimentation a changé c'est que bah le tabagisme ."</i></p> <p><i>"Je déjeune le matin ce que je ne faisais jamais avant."</i></p> <p><i>"Je suis entrain de prendre du poids et que, j'ai, je lutte contre ça mais j'ai dû mal énormément, je mangerais un bœuf quasiment deux fois par jour, euh j'ai faim, j'ai faim."</i></p>
P8	<p>Oui il mangeait plus de légumes et de poissons, n'assaisonnait presque plus les sauces, déjeunait au restaurant administratif plutôt que de consommer des plats cuisinés tout prêt. Il mangeait plus le midi et moins le soir. Ça n'a pas été une contrainte pour lui.</p> <p><i>"Je mangeais un peu tout et n'importe quoi, surtout n'importe quoi."</i></p>
P9	<p>Oui, sur les conseils de la diététicienne, il mangeait moins de viennoiseries, a supprimé le beurre, et mangeait davantage de poissons gras.</p> <p><i>"On a changé au point de vue de la nourriture, on a changé des choses aussi donc suite à... suite à nos réunions que l'on a eu ici, donc euh on a tenu compte des bons conseils de la diététicienne, on a supprimé un certain nombre de choses euh comme les viennoiseries."</i></p> <p><i>"On a supprimé le beurre pour prendre du Fruit d'or avec de l'oméga 3, on mange peut être davantage de poissons gras."</i></p>
P10	<p>Oui. Il mangeait beaucoup de rôti de porc avant l'Idm et depuis mangeait plus de grillades, moins de graisses. Lui et sa femme cuisinaient moins à la poêle. Sa femme faisait attention à ce qu'il mangeait.</p>

	<p>"Ma femme fait attention à ce que je mange." "Moins de graisse d'ailleurs." "Y a des trucs aussi à la poêle qu'on faisait que maintenant le moins possible quoi." "Oui ça a changé un petit peu quand même de de, l'alimentation."</p>
P11	<p>Oui, lui et sa femme mangeaient moins de graisses: moins de fromages et de charcuteries, de mayonnaise, frites, plats en sauce. Ils mangeaient plus de laitages, de plats cuisinés à la vapeur. Ils n'achetaient plus de saucisson.</p> <p>"On fait quand même un peu plus attention que, qu'avant même si on, si on se nourrissait bien." "Essentiellement sur le fromage et les charcuteries, j'en mange moins et une fois du fromage par jour et un laitage à l'autre repas. Alors qu'avant c'était plutôt fromage à tous les repas...bon euh, on m'a dit qu'il n'en fallait pas autant, 40g, donc maintenant et bah, on essaie de faire avec ça. Euh pfff si à la cantine je fais attention parce qu'à la cantine on a beaucoup d'entrées mayonnaises et bah j'essaie de, de pas en prendre. Je ne mange pas de frites, euh produits en sauces enfin plats en sauces tout ça bah j'évite aussi ou alors ils enlèvent la sauce ou enfin voilà quoi." "Tout ce qui était cuisson vapeur et tout ça, on le faisait. Bon ça a, ça a pas modifié grand chose quand même sauf qu'on achète plus de saucisson. Ca s'arrête là les gros efforts."</p>
P12	<p>Non mais il cuisinait davantage de légumes verts et de poissons, moins de matières grasses.</p> <p>"Non ça c'est toujours moi qui fait la cuisine donc je fais un peu moins de matières grasses, davantage un petit peu de légumes verts trucs comme ça, mais c'est comme c'est moi qui cuisine à la maison euh..." "Un petit peu, un petit peu. Je fais davantage de poissons, que je ne faisais pas trop avant. Je ne sais pas si ça joue un rôle mais... (rires)"</p>
P13	<p>Oui, il mangeait moins de charcuterie, de fromage et de pain, et évitait les matières grasses. Dans l'ensemble ce n'était pas une contrainte sauf pour la restriction du pain.</p> <p>"Il y a des choses qu'il faut manger moins souvent et modérément bon la charcuterie et le fromage, éviter les matières grasses ça c'est clair, donc je m'y suis très très vite, très très vite mis et ça m'a pas posé de problèmes." "Oui forcément, forcément, mais ça n'a pas été vraiment une contrainte pour moi. La plus grosse contrainte je dirai aujourd'hui c'est le pain."</p>
P14	<p>Il limitait les corps gras, y pensait en permanence.</p> <p>"Oui, j'y fais énormément attention." "J'y pense tout le temps."</p>

Question18 Est-ce que votre vie sexuelle a changé?

	Réponses
P1	<p>Pas beaucoup.</p> <p>"Non non pas beaucoup."</p>
P2	<p>Non, mais elle était probablement plus calme.</p>

	<i>"Non, mais peut être plus calme."</i>
P3	Non.
P4	Oui, il y avait un frein dans ses capacités physiques. Il était inquiet sur ses performances sexuelles futures. <i>"J'ai l'impression que les médicaments me freinent sur un plan physique et j'ai moins de capacités sexuelles que j'en ai eu. Ça gêne pas pour l'instant, je pense pas, mais si ça continue ça me gênerait."</i>
P5	Célibataire (séparation juste avant son Idm), n'avait pas d'activité sexuelle mais il ressent une diminution de sa libido (probablement iatrogène). <i>"Euh je venais de me séparer avant de d'avoir l'infarctus et honnêtement depuis l'infarctus euh c'est calme plat et la seule chose que je peux vous dire c'est que je sens bien que les médicaments n'ont pas favorisé spécialement ma libido."</i>
P6	Oui, il avait moins de désir. Sa femme avait peur qu'il fasse des efforts physiques. Il était plus irritable. <i>"Alors moins de désir, alors je ne parle même pas depuis un mois, puisque depuis un mois, donc, ça fait partie de, ça fait partie de serpillère fauteuil, mais...donc...un peu moins, et le fruit de ma femme aussi: « Fais attention de pas trop te fatiguer »." <i>"Je suis plus irritable, alors plus irritable ça veut dire que c'est peut être pas facile d'être attentive sans être trop attentive."</i></i>
P7	Oui, énormément car il n'avait plus de libido. C'était une forte contrainte. Il n'en avait jamais parlé à son cardiologue et s'était décidé à lui en parler depuis qu'il a vu sur internet qu'il n'était pas le seul dans ce cas là. <i>"J'ai plus de libido." <i>"Ouai et oui, énormément, et ça c'est moyen, c'est même, c'est même super moyen. Je crois alors c'est, je sais pas si c'est euh si c'est euh contournable ça mais j'en ai jamais parlé avec le Dr Hossler, mais je vais lui en parler..." <i>"Je me rends compte que ça a réellement changé à ce niveau là et euh et donc en lisant sur internet c'est le cas d'autres personnes de beaucoup d'autres personnes aussi euh et donc je vais lui en parler savoir si on peut changer ça en changeant de médicament ou euh parce que bon c'est gênant quand même hein." <i>En parlant des contraintes liées au suivi de l'Idm : "Par rapport aux changements de ma vie sexuelle dont on parlait juste avant c'est « quedal » quoi, c'est pff c'est rien."</i></i></i></i>
P8	Oui, au début la vie sexuelle a changé avec une perte de désir. <i>"Au début oui, ouais. Elle a changé en ce sens que je n'avais plus aucun désir, non plus rien."</i>
P9	Oui, il y a eu une diminution de sa fonction sexuelle à cause des bêtabloquants. <i>"Oui oui elle a changé, oui oui, en tenant compte de, déjà elle avait changé un peu avec ces médicaments prostatiques et ensuite alors elle a changé, ça a donné encore un coup sur les bretelles avec ces bêtabloquants."</i>
P10	Oui, il avait moins de rapports sexuels. <i>"Ah oui oui. Il y a moins de rapports, moins de, oui, oui."</i>
P11	Oui, il avait moins de rapports sexuels et une érection plus difficile (probablement iatrogène). <i>"Est-ce que ça a changé bah euh oui quand même, euh les rapports sont moins proches, par contre euh c'est c'est le traitement je pense qui d'après Mme ??? euh, c'est plus long à se mettre en route"</i>

	voilà."
P12	<p>Oui, il avait une diminution de sa libido mais a il repris son activité sexuelle maintenant.</p> <p><i>"Bah disons que ça repart maintenant. Mais c'est vrai que j'avais autre chose en tête il y a quelques temps."</i> <i>"Parce que ça vous met quand même, ouai ça vous fout un coup quand même. Ah ouais hein..."</i></p>
P13	Non.
P14	<p>Il n'y a pas eu de changement au départ puis il avait la sensation que son cœur travaillait davantage.</p> <p><i>"Au début non, ça n'a rien changé mais euh si y'a un point...(...)...on s'aperçoit que le cœur travaille plus ou avant on n'y faisait pas attention ou quoi mais euh autrement non rien a changé mais euh on le sent quand même, on le sent plus."</i></p>

Question19 Est-ce que vos projets en général ont changé?

	Réponses
P1	Non.
P2	<p>Oui, peut être profiter plus de la vie, d'augmenter les loisirs comme la marche, de voyager.</p> <p><i>"Peut être profiter plus de la vie, loisirs! Loisirs, voyages, peut être."</i></p>
P3	<p>Oui, il avait plus d'envies et essayait de les concrétiser.</p> <p><i>"Oui, j'ai envie de faire plus de choses." "J'essaie de fixer les objectifs à court terme et sans trop les reporter."</i></p>
P4	<p>Oui par obligation notamment pour les projets de voyage par peur qu'il y ait un problème médical. Il y a eu une modification des projets professionnels avec moins de charge de travail (déléguait plus). Il réfléchissait à un changement d'orientation. Son projet de partir à l'étranger était compromis par la peur des limitations de moyens de prise en charge d'une éventuelle récurrence d'Idm.</p> <p><i>"Oui, par obligation."</i> <i>"Oui certains projets ont changé oui, mes projets de voyage ont changé par exemple, j'en parlais tout à l'heure, hein, l'avion et tout ça. Après les projets professionnels, sans doute, aussi, parce que vous savez, j'ai toujours eu des postes à responsabilité dans ma vie et j'y ai laissé beaucoup de plumes dans le boulot, beaucoup d'heures, beaucoup de pression, beaucoup de stress. Je vois les choses complètement différemment aujourd'hui."</i> <i>"Je me prends moins la tête pour le travail quoi, alors je délègue beaucoup plus."</i> <i>"Alors mon projet c'est peut être un peu pour suivre les traces de mon père mais c'est toujours partir..."</i></p>
P5	Non.
P6	Non.

P7	Non.
P8	Non.
P9	<p>Il était secrétaire général au niveau européen, membre du bureau départemental et national d'une association pour les familles des traumatisés crâniens. Oui, ses projets étaient déjà en train de changer du fait de son âge mais l'Idm a renforcé cette conception. Il désirait progressivement moins s'investir dans le monde associatif car il était plus fatigué. Il allait essayer de se ménager davantage et de se reposer lors de ses déplacements. Il a pris conscience qu'il n'était pas indispensable dans ses activités.</p> <p><i>"Donc j'étais déjà en problème de changement lié avec l'âge."</i> <i>"Mes projets ont changé, mes projets bah c'est-à-dire de toute façon mes projets ils étaient en question"</i> <i>"Donc je me suis laissé faire, donc j'ai gardé ça mais euh, on peut pas le garder indéfiniment, je sens bien que je fatigue davantage et que, et euh j'ai l'âge et j'ai mon problème cardiaque, donc il faut pas que, je peux plus jongler avec les aéroports et les trains et euh les avions et tout ça, et donc je pense que j'arrêterai, je pense que j'arrêterai euh cette année ou à la fin de l'année. Déjà à Stockholm je vais arrêter ma fonction de secrétaire général." - Avec votre âge et le fait que, qu'il y ait eu l'infarctus, ça a conforté en fait cette euh... - Ca a conforté voilà."</i> <i>"J'essaie de trouver une formule pour passer la main sans trop couper."</i> <i>"Ma préoccupation c'est euh si ma journée et si je peux équilibrer ma journée."</i> <i>"Mais j'ai bien conscience aussi parce que, je l'ai vu vivre par mes collègues avant moi que euh qu'il faut savoir s'arrêter euh, que quand on est plus là d'autres reprennent la relève et que ça continue même si ça continue différemment, ça continue donc je ne me fais pas trop de soucis là-dessus."</i></p>
P10	Non.
P11	<p>Non, il n'a pas de projet.</p> <p><i>"Non parce qu'on avait rien prévu euh de spécial."</i></p>
P12	<p>Il a revendu sa maison au vu de l'entretien important du jardin. Il allait donc plus dans son appartement dans les Côtes d'Armor. N'a pas pu aller aux sports d'hiver. Il avait moins d'envie.</p> <p><i>"Le jardin je ne veux plus en entendre parler quoi."</i> <i>"Ouais, donc comme on a un appartement dans les côtes d'Armor j'aime autant qu'on parte plus souvent là-bas. Et là-bas je suis en appartement donc j'ai pas d'entretien, j'ai rien, je suis allé un petit peu à la pêche, des trucs comme ça."</i> <i>"Non non à part ça bah je pff non il n'y a aucun projet si ce n'est qu'il fallait partir, bah vous voyez je voulais partir aux sports d'hiver"</i> <i>"Mais bon c'est pas ça qui me gêne, c'est de ne pas me sentir toujours prêt à aller de l'avant quoi, il y a toujours un un petit frein, je sais pas pourquoi, c'est peut être moi."</i></p>
P13	<p>Non car il se sentait bien et se sentait comme avant son Idm. Cependant il relativisait plus et pensait à profiter davantage de la vie.</p> <p><i>"Euh non non non non. Non parce que je vous dis je me sens pas, alors est ce qu'on oublie ? Est ce que on oublie ? Je sais pas si c'est ça mais je me sens redevenu comme avant quoi donc les projets, bon c'est sûr que euh bah on sait ce qui est arrivé, on sait qu'on est passé à côté de quelque chose qui aurait pu être plus grave donc sans doute qu'inconsciemment on se dit on ne va pas s'emmerder entre guillemets enfin je m'excuse pour le... (rires) on ne va pas s'embêter à s'arrêter à des considérations."</i> <i>"On en parle un peu avec ma femme oui en profiter davantage peut être mais bon on a nos enfants nos petits enfants bon voilà quoi, non ça n'a pas vraiment en ce qui me concerne changé ma vision des choses et de l'avenir quoi."</i></p>
P14	<p>Non mais il a augmenté son implication dans son club du troisième âge, il favorisait les activités intellectuelles afin d'être occupé. Il avait peur de la conduite mais plus maintenant.</p> <p><i>"J'ai pas changé, euh on n'a pas changé nos projets et ni les miens au contraire, je m'occupe de plus en plus des, du club de l'amitié qui est le club du troisième âge, étant président adjoint et donc j'essaie de donner le maximum pour avoir le plus possible de travail intellectuel et s'occuper pour ne pas être à la maison et gamberger."</i> <i>"J'avais peur à la conduite, un moment de fatigue."</i></p>

Question20 Votre place dans la société a-t-elle changé depuis votre Idm ?

	Réponses
P1	Non.
P2	<p>Il est trop tôt pour répondre car il n'avait pas repris totalement son activité. Les gens prenaient plus soin de lui et prenait plus pitié de lui. Il voulait rendre la pareille. Il existait un frein dans la réalisation de certains travaux.</p> <p><i>"Il y aura un frein quelque part...(...)...dans des travaux."</i> <i>"Aider quelqu'un peut être que là aussi, parce que bon, faut des vases communicants."</i></p>
P3	<p>Non, mais il voyait les choses de manière différente.</p> <p><i>"Non, non, je crois pas, mais je vois les choses différemment."</i></p>
P4	<p>Oui, il y a eu une évolution positive de sa place en fonction de son rétablissement, de ses relations, et selon ses événements de sa vie personnelle. Il s'inquiétait de la résistance de son cœur.</p> <p><i>"Oui que ma place elle évolue selon plein de choses quoi, selon la réparation, selon certains changements que j'ai signifié tout à l'heure dans mes relations, selon certaines choses qui se passent dans ma vie perso."</i> <i>"Voilà, on est en pleine évolution complète, moi je le sens bien, je sens que je suis vraiment en train de, je positive là de ce côté-là, hein, c'est déjà important. Je sens que je suis en pleine réparation. Le seul souci, le seul doute c'est est ce que ce cœur tiendra ?"</i></p>
P5	<p>Non car il n'en parlait pas (à part à ses proches). Il ne voulait pas que le regard des autres se modifie.</p> <p><i>"Non, non j'en ai pas l'impression, je le dis pas de tout façon je le dis pas hein. C'est pas une chose que je que je clame mais euh voilà mais je le dis à personne en fait, il y a simplement ma famille et mes amis proches qui sont au courant sinon euh non j'ai pas envie de dire que j'ai fait un infarctus quoi euh, j'ai pas envie que les gens me regardent en me disant : « Oh bah pov' vieux faut faire attention, faut le ménager, faut ». Je veux pas, peut être que si un jour vraiment je vois que je le sens pas je je serais peut être amené à le dire mais là j'ai pas du tout envie de ce regard là des gens sur moi."</i></p>
P6	<p>La place n'avait pas changé de ses yeux mais des yeux de sa famille oui. Les personnes se sont rendus compte qu'il pouvait mourir et prenaient plus soin de lui.</p> <p><i>"Alors, de mes yeux non. Des yeux de la famille, euh, ils se rendent compte que peut être que, enfin j'ai l'impression, je crois me rendre compte qu'ils se rendent compte que je suis pas immortel. Donc je sens qu'ils prennent un petit peu plus soin de moi, que ce soit, aussi bien la femme que les petits enfants."</i></p>
P7	Non.
P8	Non, sauf que ses collègues étaient plus gentils avec lui.

	<i>"J'ai l'impression que les gens qui savent, notamment à mon travail, sont plus gentils avec moi, plus attentifs...(…)… Mais autrement ma place euh non c'est la même."</i>
P9	<p>Non mais il était plus attentif envers les personnes qui ont eu un Idm.</p> <p><i>"Non je crois qu'elle était déjà bien, je crois que ma place dans la société était bien avec les choix que j'ai fait jusqu'ici de mon existence." "Non je pense que ça n'a rien changé, ça n'a rien changé. Sinon peut être être plus attentif à ceux qui passent par des phases comme ça." "Peut être que mon infarctus euh me me me rapproche aussi près de ceux qui ont ce genre de problème."</i></p>
P10	<p>Non.</p> <p><i>"Je crois pas, je crois pas" "Non non non. Ca a pas changé."</i></p>
P11	<p>Oui, dans son milieu professionnel, les personnes tenaient compte de son Idm et le préservait dans ses efforts.</p> <p><i>"Bah au boulot euh au boulot, au boulot euh j'ai bien senti qu'on, que les gens savaient ce que j'avais eu, parce qu'on m'a souvent dit : « Vas-y doucement. »" "J'avais pas le droit de porter des choses lourdes avant à cause de ma prothèse et de mes autres problèmes, là bah c'est fini."</i></p>
P12	<p>Non.</p> <p><i>"Non, je suis toujours à la même place moi (rires)."</i></p>
P13	<p>Non mais les gens s'intéressaient plus à lui au décours de son Idm. Puis, sa place est revenue progressivement comme avant vu qu'il n'était plus symptomatique. Face à l'incompréhension des proches, il a éprouvé la nécessité d'expliquer sa pathologie et ses restrictions alimentaires.</p> <p><i>"Non non. Ca c'est en fait bon au début on est un peu le centre d'attraction entre guillemets, amis ou famille et puis comme tout va bien, bah ça disparaît et la réinsertion vous voyez se fait normalement." "D'abord il faut expliquer aux gens qui ne comprennent pas forcément, sont surpris qu'on fasse un infarctus quand on a vu la personne 1 mois avant, on va dire en pleines possession de ses moyens donc évidemment ça c'est le coup de massue, et puis après bah leur expliquer que bah les choses un peu vont changer hein dans la façon de s'alimenter des choses comme ça, là c'est un peu plus difficile, un peu plus compliqué pour la famille à comprendre mais voilà c'est tout autrement après bah une fois que tous les symptômes ont pratiquement disparu vous êtes dans le même état qu'avant donc. C'est pas pour ça que les gens oublient mais je veux dire voilà quoi, ils font confiance dans ce qu'ils voient."</i></p>
P14	<p>Non.</p> <p><i>"Ma place dans la société n'a pas changé."</i></p>

Question21 Votre place dans votre famille (parents, enfants..) ?

	Réponses
P1	Non mais sa sœur était assez inquiète.

	<p><i>"Oui des frères et sœurs oui bah ma frangine était assez inquiète au départ mais bon comme elle me voit en pleine forme je crois qu'elle s'est, on en parle plus (rires) plus personne n'en parle. Non non du tout."</i></p> <p><i>"Non non pas de modification."</i></p>
P2	<p>Son entourage avait peur au départ et ils étaient surpris. Il y a eu un rapprochement familial, ils demandaient de ses nouvelles.</p> <p><i>"J'ai fait peur à certains moments."</i></p> <p><i>"...qui ont eu très peur, hein, ça c'est clair."</i></p> <p><i>"C'est vrai que quand on a un infarctus, ça fait peur et puis voilà quoi...Du fait que...enfin je vais répéter ce que j'ai dit mais : vous êtes à 200% et puis du jour au lendemain vous êtes plus rien quoi, et pour quelqu'un qui n'est jamais malade."</i></p> <p><i>"C'est brutal, mon entourage, oui, était étonné."</i></p> <p><i>"Tout va bien donc tout est rentré dans l'ordre."</i></p> <p><i>"Non au contraire, ils se sont peut être plus soudés."</i></p> <p><i>"Je pense qu'il y a eu un rapprochement de ce côté-là."</i></p>
P3	<p>Non, mais il s'est rapproché de son frère qui a eu un Idm. Sa fille était angoissée. Elle a fait un bilan cardiaque.</p> <p><i>"Non, ça n'a pas changé, par contre je me suis rapproché plus de mon frère."</i></p> <p><i>"Lui il s'est rapproché de moi."</i></p> <p><i>"On est beaucoup plus proche parce qu'on a les mêmes problèmes, on a pratiquement les mêmes médicaments à quelque chose près."</i></p>
P4	<p>Oui, il y a eu un rapprochement possible de sa fille. Il n' a pas parlé de son Idm à sa mère de peur de l'inquiéter.</p> <p><i>"Ma fille s'est peut être plus rapprochée de moi."</i></p>
P5	<p>Non, il y avait peu de communication avec sa famille.</p> <p><i>"Bah comme je vous l'ai dit, j'ai une vie de famille qui est euh j'ai des frères, j'ai des sœurs mais on ne se voit pas, on se voit pas régulièrement, on se voit relativement peu donc non ça n'a pas changé par rapport au, non non."</i></p>
P6	<p>Oui, les membres de sa famille ont pris conscience de la mort, et les membres de sa famille s'occupent plus de lui.</p> <p><i>"Je crois me rendre compte qu'ils se rendent compte que je ne suis pas immortel." "Donc je sens qu'ils prennent un petit peu plus soin de moi."</i></p>
P7	Non.
P8	Non.
P9	<p>Non mais ils étaient plus attentifs envers lui et sa femme.</p> <p><i>"Non non, peut être au contraire qu'ils sont plus attentifs parce qu'ils savent qu'on a eu cette misère, cette misère physique donc ils s'inquiètent de notre santé."</i></p>
P10	<p>Non, il ne croyait pas mais les membres de sa famille étaient quand même plus attentifs, à l'écoute, ils s'étaient rapprochés de lui.</p> <p><i>"Changé non je crois pas que ça a changé, enfin je vois pas, enfin je m'en rends pas compte toujours, non non les rapports sont les mêmes. Non on s'est même plus rapproché."</i></p>

	<p>"Eux se sont plutôt rapprochés de moi" "Ils sont plus à l'écoute" "Ils font plus attention voilà oui oui, plus attentifs."</p>
P11	<p>Non mais il demandait plus à son fils de réaliser les tâches physiques de bricolage.</p> <p>"La famille je la vois pas beaucoup euh je les vois quand ils passent me voir ici, euh non ça a pas changé vraiment non." "Bah c'est pareil on fait attention à, on a un fils qui est encore à la maison, il est grand, quand il y a quelque chose à faire bah on pense plus à lui en priorité, bon de temps en temps, on fait des bricoles à deux, lui fait le plus dur, enfin le plus pénible et puis voilà. C'est ça qui a changé alors qu'avant je lui demandais rarement."</p>
P12	<p>Non mais il avait peur d'inquiéter les membres de sa famille.</p> <p>"Non ça n'a pas changé. C'est-à-dire qu'avec ma femme on a pas voulu non plus trop trop les inquiéter."</p>
P13	<p>Non, il ne pensait pas mais ça a marqué, même choqué ses enfants. Il y a eu une prise de conscience de sa famille du caractère héréditaire de l'Idm avec la réalisation d'un dépistage cardiovasculaire par son frère au décours. Face à l'incompréhension des proches, il éprouvait la nécessité d'expliquer sa pathologie et ses restrictions alimentaires.</p> <p>"Non je ne pense pas. Donc là je ne peux pas répondre à la place de mes enfants bien sûr mais bon, bon ça les a marqué c'est évident, ça les a marqué choqué donc du coup ça leur à également tous fait prendre conscience et y compris dans ma famille, donc mon frère par exemple, ça a fait un déclenchement comme on a des antécédents familiaux, mon frère également c'est le même que moi, donc lui ça lui a fait prendre conscience et il s'est fait faire des examens, cardiaques, qu'il n'aurait sans doute pas fait " "Ca leur a fait prendre conscience quand même que bah y'a un antécédent, c'est leur père." "D'abord il faut expliquer aux gens qui ne comprennent pas forcément, sont surpris qu'on fasse un infarctus quand on a vu la personne 1 mois avant, on va dire en pleine possession de ses moyens donc évidemment ça c'est le coup de massue, et puis après bah leur expliquer que bah les choses un peu vont changer hein dans la façon de s'alimenter des choses comme ça, là c'est un peu plus difficile, un peu plus compliqué pour la famille à comprendre mais voilà c'est tout autrement après bah une fois que tous les symptômes ont pratiquement disparu vous êtes dans le même état qu'avant donc."</p>
P14	<p>Non.</p> <p>"Pas du tout."</p>

Question22 Votre place dans votre couple ? (communication, rôle)

	Réponses
P1	<p>Sa femme était inquiète et plus choquée que le patient (sur le moment et lors de la reprise du sport ou lorsqu'il partait seul).</p> <p>"A mon avis, elle a été plus euh plus choquée que moi en fait (rires). Elle l'a moins bien vécu que bon parce que moi j'ai vu tout de suite que ça avait été rétabli, et puis c'est, le système refonctionnait, mais elle a été inquiète pendant longtemps hein ouais surtout après quand je me suis mis à faire du vélo et puis prendre le vélo et tout le truc, elle n'était pas très rassurée que je parte comme ça dans la nature tout seul après, hein donc oui ça l'a plus, à mon avis ça l'a plus perturbée elle que moi ca m'a perturbé."</p>
P2	<p>Elle se souciait de sa prise de traitement. Elle était plus stressée que lui, avait probablement plus peur et le freinait dans ses activités.</p>

	<p><i>"Elle va se soucier si j'ai pris ou si j'ai pas pris...euh mais bon je reste autonome quand même."</i></p> <p><i>"Elle est plus stressée que moi maintenant, elle a sûrement plus peur que moi...(...)... que moi je serais maintenant plus partant à faire des efforts donc est là pour mettre un frein."</i></p>
P3	<p>Non mais elle le trouvait moins dynamique. A part cela, il n'y avait pas de changement. Il lui était redevable dans la prise en charge de son Idm.</p> <p><i>"Elle trouve que je suis un peu plus mollasson maintenant."</i></p> <p><i>"Je suis moins impulsif sur les réponses, sur faire quelque chose."</i></p> <p><i>"Non, je pense que bah si je suis là c'est peut être grâce à elle encore."</i></p>
P4	<p>Il éprouvait un sentiment de culpabilité concernant le comportement qu'il avait eu avec sa femme dans les suites de l'Idm.</p> <p><i>"J'ai pas été bon quoi."</i></p> <p><i>"J'ai peut être trop demandé, j'ai peut être pas assez vu ce qu'elle faisait."</i></p> <p><i>"Je pense que ça a changé sur le moment, bon je ne pense pas qu'on s'en veuille maintenant mais euh, oui il y a des trucs que j'aurais pu mieux faire."</i></p>
P5	<p>Célibataire.</p>
P6	<p>Le fait qu'elle lui ait empêché de partir en camping-car après son hospitalisation l'a beaucoup marqué.</p> <p>Oui, elle prenait plus soin de lui, était plus attentive.</p> <p>Il pensait que ça lui avait permis de réfléchir aux soucis matériels lorsqu'elle sera veuve et de modifier son comportement.</p> <p>Elle évitait de trop charger les sacs à porter.</p> <p><i>"Dans mon couple, ce qui m'a marqué, je vous ai dit c'est quand je suis, quand ma femme a décidé que j'étais malade au retour du séjour à...(...)...l'hôpital"</i></p> <p><i>"Enfin je pense que ça va lui permettre de concrétiser le fait de l'éventualité d'être veuve quoi et de tout ce que ça peut...enfin mis à part le côté sentimental de la chose, mais sur le plan pratique, oui c'est ça dans la vie pratique, ça lui amènerait quelques problèmes et donc je pense que ça lui a permis de réfléchir à ça et de...oui, c'est clair et de résonner dans ce, de modifier un peu son comportement suite à ce raisonnement là."</i></p> <p><i>"Elle évite de trop charger ses sacs pour que trop, euh, elle me demandait trop souvent de porter les sacs."</i></p>
P7	<p>Non.</p>
P8	<p>Il s'impliquait moins dans sa vie quotidienne, dans l'éducation de ses enfants, ce qui était source de reproches de la part de sa femme.</p> <p><i>"C'est possible."</i></p> <p><i>"Je relativise vraiment plein de choses. Et heu, ma femme, combat légitimement pour que je puisse reprendre plus de place."</i></p> <p><i>"Je sous traite très très facilement auprès de ma femme; et euh elle me redemande enfin elle me demande d'être plus présent par rapport à l'éducation déjà de nos enfants."</i></p> <p><i>"Je suis tombé d'une certaine manière dans une forme de « Je m'en foutisme » qui était sûrement une forme de déprime."</i></p>
P9	<p>Non sauf leur vie sexuelle qui a changé.</p> <p><i>"Non dans notre couple ça n'a pas changé de choses fondamentales sinon la partie sexuelle dont on a évoqué qui à cause des médicaments, à cause des médicaments prend une autre, une autre. Mais le reste non, non, non parce que on l'a, on l'a vécu ensemble et on l'affronte ensemble."</i></p>
P10	<p>Non.</p>
P11	<p>Lui et sa femme demandaient plus à leur fils d'effectuer les tâches physiques de bricolage.</p> <p><i>"Bah c'est pareil on fait attention à, on a un fils qui est encore à la maison, il est grand, quand il y a quelque chose à faire bah on pense plus à lui en priorité, bon de temps en temps on fait des</i></p>

	<i>bricoles à deux, lui fait le plus dur, enfin le plus pénible et puis voilà. C'est ça qui a changé alors qu'avant je lui demandais rarement."</i>
P12	Non.
P13	Non.
P14	Non.

Question23 Votre place dans votre milieu professionnel ?

	Réponses
P1	Non.
P2	<p>Oui car il travaillait en mi temps thérapeutique. Il voulait se ménager dans son travail, essayer de diminuer son stress. Etonnement de la part de sa direction lors de l'annonce du diagnostic.</p> <p><i>"On verra bien...à condition que je ne me mette pas la pression ! Le problème c'est ça quoi !".</i> <i>"C'est brutal, oui, mon entourage était étonné : c'est pas possible, même m'a dit ma direction, elle ne comprenait pas pourquoi."</i></p>
P3	<p>Oui, il y a eu un renversement de situation par rapport à l'importance qu'il accordait à son travail. Depuis son Idm, il a privilégié plus sa vie privée et sa santé que sa vie professionnelle. Il relativisait les problèmes liés à son travail. Ses collègues allégeaient ses efforts physiques. Il pensait que ses collègues avaient peur qu'il leur arrive le même événement. Ils ont réalisé ce qu'il lui était arrivé.</p> <p><i>"Un moment j'ai privilégié certainement plus ma vie professionnelle que ma vie à moi et maintenant j'ai fait l'inverse, c'est-à-dire moi ma vie professionnelle c'est après, quoi qu'il arrive."</i> <i>"Ca a été un basculement."</i> <i>"Je me suis détaché quand même un peu de mon activité professionnelle."</i> <i>"Les problèmes sont les mêmes au jour d'aujourd'hui mais faut reconnaître, je vais dire qu'honnêtement je cours moins après."</i> <i>"Le fait de m'être arrêté fait que j'ai réalisé que l'entreprise a pas besoin de moi pour tourner."</i> <i>"Alors que maintenant il y a des choses que je me sens beaucoup plus affirmé que...je me sens capable de dire que j'aurais pas dit ...(...)...la priorité n'a pas été mise au même endroit maintenant...c'est ma santé."</i> <i>"Au travail ça a changé dans la mesure où...bah c'est ce que je disais toute à l'heure, les gens ne me demandent pas des choses qui pourraient me faire faire des efforts inconsidérés."</i> <i>"Je pense aussi qu'ils se sont fait un report sur eux, en disant ça arrive à lui, ça pourrait nous arriver à nous."</i> <i>"Ils m'ont vu à différents stades, ils m'ont vu où j'étais pas bien, donc là ils m'ont vu après, ils m'ont dit : bah oui il était quand même pas bien, il lui est arrivé quand même un sale coup !"</i></p>
P4	<p>Oui, elle a changé au décours de l'infarctus (trois mois) puis elle est redevenu la même. Il était fatigué et n'arrivait pas à accomplir son métier totalement.</p> <p><i>"Dans mon travail ça m'a perturbé énormément parce que j'étais arrêté pendant trois mois et j'ai essayé quand même de bosser d'ici mais malgré tout j'étais pas du tout capable de faire mon métier"</i></p>

	<p>normalement, de donner des bonnes directives." <i>"Ca a duré, je vais dire, euh jusque fin août pratiquement, donc quatre mois facile hein, quatre mois où...je faisais le prétentieux lorsque j'arrivais devant mon personnel en disant ça va mieux..mais bon honnêtement, voilà j'étais fatigué." "Non, non, c'est toujours la même."</i></p>
P5	<p>Oui mais il était en plein changement de statut professionnel. Il passait un concours au moment de son Idm puis était en stage (lors de l'entretien). Il a dû déménagé à Poitiers puis à Nantes. Depuis son Idm, son travail était important au niveau quantitatif et engendrait du stress. Cependant il n'avait pas modifié sa conception du travail, qui pour lui restait sa priorité.</p> <p><i>"Ca faisait 8 ans que j'étais en région parisienne, j'y suis pour euh pour euh donc pour ma profession, je viens d'avoir une mutation à Poitiers au mois de, le mois de mai qui a suivi, en même temps je passais un examen pour avoir une, une promotion pour passer cadre dans la fonction publique et en fait ça m'est arrivé l'infarctus entre les écrits et l'oral et ça m'a pas empêché en fait d'avoir l'oral mais du coup il a fallu que je déménage maintenant sur Nantes. Donc là je suis parti sur une autre formation qui est bah hyper stressante euh hyper stressante quoi pour moi, c'est-à-dire que bah voilà j'ai du boulot euh par-dessus la tête, je vais faire des stages dans des domaines et des lieux que je ne connais pas." "Indéniablement oui." "Mais ça m'empêche pas euh d'assumer pour l'instant." "Ca a pas changé ma conduite à moi donc ça a pas changé mon degré d'implication, ma conscience professionnelle et puis non ça n'a pas changé par rapport à ça." "C'est-à-dire que ça reste une priorité malgré tout."</i></p>
P6	Retraité.
P7	<p>Non par obligation car aurait aimé prendre du recul. La reprise a été difficile et du coup progressive car il était fatigué.</p> <p><i>"Malheureusement non et je pense, je dis malheureusement parce que euh parce que euh je, je pense que euh, ça serait mieux pour moi que ça ait un petit peu changé malheureusement comme je vous l'ai dit je suis indépendant donc euh bah je suis tout seul globalement et que donc euh je je dois, je dois tout faire, tout gérer enfin bon c'est pas une, voilà c'est comme ça hein quoi, mais que euh ça induit de la pression, du stress et que si je pouvais prendre du recul par rapport à tout ça, je pense que ça serait mieux pour moi quoi." "Effectivement à la reprise je voyais bien que j'avais pas la pêche. Je fatiguais enfin c'est pas que je n'avais pas la pêche c'est que je me fatiguais mais ultra rapidement." "Un rendez-vous de 2h pouah j'étais épuisé, j'étais vidé quoi. Donc bon j'ai repris très doucement, progressivement euh c'est revenu mais ça a bien mis, ça a bien mis 2 mois quand même à revenir."</i></p>
P8	Non.
P9	Retraité.
P10	Retraité.
P11	<p>Oui, les personnes tenaient plus compte de sa pathologie et le préservaient dans ses efforts.</p> <p><i>"Oui oui oui ça a changé oui." "Bah au boulot euh au boulot, au boulot euh j'ai bien senti qu'on, que les gens savaient ce que j'avais eu, parce qu'on m'a souvent dit : « Vas-y doucement. »" "J'avais pas le droit de porter des choses lourdes avant à cause de ma prothèse et de mes autres problèmes, là bah c'est fini."</i></p>
P12	Retraité.
P13	<p>Non. Le fait d'avoir changé de poste en 2005 sous la contrainte a été un facteur de stress pour lui.</p> <p><i>"Depuis donc 2005 je suis resté bloqué dans un bureau alors qu'avant je faisais du dépannage, je montais les escaliers, je portais une valise voilà et puis du jour au lendemain en 2005 donc sous la contrainte donc ça a été une part de stress aussi ça a été une part de stress importante."</i></p>

P14	Retraité.
-----	-----------

Question24 Avez-vous modifié vos conditions de travail ?

	Réponses
P1	<p>Oui, il était moins stressé et a pris du recul. Les horaires étaient plus allégées, il déléguait davantage et prenait plus de jours de congés. Il n'a pas effectué de mi temps thérapeutique (refus du patient).</p> <p><i>" Je prends les choses avec plus de philosophie." " J'ai davantage délégué certaines taches." " Ca m'enlève des tracas et soucis et de stress." " Aujourd'hui, j'ai des horaires normaux." "J'ai aménagé plus de temps de repos". "J'ai eu les 5 semaines d'arrêt, la cardiologue ici souhaitait que je redémarre à mi-temps mais c'est pas trop mon style donc je préférais repartir directement dans le bain et puis ça ça la fait après, je me suis aménagé bah plus de plus de temps de repos"</i></p>
P2	<p>Oui, il était en mi temps thérapeutique (depuis trois mois). Il a diminué son temps en déplacement depuis son idm au profit de l'activité au bureau. Il désire repartir en déplacement afin d'avoir moins de pression. La reprise du travail a été difficile.</p> <p><i>"C'était très dur, le problème quand on a un arrêt comme ça : on est complètement déconnecté du travail et là il faut se remettre...et en se remettant on s'aperçoit, et ça ça fait mal quoi quelque part c'est... voir être découragé et de se dire c'est pas possible, et ça revient petit à petit.." "Au départ très très fatigué."</i></p>
P3	<p>Trois mois après son Idm, il a repris en mi temps thérapeutique pendant un mois puis à temps complet. Il a allégé son temps de travail et fait moins de déplacements.</p> <p><i>"Je me suis allégé mon programme et on m'a allégé mon programme."</i></p>
P4	<p>Il a été arrêté trois mois puis il a repris à plein temps. Oui, il a adapté et aménagé son temps de travail, limiter la quantité de travail, diminuer son temps de transport. C'était une situation difficile à gérer au niveau des priorités de vie.</p> <p><i>"Oui j'ai changé dans le sens où je suis obligé d'adapter quand même mon temps de travail, j'essaie de réguler. Hier, par exemple, je suis rentré plus tôt." "J'aménage plus mes plages et puis j'essaie de rouler un peu moins en voiture." "Euh, pff, par obligation, je suis obligé de changer certaines choses parce que je me dis : c'est vital ! mais d'un autre côté, euh, c'est vital pour moi mais d'un autre côté je suis obligé de maintenir certaines choses parce que c'est vital pour l'entreprise donc ma vie contre celle de l'entreprise : non mais, pff, c'est pas simple."</i></p>
P5	<p>Les conditions de travail se sont modifiées indépendamment de son Idm.</p> <p><i>"Ca a pas changé ma conduite à moi donc ça a pas changé mon degré d'implication, ma conscience professionnelle et puis non ça n'a pas changé par rapport à ça."</i></p>

	<i>"C'est-à-dire que ça reste une priorité malgré tout."</i>
P6	Retraité.
P7	Non par obligation car il aurait aimé prendre du recul. <i>"Malheureusement non et je pense, je dis malheureusement parce que euh parce que euh je, je pense que euh, ça serait mieux pour moi que ça ait un petit peu changé malheureusement comme je vous l'ai dit je suis indépendant donc euh bah je suis tout seul globalement et que donc euh je je dois, je dois tout faire tout gérer enfin bon c'est pas une, voilà c'est comme ça hein quoi, mais que euh ça induit de la pression, du stress et que si je pouvais prendre du recul par rapport à tout ça, je pense que ça serait mieux pour moi quoi."</i>
P8	Reprise à temps complet directement. N'a pas changé ses conditions de travail mais relativise plus. <i>"La seule chose qui a changé c'est que j'ai un pouvoir de relativiser maintenant." "Alors maintenant prrr, je me dis bah je ferais ce que je pourrais et euh, alors qu'avant j'étais invivable, je le sais."</i>
P9	Retraité.
P10	Retraité.
P11	Il n'a pas effectué de mi-temps thérapeutique. Il a diminué les efforts physiques. <i>"J'ai souvent des unités centrales à déplacer, des écrans, marcher avec ça sous le bras pour aller au bureau et tout ça ouais, donc bah tous tous ces petits gestes quotidiens, maintenant je les fais plus comme ça, je mets sur un chariot et puis je pousse le chariot. Après je prends l'ascenseur plus souvent que les escaliers et voilà." "J'avais pas le droit de porter des choses lourdes avant à cause de ma prothèse et de mes autres problèmes, là bah c'est fini."</i>
P12	Retraité.
P13	Non.
P14	Retraité.

Question25 Vos relations avec vos amis ont-elles changé ?

	Réponses
P1	Non.
P2	Non mais il y a eu un rapprochement. <i>"Non au contraire, ils se sont peut être plus soudés."</i>
P3	Non, mais ses vrais amis se sont confirmés dans leurs attitudes suite à l'Idm. Ils ont également manifesté plus d'attention à son égard. <i>"Non, mes amis sont devenus plus mes amis."</i>

	<i>"C'est là qu'on s'aperçoit les vrais amis mais ça n'a pas changé de nature, ils y étaient avant, ils sont restés après, mais peut être avec plus d'attention."</i>
P4	<p>Oui surtout au décours de l'Idm, les gens le maternaient et ça finissait par l'agacer. Les relations ont été coupées pendant trois à quatre mois car il ne voulait plus recevoir du monde chez lui.</p> <p><i>"Surement." "J'ai l'impression qu'on me maternait des fois, aujourd'hui moins...(...)...on ne fait plus trop de distinguos." "Enfin j'en avais marre qu'on me demande comment ça allait quoi, euh donc voilà maintenant ça m'arrange bien qu'on ne me demande moins ou plus."</i></p>
P5	Non.
P6	Non.
P7	Non.
P8	<p>Oui, il a trié ses amis. Effet positif. Le patient se rassurait en se disant qu'il y avait des personnes atteintes d'un Idm connues de ses amis et toujours en vie.</p> <p><i>"Oui, j'ai fait du tri." "Donc c'est positif."</i></p>
P9	<p>Non.</p> <p><i>"Non, non les vrais amis non, les vrais amis ils partagent vos soucis, non non non."</i></p>
P10	<p>Non, mais ses amis étaient plus proches.</p> <p><i>"Oh non, j'aurais même peut être bien plus près encore."</i></p>
P11	<p>Oui, ils en parlaient en permanence.</p> <p><i>"Oui euh ça a changé mais bon on ne faisait rien de vraiment exceptionnel, quand on se voit c'est pour un repas, pour un anniversaire, pour une fête bah on parle de ça, à tous les coups on en parle, ça c'est sûr."</i></p>
P12	<p>Non, mais ses amis étaient peu présents. Son comportement s'est donc modifié car sa femme prend des distances.</p> <p><i>"Bah les amis les plus proches non ça n'a pas changé du tout, et puis vous savez les gens ils ont vite oublié que vous avez fait un infarctus, c'est ce que je me rends compte. Il y a des amis bon euh, ils ont demandé des nouvelles une fois et puis c'est tout quoi." "Oui vous savez les gens sont certainement pris par autre chose que vous, je me rends compte que pensant des fois, on dit tiens j'ai des bons amis mais vous vous dites tiens il arrive quelque chose, un coup dur comme ça, il n'y a pas grand monde." "Ils ne sont pas forcément là non non. Enfin pas je parle pas spécialement pour moi mais aussi pour ma femme." "Bah oui parce que moi j'aurais pas trop changé parce que je suis pas, je suis du genre assez assez cool mais ma femme me dit bon nannanananana, elle me le rappelle de temps en temps, untel untel..." "Pas pour moi personnellement mais je rentre dans dans son jeu, un petit peu. Elle il y a des choses qu'elle n'a pas trop appréciées. Elle s'attendait à davantage de soutien de certaines personnes,"</i></p>

	<i>qu'elle a pas trouvé quoi. Alors là elle aurait tendance à mettre un peu de distance."</i>
P13	Non.
P14	Non, car ils n'ont pas modifié leur attitudes depuis l'Idm. <i>"Non, je ne pense pas au contraire euh au contraire euh, ils font comme avant, ils ne font pas du tout attention que j'ai des soucis de santé." "J'ai l'impression que les gens ils, je me répète mais ils y pensent pas, à moi, ils ne pensent pas à moi."</i>

Question26 Vos relations avec vos connaissances ont-elles changé?

	Réponses
P1	Non mais les coronariens qu'il connaissait se mettaient plus en relation avec lui sans qu'il y ait pour autant de rapprochement. <i>"Non non ce qui est amusant c'est que les gens qui ont des problèmes d'infarctus entre autre bah sont... Là j'ai un copain par exemple qui m'a appelé la semaine dernière parce qu'il était aux urgences à Macon, il venait de faire un infarctus, il m'a appelé aussitôt pour me demander des tuyaux donc c'est rigolo mais c'est plus dans ce sens là et puis d'autres copains que je connaissais qui avaient fait des infarctus aussi qui m'ont appelé qui m'ont dit bienvenue au club. On a l'impression que c'est un réseau d'anciens combattants du système (rires) mais c'est tout autrement y'a pas..."Ca a permis quelques rapprochements ou euh ?- Ouais non non même pas, c'est un petit clin d'œil quoi c'est."</i>
P2	Il y a un peu plus de rapprochement car ils demandaient de ses nouvelles. Ils le freinaient dans ses activités. <i>"Et bien, par gentillesse ils prennent de mes nouvelles, c'est vrai, là aussi, c'est peut être un peu plus rapproché dans la mesure où bah, oui, ils demandent des nouvelles hein...voilà, donc maintenant je les rassure mais ils me disent : "Attention ! Mettez un frein !""</i>
P3	Non mais il y avait une prise de nouvelles par certaines connaissances.
P4	Oui il était plus entier. <i>"Je me prends pas la tête quoi, j'aime ou j'aime pas, ça c'est clair et encore plus aujourd'hui qu'hier."</i>
P5	Oui, il était moins entreprenant envers les autres, il préférait être avec des personnes qu'il connaissait bien. <i>"J'ai peut être moins envie de, je préfère être dans un milieu que je connais, que je connais déjà plutôt..." "Peut être moins envie d'aller vers les autres quoi et je sais, je pense que c'est lié aussi un peu par rapport à ça." "Peut être un petit peu plus renfermé sur moi que que je ne l'étais."</i>
P6	Non mais pendant les trois mois suivant son Idm, ses connaissances lui demandaient plus de nouvelles, ce qui finissait par l'agacer. Maintenant c'est terminé. <i>"C'est ça pendant trois mois et puis maintenant, ça y est c'est, je suis redevenu normal. Mais je le comprends facilement parce qu'en plus de ça, ça m'énerverait sérieusement que de tous les jours me demander "Alors comment va ton cœur, comment va ton cœur, comment va ton cœur ?"."</i>

P7	Non. <i>"Non ça n'a pas changé non, les relations n'ont pas changé euh non, non ça a pas changé, comment vous dire euh non si ce n'est bah que je suis cardiaque quoi mais bon comme moi j'en fais pas cas quelque part euh ça change rien, ça ne change pas le relationnel."</i>
P8	Non.
P9	Oui car il limitait ses rencontres et ses déplacements du fait de sa fatigue, ce qui a entraîné une distance dans ses relations avec ses connaissances. <i>"Oui peut être un peu pas en ce sens que, en ce sens que l'infarctus m'oblige à limiter des, à limiter des rencontres et des déplacements." "Bon ensuite certaines réunions aussi, avant j'y allais maintenant je trie les réunions dans lesquelles je vais, ce qui fait que les gens avec lesquels j'ai des relations de travail entre guillemet, de travail bénévole entre guillemets ou d'activités de retraités ou simplement de de bonne amitié bon ça diminue parce que moi je dis non non non non." "Ca fait de la fatigue, je peux plus." "Certains liens se distendent parce qu'on n'est plus là, on ne va plus, on va de moins en moins à certaines choses."</i>
P10	Non.
P11	Non.
P12	Non mais ses voisins se montrent très présents. <i>"Donc non nous les voisins dans le quartier non au contraire, au contraire j'ai eu davantage de euh vis-à-vis des voisins, bon eux mes plus proches parce que ça va faire 40 ans qu'on est dans le même quartier, ils m'ont dit : « Bernard si t'as un problème tu me le dis, si tu ne peux pas faire ceci pas faire cela, on viendra tondre ta pelouse, c'est ce qui s'est passé au tout début quoi »." "Ah ouais ouais, là de ce côté-là j'ai trouvé davantage auprès de mes voisins que vis-à-vis des amis."</i>
P13	Non.
P14	Non.

Question27 Cet événement est-il parlé dans votre famille et dans votre entourage proche ?

	Réponses
P1	Oui.
P2	Oui, lors de l'entretien il ressentait la nécessité de rassurer ses proches. <i>"Une fois que c'est dit, une fois c'est dit, point, bon oui il n'y a pas de souci de ce côté-là, non. Maintenant faut vivre à l'instant T et puis voilà, et puis prendre bah..puisque ça va de mieux en mieux, voilà..faut le faire savoir, rassurer les proches : dire voilà c'est du passé, et je suis bien suivi donc il n'y a plus de problème ! (rire)".</i>
P3	Il avait une peur initiale de provoquer un choc chez son père et d'affecter sa santé. Sinon, il n'a pas eu de difficulté pour en parler.

	<i>"C'est pas du tout un tabou hein."</i>
P4	<p>Oui sauf avec sa mère. Il n'attendait pas de réponses particulières de la part de ses proches.</p> <p><i>"Oui sauf ma mère, voilà autrement biensûr avec mon frère, ma sœur et puis ceux qui m'entourent, ma famille qui m'entoure d'autres familles plus ou moins proches, oui, tout à fait oui... Oui on en parle, on en parle, voilà mais vous savez, je pense que, moi j'attends pas une réponse de la part des gens, j'attends une réponse médicale ou j'attends une réponse perso mais... on en parle oui."</i></p>
P5	<p>Oui, il y a eu énormément d'échanges au moment de l'Idm mais au moment de l'entretien il ne désirait plus beaucoup en parler. Ses proches le moralisaient parfois.</p> <p><i>"Bah on en a beaucoup parlé au moment où c'est arrivé oui maintenant euh voilà quoi, les gens voient bien que j'ai euh, de temps en temps j'ai le droit un petit peu de moral quoi de la part de mes amis de la part de ma famille mais ça reste ça en reste là on en parle pas non plus pendant 10 heures. C'est pas un sujet que j'ai non plus c'est vrai envie d'aborder pendant..."</i></p>
P6	<p>Oui, le sujet était facilement abordé mais pas souvent parce qu'il a fait comprendre qu'il ne fallait plus en parler.</p> <p><i>"On l'aborde facilement oui, mais est ce qu'on l'aborde souvent non dans la mesure où, non, bah de toute façon, j'ai fait comprendre que l'épisode était terminé quoi."</i></p>
P7	<p>Oui, l'événement a été beaucoup abordé au décours de l'Idm puis l'a été de moins en moins. Il n'y avait pas de tabou. Il pense que les gens comprenaient ce qui lui était arrivé.</p> <p><i>"Ah oui, ah ouais ouais. En même temps c'est pas le sujet de discussion qui revient sans cesse hein, ça l'a été pendant une période évidemment euh avec tout le monde mais euh ça l'est de moins en moins et euh mais quand euh à l'occasion on en discute il n'y a pas de tabou, c'est un truc naturel." "Il n'y a pas de souci particulier non." "Après en dehors du milieu médical oui oui euh on en parle, j'en ai beaucoup parlé euh les gens me comprennent je pense, les gens comprennent ce qui m'est arrivé euh voilà."</i></p>
P8	<p>Non car il préférerait ne pas mélanger sa maladie et sa vie privée.</p> <p><i>"A la maison, je ne parle jamais de ça, il y a mes enfants etc. Je sais pas, enfin c'est mon monde, j'avais pas, j'ai pas envie de mélanger." "Je parle de ce que j'ai eu ici et c'est tout." "On en parle pas, c'est pas tabou, c'est pas ça mais pour moi, à la limite ça me regarde."</i></p>
P9	<p>Oui.</p> <p><i>"Oui oui on en parle facilement ah oui, oui c'est arrivé tout le monde le sait dans ma famille, on n'a aucune raison de la cacher."</i></p>
P10	<p>Oui. Il en parlait facilement avec ses enfants. Il y a eu un dépistage familial au décours.</p> <p><i>"Avec les enfants on en parle facilement."</i></p>
P11	<p>Oui, d'autant plus que son père avait déjà fait 4 Idm.</p> <p><i>"Ah bah côté paternel oui lui il en a fait 4, j'ai une cousine, alors on s'est vu là il y a 15 jours on en a beaucoup parlé oui, oui oui."</i></p>
P12	<p>Oui, le sujet était facilement abordé mais la discussion ne venait pas de lui. Il ne voulait pas inquiéter les gens.</p> <p><i>"Non maintenant c'est pff. Ah bah moi oui si on me demande, j'en parle facilement." "Non non j'amène pas la conversation là-dessus, si on me demande de bon je discute mais je, c'est pas moi qui vais... « Tiens j'ai fais ci j'ai fais ça ». Non non, je cherche pas non plus à inquiéter les gens."</i></p>

	<i>"C'est pas tabou."</i>
P13	<p>Il y a eu beaucoup d'échanges sur l'Idm dans les mois après l'Idm. Puis, ils ont diminué du fait qu'il n'est plus symptomatique et qu'il ne cherchait pas particulièrement à en reparler. Il pense qu'il n'y avait pas de tabou car la maladie cardiovasculaire est médiatisée. Les proches ont pris conscience de l'existence de l'Idm.</p> <p><i>"On en a parlé au moment où ça s'est produit, les mois qui ont suivis et puis je vous dis petit à petit ça s'estompe, je ne cherche pas non plus à ce qu'on débâte sur, hein je préfère me fier par rapport à comment je suis en fait;" - "Ce n'est pas tabou c'est pas ? - Non non, bah je pense aussi que ça vient du fait que dans les médias on en parle de plus en plus quand même de cette euh cette maladie hein cardiovasculaire ."</i></p> <p><i>"Par contre les gens sont plus peut être, ont pris conscience que effectivement ça peut arriver quoi."</i></p>
P14	<p>Au départ, le sujet était abordé par sa mère mais plus maintenant. Ses proches le considéraient comme avant et il ressentait la nécessité de leur rappeler qu'il avait eu un Idm lorsqu'ils faisaient ensemble un effort.</p> <p><i>"Non, je crois que c'est fini. Au début, peut être que ma maman en parlait un peu plus que nous mais j'entends plus du tout parler. Je vous dis ils me considéraient être revenu physiquement et le reste comme avant euh je le vois bien hein. A la rigueur euh, on me propose des choses à réaliser ou par connaissance mais je leur dis non, doucement, c'est moi qui freine."</i></p>

Question28 Le regard d'autrui a-t-il changé depuis que vous avez eu votre Idm ?

	Réponses
P1	<p>Non mais au travail les personnes le ménageait davantage.</p> <p><i>"Peut être plus au boulot, les gens bon essaient plus d'être autonome et de moins poser de questions machin truc en me disant on va pas l'embêter donc ça ça oui effectivement mais..."</i></p> <p><i>"Oui voilà, c'est plus par rapport au boulot, où on a tendance à plus me ménager (rire)".</i></p>
P2	<p>Le regard d'autrui n'avait pas changé mais les gens prenaient plus de nouvelles. Il le décrivait comme un effet positif. Sa femme était plus inquiète.</p> <p><i>"Ca va dans le bon sens pour celui qui le sait."</i></p>
P3	<p>Oui. Notamment dans son milieu professionnel où ses collègues allégeaient ses efforts physiques. Il pensait que ses collègues avaient peur qu'il leur arrive le même événement. Ils ont réalisé ce qu'il lui était arrivé. Il y avait une prise de nouvelles par certaines connaissances.</p> <p><i>"Oui, le regard des autres a changé."</i></p> <p><i>"Dans mon entourage personnel, non je dirais que...non, ils sont compatissants...(...)...mais au travail ça a changé dans la mesure où...bah c'est ce que je disais toute à l'heure, les gens ne me demandent pas des choses qui pourraient me faire faire des efforts inconsiderés."</i></p> <p><i>"Je pense aussi qu'ils se sont fait un report sur eux, en disant ça arrive à lui, ça pourrait nous arriver à nous."</i></p> <p><i>"Ils m'ont vus à différents stades, ils m'ont vus où j'étais pas bien, donc là ils m'ont vus après, ils m'ont dit : bah oui il était quand même pas bien, il lui est arrivé quand même un sale coup !"</i></p>
P4	<p>Non, il ne pensait pas car il ne le montrait pas. Peut être qu'au décours de l'Idm, le regard a changé.</p> <p><i>"Je pense que, je pense pas du fait que, comment dire..., je le montre pas sur un plan physique ni sur un plan moral, je le montre pas, donc je pense pas que ça ai changé ou ils ne me l'ont pas dit."</i></p>

	<i>"Au début, peut être oui pendant la période un petit peu dure mais après, euh aujourd'hui, même moi, si vous voulez, je me sens pas malade aujourd'hui, quoi, honnêtement."</i>
P5	<p>Oui, au décours de l'Idm, les gens faisaient plus attention à lui puis le regard est redevenu comme avant. Par rapport à ses connaissances, il n'en parlait pas afin que leur regard ne se modifie pas.</p> <p><i>"Il avait changé au début, non c'est c'est la même chose il avait changé oui au moment où j'ai..." - Au départ." - ...Oui voilà, les quelques mois après. Maintenant ils savent que j'en ai fait un euh non vis-à-vis de mes amis, vis-à-vis de la famille non je sens, je ne sens pas que le regard a changé par rapport à ça."</i></p> <p><i>"Bah on faisait plus attention à moi, c'est vrai qu'on évitait de fumer devant moi des euh c'est vrai que les gens faisaient des efforts euh par rapport à moi."</i></p> <p><i>"Je le dis pas de tout façon je le dis pas hein. C'est pas une chose que je que je clame mais euh voilà mais je le dis à personne en fait, il y a simplement ma famille et mes amis proches qui sont au courant sinon euh non j'ai pas envie de dire que j'ai fait un infarctus quoi euh, j'ai pas envie que les gens me regardent en me disant : « Oh bah pov' vieux faut faire attention, faut le ménager, faut ». Je veux pas, peut être que si un jour vraiment je vois que je le sens pas je je serais peut être amené à le dire mais là j'ai pas du tout envie de ce regard là des gens sur moi."</i></p>
P6	<p>Oui, les attitudes et les réactions étaient différentes notamment chez les personnes qui faisaient du bateau avec lui.</p> <p><i>"Cette population de pénichette sur bateaux, c'est des gens qui ont plus de soixante ans ou plus de soixante dix ans, euh, et, donc il y a donc le classement de ceux avec infarctus et de ceux sans..."</i></p> <p><i>"Au cours des conversations, quand j'entends ou quand je parle d'infarctus, je vois une oreille se dresser là et pas là, enfin."</i></p>
P7	Non.
P8	<p>Oui, les gens étaient plus gentils et faisaient plus attention à lui.</p> <p><i>"Je pense, oui."</i></p> <p><i>"J'ai la sensation euh qu'on est plus gentil."</i></p> <p><i>"On fait plus attention à moi."</i></p>
P9	<p>Non mais il y a des personnes qui faisaient plus attention à lui, qui l'incitaient à diminuer ses activités. Elles lui font réfléchir et cela renforce le changement qu'il avait déjà entrepris dans ses projets associatifs. D'autres personnes, au contraire ne tenaient pas compte de ce qu'il avait eu.</p> <p><i>"Non j'ai des, des gens qui me disent euh fais attention à toi, prend soin de toi, fais en moins, donc j'ai des gens qui euh qui me j'ai des gens qui prennent des nouvelles, qui s'informent de ma santé et qui suivant leur tempérament me disent fais en moins, arrête passe la main ou etc. etc., donc c'est ça a changé dans ce sens là donc suivant le degré d'amitié et de franchise des gens." "Donc ils me remettent devant ce choix que j'avais déjà envisagé et commencé parce que tout simplement à cause de l'âge, mais là en plus il y a le problème de, médical et les gens me font prendre conscience et c'est, mais j'en ai d'autres qui me disent: "Si tu pouvais faire encore un petit peu ça m'arrangerait parce que je n'ai personne, si tu pouvais assurer ça" Donc bon vous voyez, j'ai des, ça arrive des deux côtés, des choses donc euh voilà il faut faire le partage."</i></p>
P10	Non.
P11	<p>Oui, les personnes tenaient compte de son Idm et le préservaient dans ses efforts.</p> <p><i>"Bah si c'est les amis tout ça bah oui parce que quand il y a quelque chose à déplacer tout de suite il me mette de côté quoi hein, ils essaient de faire ça entre eux..."</i></p> <p><i>"Bah au boulot euh au boulot, au boulot euh j'ai bien senti qu'on, que les gens savaient ce que j'avais eu, parce qu'on m'a souvent dit : « Vas-y doucement. »"</i></p> <p><i>"J'avais pas le droit de porter des choses lourdes avant à cause de ma prothèse et de mes autres problèmes, là bah c'est fini."</i></p>
P12	<p>Le regard de ses amis n'avait pas changé contrairement à celui de ses enfants qui s'étaient plus rapprochés.</p> <p><i>"Non vis-à-vis des amis non, les enfants bon eux eux ont tendance à à me tourner un peu autour quoi, oui, mais bon."</i></p>

P13	<p>Non, peut être parce qu'il avait retrouvé ses capacités qu'il avait avant son Idm. Face à l'incompréhension des proches, il éprouvait la nécessité d'expliquer sa pathologie et ses restrictions alimentaires.</p> <p><i>"Pas non je moi je n'ai pas cette sensation non non. Je ne suis pas regardé comme une bête curieuse ou voilà. Bon peut être que c'est parce que j'ai retrouvé aussi une plénitude de mes moyens hein là-dessus bon."</i></p> <p><i>"D'abord il faut expliquer aux gens qui ne comprennent pas forcément, sont surpris qu'on fasse un infarctus quand on a vu la personne 1 mois avant, on va dire en pleine possession de ses moyens donc évidemment ça c'est le coup de massue, et puis après bah leur expliquer que bah les choses un peu vont changer hein dans la façon de s'alimenter des choses comme ça, là c'est un peu plus difficile, un peu plus compliqué pour la famille à comprendre mais voilà c'est tout autrement après bah une fois que tous les symptômes ont pratiquement disparu vous êtes dans le même état qu'avant donc. C'est pas pour ça que les gens oublis mais je veux dire voilà quoi, ils font confiance dans ce qu'ils voient."</i></p>
P14	Non.

Question29 Comment vous a-t-on parlé de votre maladie ?

	Réponses
P1	<p>On lui en avait parlé ouvertement (surtout en cardiologie) et facilement.</p> <p><i>"Tout à fait ouvertement."</i></p> <p><i>"Les gens se confient facilement."</i></p>
P2	<p>Il y avait un jargon médical pas toujours facile à comprendre.</p> <p><i>" Oui, c'est vrai qu'avec vos mots, ce n'est pas toujours évident mais bon."</i></p>
P3	<p>On lui en a parlé comme étant une maladie fréquente, dont certains ne savaient pas qu'ils en étaient atteints et qui pouvait se déclencher en fonction de différents facteurs.</p> <p><i>"Que c'était une maladie, qui en a beaucoup d'atteint, qui en a beaucoup qui ne le savent pas non plus encore, mais bon ça se déclenchera peut être aussi à un moment, à un autre moment en fonction de différents facteurs, de l'âge, de plein de choses."</i></p>
P4	<p>L'Idm a été bien défini pour le patient mais les informations ont manqué dans le suivi. On lui a délivré des documents concernant la maladie.</p> <p><i>"On m'en a bien parlé hein, on m'a bien fait découvrir ce que c'était, on m'a donné des bouquins à la sortie d'hôpital pour pouvoir faire de l'auto instruction (rire) ,de l'auto découverte sur la maladie, euh, et puis sur tout ce qui est autour de la maladie, oui, oui ça a été.. sur un plan prise en charge, explications, je trouve que ça a été nickel ! il y a des éléments superbes à l'hôpital, il y a des gens très très compétents, il y a ce qu'il faut autour en matériel, il y a ce qu'il faut autour en pédagogie, maintenant je pense que c'est le suivi après quoi qui est assez...comme je disais tout à l'heure qui est un petit peu léger à mon avis."</i></p>
P5	<p>On lui en a parlé en le rassurant et en le responsabilisant, ce qu'il a apprécié.</p>

	<p><i>"Euh plutôt plutôt en me rassurant, plutôt en me mettant en face de mes responsabilités c'est-à-dire euh le le premier que j'ai vu enfin euh non on va dire en gros : « Bah si vous continuez à fumer bah voilà, vous vous jouez votre peau quoi euh et par contre si jamais vous acceptez de changer votre mode de vie et puis, bah vous aurez l'espérance de vie qui ne sera pas forcément affectée par la maladie ». Donc euh non c'est le discours euh un discours que j'ai apprécié en fait, on m'a mis en face de mes responsabilités et on m'a pas, ouais je pense qu'on a voulu me rassurer un peu en parlant de l'espérance de vie parce que je suis pas sûr qu'il soit réellement, qu'il soit réellement, qu'il y ai réellement une certitude en la matière mais euh voilà, en gros la teneur du discours qu'on m'a tenu."</i></p>
P6	<p>Ce n'était pas expliqué aux urgences du centre ville et il y avait deux heures d'attente, pour lui c'était inexcusable. Sinon, c'était très bien à l'hôpital Laennec ainsi qu'au réseau Respecti cœur. Les séances d'éducation thérapeutique au réseau Respecti cœur ont été très utiles.</p> <p><i>"Les urgences au centre ville, deux heures d'attente, alors pour moi c'est inexcusable." "Ici, très très très bien, aussi bien côté salle d'opération que soins intensifs, très très très bien, trois fois. Après ça, il y a eu deux ou trois jours, service cardiologie, rien à dire non plus." En parlant du réseau Respecti coeur: "Ca a été très utile mais je n'ai pas été assez attentif."</i></p>
P7	<p>Oui, on lui en a bien parlé. Cependant, il a trouvé qu'il y avait trop d'intervenants et de manière trop rapprochée au cours de son hospitalisation. Il a trouvé ça "rapide", "insistant" et "violent". Ca lui a fait peur et lui a fait prendre conscience qu'il lui était arrivé quelque chose de grave.</p> <p><i>"Oh oui oui oui, globalement oui euh globalement on m'en a bien parlé, oui on me l'a bien expliqué euh j'ai trouvé même que euh à l'hôpital, le défilé ultra-rapide après l'accident euh des toubibs en tout genre, spécialiste de la nutrition, spécialiste de la tabacologie, spécialiste de ci de ça euh j'ai trouvé que c'était « too much » hein." "Et qui un moment donné m'a fait peur quoi quand j'étais là-bas." "Euh j'ai trouvé que c'était, après l'accident que c'était trop rapide, que je voyais trop de gens, qui me disaient trop de choses euh et et euh ça m'a fait prendre conscience en même temps que voilà c'était un truc pas bénin, mais euh, ça m'a, c'est pas que ça m'a noyé mais ça m'a fait peur quoi, ça m'a fait assez peur pendant un moment. En même temps c'était peut être le but du jeu hein pour que j'arrête de cloper etc. mais euh j'ai trouvé ça rapide, insistant donc un peu violent quoi." "Oui on est un peu en état de choc et là pam on prend tout sur la couenne quoi et la euh j'ai trouvé ça un peu voilà, donc euh plus espacé ça serait passé plus gentiment, je pense."</i></p>
P8	<p>Clairement.</p> <p><i>"Ca a tout le temps été clair." "Je n'ai pas senti qu'on me cachait quelque chose."</i></p>
P9	<p>Le chirurgien lui a parlé de sa maladie en premier, ce qui l'a marqué, puis l'interne et lors des réunions au réseau Respecti cœur où l'Idm a été expliqué en détail.</p> <p><i>"Le premier qui m'en a parlé c'est le chirurgien." "Donc j'ai appris allongé là que j'avais que mes trois artères coronaires c'était pas très brillant quoi, donc j'ai appris ça. Après euh bon c'est là que j'ai appris le mieux, j'avais le tableau tout de suite, après bon sont venus un interne est venu en discuter dans la chambre, après il y a eu les réunions ici où on a expliqué en détail l'infarctus et tout ça, bon mais non le premier message c'est celui qui me reste le plus marqué..."</i></p>
P10	<p>La maladie a été peu évoquée lors de son hospitalisation en cardiologie, il y avait un manque d'initiative par le personnel soignant. Il a été informé par des prospectus.</p> <p><i>"Pendant mon euh les 5 jours que j'étais, après l'opération là, on m'en a parlé mais sans plus, je me suis plus informé par les petits livres que vous aviez dans les dans les..." "Personne n'est venue me dire comment ça s'est..."</i></p>
P11	<p>Le premier message a été délivré par les infirmières et les aides soignantes à l'hôpital. C'était un élément répété. L'évènement a été parlé au réseau Respecti cœur et il en parle très souvent avec sa kinésithérapeute.</p> <p><i>"La kiné euh je la vois une fois par semaine depuis 96, euh enfin une fois par semaine minimum euh, elle elle m'en a, on en parle tout le temps." "Bah toutes les filles m'ont dit, c'est grave ce que vous avez eu Mr R. C'est la première chose que j'ai entendu ça oui euh, je savais que c'était grave mais bon on le dit, on le redit, bah c'est c'est leur"</i></p>

	<i>job je suppose de dire de faire comprendre aux patients quoi, puis après il y a eu respecticoeur justement qui eux sont passés, repassés, euh j'ai assisté à toutes leurs séances parce que ce n'est pas une obligation ça non plus."</i>
P12	On lui a parlé de sa maladie notamment la gravité de l'évènement lors des séances de rééducation. <i>"Bah c'est, on en a parlé pendant ma rééducation si vous voulez mais bon on m'en a parlé euh bah que c'était pas que fallait faire attention quoi, que c'est, ça aurait pu mal se terminer, ça je me doute mais bon ça s'est bien terminé donc essayons de de continuer."</i>
P13	La maladie a été très bien expliquée, notamment grâce à de la documentation qu'on lui a fourni lors de son hospitalisation. <i>"On m'en a très bien parlé." "Dès que j'ai été mieux on m'a fourni une documentation à lire euh aussi bien dans la partie nutritionnelle que dans la partie cardiaque quoi, on m'a on m'a on fait un petit, un petit dépliant là où bon que j'ai lu pour bien m'expliquer ce qui c'était passé et ce qu'on m'avait fait donc non non de ce côté-là le rapport à Laennec était excellent."</i>
P14	Il y a eu une bonne communication avec le coronarographe. Il a eu peur suite à des propos tenus par une ou deux infirmières. Mais d'autres infirmières l'ont rassuré en lui disant que ce n'était pas le seul dans son cas. <i>"Au CHU, on m'a parlé de ma maladie, il y avait des, avec le chirurgien le courant est très très bien passé mais j'ai eu une ou deux infirmières qui faisaient peur un peu." "Ce qui m'a aidé c'était de, c'est d'avoir toujours gardé le moral."</i>

Question30 Vous l'a-t-on bien expliqué ?

	Réponses
P1	Oui.
P2	Oui, grâce au réseau Respecti cœur mais des fois le jargon médical n'était pas toujours facile à comprendre. <i>"Oui, la preuve, de ce que j'ai eu oui, je sais ce qu'il s'est passé et ça, c'est grâce à Respecti cœur on va dire, c'est là que, c'est là que j'ai su." "Oui c'est vrai qu'avec vos mots, ce n'est pas toujours évident mais bon c'est vrai que...on enregistre pas tout hein ?"</i>
P3	Oui, surtout au réseau Respecti cœur. <i>"Je dirais qu'on me l'a plus expliqué dans les réunions que j'ai eu."</i>
P4	Les explications ont été qualifiées de "moyennes" notamment dans la conduite à tenir en cas de symptômes (par exemple le rythme cardiaque lors de l'effort). Il y a eu une bonne explication de la maladie et une bonne prise en charge. <i>"Moyennement, enfin on m'a bien expliqué ce que c'était l'infarctus mais simplement on m'a laissé un peu dans la nature par la suite." "Sur un plan de prise en charge, explications, je trouve que ça a été nickel !"</i>
P5	Oui.

P6	<p>Il n'y a pas eu d'explications aux urgences du centre ville et il y avait deux heures d'attente, ce qui était inexcusable. Sinon, il y a eu de bonnes explications à l'hôpital Laennec ainsi qu'au réseau Respecti cœur.</p> <p><i>"Ca a probablement dû être bien expliqué mais je ne suis pas attentif au langage médical." "C'est quand même utile le suivi et l'explication a été bonne."</i></p>
P7	<p>Oui, on lui a bien expliqué. Cependant il a trouvé qu'il y avait trop d'intervenants et de manière trop rapprochée au cours de son hospitalisation. A trouvé ça "rapide", "insistant" et "violent". Ca lui a fait peur et lui a fait prendre conscience qu'il lui était arrivé quelque chose de grave. Il n'a pas eu d'explication par son médecin généraliste au décours de son Idm, ce qui l'a poussé à changer de médecin.</p> <p><i>"Oh oui oui oui, globalement oui euh globalement on m'en a bien parlé, oui on me l'a bien expliqué euh j'ai trouvé même que euh à l'hôpital, le défilé ultra-rapide après l'accident euh des toubibs en tout genre, spécialiste de la nutrition, spécialiste de la tabacologie, spécialiste de ci de ça euh j'ai trouvé que c'était « too much » hein." "Et qui un moment donné m'a fait peur quoi quand j'étais là-bas." "Euh j'ai trouvé que c'était, après l'accident que c'était trop rapide, que je voyais trop de gens, qui me disaient trop de choses euh et et euh ça m'a fait prendre conscience en même temps que voilà c'était un truc pas bénin, mais euh, ça m'a, c'est pas que ça m'a noyé mais ça m'a fait peur quoi, ça m'a fait assez peur pendant un moment. En même temps c'était peut être le but du jeu hein pour que j'arrête de cloper etc. mais euh j'ai trouvé ça rapide, insistant donc un peu violent quoi." "Oui on est un peu en état de choc et là pam on prend tout sur la couenne quoi et la euh j'ai trouvé ça un peu voilà, donc euh plus espacé ça serait passé plus gentiment, je pense." "Au début j'ai eu besoin d'explications etc. euh et ça l'a pas fait donc j'ai changé."</i></p>
P8	Oui.
P9	<p>Oui, il a reçu de bonnes explications de la part de son chirurgien, au réseau Respecti cœur, son cardiologue et son médecin généraliste.</p> <p><i>"Je crois, je crois parce que lui (en parlant du chirurgien) donc il me l'a expliqué puis il était prêt aussi à répondre aux questions que j'aurais pu lui poser. La deuxième fois que je l'ai vu, c'était encore lui qui a fait la deuxième intervention, il était là aussi donc on a pu bavarder euh ensuite euh dans la dans les réunions qu'on a à respecticoeur, le chirurgien explique de son côté et répond aux questions qu'on lui pose donc il l'a fait, bon non non j'ai eu les réponses que je voulais. Ensuite j'ai mon cardiologue, ensuite j'ai mon médecin généraliste, bon voilà."</i></p>
P10	<p>Au départ non mais après il a reçu de bonnes explications au réseau Respecti cœur.</p> <p><i>"Personne n'est venu me dire comment ça s'est... - Personne ne vous a vraiment expliqué? - Voilà, non non pas vraiment. Après oui biensûr après avec quand j'ai rencontré Mme Pelé tout ça, elle m'a bien expliqué."</i></p>
P11	<p>Oui, plusieurs fois. Le coronarographe lui a tout expliqué.</p> <p><i>"Le docteur qui m'a posé le stent m'a tout expliqué." "Plusieurs fois même."</i></p>
P12	<p>Oui, lors des réunions au réseau Respecti cœur, il a eu des explications qui étaient très intéressantes.</p> <p><i>"Oh bah je pense oui avec les réunions qu'on avait c'était très intéressant oui, ah oui oui."</i></p>
P13	<p>Oui, notamment au réseau Respecti cœur.</p> <p><i>En parlant du réseau Respecti cœur : "Voilà, donc j'ai adhéré tout de suite ! (rire). Donc là ils nous ont bien expliqué le phénomène de l'infarctus."</i></p>
P14	Plus ou moins mais il n'a pas été demandeur car il pense avoir compris ce qu'il s'est passé. Les personnes n'ont pas insisté sur les explications.

"Oui et non, à partir du moment où je n'ai pas voulu retourner à Nantes pour les formations sur la nutrition et le reste. J'ai toujours pensé avoir compris."
 "Ils n'ont pas insisté."

Question31 Avec qui préférez-vous parler de votre maladie ?

	Réponses
P1	Il préférerait en parler avec la cardiologue qui s'occupait de la rééducation. <i>"Hum oui peut être euh la cardiologue qui s'occupait de la rééducation, celle qui faisait le vélo etc., hein et puis le feeling à bien passé. Oui je me suis peut être plus confié à elle qu'autre chose, hein oui oui."</i>
P2	Personne.
P3	Il préférerait en parler avec le cardiologue.
P4	Il préférerait en parler avec son médecin généraliste.
P5	Il préférerait en parler avec une infirmière lors de son hospitalisation. <i>"L'infirmière peut être."</i>
P6	Personne. <i>"Avec qui je suis le plus à l'aise, je dirais...avec tout le monde et avec personne."</i>
P7	Personne. <i>"Bah c'est plus une question de personne qu'une question de corporation ou de spécialisation, de spécialité euh, avec personne en particulier euh avec personne en particulier, je peux, avec personne."</i>
P8	Personne.
P9	Il préférerait en parler avec le coronarographe surtout et le cardiologue. <i>"Bah moi c'est le chirurgien. Pour moi, il était quand même un interlocuteur important, le chirurgien et le cardiologue."</i>
P10	Il préférerait en parler avec son médecin traitant et son cardiologue. <i>"J'en parle facilement avec la doctoresse là chez nous là." "J'en parle facilement avec euh comment il s'appelle, avec Mr Monville."</i>

P11	Il préférerait en parler avec son médecin traitant. <i>"Bah avec mon médecin traitant. Lui ça va bien parce qu'il est ouvert, on se connaît depuis longtemps et puis bah on se cache rien quoi."</i>
P12	Il préférerait en parler avec son médecin traitant surtout ainsi que sa cardiologue. <i>"Bah mon médecin traitant parce que euh il m'a connu tout tout petit donc euh on se tutoie maintenant depuis pas mal d'années, Mme Tcherkes j'aime bien discuter avec elle."</i>
P13	Il préférerait en parler avec son médecin traitant mais n'éprouvait pas le besoin d'en parler car se sentait bien. <i>"C'est le médecin traitant parce que c'est le premier avec qui je, je vous dis encore comme je n'ai pas de sensation de mal être j'en éprouve pas le besoin quoi hein."</i>
P14	Il préférerait en parler avec le coronarographe qui lui a bien expliqué l'intervention.

Question32 Vous sentez vous compris ?

	Réponses
P1	Oui.
P2	Oui.
P3	Au départ, il s'est senti incompris, il pensait qu'on ne le croyait pas quant à son hygiène de vie. Au moment de l'entretien, il se sentait davantage compris. <i>"Je me sentais un peu incompris." "J'ai cru à un moment qu'on ne me croyait pas." "Je comprends plus de choses qu'avant, parce qu'on m'a expliqué, parce que j'ai vu des gens qui ont été compréhensifs."</i>
P4	Oui.
P5	Oui, il ressentait une culpabilité concernant son manque d'hygiène de vie face aux soins qu'il recevait. Cette culpabilité n'était pas un frein dans son suivi. <i>"Ah oui c'est plutôt moi qui culpabilise à les voir maintenant, c'est-à-dire que je culpabilise du fait de fumer, je culpabilise du fait de me faire soigner par des gens qui font leur possible, qui m'ont mis en face justement de mes responsabilités et de pas, de pas être capable de suivre euh leur pas leur prescription mais leur vous voyez ce que je veux dire leurs recommandations, c'est plutôt moi qui me sent euh mal à l'aise par rapport à ça quoi. De me dire voilà c'est euh faut pas, ça empêche de dormir faut pas, mais faut dire que c'est vrai je me rends compte que bah je coûte cher à la Sécu, je prends des médicaments, il faut que je consulte des spécialistes euh il faut que je fasse des tests et tout et en même temps je fais tout pour moi, pour essayer pour préserver ma santé quoi donc voilà." "C'est pas non plus un frein."</i>
P6	Oui.
P7	En fait, il n'avait pas parlé de sa maladie donc la question ne se posait pas. Au moment de l'entretien, il avait pris du recul et il comptait questionner son cardiologue. <i>"Bah j'en parle pas beaucoup enfin au corps médical euh ouais en fait j'en ai pas tellement parlé encore, justement je pense que maintenant va venir la phase où je vais en parler avec la cardiologue"</i>

	<i>"C'est tout frais encore tout ça hein quelque part hein euh les choses se calent maintenant euh j'ai un petit peu de recul donc je vais pouvoir en discuter. Jusqu'à présent j'en ai pas vraiment vraiment discuté voilà je suis allé me faire ausculter, on m'a expliqué, j'ai écouté euh j'ai compris euh j'ai consulté sur internet, je me suis fais aussi ma propre opinion sur certains trucs euh et donc euh maintenant là j'ai des questions à poser au cardio..."</i>
P8	Oui, globalement. <i>"Mon médecin traitant, euh donc c'est mon médecin traitant, euh donc elle connaît très bien. Pour les épreuves d'efforts j'ai souhaité les faire ici parce que je suis tombé sur une équipe euh Myriam tout le monde vraiment sensationnelle, bah écoutez, mon cardiologue je l'ai vu deux fois, ça passe bien."</i>
P9	Oui.
P10	Oui.
P11	Oui.
P12	Il ne se posait pas la question. <i>"Je ne me pose pas de questions là-dessus."</i>
P13	Oui.
P14	Oui.

Question33 Vous sentez vous écouté ?

