René Magnenat

A qui voudra bien lire mon épopée au royaume du coronavirus,

Habituellement, lorsque j'ai un projet d'écriture, c'est toujours le titre qui me vient en premier, avec le thème bien sûr. Que ce soit un roman ou un article pour un journal, le titre influence mon écriture. Or, aujourd'hui, je n'ai aucune idée de ce que je vais rédiger. Rien n'est comme d'habitude. Mais après quatre semaines de souffrance, je me dis que j'ai de la chance. Nombre de personnes de mon âge ont été vaincues par le Covid-19, le plus souvent après d'horribles souffrances et sensations d'étouffement.

Mon histoire n'est pas banale. Je vais m'efforcer de la raconter du mieux qu'il m'est possible de le faire, c'est que je suis encore très faible, anxieux et dans le doute.

Alors voilà. L'histoire commence le 20 février 2020. Je fais partie d'un groupe d'écrivants à Uni 3 de Genève qui fonctionne selon un système d'autogestion. Une réunion tous les quinze jours. Pour chaque séance les participants rédigent un texte dont le thème est proposé à tour de rôle. C'est à mon tour. Je sors de la lecture du livre "Le nouveau magasin d'écriture" d'Hubert Haddad. Dans un chapitre intitulé "Bonheur et félicité", l'auteur décrit des situations de bonheur qu'ont vécues différents auteurs. Il cite des phrases au contexte négatif et y ajoute une finale positive. Je tombe sur celle-ci : "Il ne me restait qu'une heure à vivre, je l'employai à faire des réussites". Alors, pour la séance du 3 mars, je propose à mes partenaires de rédiger un texte ayant pour titre : " Il ne me restait qu'une heure à vivre, je l'employai à…"en retirant la fin de la phrase originale. Ce n'est pas la joie chez mes condisciples, mais ils sont conscients que le thème proposé peut amener chacun à penser et écrire d'une manière inhabituelle.

Le 28 février, je rédigeai mon texte, influencé par la pandémie qui se développait à la vitesse de la lumière. Le voici.

***"Ma dernière heure***

*Il ne me restait qu'une heure à vivre. Je l'employai à me préparer à mourir.*

*De retour d'Extrême Orient voici quinze jours, je m'étais senti fiévreux et je toussais au point de me faire vomir. A mon âge, en période de grande pandémie, le pronostic vital est souvent engagé, à moins que la chance ou un génie bienfaisant ne s'en mêle. Hélas, mes gènes ne sont pas bien disposés, quant à la chance, je n'ai jamais pu compter dessus. Mieux vaut me faire une raison : il ne me reste que quelques minutes à vivre, une heure tout au plus. Dans l'état où je suis, je trouve que c'est long, trop long, j'étouffe, je ne parviens à respirer qu'avec une peine inouïe et des douleurs à faire chialer les cendres d'une urne depuis longtemps emmurée à St-Georges. Voilà bientôt deux semaines que je suis isolé de tout, enfermé comme un criminel. Je ne bénéficie pas de la présomption d'innocence, on me punit pour un ou des crimes que je n'ai pas encore commis, des crimes que je n'ai ni souhaités ni voulus. Tout ça me fait penser au jeu de l'avion : chaque nouveau membre du jeu doit transmettre ses attributs à dix nouveaux adeptes, rarement ou jamais volontaires il faut le dire mais toujours, ou presque toujours contraints. On vient de me faire part (prémonition ?)que des dizaines d'habitants de la région que j'ai rencontrés et fréquentés ces derniers temps en sont réduits au même régime sans contact que moi. Bannis du monde, enfermés, maudits, montrés du doigt, mais de loin. Détritus à jeter sur le feu, bombes à retardement, prémices de fin du monde, embryions d'apocalypse, à peine objets d'études, cobayes de traitements improbables, mes semblables et moi arrivons au terme de notre existence. Tristes, peut-être, mais finalement heureux que notre cauchemar prenne fin.*

