

L'histoire du vase et de la goutte

Mercredi ,

Nous mettons une césure à notre croisière-plongée en débarquant sur une île provençale, histoire de mettre en opposition le roulis de notre amarinage et la stabilité d'une terre que l'on ressent aujourd'hui , plutôt molle .

Je suis assis tranquille, avec mes preux compagnons à la terrasse d'une paillote, en sirotant une glace rafraîchissante. D'autres sont partis marcher sur les sentiers caillouteux bordés de cicadidae¹ chantantes et vibrantes , d'autres se sont écartés pour partager, loin du groupe un instant de tête à tête....

Dix neuf heures, il est temps de rassembler tout le monde et de monter dans l'annexe afin de regagner le bateau où un solide repas nous attend.

La première à embarquer fut Scarlett², aidée par l'appui du marin-cuistot, elle met le pied droit sur le filet antidérapant, met le pied gauche sur le plancher, lâche la main du matelot mais n'a pas le temps de retrouver son équilibre et finit par embrasser le boudin noir qui nous sert d'assise, cette magnifique pirouette s'accompagne d'une foulure à la cheville gauche et d'un choc sur la rotule droite; son genou développe rapidement un grain de raisin aussi bleu et aussi gros que le muscat qui agrémentait la salade de fruits de la veille. Saisie par la douleur, Scarlett finit par s'asseoir et attendre plus que sagement la fin de l'embarquement. Tout le petit monde étant installé, le capitaine prend la barre, manœuvre et s'écarte du ponton.

Afin d'équilibrer les masses et de faciliter l'avancée de l'esquif, le capitaine nous demande de faire une translation horizontale vers l'arrière. C'est à ce moment que Scarlett ne sait répondre à cet ordre simple; a t elle le postérieur si collant qu'il adhère au caoutchouc du pneumatique ? , n'a t elle simplement pas envie d'obéir ? (*Les filles de son âge c'est comme ça, un jour ça sourit , un jour ça bougonne*), ou est elle trop fatiguée pour se mouvoir ? quoiqu'il en soit son regard du moment et l'aspect vitreux de ses yeux , me rappellent ceux de l'epinephelus marginatus³ vu le matin même. Ce serranidae fut tellement surpris que son oeil hagard traduisait la stupefaction de nous voir traverser son espace de repos. Nous comprenons que le petit trajet nous conduisant au bateau sera une dure épreuve pour Scarlett qui n'est avec nous que physiquement, un sursaut de conscience fait son apparition en nous demande pourquoi on la secoue., mais rapidement elle retourne poursuivre son histoire onirique.

Après une manœuvre d'accostement d'urgence nous débarquons la rêveuse et appelons le premier pompier venu. Muni de ses valises: oxygène, trousse de réanimation, sac gonflé à bloc d'ustensiles divers ... copieusement garni, il se fait pourtant montre d'avarice pour les ouvrir, ce jeune cowboy qui a l'aspect d'un peau rouge , est tout de bleu vêtu, (on ne peut pas l'ignorer au milieu des autres en tenue de plage), il arbore une couleur de visage très proche de celle du Scorpaena scrofa⁴ surtout lorsque celui ci reçoit le faisceau de mon phare de plongée ; c'est comme si tout le soleil se concentre sur l'unique partie du corps qu'il laisse aborder par les UV A. Je compris un peu plus tard le secret de ce teint domanial de la courtade⁵. Ce chapon...pier nous montre ce qu'il sait faire, il met en place un

¹ La famille des Cicadidae est une famille d'insectes de l'ordre des hémiptères, hétérométaboles (seule la dernière métamorphose sera complète). Le nom vient du grec kiccós (membrane) et de ado (chanter). Il s'agit de la famille des cigales.