	Réponses
P1	Oui.
P2	Oui, notamment par son médecin traitant et par le personnel des soins intensifs. <i>"Et puis, bon il y a le médecin traitant aussi ! Obligé d'aller le voir tous les 3 mois, déjà pour l'ordonnance donc voilà quoi, donc je pense qu'il est à l'écoute hein, il est à l'écoute et s'il y avait quelque chose...mais bon, non de ce côté-là je suis..."</i> <i>"Oh de ce côté-là...oui oui, aucun problème, aucun problème."</i> <i>"Je me suis senti écouté puisqu'il y a eu un suivi, non non de ce côté-là...Même en soins intensifs, non c'est très très bien, c'est une bonne équipe, il n'y a aucun problème, non, non."</i>
P3	Oui.
P4	Oui, il s'est senti très écouté. <i>"Oui, oui tout à fait, j'étais très écouté je pense."</i>

P5	<p>Oui, il s'est senti plus écouté par son cardiologue à Nantes (le Dr Watteau) que son cardiologue à Paris qui l'avait vu initialement.</p> <p><i>"Plus par le Dr Watteau que par la personne, que par le cardiologue que j'avais, que j'avais en région parisienne, qui... C'était assez speed quoi, surtout le mec il avait pas euh trois quart d'heures à passer."</i></p>
P6	<p>Oui.</p>
P7	<p>Oui au moment de l'entretien il se sentait écouté contrairement au décours de son Idm où il a été voir son médecin généraliste qui n'a pas été à l'écoute, qui a banalisé sa pathologie alors qu'il avait besoin d'écoute. Il a donc changé de médecin généraliste.</p> <p><i>"Euh oh oui, oui oui oui, oui parce que, oui parce que c'était pas le cas au début. J'allais voir un toubib généraliste ici qui est un mec qui a 55 rendez-vous par jour, euh non j'exagère mais euh qui fait de l'abattage et qui globalement m'a reçu un peu comme si j'avais eu une grippe, donc là c'est pas passé du tout. Euh et donc j'ai changé de toubib." "J'avais besoin d'une écoute, justement, euh peut être pas particulière mais j'avais surtout pas euh envie d'avoir le sentiment que bah il était pressé et qui fallait qu'on passe à autre chose, au début j'ai eu besoin d'explications etc. Euh et ça l'a pas fait donc j'ai changé. Aujourd'hui je suis chez un mec, j'ai moins besoin d'explications chez le généraliste, j'ai plus besoin d'un renouvellement de mes médicaments donc je ne discute pas beaucoup en fait." "Oui le médical sinon oui, le Dr Hossler oui elle m'écoute." En parlant des médecins hospitaliers: "Oui oui même si je n'avais pas grand chose à dire jusqu'à présent je vous l'ai dit, ils sont à l'écoute, ouais ouais."</i></p>
P8	<p>Oui.</p>
P9	<p>Oui.</p>
P10	<p>Les gens l'écoutaient mais il ne s'est pas senti réellement écouté. Il attendait des réponses plus spécifiques.</p> <p><i>"On nous écoute toujours, oui on nous écoute. Parce qu'on se sent écouté c'est peut être encore autre chose mais on nous écoute...Ce que je veux dire c'est quand on pose une question des fois le Dr...(...)...il m'a répondu par des questions un petit peu erronées quoi..." "Sans pour cela répondre à la question que l'on pose. Je pense qu'on donne une réponse globale, on donne une réponse pour euh toute la table quoi."</i></p>
P11	<p>Oui, il s'est senti écouté par tous.</p> <p><i>"Aussi, ah bah si ils écoutent tous ouais ouais ça c'est sûr."</i></p>
P12	<p>Oui, il s'est senti écouté par sa cardiologue notamment.</p> <p><i>"Ah bah oui, je vois je discute bien avec ma cardiologue Mme Tcherkes." "Et comme elle est très très cool euh ça elle est impeccable quoi, on en discute facilement oui."</i></p>
P13	<p>Oui mais ne ressentait pas le besoin d'être écouté vu qu'il se sentait bien. Il précisait que le cardiologue n'était pas là pour l'écouter.</p> <p><i>"Oui parce que bon quand vous allez voir un cardiologue il sait de quoi on parle." "En fait je n'ai pas eu grand-chose à raconter à la dernière visite du cardiologue parce que il a fait ses examens, il a regardé l'écho et puis moi je n'avais pas de sensation de mal être par rapport à ça." "Je me sentais très bien donc voilà hein j'ai pas eu à expliquer à dire bah tiens il m'arrive ci, il m'arrive ça non non." "Le cardiologue je dirais que bah c'est quand même assez, comment dirais-je je cherche le mot euh c'est structuré hein, il est pas là pour euh vous écouter, votre vie ou, enfin non c'est pas ça hein, lui il fait ses examens, ils sont bons, ils sont pas bons donc."</i></p>

P14	<p>Il ne savait pas car il considérait n'avoir vu personne.</p> <p><i>"J'ai vu personne, comme je vous ai dit, alors je ne sais pas si je suis écouté. C'est peut être de mon fait. Je ne cherche pas le contact."</i></p>
-----	---

Question34 Qu'est ce que l'éducation vous a apporté ?

	Réponses
P1	<p>L'éducation lui a apporté énormément d'éléments dont la manière de faire du sport, la nécessité d'arrêter le tabac, une alimentation adaptée, la prise de médicaments, leurs rôles et leurs effets indésirables. Il qualifiait l'éducation de formatrice.</p> <p><i>"Bah plein plein de bonnes choses parce que, c'est vrai que la découverte de tout ce qu'il faut faire au niveau du sport, le tabac euh comment comment rééquilibrer sa nourriture et les prises des médicaments, quels sont ils, à quoi ça sert, les effets indésirables tout ça, non c'est c'est formateur et on a bon, si on s'y intéresse, on a on a toute la malle à outils pour pour faire le bon boulot derrière (rires)."</i></p>
P2	<p>L'éducation lui a apporté beaucoup de choses notamment au niveau de l'équilibre alimentaire (éviter le sel, les graisses...) et d'éviter les sports à risque. Il a été sensibilisé au niveau de la conduite à tenir en cas de douleur thoracique et a appris le mécanisme de l'Idm. Il a mis en avant la richesse des réponses apportées.</p> <p><i>"Il fallait être prudent déjà au niveau..comment dirais je l'équilibre alimentaire déjà, hein ? Donc ça c'est important hein ? Eviter le sel, enfin bon, les graisses, les plats préparés, enfin bon, c'est vrai qu'on apprend plein de choses à ce niveau là hein, ça c'est..."</i> <i>"Oui ça m'a apporté beaucoup de choses oui effectivement, ça m'a apporté plein de choses..."</i> <i>"Bon maintenant, les sports à risque ou ces choses là, à sensations fortes, vaut mieux éviter quoi, maintenant voilà.."</i> <i>En parlant des douleurs thoraciques: "Ils nous ont bien sensibilisé de ce côté-là, c'est ça Respecti cœur, voilà, ça c'est les réponses qui peuvent être apportées, c'est riche en réponse quoi."</i></p>
P3	<p>L'éducation lui a permis de discuter avec d'autres personnes, de mieux comprendre la maladie et les règles hygiéno-diététiques pour la traiter et donc de mieux les appliquer. Sa compréhension l'a aidé à expliquer aussi aux personnes qui n'ont pas eu d'Idm ce que c'était et pourquoi il devait se restreindre, en particulier au niveau alimentaire. Ca lui a permis de poser des questions. Pour lui, c'était indispensable.</p> <p><i>"De clarifier, de poser des questions au médecin en propre, avec un kiné, avec quelqu'un qui fait de la diététique, donc je veux dire, c'est indispensable."</i> <i>"On comprend mieux les choses...(....) donc si on a compris, on le fait ! Si on a pas compris, c'est une privation ! Voilà donc c'est de l'éducation mais je pense que c'est nécessaire."</i> <i>"Ca m'a permis de mieux comprendre et d'expliquer aussi."</i></p>
P4	<p>Il reprochait une généralisation de l'Idm. Ca a été générateur de stress et de culpabilité sur son manque de connaissance concernant les capacités à l'effort (possible confusion entre le réseau et l'équipe de la réadaptation cardiaque). Il existait des éléments intéressants mais ce n'était pas assez complet. Il y avait des contradictions dans les règles hygiéno-diététiques et une mauvaise explication concernant la conduite à tenir en cas d'oubli de médicament.</p> <p><i>"J'ai l'impression qu'on a généralisé un peu trop le truc."</i> <i>"C'est bien de nous indiquer qu'il faut réagir à un moment donné, qu'il faut mieux se connaître, gérer...mais c'est trop, c'est trop car on stresse de tout ça, à un moment donné euh.. "</i> <i>"Bon là je pensais qu'il y avait un flou entre...enfin c'était pas tout à fait calé on va dire dans une même réunion on va dire, c'était pas tout à fait calé, je reproche un petit peu cela, mais c'est un détail mais qui peut avoir son importance sur la continuité des questions que l'on peut se poser, on culpabilise, le problème il est là, on culpabilise de tout ce qu'on fait."</i></p>

	<p><i>"Des choses intéressantes sans doutes, je dis sans doute parce que ce fut une époque où je fus encore psychologiquement un peu dans les vapes."</i></p> <p><i>"Il manquait certaines réflexions sur d'autres choses qui nous paraissaient importantes dans l'après maladie ou même dans l'avant maladie...(...)...mais il manquait à mon avis euh, quelque chose de..un peu plus complet quoi."</i></p>
P5	Il n'avait pas de suivi éducationnel.
P6	<p>L'éducation lui a permis de prendre conscience de la gravité de l'infarctus. C'était utile malgré son manque d'attention. Il a reçu de bonnes explications.</p> <p><i>"Je me suis rendu compte que ça aurait pu être mortel."</i></p> <p><i>"Très utile mais je n'ai pas été assez attentif."</i></p> <p><i>"J'ai pris conscience de l'importance de, enfin de mon incident, lors des séances de débriefing."</i></p> <p><i>"C'est quand même utile le suivi et l'explication a été bonne."</i></p>
P7	Ne connaissait pas le réseau Respecti cœur.
P8	<p>Il a eu une baisse de moral et un rejet suite à la deuxième réunion. A part cela, il a eu de bons contacts avec l'équipe et trouvait que c'était positif. Il a trouvé que la première réunion sur les restrictions alimentaires était importante.</p> <p><i>"Propos alarmistes euh qui moi m'ont fortement déplu."</i></p> <p><i>"Je n'ai plus voulu assister à la moindre réunion parce que là moi j'ai considéré que c'était des, une réunion où vraiment on plombait le moral."</i></p> <p><i>"C'était avant tout du négatif."</i></p> <p><i>"Un rejet total."</i></p> <p><i>"En dehors de ça, plein de choses."</i></p> <p><i>"J'ai rencontré et je pense que je vais la revoir bientôt, bah mince je ne me souviens plus de son nom, la diététicienne, euh bah les entretiens avec Mme Le Hélias aussi et puis les contacts avec Mme Chauveau, euh non tout ça tout ça c'est positif."</i></p> <p><i>"Une réunion avec ce qu'est ce qui est bon ou pas bon etc. euh heureusement que j'ai commencé par cette réunion, parce que pour moi elle était importante. La deuxième non."</i></p>
P9	<p>Il a beaucoup apprécié les réunions. Cela lui a permis de comprendre l'Idm, le rôle des médicaments, l'adaptation du dosage, l'intérêt de connaître la DCI, les règles hygiéno-diététiques concernant l'alimentation (ce qui a rassuré sa femme), la pratique et la limite des efforts physiques.</p> <p><i>"Quand je suis venu aux réunions que je j'ai beaucoup apprécié de Respecti cœur."</i></p> <p><i>"Et bien une bonne compréhension donc de l'infarctus, une bonne compréhension des médicaments et j'ai été, je ne savais pas par exemple que les gens avaient le même médicament mais à des doses différentes, donc j'ai compris pourquoi il y avait des doses différentes."</i></p> <p><i>"Bon le problème des médicaments, le rôle de chacun, le problème des doses de chacun, euh le comment, le problème aussi quand on va à l'étranger de connaître le nom, comment ça s'appelle euh."</i></p> <p><i>"Bon la diététicienne a bien expliqué aussi comment jongler aussi avec ces médicaments."</i></p> <p><i>"C'est mon épouse mais bon elle est repartie rassurée parce qu'elle pensait que ça serait plus draconien, elle pensait que ce serait, et elle a été surprise de voir que beaucoup de choses étaient permises prise modérément etc. m'enfin elle a mis au point des choses, la diététicienne. La personne qui a parlé du problème d'activité physique c'était intéressant aussi, à la fois de l'activité physique nécessaire mais à la fois des limites aussi mais bon en particulier la limite de l'essoufflement ne jamais dépasser cette limite de l'essoufflement où savoir chacun où sont ses limites, quels sports faire, quels sports ne pas faire."</i></p>
P10	<p>On lui a bien parlé et expliqué sa maladie, les réunions étaient riches ainsi que les groupes de paroles, le tout étant complémentaire de la rééducation cardiaque. Ca lui a apporté un réel soutien.</p> <p><i>"Et toutes les réunions c'est super hein vraiment oui oui là, il y a un docteur il y a un, oui oui."</i></p> <p><i>"Pas mal d'explications déjà mais un soutien."</i></p>

	<p>"Un bon soutien" "Les groupes de parole c'est c'est c'est bien." "Aussi bien je vous dis, comment dirais-je le euh le le le suivi de de comment dirais-je sportif et puis le groupe de parole oui oui les deux correspondent bien."</p>
P11	<p>Il a trouvé cela bien et ça lui a donné des informations concernant son cœur et sa pathologie.</p> <p>"De remettre le cœur au goût du jour parce que oui bah on oublie quoi euh puis j'avais, je suis curieux de nature, sur internet j'aurais pu aller au à la pêche aux renseignements et tout ça mais bon là c'est plutôt en informatique donc euh voilà." "Je trouve ça plutôt bien."</p>
P12	<p>Les réunions étaient très intéressantes. Il a appris la nécessité des règles hygiéno-diététiques.</p> <p>"Oh bah je pense oui avec les réunions qu'on avait c'était très intéressant oui, ah oui oui." "Bah ils m'ont apporté bah qu'il faut quand même se surveiller enfin beaucoup de choses sur l'alimentation. En fait, les 3 ou 4 cours réunions qu'on a eu bon très intéressantes, bon faut faire gaffe à tout ça quoi, ça c'est sûr que ça joue un rôle important."</p>
P13	<p>Il a adhéré tout de suite au réseau Respecti cœur. Il a eu de très bonnes explications sur l'Idm, le comportement à adopter. Le réseau constituait un apport moral et instructif. Ca a apporté énormément d'éléments à sa femme en ce qui concerne l'alimentation.</p> <p>En parlant du réseau Respecti cœur : "Voilà, donc j'ai adhéré tout de suite ! (rire). Donc là ils nous ont bien expliqué le phénomène de l'infarctus." "Oui du réseau donc vous voyez donc en fait euh et moi je sais que j'ai apprécié." "Moi je sais que ça m'a fait un plus, bon c'est vrai que j'ai un tempérament assez anxieux." "Ah bah elle m'apporte le le le comportement à adopter après cette maladie." "Ils nous ont très bien aiguillés très bien expliqués avec des exemples hein, de choses à faire et à ne pas faire." "Moi ma femme est venue et ça lui a apporté aussi énormément de choses pour le comportement au niveau de la cuisine, ce qu'il faut faire et pas faire quoi." "Moi ça m'a apporté beaucoup moralement en fait et puis de l'enseignement aussi." "Donc on nous explique bien."</p>
P14	<p>Il n'avait pas de suivi éducationnel.</p>

Question35 Avez-vous eu recours à une association ?

	Réponses
P1	<p>Oui, il a eu recours à une association de patients cardiaques à la Tourmaline mais il a abandonné au bout d'une séance car il ne s'est pas senti à sa place et l'univers était glauque. Du coup il s'est acheté un vélo.</p> <p>"C'est plus par rapport au cadre parce que ça se fait en fait dans une salle d'hôpital où il y a pas des jambes de bois mais des prothèses enfin des trucs comme ça et puis bon, je ne me suis pas senti..." "Les personnes étaient quand même très très âgées quoi qui suivent ces cours là donc je ne me suis pas senti dans dans le où est l'équipe cursus quoi." "C'est comme ça que je me suis acheté un vélo."</p>

P2	Non.
P3	Non.
P4	Non.
P5	Non.
P6	Non, mais il avait les coordonnées d'une association de marche depuis deux ou trois mois qu'il doit contacter.
P7	Non.
P8	Non.
P9	Non, car le réseau Respecti cœur répondait à ses besoins.
P10	Non.
P11	Non.
P12	Non.
P13	<p>Non, il n'en ressentait pas le besoin car il n'avait pas de séquelles.</p> <p><i>"Non non, et puis j'ai pas cherché non plus hein je vous dis mais je pense que ça ça doit être plus lié à des gens qui vraiment ont eu un gros truc et où ils ont des séquelles importantes mais mon cas à moi est peut être un cas je sais pas, bah si il doit y avoir des cas pareils mais moi j'ai pas eu de..."</i></p>
P14	Non.

Question36 Est ce que votre moral a changé ?

Réponses	
P1	<p>Non. Il était optimiste car il a acquis des connaissances qu'il a pu mettre en œuvre et il avait un bon suivi.</p> <p><i>"Non non je ne suis pas du style à me replier sur moi et me plaindre donc. Bon le truc, il y a eu l'accident ou l'incident dirons nous mais bon à partir du moment où on connaît les causes et puis on sait ce qu'il faut faire pour que ça fasse, pour faire attention, à la limite moi je le prends plutôt comme une affaire positive en disant que bah ça m'a permis de mettre le doigt sur, sur une fragilité au niveau de mon corps et à la limite j'ai moins de risque d'avoir un infarctus demain ou après-demain, parce que je sais de quoi ça retourne et puis j'ai pris, j'ai pris des mesures pour euh pour éviter pour que ça, pour éviter l'infarctus."</i></p>
P2	<p>Oui, il était meilleur. Cependant il signale une tristesse concernant la mort des autres.</p> <p><i>"Oui, l'humeur, peut être moins agressif peut être, moins, peut être plus réfléchi on va dire...plus réfléchi, oui, plus cool." "Ma tristesse c'est de voir les autres partir."</i></p>

P3	<p>Au début, le moral était bas et il se culpabilisait, ce qui l'a motivé à faire une demande de soins auprès d'une psychologue. Il s'est amélioré par la suite avec la récupération de ses capacités physiques et, ce, grâce à la rééducation.</p> <p><i>"J'étais pas trop bien je veux dire psychologiquement, j'avais même fait une demande auprès de la psychologue, parce que je me sentais coupable de quelque chose pour que j'arrive à ce genre de problème."</i> <i>"Le sentiment qu'on peut vivre si on fait des choses et si on est rigoureux dans son traitement, il n'y a pas de raison que ça se passe pas bien, et honnêtement j'ai eu plein de signes qui ont fait qu'on peut s'en sortir. Donc quelque part, ça m'a donné confiance et c'est comme ça que j'avance un peu plus."</i> <i>"Oui voilà, ça a été toujours progressif."</i></p>
P4	<p>Oui, l'humeur a diminué après l'infarctus au point d'atteindre un état de déprime selon lui, mais par la suite, elle augmentait de jour en jour (sans atteindre son humeur d'avant son Idm). Il éprouvait un sentiment d'injustice par rapport aux efforts hygiéno-diététiques qu'il a fourni avant son infarctus.</p> <p><i>"Oui, il était meilleur avant qu'aujourd'hui mais il est mieux qu'hier."</i> <i>"Je suis complètement descendu quand même...(...)...je pense que j'étais dans une déprime."</i> <i>"Pas d'idée noire de me supprimer ou autre mais des idées plutôt, non des choses pas bien dans sa tête pas truc, tout, être assez pessimiste, ne plus avoir d'optimisme présent régulièrement, d'être à côté de ses pompes de temps en temps, de pas être au top, d'être loin d'être au top sur le plan psychologique."</i></p>
P5	<p>Oui, l'humeur a diminué surtout au décours de l'Idm. Cependant, sa vie professionnelle est devenue plus difficile depuis son Idm donc il ne connaît pas la cause exacte. Sa vie professionnelle ne lui a pas permis d'avoir l'hygiène de vie qu'il voulait avoir et son Idm ne lui permettait pas de faire ce qu'il voulait. Le fait de se restreindre de certaines choses et de modifier son mode de vie a été difficile à vivre.</p> <p><i>"Ca a été difficile là le début mais c'est c'est pareil, j'ai du mal à faire la part des choses entre entre les deux mais bon mais bon ça l'a pas ça l'a pas amélioré ça c'est sur, je suis pas, je me sens pas déprimé mais ça ne l'a pas amélioré, le fait que...(...)...Voilà c'est le fait que je dois me priver de certaines choses, que je euh bah que j'ai modifié un peu mon style de vie quoi qui euh moi qui me plaisait donc euh voilà."</i> <i>"C'est pas au plus bas mais c'est moins bien voilà oui, mais c'est aussi lié au fait que bah j'avais un travail que je maîtrisais avec des collègues que j'appréciais, je me levais le matin, j'étais content d'aller au travail, ce qui est un peu moins le cas euh actuellement donc est ce que c'est, tout tout ça c'est un peu imbriqué c'est-à-dire que euh je suis content d'avoir eu cet examen je suis content de partir sur un nouveau truc et en même temps si je, enfin ça me comment dire, ça m'embête un peu parce que je peux plus faire attention comme je le voulais à ma santé euh, j'en veux à ma santé parce que je ne peux plus me permettre de faire les choses que je faisais auparavant."</i></p>
P6	<p>Oui, il était en état de dépression depuis un mois lors de l'entretien. Il avait une diminution des envies, une indifférence, une culpabilité.</p> <p><i>"Depuis un mois, depuis un mois, je me laisse vivre, et donc j'employais l'expression : une serpillère dans son fauteuil parce que je ne fais plus rien et que ce n'est pas du tout dans mon habitude quoi...(...)...rien ne me touche quoi, c'est dans ce sens là, où je me dis que ça peut s'appeler dépression."</i> <i>"C'est que depuis un mois, où non, ça me dit plus trop rien de sortir, ça me dit plus trop rien de me déplacer."</i> <i>"Enfin, c'est pas, enfin c'est mon regard sur mon manque d'activités aujourd'hui, qui me fait mal parce que d'un côté je me traite de fainéant, d'un autre côté demain le soleil se lèvera et quoi que tu fasses, tu y vas, et puis d'un autre côté aussi je me compare avec ce que je pouvais être et ce que je pouvais faire précédemment et je ne me reconnais pas quoi."</i></p>
P7	<p>Non.</p>
P8	<p>Le moral a été très bas après l'Idm, motivant un suivi par la psychologue du réseau Respecti cœur. Il a été traité par du Seroplex depuis son Idm. Son moral s'est amélioré avec la rééducation.</p> <p><i>"Il a été vacillant pendant un certain temps, j'ai eu besoin d'ailleurs de rencontrer Mme Le Hélias."</i> <i>"La vraiment après l'infarctus, j'étais fini."</i></p>

	<p>"J'avais vraiment le moral très très bas."</p> <p>"Je me souviens quelques jours après être rentré chez moi...(...)...je me disais si ça doit continuer comme ça, c'est ridicule. Et puis un mois après j'ai fait ma rééducation ici et là j'ai vraiment, j'ai compris que bah, qu'on pouvait vivre comme avant et même mieux !"</p> <p>"Ce qui m'a vraiment remonté le moral euh ce sont les séances que j'ai faites ici avec le vélo etc.."</p>
P9	<p>Non, son moral était identique, notamment grâce à sa foi religieuse. La mort n'était qu'une étape dans son existence.</p> <p>"Non mon moral est pareil. Mon moral est bon."</p> <p>"Je suis personnellement je suis chrétien pratiquant donc j'ai ma foi religieuse qui donne un sens à la vie, c'est-à-dire que pour moi, la vie ne se termine pas pour au bout de mes 84 ans de mes 85 ans si j'y arrive mais ma foi me donne un certain sens à l'existence qui, qui est orienté, qui continue, la mort est un passage vers autre chose, donc je pense que ma foi aide aussi mon moral, personnellement, chacun à la sienne, enfin certainement pour moi elle joue un rôle."</p>
P10	<p>Oui, il y a eu une période difficile après l'Idm avec l'interdiction de conduire. Puis son humeur s'est améliorée avec une reprise de confiance. Il pense avoir récupéré le moral qu'il avait avant l'Idm.</p> <p>"Ah bah très très mal"</p> <p>"J'ai passé un mois et demi sans reprendre le volant"</p> <p>"Plus confiant"</p> <p>"J'ai toujours en général bon moral mais euh ça s'améliore là, ça s'améliore"</p>
P11	<p>Non.</p> <p>"Le moral euh.....non je crois que je suis comme avant, s'il y a un changement je n'en sais rien, il faudrait demander aux autres, non je vois pas non."</p>
P12	<p>Oui, ses envies ont diminué ainsi que son énergie.</p> <p>"Oui je pense oui je pense oui."</p> <p>"Il a changé bah c'est-à-dire que j'ai moins d'envie si si vous voulez."</p> <p>"Je me force un peu quoi."</p> <p>"De pas me sentir en forme comme avant."</p>
P13	<p>Non, mais il a eu des difficultés pour répondre à cette question (il pensait que cette question devait être posée à son entourage). Cependant sa femme le trouvait plus aigri.</p> <p>"On ne s'en rend pas forcément compte soi même, moi je, mon humeur, ma femme me dit des fois que je suis aigri je suis mais je me rends pas compte je veux dire, je ne peux pas vraiment dire euh je vois pas non. C'est plus l'avis des gens de l'extérieur qu'il faudrait avoir pour répondre à ça parce que soi-même on sait pas si on peut se voir avant, après. Non je ne vois pas de changement quoi, personnellement je ne vois pas de changement."</p>
P14	<p>Non.</p> <p>"Le moral a rien changé."</p>

Question37 Êtes-vous plus anxieux ?

	Réponses
P1	<p>Il était moins anxieux.</p> <p><i>"Oui plus serein oui plus plus de recul sur les choses." "Oui voilà, moins stressé qu'avant."</i></p>
P2	<p>Il était moins anxieux, plus calme. Il se questionnait par rapport à ce qui lui était arrivé. Il était optimiste dans ses propos.</p> <p><i>"Moins anxieux peut être." "Plus calme, plus posé." "Quand vous traversez six mois comme ça, enfin de ce que vous avez eu, on se dit : où comment ça se fait ça, ça m'est arrivé pourquoi ? Enfin voilà, on se pose quand même des questions, et puis et bien on descend d'une marche, voire de deux et puis, voilà je pense que...au fil des mois je vais reprendre des forces et puis voilà, mais tout en restant ça donne une bonne leçon !"</i></p>
P3	<p>Il se sentait plus apaisé, moins anxieux et relativisait beaucoup plus les choses.</p> <p><i>"Je me sens moins nerveux." "J'avais bah des fois, je me sentais pas bien, je me sentais angoissé et, une certaine forme de mal être ...(...)...je me sens nettement mieux maintenant." "Je relativise beaucoup plus les choses, maintenant." "J'étais pas trop bien je veux dire psychologiquement, j'avais même fait une demande auprès de la psychologue, parce que je me sentais coupable de quelque chose pour que j'arrive à ce genre de problème."</i></p>
P4	<p>Il était stressé lors de la sortie de l'hôpital et lors de la reprise de l'effort ainsi que lors de son premier voyage au décours de l'Idm (réaction au stress, prise en charge). Son anxiété diminuait au fil du temps.</p> <p><i>"J'ai stressé mais bon je pense que j'ai bien géré le truc quoi." "Moi des fois je me disais, j'ose pas faire un effort, je me contrôlais au service de mon cœur pour savoir si...on a un stress derrière qui...(...)...on stresse de tout ça." "Je me suis testé même au mois d'août pour les vacances car je suis parti dans le sud et après je suis parti en Italie, en voiture, et là je me suis dit si je suis dans les bouchons, comment je vais réagir, est ce que je vais stresser dans les bouchons ? Surtout en Italie, on est plus en France, on est déconnecté de l'hôpital qu'on connaît aussi, et traverser tout." "Plus il y a quelques mois, de moins en moins aujourd'hui." "Donc ce stress là j'ai réussi à le gérer, pas toujours facilement, mais pas non plus en stress, c'est-à-dire en panique quoi, mais j'ai pas fait vraiment de grosse panique, heu...J'en ai fait une une fois, je suis reparti au CHU."</i></p>
P5	<p>Oui, mais il ne savait pas si c'était lié au changement professionnel ou à son Idm. Il dormait moins bien et pensait souvent à son Idm.</p> <p><i>"Euh oui mais je sais pas si c'est lié au fait d'avoir eu l'infarctus ou si c'est lié au changement de vie." "J'essaie de dormir plus et je dors moins bien, non je dors même plutôt moins bien c'est-à-dire que je me réveille la nuit euh je sais pas comment dire, c'est, c'est là sans être là quoi c'est-à-dire que euh là, je vous dis que j'y pense enfin que voilà que je me mets un régime de vie qui met ça de côté en me disant je passe cette année là avec le stress et tout et j'attends l'année prochaine pour me poser, avoir un poste puis reprendre des bonnes habitudes et en même temps euh et en même temps j'y pense quand même, j'y pense la journée, j'y pense la nuit, j'y pense quand j'allume une cigarette, j'y pense euh j'y pense quand même souvent, j'y pense quand même souvent."</i></p>
P6	<p>Oui, il était plus anxieux. Son anxiété était liée également à des problèmes financiers.</p> <p><i>"Oui, oui, oui, plus anxieux et donc là j'essaie de me remettre, de me reprendre en main."</i></p>

	<i>"Ca c'est une source de stress, la partie financière."</i>
P7	Non. <i>"Euh non, je ne suis pas d'un naturel anxieux euh non je ne pense pas non."</i>
P8	L'anxiété a changé, elle semblait variable en fonction de son humeur. Il avait l'impression de somatiser. Il est traité par de l'Alprazolam depuis son Idm. <i>"Je m'écoute sans doute plus qu'avant et j'en ai pas envie." "Sans doute oui, ça dépend, ça dépend. Ça dépend de mon humeur également."</i>
P9	Oui, il était plus anxieux et plus prudent. Il a pris conscience qu'il aurait pu mourir. <i>"Plus prudent certainement, il y a certainement une petite pointe d'anxiété certainement. Avant je me, avant j'avais pas, je n'avais pas perçu que je pouvais m'écrouler comme ça." "Je me dis bon bah je me suis écroulé hein, je suis tombé, et j'aurais pu y rester peut être je sais pas, si j'avais pas eu toute cette, tous ces facteurs de chance."</i>
P10	Oui, l'angoisse s'était majorée. Il ressentait une angoisse la nuit, lorsqu'il ressentait une douleur thoracique et lorsqu'il partait de chez lui. Il prenait donc son téléphone portable et du natisspray. <i>"Certaines nuits je suis angoissé" "Quand je sens quelque chose en plus je me dis tiens c'est, de toute façon quand je pars maintenant, c'est téléphone portable c'est c'est le spray avec moi c'est. Déjà je suis plus angoissé qu'avant."</i>
P11	Oui, il était plus angoissé lorsqu'il faisait des efforts physiques au travail. <i>"Là vous voyez anxieux oui autrement bah non, mon anxiété ça s'arrête là au boulot, c'est pour soulever des charges et voilà quoi. De faire des gros efforts physiques puis c'est tout."</i>
P12	Oui, il était plus inquiet. <i>"Toujours avec une petite inquiétude quand même." "Il y a peut être un peu de ça ouais." "Oui, je me m'inquiète sans m'inquiéter mais il y a toujours quelque chose que, qui me dit : « Fais gaffe euh si machin, ça pourrait mal se terminer ». Des trucs comme ça quoi."</i>
P13	Oui, son anxiété était majorée et il était plus vigilant. Il pensait à sa maladie, surtout lorsqu'il ressentait des symptômes. <i>"Alors ça m'arrive quand même d'y penser, parce que forcément on arrive à avoir quelques douleurs dans la vie de tous les jours, ça m'arrive d'y penser et puis bon je suis encore d'un caractère anxieux donc effectivement ça c'est vrai, ça j'avoue que mon état était déjà comme ça d'avance quoi hein." "J'y pense voilà c'est ce que je dirais j'y pense suffisamment par rapport à avant je n'y pensais pas." "Donc c'est sûr que là maintenant je fais plus attention à ce genre de petit malaise, de petit bobo qui puisse arriver." "-Vous êtes plus vigilant peut être ?- Voilà et comme je suis d'un caractère anxieux évidemment ça se reporte sur cette anxiété quoi."</i>
P14	Non mais il a pris conscience du risque de récurrence d'Idm. <i>"Euh anxieux plus non mais comme je vous ai dit c'est euh une prise de conscience quand même, du risque, on se demande si ça ne va pas récidiver, voilà quoi c'est tout quoi mais anxieux, non."</i>

Question38 Est ce que vous voyez la mort différemment ?

	Réponses
P1	<p>Non, il ne voyait pas la mort différemment car lors de son Idm, il n'estime pas "être passé à côté de la mort" car il n'avait pas de symptômes importants et était confiant dans la prise en charge.</p> <p><i>"Je la vois pas pour l'instant donc euh je me dis pas que je suis passé à côté de la mort quoi parce que bon, comme je me suis pas senti un moment ou à un autre vraiment mal quoi donc pour moi je savais que ça, que j'étais pris en main et que ça allait..."</i></p>
P2	<p>Il n'avait plus peur de la mort. Il était triste de la mort des autres et se disait que ça aurait pu lui arriver. Il était inquiet sur les autres artères de son cœur qui pouvaient être touchées et sur l'éventualité d'une récurrence. Il évoquait le suicide en cas de non suivi de traitement et de RHD.</p> <p><i>"Non, j'ai pas peur." "Là où je suis triste c'est de voir les autres partir et c'est là où vous vous dites..."Tiens ça aurait pu être moi." "Maintenant j'ai plus peur de la mort, on va dire, peut être qu'à un certain moment j'ai vu, je me suis dit bon oulà ! Au début, quand on m'a dit c'est un infarctus (grimace), bon je sais qu'on en meurt pas forcément mais...soit on meurt tout de suite, et puis comme ça c'est foudroyant et puis voilà ou sinon..." "Ce qui me fait peur, c'est ça quoi, c'est de me dire: "Tiens je peux refaire un deuxième infarctus ?". C'est ça le problème." "J'ai mon traitement, je fais attention à ce que je mange...soit je me suicide et puis je fais rien, je fais pas attention et puis voilà quoi...non ce sera pas mon cas, enfin c'est pas mon cas, c'est pas mon cas donc voilà quoi...la peur oui c'est surtout ça, après, maintenant, tout peut arriver c'est vrai. Quand vous êtes suivis, logiquement les risques sont moins..."</i></p>
P3	<p>Il y avait une réflexion sur la mort au décours de son Idm avec une angoisse, qu'il ressentait moins au moment de l'entretien. Il voulait profiter de la vie.</p> <p><i>"Non, c'est des choses que je pense moins, au début j'y pensais plus... " "Donc quelque part quand on est confronté à des situations comme ça, on se dit qu'on est passé près de quelque chose de grave, donc c'est pour ça qu'on se pose des questions." "Déjà l'angoisse de la mort s'est estompée." "Faut profiter de la vie avant qu'il soit trop tard."</i></p>
P4	<p>Non, mais il voyait la vie différemment. Il pensait à se préserver d'avantage.</p> <p><i>"Oh non, j'allais dire je vois plutôt la vie différemment." "Pour moi, la mort c'est quand même la fin de tout, donc je la vois toujours pareille." "Peut être qu'aujourd'hui je penserais peut être plus à moi qu'hier ."</i></p>
P5	<p>Avant son Idm, il pensait que l'idée de la mort le terroriserait et finalement lors de l'annonce du diagnostic il a eu moins peur que ce qu'il s'en était représenté. Il a fait l'inventaire des gens qui seraient susceptibles de lui en vouloir et ceux qu'il laisserait derrière lui puis il s'est senti prêt à l'accepter. Depuis son idm, il y pensait davantage mais la redoutait moins. Pour lui, l'Idm diminuait son espérance de vie.</p> <p><i>En parlant de ce que représente l'Idm: "Ca veut dire que bah je sens que je vais disp', enfin déjà je me projetais pas de toute manière dans un comment dire je me voyais mal dépasser les allez on va dire une soixantaine d'années avec le rythme de vie que j'avais, avec le mode de vie que j'avais, je je sais voilà, spontanément j'ai envie de vous dire je sais que je ferais pas de vieux os." "Euh j'ai plus pensé au moment où je l'ai eu pourtant je croyais en avoir une trouille euh immense et euh je l'avais presque c'est-à-dire que au moment où on m'a dit que je l'avais fait justement la nuit dont je vous ai parlé euh bah finalement j'étais prêt, j'étais prêt, j'étais prêt à l'accepter quoi c'est, ça me terrorisait moins que ça finalement de me dire ça va peut être te tomber dessus euh te tomber dessus aujourd'hui. Je me suis simplement dit voilà est ce qu'il y a des gens qui euh t'en veulent énormément parce que, mais je pense pas et je me suis dit bon bah allez tu peux et puis bon c'est aussi le fait que moi je n'ai pas d'enfant, j'ai pas de, mes parents sont décédés, j'ai pas voilà j'ai une vie de famille qui est relativement très comment dire très réduite donc bon je sais que je ne</i></p>

	<p><i>laisserai pas énormément de gens derrière moi donc voilà."</i></p> <p><i>"Non non mais j'en ai moins peur non non mais j'en ai enfin non mais j'en ai moins peur qu'auparavant, j'en ai moins peur qu'auparavant, j'y pense plus et j'en ai moins peur qu'avant."</i></p> <p><i>"J'ai quand même conscience là plus que bah voilà ça peut vraiment euh arriver alors que bon je suis pas tout jeune, j'ai 45 ans euh donc on commence, l'âge où on commence à y penser surtout qu'en plus avec mes parents etc. euh j'y pense plus, je la redoute moins."</i></p>
P6	<p>Oui, l'infarctus était perçu comme une bonne façon de mourir car c'est une mort rapide et sans souffrance.</p> <p><i>"Ca m'a permis de me conforter dans le raisonnement où l'infarctus serait une bonne porte de...une bonne formule pour partir."</i></p> <p><i>"De partir ne me gêne pas mais je veux mourir en bonne santé, c'est-à-dire sans souffrir. Mais autrement ca, je dirais je suis prêt, et donc, ce genre de...comment on appelle ca, un infarctus, je trouve que c'est une bonne formule. "</i></p> <p><i>"La mort fait partie de la vie."</i></p> <p><i>"J'ai toujours été prêt à mourir mais j'allais dire vite fait bien fait, et donc juste je me dis que l'infarctus c'est une bonne formulation. C'est une bonne solution. "</i></p>
P7	<p>Non, il voyait plutôt la vie différemment, comme un cadeau et en prenant conscience qu'elle avait une fin.</p> <p><i>"Pff je suis pas très morbide moi je pense pas trop à ça euh (rires) si ce n'est que comme je vous l'ai dit tout à l'heure ouais j'ai pris conscience que voilà on est de passage au bout du compte euh mais non je vois plutôt la vie au jour le jour, voilà comme un comme un cadeau mais je vois pas la mort différemment non, non."</i></p>
P8	<p>Il ne savait pas vraiment, il voulait penser davantage à sa vie, vivre plus sereinement. Il a pris davantage conscience que la mort existait et relativisait plus les événements.</p> <p><i>"Je sais pas...(...)...j'ai plus envie toujours de penser à la vie et puis, on verra bien."</i></p> <p><i>"Je crois vraiment que j'ai pris conscience d'abord qu'on, qu'on allait mourir, et heu j'ai l'impression que je n'y pensais même pas euh et que ça peut venir n'importe quand, n'importe comment euh donc j'ai décidé vraiment de vivre ...(...)...maintenant on est là pour une durée X, on est, je je je veux vivre sereinement, le plus sereinement possible ; donc là aussi je relativise des choses qui auparavant me paraissaient essentielles."</i></p>
P9	<p>Non mais il a pris conscience qu'il aurait pu mourir. Grâce à sa religion, la mort n'était pas considérée comme la fin de la vie mais une étape. L'Idm était juste une cause possible donc la perception de la mort n'était pas modifiée.</p> <p><i>"Je me dis bon bah je me suis écroulé hein, je suis tombé, et j'aurais pu y rester peut être je sais pas, si j'avais pas eu toute cette, tous ces facteurs de chance."</i></p> <p><i>"Je suis personnellement je suis chrétien pratiquant donc j'ai ma foi religieuse qui donne un sens à la vie, c'est-à-dire que pour moi, la vie ne se termine pas pour au bout de mes 84 ans de mes 85 ans si j'y arrive mais ma foi me donne un certain sens à l'existence qui, qui est orienté, qui continue, la mort est un passage vers autre chose, donc je pense que ma foi aide aussi mon moral, personnellement, chacun à la sienne, enfin certainement pour moi elle joue un rôle."</i></p> <p><i>"Différemment non, différemment non parce que euh de toute façon il y a une cause de la mort ça peut être un accident de la route, ça peut être mon infarctus, ça peut être autre chose. On est dans la cause là mais euh la réflexion profonde sur la mort est au-delà de la cause...(...)...Bon, moi j'ai une espérance donc non non je pense pas non."</i></p>
P10	<p>Non mais il pensait que la mort surviendra plus vite et sera probablement liée à son cœur si elle est naturelle.</p> <p><i>"Non je crois pas, non je crois pas. Je pense qu'elle va venir plus vite que prévue mais mais non pas différemment."</i></p> <p><i>"Non. Je pense que si j'ai, je meurs ça sera de ça, je pense mais bon maintenant il y a d'autres choses, la vie, un accident de voiture ça peut être n'importe quoi hein, c'est pas obligé que ce soit ça mais enfin je pense que ça déjà ça va, ça va..."</i></p> <p><i>"Je pense que si je dois mourir de vieillesse ce sera certainement par, par le cœur"</i></p>
P11	<p>Non.</p> <p><i>"Non, non et puis j'y pense souvent à ça. Mais même avant quand ça allait bien, j'ai toujours pensé à la mort, pourquoi j'en sais rien, mais j'y pense pas plus ou pas moins qu'avant quoi."</i></p>

P12	Non, il ne s'est pas posé la question. <i>"Pff non je n'ai pas été jusque là me poser des questions."</i>
P13	Non mais il évoquait le déni concernant la possibilité de mourir à court terme en cas de récurrence. Il éprouvait des difficultés pour répondre à cette question. <i>"Bah c'est difficile à répondre par rapport à la mort surtout... Disons que par rapport à ça c'est vrai qu'on peut se dire bah après demain on peut y être quoi on peut mourir de de mais ça me, ça me prend pas la tête quoi, j'en fais pas, je me focalise pas sur ça quoi hein." "Pourtant je vous dis j'ai perdu mon père au mois d'avril mais non je n'y pense pas hein j'y pense pas, j'y pense pas. C'est pas ma pensée actuellement euh non en me disant bah je vais peut être y passer après demain non je, ça a pas changé par rapport à avant." "C'est peut être un faux fuyant hein, c'est peut être quelque chose que je n'ai pas envie d'y penser parce que je ne veux pas mais bon non."</i>
P14	Non mais le sujet n'a jamais été abordé. <i>"C'est un sujet qui n'est jamais abordé et euh j'y pense pas."</i>

Informations complémentaires

Réponses	
P1	Il estimait qu'il y a avait un bon suivi hospitalier. L'Idm l'a traumatisé et il a mis en application des RHD qui ont diminué au fil du temps. Il trouvait que l'Idm était banalisé par certains patients du fait de la rapidité et la simplicité du traitement par angioplastie, de l'hospitalisation courte etc., d'où la nécessité d'insister par le médecin de la gravité de l'Idm. <i>"Ce qui est bien c'est que l'on est hyper bien suivi au niveau de tout l'hôpital ici et de toutes les structures qu'il y a autour." "C'est vis-à-vis d'autres collègues que j'ai vu pendant la rééducation, euh c'est tellement un peu banal au niveau de la mise en place des stents que ça dure pas pas longtemps en fait on est très vite rentré à la maison dans les 48h, 72h après pour certains. Euh j'ai vu des collègues qui faisaient du sport avec moi ici à l'hôpital bah qui continuaient à fumer, qui continuaient à machiner parce que bon..." "Ils ne se sont pas rendus compte en fait du euh bon bah la gravité de l'évènement et bon ils étaient repartis comme en 14, 3 jours après quoi alors que bon certainement qu'il y a encore 10aine d'années ou 15 ans, bah quand on avait un infarctus on passait à mon avis certainement peut être 8-10 jours à l'hôpital et après on partait en maison de repos. Hein donc je pense qu'il y a ça aujourd'hui où en tant que toubib bah il faut bien, il faut bien insister sur le phénomène qui n'est pas anodin, et que que les gens prennent bien conscience de ça."</i>
P2	Il mettait en avant l'importance de la rééducation cardiaque. Il semblait hésiter lorsqu'on lui a proposé d'en faire mais ne regrettait pas et a trouvé ça primordial. Ca lui a permis de se rassurer, de le mettre en confiance, de reprendre une activité physique. Il y avait une bonne ambiance. Il a arrêté de fumer. <i>"Par contre c'est sûr que après euh bon ça, ça choque quand même d'avoir un infarctus donc on est hyper, on y pense beaucoup hein à mon avis les premiers mois, mais là je vois on arrive pratiquement à 1 an mais c'est vrai que dans la tête ça s'efface un peu et puis on aurait peut être tendance effectivement à se dire tiens on va faire un écart ; c'est le temps peut être ne joue pas à perdre. Voilà c'est c'est le risque." "Chose importante, oui il faut le faire, hein ça c'est primordial pour, déjà pour se rassurer, et c'est vrai qu'on commence très bas pour finir en super forme quoi, quelque part c'est important quoi cette rééducation, enfin pour moi ça a été bénéfique. Je l'ai dit et redit mais c'est vrai quand on m'a posé la question, quand j'étais en soins intensifs, toute de suite ma première, ma première phrase que j'ai dit : est ce que c'est obligatoire ou est ce que ce n'est pas obligatoire quoi ? C'est vrai que comme ça, quand on vous pose la question..." "Oui, et effectivement, j'ai dit oui mais après, pas sur le coup, après et puis voilà mais je regrette pas de l'avoir fait." "Ah non, non, j'incite les personnes qui ont un infarctus à le faire quoi, c'est clair, ça met en confiance, voilà...bonne ambiance en plus !"</i>

	<p><i>"D'autres personnes qui ont eu plus ou moins la même chose, sauf des pontages, enfin bon euh..bah après c'est convivial quoi, si on y arrive pas, on fait ce qu'on peut mais c'est vrai que, on sait qu'on est suivi ! Et c'est vrai que l'exercice et le vélo c'est bien, et c'est vrai que depuis bah je me suis remis à faire le vélo."</i></p> <p><i>"J'ai arrêté de fumer comme ça, j'ai arrêté donc, après c'est...faut le vouloir c'est tout, quand on veut on peut, après c'est une question de..bah oui...mais bon, c'est dur c'est vrai mais on peut y arriver quand même, et sans traitement, moi j'ai rien pris, j'ai pas pris de patch, j'ai rien pris, chewing gum un petit peu mais pas beaucoup donc c'est une question de volonté hein ?"</i></p>
P3	<p>Il avait l'impression qu'on le prenait pour un menteur au décours de l'Idm par rapport à son hygiène de vie. Effets positifs de la rééducation cardiaque: amélioration de son moral, de pouvoir parler de sa maladie, de dédramatiser, de ne pas être seul.</p> <p><i>"Tout le monde cherchait des causes ! Mais non j'ai pas eu ça, donc j'ai crû à un moment qu'on ne me croyait pas, on me dit bah il doit être menteur, il raconte des bêtises alors que c'est pas ça." "Ca m'a aidé, ça m'a fait du bien en plus moralement."</i></p> <p><i>"C'est au fur et à mesure que la rééducation s'est faite et bien j'ai retrouvé la puissance, que j'ai retrouvé l'envie, j'ai retrouvé quand même de bonnes sensations."</i></p> <p><i>"Je pense que le faire avec les autres c'est bénéfique et c'est pas pour cela on broie toujours du noir, non mais c'est le fait que, j'ai gardé contact avec des gens qui ont fait la rééducation avec moi, que je connaissais pas avant, qui m'appellent, bon tout ça c'est positif."</i></p> <p><i>"De pouvoir en parler, dédramatiser."</i></p>
P4	<p>Il a insisté sur l'intérêt de la rééducation cardiaque.</p> <p><i>"C'était trop bien ça, je conseille fortement...euh quand je voyais la tête qu'on avait quand on est arrivé et la tête qu'on avait quand on est sorti. On était plus les mêmes quoi, complètement changés...et en discutant avec les gens on voit que tout de suite que tout le monde réagit comme ça."</i></p>
P5	<p>Il avait confiance dans le milieu médical.</p> <p><i>"J'ai aucune appréhension à l'encontre, je fais plutôt confiance au milieu médical, on me dit de prendre mes médicaments je suis bête et discipliné je prends mes médicaments."</i></p>
P7	<p>Il avait confiance dans le corps médical. Il a arrêté de fumer.</p> <p><i>"Je suis suivi donc je fais confiance au toubib."</i></p> <p><i>"Je suis pas prêt de recommencer à fumer, j'ai eu besoin de rien hein, on m'a prescrit des patchs."</i></p>
P8	<p>Il insistait sur l'intérêt psychologique et physique de la rééducation cardiaque.</p> <p><i>"Je me souviens quelques jours après être rentré chez moi...(...)...je me disais si ça doit continuer comme ça, c'est ridicule. Et puis un mois après j'ai fait ma rééducation ici et là j'ai vraiment, j'ai compris que bah, qu'on pouvait vivre comme avant et même mieux !"</i></p> <p><i>"Ce qui m'a vraiment remonté le moral euh ce sont les séances que j'ai faites ici avec le vélo etc.."</i></p>
P10	<p>Il insistait sur l'intérêt de la rééducation cardiaque qui lui semblait indispensable. Il a pu améliorer son état physique et mental. Ca lui a permis de rencontrer d'autres malades, de communiquer facilement et d'apprendre des choses. Elle était complémentaire des séances du réseau Respecti cœur.</p> <p><i>En parlant de la rééducation: "Je crois que c'est indispensable"</i></p> <p><i>"Physiquement ca m'a fait quelque chose aussi de faire de la rééducation."</i></p> <p><i>"Se retrouver avec des gens qu'on connaît pas mais qui en parle facilement"</i></p> <p><i>"Bien entouré oui. Et tout le monde en parle, c'est ça qui y'a bien"</i></p> <p><i>"On parle facilement"</i></p> <p><i>"C'est bien de discuter ensemble pour savoir les choses qu'il fallait faire ou pas faire"</i></p> <p><i>"Aussi bien je vous dis, comment dirais-je le euh le le suivi de de comment dirais-je sportif et puis le groupe de parole oui oui les deux correspondent bien."</i></p>

P12	<p>Il insistait sur l'intérêt de la rééducation cardiaque.</p> <p><i>"Toute la rééducation parce que j'ai trouvé ça assez sympa la rééducation avec tout le perso, tous les gens qu'il y avait là."</i></p>
P13	<p>Il insistait sur le bénéfice psychologique et physique de la rééducation cardiaque (être en groupe, voir des stades différents de maladie). Il était surpris de voir des personnes plus sportives que lui plus atteintes. Il a trouvé l'intervention de la nutritionniste très bénéfique.</p> <p><i>"J'ai fait une rééducation cardiaque donc vous devez le savoir, ça aussi c'est très bien, c'est très bien parce que ça vous aide psychologiquement, on est en groupe donc on s'aperçoit qu'on est pas tout seul, à des degrés tout à fait différents."</i></p> <p><i>"Les séances m'ont très vite fait progresser."</i></p> <p><i>"Moi ce qui m'a surpris aussi c'est que les gens chez qui, avec qui j'ai été en traitement à comment à Laennec, les gens qui étaient sportifs, qui étaient à qui ça aurait pas dû arriver, se sont trouvés dans des situations encore plus graves que la mienne." En parlant de la rééducation et de l'éducation: "Moi je sais que ça m'a fait un plus, bon c'est vrai que j'ai un tempérament assez anxieux."</i></p>

B. Annexe 2 : Entretiens

Patient P1 DN: 01/08/56, Date IDM: 18/02/11, Date entretien: 10/11/11, marié, pas d'enfant, directeur d'entreprise de transport.

- Alors est ce que vous pouvez me raconter ce qui c'est passé pendant votre infarctus enfin comment ça s'est déroulé ?
- Comment ça s'est passé bah, c'est tout bêtement je me suis couché le soir vers 22h, donc la veille au soir, dans la nuit du 17 au 18 et puis j'avais, j'ai eu mal effectivement à un bras et toute la nuit bah j'avais, j'avais tout le temps mal au bras.
- au bras, lequel ?
- au bras gauche hein et puis après, j'ai eu effectivement une douleur thoracique hein mais comme la veille j'avais promené mon chien et que ma chienne, c'est un dalmatien donc elle est, elle est assez puissante et en courant, j'ai cru que j'avais eu une elongation un peu au niveau du bras et en fait, ça devait déjà être le début de l'infarctus. Mais moi j'ai pris ça sur une douleur musculaire plus qu'autre chose, donc bah j'ai tenu la nuit sans bien dormir, et puis le lendemain matin je suis allé travailler mais j'ai, j'ai grimpé l'escalier pour aller à mon bureau ??? dans les transports modernes et bon je me sentais vraiment pas très bien quand même donc j'ai appelé le médecin traitant. Le médecin traitant euh m'a dit de venir sur le coup de 10h entre deux, entre deux clients et puis bah du coup euh il a appelé un des cardiologues de Nantes pour essayer de me faire prendre en urgence, et bah il m'a mis un patch, je suis reparti avec ma voiture, je suis allé voir un cardiologue à Sainte Thérèse et une fois arrivé chez le cardiologue à Sainte Thérèse euh bah là, la cardiologue a appelé tout de suite le SAMU. J'ai été pris en charge dans les 5 min....
- Elle a fait un électrocardiogramme ?
- ... Oui oui, j'étais en infarctus déjà depuis un long moment.
- D'accord oui. C'est le cardiologue qui a fait l'électrocardiogramme ? C'est pas le ...
- Oui oui, oui oui c'est le cardiologue.
- D'accord, donc du coup, elle a fait le 15 et du coup tout le monde...
- Et tout le monde est venu.
- Et donc vous avez été transféré à Laennec ?
- Ici oui.
- Voilà.
- Et là, j'ai eu un stent en fait et puis voilà.
- Vous avez été hospitalisé longtemps ?
- Non non non, simplement j'ai du être 2 jours là en soins intensifs là et puis après, je suis resté 2 autres jours dans une chambre un petit peu à part et après, je suis rentré à la maison.
- D'accord. Comment vous l'avez vécu cet infarctus, enfin ce moment, cet événement ?
- Bah plutôt bien parce que j'étais malgré tout conscient et serein euh et serein, donc ça ça la fait oui oui.
- D'accord. Comment était votre santé avant votre infarctus ?
- Bah j'étais un peu fatigué c'est sûr, un peu un peu surmené par le bureau, par le boulot parce que bon je suis directeur d'entreprise de transport et bon, j'accumulais bah les jours de congés non pris depuis plusieurs années donc j'avais pratiquement soixante jours de congés à prendre, et en fait d'habitude je m'arrêtais toujours entre Noël et le 1^{er} de l'an puis là je ne me suis pas arrêté. Et puis, j'ai eu une nouvelle responsabilité par là-dessus, le cumul de tout ça ça fait qu'un moment où un autre, le corps il n'a pas dû suivre.
- Vous étiez stressé ?
- Oui oui.
- Et vous avez modifié vos conditions de travail depuis votre infarctus, depuis que vous avez eu votre infarctus ?
- Euh oui oui
- C'est-à-dire ?
- Là je suis plus euh, je prends les choses avec plus de philosophie hein et puis j'ai d'avantage délégué certaines tâches dans l'entreprise hein donc notamment toute la partie exploitation des véhicules aujourd'hui j'ai mis...
- De côté.
- En place quelqu'un qui, qui gère ça.
- D'accord.
- Ça m'enlève un tas de tracas et de soucis et de stress.
- Et ça permet d'alléger les horaires aussi ?
- Voilà, oui oui oui
- Oui d'accord,
- Aujourd'hui je fais des horaires normaux.
- Est-ce que vous avez fait un mi-temps thérapeutique enfin je veux dire ?
- Du tout.
- Non.
- Du tout du tout. J'ai eu les 5 semaines d'arrêt, la cardiologue ici souhaitait que je redémarre à mi-temps mais c'est pas trop mon style donc je préférerais repartir directement dans le bain et puis ça ça la fait après. Je me suis aménagé bah plus de plus de temps de repos, bah comme c'est arrivé en février, les beaux jours arrivaient après donc souvent j'ai pris le vendredi en congé.
- Oui vous preniez un peu plus de congés
- J'ai récupéré un peu de congés que j'avais en retard comme ça en ne prenant, en ne travaillant que 4 jours et en prenant pratiquement tous mes vendredis pendant le printemps et l'été. Ça a habitude aussi mes équipes.
- A s'adapter.
- A être plus autonome et à gérer plus les problèmes.
- D'accord. Est-ce que votre place dans votre milieu professionnel a changé, globalement ?
- Non, non non.
- Et donc, votre santé avant votre infarctus, est ce que vous aviez des problèmes de santé particuliers ou euh comment elle était ?
- Non non non, j'étais plutôt même en forme hormis hormis des problèmes de tension que j'ai maintenant depuis plusieurs années. Après, j'étais sous Fludex hein tous les jours pour la tension depuis... aller 4-5 ans quoi oui. Au niveau du cholestérol, j'avais un tout petit peu de cholestérol mais sans plus. Par contre, je fumais des cigares hein et ça, du jour au lendemain, j'ai tout arrêté.
- Vous avez arrêté. Hum hum, d'accord. Et comment est votre santé depuis votre infarctus ?
- La la patate !

- La patate ? (rires)
- (rire) Si si si non ça va bien dans la mesure ou moi, bon j'ai, d'abord j'ai arrêté le tabac donc du coup on respire mieux hein, c'est sûr ; bon moi sur un plan régime alimentaire je fais très attention à ce que je mange euh donc là ça m'a permis de perdre du poids en ayant malgré tout arrêté de fumer hein et par rapport donc à... à mon poids avant l'infarctus, j'ai perdu 8,7kg, 9kg, donc je me sens nettement mieux hein et puis je fais, je m'oblige à faire de la marche tous les jours, une demi heure quoi. Je continue à promener mon chien, je fais un circuit un peu plus long hein qu'avant donc ça me fait du bien également hein et puis là, j'ai arrêté ces jours-ci car il commence à ne pas faire beau mais sinon je me suis mis à faire du vélo, 1h30 tous les samedis.
- D'accord, donc vous avez modifié vos activités depuis votre infarctus ?
- Ah oui oui, parce que je ne faisais pas de sport du tout avant.
- D'accord donc la du vélo euh...
- ...En dehors de marcher avec mon chien mais hein donc là...
- Du vélo, de la marche un peu plus ou pas ?
- Ah oui plus plus plus oui. Dès que je suis tranquille le samedi, le dimanche ou en vacances, je fais, je fais d'avantage un circuit d'une heure ou de 3/4h de marche avec le chien que quand je travaille quoi...
- Et donc votre alimentation a changé également ?
- Ah oui complètement.
- En quoi c'est-à-dire, qu'est ce que...?
- Complètement, bon j'ai arrêté déjà tout ce qui est charcuterie, j'étais pas énormément consommateur avant mais là du coup j'ai carrément arrêté, je ne mange plus de vrai beurre, euh de l'huile d'olive beaucoup plus maintenant hein et puis chose que je ne mangeais pas avant c'était des fruits, hein donc là je me tape largement une pomme, une banane tous les jours hein. Et puis au niveau de la viande, ma femme avait tendance à prendre pas mal de viandes rouges en fait hein. Ça m'arrive maintenant on se fait un rôti de bœuf une fois par semaine mais sinon c'est beaucoup plus poulet, viande blanche et surtout poissons mais comme j'adore le poisson.
- Oui viandes moins grasses...
- Ça le fait bien. Donc voilà un peu ce qui a changé mais ça, c'est pas pesant.
- Oui c'est pas pesant ?
- Non, non non.
- D'accord. Vos projets en général ont changé depuis votre infarctus, depuis que vous avez eu un infarctus ?
- Non non, pas spécialement non.
- Et votre sommeil, est ce qu'il a changé ?
- Ah je dors bien.
- Vous dormez, ça n'a pas changé, ça n'a rien changé ?
- Du tout, non ça n'a rien changé du tout.
- Pour vous, qu'est ce que ça veut dire d'avoir un infarctus au niveau du cœur fin qu'est ce qui se passe quand on a un infarctus ?
- Et bien c'est une veine, enfin une artère qui se bouche avec un un caillot hein donc là en l'occurrence, c'est certainement des des plaques de cholestérol fraîches qui ont dû se décoller en fait (oui oui) aussi l'effet du tabac.
- J'allais vous demander pour vous les causes de l'infarctus ?
- Pour moi c'est ça.
- Donc c'est le cholestérol ... ?
- C'est le cholestérol, le tabac. Il y a bon la tension j'en ai toujours fait, car mes parents et toute la famille on est, on a des terrains à tension donc je pense que c'est héréditaire mais le tabac ça c'est moi (rires) et le cholestérol bah c'est moi aussi par rapport à ce que j'ai mangé avant, certainement.
- D'accord. Et quelles sont les conséquences sur votre corps de l'infarctus enfin pour vous qu'est ce que ça entraîne, des conséquences ?
- Des conséquences ... ?
- Au niveau organique on va dire, au niveau de votre cœur, de votre corps, des symptômes que ça peut générer ?
- Avant l'infarctus ou maintenant ?
- Euh bah voilà depuis que vous avez eu un infarctus, quelles sont les conséquences sur votre corps en fait sur votre organisme ?
- Sur mon organisme bah pas pas spécialement. Bon le système s'est certainement ralenti puisque je prends effectivement des médicaments pour ralentir le rythme du cœur mais bon je vois comme je fais un peu de sport en vélo ou autre, ça empêche pas malgré tout de...de rouler à un bon rythme hein. Bon, j'ai jamais essayé de faire du forcing pour être essoufflé et pas pouvoir causer en faisant du vélo donc non non je pense que c'est, il faut, ça empêche pas de vivre, loin de là, on peut vivre bien.
- Oui ?
- Après il y a le moral aussi, ça dépend du terrain de chacun hein moi je suis beaucoup plus, j'ai toujours été d'un naturel optimiste donc euh.
- Et est ce que le moral a changé, depuis votre infarctus ?
- Non non je ne suis pas du style à me replier sur moi et me plaindre donc. Bon le truc, il y a eu l'accident ou l'incident dirons nous mais bon à partir du moment où on connaît les causes et puis on sait ce qu'il faut faire pour que ça fasse, pour faire attention. A la limite, moi, je le prends plutôt comme une affaire positive en disant que bah ça m'a permis de mettre le doigt sur, sur une fragilité au niveau de mon corps et à la limite, j'ai moins de risque d'avoir un infarctus demain ou après-demain, parce que je sais de quoi ça retourne et puis j'ai pris, j'ai pris des mesures pour euh, pour éviter pour que ça, pour éviter l'infarctus, notamment alors ce qui est bien c'est que l'on est hyper bien suivi au niveau de tout l'hôpital ici et de toutes les structures qu'il y a autour et bon comme il y a des analyses de sang, les bons au niveau des analyses par exemple, aujourd'hui je n'ai plus du tout de cholestérol ni rien, je sais que ce que je fais ce que j'ai mis en place et bah c'est c'est efficace et on le voit sur le résultat donc euh...
- Oui tout à fait oui. Est-ce que justement le suivi, enfin les prises de sang, les consultations, les renouvellements, l'épreuve d'effort etc... est-ce-que c'est une contrainte pour vous ?
- Bah non non au contraire, quelque part euh, quelque part c'est quelque chose qui m'a sécurisé et qui m'a mis des points d'étape en fait dans ma démarche en fait. Non non c'est, ça fait parti, ça fait parti du bon rythme pour essayer d'atteindre, l'éjection en fait de tous les facteurs de risques quoi. Par contre, c'est sûr que après euh bon ça, ça choque quand même d'avoir un infarctus donc on est hyper, on y pense beaucoup hein à mon avis les premiers mois, mais là je vois on arrive pratiquement à 1 an mais c'est vrai que dans la tête ça s'efface un peu et puis on aurait peut être tendance effectivement à se dire tient on va faire un écart ; c'est le temps peut être ne joue pas à perdre. Voilà c'est c'est le risque.
- D'accord, euh, quand vous prenez votre traitement comment ça se passe ? Est ce que vous avez des fois des oublis ?
- Ah jamais.
- Est-ce que ça vous stresse, est ce que...
- Ah non du tout.
- Pour vous à quoi servent ces médicaments ?

- Bah tout dépend des médicaments (rires). Ok donc de mémoire, de mémoire, j'en ai, j'en ai 4. Un euh j'ai de l'Efient hein euh donc je dis peut être des bêtises mais pour moi j'ai retenu que c'est ça qui évitait en fait les systèmes, tout ce qui est rejet par rapport au stent hein, euh j'ai du Kardegic que je prends tous les matins aussi.
- Qui sert à... ?
- Donc qui sert à mon avis à rendre le sang en fait plus fluide, ça coule bien. J'ai du Bisoprol...
- Prolol oui.
- Bisoprolol euh donc là je pense que ça doit être pour ralentir en fait le rythme du cœur et puis j'ai le Tahor, bah ça c'est le soir mais ça c'est pour le cholestérol.
- Tout à fait.
- Donc voilà toute ma panoplie et mes connaissances.
- Et est-ce-que c'est une contrainte pour vous les médicaments, de prendre des médicaments ??
- Non.
- Non ?
- Non, dans la mesure où je prends les trois le matin au petit déjeuner après je suis débarrassé pour la journée et puis le soir, avant de dîner, je prends ma ma pastille de Tahor et le truc il est fait. Ba, c'est c'est pas très gênant dans la mesure où je prenais avant des médicaments.
- Déjà des médicaments.
- Des médicaments pour la tension tous les jours donc après on s'y fait c'est une habitude hein.
- Est-ce que vous avez des effets secondaires ?
- Non, non non. J'en ai eu, j'en ai eu au départ euh, ouais parce que maintenant je prends de l'Atacand là et avant j'avais un autre médicament mais qui me faisait tousser.
- D'accord.
- Je ne sais plus comment il s'appelait par contre, je n'ai pas retenu.
- Coversyl ou euh...?
- C'était, ouais, enfin peu importe j'ai plus le nom en tête mais ça a été remplacé par l'Atacand et du jour au lendemain j'ai j'ai plus toussé.
- D'accord. Quelle est l'implication de votre conjoint, de votre épouse dans votre traitement ?
- Elle est très très impliquée surtout dans dans la manière de faire les courses et de faire à manger.
- Oui, mais dans votre traitement, dans la prise des médicaments, est ce qu'elle est impliquée ?
- Non non non. Elle me demande bien est ce que tu as pris tes médicaments mais ça s'arrête là. C'est moi qui gère mon affaire.
- Et effectivement dans la place, votre place dans votre couple est ce que effectivement les rapports est ce que ça, est ce qu'ils ont changé depuis que vous avez eu votre infarctus ?
- Oui avec euh... ?
- Enfin je veux dire, le rôle de votre femme enfin je veux dire est ce qu'elle est plus, est ce que son attitude a changé par rapport à vous, est ce qu'elle... ?
- A mon avis, elle a été plus euh plus choquée que moi en fait (rires). Elle l'a moins bien vécu que bon parce que moi j'ai vu tout de suite que ça avait été rétabli, et puis c'est, le système re fonctionnait, mais elle a été inquiète pendant longtemps hein ouais surtout après quand je me suis mis à faire du vélo et puis prendre le vélo et tout le truc, elle n'était pas très rassurée que je parte comme ça dans la nature tout seul après. Hein donc oui ça l'a plus, à mon avis ça l'a plus perturbé elle que moi ça m'a perturbé.
- Oui d'accord. Et donc du coup comme vous le disiez, elle modifie, enfin elle fait attention pour la nourriture, la cuisine ?
- Oui, complètement.
- D'accord d'accord. Et dans vos relations sexuelles, est ce que l'infarctus a changé quelque chose ?
- Non non pas beaucoup.
- Qu'est ce que l'infarctus a changé dans votre vie ?
- (rires) Qu'est ce que l'infarctus a changé dans ma vie ? Bah plus euh ouais certainement je suis plus plus philosophe par rapport aux événements.
- Plus serein ?
- Oui plus serein oui plus plus de recul sur les choses.
- Vous disiez dans votre travail notamment...
- Oui voilà, moins stressé qu'avant.
- Oui moins stressé qu'avant. Vous êtes moins anxieux qu'avant ?
- Oui.
- Est-ce que vous voyez la mort différemment ?
- Bah je la vois pas pour l'instant donc euh je me dis pas que je suis passé à côté de la mort quoi parce que bon, comme je me suis pas senti un moment où à un autre vraiment mal quoi donc pour moi je savais que ça, que j'étais pris en main et que ça allait...et que les choses allaient bien se dérouler quoi bon. Sur la table d'opération il y aurait eu un clash je me serais dit peut être mais là...
- Vous n'avez pas senti...
- En plus, bon les stents c'est quand même léger comme truc par rapport à, il n'y a pas d'ouverture du thorax ou autre... donc c'est plus, ce qui est le plus inquiétant c'est euh, mais ça c'est, c'est vis-à-vis d'autres collègues que j'ai vus pendant la rééducation, euh c'est tellement un peu banal au niveau de la mise en place des stents que ça dure pas, pas longtemps en fait. On est très vite rentré à la maison dans les 48h, 72h après pour certains. Euh j'ai vu des collègues qui faisaient du sport avec moi ici à l'hôpital bah qui continuaient à fumer, qui continuaient à machiner parce que bon...
- Ils ne se rendaient pas compte ?
- Ils ne se sont pas rendus compte en fait du euh bon bah la gravité de l'évènement et bon ils étaient repartis comme en 14, 3 jours après quoi alors que bon certainement qu'il y a encore 10aine d'années ou 15 ans, bah quand on avait un infarctus on passait à mon avis certainement peut être 8-10 jours à l'hôpital et après on partait en maison de repos. Hein donc je pense qu'il y a ça aujourd'hui où en tant que toubib bah il faut bien, il faut bien insister sur le phénomène qui n'est pas anodin, et que que les gens prennent bien conscience de ça.
- Hum hum. Comment on vous en a parlé justement de votre infarctus ?
- Bah plutôt euh bah tout à fait ouvertement. Hein surtout là quand j'étais, quand j'étais aux urgences et puis après, mince je ne me rappelle plus du service.
- La cardiologie ?
- Oui cardiologie oui. Hein bon puis bon moi je ne suis pas très langue de bois donc je discute facilement avec les gens en demandant mais qu'est qui se passe machin truc. Quand il me donnait un médicament, je demandais à quoi ça servait etc... et donc je m'intéresse donc les gens se confient facilement donc.
- Donc on vous l'a bien expliqué?

- Ah oui oui oui complètement, complètement. Mais ça, mais ça, après ça dépend de chacun, ça c'est pareil, quand je faisais la, la rééducation il y avait une petite dame là qui prenait des médicaments mais elle ne savait pas à quoi ça servait quoi. Donc, si déjà on ne sait pas on ne fait pas la corrélation entre ce qu'on prend, pourquoi c'est fait, ce qu'on peut améliorer, ce n'est pas évident.
- Vous vous sentez compris ?
- Ah oui oui !
- Et, est ce que vous vous sentez écouté par euh tout le corps médical et paramédical ?
- Ouais tout à fait.
- Est-ce que euh enfin avec qui vous préférez parler de votre maladie dans le, là je parle vraiment dans le corps médical ou paramédical, que ce soit à l'hôpital ou euh votre médecin généraliste ou le cardiologue, enfin infirmière d'ici ou euh ? Est-ce qu'il y a quelqu'un avec qui vous préférez parler de votre euh de ce qui s'est passé ? Avec qui vous préférez poser des questions, avec qui vous vous sentez le plus à l'aise ?
- Hum oui peut être euh la cardiologue qui s'occupait de la rééducation, celle qui faisait le vélo etc., hein et puis le feeling a bien passé. Oui je me suis peut être plus confié à elle qu'autre chose, hein oui oui.
- D'accord d'accord. Qu'est ce que l'éducation, donc le réseau respecticeoeur vous a apporté ?
- Bah plein plein de bonnes choses parce que, c'est vrai que la découverte de tout ce qu'il faut faire au niveau du sport, le tabac euh comment rééquilibrer sa nourriture et les prises des médicaments, quels sont ils, à quoi ça sert, les effets indésirables tout ça, non c'est c'est formateur et on a bon, si on s'y intéresse, on a, on a toute la malle à outils pour pour faire le bon boulot derrière (rires).
- D'accord. Est-ce que vous avez eu recours à une association, en dehors du réseau ?
- Ouais oui oui parce que, quand il y a eu les 5 semaines de sport là...
- Oui de rééducation.
- De rééducation, je me suis dit c'est un peu bête parce qu'il faut trouver un autre système pour continuer sur la, sur la bonne lancée et là, je me suis inscrit, comment ça s'appelle le truc, à l'hôpital la Tourmaline à St Herblain. Donc il y a, il y a pareil une association qui s'occupe que des cardiaques où il y a des trucs le soir en fait. C'est un soir par semaine donc je me suis inscrit là-dedans, j'y suis allé un soir à un entraînement et puis, bah je suis pas retourné.
- D'accord, vous n'avez pas... ?
- Parce que bon c'est plus par rapport au cadre parce que ça se fait en fait dans une salle d'hôpital où il y a pas des jambes de bois mais des prothèses enfin des trucs comme ça et puis bon, je ne me suis pas senti...
- Oppressant peut être un peu, mal à l'aise.
- Pas bien oui... C'est là que je me suis acheté le vendredi je me dis ça je laisse tomber, je m'achète un vélo et au moins je vais profiter du dehors et du machin et c'est comme ça que je me suis acheté un vélo.
- Ah oui d'accord ça a permis de ...
- Oui oui ça a permis de... Parce que je me suis dit, il faut que je fasse quand même quelque chose, je vais faire ça à la place. Et c'est vrai que je ne me sentais pas bien et bon pour les personnes étaient quand même très très âgées quoi qui suivent ces cours là donc je ne me suis pas senti dans dans le où est l'équipe cursus quoi.
- Ouais d'accord d'accord. Est-ce que votre place dans la société a changé depuis votre infarctus ?
- Non.
- Et est ce qu'elle a chan...oui ?
- Non non allez-y
- Vous vouliez dire quelque chose... ? Et est ce que dans votre famille elle a changé par rapport, vous avez des enfants ?
- Non non non.
- Ou par rapport à des frères et sœurs ?
- Oui des frères et sœurs. Oui bah ma frangine était assez inquiète au départ mais bon comme elle me voit en pleine forme, je crois qu'elle s'est, on en parle plus (rires) plus personne n'en parle. Non non du tout.
- D'accord, il n'y a pas eu de modifications ?
- Non non pas de modification.
- Est-ce que vos relations avec vos amis ont changé depuis votre infarctus ?
- Non.
- Et avec vos connaissances, enfin les connaissances les gens que vous croisez, qui sont pas des amis ?
- Non, non. Ce qui est amusant, c'est que les gens qui ont des problèmes d'infarctus entre autre bah sont... Là, j'ai un copain par exemple qui m'a appelé la semaine dernière parce qu'il était aux urgences à Macon, il venait de faire un infarctus. Il m'a appelé aussitôt pour me demander des tuyaux donc c'est rigolo mais c'est plus dans ce sens là et puis d'autres copains que je connaissais qui avaient fait des infarctus aussi qui m'ont appelé, qui m'ont dit bienvenu au club. On a l'impression que c'est un réseau d'anciens combattants du système (rires) mais c'est tout autrement y'a pas...
- Ça a permis quelque rapprochement ou euh ?
- Ouai non non même pas, c'est un petit clin d'œil quoi c'est.
- Cet évènement est-il bien parlé dans votre famille et dans votre entourage proche ?
- Oh oui oui.
- Et est ce que le regard d'autrui a changé depuis que vous avez un infarctus, enfin le regard des autres ?
- Hum non non je ne pense pas.
- Non, d'accord.
- Peut être plus au boulot, les gens bon essaient plus d'être autonomes et de moins poser de questions machin truc en me disant on va pas l'embêter donc ça ça oui effectivement mais...
- Ils essaient plus de vous ménager ?
- Oui voilà, c'est plus par rapport au boulot, où on a tendance à plus me ménager (rires).
- Oui, d'accord. Bon bah très bien, écoutez nous avons terminé.
- Parfait.

Patient P2 DN: 25/05/56, Date IDM: 17/05/11, Date entretien : 24/11/11, marié, 2 enfants, technico commercial dans une société de prestations de service.

- Est ce que vous pouvez me raconter un petit peu ce qu'il s'est passé ?
- Et bien, la veille, c'est important je pense, la veille, j'avais un problème pour avaler, comme si quelque chose était resté coincé. Et donc, je ne me suis pas trop inquiété en définitive puisque ça allait et j'ai passé une bonne nuit et au réveil à... On va dire qu'il était 6 heures : douleur au niveau de l'estomac, qui elle, a remonté et remonté et puis voilà quoi... Donc je me suis dit : c'est l'estomac ou la vésicule, pas forcément ce que j'ai eu. Je me suis pas inquiété parce que je n'avais pas mal au bras, au niveau de la respiration ça allait, j'avais pas les symptômes pour quelqu'un qui devait faire un infarctus. De là, j'ai été voir mon généraliste, mais à 8 heures, donc 6 heures, j'ai attendu 8h moins le quart, j'avais toujours cette douleur, qui lui-même a passé un électro, bon l'électro s'est révélé que bah c'était pas important quoi ! Il a essayé de joindre un cardiologue, bah oui forcément il était trop tôt. Il a fait un petit courrier de façon à ce que je me présente aux urgences. De là, à 09hrs du matin, c'est vrai que les urgences, c'est pas évident, déjà au niveau de la circulation je dirais, donc j'ai conduit avec la douleur et j'avais très très mal quand même, et puis j'ai marché et d'un bon pas en définitif ! Et arrivé aux urgences j'étais même pas essoufflé ! Et dès que je suis arrivé aux urgences, et dès que j'ai été pris en charge bon ça a été très vite quoi !
- Oui ça a été très vite, ça a été très rapide.
- Ça a été très rapide, hein, j'ai eu beaucoup de chances. C'est qu'il n'y avait pas beaucoup de monde, donc le flux était déjà passé donc je suis resté très peu de temps sur la table, et après ça a été très vite. Ils ont tout de suite vu que je faisais un infarctus et de là..
- Donc vous avez été transféré à Laënnec ?
- Oui donc ils ont stabilisé le cœur, enfin ils ont fait ce qu'ils devaient faire, enfin, morphine tout ça et puis de là j'ai été transféré à Laënnec, qui m'attendait pour..
- Une coronarographie.
- Voilà donc de là ils ont passé par la veine, hein, par le bras là.
- Oui, l'artère radiale.
- Et puis effectivement il y avait un caillot, le caillot de l'artère, alors c'était l'artère marginale, donc ça s'est très bien passé, ils ont mis un stent...
- Oui d'accord.
- Et après j'ai été en soins intensifs.
- Longtemps ?
- Huit jours, enfin la semaine hein.
- D'accord.
- Donc voilà comment ça s'est passé en définitive, mais après une bonne nuit de sommeil quoi, c'est ça, pas dehors quoi ! Juste la veille comme si quelque chose passait pas. Non, non loin de penser que, que je pouvais faire un infarctus, j'avais pas les symptômes quoi ! On sait très bien que l'infarctus, on peut l'avoir dans le dos on peut l'avoir dans..
- C'est très atypique quoi.
- Oui, je suis pas médecin !
- Oui, tout le monde a son histoire différente, les symptômes...
- Alors sachant que je me plaignais toujours d'avoir mal ici (il me montre son épigastre), bon, à la vésicule quoi, ou l'estomac, plus la vésicule.
- Lors d'un effort ?
- Non, pas du tout, non, le soir c'est vrai que ça me prenait, bon j'avais mal pendant 5 minutes, des fois dix minutes. Des fois pendant 3 semaines, j'avais rien et puis ça recommençait. J'avais passé une échographie, qui s'est révélé que j'avais rien du tout. Et c'est vrai quand j'ai eu ma douleur, enfin quand j'ai eu ma crise on va dire, je pensais que c'était vraiment une crise
- Et ça vous faisait penser à cette douleur ?
- Ah bah tout à fait oui, tout à fait. Mais qui remontait, enfin voilà quoi.
- Et comment vous l'avez vécu, du coup votre... ?
- Très... bah sur le coup, effectivement quand on m'a annoncé que je faisais un infarctus, je me suis effondré, c'est vrai, je ne m'attendais pas à ça, et en plus j'insistais, c'est pas la vésicule ? (sourire), Ah non..effectivement c'était pas ça. La vésicule on l'a écarté tout de suite, hein ! c'est clair.
- Comment était votre santé avant votre infarctus ?
- Bien.
- Vous n'aviez pas de problèmes de santé particuliers ?
- Non, pas de problème, hein, mis à part ces douleurs au niveau de la vésicule hein, bon...à savoir que, après, donc quand je suis rentré, donc après l'infarctus, peut être 3 semaines un mois à peu après, j'ai eu cette douleur, je me suis dit, ça y est, ça recommence ! Et donc j'ai été revoir mon médecin et donc, on a fait une échographie, et je sais que j'ai un calcul qui fait 12 mm, que j'avais pas avant, maintenant j'ai un calcul qui fait 12mm. Voilà, et pour répondre à votre question...
- Oui, comment était votre santé avant ?
- Bah équilibrée ma fois, pas de problèmes hein, j'avais pas de souci, heu, le travail à 200 %.
- Oui, vous faites quoi comme travail ?
- Je suis technico commercial et responsable de magasins, pour une société de prestations de service.
- D'accord.
- Donc effectivement, on m'a donné des responsabilités en début d'année, que j'ai plus ou moins accepté je dirais, parce que je n'étais pas demandeur, alors voilà, est ce que ça a pu occasionner ? Je sais pas, c'est le point d'interrogation quoi parce que j'avais pas de souci quoi, hein...je faisais mon footing une fois par semaine, alors peut être un peu trop puisque, je ne sais pas, enfin bon, je partais une demi heure mais c'était de l'intensif et dans la semaine j'avais rien, enfin bon je me dépensais autrement.
- Et vos loisirs ont changé depuis que vous avez eu votre infarctus ?
- Oui, d'ailleurs je ne cours plus (rires). Il faut savoir que j'ai fait donc la réadaptation, la rééducation là.
- Oui vous avez commencé quand la rééducation ?
- Alors, juillet, juillet, août, juin, juillet je crois !
- D'accord.
- Pendant deux mois.
- Chose importante, oui il faut le faire. Hein, ça, c'est primordial pour, déjà pour se rassurer, et c'est vrai qu'on commence très bas pour finir en super forme quoi. Quelque part c'est important quoi cette rééducation, enfin pour moi ça a été bénéfique. Je l'ai dit et redit mais

- c'est vrai quand on m'a posé la question, quand j'étais en soins intensifs, toute de suite ma première, ma première phrase que j'ai dit : est ce que c'est obligatoire ou est-ce-que ce n'est pas obligatoire quoi ? C'est vrai que comme ça, quand on vous pose la question...
- Oui, on ne se représente pas trop ce que c'est quoi.
 - Oui, et effectivement, j'ai dit oui mais après, pas sur le coup, après et puis voilà mais je regrette pas de l'avoir fait.
 - Et vous ne regrettez pas ?
 - Ah non, non, j'incite les personnes qui ont un infarctus à le faire quoi, c'est clair, ça met en confiance, voilà...bonne ambiance en plus !
 - Oui, pour rencontrer d'autres personnes...
 - D'autres personnes qui ont eu plus ou moins la même chose, sauf des pontages, enfin bon. Euh, bah, après c'est convivial quoi, si on y arrive pas, on fait ce qu'on peut mais c'est vrai que, on sait qu'on est suivi ! Et c'est vrai que l'exercice et le vélo c'est bien, et c'est vrai que depuis, bah, je me suis remis à faire le vélo.
 - Depuis que vous avez fait la rééducation ?
 - Oui, oui, j'ai un vtt. Je fais mes 30 minutes là tranquille et puis c'est vrai que de courir, bah non, ça m'a... je sais pas, j'ai peur peut être, je ne sais pas, je me dis voilà si je force de trop...
 - Oui, vous avez peur de revenir à l'activité que vous aviez avant ?
 - L'activité que j'avais, non enfin surtout pour le footing, je ne sais pas, donc je n'ai pas repris, j'ai pas repris le footing.
 - Donc plutôt du vélo par contre ?
 - Du vélo oui, quand je peux là je fais du vtt, et puis ça me va très bien et voilà.
 - D'accord, ok, et qu'est ce que l'éducation, là par exemple, le réseau respecti coeur vous a apporté ? Est-ce-que ça vous a apporté quelque chose ? Le fait d'avoir des réunions ?
 - Ah oui, avec la diététicienne, le cardiologue...bien qu'il fallait être prudent.
 - Il fallait être prudent ?
 - Il fallait être prudent déjà au niveau... comment dirais je, l'équilibre alimentaire déjà, hein ? Donc ça, c'est important hein ? Eviter le sel, enfin bon, les graisses, les plats préparés, enfin bon, c'est vrai qu'on apprend plein de choses à ce niveau là hein, ça c'est...
 - Ça vous a apporté... ?
 - Ça m'a apporté, oui ça m'a apporté beaucoup de choses oui effectivement, ça m'a apporté plein de choses...Oui c'est pour ça que je me suis inscrit aux 3 séances, aux 4 là, je sais plus...donc voilà, euh bon avec ça, on sait à quoi s'en tenir quoi ? Bon maintenant, les sports à risque ou ces choses là, à sensations fortes, vaut mieux éviter quoi, maintenant voilà.
 - D'accord, d'accord, est-ce-que vous avez eu recours à une association ?
 - Non.
 - Comment vous a-t-on parlé de votre maladie ? Est ce que vous trouvez que c'était des propos adaptés ? Est-ce que c'était insuffisant ou au contraire bien ?
 - Bah, c'est compliqué là, c'est compliqué, tout ce que je sais : au niveau de l'artère, au niveau de l'artère, donc alors est ce que j'ai fait du cholestérol ? Le LDL ? A un certain moment et que bon, de là, après il s'est formé. Enfin, l'artère s'est retrouvée fragilisée et puis il s'est formé un caillot de sang. Maintenant, est-ce-que c'est bien le régime ? Est ce que c'est dû... Parce que bon, effectivement l'obésité c'était pas mon cas malgré que j'ai perdu 15 kg, mais bon de là à... J'ai une vie saine, j'ai arrêté de fumer il y a une vingtaine d'années, il y a 25 ans. De son côté, je bois pas, normal.
 - Pas d'hypertension, pas de diabète ?
 - Oui, alors je sais ce qui vient en dernier, c'est le stress ! Donc est-ce-que le stress a joué un grand rôle ? Je sais pas, bon voilà quoi c'est vrai que j'ai demandé au niveau de l'artère, quel était le... Enfin, c'est là qu'on m'a dit c'est l'artère marginale, c'est vrai, ça me revient marginale. C'est pas forcément marginal ! Voilà après quoi dire de plus ?
 - Dans la famille il y a des problèmes d'infarctus ou... ?
 - Non, j'ai mon père qui a double pontage mais bon il avait 75 ans donc euh... J'ai un oncle qui avait des problèmes de cœur, mais c'est vrai j'en ai pas parlé forcément. Mais bon voilà c'est pas, non, au niveau de l'infarctus, non.
 - Et, pour vous, les conséquences d'un infarctus sur votre corps ? Qu'est ce que ça entraîne ? 7
 - Ça a entraîné une diminution ça c'est clair. J'ai été affaibli, euh il est clair que les premiers mois, j'étais complètement affaibli hein. Je pense qu'il y a le fait de l'infarctus et des médicaments aussi, antibiotiques enfin bon, faut s'adapter à tout ça. Mais, on est complètement vidé, complètement vidé, on a plus de force et puis voilà quoi ! Et sans être essoufflé, c'est ça le problème, moi j'ai pas eu de problèmes d'essoufflement. C'est, oui, on est complètement vidé. Je dirais on est complètement diminué... Moi, pour moi, pendant deux ou trois mois là j'étais euh...Et la rééducation m'a permis de remonter et c'est vrai donc, depuis le 17 mai, donc ça fait 6 mois, c'est depuis 15 jours où je suis beaucoup mieux, sauf que j'ai fait une cellulite infectieuse, c'est pour ça que, puisque que mardi j'ai fait extraire ma dent, il y avait un kyste..voilà pourquoi je suis un peu défiguré.
 - Ça ne se voit pas trop, ne vous inquiétez pas.
 - Je crois que ça a désenflé, et là, j'avais même un bleu ici. Je sais pas pourquoi, mais bon c'était mardi midi, enfin mardi en fin de matinée hein à la polyclinique nantaise avec le Dr Huet, stomato, donc voilà je sais qu'il est allé profond et qu'il a retiré un kyste mais euh un pois chiche! Carrément! C'est pour ça que... Et ça, c'est après mon infarctus. C'est, j'ai eu ce, l'antibiotique a pu collecter le pus on va dire, il a incisé et puis après... Mais j'ai pas été repris, mais j'avais toujours le foyer, et forcément c'était une dent dévitalisée. Voilà, bon maintenant c'est parti, bon encore deux jours et ça devrait aller mieux.
 - L'opération elle était quand ?
 - Mardi, 11 heures, 11h30, c'est récent c'est vrai.
 - D'accord et globalement comment vous voyez votre santé depuis votre infarctus ?
 - Et bien, je revis, c'est clair ! Je reprends des forces, j'ai bon appétit, par contre je fais attention de ce que j'ai pu apprendre à respecti coeur, euh donc voilà. Et puis, l'activité physique qui est importante, au moins 3 fois par semaine... Mais bon, c'est facile à dire, pas facile à faire quand on travaille à mi temps thérapeutique, après il faut une discipline et se dire...
 - Vous avez travaillé à mi temps thérapeutique ?
 - Oui jusqu'à la fin du mois là...jusqu'à la fin du mois et puis je vais beaucoup mieux quand même. Je vais reprendre à temps complet à partir de décembre.
 - D'accord et vous avez recommencé quand le mi temps thérapeutique ?
 - Ça va faire trois mois.
 - D'accord, d'accord.
 - Trois mois oui.
 - Et ça se passe bien ?
 - C'était très dur, le problème quand on a un arrêt comme ça, on est complètement déconnecté du travail et là, il faut se remettre...et en se remettant on s'aperçoit, et ça, ça fait mal quoi quelque part c'est... voir être découragé et de se dire c'est pas possible, et ça revient petit à petit.
 - Par rapport à la somme de travail ?

