

# FICHE OSTÉOPATHIQUE

synthèse par Capucine Peltier – Ostéopathe D.O

89 av Jules Julien 31400 Toulouse

osteopeltier@gmail.com

0652024150

Après une étude réalisée auprès d'une population de médecins pour comprendre pourquoi ils sont si peu nombreux à conseiller cette médecine alternative à leurs patients, il s'est avéré qu'ils étaient réticents à cette pratique faute d'une information et d'une formation suffisante sur le sujet.

Ce dossier a l'ambition d'informer les médecins sur l'ostéopathie avec l'espoir de leur donner envie de développer leurs échanges avec les ostéopathes et de l'inclure dans les soins complémentaires à la médecine et ainsi d'élargir leur panel de traitements proposés à leurs patients. L'objectif est donc de développer le nombre de médecins qui conseillent la consultation chez un ostéopathe en complément de leur traitement. Car l'ostéopathie est une pratique manuelle non médicamenteuse qui, associée à la médecine, permet d'accélérer le processus de guérison ou bien de diminuer le dosage médicamenteux.

Aujourd'hui on retrouve l'ostéopathie dans trois cas principaux :

- Les troubles musculo-squelettiques (TMS) qui représentent une affection péri-articulaire allant jusqu'à l'invalidité. Elle touche les muscles, tendons, nerf et système vasculaire.

Les principales manifestations sont les rachialgies. En 2014, les TMS sont la première cause de maladie professionnelle et représentent un coût élevé pour la Sécurité Sociale (930 millions d'euros). Les troubles sont clairement définis : biomécanique, organisation et psychosociaux. L'INRS annonce que dans 90% des cas, les causes de lombalgie ne sont pas identifiées.

- Dans le milieu sportif, l'ostéopathie est de plus en plus utilisée en complémentarité du médecin et du kinésithérapeute pour augmenter les performances, diminuer le temps de récupération et éviter les blessures.
- Enfin en maternité, l'ostéopathie est utilisée pour le confort des parturientes, pour le retour à la physiologie corporelle plus rapide en post-partum et pour les nourrissons.

L'ostéopathie a une réflexion, des bases et un langage différents des professionnels de santé. L'ostéopathe soigne un être vivant par ajustement mécanique du corps. Il a des buts thérapeutique, curatif et préventif.

J'apporterai ici un éclairage plus détaillé sur les questions les plus fréquentes des médecins et les plus structurantes pour expliquer l'ostéopathie. Je donnerai notamment les informations nécessaires à la bonne utilisation de cette pratique, pour un médecin.

## I- Généralité

L'ostéopathie a débuté au XIXème siècle (1874) avec Andrew Taylor Still aux USA. Il a cherché à comprendre l'implication des troubles musculo-squelettiques dans les différentes pathologies.

La définition de l'ostéopathie s'est enrichie depuis A.T. Still : « *L'ostéopathie est un concept philosophique et thérapeutique. Elle vise à observer et traiter manuellement les restrictions de mobilité des structures composant le corps humain, qui entraînent des troubles fonctionnels. L'ostéopathie envisage l'individu dans sa globalité, en s'appuyant sur une connaissance approfondie de l'anatomie et de la physiologie.* ».

L'ostéopathe est non professionnel de santé mais le titre d'ostéopathe est reconnu par le Ministère de la Santé depuis 2002. La consultation n'est pas remboursée par la Sécurité Sociale mais de plus en plus souvent par les mutuelles.

Les études se font en cinq ans à temps plein, dans des écoles privées agréées par l'Etat. Les agréments sont régulièrement réétudiés et peuvent être supprimés si les écoles ne respectent pas certains critères (nombre d'heures de cours donnés par des ostéopathes D.O et des professionnels de santé, pratique en clinique suffisante...). Le diplôme d'ostéopathie (D.O) est une preuve de qualité de la formation.

## 1. Les principes de l'ostéopathie

Ils sont au nombre de trois et permettent de comprendre la réflexion de l'ostéopathe, le but de ses tests et de son traitement.