² Prénom fictif de l'histoire afin de respecter l'anonymat des protagonistes. Autant en emporte le vent du narrateur

³ mérou brun de Méditerranée

⁴ Chapon

⁵ Vignoble de Port Cros

tensiomètre et clame 13/6 ce qui ne correspond pas du tout à la réalité clinique du cas. C'est à ce moment là que j'interviens en saisissant les jambes de Scarlett afin de les surélever sur mes genoux fléchis, ce qui facilite un retour veineux toujours bénéfique dans ce qui semble être un malaise vagal.⁶

“Cela ne sert à rien” hurle le jeune papio hamadryas⁷. Je fais cesser cette mascarade en obturant fermement mais efficacement le caquet de ce cercopithecidae⁸ et lui décoche un cinglant : “je suis médecin”, je comprends aussitôt qu'il peut passer du teint de la garance ouzbek⁹ au cramoisi du *Dactylopius coccus*¹⁰ mexicain sans que cela ne se voit. Reprenant ses esprits, Scarlett se demande pourquoi elle se retrouve jambes en l'air sous l'œil bienveillant de ses camarades de croisière avec des sourires ravis de la voir quitter ce teint gris métallique et regagner peu à peu de la puissance dans l'échelle des roses sur le colorimètre des zygomats¹¹

À cet instant le médecin de l'île prévenu de notre déconvenue, arrive dans sa “doc-mobile” électrique, sandalettes de séminariste, short colonial qui ventile l'entre jambe, maillot de corps blanc rayé de bleu, barbe blanche, mallette noire à la main ; il cerne rapidement la situation et mène un interrogatoire visant à éliminer une à une les causes de ce malaise. Dès lors nous apprenons que :

- Scarlett avant d'embarquer venait de gober deux mojito¹² locaux !!

Aux dires du doc, les cocktails sur cette île sont largement dosés, et lui même.....mais on s'en fout !

-Au moment des faits, Scarlett est à jeun.

-Bien que monitrice 1^o degré elle a fait une plongée profonde le matin (plus de 40m) et une autre l'après-midi (plus de 25 m), nous apprendrons plus tard que cette journée fait suite à trois autres journées où on pouvait trouver (a posteriori sur son carnet de plongées) : une première plongée dite de réadaptation à 44 m !!, puis une suivante à 30m, le lendemain des plongées inversées, 30m le matin, 40 m l'après midi !! heureusement les intervalles étaient toujours de six heures ce qui limite les dégâts. Quoiqu'il en soit Scarlett avoue seulement maintenant une fatigue tant physique que psychologique et ce, dès son arrivée sur la croisière.

Scarlett reprend ses esprits et un petit peu de vigueur, sa tension est confirmée plusieurs fois et frôle les 9/6, l'oxymètre montre des oscillations entre 94% et 97%, la glycémie au doigt affiche 0,94g/l. L'examen neurologique sommaire est rassurant.

Estimant que ce malaise a été déclenché par une douleur osseuse aigue et que, loin de manifester des signes de décompression, elle peut regagner le bateau de croisière, notre équipage entame un embarquement. Rapidement nous sommes suivis par l'esquif de

⁶Le malaise vagal, aussi appelé lipothymie vagale, choc vagal ou syncope vaso-vagale ou vagale s'il y a perte de conscience, est un malaise dû à une activité excessive du système nerveux parasympathique via la X^e paire de nerfs crâniens appelée nerf vague. Ce malaise est la traduction d'un ralentissement du rythme cardiaque ou bradycardie associé à une chute de tension artérielle, aboutissant à une hypoperfusion cérébrale.

⁷ Babouin de Guinée caractérisé par des fesses très rouges

⁸ Famille et sous famille de la classification du babouin de Guinée

⁹ Plante de la famille des rubiacées dont les racines sont utilisées pour leur capacité à teindre les textiles en rouge vif, on peut trouver cette plante en Ouzbékistan

¹⁰ Cochenille : insecte hémiptère parasite sessile se nourrissant de l'humidité et des nutriments du cactus *Opuntia*. Son usage alimentaire est connu comme : colorant E 120

¹¹ L'os zygomatique ou zygoma (anciennement os malaire) possède un corps correspondant au relief palpable de la pommette.

¹² Cocktail cubain à base de rhum, citron vert et menthe, et de quelques gouttes d'Angostura (*Angostura*) qui est un assaisonnement de couleur brune de 44 °. concentré d'essences, fabriqué à Trinidad, préparé à partir d'une formule secrète qui allie épices, extraits de plantes, herbes naturelles, d'écorces d'orange, substances amères et aromatiques.

secours invitant, le doc à barbe blanche, le pompier aux zygomatocarbines et le surveillant de baignade local qui pilote le “ zouzou ” du Conseil Régional , il porte un talkie walkie en appui sternal, et affiche le sourire et le visage du jeune sphyracène¹³ local.

