



### **CMH Témoignage - Carmine**

Je m'appelle Carmine et j'ai reçu un diagnostic de cardiomyopathie hypertrophique (CMH). Avant de savoir que j'avais une CMH, j'ai passé des années à avoir des essoufflements et des douleurs thoraciques. Je n'avais pas la capacité physique de faire les choses que j'aimais vraiment comme aller à la salle de sport, faire de la raquette et voyager facilement, et beaucoup de choses étaient extrêmement compliquées pour moi. Vous savez, j'étais comme dans le déni. Je me disais que je n'étais probablement pas en forme, que j'avais un petit surpoids et que je vieillissais, alors je n'ai jamais vraiment pris cela trop au sérieux.

Ma CMH a été découverte il y a environ 15 ans. J'ai commencé à manquer d'énergie, à ressentir des douleurs et à être essoufflé par exemple juste en marchant. Monter des escaliers était un défi pour moi. C'est là que je me suis rendu compte que quelque chose n'allait pas. J'en ai donc parlé à mon médecin de famille lors d'un examen annuel. Il m'a dit qu'il allait examiner cela de plus près. Pendant l'examen de routine, il a détecté un murmure. Il m'a alors dit que j'allais devoir consulter un cardiologue.

Quand j'ai rencontré le cardiologue et que je lui ai parlé de ce que je vivais depuis plusieurs années, il m'a fait faire une série de tests, un échocardiogramme, un électrocardiogramme, une IRM. Quelques semaines plus tard, il m'a demandé de revenir à son cabinet et m'a dit : écoutez, j'ai obtenu les résultats et vous avez ce que l'on appelle une cardiomyopathie hypertrophique. Ça a été un choc. C'est un nom qui est long, donc ça doit être quelque chose d'assez grave. J'ai eu la chance d'avoir un bon cardiologue qui a pris le temps de m'expliquer ce que c'était.

La CMH m'empêchait de faire des choses que j'aime faire. Il a également dit qu'il y a un lien génétique et que ma famille devrait subir des tests. En rentrant à la maison en voiture, je me suis dit que je devais maintenant en parler à ma famille.

Je veux dire... je ne veux pas qu'on s'inquiète, mais c'est très inquiétant. Ce soir-là au dîner, ma femme m'a demandé : au fait, comment s'est passé ton rendez-vous chez le médecin. Je l'ai donc prise à part et je lui ai dit : écoute, ce que j'ai a un nom, et ça pourrait être assez grave. Elle était en état de choc, complètement. Vous savez, cette nouvelle nous a pris au dépourvu, mais elle a été un soutien total.

Et ensuite, j'en ai parlé à mes enfants. Lorsque je me suis assis avec eux et que je leur ai dit que j'étais malade, ça a été un choc pour eux aussi, mais toute la famille m'a vraiment aidé à traverser cette épreuve.

Lorsque j'ai rencontré mon cardiologue, il m'a dit qu'il pouvait y avoir un lien génétique. Ma mère et mes deux enfants ont donc subi des tests de dépistage, et heureusement, aucun d'entre eux n'a le gène.

Ma CMH m'empêchait de faire des choses que j'aime faire. Je ne pouvais pas en faire autant que je le voulais lorsque j'allais à la salle de sport. Je devais ralentir mon rythme. Aujourd'hui, je me sens vraiment bien. À la salle de sport, j'aime monter sur le tapis roulant. J'appuie sur le bouton pour le mettre en marche et je suis capable de me donner. Je peux aussi voyager et en profiter.

Nous sommes allés en Italie, et ma femme m'a dit que nous allions séjourner dans un hôtel sur Via della Scala. En italien, Via della Scala signifie chemin des escaliers. Je l'ai donc regardée, tu es en sûre? Vous savez, au cours de nos précédents voyages en Europe, j'ai toujours évité les escaliers. J'avais toujours peur de ne pas pouvoir suivre. Lorsque nous sommes arrivés, j'ai vu les marches. J'ai vu le haut de l'escalier.

J'ai sorti les bagages de la voiture et j'ai monté ces marches. C'était incroyable. Je ne me suis jamais senti aussi bien. Je me suis senti bien, et ma femme m'a regardé comme si j'étais un nouvel homme.

L'avenir semble prometteur. Je me sens très bien. Je veux vraiment prendre soin de ma santé.

Mes enfants veulent que je reste longtemps auprès d'eux. Ils veulent que je sois à leur mariage, à la naissance de mes petits-enfants. Ils veulent que je sois là quand mes petits-enfants viendront au monde. Je veux être là, vous savez, pour passer de bons moments avec ma famille et en profiter.

Je veux aussi aider, maintenant que je sais ce que j'ai et que j'ai appris à ce sujet.

Je veux sensibiliser les gens sur la CMH. Si vous ressentez des essoufflements... Si vous avez des douleurs thoraciques... Ne prenez pas cela à la légère.

Ce n'est peut-être pas une question d'avoir perdu la forme. Ce pourrait être plus grave.

Je vous encourage à consulter votre médecin. Parlez de ce que vous ressentez. Allez consulter un cardiologue. Passez des examens. Détectez toute affection rapidement pour mieux profiter de la vie.