*Je grelotte de fièvre. On m'a demandé d'écrire vite, de décrire ce qui me passe par la tête. Rien ne passe, tout s'arrête. Etre seul, isolé, ce n'est pas une vie. Nous sommes déjà des centaines, des milliers à passer par les mêmes affres, les mêmes vexations : être considérés comme des ambassadeurs de la mort, des vecteurs de néant. Je commence peu à peu -mais tout à coup je songe que c'est trop vite- à ressentir un froid glacial monter en moi. Mes doigts tremblent et mes mots se mélangent. Dans ma tête, tout n'est plus que charabia, je tombe de Charybde en Scylla. J'ai le masque. J'avais encore tant de désirs, de choses à réaliser. Mais l'heure est passée. Je vous dis adieu, mais, Dieu merci, ce n'est qu'un au revoir.*

*Pour chacune et chacun, le passage n'est qu'une question de temps. Le surivanoroc est un monstre qui va tous nous bouffer !"*

J'avais cru rédiger un texte de fiction ! Et bien ce fut, hélas, un récit prémonitoire, j'en frémis encore, mais finalement, j'ai et j'ai eu de la chance, sinon, je ne serais pas installé sur ma chaise à essayer de raconter mon parcours entre désespoir et espoir.

Ma femme Iris et moi sommes plutôt en bonne forme pour notre âge. Nous allons deux fois par semaine à un cours de gymnastique vertébrale. Nous marchons en montagne, à La Givrine et au Salève, en campagne, dans les Bois de la Versoix le plus souvent, ainsi que dans les alentours de notre domicile. Marches de 1h00 à 2h30 en ce début d'année. Le 8 mars, nous faisons notre troisième montée du Pas de l'Echelle, avec 660m de dénivelé. Tout baigne. Mais la veille Iris est allée à une répétition de Carmina Burana avec le chœur de Vernier où elle me dit que "ça toussait, ça toussait !" Le mardi 10 mars, Iris a très mal à la tête, aux épaules, aux hanches, aux genoux, au dos. Elle se soulage en avalant du Dafalgan. Le vendredi elle va chez son médecin de 1er recours qui lui dit "Restez chez vous, pas besoin de faire un test !" Voilà de quoi la rassurer !

Le samedi 14 mars, Iris se sent "pas trop mal". Elle n'a pas de température. On va faire une balade de 45 minutes en passant par le Parc André-Chavanne, le chemin Pastel, l'étang du Marais, le chemin de la Charrue. 3 kilomètres. seulement, mais mon pouls monte à 123 pour une marche lente. L'après-midi mes pulsations sont de 75/minute alors que je n'ai normalement que 55. J'ai mal à la tête, je me mets à tousser, je bois plusieurs tasses de thym, mon cœur résonne dans mes tempes. À 17h00 j'ai 38° de température, à 19h00, 38,5° J'appelle la ligne Covid-19. On me dit que si la température dépasse 39° je dois appeler le 144. A 21h00, j'ai 38,9°. J'ai un à-priori contre le paracétamol, alors je prends une aspirine C.

