

L'OSTEO-VERTEBROLOGIE

Par Marc Todesco

Plan du travail

INTRODUCTION

1^{ère} Partie : L'ostéo-vertébrologie dans son ensemble

- Chap. I : l'étude :
 - a) Les douleurs musculo-squelettiques
 - b) L'approche du traitement ostéo-vertébrologique

- Chap. II : séance :
 - c) Le déroulement
 - d) Les spécialistes

2^e Partie : Applications thérapeutiques de l'ostéo-vertébrologie

- Chap. III : Le traitement spirituel et manuel:
 - e) Thérapie chinoise :
Le tai chi
 - f) Thérapie européenne
Les psychothérapies
- Chap. IV: Les visées de la thérapie
 - g) Soulager les douleurs :
Émotionnelles
Physiques

3^e Partie : L'ostéo-vertébrologie un domaine médical a développé

- Chap. VI: promotion du traitement
 - h) L'ostéo-vertébrologie comparé à d'autres techniques parallèles.
 - i) Multiplication des cabinets

CONCLUSION

BIBLIOGRAPHIE

SOMMAIRE

L'OSTEO-VERTEBROLOGIE	1
INTRODUCTION	5
<i>1^{ERE} PARTIE : L'OSTEO-VERTEBROLOGIE DANS SON ENSEMBLE</i>	7
Chap. I : L'étude	7
I. La colonne vertébrale	7
II. Les douleurs musculosquelettiques et leurs diverses origines possibles	8
III. L'approche du traitement ostéo-vertébrologique	13
Chap. II : La séance	15
IV. Le déroulement	16
V. Les spécialistes	17
<i>2e PARTIE : APPLICATIONS THERAPEUTIQUES DE L'OSTEO-VERTEBROLOGIE</i>	18
Chap. III : Le traitement spirituel et manuel:	18
VI. Thérapie chinoise	18
VII. Thérapies européennes	20
VIII. Soulager les douleurs :	23
<i>3e PARTIE : L'OSTEO-VERTEBROLOGIE UN DOMAINE MEDICAL A DEVELOPPER</i> ..	26
Chap. V : Promotion du traitement	26
IX. L'ostéo-vertébrologie comparé à d'autres techniques parallèles	26
X. Multiplication des cabinets	31
CONCLUSION	33
BIBLIOGRAPHIE, INSPIRATION	34

INTRODUCTION

Avec le rythme quotidien de nos vies, le système musculosquelettique humain subit fréquemment des contraintes. De nos jours, les problèmes de dos et d'articulations sont les plus courants. Le mal de dos fait partie des affections que l'on rencontre régulièrement, le pourcentage de personnes dans le monde qui ont souffert au moins une fois dans leur vie de mal de dos est de 90%. En outre, d'après certaines études, il pourrait être la première cause de consultation médicale ; étonnement avec les plus fort taux pour les pays les plus industrialisés.

Appelé également dorsalgie, le mal de dos est une affection douloureuse qui affecte principalement la région lombaire¹, d'où la dénomination lombalgie. Parfois, le mal de dos peut également toucher les régions cervicales² et/ou thoraciques³. Concrètement, le mal de dos n'est pas une maladie, mais un symptôme qui émane du système locomoteur ayant des origines nerveuses, musculaires, cartilagineuses, de problème de disque vertébral ou d'ostéoarthrite. Enfin, on différencie d'un côté, les maux de dos aigus, qui durent moins de 6 semaines. De l'autre côté, il y a les maux de dos chroniques de plus de 6 semaines, ils ne sont pas fréquents mais requièrent absolument une consultation médicale.

Les patients sollicitent constamment de nouveaux répertoires thérapeutiques contre ces douleurs. Les thérapies complémentaires offrent un large éventail concernant le traitement de ces douleurs musculosquelettiques. Ces traitements ne visent pas à remplacer la médecine conventionnelle mais viennent la compléter.

Ces conceptions invariables ont chacune leurs propres principes. Pour cette raison, je me suis focalisé sur une discipline à l'instar de « l'ostéo-vertébrologie ». Afin de spécifier les détails de cette branche, il est indispensable d'annoncer les paramètres de ce dernier.

L'ostéo-vertébrologie est l'association de l'ostéologie, de la vertébrologie et la médecine manuelle traditionnelle chinoise, ces dernières sont utilisées comme bases dans l'ostéo-vertébrologie qui vise le traitement de la douleur et applique divers procédés holistiques.

¹ Bas du dos

² Haut du dos

³ Milieu du dos

Ainsi, l'ostéo-vertébrologie est une technique de massage particulière de la colonne vertébrale, des tissus et des articulations qui en dépendent. Cette technique est recommandée aux personnes qui souhaitent faire un travail en profondeur, dans le but d'accéder à une posture équilibrée. Généralement, le travail se déroule sur plusieurs séances accompagnées de suivis et de conseils, pour que la personne puisse retrouver une meilleure autonomie afin de stimuler son processus d'autoguérison.

Mon écrit se portera ainsi sur la vue générale de cette branche, nous y trouverons l'ostéo-vertébrologie comme mode de soin, l'approche du traitement ostéo-vertébrologique suivi du déroulement d'une séance. J'étalerai également les applications thérapeutiques de l'ostéo-vertébrologie en citant un traitement spirituel possible et les buts de cette thérapie. J'achèverai par les dispositions proposées pour promouvoir la discipline.

1^{ERE} PARTIE : L'OSTEO-VERTEBROLOGIE DANS SON ENSEMBLE

L'ostéo-vertébrologie met en exergue « l'étude du massage, de l'ostéologie spécifique à la colonne vertébrale, aux tissus, organes et articulations qui dépendent d'elle »⁴, pratiquée seulement par des spécialistes en techniques du toucher. Cette discipline se résume sur le maintien du corps en homéostasie grâce au fait que le praticien, par son protocole, aide le patient à réduire les blocages provoquant la mauvaise circulation énergétique d'autoguérisson naturelle du corps.

Lors d'une température très basse, le corps concentre la circulation sanguine sur les organes vitaux dont le cœur et le cerveau au détriment des extrémités, afin de préserver les fonctions nécessaires à la survie. Le corps est donc le premier à se guérir de lui-même, bien avant la prise d'un quelconque médicament. Le rôle du thérapeute consiste à activer/dynamiser ce processus.

Chap. I : L'étude

L'ostéologie (étude approfondie de l'os) s'associe avec la vertébrologie (étude de la colonne vertébrale et à ce qui dépend d'elle), pour mieux discerner les douleurs musculosquelettiques ainsi que leurs origines.

I. La colonne vertébrale

Elle est composée de segments osseux que l'on appelle vertèbres. Ces dernières sont constituées de deux parties. La première, qui se trouve à l'avant, est formée par le corps vertébral cylindrique. Quant à la seconde, il s'agit de l'arc osseux positionné à l'arrière. Celui-ci forme la facette articulaire. La colonne vertébrale est en grande partie flexible. C'est pourquoi, l'homme possède la faculté de se soulever, de s'étirer, de se pencher et capable de circumductions.

⁴ Doc.de cours p.2

On remarque la présence de petits disques entre les os de la colonne vertébrale. Ces disques, durs à l'extérieur, mais aussi mous que de la gelée, à l'intérieur, relient les os de la colonne vertébrale à l'avant ; l'arrière est assuré par les facettes articulaires.

C'est le long du canal rachidien (situé derrière les corps vertébraux) que courent les nerfs de la moelle épinière. Ceux-ci se séparent ensuite en de multiples racines, le long de cette dernière, et la base de la colonne vertébrale. Par ailleurs, il en existe une partie, traversant le pelvis, finira dans chaque jambe. Ces nerfs sont appelés «nerfs sciatiques». Les maux de dos sont surtout dus à des problèmes de vertèbres, d'articulations, de disques, de muscles... Les troubles de vertèbres peuvent entraîner des douleurs au niveau du dos, pouvant varier de légères à très intenses.

