

MORT AU DOUGLAS : UNE HISTOIRE D'ELECTROCHOCS

Je n'ai honte de rien, et si quelqu'un quelque part doit éprouver de la honte à propos de cette affaire, ce n'est certes pas moi, la victime, mais ceux qui supportent encore cette épouvantable pratique qui consiste à faire passer du courant électrique pendant près de deux secondes dans la tête de leurs semblables. Voici mon témoignage sur une pratique d'enfer qui continue de sévir avec la bénédiction de l'État dans les unités psychiatriques.

Je rentrais d'un congé de maladie que j'avais passé pour l'essentiel à aimer ma femme et à fouiller des histoires, celles qu'on vous cache. Je m'en fais depuis longtemps une spécialité. Je ne connais aucun camarade dans ce pays qui ait comme moi l'expérience de la répression, celle de la psychiatrie comme celle des prisons, quoique aucune accusation n'ait jamais été retenue contre moi. J'ai passé des années là-dedans.

À mon retour au travail, en avril-mai 2005, j'avais retrouvé une drôle d'ambiance, bien différente de celle que j'avais quitté, moi qui m'étais esquiné pendant des années pour représenter mes collègues et les défendre comme délégué syndical, agent de grief, et tout ce genre de choses. Ils m'apparaisaient bien à plat ventre, la peur aux tripes, et ils semblaient tous un peu gênés de m'avoir proprement laissé tomber un an plus tôt après que je me sois battu pour eux comme un lion. Je vous raconterai le détail ailleurs. Rapidement, mon moral s'était effondré : la routine, la répression, l'autocensure, le rythme infernal du travail, je n'étais plus fait pour ça. On était en juin quand mon psychiatre qui me suivait depuis dix ans, tenta de freiner la chute en me prescrivant de la lamotrigine, un nouveau régulateur d'humeur plein d'effets secondaires. Sa prescription coïncida avec notre déménagement, ma femme et moi. J'étais alors encore capable de m'occuper un peu de mes deux enfants nés de deux autres lits, mais ça n'allait pas durer. Fin août 2005, je commençai à éprouver des problèmes d'équilibre, je me cognais dans les murs, puis la dépression me frappa de plein fouet et je cessai de travailler. Les mois passèrent, et passèrent encore, et chaque jour pour moi était devenu une torture. La faculté de converser, d'avoir des idées, de parler, tout ça s'effaça. Ma femme faisait tout son possible, notre mariage avait à peine un an. Le psy tenta bien un antidépresseur, le welbutrin, mais il était trop tard, je souffris d'intoxications diverses aux médicaments. À Noël, je fus hospitalisés d'urgence à deux reprises : une chute dramatique de plaquettes sanguines, une intoxication à la bactérie E-Coli. Janvier, février, mars, les symptômes empirèrent et je devins franchement suicidaire. Je perdis la capacité et le plaisir de raconter des histoires à mon fils de six ans, de converser avec ma fille de seize ans, je perdis aussi toute joie de vivre. Le psy cessa toute prescription; le message était clair, je devais me faire hospitaliser. J'allai à l'Hotel-Dieu, neuf semaines passèrent pendant lesquelles ma femme rénouvait la maison, plantait des fleurs partout pour faire jaillir un sourire en moi qui en était incapable. On tenta l'Effexor, un antidépresseur qui fit long feu, finalement je sorti de là sur le Ritalin, aussi dépressif qu'à mon arrivée. On était début juin quand mon psy me suggéra les électrochocs; beaucoup plus jeune, j'en

avais reçu quatre assortis d'une pelletée d'antidépresseurs pour me remettre d'un viol subi par un flic à la Centrale de police de Montréal : le mur s'était fissuré, j'avais remonté la pente. Alors, pourquoi ne pas tenter les chocs, de nouveau, d'autant que j'étais terriblement suicidaire? « Je vous garantis que vous allez retrouver vos facultés, » m'assura le docteur.

« Respirer à fond monsieur ... » L'inhalothérapeute me posait le masque sur le nez, que je me fasse une réserve d'oxygène. J'en aurais besoin tantôt quand, plongé dans l'inconscience, le courant électrique provoquerait chez moi une crise d'épilepsie d'une minute ou deux, des convulsions pendant lesquelles je ne respirerais pas.

