

Ostéopathie agir sur les Causes

par Guillaume Krief, ostéopathe DO MROF

Toute fixation, quelle que soit sa localisation dans le corps, peut entraîner une douleur et diminuer les capacités d'autoguérison de l'organisme. Il peut s'agir d'une contracture musculaire, d'un « grippage » articulaire ou de la mise en tension d'une structure nerveuse, vasculaire ou viscérale. Le travail de l'ostéopathe consiste à restaurer la mobilité des différents tissus de façon à améliorer localement la circulation sanguine, à diminuer ou lever certains stimuli douloureux et à corriger les causes ou les conséquences d'une posture dysfonctionnelle. Il utilise pour cela des techniques extrêmement précises et sûres, adaptées à chaque patient. Le raisonnement ostéopathique est fondé sur la recherche de liens de cause à effet entre des troubles mécaniques et les pathologies résultant de ces perturbations. Ainsi, l'ostéopathe n'agit pas uniquement sur les symptômes que présente le patient, mais aussi et surtout sur les causes qui ont pu les engendrer.

Que peut-elle soigner ?

Dorsalgies chroniques ou aiguës, maux de tête, troubles de la voix, digestion difficile, douleurs gynécologiques, musculaires ou articulaires, fatigue ou anxiété, troubles du sommeil, régurgitations chez les bébés ou sensibilité démesurée aux infections ou à des allergènes, tous ces troubles s'ils sont fonctionnels peuvent être traités ou au moins soulagés par l'ostéopathie. En fonction de l'ancienneté des symp-

tômes ou de leur origine, de leur caractère chronique ou aigu, du terrain du patient, la guérison sera plus ou moins rapide, plus ou moins complète.

Pour ce qui est des affections organiques, l'ostéopathie a peu d'action directe sur une infection aiguë par exemple. Mais en améliorant la vascularisation et l'innervation des tissus, elle augmente les capacités de défense de l'organisme. C'est pourquoi très souvent l'ostéopathe peut aider les patients sensibles aux infections à répétition (O.R.L.), aux allergies, aux ulcères d'estomac, etc. Lors de maladies plus graves, si l'ostéopathe n'a pas les moyens de soigner l'organe atteint, il peut toutefois atténuer les douleurs accompagnant la maladie. Ce faisant il apporte aussi au patient un confort objectif et une considération qui lui font parfois cruellement défaut.

Rétablir les capacités d'autoguérison du corps.

Quand faut-il consulter ?

Lorsqu'une douleur s'installe, ou lorsqu'il y a eu un traumatisme ne nécessitant pas le recours à la chirurgie ou à l'immobilisation, l'ostéopathe rétablit l'équilibre fonctionnel de l'organisme et évite les compensations douloureuses. Quand il faut réagir avec rapidité aux agressions de la vie quotidienne, quand il est impératif de poursuivre une activité étudiante, professionnelle, artistique ou sportive, l'ostéopathe intervient pour diminuer les périodes de convalescence et les risques de séquelles ou de récurrences, et augmenter les capacités de rétablissement de l'organisme. Il intervient éga-

lement pour améliorer la connaissance que chacun a de son propre corps. Cela est particulièrement apprécié par les danseurs, chanteurs et musiciens.

Comment travaille le praticien ?

L'ostéopathie possède un registre de tests et de techniques particulièrement riche. Les approches dites structurelles (mobilisation des articulations et des muscles), viscérales (mobilisation des organes abdominaux et pelviens), ou encore fonctionnelles, myofasciales ou crânio-sacrées font partie des plus courantes. Le praticien met la sensibilité et la dextérité de ses mains au service de ses connaissances médicales pour soulager ses patients : l'ostéopathie est un art au service de la santé. Elle ne prescrit aucune médication, laissant cette spécialité à l'allopathie, l'homéopathie ou la phytothérapie.

SE FORMER & trouver un praticien

Pour trouver un ostéopathe près de chez vous, consultez le carnet d'adresses p. 62.

Il existe différentes formations dont une formation complète qui nécessite 5000 h de cours réparties sur 6 années à plein-temps qui incluent la théorie et la pratique ostéopathiques et médicales. On peut alors demander à accéder au Registre des Ostéopathes de France (ROF). Il existe également d'autres formations réservées aux masseurs-kinésithérapeutes.