



De jouer mes doigts

Tendinite, hernie du larynx, acouphènes, dépression post-tournée... Amateurs et professionnels de la musique viennent se faire soigner dans une clinique unique en France. Avec un espoir : garder le tempo.

Scène digne d'un Rembrandt en ce jour de janvier, dans la cave voûtée du 65, rue de l'Ourcq, à Paris. Un homme émacié, torse nu, joue de la vielle à roue, le regard dans le vague tandis que trois soignants (une chirurgienne, une rhumatologue et un kinésithérapeute) s'affairent autour de lui à lui palper poignets, biceps et omoplates. Le musicien est venu consulter de Bourges pour des douleurs. Après examen clinique, sans l'instrument puis avec, le kiné préconisera des changements de posture – «dissocier la tête du cou», «s'asseoir sur un coussin incliné» –, ainsi que des «ondes de choc» – impulsions administrées à l'aide d'un «mini-marteau piqueur». Plus tôt dans la matinée, dans une salle à l'étage, en rendez-vous avec une luthière, c'est une violoniste qui éclate en sanglots quand elle apprend que, non, elle n'est pas «foutue», comme elle le croyait. Après avoir joué toute sa carrière avec «la tête en tension penchée sur le violon», provoquant névralgies et tendinites à répétition, et l'obligeant à renoncer à de plus en plus de concerts, cette Parisienne de 42 ans vient enfin de trouver un remède à son mal récurrent, en l'occurrence une mentonnière d'un modèle bien spécifique. En prime, grâce à cet accessoire, «les notes se dérouleront beaucoup plus vite», assure la luthière Magalie Calpena, car «dès qu'on libère l'épaule et la tête, on gagne en vitesse». Pleurs encore en sous-sol, lorsqu'une bassoniste voit un diagnostic enfin posé sur ses angoissantes contractions digitales involontaires, l'empêchant d'exécuter des traits qu'elle

passait jusqu'ici aisément : elle souffre de ce trouble neurologique nommé «dystonie de fonction», véritable hantise de l'artiste mais qui se soigne par de la rééducation.

Bienvenue à la Clinique du musicien, établissement unique en France, fondé en 2000 par le docteur André-François Arcier. Ici, on prend en charge toutes les pathologies liées à la pratique musicale. Physiques comme mentales. Dans une approche globale et pluridisciplinaire. De la gestion du trac à la dépression post-tournée, en passant par les syndromes de compression nerveuse. De la hernie du larynx chez le hautboïste aux acouphènes du batteur, sans oublier la ténosynovite de De Quervain, qui affectera la main du DJ. Des affections causées pour beaucoup par des gestes intenses et répétés, ou par des postures asymétriques. Si dans la patientèle les professionnels sont majoritaires, les amateurs ne sont pas ignorés. «Le but est que la personne puisse reprendre son activité dans les meilleures conditions et avec un plaisir de jeu renouvelé», dit le docteur Arcier. Et si les soins ne sont pas tous prodigués sur place (seuls deux kinés, un coach et une prof de yoga officient à demeure), les patients y bénéficient de consultations gratuites à l'issue desquelles ils seront orientés vers des praticiens spécialisés présents partout en France, et même à l'étranger. Tous formés par Médecine des arts, l'association adossée à la clinique, dans le cadre d'un cursus créé en 1996. Et tous musiciens. Matthieu Belmont, par exemple, le kiné qui consulte aujourd'hui, venu de Lausanne, est à la

se sont arrêtés

fois pianiste, clarinetiste et violoncelliste, et a pris des cours de divers autres instruments. Au bout du parcours, 4% de ces consultations se solderont par des opérations chirurgicales. Pour éviter d'en arriver là, la clinique mise beaucoup sur la prévention. D'où les stages de sensibilisation qu'elle organise dans ses murs, ainsi que dans certains festivals comme les Eurockéennes de Belfort. Sans compter les innovations qu'elle a pu pulser pour soulager les instrumentistes : un harnais pour les percussionnistes des bagads, des pédales rallongées pour les harpistes...

Plus qu'une clinique privée à but lucratif, cette «clinique»-là est d'abord un réseau de thérapeutes ayant développé une double compétence, médicale et artistique. Une «famille», renchérit Arcier. Mais à la différence de ce qui s'est fait en médecine du sport, elle s'est donné pour objectif de «ne pas "surformer"» : «On ne diplôme que vingt à vingt-cinq personnes par an», précise cet ex-médecin du travail à EDF-GDF. Pionnier, l'établissement a beaucoup été porté à ses débuts par Philippe Chamagne, précurseur en Europe de la rééducation de la main du musicien dans les années 1980. À l'époque, le sujet était encore un impensé, presque un tabou, et les recherches étaient balbutiantes. «Les médecins avaient une vision romantique du musicien», poursuit le docteur Arcier. On se disait que la souffrance faisait partie de l'art. Et les musiciens eux-mêmes se refusaient à parler de leurs ennuis de santé, par peur de perdre de leur légitimité, ou simplement des possibilités de travail. Pour gagner un concours, intégrer un orchestre, garder son statut d'intermittent, il faut tenir la cadence, quitte à jouer dans la douleur. Jusqu'à ce que celle-ci devienne insupportable. Et un jour devoir tout lâcher. Selon une étude de 2020, 72,3% des professionnels ont connu des troubles musculo-squelettiques au cours de leur carrière du fait de leur pratique, avec une prévalence plus élevée chez les cordes (85%) et les percussions (80%).

Mais depuis une quinzaine d'années, grâce notamment à certains solistes internationaux ayant osé révéler leurs fragilités – le violoniste Maxim Vengerov et sa blessure à l'épaule, le pianiste Bertrand Chamayou et sa dystonie de la main droite... –, le vent tourne. On assiste à un changement de regard sur le corps de l'artiste et à un recours au soin plus fréquent. Pour preuve, le nombre de patients franchissant le seuil de la Clinique – «plusieurs centaines par an», évalue son directeur. Et surtout, le discours étonnamment lucide et documenté que ces derniers portent sur leur propre cas. Ainsi de Frédéric, bassiste en musiques actuelles, détaillant avec précision l'historique de ses symptômes : un «pincement de nerf sciatique» qui, après une tournée éprouvante, a évolué en «discopathie» puis en «névralgie cervico-brachiale». «Je viens ici avant d'en arriver à devoir modifier mes techniques de jeu et renoncer à certains morceaux.» Flore-Anne Lecoq, la chirurgienne, le palpe. Elle note «une poulie qui coince» dans les doigts, signe d'une inflammation, et conseille des infiltrations. Alors que la médecine classique s'était montrée impuissante à le guérir, voilà notre homme rassuré. «Vous m'avez redonné l'espoir», lance-t-il au trio de soignants en quittant les lieux ●

«Le but est que la personne puisse reprendre son activité dans les meilleures conditions et avec

un plaisir de jeu renouvelé», explique l'un des médecins de la Clinique du musicien.