II. Les douleurs musculosquelettiques et leurs diverses origines possibles

« La douleur est un phénomène individuel qui est une réponse sensorielle ou émotionnelle à une dégradation des tissus, réels ou potentiels ». Actuellement, les douleurs musculosquelettiques sont le mal du siècle mais quelles en sont les origines ? Ces types de douleurs se présentent sous différents aspects. Je limiterai mon étude à ces exemples qui s'ensuivent.

1) Les douleurs du dos

Le mal de dos est soit une dorsalgie (douleur du dos proprement dit), soit une lombalgie (douleur de la région lombaire). Certains considèrent ces douleurs comme superficielles pourtant elles peuvent être chroniques. Face à ces maux, les traitements conventionnels sont les premières initiatives que les patients adoptent comme les myorelaxants, les anti-inflammatoires et autres perturbateurs gastrico-intestinaux. Des traitements qui, temporaires ont des effets secondaires et ne règlent pas forcément le cas de la pathologie. C'est dans ce cas que le massage ostéo-vertébrologique et les thérapies gestuelles s'y attachant ou s'en inspirant sont mises à contributions.

2) L'arthrite

Une maladie de détérioration des articulations. Elle se divise en deux catégories fondamentales : la mono arthrite (infection d'une articulation) et la polyarthrite rhumatoïde (affecte tous les tissus, surtout ceux des articulations provoquant une inflammation). Indiquons ici qu'elle provoque des douleurs ardues, sur ce point les thérapies

complémentaires sont les plus favorisées. Les thérapies par le mouvement (kinésithérapies) sont excellentes pour les types d'arthrite car ils ne sont pas violents.

3) Les douleurs cervicales

Ces douleurs sont souvent accompagnées de migraines, maux de tête, vertiges, troubles oculaires. Les symptômes de ces douleurs sont généralement sous-jacents mais deviennent persistants si on ne les traite pas à temps. Les douleurs cervicales réclament des techniques de relaxation, de myo-tensions et/ou étirements, mais certainement pas de trust rotatoire comme certains praticiens affectionnent.

4) La scoliose

Elle fait partie des troubles rachidiens, la scoliose est une affection de la colonne vertébrale caractérisée par l'apparition d'une courbure provoquant une déviation d'un côté à l'autre (latéral). Elle a pour cause la contraction des muscles d'un côté de la colonne et/ou le relâchement en côté opposé et ne se voit pas qu'à l'examen médical. Le traitement se base sur la rééducation, l'étirement régulier des muscles aidant à redresser la colonne et ceux, affectant la stature du bassin.

Comme nous pouvons constater dans ces exemples, les douleurs ne sont pas toujours similaires, et là- dessus se pose un malaise car la douleur en tant que phénomène personnel est difficile à cerner. En conséquence, il est primordial de bien définir leurs origines, manifestations afin d'établir un bilan grâce à une anamnèse solide (visuelle et scripturale) + des tests permettant d'affirmer ou d'infirmer un diagnostic pour enfin appliquer les traitements requis.

5) Leurs origines possibles

En premier lieu notre bonne vieille éducation judéo-chrétienne ainsi que nos rythmes de vie sont l'une des causes incontestables pour près de 80% de nos malaises– y compris les efforts fournis et les façons de se tenir au travail, les monotonies quotidiennes. Le dos devient fragile à cause de ces pressions assidues exercées sur la colonne vertébrale. Si nos muscles du dos et nos cervelles d'humains sont stressés c'est qu'ils sont pilotés par bien des croyances et valeurs d'autrefois qui n'ont plus cours mais demeurent exercées. N'oublions pas non plus que le stress est un facteur de risques pour le système cardio-vasculaire et ce qui s'y rattache.

A l'époque, dans la majorité des cas, les troubles au niveau du dos, n'étaient pas dus à des affections sous-jacentes. Le plus souvent, ils étaient provoqués par le vieillissement,

l'usure et la mauvaise posture. De plus, l'obésité et le tabagisme d'aujourd'hui sont deux autres facteurs prédisposant à des problèmes de dos. On distingue plusieurs types de troubles du dos, ils sont tous d'origines différentes, cependant leurs origines mutent au gré de l'évolution de la société, de ses croyances et de ses valeurs.

Lors d'un stress important, le corps s'autorégule afin de surmonter « cette épreuve ». De la même manière que le cerveau va sécréter des hormones dites de réveil dès une heure, avant le réveil proprement dit, afin de préparer le corps au choc réel que représente le réveil ; En cas de stress mal géré, le corps va sécréter des substances provoquant tension, hypertension, accélération du rythme respiratoire, pertes de coordinations gestuelles, troubles du langage, nausées, vomissements, dilatation pupillaire, crises asmathiques, troubles sexuels... Et j'en passe des pires et des meilleures.

Premièrement, des spasmes musculaires peuvent surgir en cas d'inflammation dans une partie du dos. On constate souvent que les spasmes musculaires sont l'expression corporelle d'une tentative de se protéger contre une douleur dorsale. Les spasmes musculaires ont également lieu quand les nerfs rachidiens sont enflammés ou endommagés. Ainsi, une douleur articulaire se produit lorsque les articulations sont endommagées par l'activité ou par des torsions fréquentes ou un stress physico-émotionnel.

Deuxièmement, les problèmes de disques, également nommés douleurs dorsales d'origines discales, peuvent se produire de deux façons. La matière gélatinée à l'intérieur du disque peut soit sortir de son espace habituel, soit faire une poussée brutale au travers de la garniture cartilagineuse du disque. Lorsque cette matière déborde et appuie sur un nerf, elle provoque une vive douleur, et c'est ce qu'on appelle une hernie ou hernie discale. La douleur discale s'accroît généralement en l'espace de quelques jours. Elle disparaît en 4 à 6 semaines, mais elle peut revenir sous la forme d'une douleur insupportable.

Troisièmement, les activités qui provoquent une pression sur la racine du nerf sciatique engendrent une sciatalgie. La cause la plus courante de la sciatalgie est la pression sur un nerf rachidien exercée par un disque ou une excroissance osseuse. Elle est distinguée par des douleurs au niveau de la fesse, la cuisse et la jambe. Souvent, la douleur s'amplifie sur plusieurs jours, et risque même de durer jusqu'à plusieurs semaines.

Enfin, le vieillissement peut engendrer chez certaines personnes une affection appelée sténose spinale. Cette maladie est caractérisée par un rétrécissement du canal dans lequel la moelle épinière est contenue. Cette affection peut être provoquée par des excroissances osseuses qui font protrusion⁵ dans le canal ou par le durcissement des bandelettes de tissus qui soutiennent la colonne vertébrale. Ainsi, la sténose spinale peut causer des douleurs ou des engourdissements dans le dos ou le cou, de la faiblesse dans les bras et les jambes.

6) Symptômes et Complications

Il existe plusieurs signes qui pourraient nous aider à distinguer le mal de dos.

On distingue d'abord la douleur causée par un spasme musculaire dorsal et qui peut se propager dans les fesses et jusque dans les jambes. Il y a également les douleurs articulaires dans le bas du dos pouvant se propager jusqu'à l'arrière des cuisses. Elles sont comme une douleur en coup de poignard que l'on ressent lors de la blessure ou quelques jours plus tard. Ainsi, si une personne éprouve des difficultés à sortir d'une voiture ou de son lit, elle souffre souvent de douleurs articulaires dorsales. On le reconnaît quand les douleurs s'accroissent lorsque la personne se penche en arrière. De même, la douleur est généralement plus prononcée dans une jambe par rapport à l'autre.