En plus des symptômes que j'ai énumérés, le gros problème, c'est la difficulté à respirer. Ma capacité doit se résumer à environ un tiers du volume normal, car je ne peux vider l'air, dès que le diaphragme est poussé, la toux commence, et quand je veux inspirer le mieux possible, ça déclenche une sorte de chatouillis qui provoque une petite toux saccadée d'expiration. Ma nuit est très agitée avec une toux rauque, incessante et très douloureuse et également des douleurs abdominales et musculaires. Aspirine C à 9h00, le nez coule. Je prends un sirop contre la toux sèche. Dès 15h00 la toux est continuelle. Je me résous à prendre un demi-Dafalgan.(trop faible dose, donc inutile, me dira-t-on). Dans la soirée je suis pris de violents maux de tête avec des lancées à gauche puis à droite. La toux augmente, Dafalgan et sirop. Le lundi matin, j'appelle mon médecin traitant, le Dr Olivier Nançoz, qui me dit de me rendre à l'hôpital de la Tour, où on me fait le test. Alors que je crois qu'on met simplement un bâtonnet dans une narine et que ça n'est pas douloureux, je subis une douleur incroyable et mes yeux brûlent et coulent pendant une vingtaine de secondes. Je suis comme après l'introduction d'une sonde dans mon canal nasal. J'aurai la réponse le lendemain. D'ici là, je dois me tenir en quarantaine, que pourrais-je bien faire d'autre ? Ma toux devient grasse. Mardi à 16h40, le Dr Meyer m'informe que je suis positif au Covid-19 et que je dois surtout faire attention aux montées de fièvre. Il m'informe que quand tous les symptômes auront disparu, soit dans quelques jours, je devrai attendre encore 48 heures isolé, puis une semaine de plus avant de me rendre dans un magasin. Un quart d'heure plus tard, le service cantonal qui s'occupe du virus me téléphone pour prendre mes coordonnées. Le soir, je perds le goût et l'odorat. Ma nuit vers le mercredi est agitée, avec grosse toux, peur de ne plus pouvoir respirer. Je passe plusieurs heures au salon avec TV et quelques exercices de gym pour passer le temps. Au matin, je n'ai que 37,5°.

Toux spasmodique avec pression très forte sur le diaphragme ce qui rend la respiration pénible. A ce moment, je me dis que ça va durer un jour ou deux puis que j'irai mieux, que bientôt je serai immunisé et non contagieux. Dès 18h00 j'ai 39° Je passe une nuit cauchemardesque, la première d'une longue série.

Iris et moi avons de la chance. Nous croyant en simple confinement dû à notre âge, ne connaissant pas encore mon état, de sympathiques voisins bien plus jeunes sonnent spontanément à notre porte pour proposer leurs services. Ils nous livreront le nécessaire malgré le fait que je suis positif. Dépôt des achats derrière la porte. Nos filles travaillent à la maison. Sandra se fait notre commissionnaire principale et s'efforce de nous procurer ce qui est demandé. Merci, merci ! Mon petit-fils, en France voisine, confiné loin de tout avec ma fille et son père, m'envoie une jolie photo où il tient une pancarte faite d'un cure-dent et d'un bout de papier où il est écrit : "Sauvez les grands-parents", s'inspirant de mon intervention au printemps dernier. J'avais déambulé dans les rues de Genève lors d'une des manifestations pour le climat, avec mon petit message concocté de la même manière "Sauvez les arbres !"

Le jeudi 19, j'ai 38° le matin et des douleurs aux hanches. Un peu de goût revient, mais je n'arrive pas à manger, tout me dégoûte, tout a un goût dégueulasse dont je me souviendrai toute ma vie mais qui est indescriptible. A 22h00, ma température est montée à 39,5° Dafalgan. Le vendredi 20, J'appelle le Dr Nançoz qui me prescrit 4 x par jour 1mg de Dafalgan pendant une semaine si nécessaire, que je prends toutes les 6 heures en alternance avec du sirop Solmucalm. Mais à 21h00 j'ai 39,5°.

Le samedi 21 mars, malade depuis une semaine, je suis sans force et d'une lenteur désespérante. Alternance de Dafalgan et Solmucalm, sans grand effet. A minuit, j'ai 39,5°, une toux horrible. Je ne ferme pas l'œil de la nuit.

Dimanche 22, 38° au lever. J'appelle la "Hot line Covid-19" qui me dit de "prendre mon mal en patience !"

Solmucalm et Dafalgan se succèdent. Lundi matin 23, 38,9° caramba, encore un Dafalgan. J'appelle le Dr Nançoz qui m'envoie une nouvelle ordonnance, avec de la Novalgin, à prendre en plus du Dafalgan.

Là, je suis trop fatigué, je ne parviens plus à tenir mon "journal de Covid-19". Iris s'y colle. Elle semble avoir vaincu le monstre, sauf en ce qui concerne le goût et l'odorat qui sont encore altérés.