- Oui, oui. Et puis bon, on voit bien que bah une fois que vous êtes déconnecté et puis fatigué. Au départ très très fatigué, ça c'est clair, très fatigué. Mais bon, moi, j'ai fait le mi temps thérapeutique, enfin je travaille que le matin, que le matin, comme ça l'après midi, ma sieste était primordiale, hein, pendant une demi heure, trois quarts d'heure, au moins une demi heure : me reposer, mais bon, à ce jour, depuis quinze jrs, je fais plus la sieste et ça va, ce qui veut dire que j'ai récupéré.
- Oui.
- J'ai récupéré et j'ai plus de résistance, j'ai plus de résistance voilà.
- D'accord, et du coup, là vous travaillez à mi temps, et dans le compte tenu de votre travail, vous avez modifié un peu vos conditions de travail ? Est ce que vous faites moins de choses ?
- Oui enfin une matinée, c'est vite fait hein, c'est vite passé, bon je fais des heures de bureau, je vois les problèmes et puis après, je pars en clientèle. Je pense qu'en début d'année je vais laisser le bureau de coté et je vais partir en clientèle.
- D'accord.
- Comme ça, il y aura moins de pression.
- Et avant vous faisiez aussi moitié moitié ?
- Non, il y a que depuis le début de l'année. Avant j'étais constamment sur la route, euh en clientèle donc c'est différent, c'est différent. Donc je pense que l'année prochaine, d'ailleurs j'ai demandé hein, je préfère être à l'extérieur, chez les clients, prospecter, suivre les clients et après bien sûr... que de rester au bureau puis de résoudre les problèmes et puis et puis voilà.
- D'accord, et vous trouvez que votre place dans le milieu professionnel a changé ou pas? Par rapport aux autres ?
- Bah elle a changé du fait que je travaille à mi temps mais après je pense que, ça y est maintenant je suis rentré dans le cocon là, on va dire c'est bon. Et puis bah derrière ça, mes collègues savent bien ce que j'ai eu donc c'est pas, de ce côté-là non..., j'ai pas d'inquiétudes à avoir, après c'est la clientèle, la clientèle extérieure, ça c'est, c'est autre chose.
- C'est-à-dire, vous avez peur ?
- Peur, peur ? Non, plus maintenant, je pense pas non. Et puis, bon, j'arrive à un âge où, non peur pas du tout, à 55 ans, non, je pense que... Comment dirais je, comment dirais je, je voulais dire quelque chose mais... Ma partie professionnelle est plus derrière maintenant que devant hein sauf si on doit travailler jusqu'à soixante quinze ans ! Donc non je pense que, mais bon, non je m'inquiète pas de ce côté-là. Mais à partir du moment que vous faites un métier que vous aimez, il n'y a pas de raison! Donc voilà quoi, on verra bien...à condition que je me mette pas la pression! Le problème, c'est ça quoi! Parce que je suis quelqu'un qui, si je promets quelque chose je vais le faire. Donc le plus dur, c'est de dire stop j'arrête quoi. Le problème c'est ça, c'est le problème, c'est là où il faut que je travaille un peu plus, c'est l'heure, c'est fini.
- Alors qu'avant l'infarctus c'était... ?
- Je travaillais chez moi encore, oui tout à fait, c'était des bonnes journées, mais bon on me le demandait pas, ça vient comme ça hein.
- Oui, dans le feu de l'action, on ne peut plus s'arrêter quoi...
- Dans le feu de l'action et puis bon quoi, et puis quand vous avez des responsabilités, on attend aussi un retour, mais c'est comme ça, sans pression on se met la pression parce que voilà quoi... on est différent chacun, chacun mène son affaire comme il l'entend quoi, enfin bon comme on a une conscience professionnelle quoi, voilà c'est plus la conscience professionnelle.
- D'accord, quand vous prenez votre traitement comment ça se passe?
- Oh, au départ c'était peut être dur, maintenant c'est pas... Non, c'est quotidien. Non, je sais malgré qu'ils ont changé quelques médicaments, non il n'y a pas de...
- Au départ c'était, pendant un mois, pendant...?
- Oui, pendant un mois et puis après, ils ont changé. Donc, c'est pas évident parce que on se met en tête. J'avais fait une grille, comme ça j'avais pas de problème. C'est clair entre le matin, le midi et le soir, voilà. Et là, il n'y a aucun problème de ce côté-là, et avec les génériques par rapport à... C'est vrai qu'il faut garder en mémoire les noms, ce qui n'est pas évident, mais après ça vient tout seul. Je note plus maintenant, je sais ce que je dois prendre et puis voilà quoi.
- Il n'y a pas d'oubli ? Enfin des fois il n'y a pas de...
- Non, non, je n'ai pas de... Enfin, je dis non parce que j'évite quand même, mais je m'organise pour que je n'ai pas d'oubli. Un petit ramequin, je les mets dedans et puis voilà.
- D'accord.
- Je les mets pas sur la table comme ça je sais que quand il y a un problème, je serais pas le seul à le voir.
- D'accord, et est ce que...donc vous êtes marié ?
- Oui
- Est-ce que votre femme s'implique dans votre traitement ?
- Ah oui ! ah oui tout à fait oui ! (rires) De ce coté là, elle s'implique, à 100% au niveau du sel, des graisses tout ça. Non, il n'y a pas de problème. Mais bon, moi au niveau de l'alimentation, le sel moi je sale pas, je suis pas quelqu'un à remettre par-dessus donc, donc je sale pas, je sale pas beaucoup. Que ce soit pas salé, ça ne me dérange pas quoi.
- Et vous avez changé vos habitudes alimentaires ?
- Oui, ah oui oui, tout à fait. Je suis plus équilibré hein. Si je prends le fromage le midi, je ne vais pas prendre un yaourt quoi, par exemple, et ça, je l'ai appris à respecti cœur . Effectivement, euh donc voilà quoi. Bon puis c'est vrai qu'au départ, je devais prendre qu'un petit carré de chocolat, vingt grammes de beurre, vingt cl de vin rouge, enfin bon voilà quoi c'est des choses qui marquent.
- C'est un peu dur au départ ?
- Bon après voilà, c'est une discipline hein, pour le bien de soi même.
- Ça a été un peu dur au départ ?
- Non, enfin finalement non parce que comme on salait pas, depuis des années et des années. Rien à voir mais j'ai ma fille qui a fait un purpura rhumatoïde à 3 ans donc on a failli la perdre, et depuis ce temps là, bah c'est vrai que le sel fallait pas mettre de sel, et depuis, depuis ça, c'est vrai qu'on ne sale pas beaucoup quoi.
- Vous aviez déjà des habitudes.
- Oui, et puis ça va très bien, hein, même le sucre, je mettais un morceau de sucre. Maintenant, j'en mets pas donc on s'habitue. Je me dis de ce côté-là pour moi, c'est pas trop compliqué : j'ai arrêté de fumer comme ça, j'ai arrêté donc, après c'est... Faut le vouloir c'est tout, quand on veut, on peut. Après c'est une question de...bah oui... Mais bon, c'est dur, c'est vrai mais on peut y arriver quand même, et sans traitement. Moi, j'ai rien pris, j'ai pas pris de patch, j'ai rien pris, chewing gum un petit peu mais pas beaucoup donc c'est une question de volonté hein ?
- Ah oui complètement, la volonté fait beaucoup de choses ...
- Tout à fait et puis quand on sait que c'est pour notre bien, je pense qu'à un certain âge, on réfléchit peut être un peu plus. A 20 ans, bah...
- On est dans l'insouciance...
- Oui, on est dans l'insouciance, c'est vrai tout va bien et puis...après quand vous faites un infarctus à 55 ans, vous vous dites, oh attention, là mais bon c'est...
- Pour vous qu'est ce que l'infarctus a changé justement dans votre vie ?

- Qu'est-ce-que ça a changé ? Bah là, c'est peut être trop, trop vite, enfin pour l'instant. C'est vrai que je travaille beaucoup moins déjà pour l'instant, euh.....je sais pas c'est peut être plus équilibré au niveau de... J'essaie de faire attention.
- L'hygiène de vie.
- Oui, au niveau de l'hygiène de vie, maintenant quand je vais reprendre à temps complet je sais pas. Peut être que je vais me dire attention oui, il faut mettre des barrages, et puis je veux dire là je fais mes... mes huit heures ou mes neuf heures. C'est bon j'arrête, je pense à autre chose. Je pense que j'ai pris conscience de certaines choses, et puis... travailler le week-end, c'est une croix, c'est surtout ça quoi. Respecter ... Pas des heures comme à Paris quoi, voilà il n'y a pas que le travail quoi. Donc voilà, c'est surtout ça après, qu'est-ce que je peux changer d'autre ? A partir du moment qu'on a une vie saine enfin normale...
- Est-ce que votre sommeil a changé ? Est-ce que vous dormez d'une manière différente depuis que vous avez eu votre infarctus ?
- Je dors très bien, sauf là mais bon. Je dors très bien, j'ai toujours bien dormi.
- D'accord ça n'a pas changé ?
- Ça n'a pas changé.
- D'accord, vos projets en général ? Est-ce qu'ils ont changé ?
- Mes projets ? Peut être profiter plus de la vie (rires), loisirs ! Loisirs, voyages, peut être, peut être. Mais bon, j'ai une épouse qui est retraitée, moi je suis encore en activité, donc c'est vrai que c'est compliqué de gérer les deux en définitif. Donc pour l'instant hein, pour l'instant c'est vrai que le week-end j'aurais tendance à dire : bon bah voilà après une semaine de travail on va dire, on reste à la maison. De l'autre côté, elle va dire bah non on va sortir un peu quoi, mais bon, oui, c'est pas interdit maintenant faire de la marche...voilà...
- D'accord et votre place dans votre famille, est-ce qu'elle a changé ? Vous avez une fille ou ... ?
- Euh, j'ai deux filles, j'ai deux filles, hein euh, 26 ans et 22 ans, voilà. Pour répondre à votre question, qu'est-ce qui a changé ? Tout va bien donc tout est rentré dans l'ordre. J'ai fait peur à certains moments, donc bon voilà quoi c'est... maintenant je pense que c'est derrière hein ? A partir du moment où on a retrouvé une autonomie. Bon, je pense que, on va vite effacer le, tout en restant bien sûr...mais euh...avec les médicaments, puisqu'on sait que c'est à vie. Enfin, pour certains hein, peut être pas tous, au moins pendant un an, pour certains hein bêta bloquants tout ça, c'est à vie mais bon c'est pas ce qui gêne le plus en définitive, faut pas les oublier c'est tout.
- Est-ce que c'est une contrainte pour vous le traitement ?
- Non, non, c'est pas une contrainte, non je pense pas, c'est pas une contrainte non, c'est une discipline, hein après, voilà quoi, non, non, c'est pas, pour moi c'est pas, non pas du tout une contrainte. Ce serait une piqûre, ce serait autre chose mais là, bon un comprimé...
- Et est-ce-que le suivi c'est une contrainte pour vous ? C'est-à-dire les consultations, les prises de sang, les épreuves d'effort etc...
- Non au contraire, on se sent...pas pas protégé mais en sécurité. A partir du moment que vous êtes suivi par derrière, ça les risques sont beaucoup moins. Oui bah, on se dit bah oui qu'est-ce qui peut m'arriver quoi ? Voilà ! Et puis bon c'est vrai que derrière ça on a appris tellement de choses. Si on a mal quelque part, on sait ce qu'on doit faire, parce qu'il y a le nat Spray hein au cas où et puis après bah faut faire le 15 donc faut vraiment...faut s'évanouir... faut vraiment oui...pour ne plus réagir on va dire. Ça moi le nat Spray je l'ai pris 2-3 fois, c'est tout, je l'ai toujours sur moi mais heu... Non, d'être suivi c'est très bien, au moins c'est une sécurité, voilà... Et puis, bon il y a le médecin traitant aussi ! Obligé d'aller le voir tous les 3 mois, déjà pour l'ordonnance donc voilà quoi. Donc je pense qu'il est à l'écoute hein, il est à l'écoute et s'il y avait quelque chose... Mais bon, non de ce côté-là je suis...
- Globalement vous vous sentez bien écouté ? Enfin vous vous sentez écouté je veux dire ?
- Oui, oui, oui.
- Par l'équipe soignante... ?
- Oh de ce côté-là...oui oui, aucun problème, aucun problème.
- Et est-ce que vous vous sentez compris ?
- Compris ?
- Auprès de qui ?
- Auprès de l'équipe soignante auprès...enfin que ce soit des gens du réseau ou votre médecin généraliste ou... ?
- Oui, oui, je pense oui oui, tout à fait, non il n'y a aucun problème hein.
- D'accord.
- Aucun problème Pour preuve hein, quand j'ai fait ma cellulite infectieuse, donc je me suis présenté directement au Dr Plassart., je crois. Donc elle m'a pris tout de suite parce que le dentiste m'avait dit de voir le cardiologue, et comme moi je suis... Alors au départ, j'étais suivi par le Dr Plassart et ensuite par le cardiologue le Dr Roy. Donc une première visite donc voilà, je ne connaissais que le Dr Plassart et je me suis présenté comme ça et puis après bah, je me suis senti écouté puisqu'il y a eu un suivi, non non de ce côté-là...Même en soins intensifs, non c'est très très bien, c'est une bonne équipe, il n'y a aucun problème, non, non.
- On vous a bien expliqué votre maladie ?
- Expliqué ? Oui, vous revenez sur cette question ?
- Oui...
- Qu'est-ce que vous voulez entendre ?
- Si c'étaient des mots adaptés ?
- Avec des mots simples ?
- Oui est-ce que vous trouvez qu'on vous l'a bien expliqué ?
- Oui, tout à fait. Oui, la preuve, de ce que j'ai eu. Oui, je sais ce qu'il s'est passé et ça, c'est grâce à respecti coeur on va dire. C'est là que, c'est là que j'ai su, enfin je savais plus ou moins mais enfin bon, plus précisément donc l'artère qui...qui est fragilisée puis les globules rouges et puis il se forme un caillot et puis voilà quoi, c'est bouché.
- Oui vous trouvez qu'on vous l'a bien expliqué ?
- Schématiquement voilà, après je vais pas trop rentrer non plus...
- Non, non, non mais juste pour savoir si justement les ..., parce que des fois si vous voulez les soignants peuvent avoir des fois des mots un peu compliqués et du coup, ils ont l'impression qu'ils ont expliqué et finalement pas forcément bien et voilà
- Oui c'est vrai qu'avec vos mots, ce n'est pas toujours évident mais bon c'est vrai que... on enregistre pas tout hein ? On enregistre pas tout.
- D'accord
- A ce moment là, faut faire 7 ans d'études (rires)
- Bah oui, oui, oui.
- Minimum.
- Avec qui vous préférez parler de votre maladie ? Enfin, de votre infarctus ? Que ce soit... enfin je parle dans le secteur soignant, entre le médecin généraliste, le cardiologue ou la psychologue peut être si vous l'avez vu ?
- Non, la psychologue non.
- Ou les infirmières ? ou le kiné ?
- Pourquoi en parler ? Quand tout va bien après, pourquoi en parler ? Non, ça ne me dérange pas d'en parler même quand on en parle il n'y a pas de problème, hein. Non, je crois que j'ai pris du recul hein, je me sens beaucoup plus... Enfin bon, c'est différent, c'est vrai

- qu'il y a deux trois mois, j'avais un langage peut être un peu plus renfermé, un peu plus bon...Ce qui fait peur, c'est vrai que, de plus en plus, on en voit d'ailleurs, donc bon.
- Et est ce qu'il y a quelqu'un avec qui vous préférez en parler ? Avec qui vous sentez plus à l'aise pour... ?
 - Honnêtement non. Je pense avant tout au cardiologue mais bon, euh... Ce serait avec vous, avec vous, avec le Dr Plassart ou quelqu'un d'autre...non j'ai pas...
 - D'accord, il n'y a pas de personne ?
 - Non, non, pas du tout. Et si on me demandait voilà, ce que j'ai eu, comment ça c'est s'est passé, non, je ne mettrais pas une barrière forcément.
 - D'accord, est ce que vous avez des effets secondaires des médicaments ?
 - Euh, non...une petite douleur à l'estomac, c'est tout. Voilà, je prends de l'exomé...je sais plus quoi là.
 - Esomeprazole ?
 - Esomeprazole oui, j'arrive jamais à le dire. J'en prends un sur deux, sur trois, ça dépend. Mais là, en ce moment, je prends car comme j'ai un antibiotique, là. Ce que j'ai eu là, c'est vrai que là, ce matin, j'avais mal à l'estomac. Euh pour les effets secondaires, bon, je n'ai pas tout lu hein ? Je préfère pas (rires), je préfère pas, non je peux pas dire que... j'ai eu des...
 - Beaucoup d'effets secondaires.
 - Voilà, à part l'estomac, enfin si j'ai eu...enfin bon pour les effets secondaires. Enfin, je vais m'arrêter là, j'ai pas d'effets secondaires mis à part l'estomac. Ce que j'ai oublié de dire, pendant plusieurs mois, j'avais une douleur, une douleur intercostale ressentie plus ou moins en biais, même en rééducation, je l'avais toujours. Et après, ça s'est trouvé localisé vraiment à la poitrine, juste là, juste ici, et là à l'instant T j'ai rien du tout, j'ai plus rien.
 - Vous n'avez plus rien.
 - Et là, depuis quelques jours, je sens plus. Alors est ce que c'est le fait que le mal est reparti un peu plus haut (rires)... Et ça me va bien, parce que je sais que ça va pas durer mais c'est vrai que c'est le jour et la nuit. Et donc voilà quoi, mais cette douleur, oui oui était constante quoi, constante.
 - Oui, depuis votre infarctus ?
 - Oui, oui, et chose que j'avais pas quoi, pendant oui, et là effectivement après c'était à la poitrine et depuis que, oui depuis une huitaine de jours à peu près, j'ai plus de point. Enfin, j'ai plus de douleur, on va dire, vraiment à la poitrine quoi... Ça fait peur par contre, on se dit, voilà c'est quoi ça, est ce que je prends du natispray ou pas ? J'attends?...Voilà, j'évite le Natispray, honnêtement, ça fait mal à la tête, je sais ce que ça fait hein, ça dilate les artères. Mais bon, c'est vrai que faut vraiment avoir mal et puis...
 - Ça ne ressemblait pas à vos douleurs d'infarctus ?
 - Ils nous ont bien sensibilisé de ce côté-là. C'est ça Respecti coeur, voilà. Ça, c'est les réponses qui peuvent être apportées, c'est riche en réponse quoi.
 - Complètement oui.
 - Justement pour vous à quoi servent les médicaments que vous prenez ?
 - A très bien, à fluidifier le sang donc à éviter la formation de caillot.
 - Oui.
 - Euh.. à fluidifier le sang et puis il y a aussi le Tahor là pour le cholestérol.
 - Tout à fait oui.
 - Et ensuite les beta bloquants pour que le cœur soit ralenti quoi, pour ralentir le cœur. Voilà, après je crois que j'ai fait le tour...
 - On va revenir un peu sur, justement la place dans la société, dans votre couple par exemple ? Est ce que, dans votre couple, vos rapports ont changé ? Enfin je veux dire euh, est ce qu'il y a une modification au niveau de la communication... ?
 - Non, rapport...disons que non. De ce côté-là je veux dire, comme je le disais précédemment ma femme est retraitée, donc c'est vrai qu'elle se consacre beaucoup à moi (rires) ! Je ferme la parenthèse, bref c'est vrai que...
 - Dans le traitement par exemple...
 - Oui, tout à fait, donc ce côté-là...je suis...
 - Par exemple elle pense au renouvellement ou des choses comme ça?
 - Oh, non je suis autonome de ce côté-là, non par contre « Au fait est ce que tu as pris... ? ». Voilà, elle va se soucier si j'ai pris ou si j'ai pas pris...euh mais bon je reste autonome quand même hein, je vais pas dire à mon épouse : « Tiens tu prépares les médicaments ». Non non j'en suis pas arrivé là, et j'y tiens pas...euh donc voilà. Bon maintenant c'est vrai que, elle est peut être plus stressée que moi maintenant, hein. Elle a sûrement plus peur que moi, voilà. « Si tu as mal, non, fais pas ci, fais pas ça... » que moi je serais maintenant plus partant à faire des efforts donc elle est là pour mettre un frein.
 - D'accord, alors qu'avant l'infarctus, il n'y avait pas de frein particulier ?
 - Non, non, j'étais à fond, voilà, bon oui.
 - Vous et puis elle ne s'inquiétait pas ?
 - Non, non, puisque quand tout va bien, voilà hein on se pose pas de questions hein. Quand tout va bien l'équilibre est là donc il n'y a pas de raison de se poser des questions.
 - Oui.
 - Maintenant voilà, donc c'est vrai qu'elle a beaucoup, oui...des fois quand je lui dis « Tiens j'ai mal là... »,
 - Elle est aux aguets ?
 - Elle est beaucoup plus prude..., enfin je sais pas, oui, oui, oui je sais pas...elle dit non ça va passer, c'est rien. Mais pour elle, ah...elle est pas tranquille, elle dit...
 - Oui, tant que c'est pas....
 - Donc voilà que...et puis c'est vrai que n'étant plus en activité, bon elle pense beaucoup plus. Que moi, une fois que je suis parti, suis parti quoi, et bah la confiance n'exclut pas le contrôle !
 - Et votre vie sexuelle a changé ?
 - Non, pas spécialement non...peut être plus, plus calme.
 - D'accord, est ce que vos relations avec vos amis ont changé ?
 - Non, au contraire, ils se sont peut être plus soudés encore. Amis et puis peut être aussi mes proches ! Frères, sœurs...
 - Votre famille ?
 - Oui oui tout à fait qui ont eu très peur. Hein, ça c'est clair. Bon on voit bien qu'il y a eu... Ils habitent pas dans la région, donc c'est clair que je pense qu'il y a eu un rapprochement de ce côté-là, un rapprochement. Bon maintenant, c'est vrai que quand on a un infarctus, ça fait peur et puis voilà quoi...Du fait que...enfin je vais répéter ce que j'ai dit mais : vous êtes à 200% et puis du jour au lendemain vous êtes plus rien quoi, et pour quelqu'un qui n'est jamais malade, bon une petite angine mais c'est tout ça s'arrête là quoi.
 - Oui c'est brutal quoi ?
 - C'est brutal, mon entourage, oui, était étonné. « C'est pas possible, même m'a dit ma direction. » Elle ne comprenait pas pourquoi. Voilà ! Voilà ! Comme quoi personne n'est à l'abri.

- Oui, et vos relations avec vos connaissances. Enfin les gens que vous côtoyez tous les jours sans être vraiment des amis ou de la famille, est ce que ça a changé ?
- Et bien, par gentillesse ils prennent de mes nouvelles, c'est vrai. Là aussi, c'est peut être un peu plus rapproché dans la mesure où bah, oui, ils demandent des nouvelles hein...voilà, donc maintenant je les rassure mais ils me disent : « Attention ! Mettez un frein ! ». Et oui c'est ça le problème, le problème il est là : c'est de se dire : on va mieux : crack on va foncer ! Le problème c'est ça en définitif ! Mais il y a des choses que ma femme ne souhaite plus que je fasse et je suis prêt à le faire quoi ! Mais bon c'est parce que je vais beaucoup mieux, c'est tout hein. Non, je pense que je vais rester prudent quand même. Mais bon c'est facile à dire mais, je forcerais peut être un peu moins...rien que pour tailler ma haie, bon je fais appel à quelqu'un et puis la prochaine aussi hein...bon c'est vrai qu'il y a des travaux difficiles et je pense que les travaux difficiles, enfin surtout les haies, je vais laisser ça de côté..
- Oui, c'est physique.
- C'est physique, c'est physique et voilà quoi, il y a des travaux que j'envisageais et que je ferais pas. Je vais sous traiter c'est sûr. C'est dommage mais c'est comme ça, donc..
- Et votre place dans la société en général, est ce que vous trouvez qu'elle s'est modifiée depuis que vous avez eu votre infarctus ?
- Modifiée, je sais pas, hein, c'est trop tôt pour le dire hein, tout ce que je peux dire : on prend soin de moi (rires) ! On prend pitié de moi ! On prend soin de moi et puis voilà, après je pense que oui il y aura un frein quelque part mais, après je sais pas, il faut refaire le point dans six mois, une fois que j'aurais repris l'activité
- Quand vous dites il y aura un frein..il y aura un frein dans...
- Un frein dans certains travaux, enfin je sais pas. Enfin, je sais pas comment vous dire...dans des travaux, oui, dans des travaux effectués quoi ! Voilà c'est tout, je sais pas, des travaux, oui que je pouvais faire et que je ferais plus, parce que voilà c'est plus raisonnable, après...et d'aider quelqu'un peut être là aussi, parce que bon, faut des vases communicants quand même, parce que là, c'est vrai que je veux rester prudent. A moins qu'on me dise : « Non, tu peux y aller et puis voilà quoi... »
- Est-ce que cet événement est bien parlé dans votre famille et dans votre entourage proche ? L'infarctus...est ce que vous arrivez à bien en parler ?
- Une fois que c'est dit, une fois c'est dit, point. Bon oui il n'y a pas de souci de ce côté-là, non. Maintenant faut vivre à l'instant T et puis voilà, et puis prendre bah..., puisque ça va de mieux en mieux. Voilà, faut le faire savoir, rassurer les proches : dire voilà c'est du passé, et je suis bien suivi donc il n'y a plus de problèmes (rires) ! Faut le rassurer aussi, quand ça va pas, ça va pas on me le dit mais quand ça va faut le dire aussi hein ? Si j'avais pas mon petit problème, je serais comme tout le monde quoi, heureusement pour moi, malheureusement certains n'ont pas cette chance...
- Est-ce que vous trouvez que le regard des autres a changé sur vous ? Globalement ?
- Le regard ? Non, que de prendre des nouvelles oui ! Ça va dans le bon sens pour celui qui le sait, mais après, voilà, ça s'arrête là hein.
- Et puis la famille, enfin votre femme, un peu plus inquiète ?
- Oui, tout à fait, mais bon après... Mais bon c'est vrai que mes proches demandent de mes nouvelles, c'est sûr hein, plus que la normale. Mais bon voilà je les rassure, je les rassure et puis ils ont leurs problèmes aussi ! Donc voilà je pense que le plus dur est passé et, à moins qu'il y ait un problème avec le stent mais bon, il n'y a pas de raison. Une fois qu'il sera bien enveloppé, il n'y aura pas de problème.
- Mais il est bien enveloppé là déjà ! Ne vous inquiétez pas... Est-ce que votre moral a changé depuis votre infarctus ? L'humeur ? Le moral ?
- Oui, l'humeur. Peut être moins agressif peut être moins..., peut être plus réfléchi on va dire. Plus réfléchi, oui, plus cool, oui, oui je m'emballe. Mais j'ai pas à m'emballer non plus donc c'est vrai que...le problème c'est...si je commence à rentrer un petit peu...c'est peut être là où je ressens quelque chose. Alors bon, c'est vrai que là tout de suite je suis calme, tout, euh...voilà je suis pas quelqu'un à exploser non plus. Je garde plus en moi que...voilà quoi, je suis quelqu'un de gentil quoi (rires) !
- Vous êtes peut être moins anxieux ? ou plus anxieux ? Est-ce-que l'anxiété a changé ?
- Moins peut être.
- Plus calme, plus posé ?
- Plus calme, plus posé et puis bah voilà quoi. Quand vous traversez six mois comme ça, enfin de ce que vous avez eu, on se dit : hou là comment ça se fait ça. Ça m'est arrivé pourquoi ? Enfin voilà, on se pose quand même des questions, et puis et bien on descend d'une marche, voire de deux et puis, voilà je pense que, au fil des mois, je vais reprendre des forces et puis voilà, mais tout en restant... Ça donne une bonne leçon ! Même si je n'ai rien à me reprocher ! (rire) J'ai rien à me reprocher ! Et puis je me dis (rire), je suis encore vieux, je vais pas...non non.
- Vous dites une bonne leçon, par rapport à l'hygiène de vie ? Par rapport à quoi ?
- Oui, malgré qu'elle n'était pas décousue, elle était normale, donc j'ai pas à me culpabiliser de toute façon. Mais c'est comme ça, c'est là où c'est plus compliqué de se dire : oui je vois ce qui a pu se passer pour, voilà, le cholestérol. Oui bon, la fumée, oui bon, mais ça, ça fait 25 ans. Voilà, je me dis bah y a que ça, oui effectivement j'ai fumé, beaucoup fumé, effectivement ça a pu abîmer les artères, ça c'est clair, pas les protéger mais mal les protéger, et puis voilà, mais bon. Non je pense que là, sur certaines choses, on fait attention quoi et sans excès quoi...
- D'accord, donc au niveau de l'anxiété : moins finalement.
- Moins.
- Et au niveau du moral, il n'y a pas de tristesse, ou plus ? Enfin je veux dire, ou vous vous sentez mieux ?
- Ma tristesse c'est de voir les autres partir, comme aujourd'hui j'étais à une sépulture, enfin ça n'a rien à voir, donc d'une collègue...donc...cinquante sept ans...voilà quoi. Oui, donc je me dis moi ce n'est rien par rapport à elle, enfin maintenant elle est partie, elle est partie ! Voilà quoi ! Il y a 6 mois, c'est elle qui prenait de mes nouvelles et qui me disait « Fais attention ». Maintenant voilà quoi ! Bon maintenant c'est comme ça hein.
- Et la perception de la mort a changé pour vous ? Est ce que vous voyez la mort différemment ?
- Je vais pas mourir tout de suite déjà (rires) !
- Non, ce n'est pas ce que j'ai dit hein (rires) ! Ne vous inquiétez pas... (rire)
- La mort, non pas du tout, non, j'ai pas peur. Enfin j'ai pas peur... Bon, non, de ce côté là j'ai pas, je me pose pas de questions. Là où je suis triste, c'est de voir les autres partir, et c'est là où vous vous dites... « tiens ça aurait pu être moi.. » voilà, c'est ça hein, c'est comme ça quoi, mais bon...sinon, bon j'ai pas...maintenant j'ai plus peur de la mort, on va dire. Peut être qu'à un certain moment j'ai vu, je me suis dit bon hou là ! Au début, quand on m'a dit, c'est un infarctus (grimace), bon je sais qu'on en meurt pas forcément mais... Soit on meurt tout de suite, et puis comme ça, c'est foudroyant et puis voilà ou sinon...
- On sait que ça peut être grave quoi, l'infarctus ça évoque quoi ?
- Ça peut être grave, oui ça évoque beaucoup de choses.
- Bon et puis finalement maintenant, c'est passé !
- Maintenant, oui c'est passé...je me dis aussi, c'est une artère marginale c'est pas... J'ai cette chance là aussi quelque part ! Maintenant, ce que j'espère c'est que les autres artères n'ont rien quoi, voilà la question, elle est là en définitif ! Je sais pas si je l'ai posé au cardiologue mais qui me dit que les autres...

- Alors après, normalement en coronarographie on voit toutes les artères. Donc si il y une a une qui est rétrécie, on s'occupe pas que de celle qui est bouchée, on s'occupe des autres aussi, vous voyez ?
- Ah oui, logiquement oui.
- Donc, en théorie, on s'occupe de tout.
- On s'occupe de tout, mais bon, ce qui me fait peur, c'est ça quoi, c'est de me dire « tiens je peux refaire un deuxième infarctus ? » c'est ça le problème. Mais bon faut être rassuré de ce côté-là quoi, enfin bon, c'est pas possible, c'est peut être compliqué mais bon logiquement j'ai très peu de chances...
- Il y a moins de risque d'en refaire un maintenant que vous êtes suivi, que vous avez votre traitement...
- J'ai mon traitement, je fais attention à ce que je mange... Soit je me suicide et puis je fais rien, je fais pas attention et puis voilà quoi... Non ce sera pas mon cas, enfin c'est pas mon cas, c'est pas mon cas donc voilà quoi...la peur oui c'est surtout ça. Après, maintenant, tout peut arriver c'est vrai. Quand vous êtes suivi, logiquement les risques sont moins...
- Oui sont moindres qu'avant lorsque vous n'étiez pas suivi...
- Voilà, tout à fait hein, c'est ce qui est dit, c'est ce qu'on m'a dit, c'est (rires)... A partir du moment où vous faites confiance...et là je peux faire que confiance...
- Oui, et vous avez raison (rires) !
- (rires) Quand tout se passe bien, voilà, c'est tout, on peut pas... Maintenant c'est très compliqué, c'est très compliqué... Voilà.
- D'accord, bon écoutez, je crois qu'on a fait le tour de la question, enfin de tout ça. Est ce que ça vous semble complet ?
- Ah c'est surtout pour vous. Pour moi, je pense avoir fait le tour, voilà après...
- Vous pensez qu'on a abordé tous les sujets ?
- Oui, oui tout à fait, on est parti du début, hein, ça allait très bien, (rires) 200%, (rires) et puis voilà, une bonne nuit de sommeil, le lendemain vous vous réveillez : douleur, boom, et puis après vous êtes plus rien ! Voilà, mais vous êtes en bonnes mains donc voilà.
- Oui, pour vous après l'infarctus, vous n'étiez plus rien ?
- Ah j'étais plus rien ! J'étais vraiment plus rien ! Complètement diminué quoi c'est clair hein. Complètement diminué et puis c'est vrai qu'on vous soigne bien avec toutes les piqûres. Et puis, quand même vous êtes un peu dans le cirage, et oui on voit bien que vous êtes complètement...vous n'avez plus de force quoi. Vous êtes vidés et encore j'ai eu beaucoup de chances. C'est que c'était au mois de mai, il faisait beau quand je suis rentré chez moi, je pouvais aller sur la terrasse, donc c'est vrai que le soleil m'a permis aussi de ...
- Pour le moral...
- Pour le moral c'était, c'était bien. On pouvait faire la sieste dehors tranquille, écouter les oiseaux...
- Se reposer...
- Se reposer mais c'est vrai que...oui on est vidé, vidé ! Donc voilà, est ce que c'est le fait des médicaments, est ce que c'est le fait... je pense aussi que c'est un facteur.
- Il y a un peu tout en fait, il y a tout le stress que ça a engendré, l'infarctus en lui-même qui a du coup fatigué votre cœur.
- Oui, oui, car, en définitive, j'avais rien au départ. C'est maintenant, j'ai la valve...mitrale, une petite fuite mais ça, il paraît que c'est fréquent quand on fait un infarctus. Donc c'est vrai que j'avais rien au cœur et puis maintenant j'ai quelque chose quoi. C'est ça hein... ?
- Et puis c'est aspect brutal quoi, qui vous empêche de vous y préparer en fait.
- Brutal, c'est ça, par ça j'ai surpris tout le monde. Effectivement moi-même déjà et puis tous les gens, voilà, qui me connaissaient. Voilà « c'est pas possible ? » « bah si c'est possible, c'est possible, me demandez pas pourquoi, je sais pas ». Maintenant de dire si c'est le cholestérol, si c'est, qui peut me le dire ?
- Il y a des facteurs de risque, après il n'y a pas que ça.
- Il y a le petit fascicule, le petit bouquin là qui explique bien le... Autrement, j'avais apporté le dossier au cas où, de là où j'étais hospitalisé, de la clinique quoi..
- Du compte rendu, de la coronarographie etc..
- Non, le petit bouquin qu'on vous donne concernant l'infarctus, ça c'est très bien. Donc déjà avec ça, de là, vous apprenez beaucoup de choses...

Patient P3 DN: 30/03/53, Date IDM : 13/05/11, Date entretien: 24/11/11, marié, un enfant, travaille dans le service d'exploitation Bouygues télécom.

- Vous pouvez me raconter un petit peu ce qu'il s'est passé ?
- Oui, alors, c'est à dire je me suis retrouvé pendant une semaine de congé dans la région de Brive la Gaillarde, cette après midi, en fin d'après midi, j'avais décidé d'aller au bord de l'eau à la pêche, et, bon, pas de souci particulier, euh... j'ai fait mon activité normale, je suis ressorti de l'eau puisqu'on devait aller dîner le soir avec ma femme, donc, je remonte à mon logement qui était proche du bord de l'eau, et puis là je me suis senti mal, avec une douleur abdominale assez forte et avec une douleur pour moi articulaire dans mon bras. (il me montre le bras droit). Bon quand j'ai analysé, j'ai dis, bon, j'ai peut être mangé quelque chose qui n'allait pas trop bien ce midi, mal digéré, et puis comme j'ai eu un accident il y a quelques années au niveau de mon épaule, euh j'ai eu une fracture de l'humérus, donc je n'ai plus ma rotation externe, donc je me suis dis, bon bah j'ai trop pêché dans la journée, je me suis servi de mon bras un peu trop longuement, donc j'ai une douleur, bon ça s'arrête là.
- Oui.
- Bon je me suis changé et puis on a commencé à partir en voiture mais je me sentais toujours pas bien, un état...vraiment pas bien, pas d'amélioration...bon on maintenait quand même notre rdv puisqu'on avait quand même réservé, donc on prend la voiture, je commence à faire quelques kilomètres et puis je me suis senti pas bien, je me suis senti partir, donc ma femme m'a dit : « Arrête toi ». Je me suis arrêté sur le bas côté. Je suis sorti de la voiture, je suis tombé par terre...
- Vous avez perdu connaissance à ce moment là ?
- Oui apparemment, j'en ai pas trop le souvenir, ma femme me dit oui, un peu et puis après je suis reparti et puis elle me dit bon on va appeler les urgences, je lui ai dit : « Non non, ça va se passer, on verra ça demain matin. » Enfin, dans mon idée, c'était autre chose que ce que j'avais réellement.
- Donc la nuit se passe pas bien, j'ai pas dormi, j'étais au bord de mon lit, je m'allongeais, je me remettais au bord de mon lit, enfin j'ai vécu comme ça toute la nuit jusqu'au lendemain matin, je n'ai pas pu déjeuner.
- Et vous aviez toujours mal ?
- Oui, toujours mal, peut être un peu moins mais...
- Toujours une gêne.

- Toujours une gêne, toujours pas bien, et elle rencontre le médecin à un commerce pas très loin d'où on était et elle lui en fait part...le médecin, en plus il était pêcheur, donc il lui a dit : « Non, non, restez pas comme ça, amenez le moi en fin de matinée, je veux le voir, je veux l'ausculter et puis si il y a rien, il n'y a rien, et puis on va voir, mais je veux le voir ! »
- Alors j'étais à son cabinet, comme ça, bon j'ai marché, j'ai pas eu de problèmes, hein, et je me suis mis sur la table, j'ai pas eu de douleur, j'ai pas eu de soucis, il m'a fait un électrocardiogramme, il m'a dit « Je vois pas grand-chose, je vois un petit truc, ça paraît très ancien mais je vois rien », bon, mais il m'a dit « On va jusqu'au bout du protocole, on fait quand même l'analyse de sang complète et là on verra.. » .Il me dit si je vous rappelle pas c'est qu'il n'y a pas de souci, si je vous rappelle je vous dirais ce qu'il en est et puis, pratiquement deux heures après, on me rappelle en me disant en urgence, il fallait que je vienne au cabinet pour aller aux urgences, donc j'ai pas compris, je me suis dit « Qu'est ce que c'est ? » Et puis après j'ai commencé à comprendre quand on m'a expliqué...mais j'étais valide ! Je marchais et tout ! J'avais pas de souci plus que ce que j'avais avant, une douleur peut être qui commençait un peu à s'estomper mais c'est tout...
- D'accord.
- Et puis quand on a vu les résultats de mes analyses et le taux de troponine que j'avais, on m'a envoyé directement à l'hôpital, donc au départ je devais sur l'hôpital de Tulle et puis comme il n'y a pas de service de coronarographie, on m'a envoyé à l'hôpital de Brive.
- D'accord.
- Donc là j'ai été traité en urgence à l'arrivée à l'hôpital.
- D'accord, donc qui vous a envoyé à l'hôpital ? Votre femme ou il a appelé le Samu ?
- Le Samu qui sont venus, avec un médecin urgentiste, qui a commencé à m'envoyer les produits pour dilater les artères...
- Oui, d'accord, il a fait une fibrinolyse c'est ça ?
- Je pourrais pas vous dire exactement.
- D'accord et ensuite vous avez eu une coronaro ?
- Oui et puis ils m'ont posé 4 stents.
- D'accord, et vous n'aviez jamais eu ce genre de douleur avant ? C'était vraiment la première fois.
- Oui, à tel point que quand ils m'ont vu arriver, ils m'ont dit, vous êtes passés près de la porte de sortie...
- Oui.
- Ils m'ont demandé : « Est ce que vous fumiez ? » Je leur ai dit « Non jamais »
- Oui oui, pas de cholestérol ? Pas d'hypertension ?
- Non, pas d'hypertension, j'ai dit aux réunions et aux différents médecins que j'ai vu que j'ai un caractère assez nerveux, assez impulsif, donc ça j'ai vécu ça pendant des années, et de stress longuement.
- D'accord.
- Dû à plein de facteurs, dû à ma vie professionnelle, dû à ma vie personnelle, je veux dire c'est un parcours de vie, puis bon, comment dire les gênes de naissance...mais j'ai fait du sport pendant 15 ans, je faisais du vélo, bon j'ai arrêté après, je reconnais que je n'ai plus pratiqué depuis l'âge de 40, allez 45 ans à peu près, parce que je me suis retrouvé à faire des déplacements, et je suis revenu, j'avais plus trop le courage de reprendre et puis suite à l'accident que j'ai eu à l'entraînement, j'avais peur de rouler avec d'autres ce qui fait que j'ai arrêté, je me suis plus trouvé de motivations à faire du vélo tout seul, donc c'est peut être un tort. J'aurais dû continuer une activité physique. Maintenant je suis pas certain que ça aurait changé quoi que ce soit, je sais pas...bon j'ai pas eu de soucis de santé ou autre, bon j'ai pas eu de pépins de santé je veux dire.
- D'accord, d'accord et donc ensuite, vous êtes restés hospitalisés...
- Je suis resté une semaine à l'hôpital de Brive, et là ils m'ont fait des examens, et puis ils m'ont dit : « Il reste encore quelque chose, une artère enfin un endroit qui semble un petit peu plus aplati, mais bon pour nous il n'y a pas de problème particulier, il suffit de suivre ça, bon, il dit nous, comme vous allez pas rester dans le service, que vous êtes pas de la région, vous allez remonter chez vous sur Nantes, bah on vous transfère au CHU de Nantes, donc je suis revenu au CHU de Nantes, en ambulance médicalisée et puis là je suis resté 3-4 jours en observation parce que je suis arrivé le vendredi, samedi dimanche il n'y avait rien, donc j'ai commencé à voir le médecin le lundi, qui a pris connaissance de mon dossier médical et puis de la vidéo que j'avais (qu'il m'ont donné) et puis ils ont dit, on fait rien pour l'instant, non, ils ne savaient pas trop quoi faire.
- D'accord.
- Et puis le médecin a pris la décision : « Non on fait rien, on verra plus tard, vous allez faire de la rééducation »
- Oui d'accord.
- Chose que j'avais accepté, on me l'avait fortement indiqué quand j'étais à Brive, donc j'ai dit « Oui, il n'y a pas de souci, ce qu'il faut faire je le ferais, hein » Donc j'étais très volontaire pour me remettre sur pied.
- Donc vous avez fait de la rééducation pendant combien de temps ?
- Donc j'ai fait de la rééducation, pas tout de suite, parce que là c'est pareil, je suis passé encore en contrôle, j'ai fait un test d'effort et là ils ont vu qu'il y avait un souci au niveau d'une fuite au niveau du cœur, sous le ventricule, parce qu'il y a eu une lésion due à l'infarctus et puis j'ai passé d'autres examens, des scintigraphies, des choses comme ça pour vérifier...bon, ça n'a pas amené plus de renseignements à part la fuite qui s'identifiait, donc le médecin cardiologue m'a dit : « non non bah maintenant on va commencer la rééducation ». Donc j'ai fait la rééducation sur un programme de 20 séances.
- Oui, d'accord, au final vous avez commencé à partir de quand la rééducation ?
- Bah c'était...je me souviens plus trop, ça devait être début juillet à peu près, voilà d'une façon régulière, deux fois par semaine, ici là, donc je venais tous les mardis matin et les jeudis.
- Et donc vous avez fait les séances d'éducation thérapeutique ?
- Oui, oui, et puis entrecoupées d'analyses, de contrôles, donc après ces soins j'ai terminé par un test d'effort, qui a montré une évolution favorable de récupération donc il était quand même satisfait et puis la dernière échographie a montré une diminution de la fuite donc le traitement qui m'a été rajouté, parce qu'on m'a rajouté un médicament, a fait effet quand même.
- Et comment était votre santé avant votre infarctus ? Est ce que vous aviez des problèmes particuliers ?
- Non pas de problème, mais je dirais que j'étais quand même un peu en surpoids, j'ai perdu 14 kg, aujourd'hui je fais 70 alors qu'avant je faisais 84, donc je me sentais un peu lourd, je dirais presque que maintenant je suis mieux que ce que j'étais avant, je me sens plus d'allant, plus une envie plus qu'avant, de plein de choses, de sport que je fais, et puis... je me sens moins nerveux, mais ça c'est dû aux médicaments aussi, je me sentais stressé, je le sentais, je dirais que maintenant ...
- Vous vous sentez mieux ?
- Oui, je me sens mieux, un état général mieux, puisque quand je suis arrivé, au début avant ma rééducation, j'avais pris contact avec le réseau pour commencer à voir quant est ce que j'allais commencer, on m'a demandé comment j'étais : j'étais pas trop bien, je veux dire psychologiquement j'avais même fait une demande auprès du psychologue, parce que je me sentais coupable de quelque chose pour que j'arrive à ce genre de problème, j'ai dit « Qu'est ce que j'ai pas fait de bien, ou j'ai mal fait pour que je sois comme ça ? »
- Vous vous culpabilisez en fait d'avoir fait ça ?
- Oui, oui parce que partout où j'ai été dans les services, on m'a dit « Mais qu'est ce que vous avez eu ? Vous avez fumé ? Vous avez eu une vie de patchon ? »

- Oui, tout le monde cherchait...
- Voilà ! Tout le monde cherchait des causes ! Mais non j'ai pas eu ça, donc j'ai crû à un moment qu'on ne me croyait pas, on me dit bah il doit être menteur, il raconte des bêtises alors que c'est pas ça.
- Oui vous sentiez un peu incompris finalement... ?
- Oui je me sentais un peu incompris, donc je me suis dit pourquoi ça m'arrive qu'à moi, bon la maladie je sais bien que ça arrive pour tout le monde, il n'y a pas de différences mais pourquoi ça ? Je ne pensais pas être un sujet à risque, c'est ça que je veux dire.
- Oui.
- Bon j'ai fait du vélo, je me suis cassé, mais ça c'est normal, on prend des risques, on assume ces risques, et ça fait partie de...mais là je me suis dit, qu'est ce que j'ai fait pour que j'ai ça ? je n'arrivais pas à comprendre, et on n'avait pas de réponse à me donner non plus ! bon maintenant j'en ai un peu plus, mais à l'époque, enfin je sais pas.....
- Et maintenant ? vous vous sentez plus compris ?
- Oui, oui, parce que je dis pas que ce qu'on m'a donné comme réponse, c'est forcément la vraie réponse mais je comprends plus de choses qu'avant, parce qu'on m'a expliqué, parce que j'ai vu des gens qui ont été compréhensifs, j'ai vu d'autres malades, j'ai vu des gens qui étaient quand même relativement bien malades, ce qui fait qu'on se dit qu'on a une chance, on a...ouais et je pense que ça aussi, que thérapeutiquement c'est bon, que si j'avais fait ma rééducation tout seul...
- Oui oui complètement.
- Par exemple, avec la même qualité de soins tout seul, je pense que le faire avec les autres c'est bénéfique et c'est pas pour cela on broie toujours du noir, non mais c'est le fait que, j'ai gardé contact avec des gens qui ont fait la rééducation avec moi, que je connaissais pas avant, qui m'appellent, bon tout ça c'est positif.
- Donc il y a le fait d'être ensemble, en groupe... ?
- Oui, oui, et puis il y a une certaine forme d'émulation parce que bon y en a un qui amène son expérience, bon, y avait des gens qui étaient dans le milieu médical, qui étaient malades hein, moi pendant la session où j'étais, en soin, il y avait deux personnes, il y en a un qui était pharmacien, sa femme aussi, et l'autre monsieur, sa femme est pharmacienne aussi ! Donc quelque part ils connaissaient les médicaments, ils connaissaient un certain nombre de choses, ça n'a pas empêché qu'ils soient malades hein, mais chacun emmenait son expérience et son vécu et c'est vrai que ça m'a aidé, ça m'a fait du bien en plus moralement.
- Oui je comprends, de pouvoir en parler, de pouvoir...
- De pouvoir en parler, dédramatiser, parce que quand on dit le cœur, ça y est on se dit que c'est le moteur qui est mort et moi j'ai demandé : « Vous me donnez combien de temps ? Pratiquement c'est la question que j'ai posé, le médecin il m'a regardé et il m'a dit « Mais pourquoi vous me posez cette question là ? » Bah je lui dis : « Vous savez quand le moteur, il est atteint...c'est la vie qui en dépend ». Bah, il me dit « On va vous soigner, vous allez repartir ! ». Je l'ai regardé, je me suis dit « Il me dit ça parce que...il est médecin, il a envie de donner le moral ! ». Mais j'y croyais pas, alors que maintenant j'y crois !
- Pour vous c'était synonyme de...
- Ah bah oui ! De décès à court terme ! L'échéance était très grave !
- Et la perception de la mort elle a changé pour vous ? est ce que vous voyez la mort d'une manière différente ?
- Non c'est des choses que je pense moins, au début j'y pensais plus...
- Au début de votre infarctus ?
- Oui quand on m'a dit que j'étais passé près de la porte, pour moi ça été...et puis au début j'ai pas trop su, c'est après que les gens ont parlé, au début on voulait pas trop m'affoler et comme ma fille habitait dans la région parisienne, euh ma femme m'a dit « Je te l'ai pas dit mais le médecin m'a dit qu'il fallait prévenir ma fille », fallait qu'elle vienne, donc quelque part quand on est confronté à des situations comme ça, on se dit qu'on est passé près de quelque chose de grave, donc c'est pour ça qu'après on se pose des questions.
- Et là ça va mieux ?
- Oui oui parce que j'ai vu aussi que physiquement j'avais retrouvé quand même du potentiel même si ... mais il y a des choses que je fais au jour d'aujourd'hui que j'aurais peut être pas fait avant mon infarctus, parce que je me sentais pas...bah là je fais de la marche et tout et je fais quand même de la marche, la marche ! Pas du lèche vitrine hein ! Je marche pour marcher ! Je fais des 8-10 km, donc quelque part, en l'espace de, je dirais j'ai progressé en très peu de temps et j'essaie de m'y tenir à faire au moins une fois par semaine et je fais, je vais à la Tourmaline à saint Herblain tous les mardi soirs pour faire la rééducation sur le vélo et des mouvements avec des personnes d'ici, là, qui est kiné, quelque part je me suis inscrit dans une logique de remise en forme.
- Et vous vous rendez compte que votre corps est tout à fait capable de ...
- Oui, voilà ! Alors que quand j'étais en arrêt, je me sentais quand même assez fatigué, je me sentais physiquement pas...pas bien pour faire ça. C'est au fur et à mesure que la rééducation s'est faite et bien j'ai retrouvé la puissance, que j'ai retrouvé l'envie, j'ai retrouvé quand même des bonnes sensations.
- On a l'impression que la rééducation c'est un virage quand même...
- Ah oui ! Ah bah c'est nécessaire, hein, c'est pour ça que je l'ai dit j'ai un collègue
- Autant dans le moral que dans..
- Oui oui, j'ai un collègue qui lui a eu aussi des soucis de santé au niveau du cœur qui remonte à quelques années, qui est ami aussi avec Christiane et elle m'a dit « Parle lui en, si tu le vois, il faut absolument qu'il vienne à ces réunions, parce que... il fait pas, il suit pas les bonnes règles, les bonnes pratiques pour se remettre correctement et éviter une récurrence.. »
- Oui.
- Donc pour moi c'est un plus hein. Je dirais que la rééducation et ça ça fait un tout
- Oui pour vous, l'éducation qu'est ce que ça vous a apporté ? c'est ça c'est cette euh ...
- Bah ça m'a apporté déjà, de discuter avec les gens, bien que j'étais déjà quand même assez quand même assez communicatif et que je posais des bonnes questions. Il y avait des collègues qui ne savaient rien de ce qu'ils avaient comme maladie, ils ne savaient de ce qu'on leur a fait, ils savaient pas les médicaments qu'on leur donnait ! Donc moi je suis pas arrivé non plus sans savoir ! Mais, ça a permis de clarifier, de poser des questions au médecin en propre, avec un kiné, avec quelqu'un qui fait de la diététique, donc je veux dire, c'est indispensable.
- Oui.
- Parce qu'on comprend mieux les choses, si on dit, bon, il faut pas manger ceci, faut éviter cela, faut prendre six temps par jour, on nous explique le pourquoi !
- Donc si on a compris, on le fait ! si on n'a pas compris, c'est une privation ! Voilà donc c'est de l'éducation mais je pense que c'est nécessaire. Et j'adhère, je regrette pas de l'avoir fait parce que ça m'a permis de mieux comprendre et d'expliquer aussi parce que les gens de l'extérieur me disent « bah oui, pourquoi tu prend pas ? » bah non je peux pas prendre ça, je vais t'expliquer je vais te dire, c'est pas bon, j'évite de faire ça, toi tu peux parce que t'as pas de soucis, j'en ai eu, j'évite de le faire, mais on se sent plus fort
- Complètement, et du coup on peut expliquer aux autres et...
- Et on peut expliquer, et je pense que..
- Et aussi pour le faire
- Voilà !

- Vous avez eu recours à une association ?
- Non, non, non, non, pas au-delà de ce que j'ai fait ici et de mon activité de la Tourmaline, je veux dire.
- D'accord, et comment on vous a parlé de votre maladie ?
- Que c'était une maladie, qui en a beaucoup d'atteints, qui en a beaucoup qui ne le savent pas non plus encore, mais bon ça se déclenche peut être aussi à un moment, à un autre moment en fonction de différents facteurs, de l'âge, de plein de choses hein...
- On vous l'a bien expliqué ?
- Oui, on me l'a bien expliqué, oui, oui. Je dirais qu'on me l'a plus expliqué dans les réunions que j'ai eu. Quand on est dans un cadre de soins, bon, c'est différent, on voit le médecin pour voir les résultats, pour voir ce qu'on va nous faire mais il y a pas forcément toujours une explication.
- Oui, et puis il y a le contexte un peu traumatique.
- Oui, on va de service en service, bon on suit hein, et puis c'est tout...alors des fois c'est en discutant un peu avec les infirmières, avec du personnel qui vient nous voir un peu plus longuement, qu'on pose une question à...mais effectivement les vraies questions et les vraies réponses, je les ai quand même eu après, ici.
- Avec qui vous préférez parler de votre maladie ? Quant je dis avec qui, c'est...vous avez votre médecin généraliste, les cardiologues, les infirmières, les kinés, les diététiciennes, enfin...
- J'en parle pas beaucoup à mon médecin généraliste, parce que, bon je lui en veux pas hein, absolument pas c'est toujours mon médecin mais je dirais que bon ils avaient peut être pas non plus les moyens d'investigations mais je veux dire, elle elle est tombée des nues quant elle a appris ça, quelque part, je lui envoie des fois la copie de mes rapports, mais maintenant, c'est ici que je suis soigné, c'est là que je vois mon cardiologue, je veux dire quelque part je me suis pris en charge à ce niveau là, et mon médecin généraliste j'irais le voir pour autre chose mais pas pour ce problème là. Je lui fais part de l'avancement si elle veut le savoir mais si j'ai un souci, c'est ici que je viendrais.
- D'accord, plus le cardiologue d'ici ?
- Oui
- D'accord, dans l'ensemble vous vous sentez écouté ?
- Oui, tout à fait, oui, oui.
- On va revenir un peu sur l'infarctus en lui-même, comment est votre santé depuis votre infarctus ?
- Bah, j'ai eu un rendez-vous avec le cardiologue, c'était en début de mois, le premier rendez-vous suite à ma reprise de travail puisque une fois que j'ai terminé ma rééducation, j'ai été...j'ai repris mon activité à mi temps,
- Alors qu'est ce que vous faites comme travail ?
- Donc je travaille plutôt dans les bureaux, je travaille dans le service exploitation chez Bouygues télécom.
- D'accord.
- Donc je m'occupe de toute la partie problèmes de site, dépannes, environnement du site une fois qu'il soit construit. Je m'occupe aussi de la partie sécurité des sites et puis bon j'ai d'autres activités annexes qui...mais bon ça reste un travail de bureau, je veux dire heu on est pratiquement sédentaire.
- Vous avez repris quant du coup votre travail ?
- Alors, je l'ai repris...bah c'était, j'ai dû terminé début août donc après je suis resté quatre semaines à mi temps, donc j'ai dû reprendre à peu près mi...mi août.
- D'accord donc vous avez commencé à mi temps et là vous êtes ...
- Là je suis à temps complet, maintenant j'ai repris à temps complet donc avec le circuit...
- Temps complet depuis.. ?
- Depuis mi septembre à peu près.
- Oui, c'est ça, d'accord.
- Avec contrôle médecine du travail enfin tout le processus normal.
- D'accord, et vous avez modifié vos conditions de travail, du coup par rapport à avant l'infarctus, mis à part ce mi temps.
- Bah c'est vrai que je faisais quand même beaucoup d'activités, j'étais pas mal pris, je me suis allégé mon programme et on m'a allégé mon programme. Je pense que l'entreprise ne veut pas prendre de risques à m'envoyer sur des missions ou sur des choses qui pourraient poser un problème, donc j'ai bien compris et puis là j'arrive à quelques années de la retraite et il me reste à peine deux ans, donc je veux dire, quelque part, je crois qu'ils ont...enfin beaucoup ont compris que c'était assez grave.
- D'accord.
- Donc, ils essaient de pas me mettre dans des situations qui pourraient me faire retomber dans ce genre de problèmes. Je parle aussi bien physique, je parle pas toujours des...mais faire des déplacements, partir en mission à droite à gauche, des choses comme ça, bon.
- D'accord.
- Je pense que ma hiérarchie directe a bien pris conscience du sujet. Elle était au courant de mes soucis, heu, ils ont été avertis, ils ont vu quand même que c'était assez grave.
- Vous trouvez que la place dans votre travail, dans votre milieu professionnel s'est modifiée ?
- Oui s'est modifiée et puis moi je me la suis modifié aussi,
- Oui.
- Bon, comme je me sens quand même plus apaisé au niveau nerveux, donc il y a des choses, que...je vais plus courir sur des choses qui n'en valent plus la peine, je me dis, bon on verra ça plus tard
- Oui, vous relativisez plus ?
- Oui, comme j'ai dit, un moment j'ai privilégié certainement plus ma vie professionnelle que ma vie à moi et maintenant j'ai fait l'inverse, c'est-à-dire moi ma vie professionnelle c'est après, quoi qu'il arrive.
- L'infarctus a changé...
- Oui, oui, oui, et je sais pas comment l'expliquer, est ce que c'est la peur d'être passé à côté ? Ou est ce que c'est réellement le fait que mon état qui a changé par rapport au traitement, par rapport à des choses qui sont mieux dans mon état général, je peux pas le dire, mais ça a été un basculement. D'ailleurs mes collègues me le disent, c'est-à-dire ils me disent : « Bon, bah dis donc t'es nettement mieux, t'as changé Daniel.. » avant c'est vrai je partais au quart de tour, quant il y avait des choses qui n'allaient pas, boum, tout de suite ça attaquait, maintenant...
- Oui, ça vous passe, oui...
- Et ça tout le monde me l'a dit, mon entourage aussi, donc il n'y a pas que dans mon coté professionnel.
- Oui, avec votre femme ça a changé ?
- Oui elle trouve que je suis un peu plus molaillon maintenant. Quand elle me demande « Fais ci fais ça », je suis long à répondre ou bah, je je, comment on dit, pour moi, je suis moins impulsif sur les réponses, sur faire quelque chose. Alors je pense que c'est du au traitement parce que, du fait que le cœur est ralenti, tourne moins vite, bon quelque part, on est nettement mieux. Moi j'avais bah des fois, je me sentais pas bien, je me sentais angoissé et, une certaine forme de mal être, chose que mon médecin traitant était au courant depuis longtemps mais bon elle voyait ça sur le fait du surmenage, du stress aussi mais c'était peut être le début de ce qu'il m'est arrivé

- mais qu'on a pas identifié, ni moi ni personne hein, je jette la pierre à personne, hein, c'est pas ça...mais je me sens nettement mieux maintenant...
- Oui, plus apaisé, en fait ? Plus serein ?
 - Oui et puis je relativise beaucoup plus les choses, maintenant, j'ai eu un moment une soif de faire plein de choses mais pour moi personnellement, parce que je dis, je suis passé tellement près que je dis faut peut être faire les choses qu'on a envie.
 - Profiter de la vie...
 - Oui, comme on dit faut profiter de la vie avant qu'il soit trop tard mais c'est vrai qu'il y a eu un moment où j'ai eu envie de me lancer à faire plein de choses que je repoussais à un peu plus tard quoi mais je sais pas c'est instinctif, je sais pas l'expliquer.
 - Votre place dans la société elle a changé depuis... ?
 - Ma place dans la société c'est-à-dire... non, non je crois pas, mais je vois les choses différemment.
 - Vous avez des enfants ?
 - Oui j'ai une fille.
 - Donc à la suite de ça, bon c'est pareil, maintenant je vais dire pourquoi j'ai un peu mieux compris ce qu'il m'était arrivé, bien que je suis pas certain non plus, mais j'ai mon père qui a fait un infarctus il y a cinq ans
 - Il avait quel âge ?
 - Il va avoir 91 ans.
 - D'accord.
 - Il a fait ça quand même assez tardivement, donc lui, pareil, il a été traité, il a eu un stent, voilà, mais bon pour moi ça restait...
 - Et il y a d'autres antécédents dans la famille ?
 - Oui, mon frère.
 - Votre frère ?
 - Mon frère qui a 55 ans, qui est de 3 ans plus jeune que moi et qui lui aussi a fait un infarctus au mois de novembre l'année dernière, et lui a eu une pose de deux stents.
 - D'accord.
 - Et lui travaille sur Bayonne, donc je l'ai appris aussi tardivement, parce que bon, il m'en avait pas parlé et puis comme on se voit qu'au moment des vacances scolaires, il voulait pas trop affoler mon père donc il lui disait qu'il avait un petit pépin de santé mais moi il m'en a pas fait part, c'est après que je l'ai appris.
 - Votre père c'était le premier infarct' qu'il faisait ?
 - Oui
 - Et votre maman ?
 - Non elle est décédée elle c'était une insuffisance respiratoire.
 - D'accord, elle n'a pas fait d'infarctus.
 - Non.
 - Oui, donc il y a peut être une hérédité familiale...
 - Voilà, on m'a dit que ça peut jouer.
 - Vous ne faites pas de diabète ?
 - Non, j'avais pas de...au niveau des analyses que j'ai fait il n'y avait jamais eu de traitement, de remarques par rapport aux résultats d'analyses.
 - D'accord, et pour vous quelles sont les causes d'un infarctus ?
 - Bah c'est un peu la conjugaison de tout ça.
 - Voilà, tous les facteurs de risques.
 - Bon ça c'est un facteur de risque, maintenant comment on peut déterminer, comment on peut dire que ça a pris 50%, 60%, on sait pas, c'est subjectif, bon on considère que c'est un facteur de risque, tout de façon c'est identifié puisque sur les plaquettes je l'ai découvert, et puis il y a peut être tout le reste c'est-à-dire la vie sédentaire, le manque d'exercice physique et puis bah c'est comme ça hein...à nourriture égale on a peut être pas forcément les mêmes résultats, d'une personne à l'autre.
 - Tout à fait, chaque individu est différent...
 - Et pourtant je pense pas que je...bon maintenant je fais très attention, ça c'est sûr, on me l'a assez reproché ! Maintenant les gens me voient manger différemment.
 - Oui, votre alimentation a changé ?
 - Oui, oui jusqu'au point des fois d'imposer : non j'en veux pas, non et que ça soit sur les lieux de l'entreprise, que ce soit à l'extérieur, c'est pareil il y a des choses que je mange et il y a des choses que je mange plus. Des fois, on me dit « oh non non il faut pas aller jusque là, il faut se faire plaisir, manger plaisir »,...on mange mais bon...maintenant j'y fais plus attention mais au début ça a été dur, je reconnais que un petit peu...au début il fallait se faire violence et c'était un peu dur...maintenant ça va, il n'y a plus de souci.
 - Oui, pendant combien de temps c'était dur ? enfin c'est le temps de s'adapter en fait hein, mais...
 - Oui le temps d'adaptation mais je dirais plutôt un petit mois.
 - Oui d'accord.
 - Le temps de s'adapter, de...bah rien que le fait de prendre un petit déjeuner complet et équilibré le matin, ça oblige à se lever plus de bonne heure, ça m'oblige maintenant à préparer mes affaires le soir, sur la table, pour pas perdre trop de temps, pour que tout soit prêt, parce que quand il faut sortir tous ses médicaments, euh, préparer du pain pour griller, enfin prendre le fruit et tout ça, ça demande un peu de préparation donc je m'organise pour pas me lever trop de bonne heure le matin
 - Oui.
 - Donc, mais maintenant ça va, oui, oui.
 - Pour vous, qu'est ce que c'est qu'un infarctus, en tant que tel sur le cœur ? 5
 - Bah pour moi c'était les artères qui se sont rétrécies, donc le sang n'a pu passer dans le cœur d'une façon normale, d'un débit normal, et puis bon après c'est le malaise et puis bah c'est comme ça. Bon par contre, ce que je ne savais pas c'est que plus le traitement, enfin les soins arrivent tardivement, plus il y a des séquelles qui sont presque irréversibles.
 - Oui, enfin qui peuvent être réversibles avec la rééducation...
 - Oui enfin, la partie nécrosée du cœur restera telle quelle, il y a peu de chances qu'elle reprenne une vie.
 - Plus le traitement est mis en place tôt, mieux c'est.
 - Oui, voilà c'est ça. Effectivement j'aurais dû consulter, bah dès que ça m'est arrivé sur place, il était quelle heure 7H30, euh un peu dans la moyenne montagne, je veux dire dans le massif central. Ça aurait été à Nantes, peut être que j'aurais été directement aux urgences, mais bon est ce que là-bas on m'aurait envoyé à l'hôpital ? J'en sais rien, c'est moi qui n'ai pas appelé non plus, je peux rien dire.
 - Oui, mais après faut pas ...
 - C'est comme ça c'est comme ça.
 - Vous avez pris la décision que vous aviez à prendre.

- C'était sur le moment.
- Vous pouviez pas vous douter que...
- Oui, j'étais quand même sensibilisé aux, bah je veux dire, aux, pas aux maladies cardiaques mais aux risques cardiaques compte tenu que je fais parti du CHSCT et que j'ai fait, suivi la formation CHSCT donc par les pompiers tout ça, on me dit attention vous avez une douleur dans la poitrine, ça remonte, serrement de la gorge, bras gauche. Enfin, tout ça faisait que pour moi c'étaient des symptômes, c'était ça: on a un infarctus, le reste non ! et quand on m'a dit : « Ça représente très peu de pourcentage dans la population, ah bah j'ai dit : « J'ai encore pas eu de chance sur ce coup là ! » et donc je pouvais pas le deviner non plus !
- Des fois c'est très atypique...et évidemment une douleur dans l'épaule droite.
- Bah oui et puis bon comme j'étais fracturé, et puis ça m'arrive, j'ai des douleurs quand j'ai trop travaillé parce que j'ai eu encore une lésion importante donc j'ai dit : « Bon c'est pas ça, c'est autre chose.. »
- Et les conséquences sur votre corps d'un infarctus ? Pour vous qu'est ce que c'est ?
- Bah c'est, on est contraint de prendre des médicaments jusqu'à la fin, avec plus ou moins de dosages mais bon...mais c'est normal je veux dire, on a pas le choix et je suis surpris, et ce que j'ai dit en réunion, je suis surpris, tant mieux pour l'instant : pas trop de désagréments en terme de...d'effets secondaires, il y en a qui avaient des soucis apparemment sur certains médicaments, moi je dirais que bon, au début j'avais une période d'adaptation qui était facile, au niveau de l'estomac et tout ça.. quand ils ont vu.. j'en prenais pas de médicaments, j'ai jamais trop su ce que c'était hein, j'en prenais pas beaucoup, pratiquement rien je dirais, quand j'ai pris ça au début c'était un petit peu dur, hein, la digestion tout ça, j'avais quelques soucis de transit, tout ça c'était pas extraordinaire, et puis, ça c'est amélioré, et puis maintenant je les accepte normalement.
- Depuis quand vous les acceptés, enfin au bout de combien de temps ?
- Bah là c'est pareil, c'est un peu quand l'état général s'est amélioré...
- Oui c'est ça c'est un peu une conjugaison de tout...
- Oui voilà tout ça fait que...
- On accepte finalement peut être plus la maladie...
- Et pour vous, à quoi ils servent ces médicaments ?
- Bah, il y a à protéger le cœur, à ce que mon sang soit plus fluide...
- Le Kardégic..
- Voilà, le Kardégic tous les jours, bon j'ai un autre médicament pour la fuite, donc qui m'a été réduit, à la dernier on m'a réduit le dosage de moitié, aussi moralement c'est bon... elle me dit « vous avez peur de le réduire ? » j'ai dit « non, si c'est vous qui me dites ? » mais j'ai dit « j'aurais pas d'autres problèmes ? » »non non, elle dit, « vous pouvez y aller » donc tout ça aussi fait que moralement quand on est bien, physiquement on est mieux hein
- Oui complètement.
- Ah bah bien sûr si on se dit que ça se dégrade : on est...physiquement on en prend un coup hein, donc là ça a été aussi une bonne nouvelle.
- Est-ce que le traitement est une contrainte pour vous ?
- Non, non, au début c'était un peu difficile parce que comme il y a eu des dosages un peu différents, bon fallait en prendre une moitié le matin, une moitié le soir, bon pas facile à gérer en terme de manipulations et puis en temps de préparation mais maintenant qu'on est revenu à prendre le matin et puis juste deux cachets le soir, je dirais que.
- Ça va ?
- Oui, ça va, par contre des fois...toujours la peur de pas les oublier.
- Oui justement j'allais vous demander...
- On a l'impression que attention c'est notre sac de survie, faut garder ça avec soi, faut veiller à ce qu'on ai toujours, j'ai l'ordonnance en permanence sur moi, j'ai mon autre, voilà, tout ça on sent que c'est notre kit de survie..
- D'accord, donc il n'y a pas d'oubli ?
- Non pas pour l'instant.
- D'accord, donc quand vous le prenez c'est bien...
- Oui.
- D'accord, quelle est l'implication de votre conjoint dans votre traitement ? est ce que des fois...
- Non, par contre..bon ma femme a fait du diabète, un peu mais elle n'est pas traitée à l'insuline, des choses comme ça, donc elle a un traitement...
- Des médicaments juste...
- Oui, voila, parce qu'elle avait aussi des triglycérides, donc c'est un peu dans sa génétique..et donc le fait de manger, parce qu'on fait pas deux menus, je veux dire si on fait des légumes plus du poisson, elle va manger la même chose que moi, elle va pas se mettre à manger autre chose et puis moi je vais manger mon plat de légumes et de poisson donc ce qui fait que elle aussi ça lui a fait du bien.
- D'accord.
- Donc ça a été bénéfique pour elle, et puis bon elle sait ce que c'est que les médicaments.
- Et il n'y a pas d'interférences ? Par exemple, est ce qu'elle se mêle un peu de votre traitement, je veux dire est ce que des fois elle.
- Non, non, non.
- OK, est ce que pour vous, le suivi, les prises de sang, les consultations avec le cardiologue, les épreuves d'effort tout ça, est ce que c'est une contrainte pour vous ?
- Non, non, c'est pas la chose la plus sympa à faire, je veux dire : quand on va faire un test d'effort, c'est pas le fait d'y aller, de le faire c'est pas ça, bon on est tout appareillé, bon faut reconnaître que c'est quand même pas...c'est pas des conditions de sport extraordinaires hein ?
- Oui, oui.
- Et..c'est un peu difficile mais bon, non, ça ne me gêne pas, non
- Est-ce que vos loisirs ont changé depuis l'infarctus ?
- Oui, bah, mes loisirs c'est-à-dire, je fais plus de marche, c'est-à-dire, à chaque fois qu'on fait une sortie, je pense toujours à dire faut que j'utilise ce moment de loisir pour dire : bon on fait de la marche. Ma femme aime marcher que moyennement, bon elle est pas trop..bon un peu mais je peux pas l'associer non plus dans mon effort parce que j'en ai besoin, ou je sais qu'il faut que je le fasse, elle bon souvent elle va faire un tour, bon bah comme comme on a été ce we au bord de mer, bon bah elle est restée sur la plage, et moi je suis parti faire mon tour, parce que j'avais besoin de le faire...
- D'accord.
- Donc elle participe pas toujours parce qu'elle va moins vite que moi et que je marche pas mal hein, je fais entre 5 et 5 km/hr, donc le maillot est quand même un petit peu mouillé. Mais c'est là que je m'aperçois quand même que je marche pas mal et que j'ai pris de l'assurance en moi! Parce que je me sentais, je me dis quand même quand j'ai eu ça, je vais être diminué, il y a plein de choses que je vais pas pouvoir faire, je me voyais pas sorti ! Honnêtement j'étais parti dans cette idée là. J'y allais parce qu'il fallait le faire mais j'étais pas trop convaincu du résultat, et en fin de comptes, moi je me suis trouvé super changé.

- Oui, votre moral a changé finalement ?
- Bah déjà l'angoisse de la mort s'est estompée, le sentiment qu'on peut vivre si on fait des choses et si on est rigoureux dans son traitement, il n'y a pas de raisons que ça se passe pas bien, et honnêtement j'ai eu plein de signes qui ont fait qu'on peut s'en sortir. Donc quelque part ça m'a donné confiance et c'est comme ça que j'avance un peu plus.
- On peut dire qu'au départ il y a une forte anxiété et le moral est bas...
- Oui, oui.
- Et plus vous prenez de la force, plus le moral est là et..
- Oui voilà, ça a été toujours progressif. Oui, alors bon la chance pour moi c'est que les résultats se sont améliorés, maintenant ils n'auraient pas été améliorés, comment j'aurais réagi ? Les réponses auraient peut être été différentes...mais je pense que ceux qui ne font pas la rééducation ou ceux qui ne veulent pas la faire, ils ont tort..Bah pour moi, c'est même pas une question à poser, c'est pour ça j'ai trouvé drôle, parce que le médecin à Brive m'a dit : je vous conseille de la faire, mais pour moi je pensais que c'était une obligation de soins, je vois pas pourquoi on me dit : Il faudrait la faire...parce qu'il y a un choix ? on peut la faire ou pas la faire ? Enfin pour moi, il n'y a pas d'alternatives, faut la faire.
- C'est beaucoup mieux de la faire.
- Moi je l'ai pris au même titre que faire un examen que faire autre choses, ça fait partie du soin.
- Ça fait partie de la prise en charge.
- Oui, de la prise en charge.
- Votre sommeil ? a t-il changé depuis votre infarctus ?
- Bah oui parce que compte tenu que je suis moins nerveux, que le cœur il s'emballe un peu mieux, je dors mieux, j'aurais tendance à avoir des horaires plus réguliers, de début de sommeil et fin de sommeil, et de pas refaire ma journée de travail la nuit...Parce que ça aussi des fois, quand on se réveille à 3hr du matin et qu'on pense à ses problèmes et puis qu'on se refait la journée, le matin on repart pas très reposé, alors que maintenant, pour l'instant, j'aurais tendance même à faire des rêves qui sont en dehors de mon travail, des rêves, des rêves ! chose que, ça faisait quelques temps que j'en faisais pas de cette nature.
- D'accord.
- Donc ça prouve que je me suis détaché quand même un peu de mon activité professionnelle.
- Avant vous aviez du mal à vous endormir et vous rêviez tout le temps de...
- Oui parce que j'étais tout le temps à ressasser, bah les soucis que j'ai pas traité ou les ennuis et à grossir les problèmes des fois, ou s'en créer. Donc on travaille on est pas serein, on est pas d'une humeur toujours parfaite et pourtant les problèmes sont les mêmes au jour d'aujourd'hui mais faut reconnaître, je vais dire qu'honnêtement je cours moins après. Parce que le fait aussi de m'être arrêté fait que j'ai peut être réalisé que l'entreprise a pas besoin de moi pour tourner, hein ce qu'on dit souvent mais quand on est tellement impliqué on se dit, je suis pas là, il va pas savoir où sont les dossiers, il va pas savoir répondre...On s'aperçoit qu'ils n'ont pas été traités, je suis arrivé, j'avais combien : 300 mails qui sont arrivés, de telle date à telle date, j'étais pas là, ils ont été à la poubelle ! Je me suis même pas posé de questions, je les ai même pas regardé, je les ai pris à partir du jour où j'ai repris mon activité. Je suppose que quand j'étais absent, je sais qu'il y avait personne, mais la logique aurait voulu qu'il y ait quelqu'un qui me remplace, à temps complet! Et non pas une heure par jour ou une demi journée par semaine, donc ça a pas été fait, ça n'a pas été fait, c'est pas mon problème. Mais maintenant, je peux le répondre, je le répondrais ! Alors qu'à une époque j'aurais pas répondu, j'aurais eu peur. Alors que maintenant il y a des choses que je me sens beaucoup plus affirmé que... je me sens capable de dire que j'aurais pas dis...parce que la priorité, c'est ce que je disais toute à l'heure, la priorité n'a pas été mise au même endroit maintenant. C'est ma santé.
- Elle a changé, la santé et votre vie privée également ?
- Voilà, tout à fait
- Dans votre famille, la place dans votre famille, vous avez l'impression que ça a changé ?
- Non, ça a pas changé, par contre je me suis rapproché beaucoup plus de mon frère.
- D'accord.
- Lui il s'est rapproché de moi.
- Oui.
- Il a pris de mes nouvelles, quand il a su la gravité, bon, il me voyait pas donc il connaissait pas trop l'évolution, donc il s'est rapproché de moi, il m'a invité, parce que bon il a eu des problèmes de famille lui aussi, donc il a eu une période un petit peu difficile, mais bon on s'est toujours bien entendu, mais bon on était un peu distant du fait de l'éloignement, du fait de plein de choses je veux dire, et puis là bon j'ai passé une semaine de grande vacance chez lui tout ça fait que maintenant on est beaucoup plus proche parce qu'on a les mêmes problèmes, on a pratiquement les mêmes médicaments à quelque chose près...
- Vous arrivez à vous identifier plus...
- Oui, oui, tout à fait.
- Et avec votre fille ?
- Bah elle aussi elle a eu peur, elle a passé des tests et fait un bilan pour voir si elle était pas affectée, si il n'y avait pas quelque chose.
- D'accord.
- Ça l'a angoissé, et puis bon elle a peur qu'il arrive quelque chose aussi. Ça l'a un peu fait réfléchir, mais bon, ça va, pas de problèmes.
- Et dans votre couple ? Est ce que l'infarctus a changé quelque chose ? Est ce que vous trouvez que c'est différent avec votre femme ?
- Non, je pense que bah si je suis là c'est peut être grâce à elle encore...si elle n'avait pas rencontré le médecin, est ce que j'aurais été consulté ? C'est pas sûr... Je sais pas, j'aurais peut être été plus tardivement, parce que la douleur serait revenue ou serait restée, malheureusement je serais plus là...mais oui c'est grâce à elle donc quelque part.
- Et est ce que ça vous a rapproché ou est ce que ça n'a pas changé forcément ?
- Non, mais c'est des choses que je pense, j'y pense, peut être qu'avant, bon, on est grand on a toujours eu des activités, on a jamais eu de soucis mais, c'est une confiance mutuelle, hein je veux dire, si il y en a un qui fait une activité, l'autre fait une autre, c'est pas pour ça qu'on est pas bien ensemble...mais j'ai un caractère assez dépendant mais non je...
- D'accord, votre vie sexuelle a changé depuis... ?
- Non, non, ça m'a pas diminué, ça n'a pas...non.
- Est-ce que vos relations avec vos amis ont changé ?
- Non, mes amis sont devenus plus mes amis...c'est là qu'on s'aperçoit les vrais amis, mais bon ça n'a pas changé de nature, ils y étaient avant, ils sont restés après, mais peut être avec un peu plus d'attention, ils sont venus me voir, ils téléphonaient. Quand j'étais à la maison en convalescence ils venaient me voir, on prenait un café ensemble tout ça, ils prenaient le temps de venir me voir, ils me demandaient si ça allait mieux, tout ça, ils venaient le lendemain pour connaître le résultat d'un examen. Tout ça, ça fait plaisir.
- Et les connaissances en général, enfin, les gens que vous connaissez moins, est ce que ça a changé ?
- Non, ça c'est...non, non.
- Est-ce que, dans votre famille, dans votre entourage proche, cet événement est parlé ? Est ce vous arrivez à ...
- Bah c'est dans la famille avec mon père et mon frère, donc on en a parlé au début, bon j'avais peur que mon père ça lui fasse un choc et puis bon que ça affecte sa santé mais en fin de compte non, le fait de m'avoir vu euh.. bon quand il m'avait pas vu quand j'étais à

l'hôpital de Brive, peut être qu'il pensait un moment qu'on lui mentait la vérité et puis qu'on voulait pas lui dire, mais quand il m'a vu après sur Nantes, je pense que...