Concernant les douleurs ressenties lorsque l'on se penche en avant, elles peuvent être le signe d'un trouble d'ordre discal, mais pas toujours. Il en est de même pour les crises de douleurs dorsales brèves, mais aiguës qui se succèdent à des crises plus longues. C'est pourquoi, une personne qui ressent de la douleur lorsqu'elle se penche en avant et en arrière souffre probablement d'un décalage des articulations dorsales causé par l'amincissement des disques, transformant ces articulations plus vulnérables à la contrainte ou alors à cause d'une musculature déséquilibrée ne permettant plus à la vertèbre de remplir sa fonction. Lorsqu'il y a usure des disques, cela peut aussi signifier un dos moins flexible et le pincement d'un nerf, déclenchant une douleur sciatgique dans les membres inférieurs, susceptible de se propager parfois jusque dans le pied. La sciatgie s'amplifie lorsque la personne se penche en avant. Quand il y a beaucoup de pressions sur le nerf, les muscles risquent de s'affaiblir et des problèmes intestinaux, vésicaux peuvent survenir si le problème persiste.

⁵ Une protrusion est une position avancée ou mouvement vers l'avant d'un organe.

Quant à l'hernie discale, elle se caractérise par une douleur constante dans le dos et parfois dans le/s membre/s inférieur/s. Lorsqu'on sent une douleur sciatalgique intense qui persiste et se propage jusque dans la jambe et dans le pied, c'est un signe possible d'hernie discale.

Enfin, lorsque l'os fait saillie dans la moelle épinière et s'appuie sur un nerf, cela engendre une douleur. En effet, la sténose du canal rachidien ne représente pas forcément un problème majeur. Toutefois, si une personne se sent de plus en plus engourdie et éprouve des difficultés à se déplacer, il faut se méfier car elle a peut être besoin d'une intervention plus conséquente qu'un simple massage.

III. L'approche du traitement ostéo-vertébrologique

Notre mode de vie entraîne des distorsions de notre système musculosquelettique. Des mauvaises positions au travail, le fait de porter des lourdes charges provoquent des déséquilibres et des souffrances. Dans cette partie, je mettrai en exergue l'ostéopathie, la vertébrologie et l'ostéo-vertébrologie. L'étude de ces trois thérapies permettra de distinguer les principes du traitement ostéo-vertébrologique. Les thérapies décrites ici appartiennent aux thérapies complémentaires.

1) Ostéopathie

L'ostéopathie est une thérapie globale fondée sur la manipulation des muscles et articulations. La thérapie ostéopathique a recours à des manipulations diversifiées pour corriger des anomalies structurales supposées. Le thérapeute a pour rôle de remettre en état l'organisme en rétablissant et en redressant l'état des fondations du squelette. Nous y trouvons les techniques d'étirement, relâchement, etc...elle est recommandée pour maux de dos, douleurs sciatiques, étourdissements, et autres .Ses praticiens affirment pouvoir soigner tout les maux.

2) Vertébrologie

Elle se rapproche de l'ostéopathie. Un mode de soin manuel réservé uniquement à l'usage des professionnels en techniques du toucher. La vertébrologie s'adresse aux malades souffrant de maux de dos. Comme en ostéopathie, ces lésions sont représentées par la fixation d'une vertèbre dans une position qu'elle n'aurait dû occuper que dans les limites extrêmes du mouvement physiologique, donc elles se manifestent différemment selon leur localisation. Cette spécialité consiste à manœuvrer les vertèbres tant cervicales que lombaires et dorsales.

Elle applique seulement un traitement mécanique réunissant tractions et manipulations mais peu de massage.

Les tractions : dans le sens littéral « tirer ». Le but est d'étirer les tissus pour soulager la pression qui s'exerce sur les disques dans les problèmes de dos.

La manipulation : une technique qui en faisant bouger les articulations d'une façon « contrôlée » permet de libérer les tensions en partant de l'os vers le muscle.

3) L'ostéo-vertébrologie

L'ostéo-vertébrologie considère l'Homme dans sa généralité, ses caractères physiologiques, psychologiques et philosophiques. L'ostéo-vertébrologie aide à :

- Libérer les tensions de manière douce, soit du muscle en direction de l'os.
- Rejeter toute forme de fatigue causée par toutes sortes de contractions.
- Retrouver la joie de vivre en se sentant bien dans son corps.
- Stimuler la mémoire par une amélioration de la circulation énergétique et sanguine. nécessaires lors d'étapes importantes, comme des examens, ou encore des compétitions, etc. ;
- Vieillir mieux, en ayant une meilleure liberté de mouvements dans les actes journaliers.

L'ostéo-vertébrologie est une thérapie globale fondée sur la mobilisation de muscles et articulations. La thérapie ostéo-vertébrologique a recours à des applications diversifiées pour corriger des anomalies structurales supposées et vérifiées. Le thérapeute a pour rôle de remettre en route le circuit naturel de l'organisme en rétablissant et en redressant l'état des fondations du squelette afin que la structure retrouve sa fonction. Nous y trouvons les techniques d'étirement, de relâchement, myo-tensives, de pratiques manuelles, de pratiques kinétiques etc...elle est recommandée pour les troubles tels que la TDAH, migraines, maux de dos, douleurs sciatiques, étourdissements, fatigue musculaire, stress et bien d'autres pathologies très modernes. (Cette définition correspond presque à celle de l'ostéopathe mais ses différences font toute LA différence).

De prime abord un bon état d'équilibre est d'ordre physique et psychique. L'équilibre est indispensable sur le plan sanitaire car le fonctionnement de notre corps en dépend. Un dysfonctionnement ne se déclenche pas seulement à la suite d'un problème corporel ou

émotionnel, mais les deux sont cohérents. L'acquisition de cette stabilité nécessite donc la participation du patient à SA guérison.

En tant que traitement holistique, il se concentre de même sur le patient, car chaque individu ne peut pas être traité exactement de la même façon qu'un autre. Le processus d'une guérison se maintient sur la centration de la personne (spirituelle et physique) et pas forcément sa maladie - un privilège que des fois la médecine conventionnelle ne nous attribue pas ou plus.

Cette méthode, qui combine à la fois techniques manuelles traditionnelles chinoises, ostéologie, vertébrologie et kinésiologie amène à un résultat rapide, efficace, et de longue durée. Pour rétablir une posture, par exemple, quelques gestes tout en douceur au niveau des cervicales, dorsales, lombaires, bassin et ses muscles, hanches, genoux, chevilles...etc, peuvent à elles seules faire un meilleur travail qu'une pilule verte anti-bobo ou des cric-croc bien sauvages.

Le thérapeute travaille également sur le diagnostic corporel, ceci a pour objectif de traiter la racine du problème le plus important mais pas l'immédiat car comme je l'ai évoqué dans le sous-titre précédent les symptômes de douleurs peuvent être sous-jacents et réapparaître plus tard sous forme plus sérieuse.

Cette discipline s'étend aussi sur la « vascularisation » parce que les douleurs résultent souvent d'une mauvaise circulation et affectent donc les jambes et les pieds. Lorsqu'il y a congestion, il y a une mauvaise circulation sanguine et retrouver une circulation simplifiée aidera quant à la durée du trauma.

Chap. II : La séance

La séance d'ostéo-vertébrologie varie de 60 mn à 90 mn au minimum et se fait sur rendez-vous. La séance se pratique en moyenne 5 à 6 fois et les patients peuvent aisément faire des séances d'abonnements.

IV. Le déroulement

1) l'anamnèse

Le thérapeute établit un entretien avec le patient pour en apprendre sur sa personnalité, allant de son tempérament à son état de santé, ce qui est nécessaire afin de suggérer les traitements les plus adaptés. Cette enquête a lieu dès la première visite. Les questions concernent non seulement les symptômes dont le patient souffre, mais aussi des questions d'ordre familial, professionnel et émotionnel par exemple votre profession, vos habitudes, vos fréquentations, vos rythmes quotidiens... des questions qui vont bien au-delà des renseignements qu'un médecin ordinaire demande généralement. Cette discussion prendra d'une demi-heure à une heure environ.

