

Vivre avec l'aphasie, 34 ans après mon AVC

■ Victime d'un AVC à 24 ans, Pascal Lecomte vit depuis avec une aphasie. ■ Aujourd'hui président de l'association belge de lutte contre l'accident vasculaire cérébral Stroke & Go et référent belge de l'Association internationale Aphasie, il livre un témoignage bouleversant sur son parcours et sur le combat qu'il continue de mener pour soutenir les personnes aphasiques. ■ Son regard de patient sur l'orthophonie apporte un éclairage précieux.

© 2026 Elsevier Masson SAS.

Mots-clés – accident vasculaire cérébral ; aphasie ; association ; orthophonie ; rééducation ; témoignage

PASCAL LECOMTE
Président de Stroke & Go,
référent belge de l'Association
internationale Aphasie
Stroke & Go,
route de Mont-Gauthier 8,
5560 Ciergnon, Belgique

Un instant qui change tout. Le 12 février 1992, à l'âge de 24 ans, alors que je cours dans les bois de Siegen en Allemagne pour rattraper mon peloton, tout bascule. Mon corps chute et mon esprit se déconnecte. En un claquement de doigts, les mots disparaissent. Je comprends... mais je ne peux plus répondre. C'est le début d'un long combat.

UN SILENCE BRUTAL

■ **Je suis pourtant en pleine forme**, fraîchement promu officier, rien ne laissait présager un problème médical. Cependant, à 15 heures, lors de cet habituel jogging du bataillon, mes jambes s'effondrent : elles ne suivent plus. Je ne parviens pas à reprendre mon souffle et ne réagis pas à la douleur qui aurait pu me faire tomber.

■ **Un militaire de ma compagnie s'arrête**, remarque mon absence de réaction, tente de me parler. Je suis incapable de prononcer le moindre mot. Rien. Il part chercher de l'aide (les téléphones portables sont peu courants à l'époque).

■ **L'ambulance me transporte** d'abord à l'infirmerie, où le médecin vient m'ausculter. En urgence, il m'envoie à l'hôpital militaire belge de Cologne, puis à l'hôpital universitaire. Dans l'ambulance, quelques sons sortent de ma bouche, déformés, absurdes.

■ **Je comprends tout** – du moins, c'est ce que je crois – mais plus aucun mot ne sort correctement.

Je bascule dans le monde de l'aphasie. Dans un silence dont on ne sait pas s'il prendra fin.

DES PREMIERS JOURS CHAOTIQUES

Je passe une quinzaine de jours dans une clinique germanophone de Cologne. Je suis incapable de parler, d'exprimer mes besoins, de comprendre comment fonctionne ma propre vie. Je suis "présent" mais absent. Une plante.

■ **Transféré ensuite à l'hôpital militaire de Bruxelles**, la compréhension revient progressivement. L'expression, elle, reste inaccessible. Les séances d'orthophonie sont rares : deux fois par semaine. Trop peu. L'orthophoniste externe intervenant à l'hôpital partage son temps entre deux patients : un militaire opéré de la gorge, dont la difficulté est mécanique, et moi, dont la difficulté est neurologique.

■ **Heureusement, il y avait beaucoup de kinésithérapeutes hospitaliers** spécialisés dans les lésions musculaires. L'un d'eux, qui faisait son service militaire, s'est porté volontaire pour me soigner. Il s'est occupé de mon cas une demi-journée chaque jour. Jamais je ne l'oublierai.

■ **Ma lésion cérébrale a provoqué une aphasie sévère**. Pour continuer à vivre, il faut que mon cerveau se réorganise. Que les zones saines compensent les zones détruites. On appelle cela, je l'ai appris plus tard, la plasticité cérébrale. L'aphasie que j'ai est diagnostiquée comme une aphasie de Broca.

Adresse e-mail :
pascal.lecomte@stroke-go.be
(P. Lecomte).

AVC : reconstruire la communication, accompagner la vie

RÉAPPRENDRE À VIVRE

■ **Il faut tout recommencer.** Apprendre à avaler. Apprendre à boire. À utiliser sa langue. À sourire. Faire le poisson. Gonfler les joues. Nommer une image. Lire une phrase. Essayer de chanter. Deux longues années d'orthophonie, de déglutition, d'exercices fonctionnels. Deux années pour réapprendre ce que l'on acquiert normalement avant d'avoir 3 ans.

■ **Mes proches veulent aider.** Ma maman, enseignante, vient avec des orthophonistes qu'elle connaît. Elles veulent m'aider à émettre un son. Mais j'ai honte, une honte violente et incontrôlable.

■ **Je fais comprendre que je ne veux plus les voir.** Ce n'était pas contre elles. C'était trop tôt. Je ne voulais pas de pitié. Je voulais survivre, pas être consolé.

MES SÉANCES AVEC L'ORTHOPHONISTE

Mes séances avec l'orthophoniste étaient intenses, même si elles étaient peu nombreuses. Elle arrivait dans une petite salle blanche de l'hôpital militaire avec une mallette remplie d'images, de cartes, de syllabes.

■ **Elle parlait lentement,** articulait exagérément et me regardait avec douceur. Elle ne parlait jamais à ma place.

Elle me laissait le temps. Elle croyait en chaque millimètre de progrès que je faisais.

■ **J'étais fatigué, frustré, parfois en colère.** Mais elle, elle ne lâchait jamais. C'est elle qui m'a offert ma première vraie victoire : prononcer de nouveau un mot.

■ **Orthophonistes, vous changez des vies.** Vous ne rééduquez pas des mots. Vous redonnez aux patients ce qu'ils ont perdu. Votre métier est profondément humain. Il n'est pas technique, il est vital. Chaque mot gagné, grâce à votre aide, est une victoire.