- Vous arrivez à bien en parler?
- Oui, oui, oui, oui, ah oui, c'est pas du tout un tabou hein ! ah non.
- Et est ce que vous avez l'impression que le regard des autres a changé ?
- Euh, oui le regard des autres a changé, c'est-à-dire que, bon, dans mon entourage personnel, non je dirais que..non. Ils sont compatissants, ils demandent des nouvelles, mais au travail ça a changé dans la mesure où...bah c'est ce que je disais toute à l'heure, les gens ne me demandent pas des choses qui pourraient me faire faire des efforts inconsidérés, par exemple il y aurait des charges lourdes à porter, ils me les donneraient pas à faire. Donc, ils sont conscients, et puis je pense aussi qu'ils se sont fait un report sur eux, en disant ça arrive à lui, ça pourrait nous arriver à nous, parce qu'on est dans la même entreprise avec les mêmes problèmes, pas forcément le même travail, mais avec une pression qui pourrait déboucher sur ce genre de choses, donc quelque part, ils disent : si ça lui est arrivé à lui, si ça nous arrive à nous, faudrait peut être faire attention, donc c'est un peu aussi pour ça. Et puis ils m'ont vu à un moment, puisque j'avais un rdv, que j'ai été les voir, j'ai fait deux visites intermédiaires pour les voir parce que j'avais rdv sur place avec la médecine du travail, donc ils m'ont vu à différents stades, ils m'ont vu où j'étais pas bien, donc là ils m'ont vu après, ils m'ont dit : bah oui il était quand même pas bien, il lui est arrivé quand même un sale coup ! Parce que quand on voit pas les gens, on dit toujours : il est malade, qu'est ce qu'il a, on sait pas, tandis que là quand on voit les gens, effectivement ils ont vu et ils ont vu le changement, donc ils disent, bah oui il était quand même ..il lui est arrivé quelque chose ! Et j'ai vu des gens qui sont venus me trouver, parce que bon comme je fais parti du CHSCT et puis, j'ai une activité, bon pas énorme mais un peu syndicale, donc quelque part les gens sont venus me voir naturellement en me disant : on a appris ce qu'il t'était arrivé et tout, des gens que j'avais jamais vu avant, donc quelque part les gens ont discuté entre eux et sont venus me voir pour me demander de mes nouvelles et je me serais cassé le bras, je suis persuadé qu'ils seraient pas venus me voir mais la nature de la maladie fait que !
- Ça dénoue un peu...
- Et oui ! pour d'autres ils ne seraient pas venus hein, mais pour ça oui, donc je pense que c'est lié à la nature de ce qu'il m'est arrivé.
- Oui c'est des gens que vous ne connaissiez pas trop...
- Non, que je croisais au lieu de restauration mais bon j'avais pas eu l'occasion spécialement de faire part de mes soucis ou quoi que ce soit, non, ils me disent : ah on a appris par untel, comment..t'as repris à temps complet ? c'est pas trop dur ? ça va maintenant ? enfin voilà ce genre de questions...
- Est-ce que vos projets en général ont changé ?
- Mes projets ?
- Les projets, par exemple les vacances...les investissements...
- Oui, j'ai envie de faire plus de choses, bon, là je suis resté chez moi, c'était du repos c'était pas des vacances, mais je veux dire, oui j'ai envie de faire des choses, bon, on est comme tout le monde, on peut pas toujours faire les envies qu'on voudrait faire mais j'évite de les reporter. J'essaie de fixer des objectifs à court terme et sans trop les reporter.
- De mettre en application ce que vous avez envie de faire.
- Oui, oui, un petit peu plus.
- D'accord.

Patient P4, DN: 26/01/62, Date IDM : 20/04/11, Date entretien : 30/11/11, en concubinage, 1 enfant, a un cabinet de courtage dans la fiscalité.

- Racontez-moi ce qu'il s'est passé pendant votre infarctus ?
- Pendant, ou ... ?
- Oui, pendant, l'histoire en fait
- Le jour ?
- Oui
- D'accord, donc, en fait, j'étais en train de téléphoner à un partenaire dans le cadre de mon travail.
- Qu'est ce que vous faites comme travail ?
- Je suis à mon compte. J'ai un cabinet de courtage, en fait.
- D'accord.
- Dans la fiscalité, l'assurance électrique.
- D'accord.
- Tout ce qui est finance, en gros. Voilà donc je m'occupe de plusieurs personnes. Nous sommes assez nombreux et voilà, donc, j'étais avec des partenaires assureurs et...je me suis un petit peu énervé au téléphone sur un de mes partenaires, et ce qui a déclenché, enfin je pense, j'ai senti quelque chose lâcher quoi. Et à ce moment là, je me suis inquiété quand même, sans plus par la suite, mais j'ai senti que j'étais pas bien du tout, j'ai commencé à bailler, avoir mal...un peu partout quoi.
- Vous aviez mal dans la poitrine ?
- Mal dans la poitrine, mal dans le bras gauche, les gencives, enfin la mâchoire, et une douleur quand même, mais pas trop accentuée quand même dans la poitrine.
- Oui, plutôt une gêne quoi ?
- Plutôt une gêne, oui. Quand même, faut dire qu'elle était présente et surtout un état de fatigue, un état immédiat quoi, transpiration enfin...euh, donc, en fait, par la suite, je suis allé voir mon assistante, je lui ai dit : je suis pas très très bien mais bon je pense que ça va aller mieux, j'ai pris ma voiture quand même et je suis parti avec un de mes collaborateurs, donc au moment de conduire...et sur la route, je me suis dis ça va pas, et puis je sentais des accélérations de cœur enfin bon. Là, j'ai senti que j'étais vraiment à un battement très très élevé...j'arrivais plus à contrôler, je me sentais un peu partir quoi... donc on s'est arrêté sur la quatre voies et puis, on a fait appel immédiatement aux urgences.
- Le 15 ?
- On a fait le 15 et les pompiers, je sais plus. On a fait les deux. Je sais plus, je vous avoue je ne me souviens pas trop. Ceux sont les pompiers qui sont venus, suivis du SMU je crois.
- Du SMUR oui.
- Du SMUR et à ce moment là, à l'intérieur de leur habitacle, ils ont déterminé que c'était un infarctus quoi, donc ils ont pris contact avec l'hôpital. C'était très rapide quand même l'intervention quand je suis arrivé et puis une heure après, une heure et demi, je me suis retrouvé en salle de soins deux heures après.
- Vous avez eu une coronarographie ?

- Oui, tout à fait, avec un stent sur l'artère inférieure.
- D'accord, et donc c'était la première fois que vous aviez ce genre de douleur ?
- Oui, c'est la première fois enfin... C'est la première fois que j'avais ce genre de douleur. Je pense que j'avais fait un régime déjà depuis un an à peu près, parce qu'en fait, j'ai perdu mon père il y a un an de la même chose, et bizarrement pile un an après quoi. Là c'est assez étrange comme situation, euh, donc bon, est ce que c'est psychosomatique, est ce que ça a déclenché quelque chose, c'est possible. Mon père était en pleine forme avant, et puis du jour au lendemain... Il habitait à La Réunion et il est venu nous voir en France, et puis, avec sa femme, celle qui n'est pas ma mère, son amie, et qui voilà... Donc, en fait, il s'est avéré que ça a été un choc quand même parce qu'on ne s'attendait pas du tout à ça et puis bizarrement, enfin bizarrement, je ne sais pas comment on peut appeler ça, un an après, il m'arrive la même chose, sauf que lui ça a été fatal, il y a eu un AVC au niveau du cœur, enfin des artères, donc voilà ! Donc moi, j'ai, comment dirais je, justement j'avais fait un régime avant, parce ce qu'il s'est avéré que suite au décès de mon père, bon j'étais un peu secoué quand même, faut dire ce qu'il est, psychologiquement. Et je suis allé, chose que je fais jamais parce que je suis un homme de ce côté-là qui n'est pas sérieux au point de vu médical, je ne me faisais pas obligatoirement suivre, je n'ai jamais eu de souci avant. C'est la première fois que j'allais dans un hôpital et donc j'ai toujours été en pleine forme, et voilà ! Donc c'est important à mes yeux parce que je pense que, ce qui m'a un peu déçu dans cet infarctus en fait c'est que j'ai fait tout un chemin avant, c'est ce que disait mon médecin généraliste, tout un chemin avant, pendant un an avec un régime super, j'ai perdu quand même, je sais plus 15 kg, 17 kg oui, en fait ce que j'avais c'est que : j'étais en surpoids, ça ne se voyait pas de trop, tout était assez reparti sur moi, on va dire des pieds jusqu'à la tête, mais d'un autre côté j'avais, comment dirais je, ils avaient détecté un peu trop de diabète, un taux de cholestérol qui était au dessus de la normale mais qui n'était pas catastrophique et puis je faisais, suite à ce qui est arrivé à mon père, je faisais de l'hypertension. En fait, un truc de fou quoi, tout d'un coup ça s'est déclenché, je suis grimpé, c'est là que ça s'est déclenché parce que je suis monté à 20 et quelque de tension et donc là je me suis mis à dire, là j'arrête de jouer au cowboy et...
- Ça a déclenché quelque chose...
- Ça a déclenché quelque chose, voilà, j'ai suivi vraiment les indications, je suis allé voir une endocrinologue, je suis allé voir des spés en pagaille, j'ai surtout vu mon généraliste qui m'a bien aiguillé aussi et puis bah je me suis mis à...mon généraliste m'a dit : écoutez on ne va pas vous mettre tout de suite un médicament pour le diabète et tout, on va essayer de voir si il n'y a pas une pointe inhabituelle suite à un choc, pour le cholestérol aussi, donc de ce fait là je me suis fais une auto, comment dirais je, une auto discipline et j'ai moi-même fait un régime tout seul que j'ai adapté, et j'ai perdu rapidement du poids et donc tout a baissé, et tout est revenu à peu près dans la norme on va dire, toujours un petit peu en hauteur. Même aujourd'hui on va dire que je suis un peu au dessus de la norme, on va dire au taquet haut quoi, on va dire, dans la normale au taquet haut quoi. Voilà maintenant le cholestérol bon bah lui, il est suivi par les médicaments donc je ne peux pas trop en parler. Voilà donc je me suis aperçu que j'avais fait des excès quand même dans ma vie sans doutes, et sûrement même parce que quand je passe le film à l'envers je m'aperçois que j'ai quand même fais des excès, j'étais fumeur, j'ai arrêté de fumer depuis le 20 avril, euh mais j'étais fumeur aussi hein, un bon fumeur on va dire, euh, voilà, donc tous ces excès là ont fait que, enfin moi j'ai l'impression hein, on se connaît hein souvent mieux que les autres. J'ai l'impression que mon corps a subi petit à petit linéairement dans le temps tous ces petits excès cumuliques qui n'étaient pas des gros. Je ne suis pas non plus ni un gros buveur, ni un... Mais j'aime bien faire la fête, mais j'aime bien voilà...Donc je pense que tout ça, bah un moment donné mon corps a saturé et j'ai l'impression surtout, que le déclenchement de tout ça, moi contrairement peut être au facteur médical qui est cité en premier c'est-à-dire les facteurs de risque, dans le cholestérol, la cigarette et sans doute le diabète et l'hypertension, moi j'ajouterais honnêtement en ce qui me concerne, et je pense dans d'autres cas car j'en ai discuté quand même avec d'autres personnes, euh je rajouterais le stress car pour moi le stress y est énormément pour cette maladie, qui à mon avis est peut être un peu trop niée...enfin oubliée par le... Enfin ça, c'est mon point de vu hein, sans être biophysique. D'après ce que j'ai pu voir, entendre, discuter avec pas mal de cardios depuis, euh j'ai l'impression qu'on laisse un peu trop, enfin on ne se soucie pas assez du côté stress et moi je suis persuadé que, on soigne tout, on soigne le cholestérol, on me dit d'arrêter de fumer, on me dit « Arrêtez ça », « Arrêtez ça » mais le stress en lui-même on agit pas dessus et je trouve ça un peu dommage parce que je suis persuadé que le stress y est pour beaucoup, persuadé !
- Mais ça joue le stress...
- Voilà. Donc moi j'ai plus senti que c'est un cumul de tout. Evidemment, je ne vais pas dire que c'est que le stress, non j'étais en « sur » plein de choses mais le stress a fait que ça a tout déclenché, ça j'en suis persuadé, voilà.
- D'accord, justement, quelles sont les causes de l'infarctus pour vous ?
- Pour moi, c'est un ensemble de choses mais sans oublier le facteur stress qui, à mon avis, a joué ce jour là plus que le reste en fait, a déclenché au moins, dans la continuité des choses sans doute l'infarctus.
- Et comment vous l'avez vécu du coup votre infarctus ?
- Bah bizarrement en fait, bizarrement, j'étais, je suis resté très calme le jour de l'infarctus, euh, j'étais même surpris parce que, je me souviens d'une réflexion que j'ai faite au médecin qui était en train de me préparer en fait, qui était en train de...qui me dit : « Bah écoutez, c'est un infarctus ». « Oui d'accord ». Il me dit : « On va vous injecter de la morphine pour vous soulager ». Il m'avait parlé d'un dosage, je lui dis : « Ecoutez, honnêtement je sens que votre dosage sera trop fort, je lui dis, à la limite si vous me mettez la moitié, j'ai pas mal au point de... ». Et j'étais quand même assez lucide de ce côté-là. Je ne l'ai pas mal pris, par contre par la suite, psychologiquement j'en ai pris un peu dans la casquette, oui, je suis fort pourtant comme garçon mais là, non, parce que j'étais rabaissé quoi, physiquement j'étais plus le même. Dans mon travail, ça m'a perturbé énormément parce que j'étais arrêté pendant trois mois et j'ai essayé quand même de bosser d'ici mais malgré tout j'étais pas du tout capable de faire mon métier normalement, de donner des bonnes directives, euh, physiquement j'étais quand même pas en forme du tout.
- Pendant combien de temps vous n'étiez pas en forme comme ça ?
- Honnêtement ça a duré, je vais dire, euh jusque fin août pratiquement, donc quatre mois facile hein, quatre mois où je faisais le prétentieux lorsque j'arrivais devant mon personnel en disant ça va mieux. Mais bon honnêtement, voilà, j'étais fatigué. Le soir, je rentrais, bon je roule beaucoup aussi, je fais pas mal de voiture, je fais beaucoup d'heures, mais bon le soir j'étais fatigué quoi... et je me suis testé même au mois d'août pour les vacances car je suis parti dans le sud et après je suis parti en Italie, en voiture, et là je me suis dis si je suis dans les bouchons, comment je vais réagir, est ce que je vais stresser dans les bouchons ? Surtout en Italie, on est plus en France, on est déconnecté de l'hôpital qu'on connaît aussi, et traverser tout...avec quelques milliers de km, se dire : waouh voilà ! Donc ce stress là j'ai réussi à le gérer, pas toujours facilement, mais pas non plus en stress, c'est-à-dire en panique quoi, mais j'ai pas fait vraiment de grosse panique, heu...J'en ai fait une, une fois : je suis reparti au CHU, c'était vraiment dans les trois semaines qui ont suivis l'infarctus quoi, je me testais trop souvent, en fait j'ai fait la connerie d'acheter, enfin c'est peut être pas une connerie je sais pas, un tensiomètre et pour voir où j'en étais en tension et je me testais régulièrement, alors sans doute avec le stress et tout, des fois le côté peur ou je sais pas quoi, l'angoisse, je faisais monter la tension à 16-15, alors que je devais être à 12, je me disais ça y est...ça devenait psycho hein, moi les gens qui m'entouraient me disaient, Estelle en l'occurrence qui a eu beaucoup de patience, j'étais pas chiant mais excusez moi du terme, mais euh j'étais proche du trop bien quoi : faut faire ça, plus faire ça, pas manger ça, je mangeais même pas un chocolat, je ne me rappelais même plus le gout du chocolat. Enfin, je me suis trop freiné sur plein de choses quoi, d'un coup ! Et puis j'ai tout arrêté d'un coup, la clope, plein de choses à gérer mine de rien dans ces moments là, mais, malgré tout, c'est un peu contradictoire, c'est un peu antinomique ce que je dis là, j'ai stressé mais en même temps je pense que j'ai bien

- surmonté le truc quoi, parce que bon c'est pas évident quand vous avez à gérer vingt cinq personnes dans une boîte, quand vous avez... Il y a le côté humain, il y a le côté boulot, il y a le côté partenaire aussi, parce qu'il n'y a pas que mon personnel, il y a tous les directeurs de banque, d'assurance ou autres avec qui je suis en relation, bon il y a plein de choses à gérer. Je me suis pas trop mal débrouillé malgré tout. Je pense, je suis passé à côté de certaines choses mais ça je l'impute à mon état général, parce que je n'ai pas été en pleine bourre mais voilà, peut être des reg... c'est dommage parce que je me dis : je me fais des idées des fois, donc voilà.
- Peut être des re... ?
 - Peut être des rejets, des regrets de ne pas avoir été toujours au top aussi à un moment donné quoi, mais ça je peux pas...voilà le problème de là c'est que je voulais faire des choses que je ne pouvais pas faire...mais c'est...je pense que ce caractère là m'a permis quand même de traverser des...parce que je faisais du sport, vous savez à l'hôpital, donc trois fois par semaine, le truc qui est hyper intéressant...
 - La rééducation ?
 - Ah oui, c'était trop bien ça, je conseille fortement...euh quand je voyais la tête qu'on avait quand on est arrivé et la tête qu'on avait quand on est sorti. On était plus les mêmes quoi, complètement changés...et en discutant avec les gens, on voit que tout de suite que tout le monde réagit comme ça et moi je sais pas, je...comment dirais je... ce sera peut être dans les questions futures, je vais peut être anticiper les questions mais j'ai l'impression que...bon même si c'est une maladie grave certes l'infarctus, j'ai l'impression que...qu'on a le même dialogue avec toutes les personnes qui sont concernées par l'infarct', on a tous...quand je discutais avec les gens, il y en a c'est des pontages, l'autre c'est un infarctus, l'autre c'est un AVC, en fait on a tous vécu quelque chose...quand je suis arrivé dans le groupe dans lequel j'étais. On a tous vécu quelque chose de complètement différent. Je suis passé par Respecti coeur aussi pour faire l'entretien collectif qu'on faisait, euh...et je pense qu'on a peu, enfin, le petit reproche que je ferais encore sur le rapport purement médical c'est que, j'ai l'impression qu'on a généralisé un peu trop le truc quoi, c'est-à-dire : vous êtes tous à table avec ce problème là mais c'est pas le même problème à la base et on est tous dans le même panier à un moment donné et puis on nous dit : bah voilà, il y a un Docteur : Olivier. Je sais plus qui est intervenu...
 - Olivier Stora ?
 - Stora oui, qui est intervenu, un cardiologue donc chez Respecti coeur, et je lui avais dit à un moment donné : « Votre dialogue il est bien mais il est trop général, il est...ce que vous êtes en train de me dire à moi n'est pas du tout...avoir un stent ou avoir un double pontage ou un triple pontage, avoir une opération jusque là, ne pas avoir eu d'opération, d'avoir eu simplement une...on est pas sur le même contexte. » Le cœur s'étant arrêté à un moment donné en ce qui me concerne, enfin une partie du moins on va dire, et d'autres pas du tout parce que c'était une intervention avant infarct', l'après n'est pas le même quoi...donc la gestion de cet après là... à un moment donné on nous dit : l'infarctus c'est quand même, enfin on se fait beaucoup d'idées, moi je m'en suis fait énormément... Le truc c'est que j'ai amplifié en fait le mal quoi, parce qu'on m'a souvent dit : « vous savez vous avez fait un infarctus quand même ». A chaque fois, on me disait : « Vous avez fait un infarctus, c'est quand même le muscle le plus important du corps humain, vous ne vous imaginez pas mais si vous vous étiez... ». Souvent, on me disait ça, je m'en rappelle à l'hôpital. Si vous vous étiez froissé un muscle de la jambe, il vous aurez déjà fallu un mois pour vous en remettre alors le cœur, on s'attend à rester des mois et des mois. Moi, des fois je me disais, j'ose pas faire un effort, je me contrôlais au service de mon cœur pour savoir si...on a un stress derrière qui...c'est bien de nous indiquer qu'il faut réagir à un moment donné, qu'il faut mieux se connaître, gérer...mais c'est trop, c'est trop car on stresse de tout ça, à un moment donné euh...Moi je fais du vélo d'appart' enfin j'essaie de faire du sport, et quand je fais du sport, quand je faisais parce que maintenant je fais plus attention à ça, beaucoup moins, mais quand je faisais du sport à un moment donné j'étais vraiment à cinq pulsations près quoi, je dépassais les cent, je suis à 105, qu'est ce qui m'arrivait si je passe à 105 ? Parce que là bas quand vous faites un test d'effort, on vous explique pas vraiment tout ça très très bien, je pense qu'on vous explique bien la maladie à un moment donné, je sais bien comment est foutu l'infarctus, je sais bien comment ça fonctionne, par contre... Par exemple, en sport, j'avais demandé au Dr, Pr Trochu de, c'est lui qui m'avait inscrit au sport parce que je lui avais dit que je voudrais quand même continuer à faire du sport, et par contre lorsqu'on fait un test d'effort par exemple, on vous dit bah voilà votre capacité d'effort à l'effort est en pulsation à 105 à 90 ou à 105 ou à 110, voilà. Mais on vous dit pas que vous avez des pics quoi, c'est-à-dire vous pouvez rester à 130 pendant un quart d'heure. Alors quand vous arrivez à 105 sur le vélo vous avez l'impression que vous êtes à fond et que vous allez casser le cœur quoi, ça c'est un truc...voilà j'ai l'impression qu'il manquait quand même des explications à ce niveau là...l'après on est quand même dans...Vous savez moi quand je suis sorti, j'ai fait la réflexion tout de suite en sortant de là au Pr Trochu, quand je l'ai revu mais quelques mois après donc mauvaise, un petit peu, à mon avis, organisation de ce côté-là parce que...en fait lui-même était surpris : il me dit c'est vrai qu'on aurait dû vous voir avant, normalement on fait un test d'effort dans les trois semaines je crois ou je sais plus. Je ne l'ai plus en tête alors que vous ça fait un mois et demi et on a rien fait avec vous, on aurait dû vous prendre en charge. C'était pas trop tard hein, loin de là mais voilà il y avait tout petit loupé...C'est pas méchant non plus, et j'ai eu une très bonne prise en charge, hormis ce petit détail là, le reste ça a été superbe hein, voilà super intervention de leur part, prise en charge nickel enfin vraiment très très très satisfait de la prise en charge.
 - Donc c'est juste l'explication en fait, enfin, si je vous demande est ce qu'on vous l'a bien expliqué ?
 - Moyennement. Enfin, on m'a bien expliqué ce que c'était l'infarctus mais simplement on m'a laissé un peu dans la nature par la suite...et vous savez quand vous partez, et moi ça après je leur ai fait la réflexion, parce que c'est certain c'est la même chose pour tout le monde, c'est l'après parce que ça fait quand même cinq jours que vous êtes en...il y aurait entre temps, j'allais dire, un intermédiaire ça irait ! Mais vous êtes en soins intensifs pendant cinq jours, vous sortez des soins intensifs, vous êtes complètement décalqués après, vous avez du mal à marcher, à descendre les marches parce que vous avez les jambes qui sont comme ça, pour arriver chez vous ! Et il n'y a plus personne autour de vous ! Waouh ! Bah là je peux vous dire vous flippez quoi, qu'est ce que je fais là ? J'étais branché de partout hier, là j'ai plus de branchements, je fais quoi ? Trop d'un coup ! Et après plus personne vous appelle quoi, si vous vous en souciez pas, vous êtes dans la nature hein, complètement. Si j'avais pas eu Respecti coeur et si j'avais pas eu, comment dirais je, le sport proposé par l'hôpital, je n'aurais vu personne, je n'aurais vu personne.
 - Qu'est ce que vous a apporté l'éducation justement ? le réseau Respecti coeur ?
 - Alors, j'en ai discuté avec Mme Pelé. Le réseau respecti coeur m'a apporté des choses intéressantes sans doute, je dis sans doute parce que ce fut une époque où je fus encore psychologiquement un peu dans les vapes. Ça m'a apporté, je me souviens, je pense qu'il manquait, je crois qu'on en a fait part dans le groupe, il manquait certaines réflexions sur d'autres choses qui nous paraissaient importantes dans l'après maladie ou même dans l'avant maladie, euh, surtout dans l'après parce que là, ça concernait des gens qui avait déjà eu un problème, euh, ouais, je sais plus par contre, je peux pas vous dire avec précision, j'avais dû le noter quelque part parce que j'en avais fait un compte rendu à la fin, j'avais dû le noter quelque part mais il manquait à mon avis euh, quelque chose de...un peu plus complet quoi, c'était...voilà, c'est bien, c'est bien mais il y a des petits points comme ça. Mais bon, vous savez moi j'ai un problème de d'analyse des fois, j'analyse peut être un peu trop. Dans mon métier c'est souvent le cas, mais ce sont des détails qui moi vont me, voilà pas me choquer mais bon, vont me faire percuter, peut être pas d'autres quoi. Voilà, je me souviens la nutritionniste ou la diététicienne, je me souviens plus du terme exact, je lui avais dit...elle m'avait dit : bah vous savez le régime c'est ça, ça, ça donc faut manger 100 gr de ça, 10 gr de ça, un verre de vin par semaine et puis contradictoirement, enfin d'autres intervenants disaient : il faut boire au minimum, enfin pas au minimum pardon, je m'exprime mal, c'est pas dangereux, loin de là parce que le vin est très bon pour la santé, le vin rouge, pour le cœur du moins, mais il ne faut pas excéder au-delà de trois verres pour un homme, deux verres pour

une femme et trente cl pour un homme, et d'un autre côté on me disait : non, non, un verre de vin ça suffit sur un plan nutritionnel ou diététique. Bon là je pensais qu'il y avait un flou entre... enfin c'était pas tout à fait calé on va dire dans une même réunion on va dire, c'était pas tout à fait calé, je reproche un petit peu cela, mais c'est un détail mais qui peut avoir son importance sur la continuité des questions que l'on peut se poser, on culpabilise, le problème il est là, on culpabilise de tout ce qu'on fait, enfin en ce qui me concerne du moins, je parle pour moi, mais c'est vrai qu'on culpabilise parce qu'on dit : si je mange ça, si je bois un petit truc de ça, on m'a dit que fallait pas que je boive plus de ça et mais quand je pose la question à cette fameuse dame là je dis bah écoutez vous dites ça d'accord, vous-même, parce avant je lui tends un petit piège, je lui dis : « Mais c'est valable pour tout le monde ? C'est pas que pour ceux qui ont eu un infarctus ? Elle me dit : « Non c'est vraiment une hygiène de vie, pour tout le monde, c'est pas pour vous, c'est pour éviter... ». Donc là je lui dis : « D'accord mais vous-même vous faites ça alors tous les jours ? » et là, un blanc... je lui dis : « Vous mangez qu'un gâteau par semaine, vous ne buvez qu'un verre de vin par semaine » ? bah euh...voilà ! Donc on est pas des gamins quoi, voilà il faut être aussi clair et honnête avec vous, on, voilà, c'est le petit détail, mais ça m'avait, je me souviens que, Mme Pelé je lui avais fait la réflexion, elle avait dû le noter quelque part, ça m'avait un peu...

- Interpelé ?
- Ouais ouais, interpellé, enfin gêné on va dire.
- Est-ce que vous vous sentez écouté de manière générale ? enfin par le corps médical ?
- Oui, oui tout à fait, j'étais très écouté je pense.
- Et est ce que vous avez eu recours à une association ?
- Par la suite ?
- Oui par la suite.
- Non, à part respecti cœur, non.
- Donc et une question, comment vous a-t-on parlé de votre maladie ? Là, vous aviez déjà répondu...
- Ouais ouais, on m'en a bien parlé hein, on m'a bien fait découvrir ce que c'était, on m'a donné des bouquins à la sortie d'hôpital pour pouvoir faire de l'auto instruction (rire) de l'auto découverte sur la maladie, euh, et puis sur tout ce qui est autour de la maladie, oui, oui ça a été.. Sur un plan prise en charge, explications, je trouve que ça a été nickel ! Il y a des éléments superbes à l'hôpital, il y a des gens très très compétents, il y a ce qu'il faut autour en matériel, il y a ce qu'il faut autour en pédagogie, maintenant je pense que c'est le suivi après quoi qui est assez... comme je disais tout à l'heure qui est un petit peu léger à mon avis.
- D'accord, et avec qui préférez-vous parlez de votre maladie ? alors là, je parle, que ce soit des gens du réseau, que ce soit les cardiologues que vous avez vus, ou autre, le médecin généraliste, enfin...est ce qu'il y a quelqu'un qui...
- Dans le corps médical ?
- Oui, oui, ou para médical.
- Para médical, euh j'avoue que j'en ai pas beaucoup parlé de ma maladie mais...à qui j'en ai le plus parlé ? En dehors des cardios parce que eux ils sont dans le domaine, ce sont des gens qui m'ont suivi, j'en ai parlé par automatisme, par obligation on va dire, mon généraliste oui.
- D'accord.
- D'abord, je crois que j'avais à faire plus à elle qu'à quelqu'un d'autre, parce que les infirmiers on les voit plus...on voit plus grand monde après.
- Donc globalement vous vous sentez compris ?
- Oui, je me sens bien compris, oui il n'y a pas de souci, oui.
- Pour vous qu'est ce que ça veut dire d'avoir un infarctus ? Enfin, on va dire au niveau organique, qu'est ce que c'est ?
- Sur un plan physique ou ?...
- Oui, enfin qu'est ce qui se passe dans votre corps en fait quand il y a un infarctus ?
- D'accord, et bien il y a une grosse pile qui se met en défaut quoi et qui dérègle pas mal de choses. Ça, c'est la première chose qu'on peut ressentir, qu'il y a un moteur qui ne tourne plus rond et qui a besoin d'être réglé ou d'être réparé...euh, ouais ça c'est une première chose. Après il y a le côté, enfin ce qui fait quand même assez peur c'est que tout repose sur cet organe là quoi, qui est quand même important, et là je rejoins les infirmiers quand ils disaient : « Vous ne vous êtes pas claqué un muscle de la cuisse ou du mollet ». Et ils ont raison, mais malgré tout, ouais ouais tout à fait oui, je ressentais la peur de perdre une autre partie de cet organe quoi. Ça c'est, ça c'est clair, la peur de pas se réveiller des fois, la peur de...ouais ouais, c'est important ce petit joujou qui nous tient en vie, euh, est important quoi...ouais ouais, un effet comme ça, un effet d'avoir perdu une partie de mes...
- Oui, quand je vous demande par exemple les conséquences sur votre corps ?
- Alors oui, c'est plutôt ça oui, parce qu'il y a plusieurs façons d'interpréter la question mais, les conséquences sur mon corps, elles sont directement liées sur un...il y a deux points importants quoi, le côté psychologique et le côté physique quoi. Physiquement, aujourd'hui je dirais, quelques mois après, moi je me sens quand même moins bien qu'avant quoi, c'est clair. J'ai 49 ans mais j'ai, honnêtement, j'ai pris un coup de vieux, pas dans ma tête mais...quoi que je sais pas ? Mais physiquement, moi je suis un mec qui courait dans tous les sens quoi, et là, voilà, moi je suis un homme très actif quoi comme garçon, et là, je suis beaucoup moins actif... Enfin je suis actif mais je suis freiné quoi, je suis fatigué à cause des médicaments, je trouve que... Enfin, le plus pénible dans une maladie, enfin j'en connais pas d'autres pour l'instant, et j'en connais pas tout de suite, c'est bah peut-être les traitements, c'est peut-être subir en fait physiquement, psychologiquement heu la continuité d'un truc qui vous freine qui vous permet plus de faire ce que vous avez envie de faire, et ça c'est quand même quelque chose qui, ouais je ressens quelque chose qui, ouais je suis moins performant physiquement on va dire, voilà.
- Vos loisirs ont changé depuis votre infarctus ?
- Par obligation, oui, je prends pas l'avion déjà, alors que je suis un voyageur, je prends pas l'avion parce que pour l'instant j'ai peur de l'avion, voilà, faut être clair, je le crie pas haut sur les toits mais c'est la réalité, j'ai peur qu'en haut à...Parce que quand je prends l'avion, des fois je vais à La Réunion ou ailleurs donc il y a quand même onze heures d'avion, on rajoute les heures entre les attentes et...ça me paraît pour l'instant isolé, trop loin dans le ciel pour intervenir sur moi si il arrive demain quelque chose donc j'arrive pas à gérer encore ça dans ma tête.. Euh des loisirs que j'aurais fait hier, je sais pas... la peur vous voyez. J'adore le sport, j'adore marcher aussi et j'aime bien aller ramasser des champignons. Mon père m'a inculqué ça quand j'étais gosse. Et, en fait, il y avait l'époque des cèpes il n'y a pas longtemps, la peur d'aller tout seul dans la forêt du Gavra quoi, me dire ah si il m'arrive quelque chose dans la forêt, comment je fais pour téléphoner au SAMU enfin au SMUR ou à je sais pas qui pour dire : voilà je suis alors, je sais pas où dans les bois... La peur de faire encore des choses seul quoi, donc oui les loisirs je peux en faire mais je peux plus faire les loisirs que je faisais seul et qui des fois demandaient de faire un effort aussi... Alors il y a des choses que je peux plus faire aussi, qui me gênent. Par exemple le tennis, de plus pouvoir jouer au tennis, de me dire maintenant je ne jouerais peut être plus jamais dans ma vie au tennis, de me dire que certaines choses que je ne pourrais plus jamais faire en fait. Je faisais... bon là à la limite ça me gêne moins, je faisais du saut à l'élastique, du parachutisme, bon ça à la limite, je m'en moque, c'est pas gênant, et puis j'ai fait ma dose de sauts donc il n'y a pas de souci, ouais il y a des choses que... On parlait hier de Kolanta, vous connaissez l'émission ?
- Oui.

- Et puis Estelle me dit : je m'inscrirais bien pour faire Kolanta. Je dis bah non moi je serais refusé pour faire un truc comme ça. En fait, il y a plein de choses où j'ai un frein aujourd'hui, je me dis : je suis jeune pour avoir un frein ! Quand on a un frein quand on a soixante et quelques années, on se dit : bon bah voilà, mais à quarante neuf ans, on se dit, on est à peu près à la moitié, enfin on a peu plus de la moitié de notre, de notre vie, on est pas, enfin on est loin d'être pourri quoi, on est encore en pleine forme, enfin peut être pas tous mais en général, et là de se dire bah voilà, là on est rabaissé quand même parce qu'on a l'âge qu'on a mais on a pas la forme par rapport à l'âge. Cà, c'est pff, c'est un truc qui vous bouffe la vie.
- Votre sommeil a changé depuis votre infarctus ?
- Enormément.
- C'est-à-dire ?
- Je dors plus.
- Vous ne dormez plus ?
- Enfin je dors plus, je dors beaucoup moins, beaucoup moins, mais là j'ai encore, j'allais dire je dors. Mais ça a été terrible au départ du mois d'avril jusqu'au mois de septembre facile, oui, j'ai eu que des nuits de deux heures, trois heures maxi, un truc de fou quoi.
- Vous aviez du mal à vous endormir ?
- Du mal à m'endormir, du mal à me rendormir si je me réveillais et du mal à gérer les heures dans la nuit quoi. Je voyais toutes les heures passer quoi. A un moment donné, j'avais déjà ce problème là, je suis pas un grand dormeur hein donc faut pas non plus euh, faut remettre les choses à leur place. Simplement entre pas un grand dormeur et de moins en moins trouver le sommeil, c'est fatigant quoi, surtout quand on a un problème cardiaque, en l'occurrence on a besoin de repos aussi et j'arrivais pas à me reposer en fait, et certes je restais à la maison parce que j'étais en arrêt de travail, j'étais souvent devant la télé ou à m'occuper autrement, ou à lire ou autre chose mais voilà c'est le sommeil. Il était pas là quand même, il y a eu du repos mais il n'y avait pas de sommeil quoi et même les siestes je n'y arrivais pas, et puis je me sentais pas bien en fait, quand je m'endormais ça me faisait, pff. Enfin non, aujourd'hui j'allais dire, quand je dors cinq heures dans une nuit c'est beaucoup, c'est beaucoup. Hier, par exemple, je me suis couché à une heure du matin, je me suis réveillé ce matin à cinq six heures quoi.
- Et avant votre infarctus, vous dormiez...
- Je ne dormais pas beaucoup mais je dormais, je dormais quoi. Le problème aujourd'hui c'est que je vois toutes les heures passer, je dors mal, très très très mal. Et puis le pire c'est que j'embête Estelle parce que comme je suis réveillé je bouge, et je me retourne, et je me requinque, euh je me retourne plutôt je me requinque pas. Donc c'est gênant pour les gens qui m'entourent aussi, voilà. J'essaie de gérer ça, alors au début, là j'ai eu un souci de bras il n'y a pas longtemps. Cà fait un mois et demi. J'ai négligé un petit peu parce que je devais aller faire une radio et je ne suis pas allé la faire. Je suis allé voir mon médecin et puis un ostéopathe, un copain qui est ostéo, en deux séances et je suis toujours pas remis, donc ça, ça me gêne en ce moment pour dormir aussi. Alors il y a le cumul peut être de, il y a un nerf, ça me brûle dans le bras, en plus le bras gauche, vous voyez ? Alors vous vous dites au début est ce que c'est ça ? Bon là, on a tout de suite déterminé que c'était le nerf et pas du cœur, voilà donc là j'ai un problème avec ça, bon je sais pas ce que c'est mais faut impérativement faire une IRM et une radio. Cà me gêne énormément pour dormir, mais rien à voir avec la maladie, mais le sommeil, non, pas terrible.
- D'accord, d'accord. Quand vous prenez votre traitement, comment ça se passe ?
- Pas mal, (rire), pas mal parce que je, alors le seul truc, c'est l'oubli quoi. Alors moi, la boîte à..., la boîte, excusez moi c'est pas méchant, mais de vieux,
- Oui, le semainier.
- Voilà, psychologiquement, ça me dépasse, euh et puis deuxièmement un Kardégic ne rentrerait pas dedans, (rire), c'est la petite case pour mettre un...ou alors je le mets tout en poudre ? euh, non, bon je l'ai acheté pourtant la boîte, enfin Estelle me l'a acheté, bon voilà, mais, non, j'ai toujours peur de l'oublier quoi, de me dire... Je gère pas trop mal parce que je l'oublie pas, enfin je me souviens pas de l'avoir oublié du moins, mais peut être d'en avoir pris un de trop peut être, ça a dû m'arriver une fois dans, sur les sept mois...
- Finalement quand vous dites l'oubli, c'est la peur de l'oubli plus que l'oubli finalement ?
- Oui la peur de ne pas avoir la dose qu'il faut pour ne pas avoir dérégulé enfin je sais pas je me suis pas trop posé la question, alors ça c'est une chose qu'on nous a pas trop expliqué non plus, euh. Je me souviens que la question a été posée à un moment donné au Dr Stora, lui signifiait que si on oubliait comment faut-il faire ? Parce qu'on nous dit surtout n'oubliez pas, prenez les et tout et la réponse a été que bah écoutez si vous avez oublié bah vous en prenez que la moitié, si vous vous en apercevez trois heures après et vous prenez l'autre moitié après, ça veut dire que euh en interprétation de ces mots là bah je me dis : bah c'est grave d'en oublier un, ça veut dire qu'il faut quand même en prendre la moitié, parce qu'autrement que se passe-t-il après ? Bon, voilà, c'est une question, je pense que c'est bien de faire peur et de faire prendre conscience parce que je pense que ça fait partie du jeu aussi hein, parce qu'autrement les gens feraient n'importe quoi. Ce serait du laxisme profond, on dirait j'ai oublié, c'est pas grave, on verra, moi c'est bien ça, mais voilà bon après euh, je gère pas trop mal, ça me gêne dans le sens où c'est à vie. Euh le Pr Trochu m'a dit que normalement en avril j'arrêterais l'effient, donc un des médicaments que je prends le midi avec le Kardégic, euh voilà, il m'en restera cinq. Euh, ouais, c'est pénible quand même, faut dire ce qui est, c'est pas un plaisir de prendre un médoc, moi je suis anti médicaments, en gros c'est ça. Donc c'est vrai que je les prends quand même parce que j'ai envie quand même de....j'attends que la médecine retrouve un système peut être plus homéopathique ou autre qui nous permettrait de limiter cette dose là.
- D'accord, pour vous c'est une contrainte ?
- Pour moi c'est une contrainte quand même dans le sens où le médicament, enfin, c'est un petit peu à l'inverse de la logique médicale on va dire. Je m'en excuse auparavant mais pour moi le médicament, je suis assez anti médicament, je pense que les médicaments c'est important parce qu'il y a plein de vies qui sont sauvées grâce à ça évidemment ou qui continuent à vivre grâce à ça. Moi je pense que ça détruit beaucoup de choses quoi, quand je vois les effets secondaires des médicaments, j'ai peur quoi quand je vois tous les effets secondaires...
- Et vous avez des effets secondaires ?
- Oui, justement, je commence à avoir des effets secondaires. En ce moment là, enfin il y a très peu de temps, il y a une semaine, j'en ai pas encore parlé. Là, vous voyez vous êtes le précurseur. Bah c'est-à-dire que je commence à, enfin ce matin je toussais comme un fumeur quoi, alors que ça fait trois ans que je tousse pas, même quand je fumais je ne toussais pas, enfin j'ai toussé des fois quand il y avait trop de clopes, dans des soirées, ou quand on se couchait trop tard et voilà le matin, les poumons étaient peut être un peu pris. Euh ce matin j'avais une toux sèche qui est souvent liée, d'après ce qu'on m'avait expliqué à un des médicaments, je ne sais plus lequel, je ne veux pas dire de bêtises. Euh ça par exemple, j'ai des brûlures d'estomac que j'avais pas avant, euh j'ai... Hier soir encore j'avais des bonnes douleurs quand même, bon qui partent mais...J'arrive à gérer quand même... Et puis je ressens une fatigue quand même je ressens des fois une baisse de tension... Vous savez, si on fait juste un petit point sur le médicament, lorsque j'étais à Marseille, cet été, enfin à Aubagne, je suis allé voir un médecin parce que j'avais des boutons, je sais pas quoi, enfin je croyais que c'était un zona mais apparemment c'était pas ça. Et je suis allé le voir, et en fait on a parlé, il était très sympa ce gars là, et puis on a discuté un certain temps et son frère avait eu un infarctus aussi et lui m'avait dit : vous savez (il m'avait demandé ce que je prenais comme médicaments et tout) sans faire de l'anti médicament du tout, il m'a dit : écoutez, il y a des choses qui sont prescrites aujourd'hui qui ne devraient pas être prescrites, il me dit je vais pas rentrer dans le détail, mais voilà il dit : on vous oblige à prendre

- certaines médicaments, moi honnêtement je n'irais pas dans ce sens là ; vous avez tout à fait le droit de refuser, de prendre tel médicament et d'avoir, non pas le générique mais le médicament. Le générique il dit vous savez où ils sont fabriqués enfin un petit peu anti truc, il me disait bon c'est fabriqué en Chine, c'est fabriqué partout, on vous dit que, mais voilà on peut être surpris. Moi je suis assez de son avis, moi j'ai l'impression, enfin c'est une impression mais je pense que je connais bien mon corps, je m'écoute beaucoup hein, j'ai l'impression que je me fais du mal avec ces médicaments, pas tous peut être, pas à la même dose je sais pas. Il y a certains médicaments que je crains moins on va dire et d'autres que je crains plus.
- C'est-à-dire ?
 - Je crains plus le Crestor par exemple, le médicament euh...Parce que j'ai eu beaucoup après de mal, j'ai eu les articulations, j'étais pas très très bien au niveau sport, quand je marchais j'avais mal aux jambes, enfin surtout aux genoux, chose que j'avais pas avant quoi...je crains peut être lecomment il s'appelle, le...
 - Le beta bloquant, le Bisoprolol ?
 - Non le ...
 - Le cardesiel, l'Effient ?
 - Le Ramipril par exemple. Je crains moins, je sais pas pourquoi, justement l'Iso...justement le médicament du cœur là,
 - Le Bisoprolol,
 - Voilà. Je me dis il vient directement réparer, il vient calmer la pulsation cardiaque, le rythme cardiaque donc euh, non, je me dis enfin. Et puis, on discute avec les gens. J'ai un de mes clients qui a une société à qui c'est arrivé, qui a deux ans de moins que moi, qui lui a tout arrêté, qui ne prend que du Kardégic et prend de l'homéopathie, mais a arrêté parce qu'à un moment donné il avait...c'est pas vieux, ça fait deux ans, et il a eu un problème de reins donc, il a eu une inflammation sur ses reins qui était dû aux médicaments. Enfin, c'était apparemment prouvé et on lui a dit faut arrêter ce médicament là, on va vous donner un médicament de remplacement, et il a dit : non, moi j'en veux plus, trouvez moi autre chose et puis il s'est dirigé plutôt vers ça, vous voyez je crains... Vous voyez, c'est pas vieux c'est d'hier ou avant-hier, ma belle mère, la femme de mon père, qui m'a envoyé un courrier de La Réunion me disant : tiens Patrick, j'ai trouvé dans l'armoire à pharmacie de ton père, cette semaine, du Médiator, bon, ça veut dire que mon père est quand même décédé d'un problème cardiaque, combien de temps a-t-il. ? Je suis en train de me poser la question en ce moment. J'ai eu ma sœur qui travaille dans un hôpital, hier, pour voir s'il y a un moyen de se renseigner, mais mon père avait donc du médiateur et qu'il a arrêté sans doute en 2009-2010, à l'époque où le médiateur a été retiré suite au décret. Voilà bon : vous savez le problème de la parole aujourd'hui d'un médecin, que je respecte évidemment hein, parce que pour moi c'est important quand même, vous êtes des professionnels tous et heureusement que vous êtes là. Simplement euh, je me dis qu'il y a quand même des prescriptions qui ont été faites tardivement sur des médicaments, euh voilà alors pourquoi pas sur un, ce que vous voulez, un ramipril ou autre chose...
 - D'accord, et pour vous à quoi servent ces médicaments ?
 - A me fatiguer ! (rires) Non ils me servent à...ils sont...je pense qu'ils sont réparateurs, maintenant, à quel niveau, à quel degré, je sais pas. Je m'étalerais pas trop sur le médicament, pour une bonne et simple raison c'est que je suis pas un pro comme médicament, donc je sais pas à quoi ils servent vraiment. Je sais que sans doute, il faut les prendre, parce que je ne serais peut être pas en train de vous parler si je ne les prenais pas aujourd'hui, sans doute, je nie pas. Je sens une chose quand même qui est sûre c'est que du fait de fluidifier mon sang, j'évite plus que une personne dans la rue à qui il n'est jamais rien arrivé de rechuter dans un infarct' donc je suis très conscient de cela et je me dis j'ai la chance d'avoir été aussi peut être, d'avoir... de ne pas avoir mes jours là, voilà, et de pouvoir peut être aujourd'hui être protégé par cette médication.
 - D'accord, quel est l'implication de votre conjoint dans votre traitement ?
 - Dans le traitement ?
 - Oui.
 - Oh, elle ne s'implique pas plus que ça. C'est-à-dire qu'en fait, si vraiment il y a un oubli de ma part, elle me dit en fait tu as pris tes médocs ? Mais euh, elle va pas m'embêter tous les cinq minutes pour savoir si j'ai pris mes médicaments ou pas, par contre elle va savoir me le rappeler si je fais un oubli.
 - D'accord. Est-ce que le suivi...alors quand je dis le suivi ce sont les consultations, les épreuves d'effort, les prises de sang...est ce que c'est une contrainte pour vous ?
 - Euh, pff, c'est toujours une contrainte d'aller se faire pomper son sang, c'est toujours une contrainte d'aller se crever sur un vélo pendant une demi heure et pour voir si tout va bien, à partir du moment où ce n'est pas naturel quoi, pour moi c'est une contrainte. Maintenant dire que c'est très contraignant d'aller se faire faire une prise de sang : non. Un test d'effort, moi j'étais euh j'ai fait beaucoup de sport dans ma vie, non plus, euh parce que c'est vital, parce que c'est important d'être suivi. Maintenant je pense que le problème c'est on a plus les contraintes, enfin ces choses qu'on ne trouvait pas contraignantes parce qu'elles étaient régulières à un moment donné dans notre maladie, en sortie d'hôpital, parce qu'on est obligé d'avoir régulièrement des prises de sang, des suivis physiques ou autre, le devient aujourd'hui du fait que aujourd'hui c'est encore une obligation mais qui est un peu décalé par rapport à ce que c'était. On en oublierait même des fois (et moi je crois que je suis en retard là justement sur une prise de sang) d'aller les refaire et, oui, parce qu'on a plus le côté obligatoire. Enfin si, on a quand même ce côté obligatoire mais voilà, je sais pas comment expliquer ça, voilà c'est une contrainte sans l'être en fait. C'est pas méchant mais c'est obligatoirement une contrainte du fait que c'est pas naturel.
 - D'accord, globalement qu'est ce que l'infarctus a changé dans votre vie ?
 - Euh, bah ça rejoint un petit peu la question de tout à l'heure, globalement, ça a changé des choses comme certaines choses que je peux plus faire, certaines choses que je peux faire mais différemment, euh ça c'est quand même difficile à gérer, c'est très difficile...euh...
 - Donc vous parlez des loisirs, enfin des activités en général en fait ? Que ce soit dans la vie professionnelle ou privée ?
 - Bah, dans les deux, ouais, dans les deux. Professionnelle ? Ca m'a, j'en parlerais mieux demain je pense encore qu'aujourd'hui, parce que là je pense qu'il y a vraiment une progression. Enfin, entre ce que j'étais il y a trois mois et ce que je suis aujourd'hui, c'est le jour et la nuit quoi, au niveau des décisions, de la pêche, de la gestion des trucs rapides, alors qu'avant j'étais noyé dans le truc rapide, je ne me reconnaissais même plus quoi, j'étais une larve. Euh, j'avais peur de mon état futur, donc je me dis bon il y a quand même une amélio et puis bon je me sens bien revenir quand même pas mal. Voilà, enfin, je me sens bien quand même à la hauteur de ce que je devrais être. Physiquement enfin personnellement après, il y a beaucoup de changement quoi, beaucoup de changement, on est plus le même, on est plus le même, dans tous les cas, le problème vient du mot maladie déjà. Donc quand on prend un médicament à vie, quand on est à 100% médicalement, quand on est...et bien obligatoirement on est considéré, on est dans le clan des malades même si moi j'aime pas me dire que je suis malade, parce que je me sens pas plus malade que quelqu'un d'autre. Euh, voilà, moi ce que je souhaiterais un jour c'est de, je pense qu'il y a un suivi intermédiaire qui ne s'arrête pas à faire un test d'effort, en disant on va vous faire un test d'effort dans six mois pour voir où vous en êtes, ok, bah ça va, vous récupérez. Ça va votre cœur a récupéré normalement, on va vous faire une échographie. Bon c'est bien, mais c'est plutôt qu'est ce que je peux faire de plus que ce qu'on m'a interdit de faire avant ?
 - Oui, savoir qu'est ce que vous pouvez faire exactement en fait ?
 - Voilà, est ce que je peux évoluer quoi, est ce que réellement mon cœur, et pour quelles raisons dans ce cas là ? Parce que si j'ai bien suivi le mécanisme enfin les explications, les informations qu'on m'a donnés, euh, mon cœur, ok, là il a une lésion, enfin pas une lésion, il a eu un souci sur la partie inférieure, il n'y a pas énormément, quand on fait un électro aujourd'hui, d'après ce que j'ai bien

- compris, de séquelles. Donc pourquoi mon cœur demain ne pourrait pas fonctionner à peu près de la même façon si j'ai retrouvé à peu près 90%-95% de ses capacités ? Surtout qu'on l'utilise très peu, donc pourquoi dans ces cas là, je ne pourrais pas faire certaines choses que je faisais hier quoi. Donc c'est ces questions là... On me dit votre cœur il n'est pas mauvais mais d'un autre côté vous n'avez pas le droit de faire ni ça, ni ça, ni ça, d'accord, bon bah je fais comment quoi ? Si boire l'apéro, j'ai le droit ? Non ou bah ouais mais un tout petit, avec un glaçon ! Vous voyez donc c'est encore un petit peu, tout ça. C'est pas très très net comme explication, je trouve ça un petit peu flou quoi. Autant il y a des maladies on vous dit bah vous avez telle maladie : interdiction de ça, ça, ça, parce que c'est pas possible, mais le cœur c'est quand même très vaste comme truc hein, et il bat normalement, il bat pas ? Il fait quoi ?...
- Ca évolue en fonction du temps..., du recul par rapport à l'infarctus...
 - Oui tout à fait, tout à fait. Mais ça freine pas mal pour répondre plus aux questions. Personnellement, moi ça m'empêche de faire pas mal de choses, ça me freine. On va dire sur beaucoup de choses aujourd'hui, mais je pense qu'il faut le temps au temps, je suis trop pressé des fois et j'ai pris énormément de recul sur le plan psychologique. Aujourd'hui, je gère beaucoup mieux certaines situations, je suis moins stressé, moins truc, je me dis aussi : ne sois pas aussi pressé Patrick, tu as le temps, tu es en train de t'améliorer, on voit bien, comme un sportif qui est en train de monter en puissance, et bien là moi je suis en train de retrouver certaines capacités que j'avais un peu perdu, donc je me dis que je suis en train de me réparer au fil du temps. J'ai passé un bon cap de réparation, aujourd'hui je suis sur une autre phase qui est de stabilisation et voir d'augmentation de certaines perf' encore, mais avec le temps quoi.
 - C'est surtout les activités physiques en fait qui ont...
 - Ouais physiques et peut être quand même que, enfin sûrement je me suis très amélioré sur le plan psychologique. C'est quand même assez lié, vous êtes mieux dans votre tête si physiquement vous êtes bien. Si vous n'êtes pas bien physiquement, votre tête, elle, suit pas toujours. Je pense que c'est important d'avoir le physique pour avoir la tête et c'est bien pour ça, que quand on fait du sport, dans les séances de sport qu'on fait à l'hôpital, c'est quand même très lié, euh, on fait du sport et en même temps on se sent mieux, donc obligatoirement on se sent mieux dans la tête et puis c'est un cercle vicieux en fait et dans un cas comme ça et bah je pense que, oui, le physique est important quoi.
 - Donc votre humeur a changé depuis que vous avez eu votre infarctus ? Enfin votre moral, il a changé ?
 - Oui, il était meilleur avant qu'aujourd'hui mais il est mieux qu'hier.
 - Oui, voilà, oui.
 - Oui largement oui. Voilà j'étais là, et je suis complètement descendu quand même, je pense que j'étais pas loin d'une sorte de déprime à un moment donné. Je ne connais pas trop ça encore, je pense que j'étais dans une déprime.
 - Vous aviez des idées noires ?
 - Pff, pas d'idées noires de me supprimer ou autre mais des idées plutôt, non des choses pas bien dans sa tête, être assez pessimiste, ne plus avoir d'optimisme présent régulièrement, d'être à côté de ses pompes de temps en temps, de pas être au top, d'être loin d'être au top sur le plan psychologique.
 - Et justement ça a duré longtemps cette période où vous étiez, comme vous dites, pas loin de la dépression ?
 - Oui, ça a duré autant de temps que physiquement je me sentais pas bien.
 - Oui, d'accord.
 - Il y a la peur de quoi. Tiens je suis en train de faire un effort mais d'un autre côté si ces efforts là m'amène... C'est ce que je disais un petit peu tout au départ c'est que quand j'ai fait mon infarct' en fait, j'ai quand même perdu je sais pas combien de kilos avant, j'avais tout mis... tout dans les bonnes règles, enfin dans les bonnes mesures on va dire, au niveau du diabète, du cholestérol, de la tension, j'étais à 13 enfin j'étais bien quoi, 12/8. Et d'un coup, boom : un infarctus quand même alors que pendant un an je fais un superbe effort. Alors on se dit, et c'est normal comme réaction, bah... Bon, d'un autre côté, je continuais à fumer, d'un autre côté j'avais le stress du boulot, d'un autre côté je n'avais pas éliminé tout ça, j'avoue et sans doute que j'aurais dû faire d'autres étapes.
 - Oui, mais faut se dire qu'heureusement que vous aviez déjà fait ça...
 - Oui, ça a sans doute beaucoup servi, tout à fait.
 - Et du coup, est ce que vous voyez la mort différemment ?
 - Pff, oh non, j'allais dire je vois plutôt la vie différemment,
 - Oui, c'est-à-dire ?
 - Bah, c'est-à-dire que, euh, pour moi la mort c'est quand même la fin de tout. Donc je la vois toujours pareil. Euh. Par contre la vie je la vois différemment, c'est-à-dire moi je me suis toujours sacrifié pour tout le monde. Je gagne bien ma vie et j'en fais profiter à tous ceux qui m'entourent et moi je n'en profite pas spécialement. Ça a toujours été, c'est comme ça, c'est de famille, mon père était un peu pareil. Je ...non plus, je me fais plaisir aussi mais pas comme je devrais me faire plaisir quoi, peut être qu'aujourd'hui je penserais peut être plus à moi qu'hier, et demain encore sans doute plus.
 - D'accord.
 - Faudrait que je travaille un moment...
 - Est-ce que vous êtes plus anxieux qu'avant ?
 - J'ai toujours été anxieux, donc. Je tiens ça de ma mère. Plus ? Peut être pas... autant, autant.
 - Autant ?
 - Oui, plus je sais pas. Plus... C'est toujours pareil quoi, plus il y a quelques mois, de moins en moins aujourd'hui quoi. Je sens que je sors d'un système quoi, je sens que je redeviens, j'ai l'impression en fait, enfin c'est assez marrant, enfin je vous dis ça parce que je le découvre en même temps que je vous parle des fois, j'ai l'impression que je suis sorti d'une maladie quoi, et que ça y est c'est derrière moi un peu, un peu. Bon ok, il y a les contraintes de médocs et tout le truc mais bon ça à la limite. On a tellement l'habitude de prendre des médocs et puis on en parle plus, bon voilà, et je me dis là je me sens mieux, et puis des fois, certaines choses me rappellent que... Voilà !
 - D'accord, vos projets en général, est ce qu'ils ont changé ? les projets que vous aviez...
 - Oui, par obligation. Enfin, quoique non, je me marie, (rires), celui là il était déjà prévu ! Euh...oui, oui certains projets ont changé oui, mes projets de voyage ont changé par exemple. J'en parlais tout à l'heure, hein, l'avion et tout ça. Après les projets professionnels, sans doute, aussi, parce que vous savez, j'ai toujours eu des postes à responsabilité dans ma vie et j'y ai laissé beaucoup de plumes dans le boulot, beaucoup d'heures, beaucoup de pression, beaucoup de stress. Je vois les choses complètement différemment aujourd'hui.
 - C'est-à-dire ?
 - C'est-à-dire que je me prends moins la tête pour le travail quoi, alors je délègue beaucoup plus. Euh. J'ai un associé donc je lui refille ce que je faisais, parce que j'en faisais trois fois trop, et puis je suis en train de réfléchir à une orientation peut être différente, je sais pas. Aujourd'hui je me dis : pourquoi pas demain, je sais pas, faire différent, voilà. Alors mon projet c'est peut être un peu pour suivre les traces de mon père mais c'est toujours partir... Mon père était parti vivre à La Réunion, en fait, à sa retraite par contre, mais moi pourquoi pas : partir dans une île un jour, si mes moyens me le permettent.
 - Et ça, vous y pensez depuis que vous avez eu votre infarctus ?

- Non avant, mais aujourd'hui j'ai toujours envie de l'île mais les contraintes dans l'île maintenant c'est les soins, parce que je me dis : bon je veux bien partir dans une île mais si demain il m'arrive quelque chose dans l'île, faut quand même que ce soit bien équipé parce que j'aurais peut être pas le même équipement que sur Nantes quoi. Voilà, ouais, je sais pas.
- D'accord, votre alimentation a changé ?
- Oui, énormément, j'ai appris à manger ! (rires)
- Vous disiez déjà qu'un an avant...et depuis l'infarctus...
- Tout à fait, maintenant je prends une fourchette et un couteau (rires). Avant j'étais très viande, je mangeais beaucoup de bœuf surtout, aujourd'hui je mange beaucoup de poisson, et j'ai appris à cuisiner le poisson enfin différemment et j'ai appris à aimer le poisson différemment aussi parce que j'aimais le poisson mais j'en mangeais une fois par semaine ou tous les quinze jours, enfin. Aujourd'hui j'en mange quatre à cinq fois par semaine quoi. Je mange beaucoup de... je mange pratiquement plus de charcuterie, je mange plus du tout de...Je cuisine pas du tout au beurre, j'ai changé énormément de choses mais ça fait déjà...c'était avant l'infarctus.
- Et ça a été renforcé depuis l'infarctus ?
- Alors j'aurais tendance à dire que, alors il y a un truc justement et c'est une bonne question et je me posais la...j'essayais de répondre à cette question il n'y a pas très longtemps, euh parce quand...en fait j'ai repris un peu de poids depuis l'infarctus, parce qu'en fait, j'avais perdu quand même pas mal de poids avant, comme je vous l'expliquais et puis à la sortie de l'hôpital, j'avais quand même perdu du poids quoi. Et comme j'avais arrêté de fumer, le médecin m'avait dit : dans tous les cas, même si vous ne mangez pas plus, vous allez reprendre trois - quatre kilos par obligation, donc j'avais repris ces trois- quatre kilos mais ça m'allait parce que j'étais trop maigre quoi, j'étais vraiment... J'avais une tête de...pas terrible ! Donc je m'étais fixé de reprendre cinq-six kilos pour revenir à un poids à peu près normal et non pas chercher à ...donc, je ne me souviens plus de votre question...
- L'alimentation.
- L'alimentation en fait, je pense que je faisais plus attention. C'est assez bizarre, entre l'avant infarctus, c'est-à-dire pendant ma période de régime que l'après infarctus parce que je me considérais plus dans le même régime en fait, c'est assez bizarre dans ma tête, et là j'étais là pour perdre, alors que est ce que je me sens plus en sécurité du fait que je prends des médicaments je me dis : même si je mange un petit peu plus, c'est pas grave car d'un autre côté je prends des médocs et je suis suivi ?
- En fait depuis que vous avez repris les quatre-cinq kilos, c'est pareil que juste après l'infarctus ?
- C'est-à-dire que je fais moins attention même si je fais attention, avant c'était vraiment... Je l'ai dit tout à l'heure, avant j'étais un buveur de coca, et là, si vous voulez ça fait un an et demi que je ne connais plus le goût du coca quoi parce qu'il y a un peu de diabète, et il y a du sucre et ainsi de suite. Donc j'étais très strict avec moi. Aujourd'hui je le suis moins parce qu'on m'a dit, le corps médical m'a dit : ne soyez plus aussi strict avec vous, vous allez vous faire du mal quoi, parce que ce n'est pas toujours bon d'être aussi strict, vous fumez plus, vous buvez pas, vous ne sortez pas, vous faites plus rien donc c'est bon, vivez quoi ! Voilà donc aujourd'hui je vais faire ce que je ne faisais pas hier, c'est-à-dire que je vais pas me poser les mêmes questions si il y a un repas. Moi j'avais de la famille là dernièrement. Voilà, on s'est fait une raclette je crois, bah voilà, je me suis pas posé vingt cinq mille questions. J'ai mangé ma charcuterie, mon fromage, j'ai bu, tant pis, alors biensûr je me suis pas goinfré d'un gros gâteau après, j'ai fait attention, mais j'ai bu deux trois verres de vin, j'ai pris sans doute un ou deux apéros, voilà, je me suis lâché, mais ça fait du bien de se lâcher aussi.
- Est-ce que votre place dans votre famille a changé ? Par rapport à votre fille, par rapport globalement à votre amie enfin après il y aura la question du couple mais est ce globalement...
- Alors, envers ma fille, oui.....
- Et les autres personnes aussi...
- Parce que, oui, quand on sait qu'on est pas passé loin du pire, il y a quand même... Moi je me souviens dans l'ambulance, parce que bon ça montait de plus en plus, je sentais vraiment que ça battait dans tous les sens, je me suis dit il va lâcher...même si je ne paniquais pas trop... et là je pensais à ma fille quand même et biensûr je pensais énormément à Estelle aussi, mais je pensais à ma fille en me disant, ouah, c'est une fille en plus, enfin si j'en avais cinq ou une ça ne changera pas grand-chose. Voilà, ouais, ouais. Ça a changé certains rapports avec ma fille. Mes rapports avec ma fille ont toujours été super, j'ai une fille qui est extraordinaire donc il n'y a pas de problème parce qu'elle a un papa extraordinaire (rires). Mais, euh, enfin, on a toujours eu de très bons rapports, je pense pas que ça ai changé grand-chose en fait ; ça a peut être changé la vision de certains trucs. Ma fille s'est peut être plus rapprochée de moi, c'est plus ces rapports peut être qui ont changé avec elle, envers moi, plus se rapprocher.
- Elle, ça l'a rapproché de vous ?
- On est souvent, enfin on est très ami avec ma fille. Donc, on est papa et en même temps copain, alors des fois on fait des repas ensemble avec ses copains, avec mes amis, les siens, on se mélange quoi, c'est sympathique quoi. On a toujours eu un très très bon...(?) donc c'est difficile à dire avec ma fille. Je pense qu'elle a plus changé elle que moi j'ai changé. C'est-à-dire que elle, je pense que ça lui a ouvert, enfin elle s'est rendu compte que la vie des fois on la prend peut être avec beaucoup de simplicité mais des fois aussi, il peut arriver des choses dans la vie qui pourrait tout changer et comme elle avait perdu son papi l'année d'avant. Euh voilà et puis sa mère, malheureusement s'est fait opéré hier du col de l'utérus, donc, à quarante six ans donc c'est vrai que pour ma fille c'est...apparemment elle ne le vit pas trop mal. On montre pas non plus, on a une force de caractère dans notre famille. Ma mère ne sait pas que j'ai eu un infarctus, pour vous dire.
- Votre maman, ah oui ?
- Je lui ai pas dit parce qu'elle est très inquiète, elle est très anxieuse comme femme.
- D'accord
- Et je n'ai pas envie de la rendre plus anxieuse. Elle habite à Aubagne, elle n'est pas très très près donc ça m'énerve toujours de... J'arrive pas à le cerner ça. J'ai ma mère qui est un peu loin quoi, quand on a quarante neuf ans, on pense à sa maman.
- Oui,
- Et donc voilà, elle ne le sait pas. Ma fille je lui ai dit que quand je suis sorti de l'hôpital aussi. Elle me l'a un peu reproché, parce qu'elle m'a dit : bah si il t'était arrivé quelque chose, je ne t'aurais jamais revu...Elle a raison hein, mais je n'ai pas voulu affoler tout le monde à l'hôpital.
- D'accord.
- Voilà mes rapports, un peu plus de choses sur ma fille...
- Et dans votre couple ?
- Dans mon couple ??! Ça va, il y a eu, au départ, je pense un problème de... Moi, je pense que j'ai pas été au top psychologiquement quoi. Je pense que j'ai dû pété les boulons à un moment donné, je ne m'en suis pas vraiment aperçu. J'ai pété les boulons dans le sens où je devais pas être vraiment en adéquation avec moi-même quoi. J'ai l'impression, parce que j'étais peut être pas toujours...mais je ne pouvais pas gérer autrement quoi. C'est-à-dire que je n'avais pas la force de le faire, je n'avais pas l'envie de le faire autrement, mais j'ai pas été bon toujours, sans être méchant loin de là. C'est pas du tout mon style mais j'ai pas été bon quoi, c'est-à-dire que je pense que par exemple, Estelle a fait énormément de trucs pour moi dans le boulot parce qu'elle travaille aussi dans le même... Elle est responsable commerciale dans l'entreprise, et elle a bien géré mon absence en fait, mais comme je suis quelqu'un de très pointu j'ai peut être pas, j'ai peut être trop demandé, j'ai peut être pas assez vu ce qu'elle avait fait, j'ai peut être... Ouais j'ai pas été top, je pense.

- Oui, du coup ça a changé quelque chose dans votre couple ?
- Bah je pense que ça a changé sur le moment, bon je ne pense pas qu'on s'en veuille maintenant mais euh, oui il y a des trucs que j'aurais pu faire mieux, oui. Je pense que j'arrive plus à gérer aujourd'hui qu'il y a encore quelques semaines, c'est pas si vieux que ça. Euh, ouais, il y a des choses que je gèrerais mieux encore demain, je pense. Sur un plan plutôt sexuel, si on peut en parler, les médicaments ça freinent, c'est un peu dur de parler de ça.
- Non non mais c'est normal, j'allais vous poser la question.
- Sur le plan sexuel, avant mon infarctus, j'aime assez les rapports sexuels, donc on avait pas mal de rapports sexuels avec ma femme, cadence assez normale, peut être mieux que la normale et aujourd'hui c'est vrai que j'ai l'impression que les médicaments me freinent sur un plan physique et que j'ai moins de capacités sexuelles que j'en ai eu. Ça gêne pas pour l'instant, je pense pas, mais si ça continue, ça me gênerait. Moi et sans doute... Estelle ça la gêne pas spécialement non plus parce que j'assume quand même, je sais pas comment expliquer ça... Voilà, ce que je pouvais faire hier je peux peut être pas le faire aujourd'hui, c'est-à-dire des cadences comme j'avais hier, j'aurais pas les mêmes cadences, le même nombre de fois, euh...parce que c'est vrai que de ce côté-là, j'étais assez performant, c'est prétentieux mais, voilà, j'aime pas trop parler de ça mais, aujourd'hui je sais que je... alors est ce que c'est... Alors la question que je me pose, je me la pose en ce moment pour être très franc avec vous, est ce que ça vient que des médicaments ? Est ce que ça vient aussi d'un plan psycho, parce que vous savez un homme c'est assez compliqué hein pour avoir une érection normale il faut quand même qu'on soit dans notre tête préparé à cela, euh, je sais pas....
- Il y a un peu de tout...
- Il y a un peu de tout, oui, mais ça par contre ça pourrait me gêner demain, si je perdais mes capacités. Ça serait beaucoup plus grave, parce que je pense que malgré tout on a beau aimer une femme... Et le sexe, ça fait parti quand même de la vie et je pense que c'est hyper important dans une vie de couple, quelle qu'elle soit, et que si demain, l'un des deux qui n'est pourtant pas atteint d'un problème lié directement au sexe, mais de quelque chose qui freine ou qui empêche, ou qui atténue complètement, là ce serait plus gênant, oui. Je sais pas comment je le vivrais de ne plus pouvoir avoir de rapports normaux. Voilà. Estelle est jeune, elle a trente quatre ans, voilà ! (rires) Je serais avec une personne de soixante, sans critiquer, elle aurait peut être moins de ...d'envies ou de... Voilà, donc euh.
- Et du coup, ça vous inquiète ?
- Oui, honnêtement, ça m'inquiète oui. Je vais être franc avec vous ça m'inquiète. Je suis, je sais que je suis moins performant qu'hier et bizarrement je ne le sentais pas au départ. J'avais un interdit de sexe au départ, pendant un mois à peu près, un mois et demi. Euh, je devais pas affoler mon cœur, donc je gérais (rire). Et au bout d'un mois et demi, la première fois quand vous reprenez votre activité sexuelle, vous avez peur. Qu'est ce qu'il va se passer ? (rire) Surtout que ça vous arrive pas tous les jours de vous abstenir, quand vous êtes en couple, pendant deux mois, donc...Mais en matière d'érection, ça allait quoi, je faisais attention au rythme mais par contre j'étais bien. Mais j'ai l'impression qu'aujourd'hui je perds des capacités oui. Je sais que les médicaments y sont pour beaucoup, il paraît mais euh... Enfin, ça, je le vivrais pas très bien. Si vous voulez ça fait trop de choses... On peut pas demander à un être humain normalement constituer de tout arrêter, euh ok, on peut faire énormément d'efforts parce que c'est notre vie et puis on va dire, on va pas... Moi je pense, j'espère du moins que je ne refumerais pas et puis je suis bien parti pour, j'ai pas pris d'aides pour ça. Rien donc que, c'est simplement que tout tout tout ça fait beaucoup quoi. Je suis invité chez les gens, je peux pas faire ça, je peux pas manger ça, je peux pas faire ci, je peux pas faire ça, je peux pas courir, je peux pas bon... Ça fait beaucoup, et puis demain dire : je peux plus faire l'amour, alors là ce serait terrible ! Voilà si malheureusement ça devait arriver, on gèrerait mais voilà !
- Vos relations avec vos amis ont-elles changé ?
- Euh, sûrement parce que, enfin... Sûrement parce que je pense que ça vient des deux côtés, il y a ce que moi je peux ressentir auprès de mes amis et ce que eux peuvent, comment eux me voient aujourd'hui après ce qui m'est arrivé. Et des fois j'essaie d'analyser ça encore avec mon sens un peu pointu de l'analyse, de dire voilà comment ils me perçoivent aujourd'hui, est ce qu'on me perçoit comme un malade ? « Faut pas lui dire ça, faut lui dire gentiment parce qu'autrement on va l'affoler » Euh, ça de moins en moins aujourd'hui, je pense que les amis, enfin je pense que c'est comme tout et c'est ça que j'aime bien aussi, c'est que je sors d'un système où avant il y avait quand même un côté où j'ai l'impression qu'on me maternait des fois, aujourd'hui moins, on sent bien que voilà, on parle à un mec qui est malade ou quoi, on fait plus trop de distinctions quoi... Alors si : comment ça va ? Ça va mieux, ouais ? Pas de problèmes, ok, hop on en parle plus quoi ! Avant c'était ouais... Enfin j'en avais marre qu'on me demande comment ça allait quoi, euh donc voilà maintenant ça m'arrange bien qu'on me demande moins ou plus. Euh les relations, elles ont été coupées aussi parce qu'en fait pendant trois semaines, enfin pendant trois mois ou quatre mois, j'avais pas spécialement envie de recevoir du monde à la maison, j'avais pas envie de raconter à chaque fois les mêmes trucs, ça me gavait un peu, donc, j'avais coupé un petit peu les ponts quoi, ils comprenaient les gens. Donc, maintenant il y a certains amis que j'ai pas revu depuis sept mois, huit mois, ce sont des bons copains ou des amis. Donc il n'y a pas de souci, on se reverra sans aucun souci. Il y a de bons restes avec les amis et il y a surtout à mon avis de belles choses à venir quoi, à faire.
- D'accord, et vos relations avec vos connaissances que vous avez en général ?
- Moi, par contre, il y a une chose qui s'est passée, et on m'a dit que c'était normal. C'est arrivé pratiquement à chaque fois c'est que je me prends pas la tête quoi, j'aime ou j'aime pas, ça c'est clair et encore plus aujourd'hui qu'hier. J'étais déjà comme ça. Je me force pas quoi. Si j'ai pas envie d'aimer quelqu'un je l'aimerais pas, si j'ai envie de l'aimer je l'aimerais. Et là, aujourd'hui c'est vraiment ça quoi. C'est-à-dire que je vais pas forcer si c'est une personne qui correspond pas du tout à ma philosophie de vie ou à ce que je suis. J'ai pas envie de m'embêter avec, je l'ignore quoi. Par contre si j'ai envie de faire quelque chose pour quelqu'un, ouais à fond oui.
- Et donc, est ce que vous avez modifié vos conditions de travail depuis votre infarctus ?
- Bah, le médecin, euh, du travail m'a demandé de les modifier (rires), donc je suis obligé de dire oui (rires).
- Ah non vous dites...
- On est pas chez le médecin ? (rires)
- Ah, non, c'est strictement confidentiel !
- Bon, ça va... Non, oui j'ai changé dans le sens où je suis obligé d'adapter quand même mon temps de travail, j'essaie de réguler. Hier, par exemple, je suis rentré plus tôt, j'aurais pu aller voir un client de dernière minute parce que j'avais quelqu'un à aller voir, enfin, j'avais un dossier à mettre en place, voilà je me suis dit : non, c'est bon, je suis parti ce matin de bonne heure, je vais rentrer, ça sera plus simple. Je suis rentré en fait, vers 19heures.
- Vous aménagez plus vos plages de travail ?
- J'aménage plus mes plages et puis j'essaie de rouler un peu moins en voiture. C'est pas facile quoi parce que j'ai pas un métier où... ouais c'est pas facile à gérer quoi, mais, ce métier là il est quand même... On a beau dire c'est un métier dans la finance, surtout pendant les périodes de crises comme on traverse aujourd'hui, c'est encore plus stressant les périodes de crises parce que les entreprises ont toutes des problèmes, enfin beaucoup. 65%-70 % des entreprises ont des problèmes donc c'est énorme. Euh, il y a un stress quand même à gérer. Euh, pff, par obligation, je suis obligé de changer certaines choses parce que je me dis : c'est vital ! Mais d'un autre côté, euh, c'est vital pour moi. Mais d'un autre côté je suis obligé de maintenir certaines choses parce que c'est vital pour l'entreprise. Donc ma vie contre celle de l'entreprise : non mais, pff, c'est pas simple. Quand on a un métier classique, votre patron

- sait que vous avez eu un souci, vous adaptez un poste, ou alors voilà, vous avez des horaires qui correspondent à quelque chose, de classique, oui mais dans le mien c'est compliqué.
- D'accord, et donc votre place dans le milieu professionnel que vous occupez, est ce qu'elle a changé justement par rapport à ce que vous dites ?
 - Non, non, c'est toujours la même.
 - Est ce que vous avez fait un mi temps thérapeutique ou pas ?
 - Non.
 - Et globalement est ce que votre place dans la société a changé depuis que vous avez eu votre infarctus ?
 - Je pense que votre question elle est liée à toutes les questions qui ont été posées aujourd'hui, c'est-à-dire oui que ma place elle évolue selon plein de choses quoi, selon la réparation, selon certains changements que j'ai signifié tout à l'heure dans mes relations, selon certaines choses qui se passent dans ma vie perso et moi je pense que si demain on devait se revoir, un jour, pour refaire un point, je pense que j'aurais pas le même dialogue dans six mois, et il y a des choses qui seraient les mêmes et il y a des choses qui auraient évolué et si on s'était vu il y a trois mois, il y a des choses qui auraient changé aussi.
 - Oui, on est en pleine évolution...
 - Voilà, on est en pleine évolution complète, moi je le sens bien, je sens que je suis vraiment en train de, je positive là de ce côté-là, hein, c'est déjà important. Je sens que je suis en pleine réparation. Le seul souci, le seul doute c'est est ce que ce cœur tiendra ? Est ce qu'il referra pas un à-coup ? Est ce qu'au deuxième je le supporterais différemment ? Est ce qu'après j'aurais peur du troisième, du quatrième et ainsi de suite. Donc voilà, c'est les questions qu'on pourrait se poser demain mais j'essaie de pas me les poser parce que j'essaie d'évoluer. J'ai essayé, alors je sais pas si c'est bien par contre, j'ai essayé d'éviter... La question n'a pas été posée donc je vous la donne : j'ai essayé d'éviter le soutien en général, c'est-à-dire de professionnel dans les domaines qui sont aussi bien diététiques mais aussi aides tabacologues par exemple mais aussi psycho tout ça. J'ai été aidé de nulle part en fait en dehors de... Voilà j'ai pas souhaité parce qu'en fait, j'ai souhaité le faire seul, je sais pas si c'est bien, je suis pas sûr, enfin pour l'instant ça tient alors peut être que demain j'aurais besoin, peut être que demain j'aurais une grosse envie de fumer et voilà, surtout qu'Estelle fume, vous avez pu le constater ? Donc c'est pas bien. Alors ça me gêne pas et puis quelque part je me dis j'arrive à vivre avec une fumeuse, euh depuis sept mois, bon, elle m'enfume pas mais, ça va, je gère pour l'instant.
 - D'accord, est ce que cet événement, donc l'infarctus, est parlé dans votre famille, dans votre entourage proche ? est ce que vous arrivez à bien... ?
 - Oui sauf ma mère, voilà autrement biensur avec mon frère, ma sœur et puis ceux qui m'entourent, ma famille qui m'entoure d'autres familles plus ou moins proches, oui, tout à fait oui... Oui on en parle, on en parle, voilà. Mais vous savez, je pense que, moi j'attends pas une réponse de la part des gens, j'attends une réponse médicale ou j'attends une réponse perso mais... on en parle oui.
 - Et est ce que le regard d'autrui, des autres a changé depuis que vous avez eu votre infarctus ? on l'a évoqué tout à l'heure un peu mais...
 - Je pense que, je pense pas du fait que, comment dire..., je le montre pas sur un plan physique ni sur un plan moral, je le montre pas, donc je pense pas que ça ait changé ou ils ne me l'ont pas dit. Je sais pas, mais je ne pense pas que ça ait changé grand chose, je le vois bien avec mes commerciaux ou mes assistants, ou alors, ouais je l'ai peut être pas vu mais je crois pas. Au début, peut être oui pendant la période un petit peu dure mais après, euh aujourd'hui, même moi, si vous voulez, je me sens pas malade aujourd'hui, quoi, honnêtement.
 - D'accord.
 - Voilà, ça me gêne même d'être dans la catégorie des gens malades quoi.
 - D'accord.

Patient P5, DN: 30/09/65, Date IDM: 18/03/11, Date entretien: 08/12/11, célibataire, pas d'enfant, attaché au conseil de prud'homme.

