

# L'OSTÉOPATHIE

## 1. Qu'est-ce que c'est ?

L'ostéopathie est une thérapie manuelle reconnue depuis mai 2007 visant à rétablir l'équilibre et l'harmonie du corps humain par une prise en charge globale du corps humain et propre à chacun afin de faciliter l'auto-guérison du corps. Elle s'appuie sur des connaissances scientifiques, anatomiques, physiologiques et biomécaniques. Par les manipulations, l'ostéopathe redonne de la mobilité à l'ensemble des structures du corps humain.

## 2. A qui s'adresse l'ostéopathie ?

L'ostéopathie s'adresse à toute personne désirant conserver sa santé et prévenir toutes douleurs ou blocages. Mais aussi :

- Pour les sportifs dans un but préventif afin d'éviter les déchirures musculaires, les entorses, optimiser le temps de récupération afin de maintenir un état d'équilibre et réussir au mieux la saison sportive.
- Pour les femmes enceintes avant et après l'accouchement : afin d'atténuer les douleurs lombaires et les sciatalgies, préparer le bassin à l'accouchement.
- Pour les nourrissons dès la naissance afin d'améliorer les troubles digestifs (régurgitations, difficultés à s'alimenter), lorsqu'ils présentent des déformations du crâne suite à un accouchement difficile... (Avant 6 mois : demander un certificat de non contre-indication à l'ostéopathie à votre pédiatre).

*« L'ostéopathie appliquée aux enfants permet de résoudre des troubles qui pourraient être plus tard, générateurs de difficultés altérant le développement de l'enfant » Pierre TRICOT.*

- Pour les enfants hyperactifs, présentant des troubles du sommeil, des troubles posturaux (scolioses, cyphoses, lordoses), lors de traitement orthodontique, lors d'affections ORL à répétition, lors de chutes, d'entorses, séquelles de fracture.
- Pour les seniors afin d'améliorer leur qualité de vie et diminuer leur douleurs en redonnant un maximum de mobilité aux articulations.

### 3. Pour quoi voir un ostéopathe ?

Même si le mal de dos reste le principal motif de consultation, de nombreux autres troubles peuvent amener à consulter un ostéopathe. Ainsi :

- Les entorses récidivantes, les tendinites, les douleurs lombaires, dorsales, cervicales, les douleurs de l'épaule, du membre supérieur, du genou...
- Des sciatalgies, cruralgies, douleurs intercostales, maux de tête, migraines...
- Certains troubles circulatoires, congestions veineuses ou lymphatiques, hémorroïdes...
- Certains troubles digestifs, problèmes de transit, digestions difficiles, ballonnements...
- Affections ORL : sinusites, vertiges ou bourdonnements d'oreilles...
- l'hyper activité, les troubles du sommeil, anxiété, état dépressif...
- Suite à une chute, un accident de voiture, un choc émotionnel ou psychologique, après une intervention chirurgicale

L'ostéopathie ne traite pas les maladies relevant d'un acte médical ou chirurgical.

### 4. Comment se déroule une consultation en ostéopathie ?

L'ostéopathe effectue:

- un interrogatoire détaillé sur le motif de consultation, les antécédents du patient et son hygiène de vie (les informations personnelles récoltées sont protégées par le secret professionnel)
- une observation de la posture du patient afin de constater l'état de tension de celui-ci
- des tests d'exclusion afin de référer le patient vers un autre professionnel de santé s'il soupçonne une pathologie qui nécessite un avis médical ou qui n'est pas du ressort de l'ostéopathe.
- des tests et un traitement ostéopathique.

### 5. Le remboursement

L'ostéopathie n'est pas prise en charge par la sécurité sociale, cependant certaines mutuelles remboursent tout ou partie des consultations.