

# Haute altitude, engagement et prise de risque

Colloque « Les morts extrêmes »  
Espace éthique de l'AP-HP  
Paris, le 29 mai 2008

Sylvie Dolbeault, Psychiatre,  
Institut Curie, Paris



- **Le métier de psychiatre**

la confrontation au quotidien avec la notion de mort psychique, temporaire ou définitive : patients déprimés, confus; psychotiques chroniques, déments. Une expérience souvent douloureuse.

- **Choix du travail en milieu somatique**

plus spécifiquement en cancérologie : patients sidérés lors des moments d'annonce; patients confrontés à la vulnérabilité, à l'incertitude du devenir, au sentiment de finitude; patients en fin de vie . Omniprésence du fantasme de mort

- **Pratique de la montagne**

DU de médecine de montagne; quelques expériences d'expéditions de haute montagne ou d'expéditions polaires, presque toujours en dehors du cadre professionnel









# Comment appréhender la démarche de celui qui pratique la montagne (haute) ?

- Quel lien avec l'idée d'une recherche de confrontation à l'extrême de ses capacités, de ses limites ?
- Jouer avec son propre risque mortel ?
- Quelle tolérance à l'idée de la mort, la sienne et celle des autres ?

Ne doit-on pas remettre en cause un certain nombre d'idées reçues, de préjugés sur le milieu (montagne, expéditions) et ce type d'activités ?

# Les mythes sur la montagne et les “montagnards”

Pourquoi fait on de la montagne ?

Dans quels objectifs avec quelle recherche de sens ??

Dimensions souvent évoquées :

- \* Une activité sportive
- \* La notion de performance
- \* L'exploit
- \* La compétition
- \* Le surpassement de soi et des autres; le défi
- \* Souffrance ou plaisir ?
- \* Une drogue?

# Souffrance et plaisir

## **Souffrance : de quoi parle t'on ?**

La dimension masochiste du montagnard, peut-on l'interroger ?

Oui à la notion de l'effort (outil sans être culte), de dépassement de soi

Non au principe de souffrance-plaisir

Notion de plaisir différé. Présence d'un stress pendant la course ou pendant l'expédition, d'un relâchement apaisant dans l'après- coup

## **Prix à payer pour trouver du plaisir**

Sentiment de liberté

Beauté, sauvage; la vie là où on ne l'y attend pas

Repos après l'effort

Solidarité

...





















# Quel profil de personnalité ?

## *Les « high sensation seeking »*

### Chercheurs de sensation forte

\* drogue, une addiction, un shoot, une dépendance ... jusqu'à la mort ?

Plus que la notion d'une confrontation à la mort,  
raisonnement en terme d'organisation physique et psychique permettant de survivre  
?

Est-ce réellement la confrontation à ses limites qui rend le jeu passionnant ?

# D'autres enjeux possibles (1)

- . **Confrontation avec la nature**

Immensité, nature grandiose / nature vierge / nature hostile / nature mangeuse d'hommes

- . **Perte des repères habituels +++**

- . **Confrontation à l'inconnu, à l'incertain +++**

- . **Un lieu de ressourcement, de silence, d'apaisement**















## D'autres enjeux possibles (2)

### \* Un moment d'introspection, de confrontation à soi-même

- Savoir et devoir compter sur soi
  - Connaître ses capacités mentales,
  - Reconnaître ses limites; sentiment d'humilité; la confrontation inégale avec la nature et sa toute puissance
- “Est ce que je peux marcher encore une heure? Passer ce point technique en tête ? supporter de ne pas dormir ou manger ? souffrir du froid plus longtemps?”
- Savoir jusqu'où on veut/ on peut les déplacer

Dont on a perdu l'habitude dans nos sociétés de consommation, de plaisir immédiat, où tout s'achète

### \* Un moment de confrontation aux autres (en dehors de la pratique du solo)

- . Pouvoir compter sur les autres
- . Savoir compter sur les autres
- . Devoir compter sur les autres