### La globalité

On peut penser la globalité de différentes manières : une vision biomécanique, anatomique et fluïdique.

Dans la vision mécanique, le corps est une machine comportant plusieurs parties qui chacune a une fonction. Chaque structure/partie s'articule les unes avec les autres par des articulations mobiles (pas seulement os/os mais aussi os/viscère, fascia/viscère, viscère/viscère...).

Les différentes parties sont maintenues par des ligaments ou fascia (tissus conjonctifs) qui contiennent les paquets vasculo-nerveux. Toute dysfonction aura une conséquence proche ou à distance et obligera les autres structures à se mettre en hyperactivité pour la compenser.

Dans la vision fluïdique, les différents fluides (veineux, artériel, LCR, lymphatique...) sont très importants pour une bonne fonction. Ils permettent l'équilibre chimique du système. Si une dysfonction empêche une bonne circulation, des conséquences se sentiront en aval.

L'ostéopathe travaille pour enlever les obstacles par les fascias, muscles ou viscères.

Le bon fonctionnement du corps nécessite une accommodation des structures à leur environnement. Le praticien prend en compte le patient dans son ensemble : le corps, son psychique et son environnement. Pour lui, le symptôme est un signe de maladie ou de perte d'ajustement général du corps.

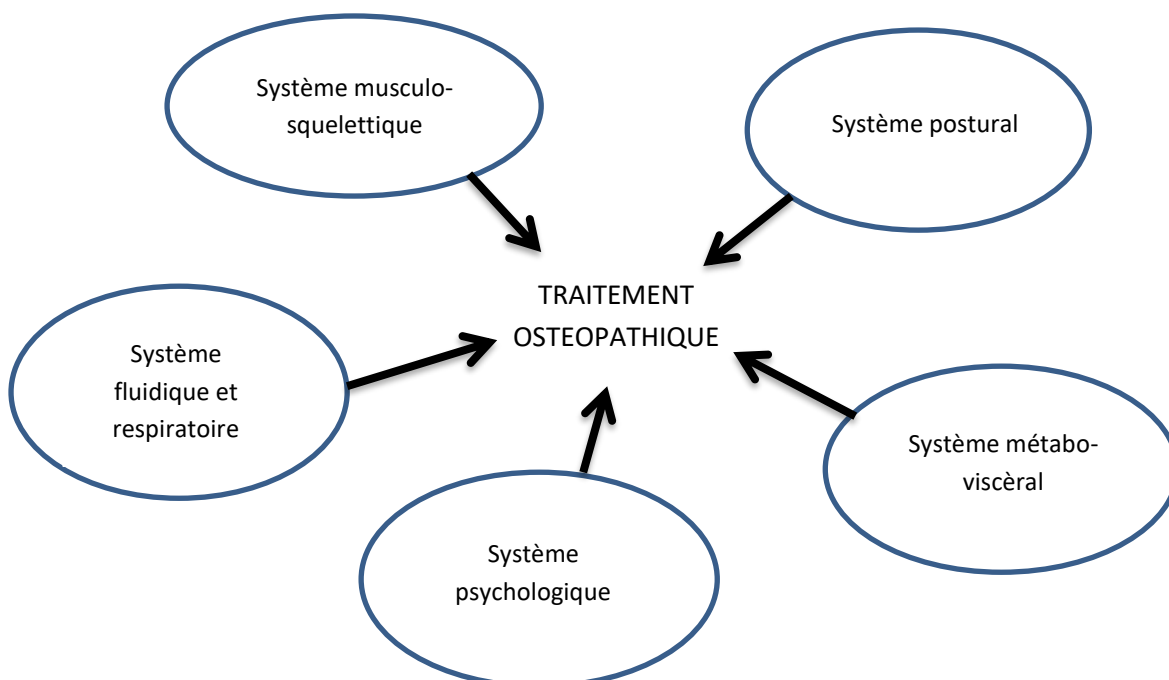
### L'homéostasie

Le traitement de l'ostéopathe permet de réajuster le corps et le remettre vers son équilibre. Le patient retrouvera de lui-même cet équilibre une fois tous les obstacles supprimés (« Natura medicatrix » d'Hippocrate).