- Alors est ce que vous pouvez me raconter un petit peu ce qui s'est passé pendant votre infarctus ?
- Le jour où ça m'est arrivé ?
- Oui.
- Alors, euh, en fait je me suis réveillé, j'étais fatigué, euh, fatigué et euh mais bon j'ai fait, j'ai essayé de faire comme d'habitude c'est à dire j'ai pris mon café, j'ai allumé ma cigarette, j'ai allumé une deuxième cigarette et puis ça passait pas, je suis allé me recoucher euh puis ça passait pas, ça passait pas et puis j'avais une oppression, je pouvais plus vraiment euh vraiment plus pouvoir respirer.
- Oui, dans la poitrine oui...
- Ouais et puis le fait d'une faiblesse extrême quoi ; je ne comprenais pas du tout ce qui m'arrivait et je me suis dit que quelques années auparavant j'avais eu une grosse bronchite euh, un gros problème pulmonaire qui m'avait mis à plat aussi donc je me suis dit c'est peut être, c'est peut être ça qui recommence. Euh voilà après bah j'ai essayé de me mettre dans de l'eau en fait, je suis allé dans une baignoire, je me suis allongé pour essayer de, d'être le plus léger possible et puis bah la journée ça n'a pas passé, donc j'ai passé la journée au lit en fait euh. Le lendemain je me suis levé, je suis allé travailler, j'avais, heureusement mon lieu de travail était à côté et euh j'avais une audience ce jour là je me rappelle, je travaille dans un conseil de prud'hommes, dans un bureau de conciliation et vraiment j'ai j'ai voilà j'ai souffert quoi et à midi je suis allé voir mon mon directeur quoi lui dire : « Bah écoutez je ne sais pas ce que j'ai mais je rentre parce que je ne peux absolument pas tenir le coup ». Et puis ah oui alors le le fait est aussi que j'avais pris, déjà programmé un rendez-vous chez mon médecin le mardi. Cà m'est arrivé un dimanche en fait donc le lundi je suis allé travailler, le mardi j'avais rendez-vous chez mon médecin. Bon, ensuite, je suis allé chez mon médecin qui m'a dit de faire une prise de sang, qui m'a tout de suite pris un rendez-vous chez le cardiologue et donc le jeudi j'ai été hospitalisé par rapport à ça.
- D'accord, ok.
- Voilà comment ça s'est passé euh en gros.
- D'accord, d'accord. Et comment vous l'avez vécu en fait cet euh cet épisode ?
- Le jour même ou bien l'intégralité ?
- Enfin l'intégralité en fait. Parce que du coup vous avez été hospitalisé ...
- Bah pas très bien (rires) pas très bien d'une part parce que je m'en suis voulu de ne pas avoir appelé les, le SAMU tout de suite parce que euh on m'a expliqué après que si j'avais réagi tout de suite il y aurait eu moins de conséquences et puis euh, bah on pense beaucoup à la mort quand même euh dans ces moments là c'est-à-dire que, vraiment je faisais tout pour, je mettais mes jambes en l'air, je me rappelle j'avais des espèces de bas de contention que j'avais récupéré, mon père est décédé en plus quelques mois auparavant, et donc j'essayais vraiment parce que c'est c'est flippe, c'est assez flippant quoi on vous dit que vous avez peut être fait un infarctus mais en même temps personne vous prend en charge. C'est-à-dire que moi le mercredi j'ai fait mes tests avec le le cardiologue, le cardiologue me dit : « Bah écoutez vous avez fait un infarctus euh vous allez être hospitalisé demain ». J'ai passé la nuit, la nuit du mercredi au jeudi avant d'être hospitalisé ça a été, ça ça a été horrible quoi.

- Ah oui oui vous n'avez pas été hospitalisé d'emblée oui du coup.
- Ba non. La nuit, bah si je me rappelle j'ai appelé mes frères et sœurs, je leur ai dit voilà ce qui m'arrive, et puis je leur ai dit j'espère que je vais passer la nuit quoi parce que je sais pas si, surtout que en en plus on m'avait dit qu'il fallait que ce soit urgent parce qu'une récurrence pouvait être, bah pouvait être fatale quoi donc euh donc non c'est pas du tout un bon souvenir.
- Ah oui oui oui.
- Du tout du tout du tout.
- Ouais j'imagine oui. Vous n'avez pas été hospitalisé d'emblée d'accord oui et donc du coup vous avez eu une coronarographie.
- Non pas d'emblée non. Le lendemain quand même mais il a quand même fallu que je reparte du cabinet, que je rentre chez moi que euh, refaire les préparatifs pour repartir à la clinique le lendemain etc., et c'est très long, franchement une des nuits les plus longues de de ma vie quoi.
- Oui oui j'imagine oui.
- Parce que en plus on ne pense qu'à ça quoi c'est-à-dire que on est obnubilé parce qu'on le sent qu'on a eu quelque chose quoi.
- Et donc vous avez eu une coronarographie ?
- Oui.
- Ouais c'est ça oui.
- Euh enfin bon les termes techniques euh fin on m'a posé enfin on euh...
- Un stent.
- Voilà, c'est ça exactement.
- Et vous avez été hospitalisé longtemps du coup ?
- Non j'ai été hospitalisé 3 jours je crois.
- D'accord.
- Ouais j'ai du rentré le jeudi et le samedi, jeudi vendredi samedi allez 4 jours j'ai du sortir le lundi je crois.
- D'accord ok. D'accord d'accord. Comment était votre santé avant votre infarctus ? 3
- Euh j'ai pas, j'avais pas de problème particulier si ce n'est que je savais que j'étais euh hypertendu depuis des années des années que je, alors ce qui est terrible aussi c'est que 1 mois avant, j'avais décidé de prendre ça en charge et je commençais à être traité pour la tension. Bon bref no comment hein euh et puis bah voilà si je suis pas un gros sportif, j'étais un gros gros fumeur depuis des années des années des années euh bon là j'ai appris que j'avais du cholestérol pourtant je faisais pas de euh enfin voilà je faisais pas spécialement d'excès, j'avais pas un poids euh je ne me surveillais pas plus que ça quoi mais on fond ça allait je n'avais pas de problème particulier, à part un gros problème au poumon euh voilà que j'ai déjà évoqué il y a quelques années qui était lié au tabac.
- D'accord donc oui pas de souci particulier. Et votre, comment est votre santé depuis votre infarctus, du coup ? 4
- (rire) Euh bah ça va, ça va je ne fais pas attention à tout. Le le euh le truc c'est que, bon ça fait 8 ans, je sais pas si c'est intéressant celui-là mais bon.
- Ah bah si si allez y.
- Bref ça faisait 8 ans que j'étais en région parisienne, j'y suis pour euh pour euh donc pour ma profession, je viens d'avoir une mutation à Poitiers au mois de, le mois de mai qui a suivi, en même temps je passais un examen pour avoir une, une promotion pour passer cadre dans la fonction publique et en fait ça m'est arrivé l'infarctus entre les écrits et l'oral et ça m'a pas empêché en fait d'avoir l'oral mais du coup il a fallu que je déménage maintenant sur Nantes. Donc là je suis parti sur une autre formation qui est bah hyper stressante euh hyper stressante quoi pour moi, c'est-à-dire que bah voilà j'ai du boulot euh par-dessus la tête, je vais faire des stages dans des domaines et des lieux que je ne connais pas, il faut euh et puis euh...
- En fait vous faites des stages, en fait vous êtes, vous étiez conseiller aux prud'hommes c'est ça ?
- J'étais greffier au conseil de prud'homme. Là je, j'ai passé un concours pour être attaché, d'ailleurs là je suis en stage à l'ARS euh actuellement euh et puis euh bah voilà donc du coup les les tous premiers mois j'ai fait hyper attention, j'ai totalement arrêté de fumer, je suivais bien, je faisais bien, je marchais euh je faisais hyper gaffe à mon alimentation, je m'étais acheté un truc pour faire la cuisine vapeur etc., et puis là depuis que je suis arrivé à Nantes tout est parti à vau-l'eau quoi c'est-à-dire que je me retrouve dans une piaule où j'ai rien pour faire la cuisine donc je mange bah que des trucs euh je sais que c'est pas terrible, j'ai repris à fumer euh bon voilà donc c'est, ça va mais en même temps je sais que je fais pas, je sais que je joue avec le feu quoi.
- Hum hum d'accord oui d'accord. Ouais c'est euh c'est c'est mais au niveau de votre santé oui ça va ? Au niveau de la fatigue, au niveau euh...
- Non ça, je, alors je fais quand même attention c'est-à-dire que par contre je me couche plus tôt, je sors beaucoup moins qu'avant je me couche plus tôt le soir. Quand je fais une soirée je limite bon je, j'étais plutôt un bon vivant qui fumait, qui avait l'habitude de boire de l'alcool, alors l'alcool par contre je fais très attention et puis quand j'ai une soirée j'en fais pas deux à la suite quoi voilà je je vraiment les espaces euh...
- Vos loisirs ont changé depuis votre infarctus ?
- Euh... je faisais pas énormément de sport donc ça n'a pas tellement changé, j'en ai pas tellement en fait en ce moment des loisirs si ce n'est que j'ai supprimé la télé et ces trucs là voilà c'est tout, je lis plus que, je lis plus qu'auparavant euh c'est le gros changement notable c'est oui je euh la télé ne m'intéresse plus quoi je vois, je ne sais pas pourquoi si c'est lié m'enfin c'est depuis cette époque là euh...
- Ah oui oui d'accord. Votre sommeil a changé ou euh est ce que vous dormez différemment ?
- J'essaie de dormir plus et je dors moins bien, non je dors même plutôt moins bien c'est-à-dire que je me réveille la nuit euh je sais pas comment dire, c'est, c'est là sans être là quoi c'est-à-dire que euh la je vous dis que j'y pense enfin que voilà que je me mets un régime de vie qui met ça de côté en me disant je passe cette année là avec le stress et tout et j'attends l'année prochaine pour me poser, avoir un poste puis reprendre des bonnes habitudes et en même temps euh et en même temps j'y pense quand même, j'y pense la journée, j'y pense la nuit, j'y pense quand j'allume une cigarette, j'y pense euh j'y pense quand même souvent, j'y pense quand même souvent.
- Oui oui, oui est-ce que vous trouvez que vous êtes plus anxieux, enfin... ?
- Euh oui mais je sais pas si c'est lié au fait d'avoir eu l'infarctus ou si c'est lié au changement de vie.
- ... au changement de la vie professionnelle, oui. Et est ce que votre moral a changé ?
- Alors c'est c'est...
- L'humeur ?
- Je me suis un peu interrogé hein euh avant de venir et justement je me suis posé cette question là et ça a été difficile là le début mais c'est c'est pareil, j'ai du mal à faire la part des choses entre les deux mais bon mais bon ça l'a pas ça l'a pas amélioré ça c'est sûr, je suis pas, je me sens pas déprimé mais ça ne l'a pas amélioré, le fait que...
- (un portable vibre) excusez-moi.
- Non y'a pas de souci.
- Voilà c'est le fait que je dois me priver de certaines choses, que je euh bah que j'ai modifié un peu mon style de vie quoi qui euh moi qui me plaisait donc euh voilà, voilà.
- D'accord oui. Oui c'est pas c'est le moral est moins bien, enfin il est pas au plus bas mais c'est moins bien que enfin...

- C'est pas au plus bas mais c'est moins bien voilà oui, mais c'est aussi lié au fait que bah j'avais un travail que je maîtrisais avec des collègues que j'appréciais, je me levais le matin, j'étais content d'aller au travail, ce qui est un peu moins le cas euh actuellement donc est ce que c'est, tout tout ça. C'est un peu imbriqué c'est-à-dire que euh je suis content d'avoir eu cet examen je suis content de partir sur un nouveau truc et en même temps si je, enfin ça me comment dire, ça m'embête un peu parce que je peux plus faire attention comme je le voulais à ma santé euh, j'en veux à ma santé parce que je ne peux plus me permettre de faire les choses que je faisais auparavant.
- Oui de faire ce que vous voulez...
- ... Donc c'est relativement imbriqué quoi.
- Oui oui d'accord. Donc justement il y a une question, est ce que votre place dans votre milieu professionnel a changé depuis votre infarctus ? Bon indéniablement...
- Indéniablement oui.
- Oui.
- Mais ça m'empêche pas euh d'assumer pour l'instant.
- Ouais c'est ça, en fait votre infarctus n'a pas changé finalement la conduite...
- Ça a pas changé ma conduite à moi donc ça a pas changé mon degré d'implication, ma conscience professionnelle et puis non ça n'a pas changé par rapport à ça.
- Oui.
- C'est-à-dire que ça reste une priorité malgré tout.
- Oui oui. Vous n'avez pas modifié vos conditions de travail, d'accord. Pour vous qu'est ce que ça veut dire d'avoir un infarctus, enfin qu'est ce que c'est en fait ?
- Qu'est ce que ça veut dire euh ça veut dire ne pas avoir une vie spécialement saine auparavant, ça j'en avais conscience et puis ça veut dire que bah je sens que je vais disp', enfin déjà je me projetais pas de toute manière dans un, comment dire, je me voyais mal dépasser les allez on va dire une soixantaine d'année avec le rythme de vie que j'avais, avec le mode de vie que j'avais, je je sais voilà, spontanément j'ai envie de vous dire je sais que je ferais pas de vieux os quoi voilà c'est, c'est...
- Pour vous la la...
- Mon espérance de vie...
- ... Vous voyez la mort différemment ?
- Euh j'ai plus pensé au moment où je l'ai eu pourtant je croyais en avoir une trouille euh immense et euh je l'avais presque c'est-à-dire que au moment où on m'a dit que je l'avais fait justement la nuit dont je vous ai parlé euh bah finalement j'étais prêt, j'étais prêt, j'étais prêt à l'accepter quoi c'est, ça me terrorisait moins que ça finalement de me dire ça va peut être te tomber dessus euh te tomber dessus aujourd'hui. Je me suis simplement dit voilà est ce qu'il y a des gens qui euh t'en veulent énormément parce que, mais je pense pas et je me suis dit bon bah allez tu peux et puis bon c'est aussi le fait que moi je n'ai pas d'enfant, j'ai pas de, mes parents sont décédés, j'ai pas voilà j'ai une vie de famille qui est relativement très comment dire très réduite donc bon je sais que je ne laisserai pas énormément de gens derrière moi donc voilà.
- D'accord oui. Et maintenant alors là oui vous disiez...
- Mais j'ai pas envie de mourir hein euh (rires).
- Oui oui non bien sur...
- Faut qu'on soit bien clair aussi hein je veux dire...
- Oui oui mais disons et que enfin je veux dire donc là c'était pendant votre infarctus et maintenant est ce que la perception de la mort elle a changé pour vous par rapport à avant ou ... ?
- Je euh...
- C'est une grande question (rire).
- Non non mais j'en ai moins peur non non mais j'en ai enfin non mais j'en ai moins peur qu'avant, j'en ai moins peur qu'avant, j'y pense plus et j'en ai moins peur qu'avant.
- Le fait d'avoir été du coup confronté en fait à
- Et mais je j'ai quand même conscience là plus que bah voilà ça peut vraiment euh arriver alors que bon je suis pas tout jeune, j'ai 45 ans euh donc on commence, l'âge où on commence à y penser surtout qu'en plus avec mes parents etc. euh j'y pense plus, je la redoute moins.
- Oui d'accord ok. Euh donc oui par rapport oui qu'est ce que ça veut dire pour vous d'avoir un infarctus mais au niveau du cœur, qu'est ce que c'est pour vous un infarctus ?
- Euh alors j'ai pas saisi votre euh...
- Euh enfin je veux dire qu'est ce que euh qu'est ce que c'est en fait au niveau médical ?
- Ah au niveau médical.
- Oui au niveau médical ouais voilà.
- Bah mon infarctus je sais qu'il est lié au fait qu'il y a une euh une artère qui non c'est pas une artère c'est une veine, une artère...
- Si si.
- Une artère qui s'est bouchée par euh bah par les excès le cholestérol, le tabac et puis qu'on a débouché. Je sais qu'on a mis voilà un stent, un ressort pour qu'elle se maintienne mais je sais aussi que voilà je vois que j'ai des excès, les cigarettes que je fume.
- Les causes pour vous c'est...
- Que ça contribue à la boucher, à la reboucher et je sais que c'est pas dès que ça se débouche pas quoi que y'a rien, qu'on peut rien faire pour, on peut essayer de sauvegarder le euh, l'état ou ça où c'est mais il n'y a pas de produits miracles qui font que ça va déboucher les...
- Et pour vous les causes ?
- Donc je sais qu'à chaque fois que je fume une cigarette je je j'ai une image, j'ai l'image de d'une couche supplémentaire qui se met qui se met qui se met et je sais que jusqu'au jour où ça ne passera plus quoi.
- Donc oui pour vous les causes c'est donc la cigarette euh ?
- Vraiment c'est ce, le seul truc sur lequel j'ai pas malheureusement j'ai pas renoncé c'est ouais enfin j'ai pas renoncé je suis accro quoi, c'est euh ouais c'est le tabac mais je pense oui je mets ça vraiment sur ce facteur là oui.
- Oui la tabac bah oui oui hum. Et les conséquences du coup sur votre organisme ? Enfin les conséquences de cet infarctus ?
- Et bah c'est que je prends euh 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 médicaments par jour voilà. Ce qui ne m'enchant pas euh...
- Oui pour vous c'est une contrainte oui le traitement ?
- Non, non par contre non je le vis pas comme ça je veux dire c'est c'est je j'aime pas ça les médicaments, je n'en prends pas euh mais par contre je le suis scrupuleusement parce que faut y penser mais c'est pas si con mais c'est pas non plus si contraignant que ça je veux dire voilà, il faut y penser les prendre le matin, il y en a à prendre le midi, 3 à prendre le soir, c'est pas non plus euh la mer à boire mais euh...
- Euh est ce que vous avez des effets secondaires du traitement ?

- Euh j'ai pas le, j'ai pas l'impression que non, je ressens pas, je ressens pas. Je ressens plutôt les bénéfices.
- D'accord. Donc vous vous êtes seul hein, vous êtes célibataire ?
- Ouais tout à fait.
- Pour vous à quoi servent ces médicaments ?
- Et bah ils servent principalement à diminuer ma tension artérielle, à faire baisser mon cholestérol et puis euh à atténuer le, mon rythme cardiaque.
- Et euh donc oui quand vous prenez votre traitement, comment ça se passe enfin je veux dire par rapport à, est ce qu'il y a des oublis est ce que... ?
- Alors non non je non non depuis le mois de novembre j'ai jamais je je non non je, il y a eu des décalages d'heures parfois mais simplement c'est simplement ça il n'y a pas de journées où j'oublie de prendre le médicament je n'essaye pas de faire de rattrapage ou de chose comme ça, non je le suis scrupuleusement par rapport à ça.
- D'accord. Est-ce que pour vous le suivi est une est une contrainte ? C'est-à-dire les consultations, est ce que par exemple une épreuve d'efforts peut être que vous avez eu ?
- Ouais c'est une contrainte ouais oui biensûr, oui.
- Les prises de sang enfin...
- Oui biensûr oui c'est une contrainte et puis d'autant plus ça que bah j'aurais aimé conserver à la limite le cardiologue qui m'a opéré que, ensuite je suis allé à Poitiers j'ai commencé à reprendre contact avec un cardiologue avant d'apprendre que j'allais repartir sur Nantes, reprendre contact avec le Dr Watteau donc je suis très content mais c'est vrai que c'est...
- Ça fait beaucoup de changement quoi.
- Oui, et puis oui oui une épreuve d'effort c'est pas agréable. Encore je sais qu'il y a d'autres examens qui sont plus agréables que ça pour l'instant c'est tout ce que j'ai eu donc après maintenant ça s'espace les visites c'est plus que trois mois et puis je pense, on croise les doigts quoi voilà que ce sera, que le rythme va pas forcément augmenter.
- Normalement oui ça ce...oui d'accord, d'accord d'accord. Globalement qu'est ce que l'infarctus a changé dans votre vie ?
- Euh...globalement qu'est ce que euh je suis quand même plus fatigué qu'avant, je peux quand même moins faire d'efforts qu'auparavant euh je peux moins avoir un rythme de vie euh le rythme de vie que j'avais auparavant et puis euh bah je, ça va vis-à-vis de mes amis j'ai changé voilà je ne bois plus que du vin, peu mais ça ne m'empêche pas de euh d'arriver à les voir régulièrement, voilà, je fais plus attention quand je vais au restaurant avec eux, finalement euh d'être revenu à Nantes, Nantes c'était ma ville d'origine donc j'ai retrouvé les amis que j'avais perdu depuis 10 ans euh voilà je les revois comme avant, je veux dire ça ne m'empêche pas de faire des soirées tard de temps en temps, ça ne m'empêche pas de, j'essaye de faire que ça ne modifie pas tant que ça euh...
- Votre vie d'avant.
- Oui j'essaye et puis j'ai besoin de ça, de toute façon je ne peux pas euh je peux pas tout modifier, enfin je peux pas, je vais pas rester chez moi et puis euh je peux changer totalement de mode de vie même si peut être qu'il faudrait mais...
- D'accord d'accord. Est-ce que votre alimentation à changé ?
- Elle avait changé ouais bon bah elle avait radicalement changé, elle avait vraiment beaucoup changé et puis bah voilà, cette année là...
- Après après l'infarct'.
- Voilà cette année là malheureusement je la mets un peu entre parenthèse parce que là je peux pas, j'ai pas de euh j'ai une plaque comme je vous dis une plaque un micro-onde je peux rien faire de mais oui auparavant, immédiatement après, pendant des mois, les quelques mois qui ont suivi, elle avait radicalement changé.
- D'accord.
- En gros c'était plus que des trucs vapeurs, je faisais euh voilà plus de gâteau, je sais pas, plus de soda, plus de trucs comme ça et là, là y'a du laisser aller.
- Ouais d'accord, d'accord.
- Au restaurant, je prenais des salades. Maintenant, je prends un plat comme les autres je ne fais plus...
- Ouais d'accord, d'accord. Votre vie sexuelle a changé ?
- Euh je venais de me séparer avant de d'avoir l'infarctus et honnêtement depuis l'infarctus euh c'est calme plat et la seule chose que je peux vous dire c'est que je sens bien que les médicaments n'ont pas favorisé spécialement ma libido.
- D'accord, d'accord. Est-ce que vos projets en général ont changé ou pas ? Alors, c'est toujours pareil on arrive dans un virage dans votre vie aussi donc euh...
- Pff est ce que je peux dire si mes projets ont changé, qu'est ce que j'avais parallèlement comme projet ? Non la réponse la plus honnête c'est euh non, non.
- D'accord, d'accord. Est-ce que votre place dans la société a changé ?
- Du fait de l'infarctus ?
- Hum.
- Non, non j'en ai pas l'impression, je le dis pas de toute façon je le dis pas hein. C'est pas une chose que je que je clame mais euh voilà mais je le dis à personne en fait, il y a simplement ma famille et mes amis proches qui sont au courant sinon euh non j'ai pas envie de dire que j'ai fait un infarctus quoi euh, j'ai pas envie que les gens me regardent en me disant : « Oh bah pov' vieux faut faire attention, faut le ménager, faut ». Je veux pas, peut être que si un jour vraiment je vois que je le sens pas je je serais peut être amené à le dire mais là j'ai pas du tout envie de ce regard là des gens sur moi.
- Mais euh donc cet évènement est parlé dans votre famille et dans votre entourage proche ? Vous arrivez à bien en discuter... ?
- Bah on en a beaucoup parlé au moment où c'est arrivé oui maintenant euh voilà quoi, les gens voient bien que j'ai euh, de temps en temps j'ai le droit un petit peu de moral quoi de la part de mes amis de la part de ma famille mais ça reste ça en reste là on en parle pas non plus pendant 10 heures. C'est pas un sujet que j'ai non plus c'est vrai envie d'aborder pendant...
- Oui et le regard d'autrui et le regard des autres a changé depuis que vous avez eu votre infarctus enfin ?
- Il avait changé au début, non c'est c'est la même chose il avait changé oui au moment où j'ai...
- Au départ.
- ...Oui voilà, les quelques mois après. Maintenant ils savent que j'en ai fait un euh non vis-à-vis de mes amis, vis-à-vis de la famille non je sens, je ne sens pas que le regard a changé par rapport à ça.
- Il avait changé c'est-à-dire, il euh... ?
- Bah on faisait plus attention à moi, c'est vrai qu'on évitait de fumer devant moi des euh c'est vrai que les gens faisaient des efforts euh par rapport à moi.
- D'accord. Et votre place dans votre famille a changé ?
- Bah comme je vous l'ai dit, j'ai une vie de famille qui est euh j'ai des frères, j'ai des sœurs mais on ne se voit pas, on se voit pas régulièrement, on se voit relativement peu donc non ça n'a pas changé par rapport au, non non.
- D'accord. Et vos relations avec vos amis ont changé ou... ?
- Non.
- Non.

- Non.
- Et les connaissances en général, c'est-à-dire les gens enfin que vous ne connaissez pas trop ?
- Je suis peut être moins niant ??, je suis peut être moins niant ??, j'ai peut être moins envie de, je préfère être dans un milieu que je connais, que je connais déjà plutôt...
- La famille...
- Bah famille ou amis que je connais depuis très longtemps quoi c'est vrai que j'ai moins, j'ai peut être moins envie d'aller vers les ouais euh peut être moins envie d'aller vers les autres quoi et je sais, je pense que c'est lié aussi un peu par rapport à ça, je pense que c'est lié un peu par rapport à ça, des trucs tout tout bête mais voilà, je suis en formation là avec, je suis à la fois avec des internes et des externes c'est-à-dire des gens qui ont mon âge et puis des gens qui ont 25-30 ans, qui m'ont déjà invité à des soirées, des choses comme ça, où j'avoue auparavant il y a 1 an, je j'y serais volontiers allé, c'est vrai que maintenant des choses comme ça, je fais plus parce que, parce que je me dis euh voilà j'ai plus la santé pour euh pour suivre, j'ai plus et puis j'ai plus envie de trainer à des heures pas possible, je fais quand même, malgré tout je fais quand même minimum gaffe quoi.
- Hum hum d'accord ouais, plus dans les soirées.
- Dans ce sens là ça a changé un peu mais sinon. Ouais peut être un peu moins ??? je sais pas. Peut être un petit peu plus renfermé sur moi que que je ne l'étais.
- D'accord. Euh dans le milieu médical, paramédical, avec qui vous préférez parler de votre maladie ? Donc là je parle par exemple les infirmières que vous avez vu pendant votre infarctus ou votre cardiologue donc bon du coup un de vos cardiologues ou le médecin généraliste ou... enfin vraiment tout le monde, la laborantine euh enfin ...??
- L'infirmière peut être.
- L'infirmière ?
- Ouais.
- Quand vous avez été hospitalisé lors de votre infarctus ?
- Oui.
- Comment on vous a parlé de votre maladie ? Enfin comment...
- Euh plutôt plutôt en me rassurant, plutôt en me mettant en face de mes responsabilités c'est-à-dire euh le le premier que j'ai vu enfin euh non on va dire en gros : « Bah si vous continuez à fumer bah voilà, vous vous jouez votre peau quoi euh et par contre si jamais vous acceptez de changer votre mode de vie et puis, bah vous aurez l'espérance de vie qui ne sera pas forcément affectée par la maladie ». Donc euh non c'est le discours euh un discours que j'ai apprécié en fait, on m'a mis en face de mes responsabilités et on m'a pas, ouais je pense qu'on a voulu me rassurer un peu en parlant de l'espérance de vie parce que je suis pas sûr qu'il soit réellement, qu'il soit réellement, qu'il y ai réellement une certitude en la matière mais euh voilà, en gros la teneur du discours qu'on m'a tenu.
- On vous l'a bien expliqué votre maladie ?
- Ouais si j'ai le sentiment que oui, j'ai le sentiment qu'on me l'a assez bien oui qu'on me l'a bien expliquée oui.
- Et est ce que vous vous sentez compris quand euh, parce que... ?
- Ah oui c'est plutôt moi qui culpabilise à les voir maintenant, c'est-à-dire que je culpabilise du fait de fumer, je culpabilise du fait de me faire soigner par des gens qui font leur possible, qui m'ont mis en face justement de mes responsabilités et de pas, de pas être capable de suivre euh leur pas, leur prescription mais leur vous voyez ce que je veux dire leurs recommandations, c'est plutôt moi qui me sens euh mal à l'aise par rapport à ça quoi. De me dire voilà c'est euh faut pas, ça empêche de dormir faut pas, mais faut dire que c'est vrai je me rends compte que bah je coûte cher à la Sécu, je prends des médicaments, il faut que je consulte des spécialistes euh il faut que je fasse des tests et tout et en même temps je fais tout pour moi, pour essayer pour préserver ma santé quoi donc voilà.
- Mais et ça cette culpabilité c'est pas un frein au fait d'aller consulter ? Est-ce que c'est un frein par exemple vous... ?
- Non. C'est pas non plus un frein parce que de toute façon on vous fait des ordonnances avec des médicaments pour 2 ou 3 mois donc c'est aussi...
- Oui en même temps...
- Moi j'ai aucune euh mon père était dentiste donc moi le milieu médical j'ai aucune appréhension à l'encontre, je fais plutôt confiance au milieu médical, on me dit de prendre mes médicaments je suis bête et discipliné je prends mes médicaments et comment dire, je serais terrorisé si j'arrivais au moment un jour à me dire oui non non donc oui non c'est pas un frein, c'est pas un frein.
- D'accord d'accord. Et est ce que vous vous sentez écouté par l'équipe médicale enfin en général et paramédicale ?
- Alors euh franchement c'est pas pour faire de la ??? plus par le Dr Watteau que par la personne, que par le cardiologue que j'avais, que j'avais en région parisienne, qui c'était assez speed quoi, surtout le mec il avait pas euh trois quart d'heures à passer.
- Donc le cardiologue en consultation que vous, oui...
- Oui.
- Pas à l'hôpital.
- Après il y a un autre truc c'est euh vraiment qu'on les intéresse moins quand on dit qu'on est pas là forcément pour une durée de temps voilà voilà.
- Oui d'accord. Est-ce que vous avez eu recours à une association ?
- Non.
- Non d'accord.
- Du tout et je ne m'en cache pas.
- D'accord. Bon bah ça y'est c'est terminé.

Patient P6 DN: 19/03/44, Date IDM: 18/03/11, Date entretien : 13/12/11, marié, retraité.

- Est-ce que vous pouvez me raconter un petit peu ce qu'il s'est passé ?
- Peu de choses si ce n'est que pendant presque deux jours, je ne pouvais pas dormir parce que j'avais un caillou dans le dos, c'est-à-dire que dès que je me mettais au lit, je m'endormais trente secondes mais j'étais réveillé par...comme si vous savez, à la plage sous la serviette si vous oubliez un galet, bah c'était exactement ça.
- D'accord.
- Donc fallait se relever, fallait se relever, fallait se relever donc une nuit blanche, la deuxième nuit blanche, j'appelle le 15...
- Et dans le dos, c'était où ? C'était en haut ?
- Au milieu, sensiblement au milieu, enfin oui, un peu décalé vis-à-vis de l'axe central mais si vous voulez au point de vue moteur dans le milieu, bon. Donc le médecin du 15, qui vient, un petit coup de soufflette à la menthe sous la langue là, j'ai pas compris pourquoi m'enfin peu importe, et puis je trouve trop rien, et puis il me fait un électrocardiogramme « Je trouve trop rien mais puisque vous avez quand même mal je vous envoie donc au CHU centre ville ». Deux heures d'attente sur la civière, dont une heure et demie que je passe debout parce que je peux pas rester couché sur la civière, toujours à cause de mon histoire de caillou dans le dos, donc je suis resté

- debout à côté de la civière...D'accord ? Bon ! Finalement, donc on s'occupe de moi, et on refait une radio qui est envoyé par fax au spécialiste, enfin au cardiologue, euh...pas le cardiologue, enfin si le cardiologue, enfin le radiologue plutôt, enfin bref, qui déchiffre ça, et donc partant de là, qui annonce que et partant de là ça va très vite, etc., etc., pour se retrouver ici, pour me retrouver donc de nouveau allongé, je peux toujours pas rester immobile, pendant une heure je me fais rappeler à l'ordre parce que donc pendant qu'il est train d'enfiler le stent, moi je peux pas rester...bon hein, donc, il me disait « Arrêtez de bouger, vous me, vous m'empêchez d'avancer, etc., etc. ». Bon et puis, mais si vous voulez c'est pas, mis à part de se faire engueuler mais autrement ça, c'est pas désagréable, enfin c'est pas désagréable, et puis après ça, huit jours de soins intensifs, et retour à la maison pour, et là le plus désagréable de l'histoire c'est que j'étais resté un patient bien sage pendant huit jours parce que j'avais qu'une idée c'était de repartir à la maison, avec une, et j'avais demandé au docteur « Est ce que je peux faire du camping car ? » « Pas de problèmes » donc j'avais envisagé une tournée de camping car pour me changer les idées et ma femme qui a décidé que son malade devait rester alité, et ça, ça m'a contrarié ! Le fait qu'elle bloque. Enfin, c'est pas, enfin si vous voulez, tout ça pour dire que d'après ce que j'ai compris après dans les séances de débriefing, ça a pas été douloureux comme certains qui s'écroulent avec le thorax coincé, enfin je sais pas quoi, peu importe, enfin si vous voulez, même pendant les quarante huit heures, je pensais que c'était un...donc il y a avait le caillou dans le dos, ça c'était la nuit, mais la journée j'avais un rot qui me gênait, donc je me suis soigné au coca cola pendant quarante huit heures, ce qui n'a rien fait forcément.
- Et comment vous l'avez vécu, du coup ?
 - Ah bah rien parce que toute façon, on va pas se...si vous voulez ma profession c'est le bâtiment, homme de chantier, donc on va pas s'arrêter pour un petit rot, même pour un caillou sous la serviette on va pas se...
 - Mais je veux dire, toute l'histoire, c'est-à-dire la coronarographie en urgence, l'hospitalisation...
 - Non, parce que si vous voulez, il y a ce que je connais et il y a ce que je connais pas donc dans la mesure où je connais pas, bah d'abord on monte dans l'ambulance et puis on t'amène ici, bah y a pas à discuter, y a pas de machin, après « Couchez vous là, restez immobile », bah y a pas non plus à discuter. Il n'y a pas de...je fais confiance aux experts, donc quand je ne sais pas, je me tais. Donc j'ai pas de... comment on appelle ça, de critiques particulières à faire, c'est pas, je ne sais pas.
 - D'accord, comment était votre santé avant votre infarctus ?
 - Excellente.
 - Excellente, dans la mesure où, alors j'ai donc été à mon compte pendant trente, trente cinq ans. J'ai toujours été dans le bâtiment. Je ne dois pas avoir aucun un jour d'arrêt à la sécu. Euh, le seul, la seule chose c'est que j'ai fait deux dépressions, là, c'est la troisième qui est en cours...
 - D'accord.
 - Une dépression tous les quinze ans, la première donc en quatre vingt, c'est ce que je me rappelais, donc mille neuf cent quatre vingt à peu près, c'était donc ma fille qui divorce et je me fais des cheveux blancs pour les petits enfants. Moi je me fais des cheveux blancs, pas eux, mais ça, c'est un autre problème. Et puis la deuxième...non, ça, c'est la deuxième ! La première, c'était parce que, en plus, après le travail, le soir, j'arrangeais donc une boutique, « à la motte ancienne », enfin etc., qui après a été classée dans les monuments historiques, et donc, pendant deux ans, j'ai fait double travail, donc finalement ça a abouti à une dépression de fatigue quoi.
 - D'accord.
 - Donc mis à part cette belle dépression mais c'est pas pour ça que je m'arrête, c'est pas pour ça que, hein...autrement que ça j'ai pas de...non...j'ai jamais été malade et de toute façon, je n'ai jamais pris aucun médicament même si j'étais sensible de la sinusite, j'ai jamais pris de médicament, parce donc un pull marin et un bonnet marin, ça soigne tout ! Avec en prime un bon grog !
 - Et comment est votre santé depuis votre infarctus ?
 - Bonne, bonne, j'ai pas de, non, non j'ai rien de spécifique mis à part mon manque de nicotine puisque...
 - Vous avez arrêté de fumer depuis ?
 - Oui, c'est ça, oui. Et puis, non, rien de...Depuis un mois, depuis un mois, je me laisse vivre, et donc j'employais l'expression : une serpillère dans son fauteuil parce que je ne fais plus rien et que ce n'est pas du tout dans mon habitude quoi. Parce qu'en tant qu'artisan, autant vous dire qu'il faut pas rester les deux pieds dans le même sabot, alors qu'aujourd'hui, je suis rappelé à l'ordre par les impôts, dix pourcents parce que je paye avec vingt quatre heures de retard, enfin etc., de toute façon, ça me...rien ne me touche quoi, c'est dans ce sens là, où je me dis que ça peut s'appeler dépression.
 - D'accord, et ça, ce sentiment là, c'est depuis un mois c'est ça ?
 - Oui c'est ça à peu près parce qu'entre temps, parce que si vous voulez entre temps, fin mars c'était donc l'opération, premier avril...avril mai donc repos obligatoire par ma femme, et puis donc juin juillet août on s'est bien amusé entre le camping car et le bateau. Et puis, et puis, c'est que depuis un mois, où non, ça me dit plus trop rien de sortir, ça me dit plus trop rien de me déplacer. Mais sans ça, l'été a été euphorique, non pas grisant dans le sens où, m'enfin j'ai été, j'ai même pas profiter d'une manière revancharde vis-à-vis de l'état de santé mais donc j'ai bien profité de l'été, c'est tout mais sans arrière pensée de revanche sur la maladie. Si vous voulez, c'est pas ça, l'occasion s'est présentée, j'en ai profité point. Nous en avons profité avec ma femme.
 - D'accord, donc votre moral a changé ?
 - Oui, c'est ça.
 - Avant votre moral était bon.
 - Était bon, était bon.
 - Et est ce que vous êtes plus anxieux ? ou moins anxieux ?
 - Oui, oui, plus anxieux et donc là j'essaie de me remettre, de me reprendre en main par, en faisant donc un plan financier, en faisant, donc comme j'expliquais que depuis que je suis en retraite, je me suis mis dans la tête d'offrir un studio à chacun de mes petits enfants, ce qui fait ça m'a créé des, j'ai pris des emprunts, chose que j'avais jamais faite en activité. Et donc j'ai pas le droit de...les emprunts sont payés par les loyers à condition que ça se déroule...hein, faut faire très attention qu'il n'y ai pas de perdu surtout entre deux...
 - Deux changements oui...
 - C'est ça. Que chaque locataire paye bien et que entre temps je... et donc si vous voulez pour éviter d'être pessimiste je refais mes calculs et ça me ramène au fait que, à m'amener à penser que mes premiers calculs étaient bons et que ça me conforte, reconforte dans mes...
 - Oui c'est une source de stress du coup...
 - Ça, c'est une source de stress, la partie financière, bien que si vous voulez, le remède serait facile, il suffit de tout vendre et comme ça, il n'y a plus de problèmes. Enfin, c'est pas, enfin c'est mon regard sur mon manque d'activités aujourd'hui, qui me fait mal parce que d'un côté je me traite de fainéant, d'un autre côté demain le soleil se lèvera et quoi que tu fasses, tu y vas, et puis d'un autre côté aussi je me compare avec ce que je pouvais être et ce que je pouvais faire précédemment et je ne me reconnais pas quoi.
 - D'accord.
 - C'est pas tirer au flanc comme je fais actuellement. C'est pas mon habitude quoi.
 - Et donc avant votre infarctus, vous travaillez et donc vous êtes en retraite depuis votre infarctus ?
 - Ah non, non, non, je suis en retraite, la retraite c'était à soixante ans quoi...
 - Est-ce que vos loisirs ont changé depuis votre infarctus ?
 - Non, non.

- Qu'est ce que vous avez comme loisirs ?
- Non, c'est-à-dire que mon loisir principal c'est la télévision, le camping car, la pénichette enfin le bateau, donc non ça n'a rien changé puisque de toute façon, j'étais pas...ce qui aurait pu changer, c'est le fait d'être sportif ce qui n'est pas mon cas...euh, j'aime les échecs, mais donc ça n'a rien changé, non il n'y a pas eu de...non, par contre ralentissement.
- Ralentissement au niveau des activités ?
- C'est ça et puis, ne pas, plutôt laisser venir que créer.
- Qu'entreprendre.
- Oui c'est ça.
- Donc, ralentissement, le type d'activité n'a pas changé mais peut être qu'il y a moins d'activités qu'avant ? ou non c'est pareil ?
- Oui, oui, moins d'activités car quand on entreprend rien, si on laisse venir, ça vient moins.
- Qu'est ce que ça veut dire pour vous d'avoir un infarctus ? Qu'est ce que c'est en fait ? Qu'est ce que se passe quand on a un infarctus dans le corps ?
- De manière générale, pour moi, c'est donc un incident, enfin tel que ça s'est présenté, je ne l'ai pas pris comme un accident, plutôt comme un incident de parcours qui...avec...j'ai relativé d'une manière, compte tenu de mon âge et de mon activité précédente c'est normal, et oui, c'est normal parce que, puisque j'étais en bonne santé, je n'ai jamais fait attention à mon corps, je n'ai jamais fait attention à ce que je mangeais, comment, comment... si dormir, comme je suis un gros dormeur, je faisais attention quand même à respecter mon temps de sommeil. Mais sans ça, manger à n'importe quelle heure, trop vite, boire non j'ai jamais bu, mais fumer, oui, un paquet par jour...
- Donc les causes pour vous de l'infarctus ?
- J'ai quand même trop tiré sur la machine.
- Donc pour vous les causes de l'infarctus ?
- Et bien, d'une manière standard, il fallait, ayant trop tiré sur la machine, il fallait qu'elle se casse un jour, et d'une manière précise, euh, ma femme a décidé que nous habitons dans une maison avec un escalier, que comme elle a quatre ans de plus que moi, elle n'était plus d'âge à monter les escaliers et qu'elle voulait une maison de plain pied. Et donc, nous nous sommes engagés sur des emprunts supplémentaires pour avoir une maison de plain pied, ce en quoi je ne regrette pas et elle a pas tout à fait tord. Bien que pour l'instant, on avait pas de problème de, comment on appelle ça, de, d'escalier, mais ça a emmené d'autres problèmes sur le plan financier et je considérais que l'urgence était plus au camping car et au bateau que dans la maison, mais bon. Dans un couple faut être deux, enfin bon, moyennant quoi, ça, ça m'a contrarié et ça peut se faire que c'était la goutte d'eau qui...parce qu'on a emménagé à peu près il y a un an, c'est-à-dire à peu près à Noël deux mille dix.
- Dans votre maison ?
- Dans la nouvelle maison sans escalier, et donc l'infarctus se passant mi mars deux mille onze. Donc si vous voulez je peux me l'expliquer comme ça.
- D'accord, plus de stress ?
- Oui, plus de stress, de contrariétés quoi.
- Et pour vous les causes d'infarctus c'est ce que vous venez de dire et... ?
- C'est ça. Donc à long terme, parce que la machine, j'ai plus usé la machine que quelqu'un qui serait resté tranquillement derrière son bureau, hein parce que sur les chantiers de bâtiment faut, en tant qu'artisan d'autant plus, faut pas rester les deux pieds, enfin... avec des horaires, des horaires, n'importe quoi...et dans les vingt dernières années, j'étais donc artisan piscinier, ce qui fait que tous les étés, toutes les périodes, oui d'été, en gros du premier mai au premier novembre, je perdais à peu près six-sept-huit kilos tous les ans, hein que je reprenais vite fait parce que j'ai une morphologie plutôt grasse, mais il n'empêche que si vous voulez dès qu'il fait beau, il y avait des appels téléphoniques. Fallait que je sois sur la branche, sur la brèche à l'instant où il faisait jour, et je peux vous dire que au mois de juin, les jours sont longs.
- Et donc pour vous, ces conditions de travail, source d'angoisse, enfin de stress peuvent être à l'origine de...
- Oui enfin le stress, et puis sur le plan physique enfin tout simplement mécanique quoi, je pense que des journées de six heures à vingt trois heures, ça se, enfin, maintenant je dis ça, se paiera un jour. A l'époque je m'en rendais pas compte, si vous voulez, ça marchait comme ça. J'étais fatigué mais il suffisait que je m'arrête pendant un quart d'heure, ça reprenait, je récupérais très vite mais de toute façon je me rends bien compte que...
- Et donc pour vous, à part le stress, est ce qu'il y a d'autres causes de votre infarctus ?
- Bah, donc, je vous ai dit donc la partie physique.
- Et la partie physique oui.
- La partie physique, le nerveux, le mental, je ne vois pas ce qu'il pourrait être d'autre puisque de toute façon, par ailleurs je me suis jamais drogué, je me suis jamais saoulé, je me suis... un peu de tabac, au point de vue drogue, un peu de tabac, un paquet par jour mais non, j'ai jamais...
- D'accord. Pour vous, au niveau du cœur, au niveau organique enfin je veux dire qu'est ce que c'est qu'un infarctus ? Les mécanismes ?
- Alors je me suis jamais penché sur la médecine. Je veux dire, je n'ai aucun mérite parce que comme j'ai jamais été malade etc., etc., et non le, qu'est ce que c'est qu'un infarctus ? J'en sais rien, et encore aujourd'hui si vous voulez, dès qu'il y a du sang ça me passionne pas de trop. Et encore que, pour quelqu'un je ferais quelque chose plus que pour moi. Ça (il me montre une cicatrice sur son bras), ça correspond à un coup de tronçonneuse jusqu'à l'os, et bien, un mouchoir et puis je finis le chantier quand même et je peux vous dire que ça coulait pas mal. Un peu de partout...ce n'est pas pour ça que, les coups de marteaux...Tout ça, c'est des coups de marteau sur les doigts et donc le, l'infarctus aussi c'est un coup de marteau.
- Et donc les conséquences sur votre corps, du coup, de l'infarctus? Qu'est ce que pour vous ça entraîne dans votre corps ? Le fait d'avoir eu un infarctus ?
- Euh, si vous voulez, dans la position serpillère sur fauteuil, j'ai le temps de constater que j'ai quelques picotements dans le thorax et picotements qui se situeraient dans le secteur deux heures, enfin...d'accord ? Alors est ce que le cœur est bien placé parce que, auquel cas, les deux heures, vous voyez ce que je veux dire bon, j'en sais fichtre rien. Est-ce que c'est, est ce que c'est psychologique ? C'est-à-dire, que je me souviens que j'ai eu un infarctus, je me souviens que j'ai eu un problème de cœur donc c'est normal d'avoir quelque chose qui me craque dans la poitrine, alors est ce que c'est vrai ? Est ce que c'est pas vrai ? J'en sais rien mais de toute façon, par contre quand je, quand je suis occupé, quand je suis en discussion, je, c'est quelque chose que je ne ressens pas ou tout au moins que j'oublie vite quoi. Non pas que je ressente pas, ça fait comme si le stent était un peu, un peu urticaire, ça me démange un peu, m'enfin c'est pas, c'est tout à fait supportable, il n'y a rien de... c'est un détail quoi.
- Donc au niveau des conséquences, c'est donc ces petites gênes, à type de picotements etc. dans le thorax et la baisse de moral ?
- Quand je suis, non, non, parce que je suis immobilisé et parce que je prends le temps de faire mon inventaire.
- De tenir compte de ce qu'il se passe.
- Voilà, c'est ça.
- Quand vous prenez votre traitement, comment ça se passe ?
- Mon traitement ?

- Oui.
- Alors, donc tous les jours je râle après ma demi douzaine de pilule parce que de ma vie, j'ai jamais, j'ai dû prendre deux cachets d'aspirine en soixante ans, ce qui fait que ça me change un tout petit peu... Et, alors à noter d'ailleurs que, précédemment je ne prenais qu'un demi cachet d'aspirine parce que le moindre, la moindre chose me fait un effet du feu de Dieu. Je vous ai parlé de dépression, il y a eu une dépression que le toubib a voulu soigner avec des pilules, alors une première fois : accélérateur et auquel cas, je me levais le matin et j'arrivais pas à m'asseoir avant de tomber dans le lit jusqu'au soir quoi. Là je pouvais pas m'arrêter, donc alors on va changer, on va mettre le frein à main et auquel cas, bah le frein à main, je pouvais plus me lever de la chaise, et tout ça en prenant la moitié du traitement de ce qu'il avait indiqué quoi, si vous voulez je suis très sensible aux pilules. Donc là, je l'ai indiqué à qui de droit et puis, bon, bah donc je m'imagine qu'il a dû faire le traitement en conséquence et je le suis parfaitement quoi.
- D'accord, il n'y a pas d'oubli ?
- Alors, attends, dix à vingt pour cents du temps pour les médicaments du soir.
- D'accord, et quelle est l'implication de votre épouse dans votre traitement ?
- Ah, elle, elle est très impliquée dans la mesure où : « Rappelle toi, souviens toi, n'oublies pas... ». Oui, si, si elle est très impliquée.
- Pour vous à quoi servent ces médicaments ?
- Je n'en sais rien.
- Est-ce que c'est une contrainte pour vous de prendre ces médicaments ?
- Oui, oui, encore que si vous voulez, l'âge, heureusement que je suis en retraite, mais je serais dans les séances de débriefing, j'ai rencontré des gens qui n'étaient pas en retraite et là, je les plains beaucoup parce que je vois comment j'aurais pu, et ralentir la cadence et ne pas oublier les médicaments...
- Vous avez des effets secondaires ?
- Non.
- D'accord.
- Enfin, excusez moi, les effets secondaires c'est donc les saignements, choses qui sont surprenants et désagréables parce que, bah parce que, même ça, je peux vous dire que, avec un bon mouchoir dessus, ça s'arrêterait, fallait que ça s'arrête. Alors que je me suis coupé un tout petit peu en me rasant, trois jours plus tard, ça continuait à couler, je sais pas, enfin si vous voulez, ça c'est pas, c'est un effet mécanique normal on va dire.
- D'accord, est ce que le suivi est une contrainte pour vous ? Donc c'est-à-dire les consultations, les prises de sang, épreuve d'effort etc... ?
- Non, alors d'autant moins non que j'ai pris conscience de l'importance de, enfin de mon incident, lors des séances de débriefing, enfin ce que j'appelle débriefing c'est...
- Le réseau Respecti cœur.
- Voilà, c'est ça.
- D'accord.
- A entendre les uns et les autres, donc ce que je disais, mon histoire de gêne gastrique avec un caillou dans le dos, bah c'était de la rigolade vis-à-vis de ce qu'ils avaient... Bon, mais je me suis rendu compte donc au moment de ces débriefings que ça aurait pu très bien être, j'aurais très bien pu être à leur place, et donc c'est...
- Mais est ce que le suivi, enfin vous savez, le renouvellement d'ordonnance, les prises de sang enfin en dehors du réseau en fait ?
- Ah oui, d'accord, en dehors du réseau. Non, si vous voulez, je fais facilement la balance entre combien ça me coûte et combien ça rapporte. Et si vous voulez, ça me coûte, ça me coûte un peu de temps, ça me coûte un peu de gêne mais bon je me rends bien compte que ça peut me rapporter quand même, le fait que le cœur continue de, grâce à ça, le cœur continue à fonctionner quoi.
- Grâce à ce suivi.
- Grâce à ce suivi, donc non.
- Non ? D'accord. Qu'est ce que l'infarctus a changé dans votre vie ? Au sens vraiment large du terme...
- Jusqu'à il y a un mois, je vous aurais dit rien. Donc, depuis un mois, depuis que... alors selon mon diagnostic, depuis mon début de dépression, euh, et bah faut, donc cette histoire de dépression quoi, maintenant si il n'y avait pas eu l'infarctus... comme je suis, j'allais dire, sujet à dépression, parce que ça va faire la troisième. Si il n'y avait pas eu l'infarctus, est ce que c'est pas autre chose qui aurait pu être susceptible de déclencher, enfin je sais pas.
- D'accord, est ce que votre sommeil a changé depuis votre infarctus ?
- Alors, oui dans la mesure où je suis sous respiration compresseur là ?
- Cpap ?
- Air comprimé, là vous savez ?
- Oui, vous avez une machine la nuit.
- Oui, une machine la nuit, et donc le s...
- Syndrome d'apnée du sommeil ?
- Oui, c'est ça et donc ça veut dire que maintenant je résonne mon sommeil vis-à-vis de cette machine.
- Parce que vous êtes sous cette machine depuis quand ?
- Et bah depuis le mois de juin à peu près.
- D'accord.
- Mai-juin et donc, parce que donc je faisais des apnées, et donc c'est pas bon pour le cœur l'apnée ...
- Ça a été découvert du coup au décours de votre infarctus ?
- Oui, à cette occasion. Et donc, le sommeil, quand vous me parlez de sommeil, ça m'amène à l'histoire du compresseur là, et donc, je relie le sommeil avec le compresseur, donc c'est ça qui a changé dans mon sommeil.
- Oui, la structure du sommeil.
- La structure du sommeil. Autrement mon sommeil en lui-même, non, il n'y a rien de changé.
- Sur la qualité du sommeil ?
- Sur la qualité du sommeil, non. Enfin si quand même, un poil moins fatigué, mais c'est pas, euh, c'est pas flagrant de chez flagrant, parce que le respirateur, je ne le mets pas quand je suis dans une chambre en dessous de, à treize degrés parce que l'air froid dans les sinus fait que le lendemain matin je mouche, je mouche, je mouche, quelque chose de, mon nez coule quelque chose de pas croyable, puisque mon point faible c'est la sinusite, les sinus, donc ça m'arrive de pas mettre le....
- La machine.
- La machine, et donc ça veut dire, ça va être une nuit avec apnées très certainement, ce qui fait que ça, ça doit me fatiguer, enfin... C'est pas flagrant de chez flagrant quoi. Le fait d'avoir la machine, c'est pas pour ça que je bondis au plafond en me levant le matin, quoi, c'est ça que je veux dire.
- Donc, oui, le fait d'avoir la machine, vous êtes quand même un peu mieux ?
- Un peu mieux, mais c'est pas le miracle je dirais absolu quoi. Et alors là maintenant je commence à m'y faire mais les deux, même les trois premiers mois, c'était une contrainte, de chez contrainte que de me sangler la tête.

- Et entre le moment où vous avez eu votre infarctus et le moment où vous avez eu la machine, le sommeil avait changé là ou pas ?
- Non, non, c'est pas...non, non.
- D'accord.
- Non...
- Est-ce que votre alimentation a changé ?
- Euh, non parce que j'ai toujours, alors j'ai toujours eu tendance à prendre du poids, ce qui fait que j'ai toujours été chiche sur le beurre sur ma tartine. C'est pas pour ça que je réduis trop les tartines ou que je...mais...
- Vous avez toujours fait attention ?
- J'ai toujours fait attention d'une manière générale quoi. Par contre beaucoup moins de charcuterie, ça, c'est sûr.
- Oui, depuis l'infarctus ?
- Depuis l'infarctus, enfin, si je fais un peu plus attention au gras quoi.
- D'accord. Est-ce que vos projets en général ont changé ?
- Non.
- Votre place dans la société a-t-elle changé depuis votre infarctus ?
- Alors, de mes yeux non. Des yeux de la famille, euh, ils se rendent compte que peut être que, enfin j'ai l'impression, je crois me rendre compte qu'ils se rendent compte que je suis pas immortel. Donc je sens qu'ils prennent un petit peu plus soin de moi, que ce soit, aussi bien la femme que les petits enfants. Quoique la femme a toujours été assez maternelle à mon égard mais, si vous voulez, l'infarctus a été un déclencheur de « Fatigue toi pas, je vais le faire à ta place quoi ».
- Donc votre place dans votre famille a changé ?
- Oui mais pas de, pas de ...
- Pas de vous, mais leur regard, leur attitude ?
- Oui, voilà, c'est ça.
- D'accord, d'accord, donc et les enfants, petits enfants.
- Oui, c'est ça les enfants, les petits enfants. Mon regard donc, c'est de dire, bah de toute façon, ça aurait été l'occasion de rentrer dans la statistique, de partir ne me gêne pas mais je veux mourir en bonne santé, c'est-à-dire sans souffrir. Mais autrement ça, je dirais je suis prêt, et donc, ce genre de...comment on appelle ça, un infarctus, je trouve que c'est une bonne formule. Donc ça m'a permis de constater, de me conforter dans le raisonnement où l'infarctus serait une bonne porte de...une bonne formule pour partir.
- D'accord.
- Pas souffrir.
- D'accord. Votre perception de la mort a changé ?
- Oui, j'ai toujours été... la mort fait partie de la vie. Ça a été ma définition depuis vingt, trente ans, mais, euh, encore que, au moment, de l'infarctus, je ne l'ai pas senti mais c'est après ça, c'est mon raisonnement global après quoi. Ça ne me, c'est pas un raisonnement qui m'encombre, je veux dire par là, sur lequel je passe des heures et des heures de réflexions, et non.
- Et finalement, on peut dire que l'infarctus vous permet d'appréhender la mort d'une meilleure façon ?
- Non, parce que..., non, non, ce n'est pas exactement ça. Non, non, j'ai toujours été prêt à mourir mais j'allais dire vite fait, bien fait, et donc juste je me dis que l'infarctus c'est une bonne formulation. C'est une bonne solution.
- Oui, d'accord. Donc globalement, le regard d'autrui, le regard d'autres a changé depuis votre infarctus ?
- Oui, oui, oui. Et si il y a aussi le fait que dans les relations, parce que si vous voulez quand je vous ai parlé de bateaux, je veux parler de pénichette sur canaux enfin etc., et donc la population, cette population de pénichette sur bateaux, c'est des gens qui ont plus de soixante ans ou plus de soixante dix ans, euh, et, donc il y a donc le classement de ceux avec infarctus et de ceux sans...
- D'accord.
- Les cardiaques et les pas cardiaques. Il y a pas deux manières, etc., mais enfin, si vous voulez au cours des conversations, quand j'entends ou quand je parle d'infarctus, je vois une oreille se dresser là et pas là, enfin.
- Pas les mêmes attitudes...
- Oui, c'est ça.
- Et donc vos relations, en général, ont changé ? Donc là, je ne parle pas des amis, ni de la famille ni du couple mais des connaissances, des personnes que vous...
- Que je côtoie, non bah de toute façon, bah les personnes que je côtoie : ou c'est des proches ou moins proches, si vous voulez qui sont à la maison et donc qui ont entendu parler de mon problème d'infarctus, mais sans ça, au coin de la rue, je me met pas à, j'étaie pas mon stand.
- Donc, oui ces proches là, ils ont...
- Ils ont, et puis comme ils sentent que j'en tartine pas ma vie, mon infarctus, et donc ça y est, si vous voulez, maintenant on est passé à autre chose quoi.
- D'accord, alors qu'avant ils en parlaient... ?
- Non, mais il y a eu la période infarctus, enfin, donc mars, avril, mai, juin, oui c'est ça : pendant trois mois et puis maintenant, ça y est ; c'est, je suis redevenu normal. Mais je le comprends facilement parce qu'en plus de ça, ça m'énervait sérieusement que de tous les jours me demander « Alors comment va ton cœur, comment va ton cœur, comment va ton cœur ? ».
- D'accord, il y a une période où les connaissances vous demandaient un peu plus et maintenant c'est fini.
- C'est ça, et pour moi de toute façon, fin de chantier, on passe à autre chose quoi.
- Et vos relations avec vos amis, est ce qu'elles ont changé ? Depuis votre infarctus ?
- Non, non, non.
- Et dans votre couple ? Est-ce que votre place elle a changé ? Vous m'en avez parlé un petit peu toute à l'heure mais...
- Alors...dans mon couple, ce qui m'a marqué, je vous ai dit, c'est quand je suis, quand ma femme a décidé que j'étais malade au retour du séjour à...
- A l'hôpital.
- A l'hôpital là, euh, bon après ça, après ça, oui...oui, oui, je dirais qu'elle évite de trop charger ses sacs pour que trop, euh, elle me demandait trop souvent de porter les sacs.
- Oui.
- D'une manière générale, elle sait, enfin je pense que ça va lui permettre de concrétiser le fait de l'éventualité d'être veuve quoi et de tout ce que ça peut...enfin mis à part le côté sentimental de la chose, mais sur le plan pratique, oui c'est ça dans la vie pratique, ça lui amènerait quelques problèmes et donc je pense que ça lui a permis de réfléchir à ça et de...oui, c'est clair et de résonner dans ce, de modifier un peu son comportement suite à ce raisonnement là, suite à cette réflexion là. Encore qu'elle a toujours été attentive et familiale mais ça, mais un peu plus aujourd'hui quoi...
- Un peu plus aujourd'hui, oui, d'accord.
- Et vos relations sexuelles, est ce qu'elles ont changé ?

- Oui, donc là, alors moins de désir. Alors, je ne parle même pas depuis un mois, puisque depuis un mois, donc, ça fait partie de, ça fait partie de serpiller fauteuil, mais...donc...un peu moins, et le fruit de ma femme aussi. « Fais attention de pas trop te fatiguer », enfin si vous voulez.
- Plus peur des efforts quoi...
- Des efforts, oui c'est ça, des efforts.
- Elle limite les efforts dans tous les...
- Dans tous les machins, et donc, pareil, les jours où j'étais, donc cet été là où j'étais donc en bonne santé, c'était ce genre de choses qui m'énervait biensûr. Pareil, alors si je suis plus irritable, alors plus irritable, ça veut dire que c'est peut être pas facile d'être attentive sans être trop attentive.
- Oui du coup ça vous agace des fois...
- Où est la frontière entre le juste assez et le trop vu de mes yeux ? Pareil, vu de mes yeux. Parce que ma réaction peut être brutale, c'est pas la diplomatie qui est mon fort quoi.
- D'accord. Est-ce que cet événement, est-il parlé dans votre famille et dans votre entourage proche ? Est-ce que c'est quelque chose qu'on aborde facilement ou est ce que... ?
- On l'aborde facilement oui, mais est ce qu'on l'aborde souvent non dans la mesure où, non, bah de toute façon, j'ai fait comprendre que l'épisode était terminé quoi. On retartine pas tous les dimanches midis.
- D'accord. Au niveau du corps médical et para médical, comment on vous a parlé de votre maladie ?
- Développez...
- Comment on vous l'a expliqué ? Alors, je parle vraiment, à partir du moment où vous avez eu votre infarctus, donc dans le milieu hospitalier, donc en soins intensifs ensuite en soins conventionnels, ensuite votre médecin traitant, les cardiologues, les infirmières, tout ça, comment on vous en a parlé ?
- D'accord.
- Est-ce que vous trouvez que c'était bien parlé, bien expliqué ? Globalement ?
- Alors, ça a probablement du être bien expliqué mais je ne suis pas sensible, je ne suis pas attentif au langage médical. Maintenant, si on détaille les...comment on appelle ça, les urgences au centre ville, deux heures d'attente, alors pour moi c'est inexcusable. D'autant plus que je les entendais fêter un anniversaire enfin etc., je comprends bien qu'ils doivent se détendre machin chouette enfin bref mais quand on est dans le couloir, c'est pas marrant non plus. Ici, très très très bien, aussi bien côté salle d'opération que soins intensifs, très très très bien, trois fois. Après ça, il y a eu deux ou trois jours, service cardiologie, rien à dire non plus. Je voulais parlé de ce que j'appelais le débriefing, le suivi...
- Oui l'éducation, le réseau.
- Ça a été très utile mais je n'ai pas été assez attentif mais d'un autre côté c'est pour pas... ..
- Ça a été utile dans quel sens ?
- Donc je vous ai dit pour me rendre compte de la gravité de la chose quoi. Moi, je le situais comme un...pour reprendre un terme du chantier, comme un coup de marteau sur les doigts. Ça fait un peu mal mais c'est pas mortel selon l'expression, alors que là, je me suis, si vous voulez, lors du débriefing, je me suis rendu compte que là, ça aurait pu être mortel, pas avant. Aussi bien en salle d'op, je m'en suis pas rendu compte non plus, en soins intensifs, pas avant quoi. Donc c'est quand même utile le suivi et l'explication a été bonne.
- Donc au réseau ?
- Oui, au réseau.
- Et tout le reste ou...
- Oui, voilà c'est ça, oui, non mais tout le reste aussi.
- On vous l'a bien expliqué ?
- Oui, et sous l'appellation débriefing j'entends tous mes passages au CHU, ici là, après l'intervention, que ce soit, le machin cœur là, je sais plus comment...
- Respecti cœur.
- Respecti cœur, le tabacologique que ce soit plus spécialisé comme le cardiologue...
- D'accord et votre médecin généraliste ?
- Alors mon médecin généraliste, donc avec lui j'ai toujours eu une relation, enfin c'est une dame d'abord. Avec elle j'ai toujours eu une relation un peu particulière dans la mesure où je me, je venais juste la voir pour avoir...comment on appelle ça...
- Un renouvellement ?
- Oui, c'est ça. Enfin même pas un renouvellement mais d'une manière standard quand j'avais besoin d'avoir un certificat de bonne santé pour un emprunt, pour, si vous voulez, passer un permis de bateau, passer un permis quelconque enfin etc...Cà lui est arrivé, hein, donc chaque fois quand je la rencontrais, c'est moi qui lui demandais des nouvelles de sa santé. Je ne lui laissais pas le temps de prendre des nouvelles de ma santé, c'est moi qui, je dirais, mais c'était un jeu entre nous qui faisait que... « Comment allez vous madame ? ». Si vous voulez, habituellement c'est « Qu'est ce qui vous amène là, vous le patient ? ». Comme j'avais rien à dire, donc là, elle, comment on appelle ça, elle m'a pas fait du tout, du tout sentir la revanche de la médecine sur le bien portant, sur le malade qui signerait tout au moins, donc, non non avec la toubib, non très bon contact.
- D'accord, avec qui vous préférez parler de votre maladie ? Alors je parle encore du réseau ou l'hôpital, ou votre médecin traitant, enfin tous les gens qui ont participé à votre prise en charge ?
- Donc, chacun, non, enfin j'ai remarqué que chacun avait donc sa spécialité, importante, et, euh, mais, euh, si vous voulez, le genre d'interviews comme celle-ci où je, j'ai l'impression de m'étaler, ne m'est pas familière mais ne m'est pas non plus, bah à petite dose, hein à petite dose. Ça veut dire que si vous me proposez un rendez-vous la semaine prochaine je vous dirais non quoi, enfin bon. Et donc, avec qui je suis le plus à l'aise, je dirais...avec tout le monde et avec personne dans la mesure où, en fin de chantier, on fait pas des confitures.
- D'accord, est ce que vous vous sentez compris ?
- Ah, totalement oui.
- Et est ce que vous vous sentez écouté ?
- Oui.
- Est-ce que vous avez eu recours à une association ?
- Pour ? Par exemple ?
- Autre que le réseau ?
- Non, le réseau m'a donné les coordonnées d'une association pour la marche, parce que je ne fais pas assez de... je ne me dépense pas assez. Donc je dois, donc ça fait déjà deux ou trois mois que j'ai les coordonnées de l'association de marche que je n'ai toujours pas contacté mais que je vais contacter.
- D'accord.

Patient P7 DN: 31/10/63, Date IDM: 05/07/11, Date entretien: 24/03/12, marié, 2 enfants, agent commercial.

- Alors racontez-moi ce qui s'est passé pendant votre infarctus ?
- Pendant l'incident ?
- Oui euh de l'histoire.
- Euh et bien je parlais travailler le matin euh et donc j'ai l'habitude de m'arrêter là en route. Je travaille à Orvault donc j'ai 30 km à faire et donc euh je m'arrêtais au café comme d'habitude et tout d'un coup euh j'ai senti que j'étais pas normal euh je commençais à avoir un petit peu chaud parce que je me suis fait la réflexion « Tiens le soleil tape fort aujourd'hui » euh donc bon voilà j'étais en terrasse, euh je suis rapidement passé à l'intérieur parce que le soleil était présent comme ce matin là et je pensais que c'était ça donc je suis rentré à l'intérieur et puis au bout de 5 min la dame qui me connaît bien puisqu'elle me voit tous les matins, elle me dit « Oh ça n'a pas l'air d'aller ? ». Je lui dis : « Bah non non pas terrible » et puis là je commençais à être oppressé au niveau de la cage thoracique euh d'avoir de plus en plus chaud enfin sensation de mal être quoi, donc les symptômes, c'était une oppression au niveau de la poitrine euh des des des suees énormes et puis je commençais à ne plus sentir mon, mes membres, mon bras gauche surtout euh voilà, avoir le souffle court aussi, je me souviens de ça. Et puis donc très rapidement, bah j'ai vu que ça n'allait pas mieux bien au contraire euh, et donc la dame a très bien réagi, elle m'a dit « Bougez pas il y a un toubib juste en face on y va ». Donc elle m'a pris par le bras et puis on est allé, on est allé donc au cabinet médical juste euh à 2min de l'autre côté de la place et donc là euh, c'était un remplaçant qui commençait son remplacement d'été et donc devant les symptômes euh il a appelé le SAMU rapidement euh et puis voilà et euh.
- Il vous a fait un électrocardiogramme ou non il a appelé directement ?
- Non, ouais il a appelé le SAMU directement, il m'a, il m'a ausculté, il m'a pas fait d'électro euh et euh et donc euh il m'a parlé euh de mémoire, euh donc il m'a parlé soit d'un d'un début d'infarctus soit d'une embolie je crois. C'est ça, je crois qu'il m'a dit ça et donc euh donc voilà, tout de suite après, il a appelé le SAMU en leur décrivant les symptômes etc, et euh là il m'a donné un dilatateur euh et puis les, le SAMU est arrivé euh un quart d'heure après, 10 min après ou un quart d'heure après et donc là tout de suite ils m'ont branché euh et euh et là c'est plus confus, je ne sais plus ce qui s'est produit. Ils ont tout, enfin ils m'ont pris en charge, ils étaient plusieurs, ils m'ont mis sur un brancard tout de suite, ils m'ont, ils m'ont mis des électros euh je pense qu'ils m'ont branché tout de suite pour voir euh et je crois qu'ils m'ont donné des petites pilules tout de suite, ouais voilà.
- D'accord, et ensuite vous avez eu une coronarographie donc en urgence ?
- Voilà voilà. Je suis arrivé à l'hôpital bah peu de temps après puisque j'étais à Pont St Martin donc ça devait être à un quart d'heure à peu près euh et puis bah là j'ai été pris en charge tout de suite, ils m'ont endormi et donc euh et donc euh ils sont intervenus euh finalement assez rapidement par rapport à, au moment où, au moment où c'est arrivé, donc euh tant mieux.
- Oui c'est ce que je disais c'est dans les 3 heures en fait donc c'est optimal quoi.
- Génial, tant mieux, super ah oui oui oui c'était dans les 3heures.
- Et du coup comment vous l'avez vécu ça ce... ?
- Bah ça s'est passé relativement vite, j'ai bien senti que c'était pas du tout un truc habituel euh et mais en même temps pff en même temps, je me suis pas rendu compte de la gravité du truc quoi euh. J'ai appelé ma femme du de chez le toubib, je lui ou non je lui ai dit, j'ai demandé au toubib de prévenir ma femme euh et là il a parlé de rien de particulier. Enfin elle ne s'est même pas inquiétée, y'a que en arrivant à l'hôpital qu'on lui a expliqué que bah que c'était un infarctus et donc là elle s'est dit « Ah quand même ! » mais voilà donc euh, sur le moment je l'ai vécu euh pff comme un peu une péripétie quoi, sans m'en rendre compte réellement de la gravité du truc. Et puis voilà, puis la prise en charge étant ultra-rapide bah voilà euh.
- Oui du coup c'est.
- Après voilà on souffre pas donc euh j'étais pas atteint dans ma chair hein euh, j'avais rien du tout, enfin si j'avais un pansement mais euh voilà.
- Et vous êtes restés longtemps hospitalisé après ou ... ?
- Je suis resté euh 3 jours en intensif quelque chose du genre ou 2 jours ½, je me souviens plus exactement et puis ensuite euh 3 ou 4 jours en observation donc un séjour de 7 petits jours quoi, ça doit être ça.
- Et est ce que vous avez fait de la rééducation après ou pas ? De la rééducation cardiaque ?
- Non, non, non euh non. Qu'est ce qui s'est passé donc euh, j'étais super bien à l'hôpital, euh donc j'étais assez impatient de sortir (rire) euh mais bon ils m'ont quand même conservé 4 jours en observation et puis après euh bah, après je suis sorti sans aucune prescription particulière quoi hein enfin bon évidemment il fallait que je me tienne à carreau euh si, fallait que je me tienne à carreau quand même euh pas de sport donc euh, ouais c'est ça et en fait après voilà les points de passage c'était en en début septembre, donc je suis allé voir le Dr Hossler je pense euh pour une consultation cardio. J'ai plus souvenir précis, j'aurais du regarder un peu mon dossier avant...
- Non non c'est pas grave c'est bien justement !
- ...pour vous reparler de ça, me replonger dans la recherche, je suis désolé.
- Ah non non au contraire c'est bien. (rires)
- Et il me semble que c'est ça quoi euh, ah oui non c'est ça, c'est ça. Euh c'était pas le Dr Hossler c'était son remplaçant puisqu'elle était en congé. Euh non c'était même pas début septembre c'était courant août c'était plus tôt que début septembre, ça devait être à 1 mois ou 6 à 7 semaines après l'accident, donc je suis allé faire une écho et tout ça, elle m'a contrôlé tout ça euh, là il m'a dit que tout se passait bien, plutôt bien euh. A la suite de ça, j'ai donc fait un test d'effort parce que euh bah je commençais à croupir un peu euh, j'avais hâte de reprendre un peu l'activité physique même euh même, même doucement, ça m'importait donc j'étais impatient d'avoir le résultat de ce test d'effort. Ca c'est plutôt super bien passé donc je suis allé à Notre Dame de Sienne là, pédaler un peu euh et euh et donc à la suite de ça le Dr Hossler, m'a dit : « Vous pouvez recommencer gentiment euh les activités euh plutôt du style natation les trucs pas trop violents ». Voilà, donc là j'étais content, j'ai recommencé à marcher, à m'oxygéner enfin voilà, euh voilà, et puis euh progressivement euh donc euh je l'ai revu ou pas, oui je l'ai revu mais je l'ai revu en fin d'année, le cardio, je l'ai revu en fin d'année. Entre temps donc je ne revois que le généraliste pour les prescriptions des médicaments.
- Pour les renouvellements oui.
- Voilà euh, qui me fait un contrôle très simple en fait. Tension euh écoute euh et puis ça s'arrête là. Globalement tout se passe bien et donc euh j'ai refait un check avec le cardio euh, avec la cardio en fin d'année ; très bien, aucun problème euh aucun problème particulier donc euh donc voilà. Et j'en refais un autre là euh parce que donc je lui ai expliqué que euh en faisant des footings, en faisant du vélo aucun problème, j'arrivais. Je me suis acheté donc un petit appareil qui me permet de contrôler un peu tout ça, elle m'a expliqué qu'il ne fallait pas que je m'emballer au-delà de 150 pulsations et donc euh quand je fais du vélo, j'arrive très bien à gérer, quand je fais du tennis, pas en compétition hein j'en fais avec mon fils donc vous voyez c'est tranquille, j'arrive aussi très bien à gérer, par contre quand je fais du footing là c'est une cata.
- Ah oui ? C'est à dire vous avez euh, vous êtes essoufflé... ?
- C'est à dire que je suis même pas au carrefour là-bas c'est à dire que j'ai fait 50m et je suis déjà à 180 euh et et euh et il faut que je m'arrête de courir pour que ça redescende. J'arrive pas à partir doucement, même en partant en trottinant vraiment très doucement, ça

- monte tout de suite poum à 180 voire d'avantage euh et donc bon je je me dis que c'est pas terrible quoi. Euh mais néanmoins, bah ça fait quand même 3-4 footings que je fais et je le fais.
- A chaque fois oui.
 - Alors on m'a expliqué en discutant avec un prof de sport que je vois le matin machin euh qui m'ont dit bah c'est un petit peu normal euh, quand tu fais du footing, tu mets tout en route d'un seul coup donc ça monte fort, ensuite ça doit se stabiliser donc euh j'ai insisté un petit peu, à l'inverse des premiers footings, donc depuis quelques, quelques semaines là, un peu plus d'un mois, je cours assez régulièrement et donc effectivement pendant le premier quart d'heure je suis à 180-190.
 - Et après ça descend.
 - Et après ça redescend au bout d'un quart d'heure, ça redescend à 150 et j'arrive à stabiliser après à 150, voilà voilà.
 - D'accord, d'accord. Comment était votre santé avant votre infarctus ?
 - Parfaite.
 - Parfaite, il n'y avait pas de problème particulier ?
 - Non.
 - Et donc du coup votre santé depuis votre infarctus, comment vous vous trouvez euh... ?
 - Pas trop mal. (rires) Euh ma santé depuis ? Pas trop mal euh à part euh à part ça euh que je dois surveiller donc euh à ne pas m'emballer, dans la reprise du sport euh la prise des médicaments c'est un truc tout nouveau pour moi, assez contraignant et donc euh bon j'ai ça à présent un petit peu à l'esprit euh tous les soirs. A part ça (soufflement) je n'ai pas tellement de de de problème de santé hein non, je ne souffre de rien, j'ai jamais eu, on me pose la question des douleurs des machins non euh.
 - Une fatigue, une euh...
 - Euh si, fatigue si, si si. J'ai mis du temps quand même à euh j'ai mis du temps à euh à reprendre un rythme normal. Bah tout l'été dernier, donc euh les 2 mois suivants l'infarctus je faisais des siestes, ça ça ne m'arrivait jamais hein.
 - Vous dormiez beaucoup, oui.
 - Je faisais des siestes dans l'après-midi, le soir poum je tombais à 8h euh donc j'étais, j'étais quand même assez fatigué euh et puis bah de toute façon j'ai dû reprendre le travail euh au mois de septembre même avant hein.
 - Qu'est ce que vous faites comme travail ?
 - Je suis agent commercial, je suis à mon compte et donc euh et j'ai repris ça alors, effectivement à la reprise je voyais bien que j'avais pas la pêche. Je fatiguais enfin c'est pas que je n'avais pas la pêche, c'est que je me fatiguais mais ultra rapidement euh moi mon métier c'est de vendre donc c'est un truc qui fait appel à tous les sens euh il faut il faut être quand même dynamique et ça me pompait énormément d'énergie, bah euh un rendez-vous de 2h pouah j'étais épuisé, j'étais vidé quoi. Donc bon j'ai repris très doucement, progressivement euh c'est revenu mais ça a bien mis, ça a bien mis 2 mois quand même à revenir. Et puis euh et puis voilà et puis depuis euh je dirais que mon état de forme et de fatigue bah ça va, si ce n'est que bah il y a quand même, si il y a quand même des changements euh il y a quand même des changements hein euh. Le soir euh le soir, une soupe et au lit quoi, globalement c'est ça. Alors c'est dingue mais euh c'est comme ça.
 - Oui vous êtes oui plus plus fatigué enfin plus oui...
 - Ouais, ouais, je pense que je suis moins résistant euh je cherche pas non plus à, je cherche pas non plus à aller contre ça, j'ai une vie calée, bon voilà hier soir on était, on a mangé chez les voisins euh j'ai je je baille en fait (rires) involontairement à 10h30-11h. Ouah, j'ai des des bâillements incontrôlables, je suis fatigué quoi en fait et après, au-delà de minuit je tiens plus quoi, donc euh ça c'est nouveau. C'est complètement nouveau ouais ouais ouais. J'étais pas spécialement un couche tard mais j'étais pas fatigué comme ça quoi, ouais.
 - D'accord. Justement vous parliez du traitement, pour vous c'est une contrainte, les médicaments ?
 - Bah au début ouais c'était vraiment, j'avais l'impression d'être un grand malade quoi. J'ai jamais pris de médicaments de ma vie euh donc avoir un traitement euh oui, alors déjà il a fallu que je l'accepte psychologiquement que voilà dorénavant, à vie, j'allais prendre des médocs, alors ça pff, ça a été quand même été un gros truc !
 - C'est brutal oui.
 - Je l'ai pas compris tout de suite parce que, on ne me l'a pas expliqué tout de suite.
 - Que vous alliez avoir un traitement à vie ?
 - Ouais. Euh on m'a mis sous traitement, on m'a dit euh on m'a mis sous traitement puis on m'a rien précisé de particulier, et dans mon esprit c'était un traitement ponctuel. Même s'il durait un an ou deux ans, c'était quelque chose, c'était pas un truc à vie euh et euh et donc quand j'ai eu l'occasion bah d'en discuter avec, avec des gens, avec notamment avec le le remplaçant qui m'a accueilli le jour du problème, que j'ai recroisé comme ça euh juste après être, être sorti, pendant l'été là. Il m'a dit alors tu prends quoi machin, vous prenez quoi ? Et donc je lui ai expliqué euh et puis euh dans la conversation, il a dû me dire un truc qui m'a fait euh m'interroger et qui m'a commencé à me faire comprendre que bah c'était un traitement à vie euh pour empêcher les récurrences quoi. Et donc euh, ouah, j'ai fouillé sur internet euh je me suis renseigné un peu plus près de la teneur des médicaments, du rôle des médocs etc. et donc là, j'ai compris que c'était un traitement à vie. Pff et là euh bon j'ai mis quelques jours à avaler la pilule quoi, ouais. Plus que quelques jours même ! Ouais, euh et puis bah dorénavant euh, c'est une contrainte oui parce que euh parce que euh bon ce qui m'est arrivé ça m'a fait peur, j'ai pas envie que ça me, ça se reproduise et donc euh j'ai pas envie de, de rater mes médicaments donc je fais attention à ça euh et euh et donc euh bah c'est une contrainte oui parce qu'il ne faut pas que je rate matin, matin et soir quoi, voilà.
 - Quand vous prenez votre traitement, comment ça se passe justement, est ce qu'il y a des oublis ou est ce que... ?
 - Quelque fois j'oublie le soir.
 - Ou ça vous angoisse ? Oui.
 - Quelques fois j'oublie le soir mais c'est assez rare, c'est euh parce que je suis en déplacement parce que voilà, au au quoti, quand je suis là euh j'oublie pas. Généralement, j'oublie pas mais depuis, depuis l'époque je sais pas j'ai dû, j'ai peut être oublié une dizaine de fois, le soir, pas le matin !
 - D'accord. Quelle est l'implication de votre femme dans votre traitement ? Est ce que, est ce que des fois elle euh, elle vous fait penser à prendre les médicaments par exemple ou euh... ?
 - Non, euh si le soir, si elle me le rappelle que certaines fois ouais, surtout au début mais ça arrive moins souvent. Je, je suis plus autonome par rapport à ça, j'oublie pas quoi, j'oublie moins euh mais ça lui est arrivé oui le soir de me le faire rappeler, hum hum. Sinon euh ouais ouais.
 - Pour vous à quoi servent ces médicaments justement ?
 - A éviter la récurrence.
 - Global. Enfin chaque médicament oui pour vous à un rôle particulier ou est ce que euh... ?
 - Euh oui je le sais parce que m'y être intéressé donc j'ai compris qu'il y en avait un qui me ralentissait le cœur, un autre qui me fluidifiait le sang un autre qui etc. etc. bon euh preuve que ça m'inquiète pas non plus plus que ça euh là je vous dirais plus sans chercher dans voilà dans dans ma mémoire à quoi correspondent tous les médocs.
 - Non mais globalement.

