

Qu'est-ce que l'ostéopathie ?

D'où vient l'ostéopathie et en quoi consiste-t-elle ?

Erik Pigani

Historique

Il y a dix ans encore, elle était quasiment méconnue en France. Ou bien on la prenait pour une étrange pratique de sorcellerie... Car la logique de l'ostéopathie ne correspond pas à la vision « officielle » d'un corps humain purement mécanique. Voilà pourquoi, alors qu'elle a été inventée à la fin du siècle dernier par Andrew Taylor Still, un médecin militaire américain, elle est restée si longtemps dans l'ombre. Mais c'est justement parce qu'elle répond à une vision globale de l'être humain qu'elle a aujourd'hui le vent en poupe.

Principe de l'ostéopathie

Il suffit d'un blocage infime pour comprimer les nerfs, entraver la circulation et provoquer des contractures qui vont alors s'étendre le long des chaînes musculaires. Ce qui entraîne de sérieuses perturbations au niveau des organes. L'ostéopathe recherche donc toujours la « lésion primaire » qui a provoqué cet enchaînement de problèmes. En observant et en palpant longuement le corps, il évalue les tensions et les lève par des manipulations (des micro-impulsions qui libèrent articulations et spasmes musculaires par un effet ventouse). Il peut également pratiquer des étirements doux pour rétablir des relations harmonieuses entre les différents tissus.

Points forts et limites

- Points forts

Le « mal de dos » (lumbago, sciatique, torticolis, etc.) et les problèmes articulaires (de l'épaule, du genou, etc.). L'ostéopathie est également susceptible d'améliorer ou de guérir de nombreux troubles fonctionnels, tels que maux de tête, vertiges, désordres digestifs (colopathie, hernie hiatale, etc.), acouphènes (bourdonnements d'oreille), ronflements ou infections à répétition. L'ostéopathie crânienne obtient d'étonnants résultats dans les cas d'infections à répétition des enfants.

- Limites

Les manipulations sont contre-indiquées en cas de lésions anatomiques trop évoluées (fracture, arthrose sévère), de maladies infectieuses (tuberculose osseuse), inflammatoire active ou tumorale.

Précautions

L'ostéopathie est enseignée sur deux ans après le cursus normal de médecine. Par ailleurs, certains kinésithérapeutes suivent des formations sérieuses (six ans d'études)

et acquièrent une grande habileté manuelle... que ne possèdent pas forcément tous les médecins qui se sont lancés dans les manipulations ! Or, seule la première formation est reconnue par l'Ordre des médecins, la seconde n'étant que tolérée : officielle dans tous les autres pays européens, sa reconnaissance est en cours de pourparlers avec le secrétariat d'Etat à la Santé.

Pour éviter les charlatans, il est prudent de s'adresser à un praticien affilié à une association sérieuse :

Association des médecins ostéopathes de France : 1, rue de l'Hôpital, 76000 Rouen.
T. : 02.35.52.01.01.

Registre des ostéopathes de France : 22, rue Fondaudège, 33000 Bordeaux. T. :
05.56.009.009.

Union fédérale des ostéopathes de France : 13, rue des Trois-Capitaines, 26400 Crest.
T. : 04.75.25.79.04

En pratique

Si le traitement doit être efficace, il le sera rapidement : entre une et quatre séances, remboursées si le médecin est conventionné. Une séance dure entre une demi-heure et une heure (de 30 à 90 euros).

Chiropractie : une variante

Très voisine de l'ostéopathie, elle s'est développée aux États-Unis où elle compte de nombreux adeptes. Cette méthode se concentre essentiellement sur les relations entre la colonne vertébrale et le système nerveux, et agit en particulier sur les troubles liés à l'anxiété (insomnie, fatigue, déprime), sur les maux de tête, les vertiges, les allergies, les désordres digestifs et urinaires. Ses célèbres « craquements » cèdent de plus en plus la place à des techniques douces d'ajustement. Elle n'est pas reconnue en France, bien que ses praticiens aient suivi six années d'études. Elle demande malheureusement un nombre important de séances, qui ne sont pas remboursées : de cinq à dix au début (de 30 à 60 euros), puis au moins quatre visites d'entretien par an.

- Association française de chiropractie : 24, rue de Montessuy, 75007 Paris. T. :
01.45.55.24.18.

juillet 2009