2) Le massage

Il s'agit du plus ancien des procédés thérapeutiques et souvent prescrit pour les douleurs chroniques. Le massage a pour motif de détendre, rétablir la connexion corps/esprit, d'assouplir les muscles et stimuler la circulation du sang. Le masseur ostéo-vertébrologiste utilise les massages et les exercices gestuels, car il partage partiellement la philosophie de nombreux thérapeutes (ostéopathes, vertébrothérapeutes) complémentaires utilisant la manipulation. A la différence qu'en ostéo-vertébrologie, on préfère parler de réharmonisations ou de mobilisations active/passive.

3) Techniques gestuelles

Les techniques posturales peuvent aider à soulager différentes sortes de douleurs. Les techniques réunissent ici l'ostéologie, la vertébrologie et la médecine manuelle traditionnelle chinoise. Des disciplines connues comme traitements pour restaurer la structure du corps. Notez ici qu'avant d'adopter ces techniques, un bilan clinique est à effectuer. Les techniques corporelles se font d'une manière passive (se laisser manipuler) ou active (exécuter soi-même les mouvements) avec des mouvements lents et doux et ne dépassent jamais les zones de confort. Les mobilisations sont effectuées avec douceur avec le patient et non contre lui. Les mouvements exécutés sont additionnés à la respiration. Ainsi donc, nous obtenons des techniques dites myo-tensives (inspiration+mouvement dans le sens de fonction) ou des techniques d'étirements musculaires (expiration+mouvement en sens opposé de la fonction) ou de développements (expiration+mouvement dans le sens de travail). A ces techniques sont

automatiquement associées les différentes techniques de massage thérapeutiques plus ou moins propre à chacun.

Les conseils thérapeutiques sont pareillement recommandés à l'exemple de la gestion de stress, les exercices physiques à faire chez soi, etc... Même si la plupart du temps les patients ne les font pas. L'essentiel est que le thérapeute informe son patient de la voie idéale à suivre, sans lui faire comprendre sa stupidité s'il ne le fait pas. Il est juste de notre devoir de donner ces renseignements afin qu'il ait les clefs lui ouvrant la porte de l'autoguérison.

V. Les spécialistes

Comme je l'ai souvent mentionné dans mon écrit, la pratique de l'ostéo-vertébrologie est seulement attribuée à des professionnels en techniques du toucher. Prenons le cas des ostéo-vertébrologistes qui actuellement sont formés hors des circuits universitaires, malgré cela, leur compétences restent remarquables grâce à l'approche qui est faite. Certains thérapeutes qui ont suivi des formations médicales ou paramédicales et effectuant des actes médicaux peuvent même se montrer moins performants sur le plan postural qu'un masseur ostéo-vertébrologiste. Cela pour amener à dire que la reconnaissance d'un thérapeute par un groupe demeure certes une reconnaissance mais n'est en aucun cas une preuve de ses compétences. Citons aussi les pseudo-masseurs, de nos jours, le massage est devenu un traitement en vogue. Plus ce type de soin se répand, plus les charlatans se multiplient.

Sur ce, l'ostéo-vertébrologie associe donc : l'ostéologie, la vertébrologie, le masseur (kinésithérapeute), praticiens des techniques manuelles chinoises.

L'ostéo-vertébrologie se présente donc comme une technique pluridisciplinaire complète combinant divers moyens de traitements, et également différentes disciplines. A part l'ostéologie, la vertébrologie et le massage, nous pouvons voir d'autres applications thérapeutiques de cette discipline.

2e PARTIE : APPLICATIONS THERAPEUTIQUES DE L'OSTEO-VERTEBROLOGIE

Comme je l'ai déjà énoncé l'ostéo-vertébrologie use de divers moyens thérapeutiques. Dans cette partie je me suis intéressé sur les applications thérapeutiques spirituelles, qui se concentrent sur les problèmes unissant émotion et physique.

Chap. III : Le traitement spirituel et manuel:

Le concept de la douleur est tout aussi émotionnel que physique, que dépendant de la culture. Un choc émotionnel peut provoquer des traumatismes, des dépressions, et la plupart du temps des douleurs physico-psychiques. Dans ce cas, les thérapies efficaces comprennent des approches physique et psychologique.

VI. Thérapie chinoise

« La médecine chinoise traditionnelle est fondée sur une théorie du fonctionnement de l'être humain en bonne santé, d'un point de vue physiologique, psychologique, anatomique, etc. »⁶. Actuellement plusieurs pays font intégrer les thérapies chinoises dans leur système de soins. C'est le cas des spécialistes de l'ostéo-vertébrologie, qui travaillent avec des techniques de praticiens en techniques manuelles chinoises. Les méthodes chinoises sont variées (acupuncture, phytothérapie, ...), mais nous nous canalisons sur une technique gestuelle qui est le « tai chi ».

1) Tai chi

Associant méditation et gymnastique, le tai chi chuan est enseigné et pratiqué en Chine depuis plusieurs dizaines de centaines années. Tout comme le yoga, le tai chi s'est répandu en Occident et est maintenant pratiqué dans de nombreux pays. Le tai chi ou tai chi chuan (fortes similarités) est né d'une gestuelle encore plus ancienne, le chi Kong, un style de mouvement lent et gracieux « Pratique liée au taoïsme dont le but est l'équilibre intérieur et la libération d'énergie »⁷. Cette gestuelle entraîne des bienfaits psychiques et corporels car elle assemble à la fois corps, esprit et croyances.

⁶ PENELOPE ODY, encyclopédie pratique, les plantes médicinales, Paris, 1996, 192p

⁷ GUY MAZARS, la médecine indienne, Paris, Ed. Presses universitaires, 1995, 130p.

2) La pratique du tai-chi

Le but du tai chi est de développer le chi ou le ki (force de la vie ou énergie) dans le corps. Il sert à se soigner et à se maintenir en bonne forme (homéostasie). Il peut être un complément d'un traitement médical pour lutter contre certains problèmes liés au stress, à la douleur voir même au comportement. Physiquement parlant, les mouvements pratiqués dans le tai chi permettent de fortifier le corps, d'assurer la santé et d'apporter un réconfort aux souffrances du corps. Ces mouvements sont aussi des remèdes efficaces contre le vieillissement articulaire. Les exercices de tai chi améliorent la qualité de vie car elle réduit la fréquence des maladies du grand âge comme les maladies cardio-vasculaires. Il règle également certains problèmes respiratoires en mettant en relief le contrôle de la respiration.

Une tactique très opérant pour faire face et s'échapper à des situations de stress. Devant ces difficultés rationnelles, le chi encourage les lumières spirituelles et permet de relâcher les tensions de tous ordres. On le classe aussi souvent parmi les thérapies par l'énergie que dans les thérapies manuelles. Les concepts orientaux sur l'énergie sont de plus en plus utilisés dans le traitement de la douleur.

Le tai chi se pratique dans les parcs ou bien dans les grandes places publiques avec des dizaines et parfois des centaines de personnes. De nos jours, beaucoup de gens le considèrent en tant que leur gymnastique quotidienne.

Comme je parle de thérapies chinoises, je me suis permis d'élargir cette sous-partie avec « l'acupuncture » car l'acupressure/digipuncture est indirectement une extension de l'ostéo-vertébrologie.

3) L'acupuncture

C'est une pratique médicale chinoise, découvert il y a des milliers d'années. Elle consiste à piquer certains points du corps à l'aide des aiguilles, qui sont censées libérer l'énergie à travers le corps. Les médecins qui font appel à l'acupuncture pour soulager la douleur sont de plus en plus nombreux. L'acupuncture chinoise se base sur les techniques traditionnelles et le taoïsme, contrairement à l'acupuncture occidentale qui adoptent des concepts occidentaux se basant sur l'anatomie et la physiologie ; ce qui nous mène au prochain sous-titre la thérapie européenne.

