

## Après un accident,

Un jour, c'est l'accident, le coma, et on se réveille la mémoire en miettes. Il va falloir réapprendre tout : marcher, le nom de ses amis, le sens de certains mots... Un long travail de réadaptation. Témoignages.

**A**près un traumatisme crânien ou un accident vasculaire cérébral, le cerveau a souffert. Les lésions sont irréversibles. Mais le cortex humain est capable de se réorganiser pour contourner les difficultés, du moins en partie. C'est ce qu'on appelle la "plasticité cérébrale". De nouveaux réseaux de neurones s'activent dans les régions du cerveau qui ont été préservées. Ainsi, les meilleurs progrès sont constatés dans les trois à six mois qui suivent l'accident. Après, tout n'est pas figé pour autant. Mais l'amélioration est plus lente. L'hôpital Raymond-Poincaré, à Garches (92),

reçoit beaucoup de ces accidentés dans son service de médecine physique et réadaptation. Ici, la prise en charge des troubles de la mémoire est une œuvre collective. Le psychologue s'intéresse surtout à la mémoire autobiographique : les souvenirs personnels. L'orthophoniste stimule les apprentissages (mémoires épisodique et sémantique). Le kinésithérapeute travaille sur les gestes automatiques, par exemple ceux de la marche (mémoire procédurale). L'ergothérapeute met en place de nouvelles stratégies. « *La mémoire ne se rééduque pas au sens "musculaire". Elle se réadapte en apprenant au patient à compenser ses*

### TÉMOIGNAGE

Émilie Bouchet, 23 ans

« On a tous une seconde chance »

« J'ai eu un accident vasculaire cérébral (AVC) le 29 novembre 2004. Je venais d'avoir 18 ans. J'ai ressenti un gros mal de tête, je n'arrivais plus à parler et j'avais des nausées. La suite, je n'en ai aucun souvenir.

À mon réveil, on était en hiver. J'avais oublié des tas de choses. Par exemple, je ne reconnaissais plus ma petite-nièce née une semaine avant mon AVC. Mes amis ont collé des photos au mur avec leur nom dessus pour m'aider à me souvenir d'eux.

J'avais oublié tous mes cours et même l'alphabet. Je venais d'avoir mon bac et il fallait que je reprenne tout à zéro ! Mais j'ai très vite recommencé à lire. Pareil pour marcher. Au début, j'avais du mal à me rappeler quel pied il fallait avancer en premier. Aujourd'hui, je porte des talons et je cours sans problème. J'espère démarrer un CAP d'esthétique... J'ai encore des difficultés à graver dans ma mémoire ce que j'apprends. C'est long et fatigant, mais on a tous une seconde chance. »

Mes amis ont collé leur photo avec leur nom dessus pour m'aider à me souvenir d'eux

