

Amputation

80% des personnes amputées ressentent des douleurs fantômes, qui s'estompent avec le temps.

«A la Clinique romande de réadaptation de Sion, j'ai suivi un véritable camp d'entraînement pour dépasser mes limites»

50 à 60 amputations des membres inférieurs ont été réalisées au CHUV en 2016. Seules 10% sont d'origine traumatique.

# «J'ai fait du ski, désormais je fais de la prothèse»

Hubert Blanchard a perdu sa jambe droite dans une avalanche en début d'année. Depuis il remarche. Il vient de lancer un site pour financer des prothèses sportives

Yseult Théraulaz

Ce qui frappe lorsque l'on rencontre Hubert Blanchard pour la première fois, ce n'est pas sa démarche légèrement boiteuse, ni la fermeté éclair sur la jambe droite de son pantalon (lui permettant d'ôter sa prothèse sans se dénuder). Non. C'est son sourire et ses yeux rieurs. Le quadragénaire revient de loin. En janvier, la veille de son 44e anniversaire, ce sportif aguerri part faire de la peau de phoque avec des amis. La première course se passe à merveille. Il remonte pour un deuxième trajet, accompagné d'un seul copain. La journée est belle, le risque d'avalanche n'est que de deux sur cinq. La chance ne lui sourit pas, il est traîné par une avalanche sur près de 800 mètres. Son airbag et son self-control lui sauvent la vie, mais pas la jambe. Une fois à l'arrêt, il ressent une douleur à la jambe gauche: «Elle partait à l'équerre.» Ce n'est qu'en tentant de se relever qu'il réalise que la droite a été partiellement arrachée. Les secours arrivent et l'emmènent au CHUV.

«Joyeux anniversaire» au CHUV

Le verdict tombe: jambe droite amputée au genou, jambe gauche atteinte de multiples fractures. «Je me suis réveillé à 23 h 15 et à minuit mes proches sont venus me chanter Joyeux anniversaire.» Le blues, Hubert Blanchard ne l'a eu que deux fois depuis. La première, juste après le drame lorsqu'il a réalisé qu'il aurait pu mourir. La seconde, lors de sa première sortie en chaise roulante, en voyant les gens marcher. Depuis, ce papa d'un petit Thibaut de 20 mois ne s'apitoie pas sur son sort. «Il y a sans cesse des deuils à faire, mais plus j'avance, moins j'en ai. Désormais, je profite des places pour handicapés. Ça, c'est mieux qu'avant!» plaisante-t-il.

A l'issue des trois semaines en traumatologie au CHUV en janvier 2016, Hubert Blanchard est tenu éloigné de son domicile jusqu'en juin. Il passe trois mois à l'Hôpital orthopédique et, à sa demande, enchaîne par deux mois à la Clinique romande de réadaptation de Sion. Une double prise en charge atypique, mais adaptée à ce grand sportif désireux de retrouver la forme rapidement. Pendant cette période, les centaines de cartes postales de son fils et de ses proches, accrochées au mur de sa chambre, lui permettent de tenir le coup.

A l'Hôpital orthopédique, Hubert Blanchard s'est surtout soigné et réadapté. «J'y suis resté jusqu'à ce que je sois capable de marcher sur ma jambe gauche. Tandis qu'à Sion, j'ai suivi un véritable camp d'entraînement pour dépasser mes limites.» Au programme: musculation, vélo, natation, physiothérapie en groupe et individuelle, danse-thérapie, école de marche, entre autres. Il s'entraîne à marcher avec un sac de 15 kg, dans un bras, puis dans l'autre: «Je voulais être en mesure de me déplacer avec Thibaut dans les bras.»

De retour chez lui, l'ingénieur trouve des solutions pour gérer les demi-ni-



Optimisme Amputé de la jambe droite en janvier, Hubert Blanchard souhaite remonter sur des skis et faire de la course à pied.

veaux omniprésents dans sa maison, les portes étroites et les escaliers. «Je me suis fabriqué un petit chariot plus étroit qu'une chaise roulante. Il me permet d'aller de mon lit à la salle de bains sans mettre ma prothèse. Il a fallu aussi que j'aménage une rampe pour passer le seuil.» Même si sa prothèse électronique lui permet de marcher presque normalement, il apprécie de pouvoir l'enlever afin de soulager son moignon et d'y ap-

porter les soins nécessaires. Mi-juillet, Hubert Blanchard a repris son travail d'ingénieur. «Pour le moment, je ne travaille que des demi-journées. Les médicaments contre les douleurs fantômes m'empêchent de me concentrer sur une longue durée.»

Son quotidien est loin d'être oisif. «Je me rends une fois par semaine chez mon prothésiste, deux fois par semaine chez le physiothérapeute et je fais une heure

d'exercices tous les jours pour ma réadaptation. Sans oublier les démarches administratives à faire auprès de l'AL, notamment.»

Récemment, le jeune papa a passé son permis de conduire lui permettant d'utiliser une voiture adaptée à son handicap. Il nage sans prothèse, s'occupe de son fils seul et a fait le tour de la Dent-de-Jaman avec son épouse. «Maintenant, c'est elle qui porte Thibaut...»