VII. Thérapies européennes

Ici, je distinguerai les thérapies manuelles qui font d'elles-mêmes le pont avec le lien corps, esprit, valeurs croyances...il y a beaucoup de différents modèles de thérapies manuelles, certaines sont pratiquées par des membres de profession de santé à l'instar des ostéopathes, kinésithérapeutes, chiropracteur... etc... ,d'autres par des praticiens qui ne sont pas membres comme les thérapeutes par le massage. Ces types de thérapies sont en relation avec l'étude de l'ostéo-vertébrologie.

1) La réflexologie

Cette méthode intègre de divers principes de l'acupuncture, digipuncture et massage. Elle se base sur le concept chinois, selon lequel l'énergie vitale circule le long des méridiens pour aboutir dans les pieds. En effet, elle consiste à masser des points de la plante des pieds qui correspondent à un organe ou à une fonction physiologique. Si on ne ressent aucune douleur, l'organe est en bonne santé, en revanche si le point est sensible, alors l'organe correspondant est atteint ce qui permettra d'établir un diagnostic. Par exemple, le le flan proximal du gros orteil correspond à la nuque ; masser et exercer des pressions sur cette zone apaisent les douleurs des cervicales et de la nuque. La thérapie a un effet relaxant, le massage améliore la circulation et stimule la plupart des fonctions corporelles.

2) La chiropractie

Le mot Chiros dérive du mot grec kheir, ou main, et praktikos qui désigne la pratique. Donc, par définition, la chiropratique, repose sur l'usage des mains. Elle a principalement recours à des conseils d'ordre psychologique, sanitaire, hygiénique et nutritionnel ainsi qu'à des manipulations de la colonne vertébrale et des articulations. Elle repose sur le principe selon lequel ces manipulations rétablissent les fonctions normales des articulations, ce qui permettra aux patients de recouvrer la santé. Le chiropracteur s'appuie sur la radiographie du squelette et la palpation du dos. L'acte chiropratique consiste ensuite à remettre en place, manuellement, l'articulation en cause : on parle ici d'ajustement vertébral. Les techniques utilisées sont multiples et comportent des étirements, des techniques musculaires...Cette

pratique est très proche de l'ostéopathie car ces deux disciplines utilisent de la structure à la musculature comme sens de travail.

Ainsi, la chiropratique est une médecine manuelle très courante originaire de l'Amérique du Nord, où elle est classée la seconde profession de santé. La chiropratique est reconnue en Suisse, elle est assez proche de l'ostéopathie. Cependant, quelques principes permettent de la différencier.

Par ailleurs, les chiropraticiens considèrent que l'être humain est formé de trois parties, dont une âme ou psyché correspondant aux aspects spirituels et immatériels ; un corps qui représente le côté physique et matériel ; ainsi qu'un système nerveux qui assure les relations entre les deux premiers éléments. L'autre distinction de la chiropratique est son fondement sur l'existence de subluxations vertébrales. En effet, d'après les chiropraticiens, ces subluxations qui peuvent être secondaires à une perturbation fonctionnelle ou en rapport avec l'atteinte organique d'une articulation, peuvent engendrer des effets dévastateurs locaux ou à distance, sur la santé en opposant une résistance à la transmission de l'influx nerveux.

Enfin, le traitement chiropratique a particulièrement pour objectif de « détruire » toutes les causes de subluxation vertébrale afin de rétablir le passage de l'influx nerveux. C'est pourquoi, la radiologie a une place primordiale dans l'établissement du diagnostic. Souvent, les chiropraticiens demandent au patient d'effectuer des radiographies de la colonne vertébrale et du bassin ou utilisent le scanner, IRM... Lorsque la subluxation vertébrale responsable est trouvée, le chiropracteur procédera rapidement à une série de manipulations vertébrales précises, encore dénommées "ajustements" chiropratiques, pour que le nerf impliqué dans le dysfonctionnement soit libéré.

3) La fascia thérapie

« Thérapie manuelle destinée à rétablir une bonne irrigation sanguine des muscles en relâchant leurs fascias »⁸. Une thérapie au même titre que l'ostéopathie mais se concentre surtout sur la circulation de l'énergie. En relaxant nos fascias, c'est-à-dire les fines membranes qui enveloppent muscles et organes, cette méthode manuelle, indolore soulage les blocages, élimine la fatigue et le stress, remet en harmonie le corps et l'esprit.

⁸ YVES MICHAUD, université de tous les savoirs, *Les Nouvelles Thérapies*, Paris, Oct.2004, 215p.

Les fascias⁹ sont de fines membranes qui encerclent les muscles, les os, les viscères, le cerveau, la moelle épinière, les ligaments, et les relient entre eux comme une toile d'araignée. Très élastiques, ils maintiennent les organes et amortissent les chocs. Cependant, sous l'action du stress, ces tissus conjonctifs se contractent pour se rétracter. Mais, il arrive qu'ils ne se rétractent pas. Alors, on aperçoit des signes fonctionnels tels que les douleurs, la fatigue, le mal-être, les maux divers qui, souvent, sont la source de la maladie proprement dite.

L'objectif de la fascia thérapie est de traiter ces signaux dès qu'ils apparaissent, et ce, en décrispant les fascias pour qu'ils retrouvent leur place, leur rythme et laissent circuler l'énergie. Elle a également pour finalité de développer chez le patient la perception qu'il a de son propre corps, en lui faisant prendre conscience peu à peu de l'importance de son ressenti. Car, lorsqu'on développe une présence à soi, on harmonise également la relation avec les autres parce que l'on devient soi-même plus stable, plus adaptable. Pareillement, lorsqu'on se sent mieux, au sens propre du terme, on résiste mieux aux effets du stress.

4) Les massages

Les massages se pratiquent de plus en plus dans les hôpitaux et les cliniques. Si le massage oriental a pour but de soulager les maux de tête, la fatigue et diverses douleurs ; les méthodes occidentales se concentrent plutôt sur les articulations, les tissus musculaires, le système nerveux et le système endocrinien. Ils tentent la fusion mentale et corporelle en stimulant les nerfs et les muscles, car le physique influe le psychique, et inversement.

En guise d'annexe à cette partie, j'aborderai ci-après les psychothérapies et les techniques de guérison.

5) Les psychothérapies

C'est un sujet très large qui suscite une étude approfondie ainsi, je mentionnerai uniquement ici les principes de cette thérapie. On parle de psychothérapie et entretiens quand il s'agit de douleurs émotionnelles. Elles donnent aux patients la liberté d'exprimer leurs émotions et pensées dans la plus grande confidentialité. La psychothérapie tente d'amener le patient à comprendre et affronter ses problèmes psychologiques ; qui souvent véhiculent les

⁹ A l'origine, "fascia" est un mot latin qui signifie bande, tissu

douleurs physiques. Aujourd'hui, les psychothérapeutes travaillent avec les médecins dans des hôpitaux, cliniques, centre de santé, cabinet et même par le biais d'« écoles formatrices d'adulte » enseignant la maîtrise et la connaissance de soi.

6) Techniques de guérison

Auparavant, on les nommait « guérison spirituelle » ou « guérison par la foi ». Le traitement n'implique pas de manipulation du corps ou de prise de médicaments d'aucunes sortes. La plupart de ces thérapies ont comme principes le toucher et l'imposition des mains. Beaucoup de gens croient que cette technique peut les guérir. Les guérisseurs n'ont pas tous la même approche. Certains se fient à leur intuition, à leur toucher ; d'autres peuvent être une personne avec des pouvoirs spirituels, dans ce cas le patient doit croire en ce pouvoir pour que le traitement soit efficace.

Bref, tous ces types de thérapies que j'ai citées ne sont que des échantillons de la liste des thérapies manuelles. Ces disciplines ont chacune leurs principes de bases ; mais elles ont un but commun : traiter et soulager la douleur. Ce qui nous amène au chapitre suivant qui s'étalera sur ce but : soulager la douleur, émotionnelle, physique, et la variante unissant les deux qui sont souvent indissociables.

