

santé

Greffé du foie, il poursuit son combat pour les autres

C'est un visage bien connu au CHU de Poitiers, où il rassure des malades en attente de greffe : Georges Enguehard, greffé du foie en 2008, revient de loin et milite toujours pour le don d'organe.

Il est, de l'avis des équipes qui l'ont opéré, « un cas médical ». Avec à son « palmarès », deux encéphalopathies, un choc septique, une greffe du foie et deux vertèbres fracturées, Georges Enguehard, 62 ans, revient de loin et il le sait. Après trois ans et demi dans la Marine nationale, ce baroudeur passe trente-deux ans dans la gendarmerie, avec de nombreuses opérations extérieures partout dans le monde. Il se fait diagnostiquer une cholécystite aiguë en 1976. « L'hygiène de vie lors de mes déplacements, notamment outre-mer et au Liban en période de guerre n'a rien arrangé », raconte-t-il.

Le don d'organe, "solution majeure pour sauver des vies"

Ironie de l'histoire, c'est seulement en 2008, trois mois après sa retraite, que sa vie bascule. Une première encéphalopathie le 19 juillet 2008 à son domicile, au Blanc, dans l'Indre, lui vaut d'abord un transport en hélicoptère au CHU de Poitiers, où il séjourne une semaine. Le temps de s'inscrire, en septembre de la même année, sur la liste des demandeurs de foie, rebelote

quelques mois plus tard : le 21 octobre, une deuxième encéphalopathie débouche sur un choc septique et un coma de treize jours, toujours à Poitiers. « Et puis, alors que je devais sortir de l'hôpital, j'ai reçu, le 18 novembre, le lendemain de mon 55^e anniversaire, à 3 h du matin, un coup de fil pour m'annoncer qu'un nouveau foie m'attendait au CHU de Rennes ! » Après huit heures au bloc opératoire, il est tiré d'affaire, mais ses ennuis ne sont pas finis pour autant : une chute dans sa chambre d'hôpital lui vaut un tassement de vertèbres et deux fractures !

L'ancien major de gendarmerie sort finalement de Rennes le 7 janvier 2009, est rapatrié chez lui, après un détour par le service hépatique de Poitiers, dans un état « qui faisait peur à voir » puisqu'il a perdu la moitié de son poids en l'espace de six mois, passant de 106 à 53 kg. « Lorsque je suis rentré chez moi, je ne pouvais plus marcher, j'ai dû faire vingt séances de kiné, puis un mois avec un déambulateur et neuf mois à la canne... »

Conscient que sa convalescence passera par le fait de retrouver une condition physique, Georges décide de se mettre au vélo. A raison de « 8 km tous les matins et 10 ou 12 km tous les après-midi », il améliore son kilométrage chaque année, jusqu'à atteindre, l'année dernière, les



A raison d'une vingtaine de kilomètres à vélo chaque jour autour du Blanc, où il réside, Georges Enguehard améliore son kilométrage chaque année. En 2015, il a parcouru 4.300 km environ.

(Photo NR)

4.300 km ! En 2011 et 2015, il a aussi participé au Téléthon avec son deux-roues.

Mais il mène d'autres combats : « Depuis mon sauvetage au service des urgences du Blanc lors de mon choc septique, je défends activement le maintien des services de cet hôpital de proximité et je fais partie du conseil d'administration de son comité de défense. »

Lors de ses régulières visites post-greffe à Poitiers, celui que tout Le Blanc surnomme affectueusement « Jojo » retrouve

également ses « copines infirmières » et les aide à rassurer les malades en attente de greffe, à leur transmettre sa force et sa motivation. Parfois même, c'est l'hôpital qui l'appelle, chez lui, au Blanc, pour lui passer au téléphone des patients sceptiques.

