Un conseil opportun

Partage international nº 424 – Décembre 2023

Le 18 octobre, lors d'un cours de natation aérobic, je constatai que mon corps ne fonctionnait pas – mes doigts ne voulaient pas lâcher la corde à laquelle je m'accrochais. Je réalisai alors que je devais sortir de la piscine et rentrer chez moi. Debout sur les marches de la piscine, ma main n'arrivait pas à s'accrocher à la balustrade. Mes jambes me lâchèrent et je retombai dans l'eau, d'une profondeur de 1 à 1,20 m. J'étais tellement désorientée que je n'arrivais pas à déterminer le sens de la remontée et je me dis : *« Est-ce que c'est ça se noyer ? »* Une voix dans ma tête m'a répondu *« oui »*. La voix me dit alors de ne plus ouvrir la bouche et de ne plus avaler d'eau, sinon je mourrais. Puis elle ajouta : *« Les secours arrivent ! »* Au bout d'un temps qui m'a semblé très long, l'instructeur me sortit de l'eau en me demandant de respirer d'une voix très forte. A l'hôpital, les médecins déclarèrent que si j'avais eu davantage de liquide dans les poumons, je n'aurais pas survécu. Je dus être hospitalisée pendant quatre jours pour m'assurer que l'eau était bien sortie des poumons. Plus tard on m'indiqua que j'avais subi un mini-AVC, appelé AIT (accident ischémique transitoire), qui avait empêché mes mains et mes jambes de fonctionner ou de suivre les ordres que je leur donnais. Je suis très reconnaissante de l'aide que j'ai reçue ce jour-là car, la semaine suivante, j'étais encore là pour fêter mon 81e anniversaire.

C. M., San José (Californie)

Date des faits : 18 octobre 2023
Thématiques :
Rubrique : Courrier des lecteurs