Chap. IV : Les visées de la thérapie

VIII. Soulager les douleurs :

Si les approches conventionnelles se reposent sur la prescription de médicaments puissants pour soulager les symptômes ; les techniques parallèles donne la possibilité à la personne qui souffre de prendre en charge sa santé. L'ostéo-vertébrologie unissant massage et ostéologie est une approche qui permet d'avoir des résultats clairs, rapides et durables. Elle permet de soulager diverses douleurs et donnent même des résultats inattendus car la douleur céans se concentre sur le plan psychique et physique.

1) Physique

Comme j'ai toujours annoncé que l'objectif de ces thérapies manuelles y compris l'ostéo-vertébrologie est d'apporter des traitements contre les différentes sortes de douleurs, dans ce chapitre j'apporterai les détails de cette objectif tout d'abord sur le domaine corporel.

Les problèmes de dos et d'articulations sont le mal du siècle du monde occidental. Le système musculosquelettique est une source fréquente de douleurs vu qu'il permet d'accomplir les tâches mécaniques. Les thérapies citées ci-dessus répondent à la demande des patients en les libérant de ces douleurs. Tout d'abord, elles permettent la récupération de la mobilité articulaire, vertébrale et tissulaire, étant donné que notre corps subit une tension journalière. Avec le rythme quotidien, nos muscles sont de moins en moins sollicités, et cela entraîne des conséquences à l'exemple des spasmes musculaires. Dans ce cas, les thérapies comme le massage s'appliquent. Il sert à détendre les muscles et assouplir les articulations, ceci dans le but de réduire ces fréquences de spasmes. Concernant le massage ostéo-vertébrologique, il permet de retrouver une posture équilibrée. L'un des principes sur laquelle l'ostéo-vertébrologie se repose est « d'aider le patient à se guérir et non pas de le guérir »¹⁰. Ici, je mets en avant les conseils thérapeutiques pratiqués par soi-même. Le patient prend part à sa guérison. Dans l'ordre physiologique, les exercices physiques sont très recommandés par les thérapeutes. L'exercice physique est un complément parfait dans notre pratique quotidienne pour avoir une bonne hygiène de vie. Cela ne veut pas dire s'adonner à un sport de haut niveau ; mais pratiquer des gymnastiques douces (cardio, étirements, relaxation,...), par exemple chaque matin, ce qui est efficace pour retrouver la forme et le tonus.

Ces techniques complémentaires améliorent le fonctionnement de l'organisme comme l'élimination des toxines.

2) Psychique.

La douleur est généralement considérée comme un phénomène physique. Mais il existe une autre douleur tout aussi réelle, il s'agit de la douleur émotionnelle. Les facteurs en sont nombreux. Prenons comme exemple le stress. Comme l'affirme Elisabeth Grebot dans

¹⁰ Doc.de cours

son livre « le stress est un élément de vie chez tout individu »¹¹. Ainsi le rôle des thérapies manuelles (chinoises/européennes) est de réduire les conséquences du stress.

Une surcharge de travail, de mauvaises habitudes alimentaires, le manque de temps, etc. chacun de ses facteurs peuvent être une cause de stress pour l'organisme. Le stress amène donc certaines personnes à consommer des produits médicaux qui sont parfois moralement illicites. Cette consommation conduit directement à l'addiction ou dépendance. Face à ce genre de problème les thérapies alternatives aident les patients à se traiter d'une autre manière. J'ai mentionné les exercices. Ils contribuent non seulement dans la douleur physique, mais ils aident également à surmonter la douleur psychique. Pratiquer une activité physique aux premiers signes de dépression peut très bien l'arrêter net.

Dans la pratique de l'ostéo-vertébrologie, les techniques gestuelles (ostéologie, vertébrologie) appliquées libèrent les patients des tensions émotionnelles car elles empêchent les émotions de les submerger. Quant au massage, elle permet d'oublier les petits tracas du quotidien. C'est un merveilleux relaxant qui soulage les souffrances psychiques.

Les techniques de mouvement comme la pratique du tai chi peuvent aussi présenter des avantages dans les traitements des douleurs rationnelles. Ils entraînent un grand calme mental grâce à la méditation et la prise de conscience de la respiration.

Douleur physique et psychologique sont étroitement liées. Le désordre émotionnel peut véhiculer des effets physiques ; car le corps et l'esprit ne font qu'un. Prenons un cas concret : des réactions négatives au stress et les émotions peuvent provoquer une tension musculaire. Se préoccuper de l'état physique d'une personne peut aider à améliorer les symptômes de la douleur mentale. En tant que traitement holistique les thérapies manuelles ou l'ostéo-vertébrologie ont comme objectif de traiter le patient comme un tout. Une consultation avec les thérapeutes fera le point sur tous les facteurs de style de vie pouvant provoquer la douleur. Une meilleure condition physique peut avoir des effets remarquables sur la souffrance psychique, comme la dépression ou l'anxiété. Les thérapies par le mouvement comme le tai chi encouragent une approche mentale et corporelle pour gérer la douleur. Ces

¹¹ Elisabeth Grebot, *le stress*, paris, Ed. Le cavalier bleu, Paris, 127p.

thérapies favorisent la relaxation des muscles du dos en évitant le stress, une origine courante de tensions musculaires.

D'après ces thérapies que j'ai étalées, nous pouvons voir que les approches du soulagement de la douleur varient selon les conditions. Les thérapies parallèles ou alternatives disposent de méthodes qui répondent aux attentes des patients. Il existe des traitements que l'on ne trouve pas dans la médecine conventionnelle. Bien que ces techniques soient bénéfiques pour la douleur ; elles sont spécifiques dans leur procédés. Dans ce contexte, chacune à leurs façons de promouvoir leur discipline. Puisque mon étude se porte sur l'ostéo-vertébrologie, j'exposerai dans la dernière partie qui suit la promotion de cette discipline.

3e PARTIE : L'OSTEO-VERTEBROLOGIE UN DOMAINE MEDICAL A DÉVELOPPER

Actuellement, les gens se tournent facilement vers les thérapeutes en médecines parallèles. Grâce à ces thérapies, ils connaissent une amélioration de leur condition et une meilleure qualité de soins. La récente popularité de la médecine non conventionnelle a eu pour effet un afflux de nouveaux traitements incluant les thérapies de la douleur. Qu'en est-il pour la promotion de l'ostéo-vertébrologie ?

Chap. V : Promotion du traitement

L'efficacité d'un traitement se reconnaît par les effets ou bien les résultats qu'il présente. Il est vrai que de nos jours nombreux thérapeutes n'ont pas de formations officielles, pourtant certains offrent un traitement efficace. Par rapport aux nouvelles thérapies récemment introduites dans le marché médical, comment se place l'ostéo-vertébrologie ?

IX. L'ostéo-vertébrologie comparé à d'autres techniques parallèles

Sur le plan technique, cette pratique représente diverses méthodes et réunissant des thérapeutes comme les ostéopathes, vertébrothérapeutes et des praticiens pratiquant les thérapies manuelles chinoises. Cette association indique un précieux avantage, car chaque thérapeute annoncé ici est spécialisé dans son domaine. L'alliance de travail entre ces disciplines permet d'obtenir des guérisons rapides et parfois des déblocages inattendus. Les thérapeutes utilisant la mobilisation disposent de diverses techniques pour soulager la douleur

et corriger l'alignement de la colonne vertébrale qui a subi des modifications dues à de mauvaises positions comme de mauvaises conditions de vie et traumatismes divers...