« J'envoie les petits médicaments pour vous préparer au sommeil ». Lui, c'était l'anesthésiste. Je venais de passer un mois au Douglas à attendre qu'on en ait terminé avec une batterie de tests destinés à déterminer si mon cœur, mes organes seraient capables de subir les électrochocs. J'étais le seul patient de tout l'hôpital qui devait cet été là en recevoir. Aucun traitement, aucune thérapie n'était venue entre-temps me soulager de quoique ce soit. Donc, on avait finalement commencé à me rouler ce matin-là jusqu'à la salle des chocs, le long des interminables souterrains qui courent sous le campus de l'Hôpital psychiatrique Douglas, dans Lasalle. Auparavant, avant que je ne quitte le Centre de psychiatrie communautaire 2 (le CPC 2) jusqu'à la salle des chocs, on m'avait piqué avec un relaxant musculaire et gelé au largactil. Je ne dormais guère, la veille des chocs. Je m'éveillai une vingtaine de minutes après le traitement, la tête remplie d'acouphènes qui n'allaient plus me quitter pendant des mois et des mois, de jour comme de nuit. Mon dernier souvenir portait sur le psychiatre qui s'était amené en fond de salle pour m'administrer le courant. Les infirmières sur place me glissèrent un Ensure, me demandèrent quel jour on était (je ne savais plus), comment je me sentais (vachement assommé) puis on me roula de nouveau jusqu'au CPC 2, que je finisse par déjeuner. Les maux de tête, on me les soignait au Seroquel, un antipsychotique qui vous fait à peu près le même effet que si on vous enlevait la moitié, les trois-quarts de votre pensée. Les jours, les semaines, les chocs passèrent. Chaque jour, je téléphonais ma femme qui était très alarmée devant les symptômes de plus en plus graves qui m'assaillaient : les terribles maux de tête, la confusion mentale, les pertes de mémoire, toutes ces incapacités qui m'assaillaient et me décourageaient encore plus. J'étais à peine capable de converser une minute, une minute et demie avec elle ou avec mon petit garçon, et non sans un stress énorme, de loin en loin. Un jour, ma femme m'expliqua qu'il fallait que je rentre à la maison, que ça n'avait aucun sens de me faire démolir comme ça. De moi-même, je ne savais plus, je ne croyais plus en rien sauf en mon mal de tête et dans la certitude que je sortirais jamais de ma dépression, que j'étais fini, complètement fini. Donc, je rentrai à la maison quelque part vers la mi-août, totalement, mais totalement sonné, stupide, le QI à zéro.

« Vous allez beaucoup mieux monsieur », m'assura mon infirmière... Je n'avais jamais été aussi mal. Tous savaient au Douglas que j'étais suicidaire au dernier degré.

Ma femme avait rénové, frotté, elle avait mis des fleurs partout, elle cuisinait les meilleurs repas possibles, rien n'y faisait. Dès midi, chaque jour, j'étais assommé par les maux de tête que je gelais comme je pouvais à grand renfort de Seroquel, lequel

médicament achevait de me rendre encore plus stupéfait que les chocs m'avait laissé. Je ne voulais plus voir personne, je ne pouvais plus parler à personne, même à mon petit garçon, même à ma belle adolescente. Les acouphènes me réveillaient en pleine nuit, sifflant tout ce qu'ils pouvaient vingt-quatre sur vingt-quatre, des mois durant, dans ma tête vide et remplie de plomb. Le soir, je me couchais à 21 heure, ma femme venait se coller un peu contre mon corps qu'elle trouvait tout froid, je projetais de plus en plus de me tuer. En septembre, elle subit l'hystérectomie. Après tout ce qu'elle avait fait pour moi, je me devais de retarder un peu mon projet et de l'aider. Je fis ce que je pus dans les circonstances. Je l'aimais, je l'aimais tellement, mais je savais, j'étais certain que j'étais fini. Au Douglas, d'ailleurs, ils étaient prêts maintenant à me prescrire des médicaments contre l'Alzheimer, ils se proposaient de calculer l'ampleur de mes pertes cognitives. Absolument rien pour me donner espoir. En octobre, j'amenai ma femme chez le notaire, pour que l'on fasse nos testaments; maintenant, je planifiais le pire. J'en parlai un peu avec mon psychiatre, à qui je suggérai de tenter de me mettre sur le Manerix, un vieil antidépresseur, un truc qu'on n'avait pas encore essayé sur moi. Il trouva bonne la suggestion; de toute manière, il ne savait pas quoi faire de moi, c'était évident. Je lui racontai, pour le testament, les idées suicidaires, les projets... En ces temps-là, je cherchais les ponts suffisamment hauts, je magasinai des conduites pour amener les gaz d'échappement de ma voiture jusque dans l'habitacle, bien sûr que je ne lui racontais pas tout ça, non plus qu'à ma femme.