**Un moment de vérité : pas d'artifice, pas de mensonge possible**







# Quelques récits exemplaires ...

## 1) Après l'ascension de la face sud de l'Annapurna,

Christophe Lafaille voit son ami Michel Béguin disparaître sous ses yeux; il réussit à redescendre seul au camp de base, malgré une fracture grave. Il mettra 10 ans avant de réussir à écrire le récit de cette ascension. Il reprend la course des 8000 de la planète. Disparaît lors d'une tentative d'ascension hivernale du Makalu, 8481 m, particulièrement difficile et engagée

## 2) Tragédie à l'Everest (Krakauer) en 1996

des dizaines de cordées au même moment le jour du sommet. Arrivée du mauvais temps, les morts s'accumulent.

Ne pouvait on anticiper le risque lié au surpeuplement de la montagne à ces très hautes altitudes ?

## 3) Le jeune **surfer de l'extrême** Marco Siffredi disparaît à l'Everest

## 4) La mort suspendue

Simon prend la décision de couper la corde , alors qu'il a redoublé d'efforts pendant plusieurs jours pour tenter de sauver son compagnon de cordée malgré sa fracture de jambe, son état d'épuisement et l'arrivée du mauvais temps

## ... ou des récits moins célèbres

### 1) Gasherbrum II, un 8000 connu de la chaîne himalayenne

Arrivée au camp de base, Michel développe une toux sèche, le soir, il meurt dans un état de détresse respiratoire aigue;

on l'enterre sous les pierres, juste à côté des tentes du camp de base

OAP ou légionnellose contractée dans un hôtel pakistanais ? Le médecin de l'expédition s'interroge

Les membres de l'expédition se déchirent; doit on continuer l'expédition ?

Comment la décision a t'elle été prise ?

### 4) Diran Peak (7253 m)

Le jour du sommet, aux alentours de 6800 m, la cordée du sommet est emportée par une avalanche, et échappe de justesse au grand saut dans le vide. Une cordée de secours prend des risques majeurs pour aller les secourir. Le chef de l'expédition est dans un état critique, dans un état limite entre la vie et la mort, et doit passer plusieurs nuits à 6400 m avant que le temps ne permette de le redescendre. La solidarité du groupe a permis sa survie

# Les spécificités de la haute altitude (1)

- \* Les sommets de très haute altitude ne sont pas toujours des sommets très difficiles techniquement. C'est à des difficultés d'autre nature que l'on se confronte
- \* Tolérance à la haute altitude indépendante de ses capacités physiques; une composante génétique
- \* Problèmes cognitifs liés à l'hypo-oxygénation cérébrale : Mal Aigu des Montagnes  
Un continuum depuis la céphalée banale jusqu'au risque de mort, en particulier par :
  - oedème aigu du poumon
  - oedème cérébral avec fatigue, ralentissement idéomoteur, hallucinations, délire
- \* Principe de l'acclimatation
- \* Possibilité de tester sa sensibilité à la haute altitude









## Les spécificités de la haute altitude (2)

Et /mais un autre risque, plus environnemental et contextuel:

La “spirale infernale” du milieu de la très haute altitude;  
enchaînement des 8000 d'autant plus la démarche est sous-tendue par des enjeux

- financiers (dépenser 100 000 euros pour se faire emmener au sommet de l'Everest avec une expédition commerciale)
- ou de carrière (améliorer son CV pour passer aspirant guide)

*Question d'image ?*

# La dimension d'engagement

**Que ce soit en montagne, dans un lieu reculé, en haute altitude ou en milieu polaire,**

- isolement
- ne compter que sur soi pour assurer sa sécurité; pas accès au secours possible
- savoir dire non , savoir s'arrêter, savoir renoncer quand l'exposition devient trop risquée; anticiper et prévenir l'accident
- garder le contrôle de la situation
- s'économiser quand il s'agit d'un engagement sur la durée