- Globalement voilà je sais que c'est pour le bon fonctionnement du truc puisque euh je crois qu'en terme de statistique euh les rechutes sont euh, c'est surtout l'année qui suit l'accident en fait qui est, qui est statistiquement qui est la plus euh c'est là ou j'ai des chances de de faire une récurrence euh le plus long..., le plus l... Enfin voilà quoi euh donc voilà, je sais aussi que qu'il y en a un que je vais probablement peut être pouvoir arrêter sur les 5 ou 6 là que je prends euh voilà. Je crois que peut être le dosage, je crois, je sais plus euh je sais plus si le dosage a été euh affiné euh j'en suis même pas sûr euh mais ça c'est peut être, c'est peut être amené à changer aussi. Bah là par exemple euh...
- Je crois qu'il y a un dosage qui a été changé.
- Ouais voilà euh voilà bon ça me, de toute façon je suis suivi donc je fais confiance au toubib euh voilà et puis après, c'est le destin qu'est ce que vous voulez que je vous dise, si ça, si ça doit se reproduire bah malheureusement je préférerais pas hein mais voilà quoi.
- D'accord. Est-ce que vous avez des effets secondaires au niveau de ce traitement ? Enfin depuis que vous prenez ce traitement ?
- Euh des effets secondaires euh ouais je pense, euh je pense ouais, je pense à un surtout, j'ai plus de libido.
- Oui oui les bêtabloquants ouais peuvent donner ça oui.
- Alors c'est chiant, c'est pas terrible franchement, c'est pas terrible parce que bah voilà euh j'ai lu sur internet que je ne suis pas le seul dans ce cas là.
- Hum non les bêtabloquants peuvent effectivement euh diminuer la libido oui.
- Ouais. A part ça euh mais c'est quand même un truc qui a des conséquences hein, euh à part ça euh non pas vraiment, pas vraiment.
- D'accord. Et euh du coup c'est une des questions, dans votre euh enfin la place dans votre couple, enfin est ce que, est ce que votre vie sexuelle a changé du coup ?
- Ouais et oui, énormément, et ça c'est moyen, c'est même, c'est même super moyen. Je crois alors c'est, je sais pas si c'est euh si c'est euh contournable ça mais j'en ai jamais parlé avec le Dr Hossler, mais je vais lui en parler...
- Oui vous pourriez.
- Parce que bon c'est pas un, c'est un, c'est quand même un gros truc qui m'est arrivé et euh j'ai préféré attendre un petit peu, euh, laisser le temps bon euh voilà de récupérer de tout ça pour voir si, si c'était moi ou si c'était la prise de médicaments ou machin mais en fin de compte je me, bon je me rends compte que ça a réellement changé à ce niveau là et euh et donc en lisant sur internet c'est le cas d'autres personnes de beaucoup d'autres personnes aussi euh et donc je vais lui en parler savoir si on peut changer ça en changeant de médicament ou euh parce que bon c'est gênant quand même hein.
- D'accord. Est ce que le suivi est une contrainte pour vous ? C'est à dire le suivi c'est par exemple les prises de sang, les consultations avec le cardiologue, le médecin généraliste, le renouvellement, l'épreuve d'effort que vous avez dû passer... ?
- Ouais, ouais, c'est des contraintes. Oui ce sont des contraintes euh aujourd'hui, ce ne sont pas des contraintes insurmontables euh mais euh bah n'étant ne ne n'étant pas habitué à ce style de contraintes et bien euh au début c'est, je trouvais ça très chiant.
- Oui.
- Ouais et très contraignant euh. Après bon euh ayant accepté mon pauvre statut voilà je me dis que c'est pas la mort euh donc je le prends plutôt quand même euh plutôt bien.
- D'accord.
- Ouais, par rapport aux changements...
- C'est une contrainte que vous avez commencé à accepter en fait ?
- Ouais c'est ça, ouais par rapport aux changements de ma vie sexuelle dont on parlait juste avant c'est « quedal » quoi, c'est pff c'est rien.
- D'accord. Pour vous qu'est ce que ça veut dire d'avoir un infarctus ? Enfin qu'est ce que c'est qu'un infarctus ? Enfin qu'est ce qui s'est passé dans votre corps en fait dans votre cœur en fait ?
- Bah gros dysfonctionnement quoi donc euh gros dysfonctionnement donc grosse alerte, euh grosse alerte euh mais bon je pense avoir cerné d'où ça venait, j'ai fumé énormément.
- Oui pour vous les causes qu'est ce que oui ...
- J'étais un gros, gros fumeur et donc j'ai arrêté complètement depuis euh l'accident, j'aurais dû le faire bien avant, j'en étais conscient en plus qu'un jour je le paierai et donc euh et donc euh voilà, ça a été vraiment l'alerte euh j'allais dire presque sans frais quoi euh et donc je suis pas près de recommencer à fumer, j'ai eu besoin de rien hein, on m'a prescrit des patchs parce que quand j'ai expliqué la cadence à laquelle je fumais et le type de fumeur que j'étais bah on m'a tout de suite mis des patchs. Mais bon au bout d'un mois je me suis dit que ça ne servait pas à grand-chose, c'est que je me sentais suffisamment motivé pour ne pas avoir besoin à ça, de ça et euh depuis j'ai jamais eu envie de fumer euh je pense que ce n'est pas prêt de me reprendre puisque je suis intimement convaincu que c'était ça mon problème quoi euh donc euh donc voilà, donc qu'est ce que ça représente ? Bah ça a représenté un gros coup d'arrêt par rapport à ça, c'est bon j'arrête mes conneries hein et donc, donc voilà.
- Donc oui le tabac surtout comme cause.
- Oui, parce que oui pour le reste donc euh au niveau des antécédents il n'y en a pas, euh le cholestérol j'en ai pas non plus, euh, qu'est, qu'il y avait d'autres, euh, le, euh, c'est quoi les autres causes ?
- La, la tension et le diabète.
- La tension j'en ai pas et le diabète j'en ai pas.
- Oui, oui, c'est ça.
- Alors il est probable quand même, il est fortement probable que c'était le tabac quoi.
- Et les conséquences d'un infarctus sur votre corps, du coup pour vous c'est quoi enfin ?
- Euh bah je pense que, je pense qu'étant donné euh la prise en charge que j'ai eu bon bah je suis un peu, j'ai eu une option quand même, j'ai été tiré au sort et ...
- Vous avez eu de la chance.
- Mais au-delà de ça, je pense que, on m'a expliqué que le muscle du cœur allait compenser hein euh et que la zone atrophiée étant vraiment assez petite dans mon cas euh bah que ça prêterait pas conséquence quoi euh par rapport à certaines autres personnes. J'en ai discuté avec d'autres personnes qui ont dans leur entourage des gens qui ont fait des infarctus et qui ont des séquelles, qui n'ont pas récupéré toute leur capacité physique, qui sont embêtés pour ci, ça, ça et ça. Bon moi euh j'ai la chance et l'énorme chance.
- D'avoir été vu rapidement, tout de suite.
- Voilà, et de ne pas avoir de conséquence comme celle-ci quoi, même si je ne pourrais pas me mettre au triathlon demain, en compétition internationale, c'est pas trop le problème pour moi (rires). C'est bon, j'ai passé l'âge quoi. Dès l'instant où je peux faire 2-3 conneries avec mes enfants tout va bien quoi.
- D'accord, d'accord. Alors question assez générale, qu'est ce que l'infarctus a changé dans votre vie ?
- Question vaste en même temps euh bah euh ça change un peu la philosophie de vie quand même quoi hein. On prend conscience qu'on est de passage euh et donc j'ai tendance à plus profiter de chaque jour qui passe euh voilà. Après euh, voilà c'est ça quoi généralement.
- D'accord. Est-ce que votre moral a changé depuis votre euh, votre humeur ??
- Humm non je ne pense pas trop, dieu merci non.
- Et est ce que vous êtes plus anxieux ?

- Euh non, je ne suis pas d'un naturel anxieux euh non je ne pense pas non.
- Est-ce que vos loisirs ont changé ? Du coup vous en aviez parlé un peu tout à l'heure...
- Bah, au niveau, ouais c'est pas mal le sport pour moi et l'action en général quoi même si c'est pas le sport de compétition, c'est l'activité et donc euh oui, ça a changé forcément. Je me suis retrouvé inactif pendant 2 mois donc ça, ça m'a, ça c'est la mort pour moi, c'était la mort mais bon... Donc maintenant je reprends une activité euh donc ça va mieux euh donc non aujourd'hui je le vis bien quoi. C'à, ça va.
- Oui d'accord. Donc ça, ça a chan... les loisirs ont changé mais...
- Les loisirs ont changé oui euh oui euh ouais ça demande quand même, je je fais des choses plus en conscience et euh et euh entre guillemets je prends soin de moi quoi. Je fais du deux roues etc., je circule en deux roues euh bon je fais plus attention ouais je fais plus attention je ne voudrais pas qu'il m'arrive un accident quoi.
- Moins d'activités intenses quoi.
- Euh donc je parce que, de part l'antécédent là, de part le traitement médicamenteux etc. euh je je voilà je suis plus exposé enfin je sais pas en fait comment vous dire je fais plus attention, je fais plus attention.
- Et donc vous faites les mêmes activités mais en moins intenses ?
- Ouais c'est ça.
- D'accord donc la course à pied, tennis, enfin tout ça quoi.
- Ouais c'est un peu ça.
- Est-ce que votre sommeil a changé ?
- Euh...oui euh...oui il a changé.
- C'est-à-dire ?
- Il a changé pendant euh pendant un certain temps après l'accident, il a été très perturbé et aujourd'hui il est redevenu très correct, ouais.
- Donc après l'accident vous aviez du mal à vous endormir ou plutôt des réveils précoces ?
- J'avais des insomnies euh de 2h à 5h. Je ne dormais pas euh j'avais le sommeil super léger euh je je rêvais pas avant maintenant je rêve énormément.
- Ah oui ?
- Enfin ouais mais bon aujourd'hui mon sommeil est redevenu un bon sommeil je trouve, un sommeil réparateur, je m'endors comme un bébé euh.
- Et ça, ça fait depuis combien de temps à peu près ?
- J'ai été perturbé pendant euh 3 mois, 4 mois à peu près, 3-4 mois ouais. Et c'était embêtant parce que ça m'inquiétait parce que c'était l'époque où j'étais crevé et donc euh bah.
- Du coup, vous aviez envie de récupérer quoi.
- Ah bah j'étais d'autant plus crevé quoi, j'étais là dans la nuit à regarder la télé, j'ai dit merde ça va pas quoi, donc euh mais, mais bon, progressivement avec le temps c'est revenu. Ouais parce que même au début j'avais demandé j'avais dit au toubib, attendez ça ne va pas le sommeil euh voilà ce qui se passe etc. et donc il m'avait donné des petites euh de l'homéo, il m'avait donné des petites pastilles.
- Hum de l'homéopathie.
- Voilà, je sais pas si ça a fait son effet, je l'ai pris pendant un moment après je, après j'ai changé de toubib donc euh j'y suis plus retourné puis ça c'est naturellement calé, le sommeil.
- D'accord, d'accord. Est-ce que votre alimentation a changé ?
- (Rires) Ouais, alors donc euh on a insisté pendant tout le, pendant tout le séjour hospitalier, donc j'ai vu une nutritionniste, on m'a donc expliqué, on a parlé du cholestérol donc qui est une cause pour l'infarctus etc. euh j'étais du style à à, enfin moi j'accorde aucune importance à la nourriture, moi je me, je mange parce que il faut se nourrir mais je, j'ai des temps, des, des, habitudes alimentaires très mauvaises donc euh on a essayé à la suite de ça avec ma femme d'avoir des de meilleures habitudes, de manger équilibré euh de de changer donc certaines habitudes et puis euh rapidement le naturel est revenu au galop malheureusement euh et donc voilà on a toujours je pense tendance à, on pourrait progresser énormément là-dessus, manger plus complet, manger plus équilibré euh même si on a quand même, on a, on a changé certaines de nos habitudes là-dessus. Et puis, il y a une autre chose qui a fait que mon alimentation a changé c'est que bah le tabagisme n'étant plus là euh ça change, ça change pas mal de choses aussi. Donc déjà pareil, pour vous donner un exemple, je déjeune le matin ce que je ne faisais jamais avant, euh donc ça va plutôt dans le bon sens, par contre ce qui va moins dans le bon sens c'est que je suis entrain de prendre du poids et que, j'ai, je lutte contre ça mais j'ai dû mal énormément. Je mangerais un bœuf quasiment deux fois par jour, euh j'ai faim, j'ai faim, j'ai faim. Enfin voilà quoi, et ça euh donc euh bah ça c'est ouais c'est un changement, avant ce n'était pas le cas quoi, avant c'était pas le cas.
- D'accord donc oui modification de l'alimentation et puis essaie d'améliorer l'alimentation euh mais de moins en moins peut être ?
- Ouais on perd un peu le fil de ça je trouve ouais euh mais bon euh ouais c'est tous les jours ça qui faudrait (rires)...
- C'est pas facile oui. Est-ce que vos projets en général ont changé ? Enfin les projets que vous aviez ou que...
- Non.
- Par exemple les vacances...
- Non.
- D'accord. Alors encore une question très générale : est ce que vous trouvez que votre place dans la société a changé depuis votre infarctus ?
- Non.
- Et dans votre famille ? Par rapport à vos enfants euh, je parle pas de votre couple mais euh enfin, voilà vos parents, vos enfants ?
- Non.
- Et votre place dans votre couple, enfin au niveau de la communication, le rôle que chacun peut avoir, est ce qu'il y a des changements ?
- Humm non.
- Non d'accord. Et dans votre milieu professionnel, est ce que le fait d'avoir eu un infarctus a changé votre place dans ce, dans votre travail ?
- Malheureusement non et je pense, je dis malheureusement parce que euh parce que euh je, je pense que euh, ça serait mieux pour moi que ça ait un petit peu changé malheureusement comme je vous l'ai dit je suis indépendant donc euh bah je suis tout seul globalement et que donc euh je je dois, je dois tout faire tout gérer enfin bon c'est pas une, voilà c'est comme ça hein quoi, mais que euh ça induit de la pression, du stress et que si je pouvais prendre du recul par rapport à tout ça, je pense que ça serait mieux pour moi quoi.
- Vous n'avez pas la possibilité de changer votre...
- Et non.
- D'accord. Est-ce que vos relations avec vos amis ont changé ?
- Non.
- Et avec vos connaissances ? Les connaissances que vous avez euh, les gens que vous connaissez mais sans que ce soient vos amis ?
- Non ça n'a pas changé non, les relations n'ont pas changé euh non, non ça a pas changé, comment vous dire euh non si ce n'est bah que je suis cardiaque quoi mais bon comme moi j'en fais pas cas quelque part euh ça change rien, ça ne change pas le relationnel. Si euh si

- j'étais toujours à me préserver de ci, de ça parce que il m'est arrivé ça. Bon peut être qu'effectivement ça changerait certaines choses mais comme ce n'est pas le cas, j'aurais tendance à dire que ça ne change rien.
- D'accord. Cet événement, donc euh l'infarctus, est ce que c'est bien parlé dans votre famille et dans votre entourage proche ? Enfin c'est quelque chose dont vous arrivez à bien discuter ?
 - Ah oui, ah ouais, ouais. En même temps c'est pas le sujet de discussion qui revient sans cesse hein, ça l'a été pendant une période évidemment euh avec tout le monde mais euh ça l'est de moins en moins et euh mais quand euh à l'occasion on en discute il n'y a pas de tabou, c'est un truc naturel.
 - Oui voilà si vous en parlez.
 - Ouais, ouais, il n'y a pas de souci particulier non.
 - Est-ce que le regard d'autrui a changé depuis que vous avez eu votre infarctus ? Du coup vous avez déjà répondu globalement...
 - Non, ouais non.
 - Comment vous a-t-on parlé de votre maladie ?
 - Qui ?
 - Alors tous les gens qui appartiennent au corps médical et paramédical euh, comment ils vous en ont parlé, est ce qu'ils vous l'ont bien expliqué, est ce que... ?
 - Oh oui oui oui. Globalement oui, euh globalement, on m'en a bien parlé, oui on me l'a bien expliqué euh j'ai trouvé même que euh à l'hôpital, le défilé ultra-rapide après l'accident euh des toubibs en tout genre, spécialiste de la nutrition, spécialiste de la tabacologie, spécialiste de ci, de ça euh, j'ai trouvé que c'était « too much » hein.
 - Ah oui ?
 - Ouais ouais vraiment hein, ouais ouais, d'ailleurs c'est un truc que j'avais un peu oublié mais que j'ai trouvé un peu « too much » et qui un moment donné m'a fait peur quoi quand j'étais là-bas.
 - Ah oui ?
 - Ouais, ouais. Euh j'ai trouvé que c'était, après l'accident que c'était trop rapide, que je voyais trop de gens, qui me disaient trop de choses euh et euh ça m'a fait prendre conscience en même temps que voilà c'était un truc pas bénin, mais euh, ça m'a, c'est pas que ça m'a noyé mais ça m'a fait peur quoi, ça m'a fait assez peur pendant un moment. En même temps, c'était peut être le but du jeu hein pour que j'arrête de cloper etc. mais euh j'ai trouvé ça rapide, insistant donc un peu violent quoi.
 - Oui oui.
 - Vous voyez ?
 - Comme une agression un peu.
 - Ouais.
 - Mais en même temps oui, du coup ça vous a fait peur.
 - Ouais, ouais.
 - Alors, après voilà, est ce que ça a changé quelque chose c'est pas ...
 - Ouais. (rires) Non je pense que c'était un peu voulu mais un peu pas voulu non plus, dans le souci d'expliquer de, de euh de peut être de de de euh responsabiliser etc. euh mais euh mais ouais j'ai trouvé ça violent quoi, j'ai trouvé ça violent.
 - Et vous pensez qu'éventuellement si ces intervenants étaient, vous en avaient parlé un petit peu plus tard, est ce que ça aurait été plus adapté ? Peut être pas juste au début ?
 - Plus tard ou de façon plus espacé quoi.
 - Que ce soit plus doux quoi ?
 - Ouais ouais c'est ça en fait je crois plus plus que, bon je ne suis pas une chochette hein je peux tout entendre mais...
 - Mais vous sortir à peine de...
 - Oui on est un peu en état de choc et là pam, on prend tout sur la couenne quoi et la euh j'ai trouvé ça un peu voilà, donc euh plus espacé ça serait passé plus gentiment, je pense.
 - Oui ça a été plus difficile à vivre ça ?
 - Ouais ouais.
 - D'accord. Est-ce que vous vous sentez compris quand vous parlez de votre maladie ? Alors là je parle vraiment par, toujours par rapport au corps médical et paramédical, quand vous expliquez, si vous avez des problèmes euh...
 - Bah j'en parle pas beaucoup enfin au corps médical euh ouais en fait j'en ai pas tellement parlé encore, justement je pense que maintenant va venir la phase où je vais en parler avec la cardiologue etc. parce que bon je suis de toute façon d'un naturel euh d'attendre, de voir un peu. Bon, c'est tout frais encore tout ça hein quelque part hein euh les choses se calent maintenant euh j'ai un petit peu de recul donc je vais pouvoir en discuter. Jusqu'à présent j'en ai pas vraiment vraiment discuté voilà je suis allé me faire ausculter, on m'a expliqué, j'ai écouté euh j'ai compris euh j'ai consulté sur internet, je me suis fais aussi ma propre opinion sur certains trucs euh. Et donc euh maintenant là j'ai des questions à poser au cardio...
 - Oui d'accord.
 - Ouais ouais. Alors que sur les deux rendez-vous que j'ai eu, j'ai pas tellement parlé, après en dehors du milieu médical oui oui euh on en parle, j'en ai beaucoup parlé euh les gens me comprennent je pense, les gens comprennent ce qui m'est arrivé euh voilà.
 - D'accord.
 - C'était ça la question ?
 - Oui oui bah du coup il y a une autre question, c'est : est ce que vous vous sentez écouté du coup par le corps médical mais... ?
 - Euh oh oui, oui oui oui, oui parce que, oui parce que c'était pas le cas au début ... J'allais voir un toubib généraliste ici qui est un mec qui a 55 rendez-vous par jour, euh non j'exagère mais euh qui fait de l'abattage et qui globalement m'a reçu un peu comme si j'avais eu une grippe, donc là c'est pas passé du tout. Euh et donc j'ai changé de toubib. Vous allez me dire maintenant euh j'ai quelqu'un que je connais pas du, j'avais pas, on avait pas de, on n'a pas de médecin de famille nous, on a, on a déménagé on est maintenant ici, on ne va pas à Nantes, donc on a à faire à quelqu'un qui s'occupe des enfants puisque c'est eux qui de temps en temps ont un petit coup de calcaire mais euh nous on est rarement malade, ma femme et moi euh donc ce monsieur là pff j'étais allé le voir pour un certificat médical pour le tennis ou je sais pas enfin voilà euh donc il est pas, je suis pas proche, il est pas proche, il ne me connaît pas plus que ça euh et donc ça s'est passé comme ça alors que j'avais besoin d'une écoute, justement, euh peut être pas particulière mais j'avais surtout pas euh envie d'avoir le sentiment que bah il était pressé et qui fallait qu'on passe à autre chose, au début j'ai eu besoin d'explication etc. euh et ça l'a pas fait donc j'ai changé. Aujourd'hui je suis chez un mec, j'ai moins besoin d'explication chez le généraliste, j'ai plus besoin d'un renouvellement de mes médicaments donc je ne discute pas beaucoup en fait.
 - D'accord. Donc oui avec cette personne vous ne vous êtes pas senti écouté en fait mais sinon à part ça globalement...
 - Le milieu médical sinon ?
 - Ouais vous vous...
 - Oui le médical sinon oui, le Dr Hossler oui elle m'écoute.
 - Oui oui enfin tous les autres globalement même à l'hôpital enfin...
 - Oui oui même si je n'avais pas grand chose à dire jusqu'à présent je vous l'ai dit, ils sont à l'écoute, ouais ouais.

- D'accord. Avec qui vous préférez justement parler de votre maladie, dans le corps médical ou paramédical ? Avec qui vous vous sentez plus à l'aise ?
- Bah c'est plus une question de personne qu'une question de corporation ou de spécialisation, de spécialité euh, avec personne en particulier euh avec personne en particulier, je peux, avec personne.
- D'accord. Est ce que vous avez eu recours à une association ?
- Hummm non.
- Euh dernière question, est ce que vous voyez la mort différemment ? Question un peu...
- Euh est ce que je vois la mort différemment ? Pff je suis pas très morbide moi. Je pense pas trop à ça euh (rires) si ce n'est que comme je vous l'ai dit tout à l'heure ouais j'ai pris conscience que voilà on est de passage au bout du compte euh. Mais non je vois plutôt la vie au jour le jour, voilà comme un cadeau, mais je vois pas la mort différemment non, non.
- D'accord, d'accord. Euh juste une dernière question, est ce qu'on vous avait parlé du réseau respecti cœur ? Un réseau euh...
- Non.

Patient P8 DN: 29/07/63, Date IDM : 04/07/11, Date entretien : 03/04/12, marié, 3 enfants, médiateur du patrimoine.

- Donc est-ce-que vous pouvez me raconter ce qui s'est passé bah pendant votre infarctus ? Comment vous avez vécu ... ?
- Donc comment j'ai pris conscience que j'avais un infarctus en fait ?
- Comment ça s'est passé en fait ?
- Alors bé peut être une semaine avant euh, j'avais, j'avais mal dans la poitrine, et puis je n'y prenais pas plus attention, pour moi c'était la fatigue. C'était rien d'autre surtout que ça revenait, bon, ça partait et ça revenait. Par contre, quand c'était bien là, j'avais vraiment du mal à marcher, j'étais un petit grand-père, j'avais mal à la mâchoire, et puis bah ça repartait voilà. Et puis, euh, le dimanche soir, je sais plus donc le 3 ou le 4, peu importe j'ai très mal dormi dans la nuit du 3 au 4. Oui, c'est ça, j'ai très mal dormi, j'arrivais plus à trouver ma place et puis pff, je me suis dit je vais pas aller travailler, je vais voir mon médecin. Et puis, au vu de mes symptômes, le médecin m'a fait, m'a prescrit d'urgence une prise de sang qui a priori euh...
- Il vous a fait un électrocardiogramme ?
- Non. Non, j'ai eu une prise de sang voilà et j'ai eu la réponse de la prise de sang 2 heures après à peu près et on a, elle m'a tout de suite dit, allez hop filez aux urgences.
- D'accord, d'accord. Et donc là du coup, ensuite vous avez été transféré à Laennec.
- Oui donc je suis resté quelques heures aux urgences. On m'a donné le petit « pshitt pshitt »
- Oui le petit spray.
- Voilà pour calmer la douleur mais pour moi c'était, c'était pas un infarctus puisque dans mon, dans mon imaginaire si je puis dire, l'infarctus c'est je tombe, je ne suis plus conscient alors que j'avais mal parfois mais pour moi c'était tout à fait soutenable malgré tout.
- D'accord. Et du coup, après donc, vous avez eu une angioplastie avec...
- Donc l'angioplastie, c'est le stent ?
- Oui voilà avec un stent, en fait, c'est la coronarographie.
- Oui dans la soirée. J'ai été transféré des urgences à ici.
- Et comment vous l'avez vécu, du coup, cet infarctus ?
- Bah, je vous dis, sur le coup, on me parlait d'infarctus. Je me suis dit, bah, pff, ils doivent se tromper enfin. Ils ne parlent pas de moi, enfin entre guillemets, je veux dire et puis après, on a été complètement pris en mains, là vous parlez vraiment de, les quelques heures ?
- Oui voilà oui.
- Je crois que j'ai vraiment réalisé le, le lendemain. J'ai vraiment été complètement pris en charge et pour moi ça a vraiment été impressionnant ; impressionnant d'efficacité je veux dire, je me suis jamais senti euh en danger.
- D'accord oui, vous étiez rassuré.
- Oui oui.
- Comment était votre santé avant votre infarctus ?
- Jamais, jamais rien, je faisais des triglycérides mais euh jamais de bobo particulier. J'avais fait de l'asthme quand j'étais enfant euh je n'en faisais plus depuis mon adolescence. Je ne fumais pas, je ne buvais pas, j'avais une vie qui me semblait tout à fait banale, sans excès particulier.
- Euh, et comment est votre santé depuis votre infarctus ?
- Et bah, j'ai l'impression qu'elle est meilleure qu'avant. J'ai perdu du poids, euh j'ai perdu du poids. Je fais régulièrement maintenant une activité physique euh voilà.
- Vos loisirs ont changé ? Alors des fois je vais vous reposer des questions exprès pour des réponses, parce que des fois les réponses sont, peuvent paraître évidentes mais je suis obligé d'avoir des réponses concrètes. Donc, des fois vous remarquerez je vous reposerai les questions.
- Ça ne m'inquiète pas (rires) !
- Donc oui vos loisirs ont changé ?
- Non.
- Mais vous disiez que vous faisiez un peu plus de sport, c'est ça ?
- Maintenant, je marche, qu'est ce que je marche ! Euh auparavant, je prenais ma voiture pour aller de, de chez moi jusqu'au busway parce que j'habite à côté du busway, ça fait 5 min à pied et je prenais ma voiture. Et maintenant je circule principalement à pied.
- D'accord oui voilà. Vos loisirs n'ont pas changé mais vous avez, enfin, votre façon de vie a changé.
- Oui.
- Pour vous, qu'est-ce-que ça veut dire d'avoir un infarctus, enfin qu'est ce qui se passe dans votre corps ? Qu'est ce qu'un infarctus ?
- L'infarctus pour moi c'est une, alors j'utilise sans doute pas les bons mots, enfin c'est une coronaire qui est bouchée euh et qui bah qui empêche la circulation enfin l'oxygénation du sang, du cœur pardon, voilà et bah évidemment ça peut poser des soucis. Euh que vous dire d'autre ?
- Donc c'est ça, c'est tout à fait ça. Et quelles en sont les causes pour vous ?
- Alors les causes, à priori, c'est un mélange détonnant entre le stress et les triglycérides. Alors que je ne me sentais pas particulièrement stressé, en tout cas pas par mon travail.
- D'accord, et quelles en sont les conséquences sur votre corps ?
- Aujourd'hui sur mon corps...Alors que je le veuille ou non euh je, je m'écoute sans doute plus qu'avant et j'en ai pas envie, et j'en ai pas envie parce que, j'ai vu que vous aviez un petit courrier, parce que je ne me sens pas en fait malade. Euh pour moi je l'ai été, je sais quand même que je le suis encore puisque et je le serai toujours puisque je prends des médicaments etc. et que je ne peux pas ignorer ce qui s'est passé mais vous ne me verrez jamais dans une association d'anciens combattants si je peux dire, euh non je, il s'est passé

- quelque chose, j'ai une nouvelle chance euh je ne sais pas comment vous expliquer là, ce que je ressens. Enfin, oui, dans mon corps, je, je, oui, je m'écoute enfin. Voyez, hier soir par exemple, j'étais fatigué, je faisais du tir à l'arc, j'étais fatigué, j'y suis allé quand même. J'ai tiré comme une patate, je m'en doutais bien euh j'avais mal dans le dos fin je je suis toujours en train de me dire, enfin toujours j'exagère mais est ce qu'il n'y a pas un retour à quelque chose etc., est-ce-que c'est une douleur normale ? Euh voilà ça m'énerve et je, j'espère pouvoir rapidement passer au-dessus de tout ça.
- Vous êtes plus anxieux que, qu'avant ?
 - Sans doute, oui, ça dépend, ça dépend. Ça dépend de mon humeur également, voyez aujourd'hui, je, j'ai la vraie patate euh bon j'ai bien dormi, parce que j'ai des problèmes de sommeil mais qui sont pas dû à... Ça fait 20 ans hein, ça fait 20 ans au moins et euh là j'ai bien dormi. J'étais tellement crevé hier soir que je j'ai dormi comme un bébé euh voilà mais euh pff, j'ai du mal à répondre précisément à votre question parce qu'en fait, il y a des fois ou vraiment je ressens vraiment rien. C'est comme si de rien était, et parfois je suis entraîné de m'écouter comme un petit vieux, je dis bien. Alors je sais que je ne réponds pas à votre question.
 - Oui c'est variable en fait et dans l'ensemble vous vous sentez un peu plus anxieux qu'avant...oui ça dépend des jours quoi.
 - Ça dépend vraiment des jours. Si jamais, je suis tout seul et que je cogite, je sais que je vais sans doute me fabriquer une douleur. Je parle pas simplement d'une douleur ici. Ça peut être une douleur dans le dos, je, je remarque que j'ai plus mal dans le dos. Avant je ne savais même pas que j'avais un dos. Aujourd'hui euh, je, j'ai plus mal, parfois.
 - Est-ce que votre moral a changé ?
 - Alors il a été vacillant pendant un certains temps. J'ai eu besoin d'ailleurs de rencontrer Mme Le Hélias. Je prends encore de euh qu'est ce que je prends ?? Je sais même plus excusez-moi...je prends un demi Alprazolam le soir et un demi...
 - C'est pour dormir ou le moral ?
 - Non, non. Oh lala, je suis vraiment désolé je sais même plus ce que c'est !
 - Imovane, Stilnox euh Seresta, Seroplex
 - Oui
 - Seroplex d'accord. Donc ça, c'est depuis votre infarctus ?
 - C'est depuis mon infarctus, à la sortie de mon infarctus je prenais 1 Seroplex et je me suis senti mieux. Maintenant, j'en ai pris ½ euh tout seul hein, et j'ai la, j'ai peur de manquer donc je je continue à en prendre.
 - Le traitement a été commencé après l'infarctus ?
 - Oui où là vraiment après l'infarctus, pour moi j'étais fini.
 - Ah oui ?
 - Oui. J'avais vraiment le moral très très très bas.
 - Ah oui, et ça a duré longtemps ou pas ?
 - Bah quelques mois quand même. Ce qui m'a vraiment remonté le moral euh ce sont les séances que j'ai fait ici euh avec le vélo etc.
 - Donc de rééducation ?
 - Ouais, ouais, parce que je me souviens, quelques jours après être rentré chez moi, euh, 10 jours après, j'ai simplement voulu poster une lettre qu'était à 100m de chez moi. Ça tournait, enfin, je me suis dit c'est pas vrai, enfin, j'étais pas bien. Je savais que je me disais si ça doit continuer comme ça, c'est ridicule. Et puis, un mois après, j'ai fait ma, ma rééducation ici et là j'ai vraiment, j'ai compris que bah, qu'on pouvait vivre comme avant et même mieux !
 - Récupérer ?
 - Ah oui récupérer.
 - Donc la rééducation, elle a commencé quand, en fait, pour vous ?
 - Elle a du commencer le 05 août, de mémoire.
 - D'accord, un mois après l'infarctus. D'accord.
 - Oui. Jusqu'à fin septembre à peu près, un petit peu avant. J'ai recommencé mon travail le 25 septembre, ça devait être le 23 ou le 22.
 - Qu'est ce que vous faites comme travail ?
 - Alors je suis médiateur du patrimoine. Alors ça ne veut rien dire... Je suis dans la fonction publique territoriale, je travaille aux archives départementales et je donne des cours de paléographie et des conférences d'initiation à la recherche historique, aux archives.
 - D'accord. Et est-ce-que votre place dans votre milieu professionnel a changé ?
 - Non.
 - ...Depuis votre infarctus ?
 - Rien a changé.
 - Rien a changé. Vous n'avez pas modifié vos conditions de travail ?
 - Rien du tout.
 - Vous avez repris à plein temps d'emblée ?
 - Oui. La seule chose qui a changé, c'est que j'ai un pouvoir de relativiser maintenant. Mes conférences, on est deux à faire des conférences de découverte aux archives. J'ai mon collègue qui est en plein dedans là, il donne une conférence maintenant. Euh il a fini la préparation une demi heure avant, moi aussi quand ça m'arrive, mais alors maintenant prr, je me dis bah je ferais ce que je pourrais et euh, alors qu'avant j'étais invivable, je le sais. Je sais que j'étais invivable, je m'enfermais dans mon bureau pendant une semaine pour euh, pour terminer ma préparation etc et là, bon pourvu que ça dure.
 - D'accord. Euh quand vous prenez votre traitement, comment ça se passe ? Est-ce que vous l'oubliez ? Est ce que ça vous angoisse ?
 - Non jamais, non. Je prends deux médicaments le matin, deux le midi et un le soir et euh non non ça fait parti maintenant de mes habitudes.
 - Donc ça se passe bien, enfin je veux dire...
 - Oui. Je les prends vite, je les prends vite. Après les avoir pris, je je suis plus malade (rires).
 - Pour vous, à quoi servent ces médicaments ?
 - Et bien à réguler euh bon je je j'ai un médicament qui sert à fluidifier le sang, au moins un, j'avoue qu'il y en a certains que, je suis bête et discipliné, on me dit de prendre ça, je prends hein. Il y a le Tahor, je crois qu'il est là pour euh pour baisser mon taux de cholestérol ou de euh triglycérides, Kardegic pour fluidifier le sang, le reste, ah si il y en a un qui doit être pour baisser mon taux euh mes pulsations cardiaques ; autrement je ne sais pas.
 - D'accord, est-ce que pour vous, le traitement est une contrainte ? Le fait de prendre des médicaments ?
 - Je préférerais ne pas en prendre mais euh non.
 - Est-ce que vous avez des effets secondaires ?
 - Je me sens plus fatigué qu'avant. Il y a des moments où vraiment je suis crevé euh crevé quoi.
 - Est-ce que vous êtes marié ?
 - Oui.
 - Quelle est l'implication de votre conjointe dans votre traitement ?
 - Dans mon traitement ?
 - Dans la prise des médicaments ?

- Euh rien, enfin aucune implication.
- Est-ce que le suivi est une contrainte pour vous ? Donc le suivi, les prises de sang euh les consultations, les renouvellements, épreuves d'efforts fin ... ?
- Bah c'est, oui oui euh d'une certaine manière oui. Je sais que c'est obligatoire, je sais que c'est pour mon bien euh pardonnez-moi mais le fait déjà de venir ce soir, au fond de moi c'est malgré tout une contrainte aussi. Euh, si je ne vous ai pas fait venir à la maison, même si vous êtes la bienvenue, ce n'est pas le problème, mais euh à la maison je ne parle jamais de ça. Il y a mes enfants etc, je sais pas, enfin c'est mon monde, j'avais pas, j'ai pas envie de mélanger.
- ...De mélanger les deux...
- Oui. Je parle de ce que j'ai eu ici et c'est tout.
- Justement, il y a une question par rapport à ça. Est-ce-que cet évènement est parlé dans votre famille et dans votre entourage proche ?
- Bah on me demande comment je vais, c'est... Je pense qu'on devait me poser la question avant aussi de manière naturelle. Euh. Aujourd'hui, j'ai la sensation qu'on appuie un peu plus sur la question et euh, on en parle pas si vous voulez, on en parle pas, je, c'est pas tabou, c'est pas ça mais pour moi, à la limite ça me regarde et euh je dis bien je suis pas un ancien combattant. Donc euh, je dis toujours et ce qui est souvent vrai, « Ça va » ! Ça va et puis j'ai pas envie qu'on en parle.
- D'accord. Euh alors une question très générale, qu'est ce que l'infarctus a changé dans votre vie ?
- Je crois vraiment que j'ai pris conscience d'abord qu'on, qu'on allait mourir, et euh j'ai l'impression que je n'y pensais même pas euh et que ça peut venir n'importe quand, n'importe comment euh donc j'ai décidé vraiment de vivre; de vivre mais pas de vivre en me disant je vis parce que je sais que je vais mourir mais pour moi, la vie est belle quoi enfin je suis pas, j'suis pas devenu un zen attitude enfin je m'extasie pas devant les petits oiseaux, je m'énerve toujours en voiture c'est pas le problème mais, mais je me dis mince il y a, y'a des problèmes, des problèmes de famille par exemple, ça ne me concerne plus. Je me dis maintenant on est là pour une durée X, on est, je je je veux vivre sereinement, le plus sereinement possible ; donc là aussi, je relativise des choses qui auparavant me paraissaient essentielles.
- Est-ce que vous voyez la mort différemment ?
- Je sais pas. C'est pas une copine hein. C'est pas une copine euh, je n'ai pas vu de long tunnel blanc etc., j'ai plus envie toujours de penser à la vie et puis, et puis on verra bien.
- Vous prenez plus conscience qu'elle existe ?
- Oui, ouais.
- De ce que vous disiez tout à l'heure, enfin sans vouloir influencer vos réponses...
- Non, non, mais c'est tout à fait ça ouais.
- Est-ce que votre sommeil a changé depuis votre infarctus ?
- Bah il était déjà mauvais. Alors malgré tout, je pense que c'est lié à la question précédente pour moi. Euh, je pense que j'ai eu un moment des peurs nocturnes. Je ne voulais pas m'endormir, et euh est ce que c'est encore le cas aujourd'hui ? Je ne sais pas mais enfin je vous dis depuis euh l'âge de 20 et quelques années, j'ai des problèmes pour m'endormir. Non, pour moi, ça n'a pas changé particulièrement en dehors de, du départ je le dis bien où j'avais des peurs nocturnes.
- D'accord, donc ça, ça le sommeil a changé au départ quoi ?
- Ouais.
- Enfin aux décours de l'infarctus et ensuite c'est redevenu normal.
- Il était très mauvais, il est redevenu mauvais.
- Ouais d'accord. Est-ce que votre alimentation a changé ?
- Oui.
- Oui ? C'est-à-dire ?
- Bah c'est-à-dire que je mangeais un peu tout et n'importe quoi, surtout n'importe quoi. Euh le midi notamment euh je mangeais des plats cuisinés tout prêt etc. euh et puis très peu de légumes, du poisson prr ! Très rarement et j'ai redécouvert les saveurs des légumes euh et depuis quelques mois, j'ai j'ai changé mes habitudes culinaires enfin le midi notamment. Et, je déjeune maintenant au restaurant d'entreprise, d'entreprise enfin administratif. Où là et bien il y a des plats qui sont... Enfin tout est préparé c'est vous voulez, c'est des cuisiniers etc. donc je, tous les midis je me mange un gros plat de légumes et le pire c'est que j'adore ça. Donc ce n'est pas une contrainte. C'est pas une contrainte et je mange bien le midi. Le soir du coup, j'ai pas souvent faim donc ça m'arrive de re-grignoter un peu plus tard mais en faisant quand même attention à ce que je mange. Et donc maintenant, je mange régulièrement du poisson, je n'assaisonne pratiquement plus enfin les sauces etc. c'est euh et je dis bien ça ne me manque pas.
- Euh, est ce que vos projets en général ont changé ?
- Non je ne pense pas. Je pense, non. Je dis je ne pense pas parce qu'en fait je n'ai pas de projet particulier euh il y a juste ma femme qui a un projet immobilier, je dis ma femme, parce euh qu'elle a eu, ses parents ont vendu un grand terrain à l'autre bout de la France etc. et elle est, elle aurait voulu faire construire une maison sur ce terrain, il y a longtemps, il y a déjà plusieurs années et euh moi pour des questions pratiques, enfin, je ne me voyais pas du tout faire construire à 800km une maison, y aller une fois tous les 2 ans comme on avait l'habitude d'y aller. Donc du coup, elle aimerait acheter un appartement, mettre en location et je considère que c'est plus son projet que moi. C'est horrible à dire mais entre guillemets, ça ne m'intéresse pas, ça ne m'intéresse pas et ça ne m'a pas intéressé avant et je pense que ça va pas plus m'intéresser maintenant.
- Ça n'a pas changé votre vision des choses ?
- Non.
- D'accord. Est-ce que votre place dans la société a changé depuis que vous avez eu votre infarctus ?
- Non. Non. Tout simplement parce que je pense déjà que c'est une maladie qui ne se voit pas. C'est sûr que si on découpait un bras, ça se verrait un peu plus. J'ai l'impression que les gens qui savent, notamment à mon travail, sont plus gentils avec moi, plus attentifs etc. C'est peut être une idée que je me fais mais je, je ne sais pas. Mais autrement ma place euh non c'est la même.
- D'accord. Est-ce-que votre place dans votre famille a changé ? Alors je ne parle pas de votre couple mais dans votre famille.
- Non.
- Vous avez des enfants ?
- Trois.
- D'accord. Est-ce que votre place dans votre couple a changé ?
- Dans mon couple... ?
- Oui, avec votre femme euh...
- C'est possible. Je dirais comme beaucoup d'hommes, comme beaucoup d'hommes je pense en tout cas, enfin vu mon micro-sondage que je peux faire auprès d'amis etc. euh j'ai jamais été un passionné des contraintes administratives et je pense que je le suis de moins en moins. Euh dans le mot relativiser, je pense que je relativise vraiment plein de choses. Et euh ma femme combat légitimement pour que je puisse reprendre plus ma place. De même, par rapport aux devoirs des enfants, enfin bon des enfants, j'ai mon fils ainé qui va avoir 19 ans, mais mon petit dernier qui va avoir 14 ans a encore besoin d'être quand même...
- ...Chapoté un peu ?

- Oui chapoté et là, je sous-traite là aussi très très facilement auprès de ma femme ; et euh elle me redemande enfin elle me demande d'être plus présent par rapport à l'éducation déjà de nos enfants d'une manière générale.
- D'accord, donc vous avez l'impression que l'infarctus a accentué en fait ce, ces choses là ?
- Oui, oui. Je pense que je suis tombé d'une certaine manière, dans une forme de « Je m'en foutisme » qui était sûrement une forme de déprime. Je l'analyse comme ça, enfin bon je, j'ai vraiment plongé hein euh j'ai vraiment plongé. Je vais vous raconter un petit peu pourquoi aussi et euh en remontant, bah en remontant très franchement, c'est vrai que lorsqu'on a pris l'habitude d'être bien au fond et d'être complètement assisté de madame etc. bah quand on remonte de ne rien faire ou peu faire, j'exagère. Alors si j'ai plongé, je pense que euh le terreau était quand même bien fertile pour ça et c'est Mme Chauveau pourra sûrement vous en parler euh, j'ai assisté à une réunion euh post, euh, enfin je ne sais plus comment ça s'appelle, enfin de respecti cœur avec le Dr euh
- Une réunion d'éducation ;
- Oui, avec le Dr S....
- Le Dr Stora ?
- Oui, oui. Et, là il y avait un groupe d'une dizaine de personnes de tout âge qui racontait leurs expériences et euh moi déjà, et là aussi je ne me sentais pas concerné. Moi j'ai 48 ans euh des gens de 80 ans, d'autres qui, qui approchaient mes âges etc. mais euh bah je je, moi je considère que chaque histoire appartient à chaque individu, euh il y a de personnes enfin on le vit d'une certaine manière. Mon, votre voisin ne va pas le vivre de la même manière. Et le Dr Stora a tenu d'après moi, des propos alarmistes euh qui moi m'ont fortement déplu. Donc à partir de là, je n'ai plus voulu assister à la moindre réunion parce là moi j'ai considéré que c'était des, une réunion où vraiment on plombait le moral. Je dis bien j'aurais sans doute eu 30 ans de plus, j'aurais sans doute raisonné d'une autre manière. Je suis bien conscient que si je ne respecte pas les règles du jeu, si je ne prends pas mes médicaments, si j'ai une hygiène de vie euh mauvaise etc. et puis il y a un facteur indéterminé, que ça peut recommencer. Euh voilà, mais je trouvais qu'il appuyait sur beaucoup de choses que moi je n'avais pas besoin d'entendre. Je préfère là, je connais plusieurs personnes qui, je connais un monsieur qui a 77 ans, qui fréquente les archives et qui a eu un infarctus à 48 ans. Il me dit depuis...voilà, j'ai, j'ai d'autres personnes, je préfère écouter ce genre de discours. C'est pas parce que pour moi on tient un discours positif, qu'obligatoirement on peut faire tout et n'importe quoi après je veux dire, là pour moi c'était avant tout du négatif. C'est comme ça que moi je l'ai profondément ressenti, et le le, c'était un matin et l'après midi mais j'étais en dessous de 0. Un rejet total. Je lui ai dit d'ailleurs au Dr Stora que je voyais pas l'utilité.
- D'accord. Bah j'allais vous demander qu'est ce que l'éducation, qu'est ce que le réseau respecti cœur vous a apporté ?
- En dehors de ça, plein de choses. Euh j'ai, j'ai rencontré et je pense que je vais la revoir bientôt, bah mince je ne me souviens plus de son nom, la diététicienne euh bah les entretiens avec Mme Le Hélias aussi et puis les contacts avec Mme Chauveau, euh non tout ça, tout ça, c'est positif, c'est positif. Et il y a eu également un euh, une réunion avec qu'est ce qui est bon ou pas bon etc. pour... Euh... Heureusement que j'ai commencé par cette réunion, parce que pour moi elle était très importante. La deuxième non. Et après je n'ai pas voulu assister aux autres.
- D'accord. Donc il y a eu du bon et du mauvais quoi mais globalement ça vous a apporté des bonnes choses.
- Oui tout à fait.
- D'accord. Est-ce que donc la place dans le couple du coup on en a parlé. Est ce que votre vie sexuelle a changé ?
- Au début oui, ouais. Elle a changé en ce sens que je j'avais plus aucun désir, non plus rien. Alors est ce que c'était à cause des médicaments ? Je sais pas. Euh la dépression euh l'impression de mourir demain, j'avais plus, je ne ressentais plus de plaisir à vivre, donc pourquoi rechercher un autre plaisir.
- Et donc là ça va mieux ?
- Oui.
- D'accord. Est-ce que vos relations avec vos amis ont changé ?
- Oui. Ouais, j'ai fait du tri. J'ai fait du tri euh c'est pas un rhume que j'ai eu euh et il y a des personnes qui n'ont pas pris de mes nouvelles, donc ceux ne sont plus des amis. D'autres que je ne pensais être que des relations et qui en fait euh
- Se sont révélés être des amis.
- Ouais. Donc c'est positif. Et euh enfin bon, ça me fait penser parce que j'ai eu plusieurs amis en fait qui m'ont dit connaître soit des gens très proches de leur famille de tous âges, j'ai l'impression que tout le monde a quelqu'un dans sa famille qui a eu un infarctus, et euh bon j'ai pas de chance, on m'a peut être caché plein de choses mais jusqu'à présent toutes les personnes qui ont eu ça sont encore vivantes, bien portantes à priori.
- D'accord. Est-ce que vos relations avec vos connaissances ont changé ? Les connaissances, les gens que vous côtoyez sans être des amis ou les gens... ?
- Non, non. La plupart de ces connaissances je ne leur ai pas dit, non je ne fais pas de publicité en disant j'ai eu un infarctus. Non, non ça n'a pas changé.
- D'accord. Est-ce que le regard d'autrui a changé depuis que vous avez eu votre infarctus ?
- Je pense, oui. Je vous disais tout à l'heure, j'ai la sensation euh qu'on est plus gentil. On était pas méchant avec moi avant c'est pas ça mais euh...des petites attentions, j'ai vraiment l'impression qu'on oublie, je vais pas tomber dans le monde de oui-oui hein c'est pas ça mais euh ouais les gens sont sympas, alors je sais pas pourquoi. C'est peut être moi, qui dis, qui idéalise tout le monde euh je sais pas, mais j'ai la sensation qu'effectivement on me, on fait plus attention à moi.
- D'accord. Comment vous a-t-on parlé de votre maladie ?
- Ici ou d'une manière générale ?
- Alors là je parle du réseau général, médical, paramédical. Enfin globalement.
- Ça a tout le temps été clair, ouais ça a tout le temps été clair et comme je vous disais tout à l'heure, j'ai vraiment l'impression d'avoir été bien transporté enfin je ...
- Pris en charge ?
- Oui totalement. Je n'ai pas senti qu'on me cachait quelque chose.
- D'accord, on vous l'a bien expliqué votre maladie ?
- Oui, oui. Je sais pas si j'ai su vous le transmettre mais...
- Oui, oui tout à fait oui oui oui mais euh, est ce que vous vous sentez bien compris ? Quand vous en discutez avec le personnel médical ou paramédical ?
- Oui, oui, oui. Déjà j'ai pas une grande expérience entre guillemets, enfin je veux dire mon médecin traitant bah c'est mon médecin traitant, euh donc elle connaît très bien. Pour les épreuves d'efforts, j'ai souhaité les faire ici parce que je suis vraiment tombé sur une équipe, euh, Myriam, tout le monde, enfin, vraiment sensationnelle. Bah écoutez mon cardiologue je l'ai vu 2 fois, ça passe bien, autrement je n'ai pas de contact particulier avec le monde médical.
- D'accord. Vous vous sentez écouté, d'une manière générale ?
- Oui, oui, oui.

- Avec qui vous préférez parler de votre maladie ? Alors là, pareil, je parle du milieu médical et paramédical. Est-ce qu'il y a quelqu'un avec qui vous vous sentez plus à l'aise pour euh pour parler de votre, de ce qui s'est passé, de votre infarctus de ... ?
- Non. C'est pas une maladie honteuse, j'en parle parfaitement librement avec tout le milieu médical.
- Il n'y a pas une personne en particulier ?
- Non, non.
- D'accord. Bon bah ok. Bon bah, ça y est, c'est fini.

Patient P9 DN: 11/12/29, Date IDM: 16/10/11, Date entretien: 17/04/12, marié, pas d'enfant, retraité (ancien chercheur en neuroscience).

- Alors est ce que vous pouvez me raconter ce qu'il s'est passé pendant, le jour de votre infarctus ?
- Oui le jour de mon infarctus c'était un dimanche euh c'était un dimanche, c'était à la suite d'un congrès important qu'est le congrès Sofmer. Vous connaissez Sofmer ? La société des médecins de rééducation qui avait lieu, auquel j'ai participé. Je tenais, je tenais un stand dans ce congrès Sofmer à la cité des congrès à Nantes sur l'association dont je m'occupe des familles de traumatisés crâniens. Et bah ce stand bien sûr, je l'ai fait tenir par des gens de mon association et j'ai participé à toutes les conférences. Je connais pas mal de médecins en en rééducation, et donc le dimanche je me reposais, je me reposais, je euh. Avec mon épouse nous sommes partis faire une petite promenade dans le parc de Procès qu'est près de chez nous, et en revenant de de cette petite promenade mais vraiment la promenade familiale hein, j'étais avec mon épouse, j'ai, en remontant chez nous, je me suis senti dans la rue, je me suis senti un peu un peu fatigué, avec des espèces de petits vertiges et j'ai dit à mon épouse : « Je me sens pas bien, je m'arrête une seconde ». Parce que j'avais déjà eu cette euh, ce sentiment de cette sorte de petits vertiges, je me tiens et puis mais ça passe. Et je me suis dit, bon ça va passer. Et puis en fait en fait mon épouse me racontait qu'elle s'était tournée vers moi et m'avait dit « Ca ne va pas ? ». Et j'ai pas entendu sa question et je me suis écroulé, je me suis écroulé, mais elle comme elle était là juste à côté de moi, elle m'a empêché que je tombe brutalement sur le trottoir et je me suis retrouvé moi allongé sur le trottoir avec les pompiers qui discutaient au-dessus de moi. Donc combien de temps s'est t-il passé, je sais pas. J'ai dû perdre un peu connaissance, j'ai perdu mes urines, j'avais déjà eu ce phénomène une fois chez moi, on m'avait dit que j'avais fait un malaise vagal, j'avais eu ça une fois chez moi une fois il y a 2 ou 3 ans, une nuit où je m'étais levé comme ça pour lire parce que je ne dormais pas, je m'étais levé pour lire dans ma chambre et en me relevant de ma lecture pour aller me recoucher, je m'étais écroulé. J'avais également complètement inondé mon pantalon et puis mon épouse qui était à côté était venue, et puis le médecin. On avait appelé SOS il avait dit bon c'est un malaise vagal, donc là sur le coup, elle a dit mon mari fait un malaise vagal. Bon, bah, dans notre chance voilà dans notre euh, dans cette histoire on a eu beaucoup de chance parce que un pompier qui revenait d'une promenade aussi dans le parc avec sa femme est venu tout de suite, il a dit à ma femme : « Ne vous tracassez pas je suis pompier, je m'occupe de votre mari, j'ai mon téléphone portable, j'appelle mes collègues ». Une infirmière qui était là aussi à se promener est venue aussi en disant : « Je suis infirmière, je m'occupe de votre mari ». Bon donc elle s'est sentie euh rassurée et les pompiers, moi j'ai entendu les pompiers qui disaient bon, un pompier disait : « Où bien on va l'emmener chez lui et puis ils appelleront SOS médecin ou bien on va l'emmener aux urgences, c'est le médecin des pompiers qui va décider ». Celui qui était à côté de moi, je l'entendais qui disait ça et le médecin lui a dit : « Bon on va aux, je choisis les urgences, donc on va l'emmener ce monsieur aux urgences. » Ils m'ont demandé si j'avais mal dans la poitrine, non j'ai pas eu mal, j'ai eu cette espèce de petit vertige mais voilà, j'ai dit non, j'ai pas eu mal mais ils m'ont mis la trinitrine quand même sous la langue et puis ils m'ont installé dans leur voiture et ils m'ont emmené aux urgences. Et aux urgences, j'ai vomi dans la voiture, j'ai vomi dans la voiture, je les ai averti avant je sentais que ça venait et arrivé aux urgences le médecin des urgences a dit, bon euh direction Laennec, part avec le SAMU. Donc et le SAMU est arrivé, le SAMU s'est occupé de moi, ils ont averti Laennec que j'arrivais et donc je suis arrivé ici et le Dr Lebrun a fait l'intervention d'urgence en passant par la fémorale. Et bon moi, il m'a juste anesthésié localement mais euh moi je me suis concentré, bon on peut regarder sur un écran mais moi j'ai choisi de fermer les yeux et de rester calme le plus possible, d'ailleurs il m'a complimenté à la fin en me disant : « Je vous remercie beaucoup parce que vous n'avez pas bougé du tout ». Mais et néanmoins ça a quand même été une surprise quand il m'a dit, bon Mr Gueneau vous aviez une artère bouchée, je l'ai débouché, c'est la circonflexe, j'ai mis un stent dedans mais vous en avez une autre, l'IVA, qui est très rétrécie, je veux pas la faire maintenant parce que ça m'obligerait à vous mettre trop d'un produit qui est nocif.
- Oui, l'iode oui.
- Qu'il faudrait ensuite évacuer donc mais je la ferais dans un mois, je vous ferais revenir dans un mois et vous en avez une troisième qui est bouchée depuis très très longtemps, qui est sur la coronaire, je sais pas laquelle, sur laquelle je ne pourrais rien faire parce que elle est bouchée depuis très très longtemps. Donc pour moi ça a été une surprise parce que je ne pensais pas que sur ces trois artères coronaires, j'en avais, j'avais ces dégâts là, parce que j'avais pas eu de signe. Bon voilà mais il m'a dit bon bah on l'a débouché, bon vous allez aller aux soins intensifs, où j'ai été très très bien accueilli, ici très très bien soigné, et puis des soins intensifs je suis passé aux soins ordinaires, puis je suis retourné chez moi et un mois après, je suis revenu en ambulatoire pour la 2^{ème} qui elle s'est passée par le bras et beaucoup plus, là on était dans le, dans quelque chose de programmé.
- Hum hum pas du tout dans l'urgence.
- Pas du tout dans l'urgence.
- Et comment vous l'avez vécu cet euh cette journée en fait ?
- D'abord une grande surprise, une grande surprise parce que je ne pensais pas je, bon je savais que j'avais, je savais que j'avais un certain facteur de risque puisque j'avais de l'hypertension et puis j'avais des médicaments pour ça, j'avais un médecin, mon médecin généraliste qui me suivait régulièrement, j'avais du cholestérol mais là aussi j'avais un médicament et j'ai été suivi régulièrement. Bon j'avais, euh j'avais une vie peut être un peu trop sédentaire parce que je suis plus un intellectuel qu'un manuel et que je, je suis plus un homme de bureau et d'ordinateurs et de réunions avec un homme donc je savais que j'avais une vie un peu trop sédentaire euh que c'était pas euh peut être excellent mais je ne m'attendais pas à ça. La deuxième chose qui m'a frappé aussi c'est en venant aux réunions ici c'est-à-dire que quand je suis venu aux réunions que je j'ai beaucoup apprécié de respectif cœur, je me suis, quand on s'est présenté en petit groupe je me suis aperçu que moi j'annonçais mon âge, j'avais 82 ans mais les autres personnes qui étaient là, elles avaient 45 ans, elles avaient 50 ans. Moi je me suis dit bon j'ai 82 ans, j'ai aussi mon facteur âge, je peux pas demander l'impossible ça paraît maintenant, euh bon donc j'ai eu ce réflexe là aussi en me disant tu n'es plus tout jeune donc euh mais mais quand même l'élément dominant c'était quand même la surprise, c'était quand même la surprise et le deuxième élément dominant c'est quand même aussi le facteur chance. Je me suis dit quand quand je pense à toutes les personnes qui sont intervenues au moment où je suis tombé entre ces pompiers qui se promenaient, cette infirmière, les pompiers, le SAMU, l'arrivée ici en urgence, les soins intensifs, je me suis dit mais tout ça dans l'immédiat, je me suis dit mais si ça m'était arrivé en pleine campagne ou la nuit, j'aurais passé beaucoup de temps, il y a un espèce de facteur chance pour les personnes qui je le vois bien d'ailleurs parce que je m'occupe de l'association des traumatisés crâniens en particulier comme je vous le disais au niveau national et européen, il y a un facteur chance terrible pour eux parce que leur accident va arriver où et comment ? Quand allons-nous les prendre en charge ces traumatisés crâniens ? Le dégât, j'ai moi-même été chercheur sur le cerveau et je sais comment le cerveau s'il n'est pas alimenté par le sang comment les cellules nerveuses ? Je travaillais

- en microscopie électronique en expérimental chez le lapin et je voyais mes cerveaux de lapin quand il, quand une perfusion euh avait mal réussie et tout et tout, les dégâts terribles qu'il y avait et donc je, il y a un facteur chance énorme. Donc j'ai euh je jongle avec tout ça. La surprise, le bilan quand même assez lourd mais comme me disait le cardiologue ici à respecti cœur, il m'a dit mais avant vous circulez en avion et tout pour vos réunions et vous ne saviez pas que vous aviez vos artères bouchées, maintenant euh vous savez que vous en avez une de bouchée, vous en avez deux qui ont un stent et qui circulent donc vous êtes moins en danger maintenant que vous ne l'étiez il y a quelques mois.
- Et vous avez un traitement en plus médical donc.
 - Et j'ai un traitement médical, j'ai un traitement médical. Donc euh je mélange tout ça.
 - D'accord, d'accord. Comment était votre santé avant votre infarctus ? Donc c'est ce que vous disiez un peu tout à l'heure...
 - Un peu de fatigue peut être parce que euh je vous disais il y avait ce congrès bon comme c'est, j'étais responsable de ce stand et tout ça et que je ne voulais pas perdre une des conférences qui était très intéressante donc il fallait se lever de bonne heure le matin, il fallait arriver tard le soir, ça s'enchaînait avec les différentes journées, d'autant plus qu'il y a eu le congrès mais avant le congrès il y a eu un colloque supplémentaire sur les troubles du comportement sur le traumatisé crânien bon à l'école centrale, organisé par le congrès mais une journée avant et à laquelle je suis allé aussi parce que c'est dans le domaine dont lequel je m'occupe. Donc j'avais certainement accumulé peut être un petit peu de fatigue, et je sais que le dernier jour du congrès, le samedi matin, en remontant de l'amphithéâtre, je me suis senti un peu fatigué. Ensuite j'avais une réunion de famille le samedi après-midi donc je ne voulais pas priver mon épouse de cette réunion de famille donc le congrès est terminé à midi, je suis parti à la réunion de famille et bon. Le dimanche on s'est reposé, on s'est reposé oui tranquillement, on est allé faire notre petit tour dans le parc et puis pof je vous ai dit écroulé.
 - D'accord, donc fatigue mais vous étiez, vous qualifiez, vous étiez en bonne santé ?
 - Oui oui j'étais en bonne santé oui oui.
 - Et comment est votre santé depuis votre infarctus ?
 - Ma santé est meilleure. J'ai bien récupéré je pense que j'ai bien récupéré, récupéré progressivement, progressivement. Bon il a fallu peut être s'adapter aux médicaments aussi puisque ça fait quand même une dose euh j'ai 8 médicaments par jour quand même, j'ai 8 médicaments par jour qui ne sont pas anodins donc euh il a fallu s'habituer aux médicaments mais euh je reprends goût à mes activités, je sens quand même, bon est ce que c'est psychologique, est ce que c'est, je sens quand même que euh et puis je jongle comme je vous le disais avec mon âge c'est-à-dire qu'on a plus la résistance qu'on a quand on a 30 ans ou 40 ans ou 50 ans donc je euh je jongle avec tout ça, ma préoccupation c'est euh si ma journée et si je peux équilibrer ma journée c'est-à-dire c'est, je suis un bon dormeur, j'ai cette chance, je dors bien, si je fais une petite sieste l'après-midi mais ça c'est quand je peux organiser ma journée. Quand je suis en congrès, je pars à Stockholm la semaine prochaine, je pars à Stockholm, il n'y aura pas de sieste il y aura la réunion toute la journée, le soir il y a le repas et je tiens beaucoup à ces repas parce que c'est pas pour le repas c'est parce que c'est une occasion unique. On va se retrouver à 17 pays, je suis secrétaire général d'une confédération européenne qui rassemble les associations nationales de 17 pays européens, donc les anglais, les espagnols, les italiens les danois, bon vous avez une occasion unique de rencontrer ces gens là en vous rendez compte, vous savez en congrès. Donc et là en repas le soir on est plus détendu, on est pas dans le thème de l'ordre du jour du congrès donc on échange un tas de choses et je n'aime pas perdre ces moments qui créent des liens, qui renseignent sur beaucoup de choses mais bon il faut y aller, c'est le soir après le congrès, il faut rentrer le soir, votre nuit est plus courte, le lendemain il faut recommencer le congrès donc euh.
 - C'est fatiguant.
 - A un certain âge, le matin vous avez eu votre avion, vous avez eu l'aéroport, l'attente dans les aéroports, le transport entre l'aéroport et le congrès et tout ça, c'est des des fatigues qui s'accumulent et je, je suis entrain de me dire bon si je sens que je fatigue un peu bon j'irais pas tant pis j'irais pas au repas, il est plus important que je me repose que de faire un malaise à Stockholm. (rires)
 - Donc vous pouvez dire que vous avez changé vos loisirs, enfin ... depuis votre infarctus ?
 - Oui on a changé avec mon épouse les sorties, j'essai d'être moins sédentaire, ce facteur là il dépend de moi après tout quand je suis chez moi bon là donc je peux, je fais une sortie maintenant le matin même si elle est courte, elle est quand même je quand même une marche le matin, je fais ça depuis cet incident cardiaque, l'après midi je sors aussi avec mon épouse on va dans le parc, on marche sauf s'il fait un temps de chien bon aujourd'hui il pleut on ne va pas aller sous la pluie on fera ça demain, mais enfin d'une façon habituelle on essaie de le faire et sauf s'il y a une période de congrès ou d'assemblée générale ou de choses comme ça, donc on a changé. Enfin, j'essaie de, de d'éviter le problème de sédentarité. On a changé au point de vu de la nourriture, on a changé des choses aussi donc suite à... suite à nos réunions que l'on a eu ici, donc euh on a tenu compte des bons conseils de la diététicienne, on a supprimé un certain nombre de choses euh comme les viennoiseries, moi je suis fils de boulanger-pâtissier, j'ai été élevé dans les croissants et les pains au chocolat que j'aime bien mais je n'en mange plus (rires). Voilà, on utilise je sais pas du, on a supprimé le beurre pour prendre du Fruit d'or avec de l'oméga 3, on mange peut être davantage de poissons gras, mon épouse veille à tout ça, on a encore pris un rendez-vous tout à l'heure avec Mme Pelé pour voir la diététicienne puisque lorsque l'on est venu ici, c'était une réunion en groupe à partir de généralités et je voudrais que là, on fasse une réunion à partir de ce que effectivement nous nous mangeons concrètement et qu'elle nous dise attention ça il faudrait peut être faire attention à ne pas manger ça, ou ça, donc j'ai pris, on a pris un rendez-vous pour jeudi justement pour voir à partir de ce que nous mangeons, à partir de la façon dont la cuisine est faite, mon épouse viendra avec moi parce que je ne vais jamais dans la cuisine, je ne suis pas du tout cuisinier donc voir un peu si on a pris un bon pli ou s'il y a encore des choses qu'on peut améliorer euh voilà ce qu'on a changé.
 - D'accord, votre sommeil a changé ?
 - Non je dors bien, je dors bien, j'ai toujours bien dormi, je dors peut être un petit peu moins maintenant parce que... est ce que c'est lié à l'âge ? Je ne sais pas, moi je me couche pas avant 11h quand même, pas avant 11h mais je, je dors, si je si je si je me réveille, je j'allume la lumière, je ne me lève plus comme je faisais pour aller lire dans mon bureau, je reste dans mon lit à côté de mon épouse et je lis 10 min, je lis 5 min, 10 min, c'est un bon moyen pour moi parce que quand on lit on part dans le dans l'histoire du livre et on quitte les idées dans lesquelles on s'était embarqué et hop pour moi ça m'aide bien, je repars à dormir.
 - Donc euh votre sommeil n'a pas changé depuis votre infarctus ?
 - Non.
 - D'accord. Est-ce que vos projets en général ont changé ?
 - Mes projets... mes projets ont changé, mes projets... Bah c'est-à-dire de toute façon mes projets ils étaient en question, enfin mes projets, mes projets enfin je vous ai dit je suis secrétaire général au niveau européen, je suis dans le bureau national des associations de familles de traumatisés crâniens, ces réunions de bureau m'oblige à aller à Paris, pour des réunions de bureau des conseils d'administration, ma fonction européenne m'oblige à aller à Stockholm dans la semaine prochaine, à aller à Dublin le mois prochain etc. donc déjà étant donné mes 82 ans, j'avais dit au président, moi j'aimerais bien qu'il y ait un nouveau qui prenne cela et moi bon je peux l'aider au démarrage 6 mois et il le prendrait donc déjà, j'étais donc, bon la difficulté que l'on a c'est que toutes ces réunions se font en anglais, puisqu'on est 17 pays européens et que, il y a des gens qui iraient volontiers mais qui ne parlent pas l'anglais et assister à des réunions en anglais quand on comprend pas l'anglais ça ne sert pas à grand-chose, donc euh donc on a une difficulté pour trouver donc encore au mois de euh, la dernière fois il y avait des élections pour un nouveau mandat j'ai dit à mon président national : « moi je voudrais bien euh arrêter mes fonctions, que tu en nommes un autre ». Et il m'a dit : « Mais si tu pouvais garder encore un petit peu ça

- m'arrangerait ». Donc je me suis laissé faire, donc j'ai gardé ça mais euh, on peut pas le garder indéfiniment, je sens bien que je fatigue davantage et que, et euh j'ai l'âge et j'ai mon problème cardiaque, donc il faut pas que, je peux plus jongler avec les aéroports et les trains et euh les avions et tout ça, et donc je pense que j'arrêterai, je pense que j'arrêterai euh cette année ou à la fin de l'année. Déjà à Stockholm je vais arrêter ma fonction de secrétaire général, je vais rester dans le conseil d'administration pour représenter la France mais je ne serais plus secrétaire général, qui me décharge quand même de toute la correspondance et toute l'organisation bon euh ça ça va se faire déjà, donc j'étais déjà en problème de changement lié avec l'âge.
- Avec votre âge et le fait que, qu'il y ait eu l'infarctus, ça a conforté en fait cette euh...
 - Ca a conforté voilà. Alors d'un autre côté euh d'un autre côté moi ici, d'ailleurs le médecin m'avait dit, mais ne quittez pas tout brutalement parce que c'est mauvais aussi, vous allez vous retrouver tout d'un coup à vous occuper que de vous chez vous. Bon alors je me rends compte effectivement que j'ai, je prends goût, enfin je prends goût bon le fait d'avoir à rencontrer les autres, le fait d'avoir à écrire en anglais, le fait d'avoir à faire des comptes rendus me me, j'apprécie beaucoup ça donc j'ai, j'essaie de trouver une formule pour passer la main sans trop couper.
 - Faire ça de manière progressive.
 - Voilà.
 - D'accord. Pour vous qu'est ce que ça veut dire d'avoir un infarctus ? Qu'est ce qui se passe dans le corps en fait quand on a un infarctus, enfin chez vous qu'est ce que...?
 - Et bah qu'est ce qui se passe, il se passe pour moi que donc j'ai trois artères importantes qui alimentent mon cœur et qui sont, qui ont souffert, qui sont bouchées, qui sont encrassées, qui ont mal irriguées dont deux maintenant ont pu un peu être soulagées par la mise en place de stents mais une troisième est hors service, est hors service donc c'est une mauvaise alimentation en sang et en oxygène de mon muscle cardiaque. Donc euh je comprends que ça joue sur mon activité sur euh sur euh c'est quelque chose de sérieux, c'est quelque chose de sérieux, ensuite c'est pas quelque chose que l'on peut dire, bon bah c'est un infarctus bon bah il est passé. Quand on lit des petites brochures c'est une maladie chronique euh votre cœur et vos vaisseaux sont comme ça et ils seront comme ça euh jusqu'au bout et il faut par des médicaments essayer de les, d'abord que votre rythme cardiaque soit plus lent pour moins se fatiguer, que vos artères soient dilatées pour que la tension soit moins forte, pour éviter que des caillots se forment donc on vous donne un médicament qui fluidifie votre sang mais vous avez un risque d'hémorragie, s'il y a quelque chose le sang étant fluidifié etc. donc vous avez une partie secondaire qui n'est pas négligeable non plus, euh ensuite vous avez vos bêtabloquants...
 - Oui justement, pour vous à quoi servent ces médicaments ?
 - Oui donc vous avez tout ça avec les conséquences de chacun d'entre eux.
 - Très bien. Quelles en sont les causes pour vous ?
 - Les causes bah les causes je les ai énumérées déjà. C'est-à-dire pour moi, il y a de l'hypertension, bon contrôlée mais hypertension quand même, il y a le cholestérol, il y a la sédentarité euh je n'ai pas de cause de tabac parce que je ne fume pas, je n'ai pas de cause d'alcool parce que je ne bois pas d'alcool, bon sinon un petit apéritif une fois tous les, seulement quand il y a une fête, je ne bois pas de vin ou un tout petit peu donc euh. Il y a l'âge, quelqu'un m'avait dit bon l'âge n'est pas mais a certainement joué un rôle aussi, les artères sont moins valides à 82 ans qu'à 40 ans, il y a l'âge, le sexe aussi paraît-il, le sexe aussi joue. Bon y a-t-il un facteur d'hérédité et euh je sais pas du temps de mes parents on n'était moins suivi que maintenant donc euh...
 - Et quelles sont les conséquences sur votre corps ? Bon vous les avez énumérées tout à l'heure...
 - Oui un peu plus de fatigue, donc plus de fatigue, une conséquence qui se manifeste très vite c'est, quand j'ai parlé tout à l'heure avec Mme Pelé c'est la marche, si ça monte, si tel est l'exemple de la ville de Prague où les congrès avaient lieu au parlement de Prague qui est dans la ville en bas mais nous logions sur la colline au château, il fallait après monter le soir pour aller aux chambres, pour remonter là haut et j'étais avec un jeune médecin qui lui était venu aussi faire un exposé mais lui était beaucoup plus jeune que moi et quand il fallait le soir remonter à la chambre, moi je peinais quand même et c'était déjà il y a quelques années ça, j'avais déjà bien repéré ça et je lui avais dit : « Dis donc » et lui il avait envie le soir de redescendre dans la ville parce que c'est plus intéressant d'être en ville que d'être sur la colline et moi je lui ai dit moi je ne redescends pas ce soir pour manger en ville parce qu'il faudra remonter et je commence à peiner, alors gentiment il était resté avec moi en haut ce soir là mais et je me rends compte maintenant, ça c'était déjà il y a 2 - 3 ans, mais je me rends compte maintenant que quand ça monte, même dans mon quartier, moi j'habite à côté du parc de Procé quand il faut monter à Zola, je euh je peine plus, que si c'est du terrain plat. Le terrain plat, je peine au bout d'un certain temps avec la distance mais je ne peine pas parce que je suis essoufflé, je peine parce que mes jambes me font mal, donc c'est les jambes les premières qui me disent, qui qui réagissent.
 - D'accord. Quand vous prenez votre traitement comment ça se passe ?
 - Les médicaments ?
 - Oui.
 - Ca se passe très bien. Au départ euh avant euh au départ j'avais toutes les boîtes dans un pochon et je prenais tous les matins et puis mon épouse m'a dit mais prends donc un comment...
 - Un semainier ?
 - Un hebdomadaire ou un je sais pas quoi. Bon alors je me suis laissé tenter à demander au pharmacien s'il avait un hebdomadaire, il m'a présenté un espèce de petit carnet, du moins ça à la forme d'un carnet, qu'on ouvre et puis il y a tous les jours de la semaine, toc toc toc et effectivement, il y a matin, midi et soir donc j'ai rempli ça et je prends ça et donc ça se passe très bien. J'en ai 4 le matin au petit-déjeuner, j'en ai un seul le midi et j'en ai 3 le soir, donc je euh non je n'ai pas de difficulté, je les prends très bien.
 - D'accord. Pour vous à quoi servent ces médicaments ? Vous l'avez déjà évoqué tout à l'heure...
 - Oui les médicaments pour moi c'est donc pour éviter le cholestérol, c'est éviter les formations de caillot, c'est diminuer la tension des vaisseaux en les dilatant, c'est diminuer la tension artérielle, c'est ralentir le rythme cardiaque pour que l'on puisse pour que le cœur se fatigue moins.
 - Tout à fait. Est-ce que le traitement est une contrainte pour vous ?
 - Non non non.
 - Avez-vous des effets secondaires ?
 - Non je n'ai pas remarqué, je n'ai pas remarqué, non. Au début j'ai eu, il y avait peut être un peu plus de fatigue, qui je pense qu'elle s'est atténuée même pratiquement disparue. Bon il y a des effets secondaires mais que je connaissais, il y a des effets secondaires que j'avais déjà...Bon parce que en plus de ça, en plus d'un infarctus avec mon âge j'ai un problème de prostate, un problème d'hypertrophie de la prostate. Bon ma prostate, l'urologue qui me soigne m'avait donné deux médicaments qui sont Tamsulosine et Avodart, deux médicaments qui sont efficaces mais qui euh qui jouent sur euh, pas sur la libido mais sur la fonction sexuelle et qui, qui exigent une non fonction sexuelle parce que dangereux pour la partenaire où alors il faut prendre un préservatif etc. etc. je sais plus si c'est l'Avodart ou l'autre, l'un des deux. Ensuite les bêtabloquants, c'est aussi la même chose, alors eux c'est également, bon à 82 ans on le supporte plus facilement que si j'en avais 60 ou 50 mais 82 ans, c'est le médicament et on n'a pas le choix.
 - Donc il y a des effets secondaires ?
 - Oui oui, les effets secondaires, il faut les assumer.
 - Donc justement il y a une question, est ce que votre vie sexuelle a changé depuis votre infarctus ?

- Oui elle a changé, ah oui oui elle a changé, oui oui, en tenant compte de, déjà elle avait changé un peu avec ces médicaments prostatiques et ensuite alors elle a changé, ça a donné encore un coup sur les bretelles avec ces bêtabloquants.
- D'accord. Qu'elle est l'implication de votre conjoint dans votre traitement ?
- Mon conjoint est très coopératif, elle est très coopérative, c'est-à-dire il est peut être plus inquiet que moi sur ma santé euh elle aurait souhaité que j'arrête toute activité tous déplacements surtout ces déplacements étrangers. C'est mon épouse qui fait la cuisine donc elle veille au niveau alimentaire, c'est elle qui va venir aussi jeudi pour qu'elle voit la diététicienne pour bien voir si on fait bien les choses ou si on peut améliorer des choses, non et puis au point de vu, c'est elle qui me stimule quelques fois lorsque je serais tenter d'escamoter une sortie de marche à pied, elle me dit : « Allez ta sortie ce matin tu ne l'as pas faite, il faut que tu sortes », bon voilà, bon euh non non elle est très coopérative.
- D'accord. Alors question assez globale : qu'est ce que l'infarctus a changé dans votre vie ?
- ... Il m'a fait prendre conscience peut être un peu plus de la fragilité, de la, parce que là, je me suis écroulé hein mais j'aurais pu, je me suis écroulé je ne m'y attendais pas, je rentrais de promenade et je suis tombé sur le trottoir et donc euh à la fois fragilité et à la fois de l'instantanéité de... que les choses peuvent s'arrêter, de peut être de ne l'importance aussi du cœur qui fonctionne, on ne pense pas qu'il est là et on ne pense pas qu'il joue ce rôle et de prise de conscience du rôle qu'il joue et de sa fragilité lorsqu'il est mal irrigué. C'est pareil d'ailleurs pour moi j'étais très sensible au problème du cerveau étant chercheur pour le cerveau à l'irrigation du cerveau donc je pensais aux accidents vasculaires cérébraux mais en fait bon c'est le cœur qui chez moi s'est manifesté le premier. On a aussi ce cette réflexion c'est que si les vaisseaux euh coronariens sont, sont touchés il y a bien des chances aussi que les autres ne doivent pas avoir, ne doivent pas être dans un état extraordinaire de 20 ans d'âge, que ce soit ceux du cerveau ou que ce soit ceux ailleurs, dans les jambes ou dans les bras, donc euh oui fragilité, fragilité et puis euh cette instantanéité de comment les choses peuvent s'écrouler, c'est peut être une perception psychologique qui quand même est présente, est présente. D'un autre côté euh, bon d'un autre côté bon il y a l'âge aussi, moi j'ai souvent pensé avec mes traumatismes enfin pas avec mes mes avec les traumatisés crâniens dont je m'occupe, eux ils ont 20 ans, 18 ans quand l'accident leur arrive, ils ont toute leur vie devant eux en se disant je vais être dans un fauteuil, je ne vais pas pouvoir me marier, je n'aurais pas d'enfant donc ils ont, moi j'ai 82 ans, ma vie est derrière moi quand même, donc j'ai il y a aussi ce sentiment enfin cette pensée que j'ai déjà la chance d'être arrivé à 82 ans et même à 82 ans de faire encore ce que je fais, donc il faut que je me réjouisse, je ne suis pas avec des béquilles, je ne suis pas dans un fauteuil euh je me déplace, je vais encore à Stockholm la semaine prochaine, bon je euh, faut que je sois prudent mais je fais encore des choses, donc il y a ça.
- D'accord. Est-ce que vous êtes plus anxieux depuis que vous avez eu votre infarctus ?
- Plus prudent certainement, il y a certainement une petite pointe d'anxiété certainement. Avant je me, avant j'avais pas, je n'avais pas perçu que je pouvais m'écrouler comme ça. Bon ça ça reste quand même, je me dis tu l'as vécu là où je passe toujours, devant le trottoir où ça m'est arrivé, il y a la barrière où je me suis cramponné et je me dis bon bah je me suis écroulé hein, je suis tombé, et j'aurais pu y rester peut être je sais pas, si j'avais pas eu toute cette, tous ces facteurs de chance.
- Est-ce que votre moral a changé depuis que vous avez eu votre infarctus ?
- Mon moral ?
- Oui.
- Non mon moral est pareil. Mon moral est bon euh mon moral est bon d'abord, par tempérament je crois que j'ai un bon moral euh bon j'ai, j'ai également un élément dans ma vie personnelle, je suis personnellement je suis chrétien pratiquant donc j'ai ma foi religieuse qui donne un sens à la vie, c'est-à-dire que pour moi, la vie ne se termine pas pour au bout de mes 84 ans, de mes 85 ans si j'y arrive. Mais ma foi me donne un certain sens à l'existence qui, qui est orienté, qui continue, la mort est un passage vers autre chose, donc je pense que ma foi aide aussi mon moral, personnellement, chacun à la sienne, enfin certainement pour moi elle joue un rôle.
- D'accord. Et est ce que vous voyez la mort différemment ?
- Différemment non, différemment non parce que euh de toute façon il y a une cause de la mort ça peut être un accident de la route, ça peut être mon infarctus, ça peut être autre chose. On est dans la cause là mais euh la réflexion profonde sur la mort est au-delà de la cause, c'est-à-dire quel est le sens de la vie ? Qu'est ce qu'on a fait de sa vie ? A quoi elle sert ? Sur quoi elle débouche ? Qu'est ce qui se passe après, après la mort ? Est ce qu'il y a ? Bon, moi j'ai une espérance donc non non je pense pas non.
- D'accord. Alors question aussi très générale : est ce que votre place dans la société a changé depuis votre infarctus ?
- Non je crois qu'elle était déjà bien, je crois que ma place dans la société était bien avec les choix que j'ai fait jusque ici de mon existence. C'est-à-dire euh de ma vie familiale, de ma vie professionnelle où j'étais chercheur sur le cerveau, de ma vie depuis je suis en retraite depuis 20 ans, je suis en retraite depuis 20 ans mais ma retraite j'ai choisi de la faire dans le monde associatif, j'ai choisi une association les traumatisés crâniens et j'ai eu très rapidement des responsabilités donc ça suffit à remplir, bon j'essaie de rendre service là dans cette association. Sur le plan de ma vie euh religieuse puisque on l'a évoqué, j'ai ma place dans ma paroisse où je vais dans ma paroisse, j'ai pas pris d'engagement particulier dans ma paroisse parce que j'ai cet engagement qui est déjà lourd au niveau national, je m'occupe des traumatisés crâniens au niveau du département de la Loire Atlantique, au niveau national et au niveau européen donc ça suffit déjà donc euh voilà sur mon engagement à moi donc et puis dans notre quartier on est bien inséré, dans notre immeuble, dans notre environnement non voilà. Non je pense que ça n'a rien changé, ça n'a rien changé. Sinon peut être plus attentif à ceux qui passent par des phases comme ça, enfin déjà déjà le traumatisme crânien m'avait orienté vers les gens qui ont eu des accidents vasculaires cérébraux ou un traumatisme crânien ou une lésion cérébrale autre que le traumatisme, donc j'étais déjà axé sur ça mais peut être que mon infarctus euh me me rapproche aussi près de ceux qui ont ce genre de problème.
- D'accord. Est-ce que votre place dans votre couple a changé ? Tout ce qui est communication, votre rôle respectif...
- Non dans notre couple ça n'a pas changé de choses fondamentales sinon la partie sexuelle dont on a évoqué qui à cause des médicaments, à cause des médicaments prend une autre, une autre... mais le reste non, non, non parce que on l'a, on l'a vécu ensemble et on l'affronte ensemble.
- Est-ce que votre place dans votre famille a changé ? Vos enfants euh..., vous avez des enfants ?
- Non nous n'avons pas d'enfants, nous avons, moi je n'ai plus ni mes parents ni ma sœur mais mon épouse a sa sœur, nous avons des neveux, des nièces, non non, peut être au contraire qu'ils sont plus attentifs parce qu'ils savent qu'on a eu cette misère, cette misère physique donc ils s'inquiètent de notre santé.
- Est-ce que vos relations avec vos amis ont changé ?
- Avec mes amis... non, non les vrais amis non, les vrais amis ils partagent vos soucis, non non non.
- D'accord. Et est ce que vos relations avec vos connaissances ont changé ? Les connaissances que vous avez, sans être vos amis ou les gens de votre famille...
- Oui peut être un peu pas en ce sens que, en ce sens que l'infarctus m'oblige à limiter des, à limiter des rencontres et des déplacements. Par exemple euh, je reçois des invitations pour un collègue qui part en retraite, pour un collègue qui a eu une décoration, pour un collègue qui ceci, bon autrefois j'y serais allé parce qu'il faut être présent dans les moments de joies comme dans les moments de peine, quand un décès arrive ou autre chose mais maintenant je dis non non non parce que je limite mes déplacements. Bon ensuite certaines réunions aussi, avant j'y allais maintenant je trie les réunions dans lesquelles je vais, ce qui fait que les gens avec lesquels j'ai des relations de travail entre guillemets, de travail bénévole entre guillemets ou d'activité de retraité ou simplement de de bonne amitié bon, ça diminue parce que moi je dis non non non, dans ce sens là oui, j'envoie un petit mot au lieu de... Bon j'ai un collègue qui

- qui part en retraite avec qui je travaille depuis 20 ans au niveau européen bon je ne vais pas aller à Bruxelles pour 2h c'est trop fatiguant pour moi, pour un pot et puis un cadeau qu'on lui offre entre 6h et 8h du soir, moi de Nantes pour aller à Bruxelles et revenir, ça fait du voyage, ça fait des frais, ça fait des frais, ça fait de la fatigue, je peux plus, donc je leur envoie un petit mot, donc ça diminue les contacts face à face que j'avais autrefois peut être dans ce sens là. Donc petit à petit les liens se distendent. On peut peut-être exprimer ça comme ça, certains liens se distendent parce qu'on n'est plus là, on ne va plus, on va de moins en moins à certaines choses.
- Plus de distance et puis moins de relations.
 - Oui.
 - Est-ce que cet évènement est parlé dans votre famille et dans votre entourage proche ? Est-ce que vous arrivez à en parler facilement ou ... ?
 - Ah oui oui on en parle facilement ah oui, oui c'est arrivé tout le monde le sait dans ma famille, on n'a aucune raison de la cacher.
 - D'accord. Est-ce que le regard d'autrui a changé depuis que vous avez eu votre infarctus ?
 - Non j'ai des, des gens qui me disent euh fais attention à toi, prends soin de toi, fais en moins, donc j'ai des gens qui euh qui me, j'ai des gens qui prennent des nouvelles, qui s'informent de ma santé et qui suivant leur tempérament me disent fais en moins, arrête passe la main ou etc. etc., donc c'est ça qui a changé dans ce sens là donc suivant le degré d'amitié et de franchise des gens. Bon c'est agréable d'ailleurs et désagréable des gens me disent, y'en a qui m'ont dit tu sais l'association elle continuera après toi hein, pense à ta santé, pense à ton épouse, ne prends pas de risque inutile euh donc euh voilà, donc ils me remettent devant ce choix que j'avais déjà envisagé et commencé parce que tout simplement à cause de l'âge. Mais là en plus il y a le problème de médical et les gens me font prendre conscience et c'est, mais j'en ai d'autres qui me disent, si tu pouvais faire encore un petit peu ça m'arrangerait parce que je n'ai personne, si tu pouvais assurer ça donc bon vous voyez, j'ai des, ça arrive des deux côtés, des choses donc euh voilà il faut faire le partage mais j'ai bien conscience aussi parce que, je l'ai vu vivre par mes collègues avant moi que euh qu'il faut savoir s'arrêter euh, que quand on est plus là d'autres reprennent la relève et que ça continue même si ça continue différemment, ça continue donc je ne me fais pas trop de soucis là-dessus.
 - D'accord, d'accord. Comment vous a-t-on parlé de votre maladie ?
 - Comment on m'en a parlé ?
 - Oui.
 - Bah le premier qui m'en a parlé c'est le chirurgien qui m'en a parlé en me mettant mon stent quand il m'a dit bon le stent est mis je vais vous dire ce qu'on a vu et ce que vous avez, donc c'est lui qui le premier le Dr Lebrun qui m'a dit : « Bon bah voilà, votre artère coronaire circonflexe était bouchée, je l'ai débouchée, j'ai mis un stent mais j'ai vu que votre, que la circonflexe plutôt était bouchée, j'ai vu que l'IVA était très rétrécie mais je ne peux pas la faire maintenant parce que ça m'obligerait à mettre trop d'iode et après c'est nuisible, on la fera dans un mois ». Donc il m'a dit tout ça même si j'étais allongé sur la table d'opération...
 - Oui oui, il vous en a bien parlé
 - Et il m'a dit : « Mais vous en avez aussi une troisième, elle doit être bouchée depuis très longtemps et elle, on ne pourra rien faire parce que ça fait très longtemps qu'elle est comme ça ». Donc j'ai appris allongé là que j'avais que mes trois artères coronaires c'était pas très brillant quoi, donc j'ai appris ça. Après euh bon c'est là que j'ai appris le mieux, j'avais le tableau tout de suite, après bon sont venus, un interne est venu en discuter dans la chambre, après il y a eu les réunions ici où on a expliqué en détails l'infarctus et tout ça, bon mais non le premier message c'est celui qui me reste le plus marqué...
 - Qui symbolise un peu...
 - Qui était très vrai d'ailleurs, qui était celui du chirurgien venant de faire son travail et venant de découvrir l'état de ce patient qu'il avait sur sa table d'opération.
 - D'accord. Est-ce qu'on vous l'a bien expliqué ?
 - Je crois, je crois parce que lui donc il me l'a expliqué puis il était prêt aussi à répondre aux questions que j'aurais pu lui poser. La deuxième fois que je l'ai vu, c'était encore lui qui a fait la deuxième intervention, il était là aussi donc on a pu bavarder euh ensuite euh dans la, dans les réunions qu'on a à respecti cœur, le chirurgien explique de son côté et répond aux questions qu'on lui pose donc il l'a fait, bon non non j'ai eu les réponses que je voulais. Ensuite j'ai mon cardiologue, ensuite j'ai mon médecin généraliste, bon voilà.
 - Vous sentez vous écouté ?
 - Oui bah oui oui.
 - Et vous sentez vous compris ?
 - Oui bah oui.
 - Avec qui préférez-vous parler de votre maladie ? Donc là je parle du milieu médical et paramédical donc euh depuis le début de votre histoire avec tous les intervenants avec qui vous avez pu parler de votre maladie, est ce qu'il y a quelqu'un qui ressort de tous ces gens ?
 - Bah moi c'est le chirurgien, pour moi, il était quand même un interlocuteur important, le chirurgien et le cardiologue.
 - Le cardiologue qui vous suit.
 - Le cardiologue, le cardiologue parce que bon il a fait depuis je l'ai vu il m'a fait une échographie doppler, une échographie doppler donc lui à l'échographie doppler il m'a dit : Je suis agréablement surpris parce qu'étant donné ce que vous avez eu et votre âge, je m'attendais à voir votre cœur plus en mauvais état que je ne le trouve. » Ensuite il m'a fait mon test d'effort, donc euh je l'ai vu aussi au test d'effort, ensuite il m'a dit bon bah pour votre âge, forcément ce n'est pas un test d'effort d'un homme de 20 ans mais il m'a dit : « Bon pour votre âge et ce que vous avez eu, je suis content de ce que, le résultat qu'on a obtenu ». Donc avec un cardiologue je suis...
 - Avec le chirurgien et le cardiologue.
 - Oui le chirurgien et le cardiologue, oui.
 - Qu'est ce que l'éducation vous a apporté ? L'éducation du réseau respecti cœur ?
 - Et bien une bonne compréhension donc de l'infarctus, une bonne compréhension des médicaments et j'ai été, je ne savais pas par exemple que les gens avaient le même médicament mais à des doses différentes. Donc j'ai compris pourquoi il y avait des doses différentes. Moi-même mon cardiologue m'a changé déjà deux doses de médicaments, il m'a augmenté le Triatec, il m'a diminué le Lasilix, bon le problème des médicaments, le rôle de chacun, le problème des doses de chacun, euh le comment, le problème aussi quand on va à l'étranger de connaître le nom, comment ça s'appelle euh.
 - Des molécules.
 - Oui le nom important.
 - Oui la DCI.
 - Oui important parce qu'on a tous maintenant des génériques, mais quand vous vous trouvez... Il y avait quelqu'un dans le groupe justement qui avait voyagé et qu'il avait eu un problème à l'étranger mais vous vous trouvez au Danemark ou en Suède ou ailleurs, bon si vous dites.
 - Pas le nom commercial.
 - Voilà si vous dites le nom commercial, il faut connaître le nom. Bon ça c'était des remarques intéressantes. Bon la diététicienne a bien expliqué aussi comment jongler avec ces médicaments, je sais que mon épouse, moi je ne suis pas du tout un homme de cuisine, c'est mon épouse mais bon elle est repartie rassurée parce qu'elle pensait que ça serait plus draconien, elle pensait que ce serait, et elle

a été surprise de voir que beaucoup de choses étaient permises, prises modérément etc. m'enfin elle a mis au point des choses, la diététicienne. La personne qui a parlé du problème d'activité physique c'était intéressant aussi, à la fois de l'activité physique nécessaire mais à la fois des limites aussi mais bon en particulier la limite de l'essoufflement ne jamais dépasser cette limite de l'essoufflement où savoir chacun où sont ses limites, quels sports faire, quels sports ne pas faire. Moi je sais que quand j'étais ici hospitalisé, quelqu'un était venu me voir pour me proposer des activités physiques mais j'ai eu il y a quelques années un problème au dos je ne pouvais plus marcher tout à coup. Et le rhumatologue, personne ne trouvait ce que c'était et c'est à la suite d'un IRM que le spécialiste a dit mais Mr Gueneau a des problèmes dans ses jambes et ne peut plus marcher parce qu'il a, il a un kyste au niveau de la lombaire 4 je crois où quelque chose comme ça et il a un kyste et c'est ce kyste qui comprime les nerfs et qui empêche. Et le rhumatologue à ce moment là, aussitôt m'a dit hop le CHU parce que on a trouvé ça. Arrivé au CHU je suis reçu par un interne, j'arrive encore un samedi ou un dimanche, l'interne dit : « Bon bah je vous ferais une euh une comment on appelle ça une pas une injection mais une ni une perfusion mais ça porte un nom quand on a...