Arrivés à notre bateau de croisière, tout ce beau monde est invité à partager un pot de courtoisie.

À ce moment, nos visiteurs se mettent immédiatement à l'abri de la fraîcheur vespérale qui enrobe peu à peu tous les bâtiments qui mouillent dans cette anse abritée.

Ils ont complètement oublié Scarlett à qui nous apportons une couverture, de l'eau, du sucre et des paroles de réconfort.

Pendant ce temps, le doc sirote un verre de boisson NON alcoolisée contenant du cola(après le rapport qu'il a fait sur les effets de la boisson cubaine !!), le pilote du zouzou dilate sa pupille gauche sur une boisson locale anisée à laquelle la plupart des gens du cru ajoutent beaucoup d'eau.....pas lui, un glaçon dédouane l'absorption d'alcool pur, quant au pompier, sans doute amoureux des chevaux, tel un étalon sentant la saillie proche, arbore de magnifiques joues baies¹⁴ et tient à la main un verre de vin rosé du capitaine : ils papotent à propos du bateau , des croisières, de la météo, de la mer Ils en oublient sûrement pourquoi ils sont venus . Le dernier “slurp ” résonne dans la gorge du soldat du feu cardinal ¹⁵ , cela signale à la brigade ¹⁶ angélique qu'il est temps pour eux de regagner leur île car d'autres urgences peuvent à nouveau interrompre l'apéro qu'ils avaient mis de côté avant qu'on ne vienne les “bousculer ” ; heureusement les chips peuvent attendre.

Nous passons enfin à table, Scarlett sous la surveillance attentive d'Hamilton son compagnon , boit , boit , et reboit de l'eau et recharge ses batteries sucrières avec des pâtes et du pain. Le repas est long pour elle car la fatigue, l'émotion et le cuivage en cours font leurs effets sur l'appel de Morphée.

La nuit s'est installée pour tous et si Scarlett et Hamilton scient du bois toute la nuit, ce n'est pas ce que l'on croit...., leurs luettes ramollies et leurs langues flasques et pâteuses n'ont plus la force de laisser passer un air serein, le doux écoulement d'une circulation fluide laisse aussitôt la place à un ronflement appuyé d'un air qui a du mal à pénétrer lors de ce qui ressemble à une inspiration jusqu'aux bronches nicotinées, sans compter le raclement glaireux de l'air chargé de carbone qui se fraie un chemin dans un mouvement saccadé expiratoire. Ces freins respiratoires provoquent une hyperpression thoraco-abdominale qui participe pour une large part à un autre dégazage celui de la région ano-rectal, sonore et savamment nourri.

Jeudi,

La nuit a porté conseils et c'est l'heure du bilan. Je tente d'expliquer à Scarlett et Hamilton l'anamnèse¹⁷ de cet accident de plongée, car c'en est un, qu'on le veuille ou non.

Le malaise survenu hier est le résultat de deux choses :

Une goutte d'eau d'une part et un vase déjà trop plein d'autre part.

La goutte d'eau : le choc rotulien et le traumatisme articulaire de la cheville suffisent pour déclencher un phénomène douloureux syncopal c'est l'expression du malaise vagal.

Le vase quant à lui a été chargé par plusieurs facteurs :

- la fatigue : psychique et physique dès le début du séjour,

¹³ *Sphyracène barracuda est une espèce de poisson carnivore de grande taille . Le corps du barracuda est allongé, avec une mâchoire inférieure de grande taille et des dents en forme de croc*

¹⁴ *Bai ,en hippologie, est l'une des couleurs de robes chez le cheval : c'est une couleur tirant sur le brun rouge.*

¹⁵ *Le rouge cardinal est un rouge soutenu, qui vient du nom de la robe que porte les cardinaux catholiques. Il symbolise le sang versé par le Christ.*

¹⁶ *Référence à : Alerte à Malibu (Baywatch) qui met en scène les mésaventures de la brigade de sauvetage du comté de Los Angeles.*

