



La fin des crises d'asthme

Toux, essoufflement, respiration sifflante, sensation d'oppression... si les symptômes de l'asthme sont bien connus du grand public, les facteurs d'apparition de la maladie et les mécanismes de déclenchement des crises le sont moins, ce qui peut expliquer sa fréquence.



Car faute pour la médecine conventionnelle d'identifier sa cause, le traitement reste symptomatique et nécessite parfois à vie la prise de médicaments, en acceptant de devoir subir une gêne respiratoire épuisante et oppressante. Les principaux facteurs d'apparition de l'asthme évoqués sont héréditaires, allergiques ou infectieux.

Quel est son mécanisme ?

Dans le processus respiratoire normal, l'air inspiré parvient dans les bronches puis dans les bronchioles et enfin au niveau des alvéoles pulmonaires où le sang se charge en oxygène (le diamètre de ces conduits allant en diminuant des bronches aux bronchioles). La crise d'asthme se produit lors de la contraction des bronchioles ; le rétrécissement du diamètre diminuant le passage de l'air. Ce rétrécissement peut être considéré comme une réaction de défense de l'organisme face à la présence d'un corps étranger ou d'un facteur irritant de la paroi interne des bronchioles afin d'éviter son passage dans les alvéoles. L'augmentation de la sécrétion de mucus (liquide sécrété par des glandes logées dans la paroi des voies pulmonaires pour la protéger) accompagne ce phénomène de protection.

Comment se manifeste la crise ?

Lors de la crise d'asthme, l'inspiration mais surtout

l'expiration de l'air est limitée. C'est comme si le souffle était rendu plus difficile et que l'air circulait dans une paille fine. La respiration devient sifflante, l'essoufflement s'installe et la personne peut ressentir une oppression thoracique. Il est intéressant de relever que plus de 80 % des asthmatiques souffrent de rhinites allergiques et que certaines techniques réflexes ostéo-articulaires peuvent apporter des résultats à la fois sur l'asthme et sur certaines maladies de peau. Ce constat a ouvert aux ostéopathes holistiques une piste de réflexion qui leur permet de parvenir à bout des crises d'asthme.

Un phénomène mécanique

La première observation que fait un ostéopathe porte sur le peu d'amplitude du muscle diaphragme. Le diaphragme est le muscle le plus puissant du corps et c'est grâce à sa contraction que s'effectue l'entrée de l'air dans les poumons et son rejet vers l'extérieur. Or le principal obstacle à cette perte d'amplitude est dû à la présence du foie, l'organe le plus volumineux du corps, qui est suspendu sous les deux tiers droits du diaphragme. Souple quand l'organisme est en bonne santé, sa densité peut augmenter en cas d'insuffisance fonctionnelle et limiter ainsi l'amplitude du diaphragme.

Rappelons que les bouchers dans les abattoirs palpent le foie des animaux avant de les acheter pour apprécier l'état de santé de l'animal dont dépend la qualité de la viande. Il en est de même pour l'être humain. Le foie est un organe omnipotent qui intervient dans toutes les fonctions du corps humain. Il est donc normal qu'il soit en cause dans les crises d'asthme, ce qui suppose de prendre en considération dans tous les traitements tous les facteurs susceptibles de conduire à une insuffisance hépatique.

Un phénomène physiologique

L'augmentation de la densité d'un foie s'observe lorsqu'il se charge de graisses. Quand le foie est gras, on parle en médecine de stéatose. Le foie stocke les réserves de glucose, source énergétique de nos cellules. En cas d'insuffisance, au lieu de libérer le glucose dans le sang, il le transforme en graisse. Cette transformation produit une augmentation de l'acidité dans l'organisme qui est naturellement éliminée par les reins (l'urine), la peau (la sueur) et les poumons (gaz carbonique). Les acides carboniques

se transforment en gaz carbonique et en eau. Ils représentent 90% de la source d'acides dans le corps, ce qui met en évidence le rôle permanent des poumons pour réguler l'équilibre acido-basique de l'organisme. Ainsi, un mauvais métabolisme pour cause d'insuffisance hépatique, produirait

une surproduction d'acide qui porterait atteinte au bon fonctionnement des poumons.

L'explication des ostéopathes

L'augmentation de la densité du foie crée une traction sous la coupole diaphragmatique droite qui entraîne une rotation de la cage thoracique et une antériorité de l'épaule gauche. Le déplacement anatomique de l'épaule augmente la tension des muscles qui relient l'épaule aux vertèbres cervicales et principalement les scalènes. Or les scalènes sont justement les muscles respiratoires accessoires qui sont sollicités lorsque l'amplitude du diaphragme est mécaniquement limitée. De plus, c'est à travers ces muscles que traversent les artères qui vascularisent le ganglion stellaire, petite centrale d'information qui indique au cerveau la présence d'un danger, afin de faire réagir

A tout âge

La maladie peut se manifester pour la première fois à n'importe quel âge.



le système de défense de l'organisme Dans le cas de l'asthme ou d'une allergie (présence d'un corps étranger : pollen, tabac, acariens, poils d'animaux...), le ganglion stellaire ne remplit plus correctement sa fonction.