- Un cathétérisme.
- Non quand on euh...
- Quand on injecte ?
- Oui si on injecte quelque chose mais ça porte un nom justement quand on injecte. Ça porte un nom mais le nom m'échappe, « Je vous ferais ça demain » Bon je me suis dit bon le rhumatologue m'en a déjà fait une euh on injecte un produit au niveau des vertèbres pour soulager, ça porte un nom mais le nom m'échappe. Et alors euh je me suis dit intérieurement je me suis dit on m'a déjà fait ça, bon elle me dit je la ferai moi-même. Bon très bien elle décide ça elle décide ça. Le lendemain matin elle vient elle me dit non euh on a changé, le grand patron est venu hier soir et il a dit : « Ce n'est pas ça qu'il faut faire à Mr Gueneau parce qu'il a un kyste qui comprime, il faut supprimer ce kyste, ponctionner le kyste et euh il faut ponctionner le kyste sous scanner et à ce moment là on va libérer cette compression qui explique que ça agit sur les nerfs et qui bloque ses jambes et on le libérera et on injectera à ce moment là quelque chose mais d'abord il faut ponctionner ce kyste et ça se fera sous scanner. ». Alors on m'a emmené sous scanner, on m'a descendu une aiguille et puis en contrôlant au fur et à mesure et heureusement il m'avait averti et me disant quand je vais rentrer...
- Périurale ? C'est ça que vous disiez tout à l'heure ?
- Non pas périurale.
- Ah comment s'appelle ça, quand des gens ont des rhumatismes ont leur fait une une... bon enfin peu importe vous voyez ce que c'est. Et alors il m'avait averti heureusement parce que moi j'étais à plat ventre sur le scanner et il m'avait dit ça va vous faire mal
- Une infiltration ? (rire)
- Une infiltration voilà ! Donc il m'a dit non pas d'infiltration il faut ponctionner ce kyste et après si vous voulez on fera une infiltration donc euh il m'a dit : « Quand je vais rentrer dans le kyste parce que pour le faire éclater, je vais injecter quelque chose dedans, ça va le gonfler, il va éclater et on va libérer le kyste mais ça, ça va vous faire mal parce que comme il va gonfler il va comprimer encore plus ». Et heureusement qu'il m'avait averti parce qu'effectivement quand il m'a injecté quelque chose dans mon kyste j'ai mordu dans l'oreiller qu'il avait mis devant moi parce que ça me faisait terriblement mais je savais... Il m'avait dit que ça n'allait pas duré et le kyste va éclater et hop j'étais soulagé. Et voilà très bien et le soir même il m'a dit si vous voulez vous pouvez partir, on a enlevé le kyste vous serez libéré, vous pouvez marcher et j'étais revenu de Slovénie en fauteuil roulant hein parce que je ne pouvais pas, j'étais en Slovénie pour une réunion de traumatisés crâniens et dans l'aéroport je ne pouvais plus marcher, Air France m'avait mis quelqu'un avec un fauteuil qui me transportait de l'avion à la sortie et qui me ramenait chez moi et donc, il m'avait dit au CHU, c'était il y a 4-5 ans que j'avais eu ça et il m'avait dit : « Bon on vous a ponctionné votre kyste mais faites très attention ça peut revenir et évitez telle chose, telle chose ». J'avais un tas de consignes pour mon dos et surtout ne passez pas l'aspirateur chez vous (rires) donc un tas de choses et donc quand le monsieur est venu me voir pour le sport je lui ai dit moi j'ai des consignes avec mon dos parce que j'ai eu ce problème d'un kyste au niveau de la lombaire 4. Il m'a dit : « Bon à ce moment là il vaut peut être mieux que vous vous contentiez de votre marche et qu'on vous embarque pas dans des clubs où ils ne seront pas nécessairement vigilants à ça et risque de vous faire faire des mouvements ». Donc c'est pour ça que je vous disais ça.
- D'accord. Est-ce que vous avez eu recours à une association ?
- Non non puisque je suis, bon j'ai respecté cœur quand j'ai besoin de quelque chose je les appelle. J'ai eu besoin d'avoir un dossier, ils me l'ont obtenu, j'ai besoin d'un rendez-vous avec la diététicienne, ils me l'ont obtenu.
- Oui oui ça suffit euh. Bon bah très bien c'est fini.

Patient P10 DN: 17/12/46, Date IDM: 09/09/11, Date entretien: 18/04/12, marié, 3 enfants, retraité (ancien chef d'équipe en ouvrage d'art)

- Alors est ce que vous pouvez me raconter ce qui s'est passé pendant votre, enfin le jour de votre infarctus ?
- Bah le jour, le jour euh comment dirais-je euh j'avais été voir la doctresse un jour avant fin bref.
- Vous étiez allez voir votre médecin un jour avant ?
- Voilà, voilà. Un jour avant. Et puis elle m'avait comment dirais-je euh, je sais pas, j'ai même pas été la voir parce que pour la bonne raison je suis, on est revenu de vacances, donc j'ai posé la caravane là, j'ai téléphoné pour euh savoir si elle pouvait me prendre et elle m'a dit qu'elle ne pouvait pas me recevoir pour la bonne raison c'est que qu'elle avait du monde autant comme autant et puis euh que elle voulait faire un bilan sanguin donc il fallait une prise de sang à jeun, donc euh
- Mais parce que vous aviez déjà des symptômes ou c'était ?
- Ah oui oui oui.
- Oui qu'est ce qu'il se passait en fait ?
- J'ai eu des symptômes, déjà ça commençait en vacances euh comment dirais je... Moi quand je promenais mon chien, je promenais mon chien le matin et euh ça, ça me prenait.
- Ça serrait ?
- Oui au niveau du sternum, ça me prenait, ça montait, ça montait, ça me serrait pendant 1 minute ou 2 et après disons ça me tenait pendant 3 minutes, 4 minutes et après ça redescendait et après 2 ou 3 minutes sans rien.
- Dès que vous vous arrêtez en fait de marcher c'est ça ?
- Même pas, même pas, même que je n'arrêtais pas de euh et puis euh bon ça s'est maintenu comme ça la journée et puis quand, le lendemain matin, ça a recommencé. Je promenais, en promenant mon chien après, après mon, après m'être levé, dormi à peu près correctement et puis ça m'a repris pareil. Alors j'ai dit à ma femme, il y a quelque chose qui ne va pas, là faut faut. J'ai téléphoné à la doctresse mais en vacances, hein j'étais en vacances, j'ai téléphoné à la doctresse ici hein après pour lui demander euh ce que ça pouvait être, elle m'a dit je pense que c'est le cœur mais bon, moi je peux pas, vous n'êtes pas là pour consulter. Moi je peux pas. Mais elle dit par contre il faut aller voir sur place là-bas et j'ai été sur place là-bas au terrain de camping à et puis il m'a dit, tiens j'ai mon

- docteur qui euh enfin le gars du terrain de camping m'a dit j'ai mon docteur, mon médecin traitant il a un appareil qu'on pose sur le euh...
- C'est un ECG quoi ?
 - Voilà.
 - Un électrocardiogramme.
 - Voilà alors bah j'ai été rendez-vous à 11h, j'y vais, il regarde, il y a une petite anomalie mais je vois pas, je vois pas le le...c'était pas urgent quoi mais il dit par contre ça serait bien d'aller aux urgences à comment faire un tour aux urgences à VANNES parce que j'étais à Damgan. Comme ma femme ne conduit pas, on y est allé tôt. J'ai, ma femme elle était un peu en...
 - En panique oui.
 - ... Qu'est ce qui va se passer ? Et puis bon, j'ai dit bon bah s'il m'a dit que c'était bénin faut pas, faut pas non plus, euh. Alors, euh, quand j'ai vu ça, j'ai dit bon bah c'est facile on plie bagage et puis on, on revient.
 - Oui donc du coup vous êtes allés...
 - Je suis revenu ici.
 - Ah vous êtes revenus ici ? Et du coup ici euh...
 - Mais, en venant, en venant à Guenrouet là bas, là bas euh, ça m'a, ça m'a repris hein.
 - Et donc du coup, qu'est ce que vous avez fait ? Vous êtes allés à l'hôpital directement ?
 - Non non non, ça m'a repris, je me suis arrêté, j'ai marché, et puis je suis revenu jusque ici. Je suis revenu jusque ici. Bah, ici, ici, quand je suis arrivé ici, j'ai téléphoné j'veus dis à la doctoresse là. Elle m'a dit qu'elle ne pouvait pas me prendre donc c'était trop chargé. Donc elle m'a dit, vous venez le lendemain matin. Donc le lendemain matin je suis venu il y avait déjà, quand je suis arrivé à 7h il y avait déjà 3 personnes devant moi à, chez, chez elle, donc j'ai attendu mon tour bien sur et après elle m'a dit bon bah il faut prendre rendez-vous avec le cardiologue mais comme à 7h30 bah c'était 8h quand je suis passé, 7h30-8h, elle dit euh je vais téléphoner au cardiologue mais c'est pas sur que ce jour là à cette heure là que, qu'il y ait du monde quoi. Alors elle a appelé puis comme dessus, il y avait personne, elle m'a dit bon bah vous appelez avant 9h, vers 9h, 9h moins 3, moins 4 quoi et puis euh si elle peut pas vous prendre vous me retéléphonez de façon à ce que c'est moi qui intervienne. Donc j'ai téléphoné la, la comment, la secrétaire me dit mais ça ne se passe pas comme ça, elle dit euh pas 2-3h avant de de prendre le rendez-vous, moi je ne prends pas de rendez-vous comme, enfin bref je lui dis de toute façon oui vous pouvez pas me prendre, je dis c'est facile je téléphone à ma doctoresse et puis c'est elle qui va prendre le rendez-vous. Alors elle dit attendez je vais aller voir Mr Monville, alors elle a été voir Mr Monville, c'est comment dirais-je euh...
 - Le cardiologue.
 - ..Le cardiologue qui dit à ce moment qu'il vienne pour moins le quart. Et quand j'y étais à midi moins le quart, bah j'étais en crise. Là ils ont tout débarrassé sur mon, enfin il a téléphoné au SAMU, il m'a dit, enfin il m'a posé le comment dirais-je...
 - L'ECG.,
 - L'ECG et puis euh, il a regardé, et puis il a dit c'est pas la peine il a décroché le téléphone, et il appelé le SAMU tout de suite.
 - En fait ça faisait 24h que vous aviez mal, même plus ?
 - Non j'dirais même plus.
 - Oui oui.
 - Et votre médecin traitant, elle n'avait pas fait d'électrocardiogramme, elle du coup elle vous a envoyé chez...
 - C'est-à-dire qu'elle ne croyait pas que c'était ça, pour la bonne raison, pour la bonne raison, c'est que il y a à peine 8 mois, avant, avant le 7 septembre, avant le 9 septembre, il y a à peine 8 mois j'ai j'ai comment dirais-je, ils m'ont enlevé des, des polypes, je me suis fait opéré des polypes donc automatiquement ils m'ont-ils m'ont euh
 - Ils vous ont fait un électrocardiogramme et il n'y avait rien.
 - Voilà et apparemment il n'y avait rien.
 - Effectivement. Je vois en 2007 il y avait des douleurs thoraciques aussi explorées, il y a avait eu un test d'efforts, où vous aviez du pédaler et c'était négatif. Donc d'accord ok. Bon et comment vous l'avez vécu cet, cet...
 - Ah bah très, très, très mal. Bon bah c'est sûr après c'est sûr après l'opération bon après on m'a opéré et c'est tout mais c'est après on est 1 mois 1 mois, c'est surtout ça ce mois là qui est, qu'est, 1 mois à la maison, pas de nou, enfin pas de nouvelle du CHU, pas de nouvelle de, de et puis même la nuit, angoissé la nuit je sais pas euh...
 - On va y revenir à tout ça oui. Et comment était votre santé avant votre infarctus ?
 - Impeccable. Bon si, il y avait un peu de tension, un petit peu de, je faisais attention, un petit peu de diabète mais sans plus mais toujours limite parce que je me suis fait toujours toujours bien suivre hein. Tous les 3 mois j'allais au docteur, tous les 3 mois, tous les 3 mois enfin bon. Pour un renouvellement de médicaments pour je vous dis, le, le, le, pour comment le euh le diabète et puis euh comment, mais diabète toujours limite hein rien de rien de de un petit peu pour la tension parce que j'ai fait de l'hypertension pendant enfin là ça fait longtemps que je suis soigné peut être bien la tension il y a plus de 15 ans.
 - Et comment est votre santé depuis votre infarctus ?
 - Je pense que ça s'améliore.
 - Oui ?
 - Ouais, ouais, même pas, pour tout euh moralement physiquement.
 - Donc elle s'est améliorée euh depuis votre infarctus enfin par rapport à votre santé d'avant ?
 - Ah non, ah non, qu'elle s'est améliorée non je crois pas. Enfin je veux dire s'est améliorée enfin voilà euh depuis mon, depuis mon opération je sens bien que ça va en s'améliorant.
 - Que ça va mieux.
 - Voilà, je fais des choses maintenant que j'ai mené mon motoculteur, j'ai bêché dans mon jardin, je vais à la pêche, on joue aux boules. On a deux bowlings là sur le sur le comment dirais-je euh...
 - Parce que après votre infarctus puisque vous le disiez tout à l'heure, vous étiez vraiment fatigué enfin.
 - Ah oui oui oui fatigué puis pas pas le moral euh pas de...
 - Et ça ça a duré longtemps ou euh ?
 - Ah oui ça a duré pff 3 mois.
 - 3 mois oui.
 - Au moins. Qu'est ce qui m'a fait du bien aussi bah c'est aussi au CHU à faire des des...
 - La rééducation ?
 - Oui, non, ça c'est c'est je crois que c'est indispensable.
 - Cà, vous avez commencé quand la rééducation, enfin à peu près hein ?
 - Belle question, belle question, bah 1 mois après je crois hein 1 mois et demi après l'infarctus oui.
 - D'accord. Qu'est ce que ça veut dire pour vous d'avoir un infarctus ?
 - Ah bah c'est déjà une surprise pas croyable, déjà et puis ça veut dire ça veut dire bah je pense que ça veut dire que bon on a peut être pas une bonne alimentation, peut être pas une euh oui à manger des graisses ou des trucs comme ça quoi je pense que c'est que c'est plutôt ça, une hygiène de vie...

- Dans votre cœur qu'est ce qui s'est passé en fait pour vous ?
- Ce qui s'est passé, bah je pense que c'est des des enfin ce que j'ai mangé, x temps avant et puis en plus euh j'étais quelqu'un qui faisait beaucoup de déplacements donc je mangeais au restaurant le midi donc euh, et le soir je mangeais dans la caravane. Donc le soir, c'était à la poêle quoi parce que, malgré que ma femme me fait des plats pour pour lundi, mardi et puis, mais à partir du mercredi on peut plus conserver quoi hein. Donc je pense que c'est, enfin je pense m'enfin le stress je crois pas que c'est le stress, j'étais chef j'étais chef d'équipe dans une entreprise. Non c'est pas le stress qui m'a fait ça, je menais très bien mon, très bien mon, ma barque quoi.
- Donc pour vous les causes, c'est euh...
- Je pense que c'est la nourriture.
- ..L'alimentation euh et puis...
- Bon bah c'est sûr que je partais à 2h30 -3h du matin pour pallier le le lun le lundi matin hein le dimanche soir, là qui y'avait les enfants qui y'avait enfin quand ils venaient manger ou n'importe quoi euh après, après c'était le sac c'était déjà déjà je pense que c'était déjà dans ma tête quoi, déjà je ne discutais avec eux comme, à partir à 7h30-8h ça y est, c'est fini.
- Et est ce qu'il y a d'autres causes pour vous, de l'infarctus ?
- C'est sûr que du sport j'en ai pas fait énormément, étant jeune oui mais après après non j'ai pas fait énormément de sport.
- Donc oui l'absence de sport.
- L'absence de sport ça peut y faire, malgré que je marche beaucoup et sur les chantiers je me dépensais autant comme autant hein faut pas mais bien sûr que ce n'était pas courir, c'était pas...Oui c'est ce que je vois comme euh comme euh...
- Comme causes ?
- Comme causes.
- Comme causes potentielles. Et quelles sont les conséquences du coup sur votre corps ? Le fait d'avoir eu un infarctus ?
- Bah disons que les conséquences maintenant c'est l'essoufflement. Je sens que, je sens très bien que l'essoufflement c'est pas, c'est pas le même hein, je suis plus facilement essoufflé euh autrement question d'avoir mal euh. Certaines nuits je suis angoissé mais je pense que c'est plutôt angoisse enfin je pense que, que enfin, je pense, je sais pas si je pense mais je, quand je sens quelque chose en plus je me dis : tiens c'est, de toute façon quand je pars maintenant, c'est téléphone portable c'est, c'est le spray avec moi c'est. Déjà je suis un petit peu plus angoissé qu'avant.
- Oui, vous êtes plus anxieux qu'avant ?
- Ah oui oui oui. Quand, quand j'pars, par exemple pour aller à la pêche, c'est téléphone et puis t'as, t'as une poche et le spray dans l'autre.
- Est-ce que votre moral à changé depuis que vous avez eu un infarctus ?
- Bah le moral euh j'ai toujours en général bon moral mais euh ça s'améliore là, ça s'améliore.
- Ça s'améliore. Donc le moral a changé c'est-à-dire surtout après l'infarctus ?
- Oui oui.
- Et là ça va mieux ?
- Ah oui oui là ça fait, plus confiant plus euh même euh après après mon infarctus j'étais un mois à pédaler, j'étais un mois sans, sans conduire mais j'étais peut être bien encore gardé un mois et demi et j'ai passé un mois et demi sans reprendre le volant pour euh...
- Ouais, ouais. Et là, vous avez récupéré le moral que vous aviez avant votre infarctus ?
- Oh oui oui, oui je pense, oui.
- D'accord. Quand vous prenez votre traitement comment ça se passe ? Est-ce que vous avez des oublis, est ce que vous avez des angoisses, est ce que.... ?
- Dans, dans le premier mois j'avais oublié un soir et j'étais un petit peu un petit peu, donc j'avais essayé de téléphoner à la doctoresse pour savoir comment que fallait fallait faire, je savais pas trop et puis bah j'ai attendu euh et puis j'ai pris une compote et puis j'ai pris, j'ai pris...
- Et sinon les autres fois ça se passe bien ?
- Euh sinon j'ai maintenant et puis de toute façon elle m'a fait un pilulier, lundi mardi mercredi tout est tout est oui oui, comme ça il n'y a pas de problème. Si on va chez les enfants manger hop, on prend, il y a un petit un petit comment dirais-je une petite boîte exprès, pour mettre le comprimé à part, je le mets dans ma poche et euh en général je l'oublie pas, je fais attention.
- D'accord. Pour vous à quoi servent ces médicaments ?
- Et bah il y en a un, c'est c'est c'est pour le, comment dirais-je moi, le euh d'abord tout, le diabète pour le diabète, pour euh un, c'est pour comment qu'on appelle la fluidité du sang, l'autre c'est pour... Il y en a 6 en tout enfin non 5 parce que euh, la tension aussi je pense, il y en a un autre pour euh comment dirais-je euh le cholestérol, c'est tout ce que je vois.
- Est-ce que pour vous c'est une contrainte de prendre ces médicaments là, les médicaments de l'infarctus ?
- Vis-à-vis de ce que je prenais avant je prenais presque pas de médicaments oui c'est une contrainte parce que maintenant faut que je enfin même de tout façon je m'y fais, il faut pas, je crois que c'est au début peut être que c'était une contrainte, maintenant je je, facilement de toute façon j'ai mon truc sur la table et puis ça y est je prends, c'est marqué dessus matin, midi et soir, c'est c'est bien fait (le patient part montrer son pilulier). Disons que ça me met peut être en confiance aussi.
- Ok vous avez matin, midi et soir.
- Bah celui d'aujourd'hui il est sur la table de façon de pas le ...
- D'accord.
- Et puis j'ai ça dedans, enfin le cachet dans ça pour quand euh dans cette pochette là quand je vais manger chez les enfants ou euh...
- D'accord. Donc est-ce que c'est une contrainte pour vous ?
- Maintenant que je m'y fais c'est vraiment pas une contrainte non, non.
- Au départ c'était une contrainte mais maintenant ça ne l'est plus ?
- Ça pouvait être une contrainte au départ mais de toute façon je savais bien que c'était pour mon bien donc je, à partir de moment de là, il n'y a pas d'histoire hein.
- Est-ce que vous avez des effets secondaires ?
- Euh oui, je enfin euh c'est peut être un peu de ma faute parce que je, je ne prends pas de comment dirais-je de médicaments pour le l'estomac. Ils m'en ont prescrits mais je je veux éviter parce que ça fait encore un médicament en plus et donc de temps en temps oui j'ai j'ai mal au ventre.
- D'accord. Quelle est l'implication de votre femme dans votre traitement ?
- Bah je pense qu'elle euh, elle participe bien.
- Elle participe bien, oui, elle vous aide à par exemple à...
- Pour les médicaments peut être pas, elle me dit ah oui de toute façon si j'y pense pas oui elle dit : Tu as encore ça à prendre. Même je dirais que euh elle est un petit peu chiantie quoi parce que, elle dirait bon t'as pas le droit à ça, si j'ai, par exemple si je mange un chocolat des fois le soir, bah t'as pas le droit à ça, tu sais bien il faut pas prendre ça euh.
- Plus sur l'alimentation ?
- Oui oui oui.

- D'accord
- Mais autrement je veux dire question de légumes tout ça, elle sait bien bon bah viandes grillées, d'abord on avait été voir Mme euh...
- La diététicienne ?
- Oui euh là-bas au CHU là.
- Au réseau respecti cœur.
- Voilà, elle avait bien vu qu'elle s'en occupait bien et quoi et puis elle savait bien ce qu'il fallait...
- Ce qu'il fallait cuisiner.
- Manger voilà les légumes et tout ça.
- Est-ce que le suivi pour vous est une contrainte ? Donc le suivi c'est-à-dire tout ce qui est consultation, biologie euh épreuves d'effort, etc...
- Euh épreuves d'effort contrainte bah c'est pas une contrainte je sais qu'il faut qu'il faut donc après tout je tolère assez facilement quand même. Dans ma tête, je vois bien ce que j'ai eu donc je, il n'y a pas d'histoire faut pas, faut pas, faut pas rêver quoi.
- Donc oui, c'est une contrainte ?
- C'est une contrainte si mais sans plus quoi je prends ça du bon côté.
- Une petite contrainte quoi ?
- Là j'ai un test d'effort là qui va avoir lieu le le au mois de juin, le 09 juin ou le 08 juin, un test d'effort qui va avoir ouais. C'est pas une contrainte. Je dis je te préviens je te préviens et puis c'est pas.
- Donc on peut dire que c'est une contrainte ou c'est pas, est ce que c'est une petite contrainte ou est ce que c'est pas contrainte ?
- Oui je veux dire c'est une contrainte faut y aller.
- Ouais, une petite contrainte.
- Oui voilà pas pas...
- D'accord.
- (Il regarde son agenda) Je dois y aller à l'hôpital, je dois y aller en ville le 5, le 5 juin.
- D'accord, d'accord. Alors question assez générale, qu'est ce que l'infarctus a changé dans votre vie ?
- Bah pour l'instant bah je dirais que ça a pas changé, enfin bon si il a changé quand même enfin ça a changé ma vie mais à partir du moment où j'avais fini mon activité, je veux dire fini activité enfin professionnelle, alors je pense que c'est c'est maintenant où j'ai le moins de contrainte mais c'est sûr que ça m'aurait malheureusement arrivé mettons 5 ans plus vite, j'aurais été en activité euh ça aurait pas été la même chose oui je pense que là là ça m'aurait ah oui certainement.
- Et donc là oui ça a pas changé vraiment ??
- Là là bah je suis en, je travaille pas, enfin je travaille pas je fais ce que je veux je vais où je veux. J'ai pas de, de, mais c'est sur qu'avant bah il fallait se lever à 8h matin enfin 8h t'étais au boulot à 8h, 7h30 avant parce que les papiers tout ça avant, euh passé les gars tout ça non non c'est sur que ça aurait été autre chose. Mais là j'ai mieux vécu que enfin je pense que je je l'ai mieux vécu en retraite que si j'avais été en activité. Tout à fait, ah oui.
- Donc ça n'a pas changé euh ?
- Oh ça, ça a peut être changé un petit peu, ça, ça veut pas dire que ça a pas changé, mais mais non c'est mieux accepté, c'est surtout ça.
- Euh est ce que votre place dans votre couple a changé ? Est-ce qu'il y a des choses avec votre femme, est ce que par exemple dans la communication le rôle euh ?
- Euh non je crois pas, je vois pas. Non
- Est-ce que votre vie sexuelle à changé ?
- Oui. Ah oui.
- Depuis l'infarctus ?
- Ah oui oui. Il y a moins de rapports, moins de, oui oui.
- Est-ce que vos loisirs ont changé ?
- Ah non pas du tout. Enfin ça a, les premiers mois biensur, je pouvais pas aller mais après après dans le, moi la pêche euh vous n'auriez pas été là ce matin j'étais à la pêche, il y a un petit étang à Abbaretz...
- Donc c'est revenu comme avant ?
- Oui oui.
- Ça a changé au départ et puis maintenant c'est ?
- Ça a changé au départ et puis maintenant j'ai enfin retrouvé des activités là oui...
- Est-ce que votre sommeil a changé ?
- Oui, ah oui.
- C'est-à-dire ?
- C'est-à-dire que je me je me lève facilement, minimum 3 fois/nuit, minimum.
- Mais parce que euh par angoisse... ?
- Je pense que, je crois avoir envie d'aller aux toilettes mais c'est pas vrai, je je vais aux toilettes mais pour 3-4 gouttes et je me promène là et puis je retourne me coucher.
- Vous êtes plus anxieux euh ?
- Oui je dirais plus anxieux, ouais.
- Et vous arrivez à bien vous endormir ?
- Oui je me rendors, je me rendors, quand je mets mes pieds enfin en général je me lève j'ai pas de chaussons, je mets mes pieds nus sur le carrelage et après je me rendors, et je bois un coup, si je bois la nuit chose qu'avant moins.
- Est-ce que votre alimentation a changé depuis que vous avez eu votre infarctus ?
- Ah oui. Avant je mangeais pas mal, enfin pas mal rôti de porc facilement, maintenant c'est plus grillades et puis ma femme fait attention à ce que je mange.
- D'accord. Oui il y a moins de ...
- Moins de graisse d'ailleurs, enfin je veux dire bon bah avant c'était pas mal de porc, côte de porc grillée. C'était enfin. Bon c'est, c'est pas grillé mais bon y a des trucs aussi à la poêle qu'on faisait que maintenant le moins possible quoi. Les œufs sur le plat c'est difficile de les faire sans sans graisse mais bon, oui ça a changé un petit peu quand même de de, l'alimentation.
- Est-ce que vos projets en général ont changé ?
- ... Oh non, non, non. Bah, là, là, là, on a non non parce que en général au mois de juin, quand on va partir, au mois de juin en général on va comment dirais-je 8-15 jours au bord de la mer, à St Brévin toujours dans le même terrain de camping ça y'a pas de problème et puis au mois de septembre toujours après les vacances là, on va à Damgan 15 jours, 3 semaines des fois 1 mois ça dépend. En revenant là, de temps en temps, quoi. Non, on sait pas, non.
- Ca n'a pas changé...
- Non, ça n'a pas changé.
- D'accord, d'accord. Est-ce que votre place dans la société a changé depuis votre infarctus ?

- ...Je crois pas, je crois pas. Non, je m'occupe un peu du club, je m'occupe un peu de de...
- Du club de ??
- De... Des aînés heureux enfin pas les aînés heureux c'est encore autre chose ça, c'est un autre truc. Les aînés heureux c'est comment dirais-je les...soyons toujours jeunes et bons amis !
- Comment ?
- Soyons toujours jeunes et bons amis ! C'est un club de parrainage, un club de...oui, oui. Donc c'est une réunion tous les mercredis enfin pas tous les mercredis c'est un mercredi sur 2. Les boules c'est le euh le mardi intermédiaire c'est-à-dire un mardi sur 2 mais intermédiaire, quand il y a pas de club c'est les boules le mardi. Ca dure l'après-midi quoi, il y a un gâteau, il y a pas mal de...
- Donc oui votre place dans la société à priori elle n'a pas...
- Non non non. Ca n'a pas changé.
- Et est ce que votre place dans votre famille a changé ? Donc là pas votre couple hein mais la famille, est ce que vous avez des enfants ?
- Oui trois.
- Donc euh...petits enfants ?
- Petits-enfants 6.
- Est-ce que dans votre famille ça a changé ou euh vos frères et sœurs enfin ?
- Frères et sœurs y'en a pas, fils unique. Changé non je crois pas que ça a changé, enfin je vois pas, enfin je m'en rends pas compte toujours, non non les rapports sont les mêmes. Non, on s'est même plutôt rapproché.
- Vous vous êtes rapprochés ?
- Non eux se sont plutôt rapprochés de moi que...
- Ouais donc ça a changé un peu dans ce sens là ?
- Un petit peu oui, ils sont plus à l'écoute plus euh, oui peut être je pense que c'est comme ça. Bah oui parce qu'ils ne voulaient pas que j'aie faire les jardins, je leur ai dit bah si si je me sens capable je vais faire du jardin. Ils me disent non, non, on va bien trouver quelqu'un d'autre et si et ça. Non non ça a pas...
- Ils font plus attention quoi ?
- Ils font plus attention voilà oui oui, plus attentifs.
- Donc là vous êtes à la retraite depuis 5 ans c'est ça ?
- Combien ?
- Non 5 ans je ne sais pas...
- 5 ans oui c'est ça, c'est ça. Malheureusement je suis parti un tout petit peu avant parce que c'est un accident de travail, je suis tombé d'un échafaudage 1 an avant malheureusement donc euh ça n'a pas amélioré les choses quoi. Je suis parti pas en mauvais terme, mais je suis pas parti en ...en retraite en très bon terme....
- Parce qu'il y avait eu un accident de travail...
- Parce qu'il y avait eu un accident de travail et puis ça a trainé et puis bon bah j'étais comment dirais-je moi euh comment...enfin le truc du travail ils voulaient que je reprenne le travail euh comment, la sécurité voulait que je reprenne mais mon patron voulait encore bien parce que je suis tombé d'un échafaudage et je me suis cassé l'os du calcanéum et puis c'était vraiment pulvérisé hein, alors ils m'ont fait un puzzle là pour le remettre en place et puis bah après j'avais été à la médecine du travail j'avais interdiction de monter à l'échelle, interdiction de de dans des comment dirais-je moi dans des terrains en pente où fallait descendre travailler, conduire pas trop longtemps fin tout un. Donc mon patron quand il a vu ça, bah il a dit moi je peux pas, je peux pas te garder alors donc je suis pas parti en en très en très bon terme quoi. Tout ça pour toute une vie chez eux, c'est ça qui m'a un petit peu bousculé quoi.
- Mmm, bah oui je comprends oui.
- Hein j'ai commencé en 68 dans la même entreprise hein, même entreprise hein jusqu'à 2005 quoi, donc euh 2004 exactement, ça s'est passé en 2004 l'accident.
- Bon, oui bah oui c'est pas facile oui.
- Après c'est facile en plus c'est pas une entreprise ici...
- Oui c'est décevant...
- ...C'est pas une entreprise d'ici c'est une entreprise de Tours, donc euh fallait que je me déplace là-bas aux prud'hommes et tout le cinéma pour euh...
- Ah oui le siège était à Tours.
- C'est-à-dire qu'on était une entreprise de de Nantes, qu'on a été racheté par euh cette entreprise Jean Lefebvre je sais pas si vous connaissez, qui est maintenant Salhia Mooran qu'on a fusionné...
- Et qu'est ce que vous faisiez exactement comme travail ?
- J'étais chef d'équipe et comment en ouvrages d'art, c'est-à-dire qu'on faisait les ponts, tout ce qui est pont.
- Chef d'équipe vous m'avez dit et ???
- En ouvrages d'art.
- Ok.
- C'est-à-dire tout ce qui est ponts ferroviaires, ponts hydrauliques, ponts euh enfin ponts routiers biensur.
- D'accord d'accord. Est-ce que vos relations avec vos amis ont changé, depuis que vous avez eu votre infarctus ?
- Ah bah tous, les amis de chantier et tout ça, personne ne vient me voir. Ah oui oui. Parce qu'on était quand même 6 de Nantes, là 6 gars de Nantes ouais enfin 5-6 de Nantes parce qu'on faisait une voiture qu'on travaillait pas dans la même boîte quand on allait à Tours, on faisait du covoiturage tout ça et puis ça s'est dégradé.
- Mais est ce que depuis votre infarctus ça a changé ?
- Bah je dirais ça a changé depuis l'accident mais après après non.
- Est-ce que depuis et vos amis en général, pas forcément que vos anciens collègues de travail, est ce que vos relations avec vos amis depuis que vous avez eu votre infarctus ont changé ? Est-ce qu'il y a eu un changement ?
- Oh non, j'aurais même peut être bien plus près encore.
- Ils sont plus proches ?
- Oui oui.
- Donc ça a changé...
- Oui mais en bon.
- Plus proches ?
- Oui oui je pense que tous les amis qu'on a là.
- Et est ce que vos relations avec vos connaissances ont changé ? Donc les connaissances c'est euh en gros c'est pas les amis enfin c'est les gens que vous côtoyez sans qu'ils soient vos amis ? Est-ce que ces relations ont changé depuis que vous avez eu votre infarctus ?
- Oh je dirais non. On se côtoie avec les voisins et tout ça on se côtoie mais on va pas les uns chez les autres. Bonjour bonjour, la nouvelle on se l'annonce par-dessus la haie par exemple ou quand je marche comme ça, on est un secteur que, bah au début quand on sait pour ça parce qu'au début où on est arrivé là, on allait trop les uns chez les autres et il y a eu des petits conflits. C'est-à-dire que

- chacun racontait un peu ce qui se passe chez l'autre, on a vu ça quand on a vu ça. Ma femme, elle a dit oh là là attention donc maintenant c'est bonjour bonjour on raconte voilà.
- Pas trop.
 - Voilà. Voilà. Pas trop.
 - Et donc tout ça, ça n'a pas changé depuis que vous avez eu votre infarctus ?
 - Non non non.
 - Est-ce que cet évènement donc l'infarctus, est ce qu'il est bien parlé dans votre famille et dans votre entourage proche ?
 - Oui oui.
 - Donc ce n'est pas du tout tabou, enfin il n'y a pas de problème euh de communication ?
 - Non non non, même mes gars quand je leur ai dit, enfin quand ils l'ont su, enfin il faut se faire suivre maintenant parce que c'est héréditaire finalement hein. Il n'y avait rien avant de mon côté, rien avant de son côté mais bon maintenant faut faire attention à ça quoi.
 - Oui complètement oui. Est-ce que le regard d'autrui a changé depuis que vous avez eu votre infarctus ?
 - Non non.
 - Comment vous a-t-on parlé de votre maladie ?
 - C'est-à-dire, comment...
 - Est-ce qu'on vous en parle avec des mots simples, est ce que c'était, est ce qu'on vous en a bien parlé, enfin comment vous jugez ? Là je parle du corps médical, paramédical, tous les médecins, les infirmières, les kinés et tout le monde euh ?
 - Oui je dirais que sur, pendant mon euh les 5 jours que j'étais, après l'opération là, on m'en a parlé mais sans plus, je me suis plus informé par les petits livres que vous aviez dans les dans les...
 - Les prospectus en fait qu'on vous a donné.
 - Oui, ouais. On m'a pas vraiment, personne n'est venu me dire voilà comment ça s'est...
 - Personne ne vous a vraiment expliqué...
 - Voilà, non non pas vraiment. Après, après oui bien sûr après avec quand j'ai rencontré Mme Pelé tout ça, elle m'a bien expliqué.
 - Donc au réseau ? Oui
 - Ouais.
 - Là on vous a bien expliqué, on vous en a bien parlé.
 - Oui, oui.
 - Et on vous l'a bien expliqué ?
 - Et toutes les réunions c'est super hein vraiment oui oui. Là, il y a un docteur il y a un, oui oui.
 - Donc on vous l'a bien expliqué ?
 - Ah oui oui.
 - Et est ce que vous vous sentez compris ?
 - Je pense oui je pense oui oui.
 - Et est ce que vous vous sentez écouté ?
 - On nous écoute toujours, oui on nous écoute. Parce qu'on se sent écouté c'est peut être encore autre chose mais on nous écoute... Ce que je veux dire, c'est quand on pose une question des fois le Dr il a une question un petit peu par exemple euh enfin je me rappelle, est ce que le diurétique vous pouvez changer ? Euh, il m'a répondu par des questions un petit peu erronées quoi...
 - Il vous a pas répondu quoi.
 - Non, pas vraiment quoi, il a pas...
 - Donc vous avez l'impression qu'on vous laisse parler sans forcément vous...
 - Sans pour cela répondre à la question que l'on pose. Je pense qu'on donne une réponse globale, on donne une réponse pour euh toute toute la table quoi.
 - Donc ce serait peut être plus, vous vous sentez écoutés mais peut être pas compris ou je sais pas. Enfin j'essaie de, d'avoir une...
 - Pas compris non je pense que le Dr lui m'a bien compris c'est pas ça l'histoire. Je pense qu'il avait donné une réponse pour euh toute l'assemblée quoi, pas, pas spécifique à moi, comme pour dire vous vous pouvez, par exemple c'est pas ça l'histoire euh vous pouvez vivre 3 ans comme l'autre personne qui est à côté, peut vivre 15 ans, l'autre 25 ans euh donc le, il ne m'a pas donné de réponse précise.
 - De réponse, la réponse que vous vouliez, ouais.
 - Bah biensûr il ne va pas me dire combien de temps qu'il me reste à, c'est pas ça l'histoire, non il aurait pu donner une fourchette, des gens qui ont ça, bon bah il y a encore une espérance de vie de, de 35 ans ou je sais pas 25 ans ou 20 enfin bref, c'est pas son rôle non plus.
 - Donc à la question vous vous sentez bien écouté ?
 - Oui, sur d'autres questions, oui, si, sur d'autres questions, il a bien écouté, sur les médicaments tout ça. Si, si, il a bien classé tout ça, parce qu'au fur et à mesure que, comment dirais-je, qu'on me donnait le, ce qu'on avait comme médicaments, sur le tableau il faisait une croix enfin ça, c'est pour ça. Si si, là-dessus y'a pas trop de problème. Mais je pense que si la la la solution c'est, il l'a donnée globalement, c'est ça il parle à tout le monde.
 - D'accord. Donc vous vous sentez bien écoutés quand même.
 - Oui, oui, oui, oui.
 - Avec qui vous préférez parler de votre maladie ? Alors là je parle vraiment, par exemple, il y a les gens du réseau, il y a les gens que vous avez vu à l'hôpital, tout le personnel médical, paramédical, votre médecin traitant, votre cardiologue ? Est-ce qu'il y a quelqu'un avec qui vous préférez parler de ça, de cet infarctus ?
 - Bah j'en parle facilement avec la Doctresse là chez nous là.
 - Votre médecin traitant.
 - Oui le médecin traitant. J'en parle facilement avec euh comment il s'appelle, avec Mr Monville.
 - Votre cardiologue oui.
 - Oui le cardiologue mais euh autrement vis à vis d'autres personnes, si je connais une dame là qui est venue à Maubreuil mais on en parle pas.
 - Une dame qui va à Maubreuil, une patiente ?
 - Oui,
 - Ah oui une patiente, d'accord.
 - Mais je l'ai vu plusieurs fois dans le bourg. La santé, ça va mais c'est tout. On ne parle pas de de, comment dirais-je, on ne parle pas des traitements qu'on a eu ou des médicaments qu'on prend ou ça reste là.
 - Donc c'est plus, plus votre médecin et votre cardiologue.
 - Oui oui voilà, le médecin, et puis avec les enfants, avec les enfants on en parle facilement autrement non.
 - Qu'est ce que l'éducation, donc le réseau respecti cœur vous a apporté ?

- Ah bah déjà toute, bah pas mal d'explications déjà mais un soutien. C'est un soutien déjà un bon soutien oui oui et puis ça me, enfin je veux dire que, physiquement ça m'a fait quelque chose aussi de faire de la rééducation.
- Donc des explications, un soutien psychologique vous diriez ?
- Ah oui oui oui. Puis alors se retrouver avec des gens qu'on connaît pas mais qui en parlent facilement, c'est surtout ça l'histoire.
- Vous vous sentez entouré quoi...
- Il y a avait une jeune de 22 ans mais je lui dis mais c'est pas possible à cet âge là quand même, et puis bon on a discuté ensemble euh on a bien ah oui oui c'est...
- Vous vous sentez entouré quoi ?
- Oui, bien entouré, bien entouré oui. Et tout le monde en parle, c'est ça qui y'a bien, après il y a une pause on prend un comment dirais-je un euh...
- Un café.
- Pas un café mais de l'eau au machin, après l'effort, chacun son verre d'eau, chacun avec son nom et tout ça.
- En rééducation ?
- Oui oui c'est bien parce qu'il y a 3 ou 4 minutes bah on en parle, on parle facilement. Je me rappelle il y avait un monsieur qui était de Vertou, il avait fait du du... il parlait de vélo, puis il avait fait du vélo pendant le weekend dans l'eau là, là comment que ça s'appelle.
- Aquabike.
- A Machecoul il y a, et puis bah il en parle et bah dit de toute façon faut faut t'es pas suivi, rien du tout hein, fallait pas. Remarque, c'est bien de discuter ensemble pour savoir les choses qu'il fallait faire ou pas faire. Il lui a dit il aurait fallu quand même que vous nous en parliez avant. Faut pas aller faire du vélo comme ça dans l'eau surtout que là c'était un truc sportif donc euh si si on parle facilement quoi, choses que l'on n'auraient peut être pas abordées ou dit autrement.
- Donc là vous parlez du réseau et de la rééducation ?
- Oui oui.
- Donc il y a les réseaux respecti cœur, tout ce qui est groupe de parole etc, et il y a la rééducation.
- Aussi les groupes de parole c'est c'est c'est bien.
- D'accord.
- Aussi bien je vous dis, comment dirais-je le euh le le suivi de de comment dirais-je sportif et puis le groupe de parole oui oui les deux correspondent bien.
- Est-ce que vous avez eu recours à une association ?
- Non.
- Est-ce que vous voyez la mort différemment ?
- Non je crois pas, non je crois pas. Je pense qu'elle va venir plus vite que prévue mais mais non pas différemment.
- Vous ne l'a voyez pas différemment ?
- Non. Je pense que si j'ai, je meurs ça sera de ça, je pense mais bon. Maintenant il y a d'autres choses, la vie, un accident de voiture ça peut être n'importe quoi hein, c'est pas obligé que ce soit ça mais enfin je pense que ça déjà ça va, ça va...
- Donc vous le voyez la la on va dire la cause de la mort différemment quoi ?
- Oui voilà, la cause la cause.
- Pas la mort en elle-même mais...
- Non non non, la mort le plus tard possible bien sûr mais non non, oui voilà je pense que si si enfin si je dois mourir de vieillesse ce sera certainement par, par le cœur, je pense mais bon.
- Donc vous voyez la mort différemment. Ok bon bah très bien, nous avons fini, nous avons terminé.

Patient P11 DN: 26/02/57, Date IDM: 20/08/11, Date entretien: 24/04/12, marié, 2 enfants, informaticien.

- Est ce que vous pouvez me raconter un petit peu ce qui s'est passé pendant votre infarctus, le jour de votre infarctus ?
- Bah disons que ça a commencé un peu avant parce que j'ai eu euh quand même des symptômes. Euh l'infarctus s'est passé le 20 et disons que vers le 17 euh j'étais en Lozère dans la famille. Après une grosse journée de ramassage de champignons, je me suis senti un petit peu bizarre, sauf que sur le coup j'ai mis ça sur mes, mon problème de cervicales, parce que j'ai des antécédents suite à un gros accident de camion et ces douleurs là euh sur la partie supérieure du corps euh bah je mettais ça sur le sur le compte des cervicales et puis euh de, de tout ça quoi. Jusqu'à mon retour donc le 18, là, ça c'était le 17, le 18 pff ça n'allait pas beaucoup mieux. Le 19, euh, je suis rentré sur Nantes en conduisant, j'étais tout seul et euh sans souci. Et le 20 bah ça allait jusqu'au soir où au cours d'une grillade, plus on avançait dans la soirée et moins je me sentais bien.
- D'accord.
- Alors sueurs froides, mes amis m'ont trouvé une couleur vert de gris.
- Et vous aviez toujours cette douleur ?
- Ah bah là, bah là, ça empirait.
- Ouais donc c'était vraiment au niveau du thorax ?
- Ouais en haut de là hein euh comment, trapèze enfin tout ça là et euh je sentais bien que j'allais pas et pourtant j'ai mangé sauf qu'un moment de temps, je leur ai dit bah faut m'excuser mais il faut que j'aille m'allonger parce que ça ne va pas du tout. Habituellement, quand j'ai des crises comme ça, je vais m'allonger dans le noir, j'essaie de trouver une position qui me convient, puis j'attends que ça passe. Puis là, ça ne passait pas. Donc euh j'ai demandé à ma femme d'appeler SOS médecin qui m'ont posé des questions. Par rapport à mes réponses ils m'ont dit que ce n'est pas eux qui viendraient, qu'ils allaient monter une équipe du SAMU, ils m'ont passé le SAMU, qui eux m'ont posé également des questions, ils ont dit : « Bon bah euh je vous envoie du monde tout de suite hein ». Puis après ça, ça par contre ça a durée 45 min, au téléphone hein. J'étais allongé et après avoir raccroché avec le SAMU à peine un quart d'heure après, bah ils ont débarqué tout l'équipe puis ça a été très vite, direction les urgences, la pose du stent et puis voilà.
- D'accord, d'accord. Et comment vous l'avez vécu cette cette journée en fait ?
- Là, là, par contre je, enfin avant que le, le SAMU arrive, je savais que c'était cardiaque parce que mon père c'est un gros cardiaque, je l'ai, j'ai assisté à plusieurs de ses infarctus et ça, ça m'y a fait penser. Par contre, je ne pensais pas que ça me serait arrivé mais bon voilà quoi c'était mon tour.
- Ouais, vous doutiez que c'était cardiaque mais ...
- Oui. Ouais. Ouais et euh et au SAMU, enfin aux urgences, le docteur qui, qui m'a posé le stent m'a tout expliqué. J'ai même pu voir la pose du stent à l'écran puisque je n'étais pas anesthésié, ils n'avaient pas d'anesthésiste sous la main et puis voilà quoi.
- D'accord.
- Donc après bah la suite logique.
- D'accord, et du coup, oui, comment vous l'avez vécu, ça a été... ?

- Ah bah je, ça a été euh, j'attendais que ça passe, c'est tout. J'étais pas plus anxieux que ça, mais faut dire que j'ai une grosse confiance dans la médecine alors ça y joue peut être, par rapport à mes autres... Enfin, c'est la première fois que j'ai un infarctus mais par rapport à mon vécu médical, euh je peux dire que j'ai confiance oui.
- Parce que comment était votre santé avant votre infarctus ?
- Bah j'ai jamais été vraiment malade, tous mes antécédents, c'est osseux.
- D'accord c'est à dire ?
- Fractures, accident de camion donc, euh, bah, six pneumothorax, côtes cassées, cervicales, prothèse totale de hanche, visage refait, enfin tout ça c'est... Mais c'est pas de la maladie quoi hein, c'est de la casse mais voilà. La cheville bah là c'est pareil euh 18 mois d'arrêt à cause de 4, 5 fractures à la cheville, qui s'est retrouvé à l'équerre en descendant de vélo mais c'est pareil, ici, ils ont fait ça bien sauf que j'ai attrapé une, euh, une bactérie au CHU et ça a tout retardé. Mais, euh, je peux pas dire que, euh, j'ai, j'ai pas pris ça comme si j'avais eu un cancer ou je sais pas hein, voilà quoi. L'épaule, c'est pareil, j'ai eu de la casse, une luxation, c'est encore de la casse donc voilà. Donc je peux pas dire que je l'ai mal vécu parce que je faisais confiance.
- Ouais, ouais, d'accord. Et donc, votre santé avant votre infarctus du coup il y a eu beaucoup de de...péripiétés ?
- Oui, oui, oui mais il y a 4 ans quand même j'avais fait une angine de poitrine.
- Ah d'accord.
- Et euh et bah mon euh mon comment cardiologue le Dr Dudant euh il m'a traité et puis voilà quoi.
- Mais vous n'aviez jamais fait d'infarctus en fait ?
- Ah non, non non.
- D'accord. Vous aviez juste eu un traitement ?
- Voilà.
- D'accord et comment est votre, donc du coup votre santé avant votre infarctus était bonne, était mauvaise ? Enfin comment vous la qualifieriez ?
- Bah de plutôt bonne.
- Oui plutôt bonne.
- Bah oui oui oui.
- Et comment est votre santé depuis votre infarctus ?
- Alors euh je dirais qu'elle est bonne mais euh à un niveau inférieur quoi, hein, parce que je m'essouffle vite et, si je fais mes lacets, je suis essoufflé. Mais ça, c'est le traitement euh tout ce qui est bêtabloquant enfin tous, tous ces produits là, parce qu'avant j'étais pas essoufflé et justement ils m'ont dit que j'avais une grosse capacité pulmonaire donc j'avais aucune raison d'être inquiet de ce côté là, sauf là bah je leur ai dit que je trouvais ça bizarre qu'en faisant mes lacets, je sois essoufflé comme ça puis ils m'ont expliqué que bah ça, ça devait être normal puisque euh il y avait d'autres patients à qui c'est enfin...
- Arrivé hum...
- A qui c'est arrivé. Euh donc il y a de l'essoufflement. Au travail, euh, je monte souvent les escaliers, bah, je les monte moins vite, je fais plus attention à tout ce que je mange à tout ce que je fais en fait, j'y pense. Et puis, j'ai arrêté de fumer aussi, ça aura servi à ça au moins. Avant j'avais essayé sans, sans vraiment y croire et puis là, bah en fait, ça se passe plutôt bien quoi.
- Oui, ça va ?
- Oui, oui, ça va. Je ne suis pas infernal.
- Euh, quand vous prenez votre traitement, comment ça se passe ? Est ce que vous avez des oublis, est ce que enfin... ?
- Oh ça m'est arrivé oui, des oublis, notamment pour le Kardegic, pas trop pour les cachets mais la poudre, le Kardegic ouais ça m'est arrivé ouais. Mais vu que je prends déjà pas mal de cachets euh bah j'ai, je prends, 9 le matin, 1 le soir et puis voilà quoi.
- D'accord.
- Puis j'ai un semainier comme ça et bah...
- Comme ça, il n'y a pas d'oubli.
- Comme ça, tout est réglé, je le fais une fois par semaine et puis voilà quoi.
- D'accord donc oui ça se passe, ça se passe plutôt bien quoi ?
- Oui, oui.
- Et pour vous à quoi servent ces médicaments ?
- Bah, pour moi, d'après ce que j'ai compris, euh, ça sert, bah, alors, c'est pour la tension, euh, pour le sang parce que, bah, il faut bon, il faut éviter de se couper parce que c'est vrai c'est ça n'en finit plus quoi euh.
- Ça fluidifie.
- Oui, voilà, oui. Ça cicatrise très mal, euh, enfin lentement quoi alors qu'avant ça cicatrisait vite une coupure de doigt. Bah, ça allait assez vite. Là, maintenant, une coupure de rasoir, euh, bah, j'en ai pour 4-5 jours.
- Ah oui ?
- Ah oui oui, euh, les autres, bah, c'est, euh, c'est quoi, c'est, c'est, c'est, on parle que pour le cœur là ?
- Oui, oui.
- Euh, bah, c'est ça, la fluidité du sang, ah, bah, si le comment les dépôts mais bon vu que déjà on mangeait pas trop mal, parce qu'ils m'ont dit que je ne faisais pas de mauvais cholestérol. Mais bon, malgré tout, on fait quand même un peu plus attention que, qu'avant même si on, si on se nourrissait bien.
- Oui, vous avez, vous avez changé votre alimentation depuis que vous avez eu votre infarctus ?
- Essentiellement sur le fromage et les charcuteries. J'en mange moins et une fois du fromage par jour et un laitage à l'autre repas. Alors qu'avant, c'était plutôt fromage à tous les repas...bon euh, on m'a dit qu'il n'en fallait pas autant, 40g, donc maintenant et bah, on essaie de faire avec ça. Euh pff. Si à la cantine, je fais attention parce qu'à la cantine on a beaucoup d'entrées mayonnaises et bah j'essaie de, de pas en prendre. Je ne mange pas de frites, euh produits en sauces enfin plats en sauces tout ça bah j'évite aussi ou alors ils enlèvent la sauce ou enfin voilà quoi.
- Bonjour (entretien interrompu du à l'arrivée de la famille du patient).
- C'est mon père.
- Ah, d'accord.
- Donc voilà.
- D'accord. Alors euh donc oui l'alimentation donc oui du coup vous avez changé oui.
- Bah oui oui, au moins pour tous ces plats là quoi, des plats en sauces et de la mayonnaise.
- D'accord, ok. Donc vous avez diminué tout ce qui est grasse quoi en fait ?
- Oui oui.
- Est ce que votre traitement est une contrainte pour vous ?
- Bah non, non parce que je prenais déjà des cachets depuis l'accident. Donc maintenant j'en prends un peu plus et puis c'est tout.
- Oui voilà c'est pas une contrainte.
- C'est pas une corvée supplémentaire non non.

- Est ce que vous avez des effets secondaires ? Là du coup...
- Effets secondaires euh, bah au départ ce qui s'est passé c'est que j'étais très rapidement fatigué. Et ça, ça a duré pas mal de temps. Oui mais bon d'après euh comment parce que j'ai fait de la gymnastique cardiaque après, ils m'ont dit que c'était normal, donc euh bah c'est le seul effet secondaire que j'ai ressenti vraiment quoi. Pour un oui ou pour un non j'étais très fatigué, très rapidement.
- D'accord, d'accord. Quelle est l'implication de votre conjoint dans votre traitement ?
- Ah bah, la cuisine (rires) déjà ! Euh bah, pour le reste, après c'est tout ce qui était courses et tout ça pour aller chercher les médicaments et bah c'est elle qui s'en occupait et puis maintenant, j'ai repris le travail alors, bon bah un temps, c'est elle, des fois, c'est moi. La cuisine, c'est jamais moi ; ça, c'est sûr euh voilà quoi.
- Donc oui, elle a modifié sa manière de cuisiner ?
- Ah bah, oui. Mais, déjà avant, tout ce qui était cuisson vapeur et tout ça, on le faisait. Bon ça a, ça a pas modifié grand chose quand même sauf qu'on achète plus de saucisson. Ça s'arrête là les gros efforts.
- D'accord ok. Et dans la prise de vos médicaments, est ce qu'elle euh, est ce que... ?
- Euh, au départ, pour m'y faire penser parce que on n'avait pas de semainier et puis bah c'était un peu le bazar. Donc rapidement, elle a été achetée le semainier et puis ça s'est calé là-dessus.
- D'accord, d'accord. Est ce que le suivi est une contrainte pour vous ? Tout ce qui renouvellement, prise de sang, consultation chez le cardiologue, épreuve d'efforts, etc...
- Le renouvellement des médicaments revient vite. Euh, oui, bon bah, il faut y aller, il faut y aller. Disons que j'apprécie quand il me donne des boîtes de 3 mois plutôt que des boîtes mensuelles, ça s'arrête là la contrainte. Le reste euh non. Pas plus que ça quoi.
- D'accord, d'accord. Donc, c'est surtout le renouvellement de médicaments qui est une contrainte ?
- Oui, oui.
- Ok. Alors question assez globale, qu'est ce que l'infarctus a changé dans votre vie ?
- Et, bah, on va se répéter un peu, il y a la nourriture, il y a tout ce qui est physique, j'ai refait un peu de vélo mais je fais très attention à, à ne pas monter en régime quoi parce que euh autant je peux marcher vite et longtemps, autant le vélo, tout de suite, je sens que, euh, ça, ça va moins bien quoi. Je sais pas, c'est comme ça. Le cœur il s'accélère plus vite en pédalant qu'en marchant quoi hein. Euh mais je vais au travail, quand il fait beau, je fais pas mal de marche parce qu'on m'a demandé de faire, enfin on m'a demandé, on nous disait qu'il fallait faire au moins 35 min de d'effort physique au moins 3 fois par euh la semaine, comme on faisait euh en salle de gymnastique du cœur là. Donc bah depuis qu'il fait pas trop vilain, soit je fais un peu de vélo soit de la marche à pied voilà.
- D'accord, d'accord.
- Je reviens du boulot soit à pied, soit en bus mais dans tous les cas je vais chercher le bus loin du boulot hein, voilà ça m'oblige à marcher.
- Oui d'accord, vous essayez de vous forcez un peu. Donc vos loisirs ont changé ?
- Oui, bah, oui, oui, oui. Un peu oui, on peut dire oui.
- D'accord.
- Mais c'est très bien ça.
- Donc plus de vélo, enfin plus de marche ?
- Oui.
- Oui et peut être moins de, enfin moins de vélo, on va dire euh, moins d'effort intense quoi ?
- Voilà c'est ça. Là quand je marche, autant je ne pense pas du tout à l'infarctus, que quand je monte sur le vélo, j'y pense.
- D'accord, d'accord.
- Je sens que ça vient très vite l'essoufflement enfin le, c'est pas de l'essoufflement parce que je ne suis pas essoufflé mais euh je sais pas une oppression enfin je sais pas...
- Ah oui dès que vous faites un effort, d'accord. Est ce que votre sommeil a changé depuis votre infarctus ?
- J'ai toujours bien dormi mais euh si, je me réveille peut être plus souvent la nuit mais je me rendors aussitôt alors ça ne change pas grand-chose, je dors toujours bien oui.
- Globalement vous dormez toujours bien mais ça a quand même changé, vous vous réveillez un peu plus la nuit quoi c'est ça ?
- Oui, oui.
- D'accord. Est ce que vos projets en général ont changé ?
- Euh non. Non parce qu'on avait rien prévu euh de spécial à cause de bah ça voilà quoi (en désignant son beau père). La fille s'occupe de ses parents donc euh on n'a pas de voyage de prévu, pas de vacances loin, pour l'instant. Ça fait quelque temps qu'on ne bouge pas d'ici.
- D'accord, d'accord, donc les projets n'ont pas changé ?
- Non. Il n'y aurait pas ça, on partirait peut être quand même, ouais.
- Est ce que votre place dans la société a changé depuis votre infarctus ?
- Bah au boulot euh au boulot, au boulot euh j'ai bien senti qu'on, que les gens savaient ce que j'avais eu, parce qu'on m'a souvent dit : « Vas-y doucement. »
- Qu'est ce que vous faites comme travail ?
- Je suis informaticien dans un, dans deux lycées et puis bah, j'ai souvent des unités centrales à déplacer, des écrans. Marcher avec ça sous le bras pour aller au bureau et tout ça ouais, donc bah tous, tous ces petits gestes quotidiens, maintenant je les fais plus comme ça, je mets sur un chariot et puis je pousse le chariot. Après, je prends l'ascenseur plus souvent que les escaliers et voilà.
- Donc votre place dans votre milieu professionnel a changé ?
- Oui, oui, oui. Ça a changé oui.
- Les gens sont plus...
- Bah surtout au début. Mais bon ça se passe toujours bien et les, tous ceux qui est, cadre par exemple bah ils m'en parlent souvent.
- Oui.
- Les collègues, je suis tout seul mais j'ai d'autres collègues quoi, qui font un autre métier que le mien. Euh. On parle pas de ça essentiellement hein, plutôt dans les bureaux ont me dit : « Vas-y molo quoi ». Voilà.
- D'accord. Est-ce que votre place dans votre famille a changé ? Alors pas dans votre couple mais dans votre famille ? La question du couple est après.
- Bah la famille je la vois pas beaucoup. Euh. Je les vois quand ils passent me voir ici, euh non ça a pas changé vraiment non.
- Hum d'accord. Est-ce que votre place dans votre couple a changé ? Avec votre femme.
- Bah c'est pareil. On fait attention à, on a un fils qui est encore à la maison. Il est grand. Quand il y a quelque chose à faire, bah, on pense plus à lui en priorité. Bon, de temps en temps, on fait des bricoles à deux, lui fait le plus dur, enfin le plus pénible et puis voilà. C'est ça qui a changé alors qu'avant je lui demandais rarement.
- Oui d'accord donc vous vous partagez un peu le travail en fait c'est ça, tous les deux.
- Oui, c'est ça.
- Puis, là, il a tout compris. Alors bon, ça va.

- Oui d'accord ok. Est-ce que votre vie sexuelle a changé depuis votre infarctus ?
- Est-ce que ça a changé bah euh oui quand même. Euh les rapports sont moins proches. Par contre, euh, c'est, c'est le traitement je pense qui d'après Mme ??? euh, c'est plus long à se mettre en route voilà.
- D'accord.
- Un truc comme ça.
- D'accord. Oui donc c'est un effet secondaire ?
- Oui.
- D'accord. Est-ce que vous avez... Alors bon, vous avez déjà répondu en partie à la question mais bon, est ce que vous avez modifié vos conditions de travail ?
- Bah oui.
- Oui, vous faites moins de choses ...
- Oui, oui, oui.
- Moins de choses, vous portez moins de choses lourdes quoi ?
- Bah oui, déjà que j'avais pas le droit de porter des choses lourdes avant à cause de ma prothèse et de mes autres problèmes, là bah c'est fini.
- Et vous aviez repris à mi-temps thérapeutique ou... ?
- Non.
- ...Ou est ce que non, vous avez repris d'emblée à plein temps.
- A temps complet oui.
- Est-ce que vos relations avec vos amis ont changé ?
- Oui. Bah oui, oui. Euh, ça a changé mais bon on ne faisait rien de vraiment exceptionnel. Quand on se voit, c'est pour un repas, pour un anniversaire, pour une fête bah on parle de ça, à tous les coups on en parle, ça c'est sûr. Comment ça va, qu'est ce qui s'est passé, est ce que j'ai eu des...Oui j'ai eu des euh, bah il s'est passé quelque chose à trois reprises, j'ai perdu l'usage de mes bras. Je sais pas pourquoi et les toubibs, les chirurgiens, ils n'ont pas sû me dire pourquoi ça s'était passé. La première fois ça s'est passé en sortant de table, d'un seul coup j'avais, bah mes bras ils étaient devenus très lourds, ils étaient comment engourdis, je pouvais pas les garder comme ça. Il a fallu que je les mette le long du corps, assis, et puis là j'ai eu très soif et quand j'ai voulu prendre mon verre, je pouvais pas monter mon bras sur la table, ils étaient, ils étaient morts les deux bras. Et ça, ça me l'a fait trois fois.
- Et ça, c'est depuis votre infarctus ?
- Ah oui, oui, oui.
- D'accord.
- Et donc bah voilà quoi. Ils m'ont demandé à, à faire un...
- Un scanner ?
- Un électro je crois...
- Un electroencephalogramme ?
- Quand ça m'est arrivé. Sauf que ça dure 5 minutes, alors le temps d'aller voir le toubib ou...
- C'est déjà fini quoi.
- Bah oui.
- D'accord. Est-ce que vos relations avec vos connaissances ont changé ? Donc les connaissances, enfin voilà, les gens que vous ne connaissez pas, enfin pas vos amis pas votre famille, pas votre travail.
- C'est comme avant je crois. Je vois pas non ce qui a changé. Quand je vais faire mes courses c'est comme d'habitude.
- D'accord d'accord. Pour vous qu'est ce que ça veut dire d'avoir un infarctus ? Qu'est ce qu'il se passe dans votre corps ?
- Bah il se passe qu'on est plus fragile qu'on était. Cà, c'est sûr, et puis, et puis bah euh bah enfin je sais que c'est très grave parce que bah ça touche au cœur quoi...
- (Un téléphone sonne)
- Euh voilà euh c'est quoi la question déjà ?
- Qu'est ce que c'est, qu'est ce qui se passe en fait dans le cœur quand vous avez un infarctus ?
- Ah oui. Si je sais aussi que j'ai perdu une partie, il y a une partie qui est, enfin qu'est, qui est morte quoi et qui reviendra pas quoi. Euh, bah. En pourcentage par rapport au cœur je ne sais pas mais bon c'est ce qu'on m'a dit et je sais qu'il y a une partie du cœur qui n'a pas été irriguée et bon bah cette partie là, elle est perdue, elle est perdue.
- D'accord. Quelles sont les causes pour vous d'un infarctus ?
- Bah moi je pense que déjà il y a le tabac, ça c'est sûr, le tabac, la nourriture, le stress euh je vois ça comme ça.
- Et pour vous, quelles sont les conséquences de l'infarctus sur votre corps ? Vous l'avez dit...
- Bah il affaiblit tout quoi, on est...
- Comment ?
- Il affaiblit.
- Oui oui.
- Enfin moi c'est ce que j'ai ressenti, il m'a affaibli et puis euh bah voilà quoi il m'a affaibli, je suis moins résistant qu'avant, voilà quoi.
- D'accord. Est-ce que cet événement est bien parlé dans votre famille et dans votre entourage proche ?
- Ah bah côté paternel oui. Lui, il en a fait 4. J'ai une cousine, alors on s'est vu là il y a 15 jours on en a beaucoup parlé oui, oui, oui.
- D'accord, et est ce que le regard d'autrui a beaucoup changé depuis que vous avez eu votre infarctus ?
- Bah si c'est les amis tout ça bah oui parce que quand il y a quelque chose à déplacer tout de suite il me mette de côté quoi hein, ils essaient de faire ça entre eux...
- Oui, ils vous protègent.
- Voilà oui, oui ça c'est sûr.
- Comment vous a-t-on parlé de votre maladie ? Donc là je parle plus du corps médical fin des médecins, des infirmières, des kinés tout ça, comment on vous en a parlé ?
- Bah la kiné euh je la vois une fois par semaine depuis 96, euh enfin une fois par semaine minimum euh, elle, elle m'en a... On en parle tout le temps mais depuis que c'est arrivé, bah c'est rare si pendant une séance, on aborde pas le sujet parce que, elle veut savoir ce qui s'est passé, si j'ai eu justement cette histoire de bras là. Cà, ça l'inquiète par contre, parce qu'on se connaît bien et euh, elle comprend pas que, que les spécialistes n'aient pas sû me dire d'où ça venait quoi, parce qu'elle dit, c'est quand même incroyable ça. Les bras, qu'on ne puisse pas monter des bras sur la table, elle dit, c'est, c'est un effort, c'est pas effort quoi c'est. Elle dit bah donc on parle beaucoup de ça quoi. Quand je fais des exercices chez elle, euh, vu que c'est des histoires de psoas, de prothèse et de, elle me demande de faire des efforts, on a ralenti un peu, et la cadence parce que là c'est pareil le cœur il monte en régime, donc voilà quoi.
- D'accord et le reste du, enfin quand vous avez eu votre infarctus, comment on vous en a parlé ?
- Euh au C, au CHU, là-bas ?
- Par exemple ou votre médecin.

- Bah toutes les filles m'ont dit, c'est grave ce que vous avez eu Mr Rome. C'est la première chose que j'ai entendu ça oui. Euh. Je savais que c'était grave mais bon on le dit, on le redit, bah c'est, c'est leur job je suppose de dire de faire comprendre aux patients quoi. Puis, après, il y a eu respectif cœur justement qui eux sont passés, repassés, euh j'ai assisté à toutes leurs séances parce que ce n'est pas une obligation ça non plus.
- Non non.
- C'est, mais bon, moi je trouvais ça intéressant parce que, en fin de compte si on a rien, le cœur, bah, on sait qu'il est là mais il est pas aussi loin hein, ce qu'on a appris à l'école. Donc là, on a remis ça au goût du jour et puis je trouve ça plutôt bien.
- Oui, justement il y a une question. Qu'est ce que vous a apporté l'éducation thérapeutique ?
- Ah bah ça. Voilà, de remettre le cœur au goût du jour parce que oui bah on oublie quoi euh puis j'avais, je suis curieux de nature, sur internet j'aurais pu aller au, à la pêche aux renseignements et tout ça mais bon là, c'est plutôt en informatique donc euh voilà.
- D'accord, d'accord. Est-ce qu'on vous a bien expliqué votre maladie ?
- Oui.
- Oui ?
- Plusieurs fois même.
- Avec qui vous préférez parler de votre maladie ? Alors là, je parle du corps médical, paramédical, donc de votre infarctus hein ?
- Bah avec mon médecin traitant. Lui, ça va bien parce qu'il est ouvert, on se connaît depuis longtemps et puis, bah, on se cache rien quoi.
- Hum d'accord. Vous sentez vous compris quand vous parlez de votre maladie envers le, toujours envers le corps médical ?
- Ah oui oui oui.
- Et est ce que vous vous sentez écouté quand vous en parlez ?
- Aussi. Ah bah, si, ils écoutent tous, ouais, ouais, ça c'est sûr.
- Est-ce que vous avez eu recours à une association ?
- Non.
- Est-ce que votre moral a changé depuis votre infarctus ?
- Le moral euh.....non je crois que je suis comme avant. S'il y a un changement, je n'en sais rien, il faudrait demander aux autres, non je vois pas non.
- Non ? D'accord. Est-ce que vous êtes plus anxieux ?
- Alors euh anxieux je ne sais pas si c'est le terme. Mais bon, là, je viens de recevoir par exemple 80 ordinateurs dans des cartons et tout ça. Euh j'étais anxieux de ne pas trouver de la main d'œuvre pour me donner un coup de main, voilà.
- D'accord.
- Là vous voyez anxieux oui autrement bah non, mon anxiété ça s'arrête là au boulot. C'est pour soulever des charges et voilà quoi. De faire des gros efforts physiques puis c'est tout.
- D'accord, donc plus anxieux au travail quoi en fait.
- Oui.
- Est-ce que vous voyez la mort différemment ?
- Non, non et puis j'y pense souvent à ça. Mais même avant quand ça allait bien, j'ai toujours pensé à la mort, pourquoi j'en sais rien, mais j'y pense pas plus ou pas moins qu'avant quoi.
- D'accord, ça n'a pas changé depuis votre infarctus ?
- Non.
- Vous avez combien d'enfants ?
- Deux.
- Deux enfants. D'accord ok. Bon bah voilà, on a fait le tour de toutes les questions, je vais arrêter....

Patient P12, DN: 27/12/43, Date IDM: 03/10/11, Date entretien: 15/05/12, marié, 2 enfants, retraité (ancien cuisinier).

- Alors est ce que vous pouvez me raconter ce qu'il s'est passé pendant votre infarctus, le jour de votre infarctus ?
- Bah écoutez, j'avais beau-beaucoup jardiné toute la journée et puis vers 4h l'après-midi, bah, j'ai eu un, un coup de fatigue. Alors, ma femme me dit : « T'as qu'à arrêter, tu recommenceras demain ». Bon j'ai dit : « Bon bah d'accord, j'arrête tout ». Je ramasse mes outils, et à ce moment là, j'ai senti une douleur, euh, dans à la gorge. Bon, c'était pas, pas plus méchant mais bon j'ai dit mince, ça me gêne quoi. Alors j'ai dit, bon, je prends une bonne douche comme ça, ça va se calmer. Mais là, ça, ça avait pris un peu plus d'ampleur et puis je dis à ma femme oh je sais pas j'ai l'impression que c'est une histoire de cœur, parce que j'avais vu des émissions à la télé, elle me dit : « Si c'est ça, j'appelle le SAMU ». Oh bah, je lui dis : « Non y'a pas, ça à l'air, j'ai un petit peu mal comme ça, c'est gênant quoi ». Et puis, elle m'a dit : « Non, non, j'appelle le SAMU ». Donc, elle a appelé le SAMU, on a eu à faire à un docteur au téléphone qui m'a demandé ce qu'il se passait enfin ci et ça, et il me dit : « Ça a l'air de s'atténuer ? » Bah, je dis : « Non, au contraire, ça » je dis : « Ça prend de l'ampleur ». « Bon bah écoutez, j'alerte le, euh, le SAMU et puis, mais alors, vous, vous restez assis et vous bougez plus ». Bon c'est bon ma femme comme ça tournait, elle s'inquiétait et puis au bout d'un moment je lui ai dit : « Ecoute ça va pas ». Parce que je sentais mon bras et plus plus de force, j'étais obligé de le tenir et puis d'un seul coup j'ai eu mal à la mâchoire. Elle me dit : « Je rappelle le SAMU ». Bon elle le rappelle, le gars il dit : « Vous inquiétez pas ils sont partis euh et ils ils arrivent tout de suite, mais ne bougez plus et tout ». Ils sont arrivés puis bon bah là euh là là la douleur c'était quelque chose hein. Je pensais pas qu'on pouvait avoir aussi mal et là, le le médecin m'a dit : « Ecoutez pour l'instant, euh, tenez bon parce qu'on ne peut rien vous faire, on va vous brancher ». Et après, les premiers résultats sont tombés et je sais plus ce qu'ils m'ont fait puis au bout d'une demi heure, trois quart d'heure, ils m'ont dit : « Allez hop, maintenant, on fonce à l'hôpital ».
- Oui oui d'accord.
- Donc ils m'ont amené, c'était ici, hop, salle d'opération, ouvert mais là mais là j'étais bien parce que là, là, je sentais plus rien, j'avais plus mal.
- Vous aviez votre douleur qui était soulagée ?
- Ouais, ouais, complètement. Et puis, j'étais un peu, je sais pas ce qu'ils m'avaient donné mais j'étais bien, très bien. Ce qu'ils m'ont fait là, je n'ai rien senti, euh, tout s'est bien passé et puis après, je me suis retrouvé en soins intensifs mais tout ça je n'ai jamais perdu connaissance quoi. J'étais toujours impeccable quoi. Et puis, bah là, après, bah, 8 jours en soins intensifs.
- D'accord ok. Et comment vous l'avez vécu ça, du coup ?
- Bah, là, là, là, ça a été vite si vous voulez. C'est plutôt maintenant quand je repense à tout ça, je me dis bah ça aurait pu mal se terminer quoi tout simplement. Ça aurait pu, c'est maintenant que je, que, que, que je pense davantage quoi. D'autant que j'étais en soins intensifs tout ça, toute la rééducation parce que j'ai trouvé ça assez sympa la rééducation avec tout le perso, tous les gens qu'il y

- avait là mais après quand vous vous retrouvez tout seul euh ça vous revient à l'esprit et vous vous dites que ça aurait pu mal se terminer quoi.
- Comment était votre santé avant votre infarctus ?
 - Bah écoutez. Moi je rien, je n'avais jamais pris de médicament de ma vie donc j'ai absolument rien, j'avais jamais...
 - Donc c'était normal ?
 - Ah ouais, ouais, ça, ça m'a, j'étais surpris puis je m'attendais qu'au niveau des analyses on me dise oh là là le cholestérol, le diabète mais à la limite il n'y avait rien quoi. Bon il y a avait un peu de cigarettes à une certaine époque alors bon ils m'ont dit oh, comme j'étais dans les cuisines on ne fume pas en cuisine alors je fumais très peu un peu le soir quand on quittait le boulot mais je ne peux pas dire que j'ai été un gros fumeur mais enfin ça a peut être joué aussi.
 - Vous étiez cuisinier ?
 - Ouais.
 - D'accord.
 - Donc vous aviez, vous étiez en bonne santé ? C'est ça...
 - Ah bah oui. Moi j'avais, je n'ai jamais eu de souci particulier.
 - Et comment est votre santé depuis votre infarctus ? 4
 - Bah ça va si vous voulez ; mais toujours avec une petite inquiétude quand même parce que là je ressors de ma, de ma cardiologue là bon bah il y a encore des petits soucis parce qu'elle m'avait mis un Holter, ce qu'ils appellent, et puis elle voit que, bon elle dit : « Faut continuer les médicaments et ci et ça quoi ». On me dit pas : « Bon alors maintenant toc c'est reparti ». Donc j'ai pas la, la pêche si vous voulez bon et puis je vois par exemple ma, ma maison, on a fait une maison, j'ai une maison importante, euh pff ma femme ça fait un moment qu'elle bah : « On ferait mieux de prendre un appartement et si et ça machin ». Mais j'étais pas trop chaud parce que ça m'embêtait de vendre la maison tout ça mais là là vous voyez tac j'ai dit aller : « Ecoute lance l'opération, terminé, le jardin je ne veux plus en entendre parler quoi ».
 - Oui vos projets ont changé depuis que vous avez eu votre infarctus ?
 - Ouais, donc comme on a un appartement dans les côtes d'Armor j'aime autant qu'on parte plus souvent là-bas. Et là-bas je suis en appartement donc j'ai pas d'entretien, j'ai rien, je suis allé un petit peu à la pêche, des trucs comme ça.
 - D'accord. Il y a d'autres projets qui ont changé depuis votre infarctus ?
 - Non non à part ça bah je pff non il n'y a aucun projet si ce n'est qu'il fallait partir, bah vous voyez : je voulais partir aux sports d'hiver avec ma fille et les petits-enfants et paf Tcherkes m'a dit : « Ah bah non non c'est trop récent, l'altitude, le froid ». Elle dit « On verra ça l'année prochaine ». Donc paf c'est tombé à l'eau quoi. Mais bon, c'est pas ça qui me gêne, c'est de ne pas me sentir toujours prêt à aller de l'avant quoi, il y a toujours un petit frein, je sais pas pourquoi, c'est peut être moi.
 - Votre moral a changé depuis votre infarctus ?
 - Oui je pense. Oui je pense oui.
 - Donc euh comment il a changé ?
 - Il a changé bah c'est-à-dire que j'ai moins d'envie. Si, si vous voulez, avant j'hésitais pas aller hop. Là, le jardin, ça me coûte alors que je l'entretiens bon la maison est vendue tout tac terminé mais je tiens à ce que rendre tout ça propre donc j'entretiens tout ça mais euh je dirais j'ai tendance à me dire que je me force un peu quoi. Alors qu'avant c'était je passais mes journées dans le jardin. Là là là non je le fais parce que je tiens à ce que ce soit propre quand on partira.
 - Hum d'accord. Et vous êtes plus triste ou plus... ?
 - Oh non oh non.
 - C'est plus ouais le manque d'envie quoi surtout.
 - Oui voilà voilà, de pas me sentir en forme comme avant. Avant je voulais aller faire les courses et hop je prenais le vélo et hop terminé je ne réfléchissais pas. Là, là depuis, le vélo, je l'ai pas sorti.
 - Hum. Est-ce que vous êtes plus anxieux depuis que vous avez eu votre infarctus ?
 - Il y a peut être un peu de ça ouais.
 - Plus stressé ?
 - Oui, je me m'inquiète sans m'inquiéter mais il y a toujours quelque chose que, qui me dit : « Fais gaffe euh si machin, ça pourrait mal se terminer ». Des trucs comme ça quoi.
 - D'accord. Pour vous, qu'est ce que ça veut dire d'avoir un infarctus ? Qu'est ce qui se passe dans votre corps en fait, qu'est ce qui s'est passé dans votre corps quand vous avez eu cet infarctus ? On va dire au niveau médical.
 - Ce qui se passe c'est qu'on a l'impression qu'il y a une rupture quelque part.
 - Mais est ce que, qu'est ce qu'il se passe dans votre, dans le cœur pour vous ? Qu'est ce que c'est qu'un infarctus ?
 - Bah, je, je savais pas au début que c'était un infarctus, bah c'est-à-dire c'est le sang qui, qui circule plus euh un truc comme ça quoi, c'est bloqué. Donc d'ailleurs on m'a posé un stent pour permettre d'être comme ça.
 - Et quelles sont les causes de l'infarctus ?
 - Bah on a pas su trop me les donner alors c'est pour ça que je suis, je ne sais pas trop quoi penser de tout ça quoi. C'est ça qui, qui me, si on m'avait dit vous avez eu un infarctus parce que vous avez eu ça, ça et ça. Mais là on m'a, on m'a vraiment trop rien dit quoi. On m'a pas dit, ça, ça provient de la cigarette, ça provient d'une alimentation trop riche si cela. Non jamais. Vous avez trop fait, trop d'efforts parce qu'il faisait trop chaud ou des trucs comme ça.
 - Ouais. Mais en général un infarctus, enfin les causes de l'infarctus pour vous c'est quoi ? Enfin je parle pas de vous du coup mais euh enfin vous les avez cités hein...
 - Moi je, je sais pas trop quoi répondre en plus quoi. Les causes de l'infarctus pff. Ça ça provient, on s'y attend pas ça c'est certain. Si j'ai eu des alertes c'est sûr que je me serais mais ça mais ça prévient pas quoi.
 - Et quelles sont les conséquences sur votre corps de cet infarctus ?
 - J'ai pas des conséquences euh c'est c'est l'envie qui me manque, c'est tout, parce que là là je on prépare le déménagement avec ma femme donc on fait quelques cartons trucs comme ça, ça ça ça me dérange pas, et puis je crois que j'ai, j'ai tiré un trait sur la maison, c'est terminé c'est bon. Alors que ça m'aurait coûté énormément avant.
 - Avant oui.
 - Ah oui. Avant je ne bousculais pas. Je disais à ma femme, je disais : « On a le temps t'embête dont pas ». Et puis là suite à ça, je lui ai dit : « Allez écoutez allez hop on lance l'opération et puis terminé ». Vous voyez en 6 mois paf on a vendu la maison et puis on a acheté autre chose et puis c'est bon. Alors qu'avant j'aurais mis un frein à ça. Je mettais un frein !
 - D'accord. Quand vous prenez votre traitement comment ça se passe ?
 - Ah bah ça ça se passe bien. Les médicaments euh bon...
 - Il n'y a pas d'oublis ?
 - Non non ah bah non, surtout qu'on m'a dit : « Faites attention de ne pas oublier vos médicaments ». Donc ça, ça se passe bien c'est, c'est clair et net.
 - Est-ce que le traitement est une contrainte pour vous ? Le fait de prendre des médicaments.

