LOISIRS

CHALON

Cœur de titane, le récit d'une résurrection



Nicolas Desroches, auteur du livre *Cœur de titane* qui raconte sa mort subite a 41 ans et son parcours jusqu'à l'implantation de son défibrillateur interne, son cœur de titane. Photo JSL/Ketty BEYONDAS

Il se savait atteint d'une maladie orpheline affectant son cœur. Les décès de sa mère et d'un cousin font peser sur Nicolas Desroches, journaliste au *JSL*, une épée de Damoclès. Son cœur peut s'arrêter à tout moment. Et c'est ce qui se produit, un matin d'octobre 2021. Il raconte ce retour à la vie avec, dans sa chair, un défibrillateur interne.

Volubile, Nicolas Desroches l'est immanquablement, bavard, attachant… Autant de qualificatifs qui, après les épreuves vécues, sont encore plus prégnants chez ce quadragénaire. Pourtant, samedi 2 octobre 2021, ce Chalonnais s'est écroulé au sortir du bassin de la piscine de Chalon, terrassé par un arrêt cardiaque. « Je me suis réveillé en réanimation et je n'avais aucun souvenir de ce qui s'était passé. On m'a dit "vous avez fait une mort subite rattrapée et vous sortez de cinq jours de coma". Très vite, ma nature de journaliste a repris le dessus et je me suis dit que je ne pouvais pas ne pas savoir ce qu'il s'était passé durant ces cinq jours. J'ai écrit d'abord dans un but thérapeutique sans avoir l'idée d'en faire un livre », confie-t-il.

De nombreux décès dans sa famille, le responsable identifié : un gène

La vie de Nicolas Desroches a été émaillée de drames, de décès brutaux. Son grand-père, puis sa maman qui s'écroule à son travail et ne peut être ranimée, il a 24 ans. Son cousin, également victime d'un arrêt cardiaque. Une analyse génétique établira un verdict sans appel, Nicolas est porteur du gène MYH7. « Vous avez le risque de développer une pathologie cardiaque lourde », lui indique le cardiologue en 2005.

« À partir de ce moment-là, j'ai commencé à prendre des traitements mais les dosages étaient difficiles, je tombais souvent dans les pommes. De 25 à 40 ans, j'ai finalement vécu avec cette maladie sans trop de problèmes. Après l'arrêt cardiaque, je me suis rendu compte que j'avais vécu dans le déni de ma maladie que je pensais sous contrôle. Vivant comme un équilibriste jusqu'à ce 2 octobre 2021. Très vite au sortir du coma, les médecins m'ont parlé de m'implanter sous la peau un défibrillateur interne, mais je n'en voulais pas. Et puis j'ai rencontré un jeune patient… »

« Mon cœur, ma faiblesse et aussi ma plus grande force »

« J'ai lu beaucoup sur internet – ce qu'il ne faut pas faire – et j'ai vu toutes les complications que j'allais devoir subir dans ma vie. À tel point que je me suis dit parfois que j'aurais préféré mourir… J'ai d'ailleurs écrit ce livre, *Cœur de titane*, car à ce moment de ma vie, c'est celui que j'aurais voulu lire. Et puis je me suis lancé un défi, celui de regarder mon cœur comme ma plus grande force. »

Le cardiologue a implanté un boîtier muni de sondes installées dans le cœur du patient. Mais là encore, Nicolas ira de mal en pis.

En quelques mois, le journaliste a enchaîné les pépins de santé. Bien avant son arrêt cardiaque, le sportif décide d'aller dévaler les pentes enneigées. Bilan des courses : une malléole fracturée en mars 2021, une opération et des complications s'invitent lors de la rééducation. C'est en voulant fuir quelques heures l'univers médical qu'il décide d'aller pratiquer son activité sportive favorite : la natation. Et c'est là que se produit l'accident cardiaque.

Il a fallu retirer le premier défibrillateur implantable

Au moment où il pense être enfin sur la bonne voie, une infection se développe au niveau du premier défibrillateur implanté et les médecins n'ont d'autre choix que de l'extraire au plus vite pour éviter une septicémie, voire pire.

Nicolas retourne à la case départ. Les médecins laissent planer l'idée qu'il pourrait rester hospitalisé sous surveillance permanente tant que l'infection n'est pas résorbée et qu'il est impossible de réimplanter un autre défibrillateur mais à gauche cette fois-ci. Un nouvel appareil est implanté et il peut enfin reprendre le cours de sa vie.

Un cœur bionique « que l'on peut contrôler à distance »

« Mais je sais ce qui peut m'arriver, je dois recomposer ma vie. J'ai comme un cœur bionique que l'on peut contrôler à distance, ça peut faire peur au début. Je suis plutôt habitué à raconter la vie des autres. Je ne voulais pas écrire le journal d'un malade mais celui d'une renaissance. Je ne voulais pas non plus mentir sur certains aspects de ma vie. Mais je suis très ému de l'engouement que provoque *Cœur de titane*. Les libraires sont très enthousiastes », confie l'auteur qui a plusieurs rencontres programmées.

Meriem SOUISSI

***Cœur de titane*, édition SoBook, 17,90 €.**

- **Chalon, librairie Develay, samedi 26 novembre de 15 à 18 heures.**
- **Louhans, librairie Le Forum, samedi 3 décembre de 15 à 18 heures.**
- **Cluny, librairie Jardin secret samedi 18 février de 9 h 30 à 12 h 30. Puis à Chagny et à la fête du livre d'Anost.**

Page Facebook : Nicolasdesrochescoeurdetitane

Qu'est-ce qu'un défibrillateur interne ?

« C'est un dispositif mal connu, nous sommes 10 000 à 15 000 à en porter en France et souvent les gens pensent que cela ne concerne que les personnes âgées, j'ai 42 ans. Ce petit boîtier qui pèse 80 grammes est implanté sous la peau avec des sondes qui vont dans mon cœur. Je dois faire attention à plein de choses, je ne peux pas m'approcher d'un micro-ondes, utiliser une plaque à induction, me trouver à proximité de travaux et d'un marteau-piqueur, de gens qui soudent… La liste est longue. Je dois prévenir mon cardiologue si je veux partir à l'étranger pour qu'il s'assure qu'il y ait bien un hôpital capable de gérer mon défibrillateur en cas de problème. Et pourtant, aucun signe extérieur ne montre que je suis malade. J'ai vécu parfois dans l'insouciance, dans un tourbillon, maintenant je croque la vie. C'est une seconde chance pour moi. Mon défibrillateur est mon ange gardien. Mais je dois aussi écouter mon corps désormais. »