### Relation structure-fonction

Chaque structure doit être libre pour une fonction optimale et ne pas avoir de conséquence sur les autres.

Un ostéopathe travaille sur les troubles fonctionnels du corps et recherche la cause d'hyperesthésie par les liens anatomiques et physiologiques des différentes structures du corps. Chacune ayant une fonction précise et importante pour un bon fonctionnement.



## 2. La dysfonction somatique

Les dysfonctions sont la base de la pratique non symptomatique de l'ostéopathe.

Par les tests qu'il réalise il recherche en priorité les dysfonctionnements somatiques afin que, par des liens de cause à effet, il puisse déterminer la cause primaire de la douleur.

Cette dysfonction est définie par : une perte de mobilité de l'articulation avec une asymétrie de mobilité. La douleur associée à une hyperesthésie des tissus péri-articulaire lié ou non à une hyper-irritabilité ou facilitation médullaire aiguille vers cette dysfonction.

Au niveau vertébral, la notion de facilitation médullaire est très importante. Elle régit les actions de tous les systèmes du corps ainsi que les fonctions. Elle permet de faire le lien neurologique (Irvin Korr).

Inversement, une facilitation médullaire peut entretenir une dysfonction musculaire qui elle-même entretient une dysfonction vertébrale.

## II- Les techniques ostéopathiques

### 1. Déroulement d'une consultation d'ostéopathie

Les trois principes précédents déterminent la structure de la consultation. Ils sont toujours associés aux connaissances médicales, anatomiques, biomécaniques et physiologiques du praticien.

DEROULEMENT DE LA CONSULTATION	OBJECTIFS	CONNAISSANCES UTILISEES
ANAMNESE	Comprendre le patient dans son corps, ses habitudes, son environnement et ses antécédents. Trouver la cause de la dysfonction en partant de son histoire et du symptôme. Éliminer les diagnostics différentiels. (réorienter si nécessaire) Avoir une hypothèse diagnostique tissulaire ostéopathique.	Anatomie, physiologie, biomécanique pour la cause et l'histoire de la douleur.  Médicale pour les contre-indications ostéopathiques à éliminer = diagnostic d'exclusion.
TESTS ORTHOPEDIQUES	Éliminer les derniers diagnostics différentiels qui n'ont pas pu l'être à l'anamnèse. Préciser le tissu en souffrance et hyperesthésique. Suivi et évaluation de la douleur à partir de la deuxième consultation.	Anatomie et tests orthopédiques.
EXAMEN MORPHOSTATIQUE ET DYNAMIQUE	Observer les adaptations. Comprendre la statique du patient. Tests posturologiques si attirance des capteurs pour une réorientation professionnelle adaptée.	Anatomie, biomécanique, posturologie.
TESTS OSTEOPATHIQUES	Comprendre la cause de la douleur. Faire un schéma dysfonctionnel du corps.	Apprentissage palpatoire, anatomie, biomécanique, physiologie.
TRAITEMENT	Enlever les dysfonctions en cause. Toujours sans douleur.	Anatomie et techniques ostéopathiques.