■ **Je m'entraînais ensuite** à utiliser ma bouche pour émettre des sons, puis pour parler, seul dans ma chambre d'hôpital et avec mon kiné.

■ **Ce qui m'a manqué le plus à ce moment-là,** c'était de ne pas pouvoir bénéficier d'une prise en soins quotidienne, pour montrer à l'orthophoniste les résultats de mes efforts linguistiques.

Je voulais parler, rire, crier, me fâcher. L'aphasie vous enlève la parole, mais surtout, elle vous prive de votre identité. Vous êtes conscient, lucide, intelligent... mais vous ne pouvez pas le montrer comme vous le voulez.

■ **Après un certain nombre de séances,** j'aurais aimé que l'on travaille davantage les conversations du quotidien. Avec le recul, j'aurais souhaité que l'orthophoniste me fasse parler de l'actualité, de sujets simples mais non préparés. Cela m'aurait obligé à mobiliser mes mémoires à court, moyen et long terme. J'aurais également aimé que l'on travaille la vitesse des échanges, parce que le monde parle vite, trop vite. Et il faut pourtant s'y adapter lorsque l'on veut retrouver le chemin du travail et ne pas rester dépendant de la sécurité sociale. Enfin, j'aurais voulu qu'on aborde davantage la gestion du stress, car les séquelles de l'aphasie s'amplifient dès que la peur monte.

■ **Les examens visant à évaluer le degré de handicap** lié aux troubles du langage et de la mémoire devraient aussi être beaucoup plus adaptés à l'âge et à la réalité humaine des patients. Ils ont été réalisés par un psychologue, et non par un spécialiste de l'orthophonie. J'ai l'impression que, pour certains, encore aujourd'hui, si un patient sait dire "fourchette" et "couteau" sans se tromper d'image, alors il n'est plus aphasique.

Mais la vie est faite de nuances, d'ambitions, de métiers dans lesquels s'accomplir, pas de simples tests.

UNE APHASIE QUI DURE... MAIS UNE VIE QUI CONTINUE

■ **Trente-quatre ans plus tard,** l'aphasie est toujours là. Les mots hésitent. Les conversations filent trop vite. Je reste souvent en retrait dans les réunions de famille. Mais j'ai vaincu d'autres montagnes. La plus étonnante : séduire malgré l'aphasie et le corps droit hémiparésique. Cela m'a pris six ans, mais depuis 28 ans nous sommes mariés et nous avons eu trois enfants.

■ **Ma fille a choisi d'entreprendre des études d'orthophonie.** Je ne le lui ai jamais demandé, mais je sais que mon parcours a nourri

L'orthophoniste ne parlait
jamais à ma place, me laissait
le temps, croyait en chaque
millimètre de mes progrès

AVC : reconstruire la communication, accompagner la vie

ENCADRÉ 1.

Un illustre ambassadeur

■ **Stroke & Go peut s'appuyer sur un ambassadeur exceptionnel**, l'auteur de bande dessinée belge Philippe Geluck, créateur du *Chat*, qui avec son humour, sa bienveillance et sa notoriété donne une force incroyable aux actions de l'association (figure 1).

■ **L'auteur revient sur son engagement** : « J'étais en vacances en Italie. Un jour, j'étais en train de sortir mes poubelles lorsque je suis tombé sur le couple Lecomte, qui louait la maison d'à côté. Nous avons commencé à discuter et, de fil en aiguille, Pascal m'a proposé de devenir le parrain de l'association, ce que j'ai accepté avec joie ».

■ **Pour sensibiliser le grand public aux signes d'alerte d'un AVC**, il a mis en scène le *Chat* sur plusieurs supports (figure 2). « Face aux symptômes de l'AVC, il faut appeler immédiatement le 112. On ne réfléchit pas, on appelle. C'est important d'appeler tout de suite, de ne pas hésiter. C'est comme ça qu'on sauve des vies ! », insiste-t-il.



Figure 1. Philippe Geluck, ambassadeur de l'association Stroke & Go aux côtés de Pascal Lecomte, son président.



Figure 2. Le Chat sensibilise aux signes précurseurs d'un AVC.

sa vocation. Voir la génération suivante s'engager pour rendre la parole à d'autres est un symbole magnifique.

DE PATIENT À PRÉSIDENT

Aujourd'hui, j'ai l'honneur d'être le référent belge pour l'Association internationale Aphasie et président de Stroke & Go, association belge de lutte contre l'AVC.

■ **L'AIA est une organisation à but non lucratif** regroupant les associations d'aphasiques de 28 pays. Elle a pour objectif d'informer, soutenir et représenter les personnes touchées, leurs familles et leurs aidants. Elle crée des ressources, œuvre pour la reconnaissance mondiale de l'aphasie et développe un réseau international de solidarité.

■ **Fondée en 2019, Stroke & Go** rassemble des patients et proches, engagés dans la lutte contre l'AVC et ses séquelles (encadré 1). Ses quatre missions sont :

- informer, sensibiliser, prévenir, sauver des vies ;
- défendre les droits des patients auprès des autorités belges et européennes ;
- améliorer la qualité de vie des personnes touchées par l'aphasie ;
- promouvoir l'activité physique et la reprise du travail.

Je suis également toujours actif au sein d'une association sans but lucratif mobilisée dans les soins de santé. ■

POUR EN SAVOIR PLUS

- Association internationale Aphasie : www.aphasie-international.com.
- Association belge des patients contre l'AVC et l'aphasie Stroke & Go : www.stroke-go.be.

Déclaration de liens d'intérêts

L'auteur déclare ne pas avoir de liens d'intérêts.