Un matin, elle alla en ville faire des emplettes. On était le 14 octobre. La veille, elle m'avait cuisiné une fondue bourguignonne pour me faire plaisir, elle s'était placée des fleurs dans les cheveux, elle était belle comme tout, et moi dans mon cœur je lui faisais mes adieux. Il était à peu près 10hr du matin, ce matin-là, quand j'avisai la longue laisse du chien sur la galerie arrière. Je ne voulais pas que ma femme soit la première à trouver mon corps. Je fis un nœud coulant, grimpai sur une petite table basse, me passai la laisse autour du cou et donnai un grand coup de pied sur la table. Je ne voulais plus penser à elle que je laissais, aux enfants que j'abandonnais. Je n'avais laissé qu'un petit mot sur la table : « je ne veux plus vivre ainsi diminué... Pardonnez-moi. » Je perdis immédiatement conscience.

C'est peut-être bien les acouphènes, ces terribles sifflements qui m'ont réveillé quatre heures plus tard, aux Soins intensifs de l'hôpital. J'avais terriblement mal à la gorge, au cou qui était horriblement enflé, on m'avait branché sur un respirateur artificiel et lié les mains pour que je n'enlève par les tuyaux qui se rendaient jusqu'à mes poumons. Le docteur m'expliqua ce qui s'était passé (je m'étais bel et bien pendu mais j'avais été sauvé par des voisins) et il vérifia en même temps si mon cerveau n'avait pas été abîmé par le manque d'oxygène : pas vraiment, j'avais aussi mal à la tête que d'habitude. Je ne me réjouissais pas du tout d'être encore en vie. Et cette fois, j'étais bien certain d'avoir perdu ma femme à tout jamais. Mais elle vint me voir en fin de journée. Je ne pouvais pas parler; elle me glissa un stylo, une tablette, mais je n'arrivai à rien non plus. Elle me dit qu'elle ne m'abandonnerait pas. Jamais. Son beau visage était tout baigné de larmes, marqué par l'horreur de ce que j'avais fait.

Quatre-vingt-quinze jours passèrent. Ma psychiatre, en consultation avec le chef du département, me bourrèrent littéralement d'antidépresseurs à haute dose, du Manerix, du Prozac, et tout un paquet d'autres dont j'ai oublié les noms. Je continuai de plonger; je fus convaincu d'être le pire des hommes, de ne plus mériter le nom d'homme car depuis des mois je me croyais incapable d'aimer ma femme, mes enfants, et qui n'aime pas n'est pas un être humain. Peu avant le Jour de l'An, ma femme m'annonça qu'elle me quittait; elle avait perdu l'espoir. Moi, je compris alors que je l'aimais, que je l'aimais énormément, elle, mon fils et ma fille aussi. Je compris que j'étais toujours un homme...et brusquement j'émergeai, toutes mes facultés me revinrent et bientôt ma femme aussi. Je versai dans une sorte d'euphorie. J'étais sauvé de la pire dépression qui s'était jamais abattu sur un bipolaire. Un an et demi d'enfer ponctué par les pires traitements qu'un être humain peut endurer. Je pourrais vous en raconter encore longtemps, j'ai croisé d'autres victimes des chocs, des ombres qui marchent lentement, la tête basse et le visage marqué le long des corridors des unités psychiatriques. Moi, j'ai acquis la conviction qu'on peut s'en sortir autrement, j'ai vu qu'il n'y a rien de plus sinistre et de plus souffrant que les électrochocs. Que leur résultat est moins que nul et qu'ils conduisent tout droit au suicide.

Là, je vous écris, nous sommes en mars. Ma femme et moi sommes heureux comme jamais. Elle est bipolaire elle-aussi, et je peux assurer que jamais un homme et une femme ne se sont tant aimés sous le soleil. En définitive, c'est elle qui m'a sauvé. Pendant plus d'un an et demi, elle s'est acharné à tirer son homme des griffes de la mort et elle a réussi. J'arrête ici, elle va bientôt se réveiller, et je lui sers toujours son déjeuner au lit.