¹⁷ *L'anamnèse (en grec « souvenir ») est le récit des antécédents.*

- l'amarinage qui perturbe l'équilibre du corps, via l'oreille interne,
- la récente période menstruelle qui peut perturber la femme, cet être si fragile,
- la surconsommation d'alcool : apéro le midi, vin à table, bière au goûter, apéro le soir, vin à table, pousse café à discrétion !!!!
- la présence du soleil qui invite tel un Malpolon monspessulanus ¹⁸ à rester inactif sur le ban de bois, pour haler une peau qui recharge des calories ,
- la pratique de la plongée en scaphandre qui contribue à solliciter les réserves énergétiques du corps : faire des efforts pour s'habiller au soleil, supporter l'eau fraîche en surface et l'eau froide en profondeur, assurer un exercice physique de palmage, respirer un air détendu sec et froid, faire des efforts de remontée à l'échelle, faire des efforts pour se déshabiller au vent, récupérer le temps de la désaturation à l'air.

Quels sont les **mécanismes** reconnus à postériori :

- Fatigue et méforme physique (manque d'entraînement, règles, mauvais sommeil..)
- Troubles psychologiques du moment (stress , conflits divers...)
- Consommation par excès de tabac (ne facilite pas une bonne ventilation nécessaire à la désaturation du plongeur)
- Alcoolisation immodérée chez une personne pratiquant une consommation régulière (la détoxification alcoolique demande de l'énergie et perturbe l'organisme en général) la chute sur l'annexe était sans doute l'expression d'une ivresse aigue
- Déshydratation (phénomène commun aux accidents biophysiques, biochimiques, endocriniens. Phénomène complexe que l'on retrouve dans beaucoup d'accidents et dont l'alarme qu'est la soif n'est, hélas, qu'un élément toujours tardif)
- Alimentation énergétique à équilibrer par chacun selon ses efforts et mises en situation de consommation : efforts physique, essoufflement, froid...

Cette liste n'est pas exhaustive mais dans ce récit réel ce sont ceux qui auraient du faire penser au remplissage du vase.

Quels sont les éléments de **prévention** à retenir et à conseiller pour l'avenir de Scarlett et Hamilton, paroxysme et symboles de ce que chacun peut connaître un jour ou l'autre : passer par un état limite de forme qui doit nous conduire à penser et à choisir dans cette alternative: "j'y vais ou j'y vais pas ?"

Repos et forme physique

- Préparation physique régulière pour supporter des efforts de palmage par exemple
- Adaptation du profil de plongée selon son âge, sa forme, le moment.
- Savoir renoncer à une plongée si on ne la sent pas !
- S'informer des indications données par les tables préférentiellement à celles affichées par les ordinateurs
- Assurer une qualité de sommeil qui doit être réparateur du physique et du mental

Eau

- Hydratation adaptée aux pertes dues au chaud, au froid, aux efforts musculaires...sans attendre d'avoir soif . Pisser clair peut être un indicateur de bonne hydratation.

¹⁸ Couleuvre de Montpellier.

Attention à la prononciation et à l'orthographe de cet animal qui peut contre-péter. Malheureusement il y a peu de chance de réaliser un scrabble avec ce mot là. NdA

- Modération dans la consommation de boissons alcoolisées : un verre ça va, trois verres..... bonjour les dégâts !!!

Oxygène

- Modération sur l'usage de tabac. La fonction respiratoire est la source d'apport en oxygène pour l'organisme et toutes les affections infectieuses, chimiques ou physiques altèrent des échanges gazeux vitaux.

Sucre et vitamines

- Une alimentation équilibrée recharge les piles énergétiques du plongeur ainsi prêt à affronter les rigueurs d'une pratique qui exige un minimum qui se doit d'être un maximum, face à des éléments qui ne se plient pas à notre bon vouloir. Il n'y a que Samantha¹⁹ qui peut d'un frémissement nasal modifier ce que bon lui semble.

Ce récit est le reflet d'une histoire vraie à classer aujourd'hui dans la rubrique "aventures" alors que tout pouvait déclasser ce récit et le conduire dans la rubrique « mélodrame ».

Bob .

¹⁹ *Ma Sorcière Bien-Aimée (Bewitched)* est une série télévisée américaine où Samantha, membre d'une éminente société de sorcellerie, a vécu pendant plusieurs siècles loin des humains. Un jour, cette ravissante sorcière tombe amoureuse et épouse Jean-Pierre Stephens, un mortel qui travaille dans l'agence de publicité mcmann et Tate.