## Une nouvelle vie commence après l'amputation

«Je dis à mes patients qu'une nouvelle vie commence pour eux le jour de l'amputation», explique Christos Karatzios, chef de clinique au sein de la Division de médecine physique et de réhabilitation à l'Hôpital orthopédique du CHUV. L'épopée d'une personne amputée commence au service de traumatologie du CHUV, où elle reste le temps que son état se stabilise. Elle est ensuite transférée à l'Hôpital orthopédique pour un séjour de six à huit semaines. L'équipe qui la prend en charge est composée de médecins, ergothérapeutes, physiothérapeutes, infirmiers spécialisés dans les plaies, prothésiste et, sur demande, un psychiatre ou psychologue. «La personne amputée est au centre de cette équipe de rééducation, poursuit Christos Karatzios. Nous la mobilisons le plus vite possible grâce à une prothèse provisoire.» Le patient apprend alors la marche le long de barres parallèles, puis avec un tintebin, des cannes et enfin sans rien. «Il faut également lui

apprendre à se relever en cas de chute, et à faire par elle-même les gestes de la vie quotidienne. Quand le moment de la sortie définitive de l'hôpital approche, une visite à domicile est réalisée par un physiothérapeute, un ergothérapeute



Christos Karatzios Chef de clinique à l'Hôpital orthopédique du CHUV

et la personne amputée. Cela permet d'évaluer les changements à apporter sur place. Le but est de la rendre le plus autonome possible.» Elle doit savoir nettoyer sa prothèse, vérifier que le moignon n'enflamme pas, nettoyer la peau, surveiller les éventuels poils incarnés, etc. Et quid des douleurs? «Juste après l'amputation, une médication antalgique est nécessaire pour lutter contre la douleur du moignon et contre les douleurs fantômes qui surviennent dans 80% des cas.» Difficile de savoir

à quoi elles sont dues. «Il y a deux théories. L'une est centrale: le cerveau continue à envoyer des ordres à la jambe manquante, mais celle-ci n'en envoie pas en retour, créant un conflit. L'autre est périphérique: les nerfs coupés essaient toujours de fournir des informations, d'où les douleurs.» Ces dernières s'estompent au bout de plusieurs mois. Outre les médicaments, un programme d'imagerie motrice permet de «réorganiser» le cerveau pour l'aider à passer ce cap. «Un patient qui accepte son amputation, qui parvient à faire le deuil de son membre inférieur manquant et à accepter sa nouvelle image souffre en général moins qu'une personne qui refuse sa nouvelle condition.» Apparaissent également des douleurs dorsales liées à la déstabilisation des muscles du bassin. Les séances d'ergothérapie et de physiothérapie se poursuivent après la sortie de l'hôpital. Sans oublier le suivi psychothérapeutique qui peut s'avérer nécessaire.

Solidarité

### 45000 fr. pour faire du sport

L'assurance-accidents rembourse les prothèses de jambes, plus ou moins sophistiquées selon l'état de la personne amputée et les objectifs qu'elle peut atteindre. Un octogénaire diabétique n'a pas les mêmes besoins en mobilité qu'un père de famille actif. Les médecins doivent justifier auprès de l'assurance le choix d'une prothèse électronique. Celle d'Hubert Blanchard, avec trois fûts d'essai, vaut 40000 francs et lui a été remboursée. En revanche, les prothèses sportives qu'il aimerait acquérir ne sont pas prises en charge. «Je trouve dommage que les assurances ne remboursent pas, ne serait-ce que partiellement, les prothèses ou pièces des prothèses nécessaires pour la pratique de certains sports, déplore Christos Karatzios. Un amputé aurait une meilleure qualité de vie s'il pouvait continuer, dans une certaine mesure, la pratique de son sport préféré.» Et de préciser qu'une prothèse spéciale n'est nécessaire que pour certains types d'activités physiques.

Hubert Blanchard a créé une plateforme de solidarité pour financer trois prothèses spéciales: une pour le ski, une étonne («pour aller dans la patageoire avec mon fils») et une pour la course à pied. Au total, il a besoin de 45000 francs. «Sur hubert.care, les gens peuvent faire un don ou proposer un service que d'autres peuvent acquérir. En échange du financement de ma prothèse de ski, je pourrai proposer des initiations au snowboard, par exemple. Je ne cherche pas seulement de l'argent, mais aussi à créer une façon d'échanger, de partager des connaissances. Si ma plateforme fonctionne, je prévois de l'utiliser pour soutenir d'autres causes.» Il a déjà reçu 9000 francs de dons et 10000 francs en proposition de services. «Cela va du vol en hélicoptère en passant par des cours de cuisine, entre autres.» Monique Richoz, directrice de Pro Infirmis Vaud (qui vient de publier les actes d'un colloque sur le sujet, voir ci-dessous), salue cette initiative mais précise: «Aujourd'hui, Pro Infirmis se mobilise pour que toute personne amputée puisse avoir accès aux prothèses de nouvelle génération.»

www.hubert.care