C'est ainsi que l'ostéopathe parvient à stopper une crise d'asthme en libérant les trois premières côtes sur lesquelles se fixent les scalènes. Le relâchement de la tension musculaire libère le flux artériel et lève la compression exercée sur le ganglion stellaire. L'information qui transmet au cerveau déclenche les défenses immunitaires (dilatation des vaisseaux capillaires, régulation de l'influx nerveux et évacuation du surplus de mucus). L'effet est immédiat chez le jeune enfant dont l'acidose n'est pas encore importante. Les résultats sont moins rapides chez ceux qui digèrent mal le lait et chez les végétariens, car les acides volatiles proviennent essentiellement de la transformation des protéines végétales et du lait.

Les conséquences respiratoires

Le rétrécissement des bronchioles serait alors une réaction des muqueuses anormalement sollicitées pour éliminer le gaz carbonique en excès. Ce processus s'accompagne d'une diminution du diamètre des canaux glandulaires en charge de libérer le mucus protecteur.

D'autres explications

> La douleur dans le dos

Des douleurs à la palpation au niveau de la neuvième vertèbre dorsale confirment également l'origine hépatique. Ces douleurs sont en fait la projection de la tension du diaphragme sur les côtes qui se transmet dans le dos sur l'articulation vertébrale. C'est un véritable cercle vicieux, car la tension du diaphragme comprime une grosse artère venant du cœur qui distribue le sang dans la partie inférieure du corps. Or c'est justement le foie qui nécessite le plus grand apport de sang. De plus, les ganglions qui à l'instar d'un transformateur contrôlent l'influx nerveux qui commandent le foie, sont comprimés au niveau de la neuvième vertèbre dorsale. Mal vascularisé et mal innervé, ses fonctions sont insuffisantes pour assurer le bon métabolisme et produisent de l'acide.

> Le déséquilibre du bassin

Cette lésion mécanique est toujours associée à un déséquilibre du bassin. L'explication est la suivante : Le bassin est en équilibre grâce à deux haubans musculaires qui partent des hanches pour s'attacher sur la colonne vertébrale lombaire. La localisation du foie et du duodénum, partie du tube digestif où les aliments sont digérés par les enzymes, est à droite de l'abdomen. Leur dysfonctionnement crée des tensions anatomiques dans l'abdomen qui compriment la branche artérielle qui distribue le sang au hauban musculaire qui stabilise la hanche droite. Les fonctions hépatiques et digestives étant toujours en cause

Bon à savoir

Les ostéopathes experts du groupement Eurosteo référencés avec la spécialité « Respi » disposent de toutes les compétences pour vous soulager. Un annuaire est disponible sur le site de l'association Europromosteo : www.europromosteo.com.

dans les troubles cutanés, cela explique pourquoi le même protocole thérapeutique ostéopathique peut traiter à la fois l'asthme, l'eczéma, et le psoriasis... Des études ont même établi un lien avec la sclérose en plaque et la maladie d'Alzheimer, ce qui pourrait s'expliquer car la peau, les muqueuses, les nerfs sont tous constitués d'une couche de cellules protectrices dont l'origine embryologique est commune.

Le mode d'action des ostéopathes

Les ostéopathes holistiques intègrent toutes ces notions. Le drainage du foie libère l'amplitude du diaphragme, l'épaule gauche se repositionne. Les techniques manuelles dites « neuro-vasculaires » relâchent la tension des scalènes afin de rétablir une bonne circulation locale (rappelons que 80 % des artères traversent les muscles). Les lésions ostéo-articulaires au niveau des trois premières côtes se lèvent, la décompression et la meilleure vascularisation du ganglion stellaire lui redonnent toute sa fonctionnalité. Il transmet les informations au cerveau qui déclenche le système de défense pour rétablir un calibre normal des bronchioles. Ce mécanisme explique l'action de certaines techniques ostéo-articulaires réflexes qui restent cependant insuffisantes pour des résultats à long terme en cas d'acidose corporelle.

Conscient du rôle du foie et de la digestion et par conséquent du mode d'alimentation, l'ostéopathe intègre systématiquement dans son protocole thérapeutique, les conseils d'hygiène alimentaire et les micronutriments nécessaires pour assurer une détoxification et rétablir l'équilibre fonctionnel de l'organisme. ■

Jean-Pierre Marguaritte
Ostéopathe
Micronutritionniste
Président
Europromosteo



Le livre de Jean-Pierre Marguaritte « Le mal de dos est dans l'assiette » est disponible sur le site www.sosmaldedos.fr