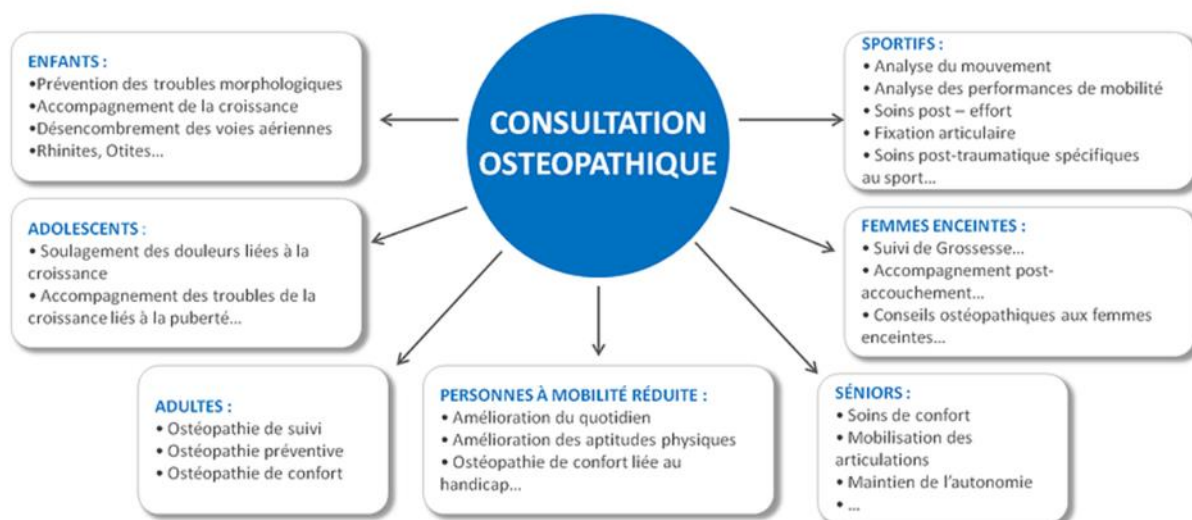
CONSEIL	Pour un meilleur résultat. Explication de son cas au patient. Réorienter si nécessaire.	Ergonomie, nutrition, musculaire.
---------	---	-----------------------------------