Le lundi 23 ma température monte à 40,5° Dafalgan à gogo malgré ma réticence. Puis prise de Novalgin pour remplacer car je ne veux pas exagérer avec le Dafalgan. Prescription d'un antibiotique, l'Azithromicine 500, à prendre pendant 5 jours vers 17h00. Accompagné de Pérentérol pour éviter les diarrhées. Sans grand succès. Mes intestins "explosent" ! Mardi 24, 39,5° Mercredi 25, entre 37,5° et 39,5°. Téléphone au Dr Nançoz qui me prescrit de la codéine pour calmer la toux. Le jeudi, 39,4°. Codéine. Vendredi 27.03. Je fais part au Dr Nançoz que j'ai le mollet gauche rouge et enflé. Je minimise la chose, disant que ce n'est rien, que ça va passer…Non, c'est du sérieux, il faut s'en occuper. Il commande une analyse de sang par Unilab. puis, alerté par le résultat, appelle le 144 qui m'envoie une ambulance pour l'hôpital. J'y arrive à 17h00 et passe par tous les postes de réception "Covid". Après quelques heures d'attente, passées à observer et entendre les nouveaux entrés presque tous angoissés, deux angiologues viennent me faire un examen du mollet, une échographie. Diagnostic : deux petits caillots bien installés dans le mollet gauche. Risque de thrombose. On me place, pour rien, mais on ne sait jamais, un cathéter avec force saignement, peut-être à cause du surmenage de l'infirmière, puis vers deux heures du matin, elle me fait une piqûre et me dit que je peux m'habiller et rentrer chez moi. Y a pas trop de places aux urgences du coronavirus, presque à chaque instant arrive un nouveau malade qu'il faut traiter. A trois heures du matin, ma fille Chloé se pointe pour me ramener à la maison où je passe le reste de la nuit à me distraire, un œil sur Koh-Lanta. Dès le samedi 28, une nouvelle ordonnance pour des seringues de Praxiforte 0,7 à injecter chaque soir pendant huit jours. Les 4 premières seront faites par des infirmières de l'IMAD. Les dernières par Iris. Je n'aime pas trop ça, mais il le faut bien. Ma tension est de 140/80, c'est encourageant ! Le dimanche 29, ma température ne dépasse pas 38,5°.

La semaine suivante, la température demeure entre 37,2 le matin et 38 le soir. Mais je ne dors jamais plus de 45 minutes car je tousse et comme je bois beaucoup je dois me lever six fois pas nuit pour aller évacuer. Et c'est douloureux. Avec la prise de Bioflorin pour reconstituer ma flore intestinale, je deviens constipé ce qui ne m'arrive habituellement jamais. Diverses analyses de sang indiquent que mon taux d'infection est peu à peu en baisse, mais que le foie souffre et qu'il faut attendre quelques jours avant que le traitement contre le risque de thrombose puisse se faire par cachets plutôt que par injections. Ce qui sera fait dès le 7 avril, par deux comprimés de Xarelto 15mg pendant 7 jours, puis un comprimé 20mg pendant trois mois !

Mais voilà que soudain, le mercredi 8 avril, j'ai beaucoup de peine à marcher, le pied droit est enflé et douloureux : je fais pour la première fois de ma vie une crise de goutte ! Prescription de Colchicine 0,5mg jusqu'au 14 avril. Glacer le pied 4 fois par jour pendant 15 minutes. Cela devrait être réglé à la fin du traitement, mais cela nécessite tout de même une analyse d'urine. Unilab à nouveau. Et voilà Pâques, constipé depuis jeudi, confiné depuis plus de trois semaines, j'ai de fortes douleurs. Chaque fois que les douleurs sont insupportables et que je crois pouvoir enfin aller me vider, ce sont des litres de gaz, inodores, ai-je récupéré l'odorat ou pas, qui s'échappent. Mais ouf, la crise de goutte devient moins douloureuse, je peux à nouveau me déplacer sans être torturé.