**Une stratégie cognitive qui repose sur le principe de gestion permanente de son risque**





















# Prise de RISQUE et capacité à ANTICIPER

Plus que la notion d'une **confrontation à la mort**,

Raisonnement en terme d'organisation physique et psychique  
permettant de **survivre en situation extrême**

# Peut-on anticiper toutes les situations de prise de risque ? (1)

Pour un grand nombre d'entre eux, la réponse est oui :

La pratique de la montagne est liée à de **nombreuses compétences** que l'on doit acquérir

## • **Technique et physique**

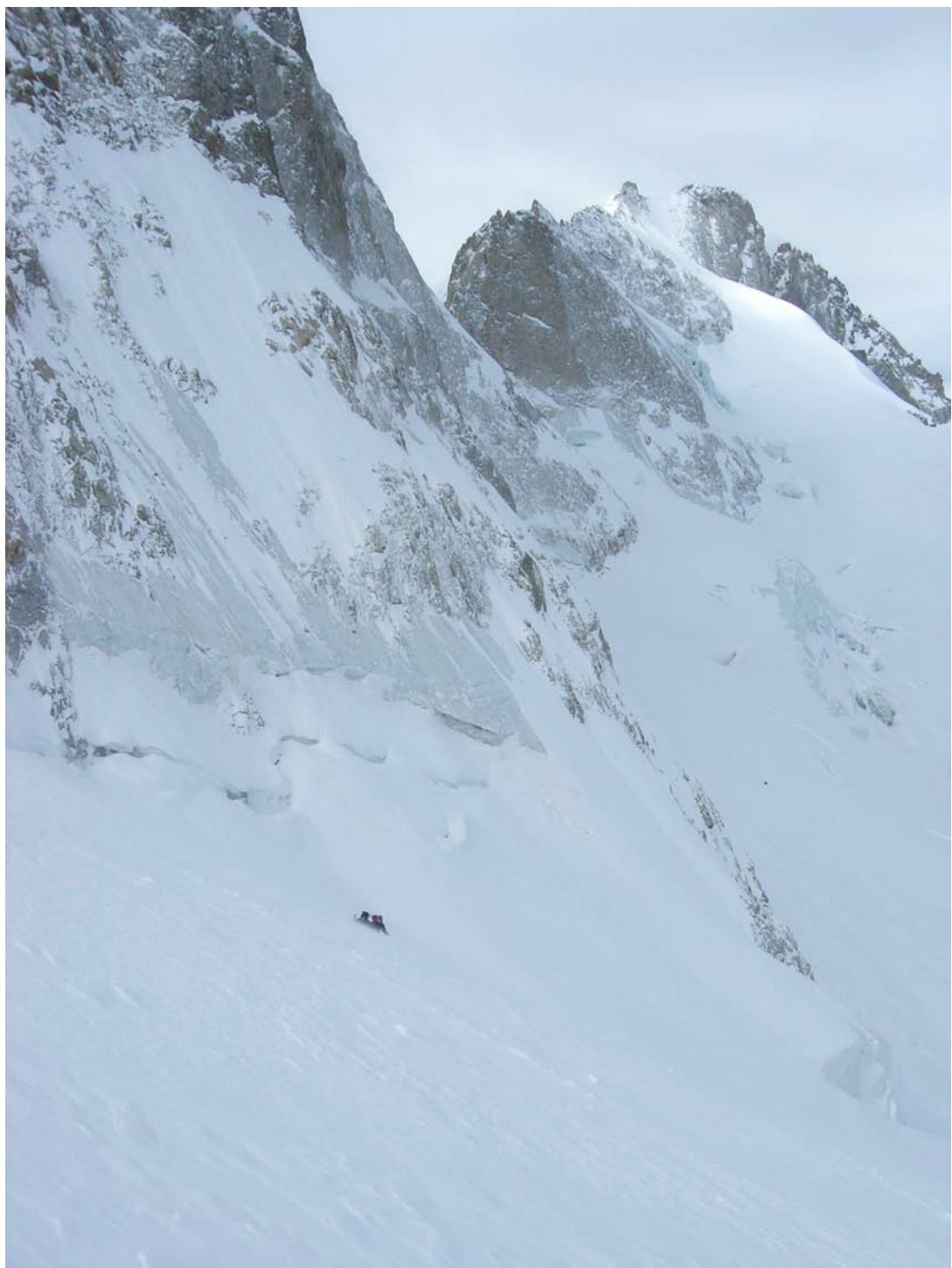
niveau technique , connaissance du terrain; connaissance des outils de navigation; maîtrise de son matériel technique; gestion du froid (des écarts thermiques), de la faim; effort, inconfort; des symptômes physiques divers si fréquents en montagne : troubles du sommeil, troubles de l'appétit, troubles digestifs, céphalées ...