## 2. Les techniques ostéopathiques

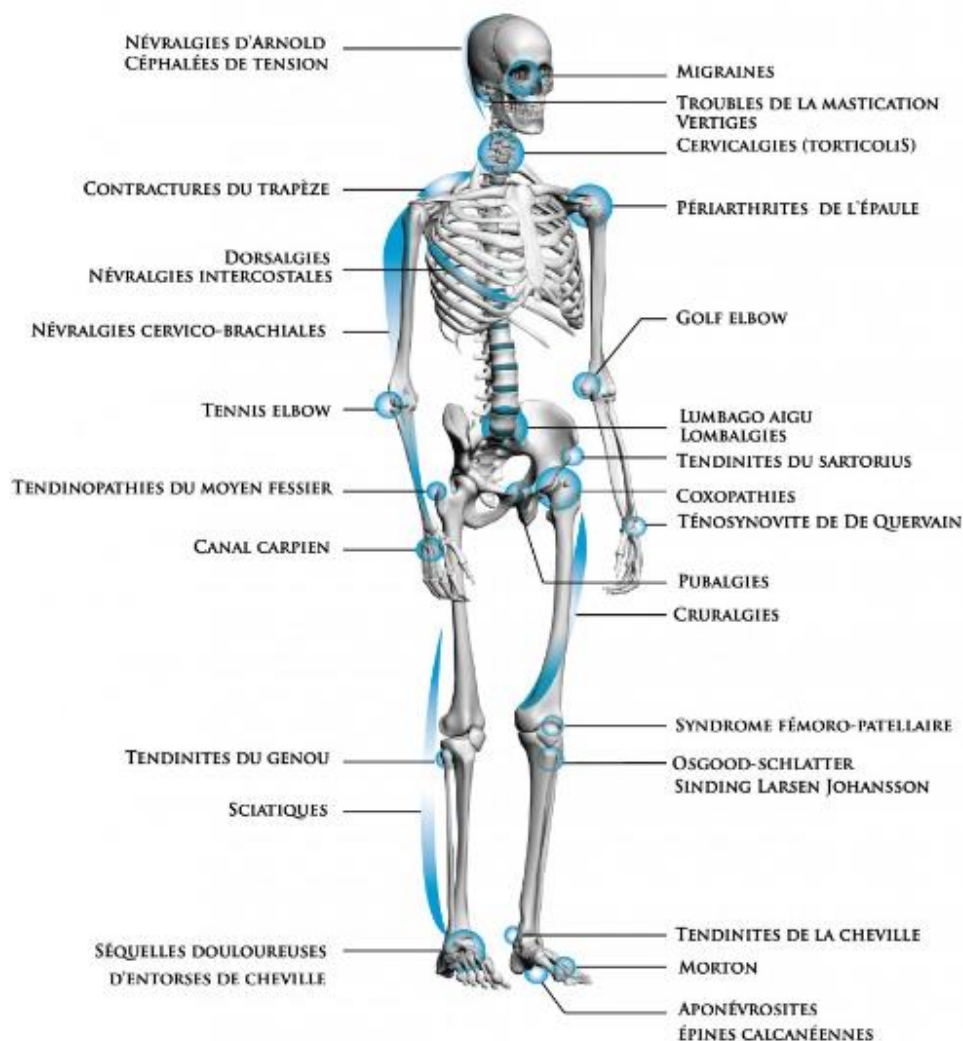
TECHNIQUES	EFFETS	CONTRE-INDICATIONS
ENERGIE MUSCULAIRE	Isométrique : renforcement musculaire en contraction. Isocinétique : détente musculaire en contraction Isotonique : par innervation réciproque. Travail sur le muscle et son antagoniste pour rééquilibrer.  Permet de diminuer les tensions musculaires qui maintiennent les articulations en hypo-mobilité. Redonne une information proprioceptive au muscle.	Atteinte musculaire récente (déchirure, claquage...).
TRIGGER/ STRAIN AND COUNTER-STRAIN	Détente d'un muscle en agissant sur le « tender point » par pression. Action sur l'élasticité du muscle, réflexe d'étirement et réflexe du FNM. Diminution des tensions articulaires et myofasciales.	Atteinte musculaire récente (déchirure, claquage...).
VISCERAL	Diminution du réflexe somato-viscéral ou viscère-somatique. Redonne une bonne vascularisation et une mobilité par l'intermédiaire des moyens d'unions. Diminution des influx nerveux et adaptation.	Pathologies viscérales en phase inflammatoire. Pathologie viscérale dégénérative et tumorale.
FASCIA	Récupération de l'équilibre mécanique, circulation des fluides. Libération des structures dans les fascias.	Pas de contre-indication.
CRANIEN	Retrouver la mobilité respiratoire primaire. Libération des pôles supérieurs et inférieurs de la dure-mère qui sont la base des fascias du corps. Rééquilibrer les tensions et densités du crâne. Effet sur le SNS/SNPS/SNV et circulation des fluides.	Traumatisme crânien récent, tumeur, hémorragie crânienne.

Plusieurs réactions sont possibles après un traitement ostéopathique. On retrouve le plus fréquemment : fatigue, raideur, courbature, augmentation de la douleur. Elles dépassent rarement quelques jours, tout dépend du temps dont le corps a besoin pour trouver son nouvel équilibre.

## L'ostéopathie pour tous à tout âge



L'ostéopathie agit sur le système cutané-musculo-squelettique en mettant en lien la posture, la circulation des fluides, le psychisme, le système métabolique viscéral et les informations neurologiques.



En général, trois consultations suffisent pour un traitement classique.  
Mais dans le cas d'un accompagnement d'une pathologie, un traitement tout au long des symptômes peut être beaucoup plus long et fréquent.  
Enfin, une action préventive est possible sur la base d'une à deux consultations par an.

Face à la désertification médicale dont souffre d'ores et déjà la France, corrélée au vieillissement de la population et la chute de la démographie médicale dans les 10 ans à venir, je souhaite que cette présentation synthétique de l'ostéopathie, qui n'est qu'une introduction à une communication interprofessionnelle plus active, vous donnera envie de rejoindre les médecins qui ont choisi de s'appuyer sur des pratiques alternatives pour pouvoir continuer à assurer pleinement leur métier dans les meilleures conditions possibles pour leurs patients.