Un altruisme chevillé au corps, que le bonhomme a transmis à ses enfants, puisque son fils de 36 ans est sapeur-pompier volontaire en Charente et sa fille de 30 ans est présidente de l'association pour le don du sang bénévole à Angers. « Je peux le

dire : le don d'organe m'a sauvé la vie, témoigne ce dur à cuire. J'invite donc toutes les familles à aider la médecine dans ce domaine. Le décès d'un proche est toujours pénible, quelles qu'en soient les circonstances, mais le don d'organes est actuellement la solution majeure pour sauver des vies. Trop de gens nous ont quittés, en attente de greffons... »

Jean-Sébastien Le Berre

Contact : 02.54.37.68.63 ; jojo.enguehard@wanadoo.fr

la phrase

« Le don de plasma est un défi énorme pour ces cinq prochaines années. »

Jacky Dagaud préside le comité régional Centre-Atlantique pour le don de sang, dont l'assemblée générale s'est tenue dimanche à Valençay (Indre). Concernant les dons de sang, « les objectifs 2015 ont été globalement atteints, ce malgré de gros bouleversements et les inquiétudes qui planent sur notre éthique et le modèle transfusionnel français », a-t-il souligné. Pourtant, une inquiétude pointe sur les besoins en plasma, de plus en plus importants, qui devraient atteindre 1,2 million de litres en 2020. « Un vaste plan de communication va être déployé afin de solliciter de nouveaux donneurs, et inciter les donneurs habituels en sang total à donner leur plasma », a martelé le président.

bien-être

Dents sensibles : les bons réflexes

Impossible de déguster une glace ou de boire un café sans ressentir comme des petites décharges électriques à la base de vos dents ? Il existe des solutions pour soulager cette hypersensibilité dentaire.

Premier réflexe : en parler à votre dentiste. Lui seul pourra confirmer que vos douleurs ne sont pas dues à des caries. Et



Parlez-en avec votre dentiste. (Phovoir)

vous proposer la prise en charge la mieux adaptée. Si votre hypersensibilité est due à un émail très abîmé, la pose d'un vernis fluoré sera nécessaire. Si elle est due à une rétraction de la gencive, il faudra poser des composites afin de protéger la partie de la dent mise à nue, et traiter la maladie parodontale pour limiter la rétraction de la gencive.

Mouvements verticaux

Si l'atteinte de votre émail est limitée, de nouvelles habitudes d'hygiène bucco-dentaires peuvent suffire. Utilisez une brosse à dents souple. Au moment du brossage, exercez une pression douce sur vos dents. Tenir votre brosse entre deux doigts et non à pleine main peut vous aider à contrôler votre force. Faites des mouvements verticaux, en partant toujours de la gencive : de

haut en bas pour les dents du haut, de bas en haut pour les dents du bas.

Préférez les dentifrices « dents sensibles ». Riches en acétate de strontium, en nitrate de potassium ou encore en fluorure de sodium, ils forment une barrière minérale naturelle à la surface de la dent, la protégeant ainsi contre les agressions thermiques et chimiques. Pour optimiser leur action, laissez-les reposer quelques instants avant de vous rincer la bouche. Un dernier détail qui a son importance pour que le dentifrice conserve toute son efficacité : utilisez-le toujours avec une brosse sèche.

Destination Santé

> « Prendre soin de ses dents pour les nuls », Dr Alain Amzalag et Dr Jérémie Amzalag, First Éditions, 279 pages, 14,95 euros.

en bref

Quels droits pour les jeunes ?

Pendant trois mois encore, l'Unicef appelle les 6-18 ans à participer à sa troisième consultation nationale sur leurs droits. Lancée le 20 octobre dernier, la campagne invite les enfants et les adolescents à répondre en ligne à une série de questions autour de quatre thèmes, dont la santé.

Dans un second temps, le sociologue Serge Paugam analysera les résultats dans le troisième rapport de l'Unicef « Écoutons ce que les enfants ont à nous dire ». Travail auquel participera aussi la thérapeute Catherine Dolto. Objectif, améliorer « les politiques à venir en faveur des enfants et des adolescents ». Les résultats seront ensuite consultables sur la plateforme www.unicef.fr/consultation.

www.jeparledemesdroits.fr