## • **Psychique**

stress, peur, connaissance de soi, de ses compagnons de cordée

















## Peut-on anticiper toutes les situations de prise de risque ? (2)

Pour un certain nombre d'autres : NON.

### Part de l'imprévu, de l'incontrôlable, de l'inattendu

*Quelques exemples :*

avalanche

mauvais temps

rencontre avec un ours blanc

perte d'un crampon ou d'un piolet dans la paroi; problème matériel (tente qui se déchire);

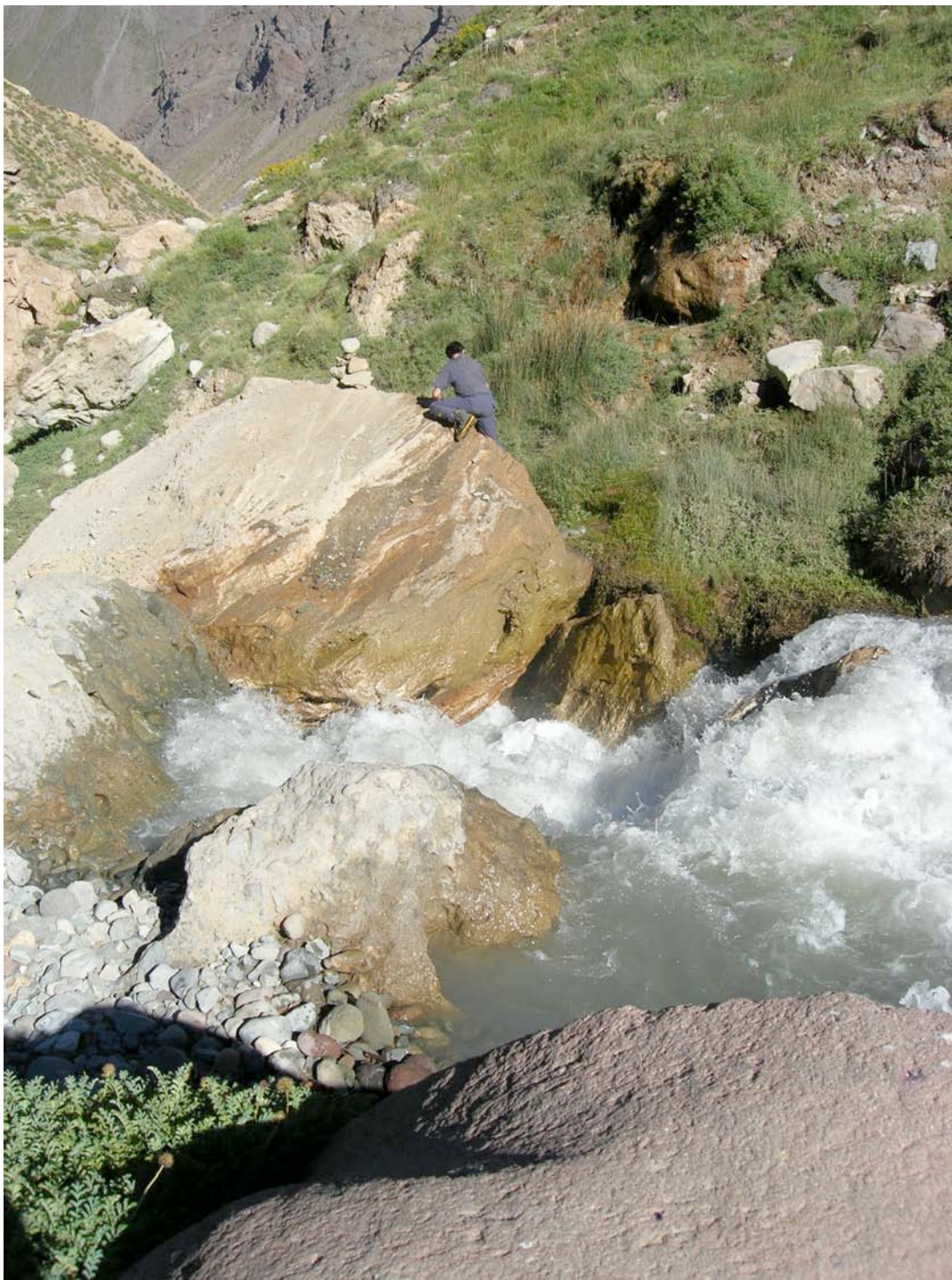
troubles cognitifs liés à l'altitude et impossibilité de perdre de l'altitude