Je ne tousse plus que lorsque je fais des efforts en me baissant ou en me mettant à table, et bien sûr au moment du coucher. Sans doute à cause du stress. Ma température alterne toujours autour de 37,5° Matin et soir. J'ai repris goût à la lecture et je passe une heure ou deux de mes longues nuits à lire. Après quelques pages, je m'endors assis, lumière allumée et lunettes sur le nez. Mais ça ne dure que quelques minutes : vite, aux WC à nouveau !

Je suis inquiet depuis le test du 16 mars car du sang coagulé ou légèrement liquide sort de mes narines lorsque je me mouche. Et si je reste un moment la tête en arrière, je crache du sang, qui coule derrière dans la gorge, comme un rhume J'ai idée qu'une blessure a été faite lors du test. A voir. Et bien sûr, le médicament anti-thrombose doit avoir son importance dans ce saignement.

Mardi, je dois appeler le Dr Nançoz car il faut procéder à une nouvelle analyse de sang, pour contrôler le taux infectieux et les enzymes du foie. Si j'ai cessé de tousser depuis 48 heures, je pourrai me rendre à son cabinet masqué pour le prélèvement, sinon, Unilab reviendra me piquer le mercredi. J'espère que je vais pouvoir aller au cabinet médical de Moillebeau, sortir un peu me plairait bien, et Iris m'y accompagnerait.

Quelle femme j'ai. ! Quelle énergie ! Après avoir récupéré du virus, elle est incroyable.Elle a fait tous les nettoyages de printemps plus qu'à fond, toutes les armoires, les vitres, le balcon. Elle va à son jardin chaque jour, à la marche ou à vélo électrique, elle a même été faire les courses dans le centre commercial de Balexert où l'atmosphère n'est pas à la rigolade. Elle nous concocte des plats qui pour la plupart sont mes préférés. A fait un gâteau d'anniversaire au chocolat pour notre fille, de petits lapins en pâte à tresse pour le brunch de Pâques. Moi qui suis complètement crevé, je perds encore du poids ces jours, je ne fais plus que 70,2 kilos, je suis en totale admiration devant son attitude et je dois dire que j'ai un peu peur de ne pas être capable de m'approcher de son niveau, ni d'ailleurs de celui qu'était le mien avant cette saloperie de pandémie. Le treize au soir, le bouchon de mes intestins cède enfin après une petite tricherie de ma part. J'ai introduit un peu de crème anti-hémorroïdes dans mon anus, et j'y sens un bouchon, un caillou rugueux et dur, dur. Quelques heures plus tard, le bouchon cède enfin, me libérant de douleurs jusqu'alors inconnues de moi, car je n'avais jamais de ma vie été constipé, et ceci pendant cinq longs jours. Angoissé, je craignais déjà une obstruction intestinale.

