

L'OSTÉOPATHIE
THÉRAPIE

ZOOM

SUR CETTE THÉRAPIE MANUELLE RÉPUTÉE QUI, PAR DES MANIPULATIONS DU CORPS, PEUT SOULAGER BIEN DES SYMPTÔMES...

L'UNIVERS DES MÉDECINES DOUCES

L'ostéopathie fait partie des médecines douces, alternatives ou complémentaires. Tous ces termes correspondent à des médecines non conventionnelles par opposition à la médecine classique, officielle et conventionnelle, dite également allopathique. De nos jours, ces thérapies sont en **plein essor** et les Français, séduits, n'hésitent pas à se tourner vers un ostéopathe lorsque la médecine

classique ne parvient pas à les soulager. L'ostéopathie quitte donc progressivement son statut de « médecine non officielle » pour rejoindre l'espace des techniques de soins réglementées par l'Etat au même titre que la kinésithérapie par exemple.

UNE MANIPULATION DES VERTÈBRES ET DES ARTICULATIONS

L'ostéopathie est une méthode thérapeutique manuelle qui utilise des techniques de **manipulation vertébrale et**

12 000
ostéopathes

EN FRANCE AUJOURD'HUI

+ de 50%

ONT UNE FORMATION INITIALE DE MÉDECINS OU KINÉSITHÉRAPEUTES

environ 10 millions

DE CONSULTATIONS PAR AN

IL EXISTE 3 TYPES D'OSTÉOPATHIE :

- « structurelle » qui traite les blocages articulaires et utilise les mobilisations et les ajustements articulaires;
- « viscérale ou fonctionnelle » qui s'intéresse aux organes par des manipulations très douces et complète l'ostéopathie structurelle;
- l'ostéopathie « crânienne » qui concerne plus particulièrement la tête et consiste à réaliser des pressions légères au niveau du crâne.

musculaire.

Science existant depuis des siècles, l'ostéopathie a été structurée au 19^e siècle aux Etats-Unis, par le Dr A.T. Still, pour lequel l'équilibre de la santé passait par l'équilibre du squelette. Il propose ainsi en 1874 une technique de diagnostic et de traitement qu'il nomme « ostéopathie », formée à partir des racines grecques « osteon » et « pathos » signifiant respectivement os et affection.

La méthode est essentiellement fondée sur des **manipulations de la colonne vertébrale et des articulations**. Mais au-delà, l'ostéopathie est considérée comme un art, une science, une philosophie des soins de santé, basée sur la connaissance approfondie du corps humain et des liens de mobilité qui unissent les différentes structures anatomiques. Si les maux du dos sont l'un des premiers motifs de consultation en France, le champ d'intervention de cette thérapie est très vaste et va bien au-delà des troubles musculaires et osseux.

QUELLE DIFFÉRENCE ENTRE CHIROPRAxie ET MANIPULATION OSTÉOPATHIQUE ?

La chiropraxie est une méthode thérapeutique fondée sur le principe que de nombreux maux proviennent d'une détérioration de la fonction nerveuse générée par le déplacement des vertèbres.

Autrement dit, la colonne vertébrale et la moëlle épinière assurent un lien entre le cerveau et le corps. Et c'est l'intégrité de ce lien qui garantirait le bon fonctionnement de l'organisme.

Les altérations au niveau des articulations vertébrales sont appelées subluxations vertébrales. En ce sens, toute perturbation de la circulation de l'influx nerveux produirait des douleurs au niveau du dos et induirait également le dérèglement d'un organe.

L'art chiropratique intervient par conséquent essentiellement dans cette zone du corps en diagnostiquant les subluxations et en effectuant, par des manipulations précises, un réalignement des vertèbres, appelé «ajustement».

entorse, lombalgie, sciatique, lumbago, torticolis, douleur d'épaules, arthrose... mais aussi à ce que l'on appelle des troubles fonctionnels, c'est-à-dire des symptômes qui apparaissent lorsque des difficultés psychologiques retentissent sur le corps et en perturbent le fonctionnement. Il peut s'agir par exemple de **certains maux de tête, de vertige, d'anxiété, troubles du sommeil, etc.**

L'ostéopathie est admise et reconnue en tant que médecine douce et complémentaire, **préventive et curative**, mais ne doit en aucun cas se substituer aux soins prescrits par le corps médical qu'il s'agisse d'investigation complémentaire, d'une intervention chirurgicale ou de l'usage de médicaments.

ET UNE PHILOSOPHIE DU BIEN ÊTRE...

Dans l'ostéopathie, tous les systèmes du corps sont interdépendants avec un principe simple : de nombreux symptômes sont causés par des **bloques articulaires**. Il convient donc, pour qu'une personne retrouve sa santé optimale et son bien-être, de traiter le corps dans sa globalité et de rétablir la mobilité entre les différentes structures ostéo-articulaires et des organes tels que le foie, l'estomac...

Ces manipulations aideraient le corps à guérir en corrigeant l'alignement des organes, du squelette et des muscles, ce qui rendrait la circulation sanguine et lymphatique plus fluide.

QUI SONT LES OSTÉOPATHES ?

Il peut s'agir de **médecins ou de kinésithérapeutes** ayant acquis une spécialisation dans ce domaine.

Mais il peut s'agir aussi de **praticiens non médecins** ayant bénéficié d'une **formation spécifique** et validée de 6 ans, en école. Ils sont également soumis à une obligation de formation continue. Leur pratique est **réglementée** et pour exercer, ces professionnels doivent être inscrits sur une liste dressée par le représentant de l'Etat dans le département de leur

résidence professionnelle. Ils peuvent dès lors être consultés directement ou sur les conseils d'un médecin pour pratiquer un traitement complémentaire d'une approche classique.

COMMENT SE DÉROULE UNE SÉANCE ?

La consultation démarre par un **interrogatoire médical** détaillé qui porte sur les motifs de consultation, le mode de vie et les antécédents médicaux.

Intervient ensuite la **phase d'examen et de diagnostic** qui consiste en un examen minutieux réalisé notamment en palpant le corps et les articulations.

Puis vient la **phase de traitement** : le patient est en général allongé pendant que le thérapeute manipule les zones perturbées, les mobilise en plaçant le corps dans des positions spécifiques.

Les mobilisations et les manipulations sont normalement sans danger ni douleur. Il est toutefois possible de ressentir quelques courbatures dans les heures qui suivent. Une à 2 consultations peuvent suffire à soigner le patient.

LES MALADIES PRINCIPALEMENT SOIGNÉES

L'ostéopathie s'applique à des **troubles mécaniques** type :

GES SOINS SONT-ILS REMBOURSÉS ?

Les traitements ostéopathiques, quel que soit le praticien qui les dispense, **ne sont pas remboursés par l'Assurance maladie**.

En revanche, certaines mutuelles remboursent les consultations, en partie ou en totalité, sur présentation d'une facture. La prise en charge peut se faire sous la forme d'un forfait annuel ou d'un montant par séance. Pour plus d'informations, retrouvez la **gamme Médecine douces de CCMO Mutuelle**.

L'ESSENTIEL TRUCS & ASTUCES

> L'ostéopathie peut se révéler particulièrement utile pour des pathologies où la médecine conventionnelle reste désarmée et les patients y ayant recours sont, le plus souvent, très satisfaits.

> La profession s'est organisée et le cadre légal et réglementaire de la discipline a beaucoup progressé ces dernières années. Pour profiter au mieux de ses bienfaits et y recourir en toute sécurité il convient de bien s'informer et de demander au préalable l'**avis de son médecin traitant**.