*Mais même ces difficultés peuvent avoir envisagées*

















# Savoir différencier les deux types de situations :

- Froid en expédition polaire / lors d'un bivouac lors d'une course hivernale
- Mauvais temps attendu / la foudre imminente dans un nuage d'orage de fin de journée
- Le grizzli tranquille et le campement bien organisé / l'ours blanc affamé
- L'entraînement en vue de la voie d'escalade / le bloc de rocher qui nous reste entre les mains
- Le glacier crevassé traversé dans les conditions optimales (saison, météo, visibilité, horaire de la journée, conditions nivologiques) / le sérac qui s'effondre sur l'itinéraire de la cordée
- Fatigue attendue / délire hallucinatoire du au MAM











# La confrontation à ses propres limites et le rapport à la prise de risque

- Quelle maîtrise de la prise de risque ?
- Jusqu'à quel point peut on être juge de la situation objective susceptible d'engager un risque vital ?

Pour qui ai-je fixé l'objectif ?

- un exploit interne, sur soi

ou

- un exploit externalisable, médiatisable, qui pourrait être le premier facteur de risque d'une augmentation du niveau de prise de risque .....

- Quelle modalité décisionnelle ?

« Plus la situation est improbable, plus grandes sont les exigences qu'elle impose à l'alpiniste, plus agréable sera ensuite le relâchement de toute sa tension. L'éventualité du danger en fait qu'aiguiser son attention et sa maîtrise de soi.

Là réside peut-être la raison d'être de tous les sports à risque : on élève délibérément le niveau d'effort et de concentration requis de façon, semble t'il, à libérer son esprit des trivialités de la vie quotidienne. A une petite échelle, c'est un modèle de vie.

Mais il y a une différence. Dans la vie ordinaire, les erreurs peuvent généralement être corrigées et on peut trouver une sorte de compromis, alors que là, pendant cette courte période, chaque action peut avoir des conséquences mortelles ».

*A Alvarez Le Dieu sauvage, étude sur le suicide*































## En guise de conclusion

**“L’alpiniste est un homme qui conduit son corps  
là où un jour, ses yeux ont regardé.  
Et qui revient”**

**Gaston Rébuffat  
Le massif du Mont-Blanc,  
Editions Denoël, 1973**