Prenons le cas de l'ostéo-vertébrologie comparé à la chiropractie. La chiropractie utilise des manèges un peu plus brutaux que l'ostéo-vertébrologue et ses praticiens sont plus conventionnels dans leur examen clinique, par exemple ils utilisent les radios pour faire un diagnostic. J'ai évoqué de même que la pratique de l'ostéo-vertébrologie tend aussi à résoudre les problèmes de circulation. La chiropractie tourne essentiellement autour des nerfs, contrairement à l'ostéo-vertébrologie où le flux sanguin est un facteur important. Dans la mise en pratique l'ostéo-vertébrologie comporte des mobilisations osseuses, à l'inverse du fascia thérapie qui n'applique aucune manipulation/mobilisations de la structure osseuse mais porte sur le toucher et la capacité des mains de thérapeutes.

L'ostéo-vertébrologie se combine aux pouvoirs des thérapies manuelles chinoises pour accentuer les effets thérapeutiques. Cette contribution donne des résultats encore plus remarquables et satisfaisants pour les patients, car elle favorise la relaxation et le retour à un état émotionnel équilibré.

Aujourd'hui, dans la pratique des massages, les huiles essentielles sont très utilisées, cette méthode se nomme l'aromathérapie. Elle peut également traiter des problèmes musculaires. Prenons le cas des rhumatismes. Il est vrai que, l'aromathérapie peut aider à détendre et à soulager la douleur, mais elle ne peut pas reconstituer les cartilages détruits et ne peut pas toujours alléger la douleur ressentie dans les os ; contrairement à l'ostéo-vertébrologie (par exercices kinétiques) qui apaise ces douleurs ostéopathiques et rétablit la mobilité articulaire.

Les conseils thérapeutiques complètent cette discipline. Les conseils sont très importants afin que le traitement s'applique. Par rapport à certains médecins conventionnels qui se contentent de prescrire des médicaments, les thérapeutes de l'ostéo-vertébrologie recommandent une alimentation saine, équilibrée qui permettra de conserver des os et des tissus en bonne santé. Sans oublier les exercices cardio-vasculaires et/ou taoïstes en extérieur qui seront très bénéfiques aux patients.

Les patients

L'ostéo-vertébrologie a un champ d'intervention large à l'instar des traitements de lombalgies, cervicalgies, dorsalgies, sciatalgies, entorses, luxations, contractions musculaires, névralgies, cruralgies, névralgies, vertiges, traumatismes divers, douleurs des membres, troubles digestifs, gynécologiques,... les sportifs comme les athlètes de haut niveau, les personnes âgées, les enfants ...etc...bénéficient de ce traitement.

1) Les personnes âgées

Pour les personnes âgées, ils rencontrent souvent des problèmes comme l'arthrose. Une pathologie liée au vieillissement de l'articulation. Elle se caractérise notamment par des douleurs pendant le fonctionnement de l'articulation endommagée. Le traitement ostéo-vertébrologique peut soulager les maux liés aux arthroses en redonnant du mouvement aux articulations. Même s'il est impossible de rajeunir une articulation endommagée. L'association des connaissances en ostéologie, vertébrologie et massage+kinésiologie améliore la qualité de vie et limite les handicaps ; lors de soins..

En effet, à travers les âges, le corps de l'homme subi des transformations. Par conséquent, l'organisme a le devoir permanent de suivre le rythme de notre activité. Cependant, avec les années qui passent, les ligaments perdent de leur élasticité, les cartilages sont usés par les contraintes que les articulations ont subies. C'est ainsi que débute l'arthrose. En outre, le corps a stocké plusieurs traumatismes qui l'empêchent de s'autoréguler. Alors, le corps n'arrive plus à compenser ou à s'adapter.

Une fois chez l'ostéo-vertébrologue, celui-ci procède à un examen approfondi grâce à son anamnèse et ses tests qui détermineront si les troubles du patient relèvent bien de sa compétence ainsi que révéleront le protocole à suivre. Ensuite, le praticien effectue un examen palpatoire et visuel minutieux ayant pour but de déceler les régions du corps, où la mobilité est réduite et/ou en stase. En effet, c'est le gain de mobilité de l'ensemble du corps qui assure un meilleur fonctionnement de l'organisme. Une structure saine remplit une fonction saine.

Par la suite, grâce à l'ostéo-vertébrologue, les douleurs articulaires et musculaires peuvent diminuer peu à peu, de même que celles de la fonction digestive et urinaire. Par

conséquent, la personne âgée retrouve un meilleur sommeil. De plus, la consommation de médicaments, tels que les anti-inflammatoires, antalgiques, anti-nauséux, laxatifs peut parfois être diminuée et les interventions chirurgicales peuvent être ainsi évitées ou reportées.

2) Les sportifs

Cette branche est à même de collaborer également avec les différentes disciplines sportives. La pratique régulière d'un sport cardio-vasculaire est bénéfique pour la santé, cependant, elle peut parfois causer des microtraumatismes par sur sollicitations des différentes parties. Nous savons qu'à chaque sport correspond des types de blessures et donc certains types de lésions. Ces blessures doivent souvent faire l'objet d'une radio de contrôle ainsi que de sérieuses séances de rééducation.

Bien plus que les autres personnes, le sportif sollicite physiquement son corps au-delà des limites habituelles, que ce soit dans le sport détente, soit dans le sport de compétition. Tous les sportifs ont des objectifs communs : essayer de prendre soin de lui afin d'éviter des incidents ou blessures musculaires et articulaires, pour optimiser dans la mesure du possible ses performances physiques, raccourcir le temps de récupération après l'effort... Cependant, pour que ces objectifs se réalisent, il leur est nécessaire d'être suivi régulièrement par un spécialiste connaissant les traumatismes du sport. Ce thérapeute devra être un fin psychologue et pédagogue car « le sportif moyen » possède plus de connexions neuronales sur un plan musculaire que cérébral. S'il faisait du sport pour le bien de son corps et non pour l'affirmation de la puissance de son corps tout serait plus facile avec lui.

L'ostéo-vertébrologue intervient dans les cas de blessures d'athlètes, les footballeurs, hockeyeurs, freedriders etc... Il est utile dans les soins de lésions comme l'entorse, les foulures et autres, mais n'intervient pas en cas d'infection. Il va optimiser le processus de guérison en rétablissant la mobilité articulaire ainsi que les diverses tensions musculofasciales liées aux traumatismes. Dans le cas du sportif de haut niveau, mise à part la prise en charge des blessures, l'objectif est de restaurer la mobilité de la totalité des structures anatomiques de l'athlète afin qu'il puisse atteindre les performances sportives maximales... même si ce n'est que provisoire. C'est là que ce type de thérapeute est intéressant à consulter car

l'approche ressemble peu aux schémas classiques. S'il y a quelques années, l'application de l'ostéopathie et la vertèbrologie était considéré comme « méthode approuvée », aujourd'hui l'ostéo-vertèbrologie est reconnu par différents organismes, à condition qu'elle soit appliquée exclusivement par un professionnel en techniques du toucher qui soit qualifié.

Voilà pourquoi l'ostéo-vertèbrologie est entre autre une excellente approche pour ces personnes-là.

3) Les enfants

Chez les enfants, l'affection de la colonne vertébrale comme la scoliose est évolutive et mérite d'être surveillée de près. Les ostéo-vertèbrologistes comme les vertébrothérapeutes peuvent combattre activement contre ce type de pathologie évolutive.

4) Les femmes enceintes

Pendant la période de la grossesse, le corps de la femme change et doit se réadapter en permanence aux nouvelles contraintes provoquées par la croissance du bébé. A ce moment-là, peuvent apparaître certaines douleurs comme des lombalgies ou des sciatalgies, chez la femme enceinte. C'est pourquoi, le suivi de l'ostéo-vertèbrologiste est un avantage certain, pendant la grossesse, afin que le corps puisse s'adapter plus facilement à ses nouvelles contraintes.

Même si la grossesse se déroule sans douleur ni complication, il est néanmoins judicieux de consulter environ deux mois avant l'accouchement, et ce, afin de pouvoir relâcher les tensions qui pourraient exister au niveau du bassin et des lombaires, qui permettant ainsi aux diverses articulations de se mobiliser dans toute leur amplitude au moment de l'accouchement. En outre, après l'accouchement, l'ostéo-vertèbrologie peut toujours servir d'aide précieuse pour la mère et le bébé.