- Non ça ne me dérange pas d'avaler 4 -5 pastilles euh non ça, ça ne me dérange pas.
- Est-ce que vous avez des effets secondaires ?
- Alors j'en ai eu avec certains médicaments mais depuis que ça a été rectifié non, j'ai plus d'effet. J'ai eu des effets avec le, c'était le Triatec où je sais plus, qui me faisait qu'un petit peu tousser mais c'est, c'est tout ce que j'ai eu comme effet secondaire. Non, non.
- D'accord. Et pour vous à quoi servent ces médicaments ?
- Bah pour stabiliser, maintenir un sang assez fluide et tout quoi.
- D'accord. Quelle est l'implication de votre conjoint dans votre traitement ?
- Bah bah elle veille (rires). J'échappe pas ! Cà, j'oublierai pas mes médicaments parce que, non non tout ça, c'est prêt le matin euh...
- Elle fait.
- Enfin moi moi c'est moi qui me fait les doses des médicaments et tout ça mais c'est c'est sur la table quand...
- Oui c'est ça.
- Ouais, elle se lève toujours un petit peu avant moi mais bon toc là elle est sûre que je n'oublierais pas et je prépare mes médicaments aussitôt pour le matin et pour le soir, c'est prêt tout.
- Et elle, elle les met en évidence presque ?
- Voilà pour pas pas que je je j'oublie.
- Et elle surveille ?
- Ouais.
- Un peu.
- Oui oui.
- D'accord, ok. Est-ce que le suivi est une contrainte pour vous ? C'est-à-dire le suivi, les consultations, les prises de sang, les épreuves d'efforts, tout ça ?
- C'était, ça devenait pénible, c'était pendant la rééducation. Il fallait venir trois fois par semaine euh la répétition et tout ça mais maintenant non. Même, même si j'étais pas habitué à aller voir les médecins euh bon euh le bon. Maintenant, non, non, c'est pas une contrainte et puis je sais qu'il faut passer par là.
- Donc ça a été une contrainte mais maintenant ça ne l'est plus.
- Oui non ça ne l'est plus.
- Ok. Alors question assez générale, qu'est ce que l'infarctus a changé dans votre vie ?
- Qu'est ce que je pourrais dire ? Elle a changé euh pff c'est-à-dire que je suis, je suis, je dis on va revenir encore au début. Je suis moins allant qu'avant quoi. J'aurais tendance à me, à me, aller, fait le, fait, le, quand même aujourd'hui tu repousses pas ça à demain, j'ai tendance à dire : « Bah oh je le ferais demain ! ». Et puis c'est tout.
- A reporter.
- Oui à reporter.
- Et puis au bout de 2-3 fois, je me dis bah non il faut que je le fasse quand même.
- D'accord. Est-ce que vos loisirs ont changé et en quoi ?
- Non pas du tout.
- Non ?
- Pas du tout, quand on part en Bretagne, voir les petits enfants c'est moi qui m'occupe du football, je les emmène et tout ça, non non ça là-dessus et puis ils sont là pour me pousser aussi donc je ne me pose pas la question.
- D'accord mais le jardinage peut être, vous disiez...
- Bah là là-bas je fais son jardin à ma fille.
- D'accord.
- Cà je m'occupe de ça, ça j'aime bien. Oui mais on y va tous, tous les 2 mois si vous voulez. Bon, j'ai jamais grand-chose à faire parce que mon gendre il tient à ce que ce soit propre quand même. Donc, moi, je lui fais des petits trucs, je lui dis : « Bah laisse dont je le ferai quand on va venir dans 8-15 jours c'est pas, c'est pas pressé quoi ».
- Oui, non je parlais du jardinage de votre maison mais du coup vous avez vendu mais euh...
- Ah bah non non. Là, j'entretiens juste la pelouse si vous voulez, j'ai taillé puis j'ai un de mes gendres sur Nantes là qui est venu me tailler tout ça, tout terminer. Maintenant je et on quitte la maison fin fin juillet. Je n'aurai plus de taille à faire, j'ai juste à entretenir la pelouse quoi.
- D'accord. Est-ce que votre sommeil a changé depuis votre infarctus ?
- Dans le sommeil j'ai tendance enfin c'est pas tout le temps alors de me réveiller de bonne heure.
- Et ça, c'est depuis votre infarctus ou... ?
- Ouais, ouais parce qu'avant paf je m'endormais et terminé. Mais là, là, il y a des fois je me réveille toujours. Ça dépend il y a des fois bon 5h30-6h ça c'est bien. Cà a toujours été mon habitude, ça ne me gêne pas mais quand c'est 2h du matin, merde. Alors j'ai dit c'est pas grave bon je vais aux toilettes et puis je vais me rendormir mais c'est pas évident à se rendormir, des fois ou c'est au moment 5h30-6h que, que je me rendormirais quoi.
- D'accord.
- Mais c'est pas toutes les nuits hein mais ça m'arrive, chose que je n'avais pas avant, hein.
- D'accord. Est-ce que votre alimentation a changé depuis votre infarctus ?
- Non, ça c'est toujours moi qui fait la cuisine donc je fais un peu moins de matières grasses, davantage un petit peu de légumes verts trucs comme ça. Mais c'est comme c'est moi qui cuisine à la maison euh...
- Donc ça a un peu changé ?
- Un petit peu, un petit peu. Je fais davantage de poissons, que je ne faisais pas trop avant. Je ne sais pas si ça joue un rôle mais... (rires)
- Oui oui (rires). Est-ce que votre vie sexuelle a changé depuis votre infarctus ?
- Bah disons que ça repart maintenant. Mais c'est vrai que j'avais autre chose en tête il y a quelques temps.
- D'accord. Donc ça a changé au départ et maintenant...
- Parce que ça vous met quand même, ouais ça vous fout un coup quand même. Ah ouais hein...
- Est-ce que votre place dans la société a changé depuis votre infarctus ?
- Non, je suis toujours à la même place moi (rires)
- Votre place dans votre famille est ce qu'elle a changé ? Donc je ne parle pas de votre femme mais de vos enfants, vos petits enfants...
- Des enfants, des petits-enfants tout ça.
- Voilà.
- Non ça n'a pas changé. C'est-à-dire qu'avec ma femme on n'a pas voulu non plus trop trop les inquiéter.
- D'accord. Est-ce que votre place dans votre couple a changé ? Est-ce qu'il y a des...
- Oh non il y a rien, aucun changement.
- Dans les rôles, dans la communication...
- Non. Moi, j'ai repris ce que je faisais avant, je fais toujours ma cuisine, mes courses et ceci cela, ça a pas changé.

- Alors du coup, est ce que vos relations avec vos amis ont changé ?
- Bah les amis les plus proches non ça n'a pas changé du tout, et puis vous savez les gens ils ont vite oublié que vous avez fait un infarctus, c'est ce que je me rends compte. Il y a des amis bon euh, ils ont demandé des nouvelles une fois et puis c'est tout quoi.
- Ah oui ?
- Oui vous savez les gens sont certainement pris par autre chose que vous, je me rends compte que pensant des fois, on dit tient j'ai des bons amis mais vous vous dites, tiens il arrive quelque chose, un coup dur comme ça, il n'y a pas grand monde.
- Ils ne sont pas forcément là quoi.
- Ils ne sont pas forcément là non non. Enfin pas, je parle pas spécialement pour moi mais aussi pour ma femme.
- Et du coup ça a changé dans vos relations avec ces amis là du coup ?
- Bah oui parce que moi j'aurais pas trop changé parce que je suis pas, je suis du genre assez assez cool mais ma femme me dit bon nannananana. Elle me le rappelle de temps en temps, untel untel...
- Donc ça a changé finalement ?
- Pas pour moi personnellement mais je rentre dans, dans son jeu, un petit peu. Elle, il y a des choses qu'elle n'a pas trop appréciées. Elle s'attendait à davantage de soutien de certaines personnes, qu'elle a pas trouvé quoi. Alors là, elle aurait tendance à mettre un peu de distance.
- D'accord. Et est ce que vos relations avec vos connaissances ont changé ? Donc euh les gens que...
- Donc non. Nous les voisins dans le quartier non au contraire, au contraire j'ai eu davantage de euh vis-à-vis des voisins, bon eux mes plus proches parce que ça va faire 40 ans qu'on est dans le même quartier, ils m'ont dit : « Bernard si t'as un problème tu me le dis, si tu ne peux pas faire ceci, pas faire cela, on viendra tondre ta pelouse, c'est ce qui s'est passé au tout début quoi ».
- D'accord, oui donc ça a changé.
- Ah ouais ouais. Là de ce côté-là j'ai trouvé davantage auprès de mes voisins que vis-à-vis des amis.
- Oui d'accord, oui ok. Est-ce que cet événement, donc l'infarctus, est-il parlé dans votre famille et dans votre entourage proche ? Enfin est-ce que vous arrivez facilement à en parler ?
- Non maintenant c'est pff. Ah bah moi, oui, si on me demande, j'en parle facilement.
- Oui ?
- Oui.
- Et vous en parlez beaucoup avec euh... ?
- Non, non. J'amène pas la conversation là-dessus, si on me demande de bon, je discute mais je, c'est pas moi qui vais... « Tiens j'ai fait ci, j'ai fat ça ». Non non, je cherche pas non plus à inquiéter les gens.
- Oui d'accord.
- Voilà.
- D'accord. Donc c'est euh, c'est pas tabou ?
- Non, non. C'est pas tabou mais c'est pas une discussion qui vient euh bon euh j'en discute avec mes beaux-frères, mes belles-sœurs quand on est ensemble truc comme ça, quand on me demande des nouvelles, comment ça s'est passé et ci et ça mais c'est tout...
- C'est pas tabou mais vous n'en parlez pas très souvent.
- Non non.
- Est-ce que le regard des autres a changé depuis votre infarctus ?
- Non vis-à-vis des amis non, les enfants bon eux, eux ont tendance à, à me tourner un peu autour quoi, oui, mais bon.
- A vous surveiller un peu.
- Mais j'en, j'en rajoute pas.
- Oui.
- Non, non. Donc...
- D'accord. Comment vous a-t-on parlé de votre maladie ?
- Bah c'est, on en a parlé pendant ma rééducation si vous voulez mais bon. On m'en a parlé euh bah que c'était pas, que fallait faire attention quoi, que c'est, ça aurait pu mal se terminer. Ça je me doute mais bon, ça s'est bien terminé donc essayons de, de continuer.
- Est-ce qu'on vous l'a bien expliquée ?
- Oh bah je pense oui avec les réunions qu'on avait c'était très intéressant oui, ah oui oui.
- Est-ce que vous vous sentez compris ?
- Par ?
- Par le corps médical et paramédical ? Je parle de tout le monde hein de, que ce soient les gens du réseau, lors de la rééducation, votre médecin traitant, les cardiologues... ?
- Je ne me pose pas de questions là-dessus.
- Oui ?
- Non.
- Est-ce que vous vous sentez écouté ?
- Bah par ma femme oui, mais les gens, les gens oublient vite.
- Non par les gens du corps médical pardon.
- Ah bah oui, je vois je discute bien avec ma cardiologue Mme Tcherkes.
- Oui.
- Et comme elle est très, très cool. Euh, ça elle est impeccable quoi, on en discute facilement oui.
- Avec qui ? Alors là c'est pareil je parle du corps médical ou paramédical, avec qui vous préférez parler de votre infarctus, avec qui vous êtes le plus à l'aise ?
- Bah mon médecin traitant parce que euh il m'a connu tout, tout petit donc euh on se tutoie maintenant depuis pas mal d'années. Mme Tcherkes, j'aime bien discuter avec elle.
- Oui votre cardiologue.
- Oui, elle discute bien, j'aime bien, j'aime bien discuter avec elle et puis je vous dis mon médecin traitant.
- Surtout votre médecin ou... ?
- Ouais, ouais, parce que bon c'est plus un ami qu'autre chose quoi.
- Ouais d'accord. Alors qu'est ce que l'éducation vous a apporté ? Donc l'éducation, le réseau respecti cœur ?
- Bah ils m'ont apporté bah qu'il faut quand même se surveiller. Enfin beaucoup de choses sur l'alimentation, en fait les 3 ou 4 cours réunions qu'on a eu bon très intéressantes. Bon faut faire gaffe à tout ça quoi, ça c'est sûr que ça joue un rôle important.
- Est-ce que vous avez eu recours à une association ?
- Non.
- Est-ce que vous voyez la mort différemment depuis votre infarctus ?
- Pff non je n'ai pas été jusque là me poser des questions.
- D'accord.

- Non non.
- Ok bah voilà c'est terminé.

Patient P13 DN: 31/01/53, Date IDM:16/08/11, Date entretien: 16/05/12, marié, 3 enfants, technicien chez France Telecom.

- Alors est ce que vous pouvez me raconter un petit peu ce qui s'est passé le jour de votre infarctus ?
- Euh ce qui s'est passé donc euh ça s'est passé un petit peu à la maison. Les premiers symptômes je les avais eu au mois de juillet pendant les vacances euh, mes vacances euh d'été. Des symptômes tout à fait légers par des des petites douleurs, des remontées de douleurs au niveau du cœur mais qui duraient pff une dizaine de seconde et qui s'estompaient, c'était principalement alors c'est ça une petit peu qui m'avait au départ un peu chagriné parce que c'était principalement au lever du lit que j'avais cette, euh, cette sensation de petite pointe hein mais pas une oppression mais une petite pointe seulement hein, une petite gêne on va dire. Euh, et ça durait 5-10 sec puis ça, ça s'estompait. Je n'en avais pas forcément d'autres dans la journée donc voilà je vaquais à mes occupations. Moi, je fais un peu de marche, on fait de la randonnée en montagne, donc j'ai passé mes deux semaines de vacances avec ma femme sans...mais toujours quand même, tous les jours au moins une crise petite, hein de 5-10 secondes le matin, ça m'était arrivé d'en avoir deux dans la journée mais c'est très rare. J'ai fait de la randonnée. Je n'ai pas eu de malaise, donc on a passé nos vacances. On est rentré, j'en avais parlé avec ma femme et puis on est rentré de vacances et puis bon bah ma femme elle me dit on va quand même consulter, ça ne coûte pas et puis euh. Bon ce qui c'est quand même passé aussi c'est qu'il faut que je fasse un petit peu d'historique, j'ai perdu mon père au mois d'avril 2011. Mon infarctus est arrivé dès le 17 août 2011 donc j'ai eu un choc euh ma mère est restée seule, ça a posé beaucoup de problèmes parce qu'elle n'était pas autonome au niveau déplacement, elle était dans une grande maison donc on avait plein de choses à résoudre très difficiles qui nous ont apporté beaucoup de, beaucoup de stress. Donc euh le mois de juillet s'est terminé, j'ai repris le travail début août sans problème particulier, toujours ces petites crises quand même, bon est ce qu'elles avaient augmenté en nombre, pas vraiment sensible hein et puis donc le 17 août hein, il faisait beau, c'était un soir j'avais décidé de tondre ma pelouse, je revenais du travail pas plus fatigué que ça, je prends ma tondeuse. Vous voyez j'ai pas grand-chose à tondre hein et pendant la tonte j'ai eu une crise, alors là une vraie crise, très très mal à la poitrine, le souffle coupé, j'ai été obligé de m'arrêter de tondre, je me suis donc reposé et puis j'ai eu un haut le cœur. Bon ça m'a quand même un petit peu machin. Bon je suis fort de caractère je me suis dit hop et puis ça c'est passé mais ça a duré quand même là euh quelques minutes, presque 5 min. Donc j'ai continué à tondre ma pelouse, je suis, j'ai fait ma pelouse sans problème particulier, j'ai déjeuné pardon j'ai diné avec ma femme et j'avais ma fille et mon gendre qui étaient là, qui étaient là donc on a déjà diné ensemble, pas de soucis particulier pendant le dîner. C'était eux qui revenaient de vacances et nous aussi donc on a passé des photos à la télévision, jusque là pas de problème et au moment de me coucher, vers 11h, recrie et là, la crise a été très forte, suffisamment forte. J'ai tout renversé mon repas, ça m'a fait remonté un hoquet donc j'étais comment dirais-je renversé mon repas. Donc là ma fille qui travaille un peu dans le corps médical sans être médecin mais elle est docteur en recherche, en statistique dans le domaine médical, donc elle m'a dit non tu ne vas pas te coucher, elle a appelé le 15 et puis voilà hein donc je suis parti aux urgences. Le diagnostic a été vite vu, mais j'étais debout hein j'avais pas de, parce que la crise n'a pas non plus duré. 5 min mais vraiment à se tordre quand même hein vraiment à se tordre. Au CHU bon les diagnostics ont été ont été ce qu'ils ont... Ils ont constaté qu'il y avait une anomalie cardiaque quoi hein et direction donc après le centre de cardio à Laennec. Donc là, ils m'ont refait un examen, des échocs et puis ils m'ont dit hop direction la salle d'opération et c'est là qu'ils m'ont dit que j'ai dû faire l'infarctus pendant cette phase d'opération, enfin l'opération c'est plutôt l'hospitalisation parce que aux échocs ils ont vu qu'il n'y avait pas besoin de faire un pontage donc la pose de stent suffisait et c'est pendant ces moments là je pense que j'ai fait mon infarctus.
- Et comment vous l'avez vécu cette journée ?
- Bah euh comment pourrais-je dire euh pas spécialement stressante, confiante, confiance dans la médecine donc une fois que j'ai été parti bon euh bah je suis entre de bonnes mains, j'ai toujours été conscient, je suis jamais tombé hein dans le, j'ai toujours été conscient. Donc l'opération a été longue puisqu'ils ont d'abord essayé de me le faire par le radial et apparemment ils n'ont pas réussi donc pendant 3/4heures ils ont essayé de manipuler, pas moyen donc ils ont tout arrêté et ils l'ont fait par le fémoral, donc je suis resté presque 2 heures, et conscient parce que j'étais juste endormi localement mais euh non sans plus, j'allais vous dire hein, j'ai pas senti une crainte, une peur, bon alors est ce que c'est parce que mon père, je vous l'ai dit je l'ai perdu au mois d'avril, mais ce que je vous ai pas dit c'est qu'il a subi la même chose que moi, mais bien avant et lui, il a eu un pontage coronarien, un triple pontage. Donc est ce que ça m'avait psychologiquement préparé sans le savoir ? Parce que ça s'est passé 20 ans après, 20 ans après lui, parce que donc il est décédé à 83 ans, donc ça a dû lui arriver, oui aux alentours de 60 ans. J'ai pas été vraiment vraiment stressé et tout de suite j'ai pris conscience si vous voulez du du de ce qui c'était passé quoi, donc euh voilà, voilà en fait comment s'est passé cette journée. Donc ça a dû être certainement plus stressant pour mes proches quoi hein, ma femme, ma fille, puisque quand je suis parti, donc ils sont venus avec moi jusqu'aux urgences mais quand je suis parti à Laennec, les hospitaliers là les brancardiers on va dire, leur ont dit ça n'est pas la peine que vous veniez de toute façon, vous allez rester à la porte, il va rentrer en salle d'opération donc vous voyez je suis arrivé à peu près, je suis arrivé aux urgences vers minuit euh je suis reparti vers 3h-3h30 des urgences, parce que bon c'est les urgences vous connaissez, vous connaissez mieux que moi (rire), donc j'étais je suis descendu qu'au bloc opératoire qu'à 4h du matin et j'en suis remonté aux alentours de 6h-6h30 quoi. Mais ça aurait fait très très long à attendre pour pour peu d'info, pour les proches, donc voilà, est ce que j'ai répondu à ce que...
- Ah oui oui tout à fait, tout à fait. Comment était votre santé avant votre infarctus ?
- Bon alors j'avais eu déjà, j'avais eu déjà un comment s'appelle, suite à cette visite du médecin que j'ai fait début août, j'avais déjà eu un pré comment dire un pré-contrôle avant et le médecin m'avait dit, j'avais j'avais, une tension qui commençait à grimper et comment ça s'appelle, et j'étais tendance cholestérol, donc c'était quand même deux facteurs mais je n'avais pas commencé de traitement. C'était les périodes de vacances, j'aurai du passer un électrocardiogramme début septembre, le rendez-vous était pris avec le médecin qui m'a reçu début août là, hein après les vacances, et bah c'est les vacances donc je n'ai pas pu avoir de rendez-vous avant le début septembre et malheureusement, j'ai fait mon incident avant, donc voilà mes antécédents. Bon j'étais un bon mangeur hein, j'aime bien la bonne chair donc voilà euh j'étais à tendance cholestérol et la tension, bon j'étais à 15/9 quoi vous voyez, bon là quand je suis arrivé j'étais à 17, mais bon j'étais à tendance à monter quoi, j'ai 59 ans, bon ça fait parti aussi un peu de de des gens arrivant à un certain âge il y a des tensions évoluent quoi. Donc au niveau santé bon je faisais du jardin, l'été je fais de la randonnée, pas de symptôme avant le mois de juillet, avant le mois de juillet pas de symptôme qui m'ont fait dire que bah tient pas plus essoufflé que ça non plus...
- Et entre le mois de juillet et votre infarctus, quand vous faisiez un effort vous aviez des douleurs dans la poitrine ?
- Non non, je vous dis j'ai fait une grosse randonnée, enfin une grosse randonnée, j'ai marché de 10h le matin jusqu'à 18h le soir, bon pas de la très haute montagne, pas du 3000 mètres mais bon, donc marcher quand même suffisamment longtemps et ça grimpe. Huit jours avant j'avais tout karchéré mon pignon, monter sur une échelle donc ça ne m'inquiétait pas. Je me disais cette douleur là c'est peut être une douleur intercostale euh bon je suis pas médecin je ne savais pas. Non j'avais pas vraiment de très gros symptômes qui ont fait que euh voilà quoi.
- Et comment est votre santé depuis votre infarctus ?

- Bah donc les contrôles que j'ai fait il n'y a pas très longtemps parce que je les ai fait au début de l'année là donc euh côté électrocardiogramme c'est parfait euh d'après le cardiologue il n'y a même plus de traces, plus de traces de cet infarctus parce que moi il a été pris je pense quand même à temps et donc euh j'ai perdu évidemment du poids parce bon bah grâce aux nutritionnistes c'est pour ça que, bon c'est vrai que, à Laennec pour ça ça a été chapeau parce que tout de suite vous êtes pris en charge par une nutritionniste et qui vous explique bien ce qu'il faut faire et pas faire, qui vous interdit rien surtout parce que bon pour quelqu'un qui est comme moi qui aime bien la table, c'était un peu mon appréhension ça hein. Mais après me retrouver là-bas je me suis dit voilà s'il faut que je ne mange plus de pain, s'il faut que, s'il faut, ça m'avait pris un peu le chou (rires) mais en fait non parce que euh elle m'a très bien conseillé et elle m'a surtout dit je ne vous interdit rien, il y a des choses qu'il faut manger moins souvent et modérément. Bon la charcuterie et le fromage, éviter les matières grasses ça c'est clair, donc je m'y suis très très vite, très très vite mis et ça m'a pas posé de problèmes et depuis bah je n'ai pas de sensation de de, bon j'ai fait une rééducation cardiaque. Donc vous devez le savoir, ça aussi c'est très bien, c'est très bien parce que ça vous aide psychologiquement, on est en groupe donc on s'aperçoit qu'on est pas tout seul, à des degrés tout à fait différents parce qu'il y en a c'est, ils ont eu un infarctus, ils ont été opérés par triple ou quadruple pontage, d'autres ont eu simplement des stents, d'autres ont rien, ils sont en attentes, ils recherchent un peu ce qui se passe, ils ont des malaises mais bon des valves qui ne marchent pas bien des choses comme ça, donc bon j'ai trouvé ça et puis des séances, les séances m'ont très vite fait progressé. Bon ça vient peut être du fait que j'ai pas été non plus euh très très longtemps...
- Oui vous avez été rapidement pris en charge.
- Voilà, voilà.
- Donc justement oui il y a une question là-dessus, est ce que votre alimentation à changé ?
- Oui forcément, forcément, mais ça n'a pas été vraiment une contrainte pour moi. La plus grosse contrainte je dirai aujourd'hui c'est le pain, (rire) parce que bon bah, là comme j'ai repris allez je vais dire carrément pratiquement la vie normale physique quoi je veux dire, parce que ça a quand même duré, donc là je suis rentré des séances fin novembre quoi, oh ça a bien duré jusqu'en février hein avant de, je sentais encore des difficultés, je n'avais pas de douleurs hein mais je sentais des difficultés comment on pourrait dire euh pas respiratoires mais euh d'énergie euh de force quoi on va dire hein.
- Baisse d'énergie, fatigué quoi.
- Voilà. Mais là je sens bien que maintenant euh j'ai retrouvé pratiquement je dirais à mon stade d'avant quoi hein.
- D'accord d'accord. Est-ce que votre sommeil à changé depuis votre infarctus ?
- J'étais un dormeur, je suis resté un dormeur. Ça n'a pas, non ça ne m'a pas perturbé non.
- D'accord, d'accord. Pour vous qu'est ce que ça veut dire d'avoir un infarctus ? Qu'est ce qui se passe dans le corps quand on a un infarctus ?
- Bah alors de toute façon je vais vous répondre déjà un par rapport à ce que je savais et puis bon vu les séances qu'on a de groupe, parce qu'on a un traitement aussi à côté du traitement physique mais aussi un traitement par des séances, bon là c'est du volontariat, y va qui y veut.
- Le réseau respecti cœur ?
- Voilà, donc j'ai adhéré tout de suite (rire). Donc là, ils nous ont bien expliqué le phénomène de l'infarctus. Donc l'infarctus c'est un moment donné comment dirais-je, les artères, une ou deux ou trois se bouchent et euh provoquent donc une non oxygénation de l'endroit où ça se produit quoi donc voilà.
- Tout à fait, tout à fait et quelles en sont les causes ?
- Les causes je vous l'ai dit tout à l'heure hein. Pour ce qui me concerne c'est la tension, c'est le cholestérol et le troisième, la chose que j'ai découverte et que je ne savais pas c'est le stress, le côté stressant, le stress.
- Oui complètement oui. Et quelles en sont les conséquences sur votre corps ?
- Au jour d'aujourd'hui ?
- Oui enfin de l'infarctus en général oui ?
- Bah je vous dirais comme je vous dis qu'aujourd'hui je ne sens pas de différence par rapport à avant. Je l'ai senti parce que j'ai eu un moment donné une baisse de régime, d'énergie, de force, j'étais limité quoi on va dire, dès que je faisais un effort ; d'ailleurs au départ je faisais euh je faisais, j'allais chercher mon pain à pied, j'y vais toujours d'ailleurs, et bien euh j'avais du mal à aller jusqu'au bout hein, il y a une petite côte hein, ça bloquait là quoi. Et petit c'est redevenu, c'est redevenu normal quoi. J'ai pas encore tenté parce que bon il y avait une époque mais je ne le fais plus depuis longtemps. Je faisais un peu de footing mais je n'ai pas retenté, peut être qu'à ce niveau là je sentirais effectivement encore un un blocage quoi, je sais pas. Mais autrement au niveau de la vie en général non je rebèche mon jardin, euh, je fais des efforts, je soulève des poids hein que je n'aurais pas fait y'a, pratiquement après quoi. Quand je dis soulever des poids je sais pas qu'est ce que je pourrais prendre comme exemple mais un fauteuil comme ça par exemple, je ne l'aurais pas fait. Bon maintenant je le fais sans sans problème particulier quoi.
- D'accord. Est-ce que vos loisirs ont changé justement ?
- Pas vraiment, la seule chose que je me suis mis comme contrainte c'est, c'est de faire plus de sport, donc l'hiver, bah j'ai pris un vélo d'appartement, j'ai récupéré le petit dessin, j'ai acheté des petits haltères, j'ai acheté un ballon euh voilà je fais ce genre de choses.
- D'accord, donc ça a changé ?
- Bah je me suis mis donc je vais chercher le pain d'ici jusqu'au bourg à pied voilà des petites choses comme ça.
- Alors qu'avant vous ne faisiez pas ?
- Non je prenais la voiture ! (rires)
- Est-ce que vos projets en général ont changé ?
- Euh non non non non. Non parce que je vous dis je me sens pas, alors est ce qu'on oublie ? Est ce que on oublie ? Je sais pas si c'est ça, mais je me sens redevenu comme avant quoi. Donc les projets, bon c'est sur que euh bah on sait ce qui est arrivé, on sait qu'on est passé à côté de quelque chose qui aurait pu être plus grave donc sans doute qu'inconsciemment on se dit on ne va pas s'emmerder entre guillemets. Enfin je m'excuse pour le... (rires) on ne va pas s'embêter à s'arrêter à des considérations hein, on ne va pas le faire, non, c'est sur que là... Mais autrement au niveau des projets de vie, bon d'abord je ne suis pas encore en retraite vous voyez je suis encore en activité. Non euh on en parle un peu avec ma femme oui en profiter davantage peut être mais bon on a nos enfants nos petits enfants bon voilà quoi. Non ça n'a pas vraiment en ce qui me concerne changé ma vision des choses et de l'avenir quoi.
- D'accord. Euh quand vous prenez votre traitement comment ça se passe ? Est-ce qu'il y a des oublis ou des choses...
- Alors l'oubli arrive (rire). L'oubli arrive parce que le fait d'être bien on a tendance à oublier les médicaments, ça m'arrive, très très rarement mais ça m'arrive. Ca m'arrive de les prendre en décalé, mais c'est une fois par mois et encore peut être bien une fois tous les deux mois mais ça m'arrive.
- Euh pour vous à quoi servent ces médicaments ?
- Bah ils ont plusieurs par rapport à ce qu'on disait tout à l'heure donc, bon pour le stress j'ai rien eu, pour la tension et pour la circulation sanguine c'est voilà bon, c'est les deux types de médicaments, donc j'ai des anticoagulants, j'ai... pour maintenir la tension. D'abord j'ai une tension maintenant qui tourne autour de 10 quoi en permanence, et puis baisser le régime cardiaque alors je sais plus lequel que c'est hein, je suis à 50 en moyenne quoi.
- La fréquence cardiaque oui. Est-ce que le traitement est une contrainte pour vous ? de prendre des médicaments ?

- Il faut y penser, c'est plus cela la contrainte. J'en prenais aucun avant, je n'avais pas de médicaments même autre chose que par rapport à autre chose, non. Donc j'ai peut être eu la chance. Je n'ai jamais été malade de ma vie quoi hein, bon les rhumes, les grippes, les machins comme ça mais je veux dire Aspirine et voilà mais autrement non c'est la première fois que je prends des médicaments aussi importants, donc la contrainte c'est d'y penser en fait, c'est d'y penser. Dès que je vais quelque part, dès que je sais que je ne vais pas rentrer à la maison parce que pour une grosse majorité je ne sais pas si vous avez vu, je ne sais pas si vous avez les détails j'en ai 3-4 le midi, donc c'est le midi évidemment que j'en ai le plus à prendre, donc c'est là que effectivement bah il faut que je les prépare le matin parce que je n'emmène pas ma boîte avec moi, bon j'ai un petit comme les malades, comme les petits anciens, un petit boitier pour les mettre. Bon il faut y penser voilà, quand on est bien qu'on n'a pas de sensation de mal et bah on a tendance à oublier quoi.
- D'accord. Est-ce que vous avez des effets secondaires des traitements?
- Alors le principal effet que j'aurais c'est que j'aurais tendance à uriner d'avantage c'est-à-dire que la nuit je suis réveillé pour aller aux toilettes. Ca serait apparemment le seul truc que j'ai constaté par rapport à euh, alors est ce que c'est les médicaments, est ce que c'est... je sais pas. C'est la seule chose que j'ai constaté sur ma personne autrement niveau plaques niveau non, je n'ai pas constaté plus de choses qu'avant.
- Quelle est l'implication de votre femme dans votre traitement ?
- Alors l'implication de ma femme bah c'est simple c'est qu'elle m'a soutenu dès le départ. Hein parce que ce qui l'a le plus euh on en parlé il y en a encore pas longtemps, ce qui l'a le plus choqué c'est le changement de style alimentaire parce que c'est bon, c'est une bonne cuisinière, je lui fais des fleurs mais bon ça elle le sait, et c'est vrai qu'il a fallu changer. Bon je mangeais du beurre donc il a fallu changer ce style de cuisine, donc elle a été perturbée pendant quelques mois mais autrement tout de suite, elle a tout de suite pigé que, bon elle a eu très peur c'est normal et bon elle a vu très vite qu'il fallait, qu'il fallait prendre aussi les choses en mains et ça a été une aide formidable hein, donc elle m'a soutenu dans ce cadre là quoi.
- Et par rapport à vos médicament, est ce que... ?
- Non parce que elle est soignée également pour la tension parce qu'elle fait de l'hypertension et elle, elle est soignée pour le diabète donc vous voyez on est tous les deux, chacun dans son domaine. Elle a du Corgard pour la tension et euh et je sais plus quoi pour son diabète, donc elle se pique une fois par semaine.
- Donc chacun a son traitement, chacun s'occupe de son traitement.
- Chacun s'occupe mais chacun pense à l'autre c'est-à-dire que quand on se met à table le midi chacun sort, enfin on sort la trousse de médicaments de chacun donc euh comme elle, elle le fait depuis 20 ans devant moi, elle avait déjà ce rythme, elle avait déjà ce rythme donc de ce côté-là ça a aidé aussi hein parce que...
- Oui pour vous oui...
- Bah oui parce qu'au début c'est vrai que bah on y pense pas.
- D'accord. Ok donc est ce que le suivi est une contrainte pour vous ? Donc le suivi, les consultations, les renouvellements, les prises de sang, les épreuves d'effort ?
- Non non je ne suis pas une personne qui est anti-médecin. Par contre, euh, je ne veux pas y aller spécialement. Donc là effectivement je sais qu'il faut que j'ai un suivi mais bon j'ai rien. Je ne vais pas aller voir le médecin quoi, je veux dire ou j'ai un tout petit truc de rien du tout je ne vais pas, non.
- D'accord. Alors question assez générale : qu'est ce que l'infarctus a changé dans votre vie ?
- Ba pff, une remise en cause de son côté alimentaire, de son côté hygiène de vie voilà, le terme que je cherchais du côté hygiène de vie, voilà c'est ça qui d'une manière générale a changé. C'est ça la principale chose qui a changé, parce que le reste non.
- D'accord. Est-ce que, donc c'est aussi assez général, est ce que votre place dans la société a changé depuis que vous avez eu votre infarctus ?
- Non professionnellement euh j'ai pas eu de, c'est une question qui va peut être venir après ?
- Oui oui.
- Donc bon bah non non. Ca, c'est en fait bon au début, on est un peu le centre d'attraction entre guillemets, ami ou famille et puis comme tout va bien, bah ça disparaît et la réinsertion vous voyez se fait normalement. Dimanche j'étais en repas de famille bon voilà quoi bah il n'y a pas de, non, il n'y a rien de particulier, il n'y a rien qui a fait que hein non non, au début c'est sûr c'est normal. D'abord, il faut expliquer aux gens qui ne comprennent pas forcément, sont surpris qu'on fasse un infarctus quand on a vu la personne 1 mois avant, on va dire en pleine possession de ses moyens donc évidemment ça c'est le coup de massue. Et puis après bah leur expliquer que bah les choses un peu vont changer hein dans la façon de s'alimenter des choses comme ça, là c'est un peu plus difficile, un peu plus compliqué pour la famille à comprendre mais voilà c'est tout. Autrement après bah une fois que tous les symptômes ont pratiquement disparu, vous êtes dans le même état qu'avant donc. C'est pas pour ça que les gens oublient mais je veux dire voilà quoi, ils font confiance dans ce qu'ils voient.
- Est-ce que votre place dans votre famille a changé ? Alors là je ne parle pas de votre femme parce que c'est une question qui va venir après mais dans votre famille par rapport enfin à vos enfants enfin tout le reste de votre famille ?
- Non je ne pense pas. Donc là je ne peux pas répondre à la place de mes enfants bien sûr mais bon, bon ça les a marqué c'est évident. Ca les a marqué, choqué donc du coup ça leur a également tous fait prendre conscience et y compris dans ma famille. Donc mon frère par exemple, ça a fait un déclenchement comme on a des antécédents familiaux, mon frère également c'est le même que moi. Donc, lui, ça lui a fait prendre conscience et il s'est fait faire des examens cardiaques, qu'il n'aurait sans doute pas fait voilà hein. Donc mes enfants sont jeunes donc il ne l'ont pas fait mais bon ça leur a fait prendre conscience quand même que bah y'a un antécédent. C'est leur père donc voilà, bon la tension des choses comme ça, le stress bon malheureusement au jour d'aujourd'hui vous êtes bien placés bon on en subit tous hein. Les effets on les connaît pas la preuve mais bon il faut savoir que les effets du stress sont quelque part importants dans la vie des gens et ça on le découvre peut être au jour d'aujourd'hui parce qu'il y a de plus en plus de mal être. On va dire et peut être que là ils sont en train de découvrir un truc que jusqu'ici on avait pas de recul quoi là-dessus quoi. Bon les gens faisaient un infarctus bon ben... parce que ci, parce que ça, mais ils ne pensaient pas forcément à la vie qu'ils menaient...
- Le surmenage et tout ça, oui...
- Voilà, voilà.
- Est-ce que votre place dans votre couple a changé ?
- Non non.
- Est-ce que votre vie sexuelle a changé ?
- Non plus.
- Est-ce que votre place dans votre milieu professionnel a changé ? Qu'est ce que vous faites comme travail, je vous ai pas demandé ?
- Je travaille à France Télécom, je suis technicien, je fais un travail posté hein. Je suis devant des ordinateurs, deux écrans d'ordinateurs toute la journée, donc voilà je ne fais pas un travail physique. J'ai fait un travail physique mais que j'ai quitté bien avant mon malaise donc ça a peut être aussi ça fait que le fait depuis donc 2005 je suis resté bloqué dans un bureau alors qu'avant je faisais du dépannage, je montais les escaliers, je portais une valise voilà et puis du jour au lendemain en 2005 donc sous la contrainte donc ça a été une part de stress aussi ça a été une part de stress importante, donc c'est France Télécom donc vous êtes peut être au courant de ce qui s'est passé et puis bah voilà. Je suis resté donc depuis début 2005, je passe mes journées assis devant un écran d'ordinateur et puis voilà

- quoi. Donc ça n'a sans doute aussi pas arrangé la chose. Non autrement bon, il n'y a rien eu de changé au niveau de ce travail là puisque ce travail là, il ne m'a pas été interdit par la médecine du travail.
- Vous n'avez pas modifié vos conditions de travail ?
- Non.
- D'accord. Est-ce que vos relations avec vos amis ont changé ?
- Non pas du tout non non.
- Et avec vos connaissances ?
- Non plus, non.
- Non, d'accord. Est-ce que cet évènement est parlé dans votre famille et dans votre entourage proche ?
- Euh on a en parlé c'est ce que je disais tout à l'heure, euh on en a parlé au moment où ça s'est produit, les mois qui ont suivis et puis je vous dis petit à petit ça s'estompe, je ne cherche pas non plus à ce qu'on débâte sur, hein je préfère me fier par rapport à comment je suis en fait hein mais la famille, euh les proches, les amis bon comment vas-tu ? est ce que, bon voilà le genre, le truc que euh. Pour ma part enfin je veux dire le truc bateau qu'on dit quand on voit les gens voilà quoi, bon sachant ce qui m'est arrivé certes mais bon non non il n'y a pas de choses particulières.
- Ce n'est pas tabou c'est pas ?
- Non non ah non non, bah je pense aussi que ça vient du fait que dans les médias on en parle de plus en plus quand même de cette euh, cette maladie hein cardiovasculaire hein et on parle beaucoup aussi de la famille parallèle. C'est l'AVC quoi, ça c'est l'autre partie qui peut arriver aussi donc euh non c'est pas, bon on dit que c'est arrivé à moi mais bon euh. Par contre les gens sont plus peut être, ont pris conscience que effectivement ça peut arriver quoi. Hein faut pas... Moi ce qui m'a surpris aussi c'est que les gens chez qui, avec qui j'ai été en traitement à, comment, à Laennec, les gens qui étaient sportifs, qui étaient à qui ça aurait pas du arriver, se sont trouvés dans des situations encore plus graves que la mienne.
- Oui des fois c'est injuste.
- Non mais c'est pas décelable, c'est pas détectable, des gens... Il y avait un monsieur par exemple qui avait l'habitude de faire le Pérour quoi, qui qui montait à des altitudes euh sans oxygène et compagnie et qui s'est trouvé avec un je crois avec un quadruple pontage, donc quelque chose de...
- Oui c'est étonnant oui.
- Oui c'est étonnant. Il disait non j'ai jamais rien senti, rien ressenti donc euh...
- Oui c'est étonnant oui. Est-ce que le regard d'autrui a changé ? Vous en avez parlé un peu déjà...
- Pas non je moi je n'ai pas cette sensation non non. Je ne suis pas regardé comme une bête curieuse ou voilà. Bon peut être que c'est parce que j'ai retrouvé aussi une plénitude de mes moyens hein là-dessus bon, je serais resté euh lymphatique euh ne causant plus enfin bref, ne bougeant plus peut être que là... Mais là non comme j'ai retrouvé je vous dis enfin pour moi hein. En fait, faudrait poser la question à d'autres pour savoir comment il me trouve mais bon non je je me sens bien, honnêtement je me sens bien.
- D'accord. Alors là du coup les questions suivantes concernent plus votre rapport avec le milieu médical, paramédical, donc comment on vous a parlé de votre maladie ?
- Alors on m'en a très bien parlé. On nous a très bien expliqué. Moi, j'avoue que, on nous a très bien documenté parce qu'on nous a donné de la documentation que j'ai encore d'ailleurs. Non euh et ça dès que je suis euh, dès le lendemain matin, vu que j'ai été opéré en pleine nuit, dès que j'ai été à peu près bien parce que quand je suis revenu il était 6 heures donc j'étais un peu quand même dans le brouillard tout en ayant pas été endormi. Mais dès que j'ai été mieux, on m'a fourni une documentation à lire euh aussi bien dans la partie nutritionnelle que dans la partie cardiaque quoi, on m'a on m'a on fait un petit, un petit dépliant là où bon que j'ai lu pour bien m'expliquer ce qui c'était passé et ce qu'on m'avait fait donc non non de ce côté-là le rapport à Laennec était excellent.
- D'accord. On vous l'a bien expliqué ?
- Ah Oui.
- Vous vous sentez compris quand vous parlez de votre infarctus ?
- Ah bah oui oui tout à fait.
- Et est ce que vous vous sentez écouté ?
- Alors c'est par rapport au monde médical toujours ?
- Oui toujours oui.
- Bah euh oui parce que bon quand vous allez voir un cardiologue il sait de quoi on parle. On parle quand même pas d'aller planter des choux, on parle hein de régime cardiaque, on parle de de d'un électrocardiogramme, on parle de choses comme ça, donc ce sont maintenant des choses que je connais, et avant je ne connaissais pas mais maintenant pour les avoir subis je connais. Donc oui, on, hein et puis je vous dis, en fait je n'ai pas eu grand-chose à raconter à la dernière visite du cardiologue parce que il a fait ses examens, il a regardé l'écho et puis moi, je n'avais pas de sensation de mal être par rapport à ça.
- Donc vous vous sentiez globalement...
- Je me sentais très bien donc voilà. Hein. J'ai pas eu à expliquer à dire bah tient il m'arrive ci, il m'arrive ça non non.
- Il n'y a pas eu de problème particulier ?
- Non non non et puis comme le traitement je vous dis bon c'est vrai que il y a la phase hospitalisation qui est relativement courte puisque moi ça a été quelques heures, je suis resté en soins intensifs pendant 4 jours 5 jours et après j'étais en salle euh pas en salle en soins comment on...
- Conventionnels.
- Conventionnels quoi et je suis resté une semaine donc c'est relativement court. Par contre après il y a tout ce suivi là pendant 4 mois parce que c'est 21 séances qu'on fait sur 3 semaines par semaine. Ca vous fait 7 semaines donc ça fait presque, ça fait presque 2 semaines. Ah oui et ce que je vous ai pas dit aussi, c'est que j'ai subi en fait deux hospitalisations. Je sais pas si je vous l'ai dit ça au départ. Parce qu'en fait, quand j'ai eu mon infarctus, j'ai eu mon infarctus à l'endroit de deux artères, donc ils m'ont posé deux stents une sur chaque et quand ils ont fait les électrocardiogrammes et les échos, ils se sont rendus compte qu'il y avait une autre artère qui était en train de se boucher comme, mais qui n'était pas bouchée elle, et ils m'ont dit comme on vous a injecté de l'iode.
- Ca sera en deux temps quoi.
- On est obligé d'attendre et de le faire en deux temps, donc il y a un minimum de 3 semaines avant que le corps se dégage de toute l'iode qu'on vous a injecté donc j'ai déjà donc eu pratiquement 1 mois entre les deux phases. Ensuite, j'ai eu donc à peine une dizaine de jours, 15 jours de remise en état, c'est-à-dire entre les soins intensifs et puis la cardiologie normale et ils m'ont dit euh : « On va attendre trois semaines avant de faire un test d'effort supplémentaire et là on va commencer les séances quoi ». Vous voyez donc j'ai été pendant, j'ai eu un suivi au point de vu médical pendant, jusqu'au mois de novembre, enfin de août à novembre. Ca fait quand même... Bon ! Donc si vous voulez en permanence en contact avec des séances donc de de kinés, d'efforts physique, des séances d'explications nutritionnistes et puis sur la maladie, en groupe.
- Du réseau, oui.
- Oui du réseau donc vous voyez donc en fait euh et moi je sais que j'ai apprécié. Maintenant il n'y en a peut être qui n'apprécie pas hein ?

- Oui justement j'allais vous poser la question...
- Moi je sais que ça ma fait un plus, bon c'est vrai que j'ai un tempérament assez anxieux hein angoissé donc ça ça m'a apporté...
- Donc là, vous parlez de la rééducation et de l'éducation par le réseau, vous parlez des deux ??
- Hum oui.
- D'accord. Justement je voulais vous demandez, qu'est ce que l'éducation vous a apporté justement donc l'éducation, le réseau respecti cœur ?
- Ah bah elle m'apporte le le le comportement à adopter après cette maladie. Elle peut revenir hein parce qu'ils le disent bien hein c'est clair. Ca peut même se reboucher là où on vous a posé des stents si vous ne respectez pas un minimum de choses, alimentaire entre autre hein donc une hygiène de vie, donc euh non moi, là ils nous ont très bien aiguillés très bien expliqués avec des exemples hein, de choses à faire et à ne pas faire. On a même fait des jeux je ne sais pas si vous connaissez un petit peu respecti cœur ?
- Oui un petit peu oui.
- Des jeux de de pas de Monopoly mais un peu de jeux de 7 familles où il faut mettre des produits alimentaires dans des cases, ils vous font, ils disent voilà vous prenez un bout de jambon avec du gras, dans quelle case il faut le mettre. Alors il y a la case bon pour le cœur, pas bon pour le cœur enfin bref.
- Ok ok oui c'est assez basique quoi.
- Après vous participez ou vous participez pas, et ils font même venir si vous voulez euh dans la partie nutritionniste les conjoints. Moi ma femme est venue et ça lui a apporté aussi énormément de choses pour le comportement au niveau de la cuisine, ce qu'il faut faire et pas faire quoi.
- D'accord.
- Non, moi ça m'a apporté beaucoup moralement en fait et puis de l'enseignement aussi, parce que...de l'enseignement quand même parce que bon on est à cent lieux de penser ça quoi hein. On se dit bon du fromage j'en mange pas, j'en mange deux fois par jour et puis j'en mange pas des quantités, bah oui mais bon, donc on nous explique bien hein voilà.
- Euh avec qui préférez vous parler de votre maladie ? Donc là toujours dans le corps médical ou paramédical, donc ça peut être quelqu'un du réseau ou votre médecin généraliste ou le cardiologue enfin vraiment...
- Oh bah depuis que j'ai quitté toutes ces séances là, j'ai pas eu de contact avec la partie CHU, la partie Laennec, sauf quand euh vous avez cherché à me contacter par l'intermédiaire euh du réseau respecti cœur d'ailleurs je sais plus comment elle s'appelle la dame qui m'a appelé là.
- Mme Pelé ?
- Oui ça doit être ça, pour me demander si j'étais ok. Donc je n'ai pas eu de contact avec euh l'ancien service où j'étais en fait. Le seul contact que j'ai eu c'est avec le cardiologue et là, le cardiologue je dirais que bah c'est quand même assez, comment dirais-je je cherche le mot euh c'est structuré hein, il est pas là pour euh vous écouter, votre vie ou, enfin non c'est pas ça hein. Lui il fait ses examens, ils sont bons, ils sont pas bons donc. Mon médecin traitant m'a fait faire une recherche de cholestérol donc le résultat était parfait donc voilà. Mais autrement la discussion avec le corps médical bah j'en ai pas eu.
- Donc il n'y a pas forcément de personne avec qui vous préférez parler de ou enfin est ce qu'il y a quand même une personne ? Je sais pas hein c'est...
- Bah c'est le médecin traitant parce que c'est le premier avec qui je, je vous dis encore comme je n'ai pas de sensation de mal être j'en éprouve pas le besoin quoi hein.
- D'accord donc le médecin traitant.
- Je sais qu'il y a deux choses à surveiller c'est la tension donc j'ai un tensiomètre parce que je l'avais déjà avant que ma femme, et le cholestérol, donc à partir de là les bilans qui me sont faits euh par le médecin traitant me suffisent à me dire bon bah voilà tes dans les clous tu n'y aies pas quoi.
- Est-ce que vous avez eu recours à une association ?
- En dehors de ?
- Oui.
- Non non, et puis j'ai pas cherché non plus hein. Je vous dis mais je pense que ça ça doit être plus lié à des gens qui vraiment ont eu un gros truc et où ils ont des séquelles importantes. Mais mon cas à moi est peut être un cas je sais pas, bah si il doit y avoir des cas pareils mais moi j'ai pas eu de...
- De grosses séquelles.
- De grosses séquelles et puis apparemment d'après ce qu'on m'a dit, on m'a rassuré aussi en me disant qu'il y en auraient sans doute pas quoi, que j'allais retrouver la plénitude de mes moyens au niveau cardiaque quoi parce que encore une fois ça a été pris au bon moment, très tôt, grâce à ma fille. Je peux dire que c'est grâce à ma fille. Je ne suis pas sûr que ma femme et moi on ait pris le téléphone parce que ça s'était passé quoi et on s'est dit on verra ça demain quoi. Et puis bon bah voilà, mais maintenant on sait que ça aurait pu se produire en pleine nuit, ça aurait pu arriver le lendemain voilà quoi et forcément je l'aurais fait, forcément je l'aurais fait vu l'état où ça en était rendu forcément je l'aurais fait alors avec les délais d'intervention qui sont importants.
- Non là vous avez eu de la chance.
- Oui voilà. (rire)
- Est-ce que votre moral a changé depuis que vous avez eu votre infarctus ?³⁶
- Qu'est ce que vous entendez par moral ?
- L'humeur, est ce que vous êtes plus triste ou au contraire plus enjoué ou plus... ?
- Là c'est pareil ça serait des questions qu'il faudrait poser aux gens de l'extérieur parce qu'on ne s'en rend pas forcément compte soi même. Moi je, mon humeur, ma femme me dit des fois que je suis aigri, je suis, mais je me rends pas compte je veux dire, je ne peux pas vraiment dire euh je vois pas non. C'est plus l'avis des gens de l'extérieur qu'il faudrait avoir pour répondre à ça parce que soi-même on sait pas si on peut se voir avant, après. Non je ne vois pas de changement quoi, personnellement je ne vois pas de changement.
- D'accord. Est-ce que vous êtes plus anxieux, est ce que vous êtes plus stressé ?
- Alors ça m'arrive quand même d'y penser, parce que forcément on arrive à avoir quelques douleurs dans la vie de tous les jours, ça m'arrive d'y penser et puis bon je suis encore d'un caractère anxieux donc effectivement ça c'est vrai, ça, j'avoue que mon état était déjà comme ça d'avance quoi hein. Quand tout va bien, tout va bien. Un petit pète bon euh.
- Peut plus vous déstabiliser peut être ?
- Oui et puis ça m'y fait penser quoi je veux dire c'est sûr de ce côté-là c'est sûr.
- D'accord. Donc un peu plus anxieux ?
- J'y pense voilà c'est ce que je dirais j'y pense suffisamment par rapport à avant je n'y pensais pas. Puisque pourtant mon père est mort de ça, j'avais même mon grand-père c'était du côté de mère donc c'est le grand-paternel qui lui est mort aussi de ça mais bon j'avais, je voyais ça avec du recul parce que bon ça s'est passé il y a 20 ans pour mon père, 40 ans pour mon grand père. Donc c'est sûr que là maintenant je fais plus attention à ce genre de petit malaise, de petit bobo qui puisse arriver.
- Oui oui vous vous écoutez plus quoi ?

- Oui voilà et comme je suis...
- Vous êtes plus vigilant peut être ?
- Voilà et comme je suis d'un caractère anxieux évidemment ça se reporte sur cette anxiété quoi.
- D'accord. Est-ce que vous voyez la mort différemment ?
- Alors comment je vais pouvoir répondre à ça ah ? Bah c'est difficile à répondre par rapport à la mort surtout... Disons que par rapport à ça c'est vrai qu'on peut se dire bah après demain on peut y être quoi on peut mourir de, de... Mais ça me, ça me prend pas la tête quoi, j'en fais pas, je me focalise pas sur ça quoi hein. Le mort euh pff, c'est abstrait pour moi hein. (rire)
- Oui bah oui complètement.
- Pourtant je vous dis j'ai perdu mon père au mois d'avril mais non je n'y pense pas hein j'y pense pas, j'y pense pas. C'est pas ma pensée actuellement euh non en me disant bah je vais peut être y passer après demain non je, ça a pas changé par rapport à avant.
- Ca n'a pas changé ?
- Non, ça n'a pas changé par rapport à... C'est peut être un faux fuyant hein, c'est peut être quelque chose que je n'ai pas envie d'y penser parce que je ne veux pas mais bon non.
- Donc non vous ne la voyez pas différemment ?
- Non non non.
- D'accord ok. Je voulais juste vous demandez vous avez combien d'enfants ?
- 3.
- D'accord. Bon bah très bien on a fait le tour de la question.

Patient P14 DN: 19/04/50, Date IDM : 12/02/12, Date entretien: 26/10/12, marié, 2 enfants, retraité (était contrôleur principal à la DDTM, Direction Départementale des Territoires et de la Mer).

- Alors, est-ce-que vous pouvez me raconter ce qui s'est passé pendant votre infarctus, enfin le jour de votre infarctus ?
- Oui euh c'était la nuit ; il était 2 heures du matin. Ça m'a serré la poitrine et je pense avoir tout de suite compris ce qui m'arrivait pour avoir fait des..., le secours routier, le BNS, le secours routier et la réanimation. Je connaissais un petit peu le principe donc j'ai dit houla. Donc j'ai voulu attendre un petit peu pour voir ce que ça... que le temps se passe et puis voir si ça allait aller mieux mais euh ça n'allait pas mieux donc nous avons décidé de venir à l'hôpital, aux urgences directement.
- Oui d'accord. Aux urgences d'Ançenis ?
- Oui. J'essayais de comprendre pourquoi ça m'est arrivé en pleine nuit. Euh la veille j'étais à la chasse et il faisait très froid, un ressenti de -15° avec de la neige qu'il y avait. J'étais dans des coteaux au Cellier et j'ai pas mal forcé, en plus j'ai eu la malchance de louper un sanglier donc je pense que, bon ça n'a pas fait ça mais ça a dû aider aussi mais surtout le froid.
- Oui il y a du stress en plus...
- Et depuis j'en ai parlé avec certains. Beaucoup parlent de cette contraction qui a dû se passer, je ne sais pas si ça s'appelle comme ça contraction ou quoi.
- D'accord, d'accord. Donc, du coup, vous avez été aux urgences, donc ils vous ont fait l'électrocardiogramme et ensuite vous avez été transféré au CHU, d'emblée ?
- Oui au CHU oui. Tout de suite, j'avais toujours les douleurs donc euh mais bon sachant que j'ai été pris en bonnes mains et je suis arrivé là-bas pareil. J'ai été aux urgences où j'étais en de bonnes mains donc je ne me suis pas affolé quoi.
- Hum, d'accord. Et donc ensuite vous avez eu euh un stent ?
- Un stent le lendemain il me semble.
- D'accord. Comment était votre santé avant votre infarctus ?
- Et bien je suis un bon vivant euh j'ai toujours de l'appétit. On est dans la famille, de ce côté là on est, on a un bon coup de fourchette. Euh. Notre famille est sujette aussi au cholestérol. Ma maman a fait la même chose il y a 6 ans, donc euh à un moment donné, je me suis dit ça peut être héréditaire quoi mais euh non, on est de bons vivants.
- Et du coup votre santé était globalement euh il n'y avait pas de soucis particuliers ou euh ... ?
- Non bah quand j'étais jeune je faisais beaucoup de sports, beaucoup de handball je continuais, de la course à pied, de euh de marche, de vélo, tout. Donc j'ai toujours continué, la pêche, la chasse donc euh non, une vie normale quoi, 80kg pour 1m78. Par contre, quand je passais au-dessus de 82 kg je le sentais quand même (rires).
- Et comment est votre santé depuis que vous avez eu votre infarctus ?
- Et bien, je suis obligé de, d'y faire attention surtout sur la nourriture. Bon il y a déjà longtemps que plus de beurre, plus de charcuterie enfin beaucoup limiter les corps gras. Euh par contre, si je fais un des efforts trop violents ou quoi, je le ressens tout comme un autre aspect qui est de réunion publique, style conseil municipal (mais je ne suis pas élu hein) mais euh ou autre réunion comme il va y avoir lieu ce soir, une réunion publique où j'interviens suite à, je ne suis pas d'accord avec un projet du maire, donc je le ressens. Ça me serre euh sur le cœur dans la nuit. C'est une réaction, je pense que ça vient un peu du stress malgré que bon je connais très bien mon sujet. Mais bon c'est pas dit à tout le monde d'intervenir à une réunion publique quoi.
- D'accord. Vous êtes gênés lors des périodes de stress en fait ?
- Voilà, oui oui. Et je m'aperçois que euh même quand euh j'essaie de ne rien changer, mais même quand on a nos petits enfants, 8 ans, 6 ans, 4 ans et 2 ans. Euh. Quand ça bouge de trop, ça me fatigue, j'ai la nécessité de faire une demi heure de sieste ou quoi, ça je le ressens. Alors qu'avant bon ça passait quoi hein.
- D'accord, donc plus de fatigue dans les moments un peu euh ...
- Oui.
- D'accord, quand vous prenez votre traitement, comment ça se passe ?
- Euh, le traitement c'est un problème parce qu'il faut toujours penser aux médicaments, le matin et le soir. On a toujours la peur d'avoir des effets négatifs, euh on ne connaît pas les limites, en fait on ne connaît pas ses limites avec les médicaments. Et l'autre gros gros point, c'est d'avoir peur d'en manquer. Et heureusement qu'on a changé la poudre là, le Kardegic, parce que ça... Bon prendre le petit sac, mettre la farine dans le verre, c'est pas évident tandis que maintenant avec des petits cachets c'est quand même mieux. Maintenant, ils sont pris régulièrement mais c'est une peur d'en manquer.
- Oui d'accord c'est anxiogène un peu ?
- Ah, ouais, ouais, ouais.
- D'accord. Donc le traitement, est ce que c'est une contrainte pour vous ?
- A partir du moment où je sais que c'est obligatoire, donc c'est pas une contrainte. Ça m'arrive de rester chez les enfants le soir, un dimanche soir ou autre, je sais que dans ma tête je suis programmé. En rentrant, il faut que je prenne mes médicaments. Mais on verra bien, le jour où je les oublierai, on verra bien la réaction quoi, pour l'instant ça ne s'est pas produit.
- D'accord. Est-ce que vous avez des effets secondaires ?
- Euh, qu'est ce que vous appelez effets secondaires ?

- Des médicaments, liés aux médicaments, est-ce que vous pensez avoir des effets secondaires ?
- Non, j'en ai jamais eu. On m'a souvent posé la question. Euh. Est ce que vous avez envie de, pas de vomir mais enfin des effets secondaires. J'en ai jamais eu.
- D'accord. Pour vous, à quoi servent ces médicaments ?
- Bah c'est pour rétablir le fonctionnement euh du cœur et pour euh en même temps, baisser la le euh le pouls, baisser la tension pardon et aussi pour la circulation du sang et la qualité du sang.
- Quelle est l'implication de votre conjoint dans votre traitement ?
- Euh Zéro (rires). Elle ne, elle ne, c'est pour ça que je n'ai pas voulu que cet entretien soit à la maison parce que, en le disant ici, je ne veux pas l'impliquer. Puis je veux pas la culpabiliser, c'est-à-dire que bah elle sait très bien qu'il faut que je prenne mes médicaments et tout mais bon elle ne s'en occupe pas quoi bon si elle dit « Bah tu les as bien pris ? » mais autrement non.
- D'accord. Pour vous, qu'est-ce-que ça veut dire d'avoir un infarctus ? Enfin je veux dire, qu'est ce qui se passe dans le corps en fait quand on a un infarctus ?
- Bah connaissant euh que j'ai le tout, maintenant connaissant que j'ai le tout, le point du bas du cœur qui est inerte, on m'a dit, je je dois avoir un moteur de 80%. Donc euh j'ai quand même conscience du du risque et de la maladie et, vous pouvez me répéter la question ?
- Qu'est ce que pour vous, qu'est ce que c'est un infarctus, qu'est ce que ça veut dire d'avoir un ?
- Connaissant déjà ce que c'est un infarctus euh comment ça se produit et tout. J'ai eu aussi, dès en arrivant au CHU, on vous fait une échographie et bon, j'ai, on a tout de suite vu, bon moi aussi j'ai vu, on a vu où que ça se tenait. On a bien vu et à partir du moment que l'on connaît le système, bon euh j'ai rien de plus à dire.
- Mais qu'est qui se passe en fait c'est-à-dire dans le cœur en fait pour vous ?
- Bah moi dans mon cas, à moins que je ne me trompe ça s'est bouché sur le muscle du myocarde qui est autour du cœur ; c'est peut être pas ça mais je pense que si.
- Quelles en sont les causes ? Est-ce que vous en connaissez ?
- Bah je vous l'ai dit tout à l'heure, le cholestérol et euh un peu d'hypertension et euh j'avais eu aussi quelques petits soucis à la fin de ma carrière euh professionnelle, d'autres petits soucis par là donc on s'aperçoit que euh, une accumulation de petits problèmes peut devenir conséquent.
- Vous allez voir des fois... Je vous repose des questions, mais je suis obligée parce que du coup, même si des fois ça se recoupe, je suis obligée de ne pas trop intervenir non plus.
- A la rigueur, je peux redire quelque chose que je n'ai pas dit le premier coup.
- Oui, bah c'est pour ça que je suis obligée... Et pour vous, quelles sont les conséquences sur votre corps, de de l'infarctus ?
- Euh les conséquences, c'est à dire que euh sachant que euh, je peux avoir une faiblesse et sachant que je dois toujours vérifier mon pouls entre 90 et 95, que je ne dois pas passer au-dessus de l'effort, donc euh, les conséquences on est toujours obligé d'y penser un petit peu. Surtout une chose que vous savez peut être mais quand l'on marche ou quand l'on court sur le vent, c'est très très dur le problème de la respiration, ça vous coupe ; donc voilà un peu les effets que je ressens donc comment j'ai, mais sincèrement aussi c'est peut être de ma faute parce que j'ai repris mes habitudes comme avant, le jardin, la chasse, la marche à pied et tout, l'effort aussi, bêcher aussi tout donc je suis revenu à peu près à 80% de ce que je faisais avant. Mais je le fais volontairement pour euh connaître mes limites. Peut être qu'un jour, sachant que si, la récurrence est 50 % définitive et 50% bon bah de chance, euh faut que j'y fasse attention quand même.
- Est-ce que le suivi est une contrainte pour vous, c'est-à-dire les prises de sang, les renouvellements, les consultations au CHU, les échographies, épreuves d'effort... ?
- Alors euh au début, je prenais ça pour une contrainte mais après je me suis dis, il faut le faire comme la rééducation à Nantes. Après un refus au début, j'ai quand même fait toutes les séances, soit 22 environ. Les prises de sang, je les ai toutes faites mais depuis un moment je n'ai plus rien du tout, je n'ai plus du tout de contrôle, je suis mon médecin tout seul, à part la dernière visite que j'ai eu avec vous pour un renouvellement de médicaments.
- D'accord. Donc, au départ, c'était une contrainte et maintenant ça ne l'est plus ?
- C'était une contrainte, non, parce que c'était une période du printemps et je m'étais dis, bon de toute façon sur 5 jardins, il fallait bien que j'arrête un peu donc je suis retombé à un jardin et à cette période là, bon bin, il faut penser à se soigner quoi.
- D'accord. Alors une question assez générale. Qu'est ce que l'infarctus a changé dans votre vie, de manière globale ?
- Bah ça a changé, c'est la prise de conscience du risque euh globalement bah de de changer de vie surtout la nutrition et puis euh ce qui a changé c'est avant je prenais plus ou moins bien mes médicaments tandis que maintenant je les prends régulièrement.
- D'accord. Est-ce que vos loisirs ont changé ?
- Non, je suis comme je vous ai dit tout à l'heure. Tout est revenu comme avant. Je viens de faire 4 heures de ramassage de champignons, je vais à la pêche, je refais la chasse, je refais comme avant mais je me méfie quand même et j'emmène, je pense toujours à emmener mon portable avec moi, sauf que vous allez rire, il n'est jamais allumé.
- Est-ce que votre sommeil a changé depuis votre infarctus ?
- Euh je trouve là en ce moment, surtout en ce moment oui. Je dors moins bien, je suis à peu près persuadé de ça. C'est une bonne question, je n'y avais pas pensé.
- Vous avez l'impression que oui ça a quand même euh que votre sommeil a été modifié depuis votre infarctus ?
- Oui, oui. Enfin bon, pour être franc, je ne prends rien hein je ne prends pas de de médicaments pour dormir, je ne prends pas de euh...
- Vous avez du mal à vous endormir ou vous vous réveillez euh... ?
- Non, c'est à peu près régulièrement à 2h et, entre 3h ça réveille. Alors est-ce-que ça vient plus ou moins du froid ? Est-ce-que ça vient de quoi où le cycle de sommeil parce que après bon, j'arrive euh mais je suis de tempérament, j'ai toujours été de tempérament, je n'ai pas besoin de réveil. Si demain matin je dois partir à 5h, je serais, à 5h moins le quart je serais debout, c'était....
- Est-ce que votre alimentation a changé depuis votre infarctus ?
- Oui, j'y fais énormément attention. Mais ça m'arrive par moment de reprendre de la charcuterie un petit peu, modérément, et puis un ou deux verres de vin, ça arrive aussi, mais j'y pense tout le temps.
- Oui donc ce que vous disiez tout à l'heure, vous avez baissé euh dans votre manière de changer. Qu'est ce que vous avez changé exactement ?
- Bah surtout tous les corps gras quoi. On est allé en Allemagne et tout, on fait attention à la... Euh. Les tripes à la mode de Caen le matin, c'est terminé. Enfin, vous voyez quoi. Mais c'est pas, c'est pas général mais bon. Une attention particulière quand même.
- D'accord. Est-ce que votre vie sexuelle a changé depuis votre infarctus ?
- Euh au début non, ça n'a rien changé mais euh si y'a un point. Euh. Mais comme c'était écrit aussi dans les livres, euh, c'était dans le petit bouquin, euh d'aller progressivement, on s'aperçoit que le cœur, euh, travaille plus. Ou avant, on n'y faisait pas attention ou quoi mais euh autrement non rien a changé mais euh on le sent quand même, on le sent plus. Je ne sais pas pourquoi c'est peut être parce que c'est à en parler ou c'est marqué.
- Et du coup ça occasionne un peu de stress ou pas forcément ?
- Non, non, non.

- D'accord. Est-ce que vos projets en général ont changé ? Vos projets de vie...
- J'ai pas changé. Euh. On n'a pas changé nos projets et ni les miens au contraire. Je m'occupe de plus en plus des, du club de l'amitié qui est le club du troisième âge, étant président adjoint et donc j'essaie de donner le maximum pour avoir le plus possible de travail intellectuel et s'occuper pour ne pas être à la maison et gamberger.
- D'accord. Donc vous, ça a changé vos projets en général du coup ?
- Autrement les autres projets de sortie et tout, je continue euh je j'avais peur pour la conduite mais je viens de faire l'expérience. On arrive des Pyrénées là, j'ai emmené ma maman euh 8 jours et je suis allé dans le Massif Central. J'ai roulé, euh j'avais peur à la conduite un moment de fatigue ou quelque chose, non ça s'est très très bien passé. Là, on vient de faire 2000km et ça s'est très bien passé.
- D'accord. Est-ce que votre place dans la société a changé, depuis votre infarctus ?
- Ma place dans la société n'a pas changé.
- Dans votre famille ?
- Pas du tout, je suis toujours grand-père (rires).
- Dans votre couple ?
- Ça n'a rien changé.
- Alors du coup oui dans le milieu professionnel...
- Oui je suis en retraite donc.
- Et vos relations avec vos amis ont-elles changé ?
- Non je ne pense pas. Au contraire euh au contraire euh, ils, euh, ils font comme avant, ils ne font pas du tout attention que j'ai eu des soucis de santé. Et quand je leur dis bah doucement hein moi je pense à mon cœur, donc bon c'est ça. Mais autrement euh j'ai pas l'impression qu'ils y tiennent compte. Et je l'avais noté.
- Mais du coup, est ce que ça vous blesse ou est ce que... ?
- Ah non ça ne me blesse pas mais pour certaines choses, je, j'aime bien déléguer aussi hein. Bon, j'étais habitué un petit peu au travail donc je préfère trouver d'autres solutions ou préparer d'autres solutions écrites, je euh à la rigueur je, vaud mieux déléguer que faire tout le travail tout seul. Je viens d'assister à des réunions et autres, non, à mon avis rien a changé. Mais j'ai l'impression que les gens ils, je me répète mais ils y pensent pas, à moi, ils ne pensent pas à moi.
- Donc pour vous la relation avec vos amis n'a pas changé ?
- Non.
- Même s'il y a eu euh... ce rapport.
- Non ça n'a pas changé.
- Et est ce que vos relations avec vos connaissances en général, pas les amis, pas la famille fin, est ce que ça, ça a changé ou pas ?
- Pour l'instant j'ai toute ma mémoire, je suis assez physionomiste donc non rien a changé.
- Est-ce que cet événement est parlé dans votre famille, dans votre entourage proche ? Est-ce que vous en parlez facilement ?
- Non je crois que c'est fini. Au début, peut être que ma maman en parlait un peu plus que nous mais j'en entends plus du tout parler. Je vous dis, ils me considèrent être revenu physiquement et le reste comme avant euh je le vois bien hein. A la rigueur euh, on me propose des choses à réaliser ou par connaissance mais je leur dis non non doucement c'est moi qui freine.
- Oui oui c'est vous qui devez toujours...
- Alors que bon je comprends aussi que j'ai la chance par rapport à d'autres, qui dans la même période que moi ont eu des attaques, surtout dans mon boulevard, qui maintenant euh ont des séquelles. Et moi je m'estime heureux d'avoir des séquelles, sûrement, mais d'être moindres ou plus importantes.
- Que vous ne ressentez pas...
- Que je ne ressens pas pour l'instant.
- Est-ce que le regard d'autrui a changé depuis que vous avez eu votre infarctus ?
- Non.
- Comment vous a-t-on parlé de votre maladie, quand vous l'avez enfin que ce soit à l'hôpital ?
- Au CHU on m'a parlé de ma maladie, il y avait des... Avec le chirurgien et tout, le courant est très très bien passé mais j'ai eu une ou deux infirmières qui faisaient peur un peu mais vous savez c'est très grave ce que vous avez et tout, et moi de dire ah bon à ce point là. C'est-à-dire ce qui m'a aidé, c'était de, c'est d'avoir toujours gardé le moral et puis de dire bon bah faut aller faut faire ci, faut prendre ça, bah faut le faire quoi.
- D'accord. Donc plus de la peur quelque fois en fait, on vous en parle...
- On m'en a parlé.
- Enfin je veux dire oui.
- Oui j'ai eu une infirmière qui m'a fait peur mais autrement à part ça non, parce que les autres infirmières ont déjà, je suis pas le premier, les autres infirmières me disaient, mais non on a déjà vu ce cas là et tout ça quoi. Le thrombus au début, ça vous fait peur, ça vous fait une épée au-dessus de la tête mais après une fois que vous en avez discuté... Et puis bon, c'est vrai qu'au début ça fait peur mais après bon on vous dit, vous n'êtes pas le seul, à partir du moment qu'on est pas le seul euh on ne sert pas de premier cobaye si je puis dire, excusez moi ce mot là.
- Est-ce qu'on vous a bien expliqué votre maladie ?
- Euh oui et non. A partir du moment où je n'ai pas voulu retourner à Nantes pour les formations sur la nutrition et le reste. J'ai toujours pensé avoir compris, peut être, peut être pas mais bon.
- D'accord. Et pour les gens qui vous l'ont expliqué euh si on vous l'a expliqué, est-ce-que vous trouvez qu'on vous l'a bien expliqué ?
- Bah sur le principe, les gens qui me l'ont expliqué et puis ma réponse et tout, ils n'ont pas insisté. J'espère qu'ils n'ont pas eu peur de moi mais ils n'ont pas insisté.
- D'accord. Avec qui vous préférez parler de votre maladie ? Donc là quand je dis ça est-ce-que c'est votre médecin traitant, est-ce-que c'est le cardiologue, ou quelqu'un fin oui une infirmière que vous aviez eu à l'hôpital ou euh à la rééducation ?
- J'ai, j'ai encore jamais revu mon médecin traitant depuis le 12 février et même avant, euh en parler, c'est pas que ça abaisse la personne mais euh j'en parle, comme je vous l'ai dit tout à l'heure quand on me demande de faire ci ou ça et je dis bah non non pense à mon cœur. C'est tout quoi. Voilà. C'est plus au coup par coup.
- Oui alors je me suis mal formulé, avec qui vous préférez parler de votre maladie dans le corps médical et paramédical ? Est-ce qu'il y a quelqu'un avec qui vous préférez parler de, avec qui vous sentez le plus à l'aise ou est ce qu'il y a personne ou... ?
- Bah je suis le plus à l'aise avec le chirurgien mais c'est, vous allez me dire mais c'est le dernier barreau de l'échelle mais bon c'est vrai que, peut être le, le fait de bien expliquer la, l'intervention, bien expliquer : c'est pas comment ça s'est produit mais après donc euh bon bah on se sent, on se sent à l'aise quoi. Mais j'ai pas eu l'occasion de discuter même profondément avec ma sœur qui est infirmière, euh qui est aide soignante ici, qui travaille au bloc, même avec mon épouse, on n'en reparle pas. Comme pour moi, comme pour les gens, on, comme je vous ai dit, on a l'impression que c'est du passé. Et puis je ne vais pas me poser la question pendant...
- Est-ce-que vous vous sentez compris par le corps médical ou paramédical ?

- Jusque là oui, je vais bien voir ce que va me dire le cardiologue
- Et est-ce-que vous vous sentez écouté ?
- J'ai vu personne, comme je vous ai dit, alors je ne sais pas si je suis écouté. C'est peut être de mon fait. Je ne cherche pas de contact.
- Est-ce que vous avez eu recours à une association ?
- Une association pour ??
- Pour euh par exemple des gens qui ont eu un infarctus.
- Non non.
- Est-ce que votre moral a changé depuis que vous avez eu votre infarctus ? 36
- Le moral euh a changé, bah j'ai toujours mes enfants, j'ai toujours ma maman, j'ai toujours mes 4 petits-enfants, le moral euh sur la vie ou sur ???
- Oui en général quoi.
- Le moral a rien changé.
- Non ? D'accord. Est-ce que vous êtes plus anxieux depuis que vous avez eu votre infarctus ?
- Euh anxieux plus non. Mais comme je vous le dis c'est euh une prise de conscience quand même, du risque. On se demande si ça ne va pas récidiver, voilà quoi c'est tout quoi mais anxieux, non.
- D'accord. Et est-ce-que vous voyez la mort différemment ?
- Ah bah la mort c'est un sujet où euh quand vous faites un stage de préretraite sur 4 jours, c'est un sujet qui est abordé. J'ai eu l'occasion de le faire ce stage là et euh c'est vrai que c'est un sujet tabou même d'en parler à, ses parents qui comme ma maman peuvent avoir 89 ans et tout... C'est vrai que c'est un sujet qui n'est jamais abordé et euh j'y pense pas, donc je me dis : vis au jour le jour. C'est pas comme ça, je ne vis pas au jour le jour, pas à ce point là quand même, mais je n'y pense pas. Mais c'est un sujet tellement très vaste que euh...
- Pour vous, de toute façon vous n'y pensiez pas avant.
- Non.
- Enfin la perception de la mort n'a pas changé depuis votre...
- Non pas du tout.
- D'accord. Juste, vous avez combien d'enfants ?
- 2 garçons, 2 gars dont un qui a fait les 3 jeux olympiques de l'équipe de France de Bobsleigh et qui est à Waldeck-Rousseau et c'était pas sa première vocation. Sa première vocation c'était professeur de sport mais il avait une annonce donc il est parti dans le Bobsleigh, son épouse est professeur de sport. Son garçon fait beaucoup de sport, sa fille fait du sport. Et de l'autre côté, j'ai un autre garçon qui est tout l'inverse, bricoleur à la maison et qui a une, son épouse travaille en maison de retraite et sa fille a 4 ans, va à l'école et celui de 2 ans, le garçon de 2 ans bah n'est pas encore rentré à l'école donc euh au point de vue famille vous voyez 2 garçons, gars et fille, fille et gars, il n'y a pas de...voilà.
- Et vous faisiez quoi comme profession ?
- J'étais contrôleur principal à la DDTM ex ponts et chaussées. Je m'occupais, j'avais au début 12 à 14 agents, après j'avais tout un secteur, j'avais des relations avec les élus, j'avais des relations avec l'Etat puisque j'étais fonctionnaire.
- D'accord, très bien. C'est terminé.

NOM : **SAMAIN** PRENOM : **Stéphanie**

Titre de Thèse : LES MODIFICATIONS DES REPRESENTATIONS MENTALES APRES UN INFARCTUS DU MYOCARDE

RESUME

L'Infarctus du myocarde (Idm) est une pathologie fréquente et grave.

Sa morbi-mortalité dépend de l'adhésion thérapeutique du patient, qui elle, est tributaire de ses représentations mentales.

Ces représentations influencent la qualité de vie et constituent la base de l'éducation thérapeutique prouvée comme étant bénéfique pour le patient.

Quelles sont les modifications de ces représentations mentales après un Idm ?

L'étude qualitative est basée sur 14 entretiens semi-dirigés avec une analyse de contenu.

Cette étude montre un vécu très différent de l'Idm.

La conception causaliste, la représentation du « corps objet » et « corps muet » ainsi qu'une santé définie comme « la capacité à résister à la maladie » sont majoritairement retrouvées.

Influencé par ses représentations, le sujet élabore des stratégies d'adaptation et recherche un soutien social pour combattre sa maladie.

Sa conjointe s'implique de manière variable dans son traitement. On observe des troubles sexuels contraignants que le patient explique par le traitement, les troubles psychiques, la peur de l'acte physique mais aussi le manque de communication avec les soignants.

L'évolution de l'anxiété et de l'humeur sont variables au décours de l'Idm.

D'autre part, à cause du stress engendré, le patient remet en cause la place qu'occupe son activité professionnelle, dont la reprise peut être difficile, et aménage ses conditions de travail. Il désire vivre plus sereinement et profiter davantage de la vie.

Enfin, les patients décrivent l'éducation thérapeutique et la réadaptation cardiaque comme bénéfiques et complémentaires.

Mais l'éducation thérapeutique est-elle compatible en pratique en médecine générale?

MOTS-CLES

Représentations mentales, Infarctus du Myocarde, Règles hygiéno-diététiques, Education thérapeutique, Dépression, Anxiété, Soutien social, Qualité de vie, Stratégies d'adaptation, Réadaptation cardiaque