

L'ENTRETIEN

Christophe Augier, kinesithérapeute nîmois qui s'apprête à gravir l'Aconcagua, 6 959 mètres, plus haut sommet des Andes.

“On va montrer aux malades que, même essoufflés, on peut faire des efforts”

La Gazette. Dimanche 12 janvier, une expédition part pour gravir le toit des Andes : l'Aconcagua, haut de 6 959 mètres. Avec l'objectif, l'année prochaine, de gravir l'Everest. Christophe Augier, vous en faites partie, c'est un défi sportif ?

Christophe Augier. Le défi sportif à la limite pour nous, c'est le moins important. Marc Batard, Pascal Siedel et moi, on a tous fait des montagnes, on s'est tous fait plaisir.

Si ce n'est pas pour le sport, c'est pourquoi ?

Le but, c'est de parler de la maladie respiratoire. On parle beaucoup, et à juste titre, du cancer, des maladies cardiovasculaires, mais la bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO) est en train de les rattraper. La maladie se déclenche entre 40 et 50 ans. Un des gros facteurs de risque, c'est le tabac. Ça s'installe doucement, on est essoufflé mais on se dit, j'ai monté trop vite l'escalier... Il faut beaucoup en parler pour faire de la prévention. À travers le site dédié à cette expédition, on va balancer des informations sur la maladie.

Pourquoi ne pas gravir directement l'Everest ?

L'Aconcagua fait partie des "seven summits", les sommets les plus hauts de la planète, et c'est un très bon entraînement parce que la pression atmosphérique à son sommet est quasiment la même qu'en haut d'un 8 000 mètres dans l'Himalaya. On aura les mêmes conditions de vie, ou plutôt de survie, que dans l'Himalaya. On y va aussi avec un matériel important pour tester plein de capteurs, pour voir ce qui marche, ce qui ne marche pas.

Des gens qui partent en montagne et dont on analyse le comportement, ça c'est déjà fait, non ?

Avec des capteurs pas tant que ça, on s'est renseigné. L'année prochaine, sur l'Everest, nous voulons être la première équipe au monde à envoyer des données en temps réel. On ferait ça sur 6 alpinistes français et 6 sherpas.

Cette année, c'est une phase de test pour le matériel et pour vous, alors...

Oui, on part d'abord avec Pascal en Bolivie et au Chili, dès le 12 janvier, pour s'acclimater. On va faire deux sommets et aller en Argentine fin



EN DEUX JOURS, ON PEUT FAIRE LE SOMMET DE L'ACONCAGUA

janvier. Quand on arrive au camp de base de l'Aconcagua, Marc nous rejoint. Même s'il est plus âgé que nous, il a une physiologie exceptionnelle, c'est le Jacques Mayol de la haute montagne. Ensuite, si la fenêtre météo est bonne, en deux jours on peut faire le sommet.

En deux jours ?

Oui, si nous sommes suffisamment acclimatés, on peut facilement faire sauter un ou deux camps d'altitude. Même si c'est plus difficile d'avan-

cer vite parce qu'on se fait mal aux jambes et à la tête, moins de temps vous restez au-delà de 6 000 mètres, mieux c'est pour le risque vital.

Pourquoi ne peut-on pas rester longtemps aussi haut ?

En fait, c'est la pression. On dit qu'il reste 20% d'oxygène disponible au sommet de l'Everest, parce que le corps humain ne peut plus l'assimiler. Moi, je vois au quotidien des patients qui souffrent de mal respirer, la plupart sont atteints de BPCO.

C'est le manque d'oxygène qui est fatigant ?

En fait, c'est la pression. On dit qu'il reste 20% d'oxygène disponible au sommet de l'Everest, parce que le corps humain ne peut plus l'assimiler. Moi, je vois au quotidien des patients qui souffrent de mal respirer, la plupart sont atteints de BPCO.

En 2011, une première expédition part pour l'Aconcagua. "On est monté au camp 3 à 6 000 mètres et on s'est pris une très grosse tempête de mauvais temps. Il y avait un gros risque d'y rester, donc on est redescendu. Et d'ailleurs d'autres sont morts le même jour. Ils ont voulu tenter le sommet et ne sont jamais redescendus", raconte Christophe Augier.

BIO EXPRESS

1966

Naissance à Nîmes.

1986

Première ascension du mont Blanc.

1991

Rencontre Marc Batard, qui vient à l'époque d'établir le record (toujours à battre) de l'ascension de l'Everest sans oxygène en moins de 24 heures.

1993

Ouvre son cabinet de kinésithérapie à Nîmes.

2005

Se spécialise dans la réhabilitation respiratoire.

2011

Première tentative d'ascension de l'Aconcagua, plus haut sommet des Andes.

24 mai

2013 Accident de moto avec plusieurs lésions et fractures. La nouvelle expédition est retardée.

12 janvier

2014 Départ pour l'Amérique du Sud en vue d'une nouvelle ascension de l'Aconcagua, avec une attelle au genou gauche.

Dans ces ascensions, on choisit de se priver d'oxygène en se mettant dans un milieu hypoxique chronique sévère, la haute altitude, et on leur montre que même essoufflés on est capable de faire des efforts.

Vous voulez leur montrer l'exemple ?

On va leur montrer les courbes de notre saturation en oxygène pendant l'ascension. Elle va être beaucoup plus basse que la leur au quotidien, mais on va arriver à s'adapter.

C'est si important que ça de forcer son corps quand on est essoufflé ?

Pour soigner la BPCO, il y a le traitement prescrit par le pneumologue et l'entraînement à l'effort qui est 80% de la réussite. Mais c'est dur. Être essoufflé au quotidien, c'est super angoissant. Dans les cas les plus sévères, les gens ne se lavent plus parce que c'est consommateur d'oxygène. Ils ne mangent plus... Ils se dégradent.

Il y a aussi un aspect de recherche puisque vous allez récolter des données. Qu'allez-vous mesurer ?

La température corporelle, la fréquence cardiaque, la saturation en oxygène et notre position dans l'espace. Pas la position GPS, mais l'inclinaison par rapport au sol. Ça se fera par un patch.

Quel est l'intérêt pour le patient ?

Avec ce patch à domicile, s'il est à terre trop longtemps, on reçoit l'information et on intervient. Ce qu'on veut faire, c'est de la télésurveillance de l'extrême pour que la médecine de demain soit aussi de la télémétrie à distance grâce à un bracelet avec des capteurs... Mais il faut que ce soit fiable.

Et cela présente aussi un intérêt économique. Plusieurs entreprises sont associées à votre expédition...

Oui, ça intéresse beaucoup de gens, comme l'entreprise nîmoise Body-sens qui nous fournit les laryngophones pour communiquer entre nous trois et avec la France sans talkie walkie ni micro devant la bouche qui nous empêcherait de respirer.

Propos recueillis par Isabelle Bortolin
i.bortolin@gazettedenimes.fr