Cependant par mesure de sécurité et de protection pour lui-même, le thérapeute ne fera rien dès le 5^{ème} mois, hormis de simples massages car en cas de soucis de grossesse, même si le thérapeute n'est en rien responsable du survenu, il le sera aux yeux de la mère.

N.B : Les contrôleurs sont là pour nous rassurer face à des événements dont on n'a pas forcément la maîtrise.

5) Le nourrisson

Au moment de l'accouchement, la puissance des contractions utérines sur le crâne fœtal peut parfois provoquer des lésions. De plus, certaines méthodes, telles que l'expression abdominale ou l'utilisation d'outils (les forceps / les ventouses) représentent des contraintes supplémentaires sur le crâne du nouveau-né à naître.

Comme le crâne du nouveau-né est souple et malléable à la naissance, or l'accouchement a pu être la cause de tensions intra crâniennes imperceptibles voir de déformations crâniennes visibles, il est toujours préconisé de procéder à une « visite de contrôle » chez un ostéothérapeute, dont le travail consistera à rééquilibrer ces tensions, afin que l'enfant puisse recevoir le meilleur développement psychomoteur possible, en évitant toutes contraintes mécaniques. De même, un enfant né par césarienne qui n'a pas subi ces contraintes, par conséquent n'a pas eu le crâne modelé par les pressions utérines devrait également effectuer cette « visite de contrôle ».

X. Multiplication des cabinets

Actuellement, nous pouvons trouver cette discipline dans les hôpitaux et des cabinets mais c'est également « une branche médicale à part entière ». Les formations en soins parallèles sont aujourd'hui lancés, que ce soit par des écoles formatrices par le biais d'inscriptions via internet et d'autres réseaux académiques ; il est donc important de choisir judicieusement...Ainsi, il est important aussi de bien distinguer les thérapeutes que vous choisissiez.

- ❖ En général, les ostéo-vertébrologistes exercent en libéral dans un cabinet. De nos jours, il en existe encore très peu qui exercent dans les hôpitaux, néanmoins, les temps changent et la profession pourrait y trouver sa place.
- ❖ L'hôpital est un lieu où il pourrait élargir son champ d'action et approfondir sa pratique. Cependant, on se demande si les milieux hospitaliers sont prêts à accueillir ces pratiques ou non. En effet, l'ostéo-vertébrologie par ces applications multiples, apporte des réponses efficaces, qui complètent les traitements classiques et se trouve même être une extension naturelle de ceux-ci.

Toutefois, il reste encore du chemin à faire. Par exemple, pour le thérapeute non professionnel de santé exerçant en cabinet, le problème réside avant tout dans l'accès à l'hôpital. Ainsi, les premiers contacts avec l'établissement hospitalier serviront à présenter l'ostéo-vertébrologie et à rassurer le corps médical sur la non-dangerosité de sa pratique. Ensuite, il faudra prouver de l'intérêt et de l'efficacité de son approche thérapeutique par rapport aux patients et autres doctrines. Dans la majorité des cas, il s'agira de persuader le chef de service, car avec son aval, l'autorisation de l'administration et du directeur d'établissement deviendra relativement simple à obtenir.

- ❖ Les centres de bien-être sont également nombreux à offrir plusieurs types de soins qui ont évidemment pour objectif de satisfaire le bien-être du corps et de l'esprit de leur clientèle. On distingue alors plusieurs pratiques et techniques (fitness, thalassothérapie, massages, soins esthétiques,...) des cours d'expression corporelle (yoga, pilates, stretching, danse) et des soins de type thérapeutique, relaxant, drainant... Et pourquoi pas ostéo-vertébrologique... ? qui seraient proposés par des professionnels sensibles au réel équilibre corporel... Bien que le crédo dans la majorité des centres de bien-être ce soit « la caresse de mollets », l'approche particulière de cette thérapie devrait séduire.

CONCLUSION

Au terme de cette étude, nous pouvons dire que l'ostéo-vertébrologie est une discipline qui réunit différentes méthodes thérapeutiques, lui permettant d'investir dans de larges champs d'applications. L'avantage avec cette thérapie, c'est qu'elle porte particulièrement l'intérêt sur la personne à traiter et non forcément son mal ; et ce afin de mettre en relief la cause des symptômes de la douleur ainsi que d'en trouver son/ses origine/s.

Au cours des dernières années, il y a eu une augmentation rapide du nombre de thérapies complémentaires pour contrer la douleur. L'approche holistique adoptée par ces thérapies fait que beaucoup de gens se tournent vers les médecines parallèles. Leur succès ainsi que leur efficacité sont donc à ce jour indéniables.

A la différence des autres thérapies comme la chiropractie ou l'ostéopathie, elle offre un mode de soin doux et des résultats efficaces à long terme. L'union avec les thérapies de mouvements à l'exemple du tai-chi, physio, kiné la rend encore plus opérante. Associant corps, esprit et croyances, cela a des effets tangibles au niveau physique et psychique. Elle répond donc totalement aux attentes des patients. Un complément idéal à notre pratique quotidienne : elle libère les tensions, la douleur, les dépendances et crée bien d'autres bienfaits à découvrir. Cette thérapie manuelle encourage les gens à trouver le bien être en adhérent à leur propre guérison puisque la vie n'est pas tant ce que l'on a vécu mais ce dont on se souvient, comment l'on se souvient et pourquoi l'on s'en souvient ainsi. L'enjeu de tout cela étant de savoir comment le fait de penser sa propre histoire peut affranchir la pensée de ce qu'elle pense silencieusement et lui permettre ainsi de penser autrement.

(Be well = Think positive)

Concernant les praticiens, la plupart sont des professionnels des métiers du toucher qui ont une solide formation en techniques manuelles. Actuellement l'ostéo-vertébrologie parmi d'autres techniques manuelles est proposée dans les bonnes écoles, dont une au Valais, Suisse.

En bref, cette discipline présente un éventail de soins riches. Il y a bien des manières de soulager la douleur, que ce soit conventionnelles ou parallèles. Malgré tout les bienfaits de cette discipline sus-citée, le choix appartient au patient. L'indispensable de tout ça est qu'il se renseigne sur le traitement qu'il veut adopter et qu'il prenne conscience de son propre corps.

...Cet écrit concernant l'ostéo-vertébrologie n'est qu'un essai devant son large champ d'étude, cependant j'espère avoir su retranscrire les valeurs et croyances enseignées

BIBLIOGRAPHIE & INSPIRATIONS

Ouvrages

- AXEL KHAN, DOMINIQUE ROUSSET, *la médecine du XXIème siècle*, Paris, Ed. Bayard, 1996
- STEPHEN T CHANG, *Le système complet d'autoguérison*, chariot d'or
- ELISABETH GREBOT, *le stress*, Paris, Ed. Le cavalier bleu, Paris
- GUY MAZARS, *la médecine indienne*, Paris, Ed. Presses universitaires, 1995
- Ostéopathe de France BERNARD TISNE, *Ostéopathie - Osteo – Ostéopathe*.
- SANARINE GERAI, *un bon transit pour être en forme*, Ed. Marabout
- SHIRLEY PRICE, *l'aromathérapie au quotidien*, France, Ed. AMRITA
- YVES MICHAUD, université de tous les savoirs, *Les Nouvelles Thérapies*, Paris, Oct.2004
- PENELOPE ODY, encyclopédie pratique, *les plantes médicinales*, Paris, 1996
- JEAN HAMBRUGER, dictionnaire de médecine Flammarion, France, Ed. ISBN, 1991

Sites internet

- www.verbier-massage-reboutage.ch
- www.ecolemassagebeaurivage.ch
- www.arts-thera.ch
- www.ouellet-formation.ch
- www.ortho-bionomy.ch