Aujourd'hui, mardi 14 avril, je téléphone au médecin disant que je me sens capable d'aller à son cabinet pour la prise de sang à effectuer. Vingt minutes de marche aller, idem au retour, 3km, alors que je n'ai plus marché depuis un mois, bras dessus, bras dessous avec Iris. Elle profite d'aller faire quelques courses pendant la consultation. De mon côté, ça va ! Le Dr Nançoz est très heureux de me voir. Il me dit que je m'en sors merveilleusement bien. Que son pronostic n'était pas forcément aussi favorable ! Miraculé ? Peut-être pas, mais pas loin. Maintenant, on va essayer de me laisser dormir en espaçant les levers nocturnes dus à mon système urinaire stressé, un traitement qui va durer 10 jours est entrepris. Un médoc de plus, moi qui ne jurais que par l'homéopathie, qui ne prenais pas d'antidouleurs, même après une opération, qu'elle fût du genou ou de la hanche ! Dommage, il me faudra attendre le 15 au matin pour commencer. Mais Dieu que je me sens mieux ! On me remet une carte que je devrai toujours avoir sur moi, une carte "patient anti coagulation", indiquant que je suis en traitement anticoagulant Xarelto, à montrer à chaque médecin ou dentiste ou toute personne présente en cas de coup dur. Et si je subis de forts saignements je dois alerter illico mon médecin ou les urgences ! D'autre part, le docteur Nançoz estime indispensable que je me rende chez mon oto-rhino pour faire cautériser deux petites artères dans ma narine gauche. Ce sera fait par le docteur Bang le mercredi 15 après la pose d'un tampon analgésique. Une cautérisation au nitrate d'argent qui diffuse une douleur comme une poussée de sinusite, une violente névralgie dans les gencives, la mâchoire, qui finit par s'estomper après quelques minutes. Une nouvelle pommade pour mon nez sur ordonnance fait le bonheur de la Pharmacie du Bouchet ! Mais voilà que cette pommade fait que mon nez encore douloureux coule comme la Pisse-Vache. La douleur irradie les mâchoires. Et le cauchemar se poursuit. Pas dormi à cause de cette névralgie qui prend toute la tête. Et j'ai la bêtise de ne pas avaler un comprimé de Novalgin, de peur qu'un médicament de plus ne complique encore la situation. Stressé dans la nuit je ne me sens pas capable de consulter sérieusement les conseils d'utilisation de toute cette pharmacie.. Au matin, à bout de nerfs, je cède aux conseils d'Iris et avale un comprimé. Une demi-heure plus tard, le mal disparaît.

Malgré mon appétit qui me semble revenu, je perds encore du poids : 69,7 kilos, une plume ! Je suis semblable à l'albatros de Baudelaire, exilé sur le sol, faible et maladroit. Depuis cinq semaines pendant lesquelles je n'ai dormi que par tranches de 45 minutes, je ressens un peu ce que subissent les navigateurs vedettes qui font le Vendée Globe ou La Route du Rhum en solitaire. Au moins, côté sommeil, je serai entraîné ! Métier difficile qui parfois peut enlever toute lucidité devant un danger, au moment du réveil.

En ce vendredi 17 avril, ça fera cinq semaines demain, je veux pouvoir m'écrier :"Ouf, je crois que c'est bon, que j'ai vaincu le monstre. Le temps est venu de me reconstruire , me requinquer, il me faut récupérer trois kilos de muscles, du souffle et de l'envie. Et faire mon possible pour laisser les trois kilos de gras où ils sont !" Pour cela je pratique une vingtaine de minutes de vélo d'appartement et quelques exercices de gainage musculaire en m'efforçant de récupérer ma capacité respiratoire.

Mais non, ce n'est pas encore bon ! La cautérisation a-t-elle été efficace ? En tous cas, mon nez saigne encore. Et après m'être raclé la gorge, je crache du sang, liquide ou en croûte. Ce n'est pas vraiment rassurant. Toutefois, je suis heureux de dire que je revis enfin. Ce matin j'ai fait une balade de 4 kilomètres, pas mal !

Merci et encore merci à tous ceux qui m'ont aidé et soutenu. Iris, mes filles et petit-fils, l'excellent docteur Olivier Nançoz, mes voisins, mes amis et connaissances qui ont souvent pris de mes nouvelles, les infirmières cools de l'IMAD et tous les remarquables et dévoués membres du corps médical.

Je me dis que cette fois, je vais vers des jours meilleurs et me vient en tête, venu de je ne sais où, le titre que je n'avais pas imaginé jusqu'alors pour nommer mon récit :

**KO, vidé, mais vivant !**

Alors que je me réjouis de mon évolution, le confinement se poursuit et un peu partout des gens, jeunes ou âgés, commencent à en souffrir. Et la question se pose de plus en plus fréquemment, faut-il risquer mourir de la maladie ou se laisser mourir d'ennui…? Non, nous devons être optimistes et nous persuader que bientôt le virus va bouger, marre d'être confiné sur Terre, aller se frotter au soleil et s'y consumer.