



# OSTÉOPATHIE

## Magie ou science ?

L'engouement des Français pour l'ostéopathie suscite des interrogations de la communauté scientifique et médicale sur son mode d'action. Un point s'impose.



Ces interrogations sont d'autant plus justifiées que les rapports qui ont été publiés par l'Académie de médecine et l'Inspection Générale des Affaires Sociales sur l'efficacité de l'ostéopathe ne sont pas valorisants. L'explication tient au fait que les études qui ont servi à établir ces rapports ont été réalisées à partir de techniques qui ne sont pas conformes à la bonne pratique de l'ostéopathie. Il existe une réelle confusion entre l'ostéopathie et les thérapies manuelles qui se limitent à mobiliser les articulations. Les mises en garde sur les risques de lésions vasculaires de certaines manipulations ne peuvent être attribuées à l'ostéopathie.

### D'où vient l'ostéopathie ?

L'ostéopathie est une méthode de soins globale, naturelle et personnalisée, basée sur des techniques manuelles. Son fondateur, **Andrew Taylor Still**, est un Américain né en Virginie en 1828. Ingénieur agricole de formation, il s'est expérimenté à la pratique de la médecine et de la chirurgie pendant la guerre de Sécession. Sur la base des connaissances de l'époque, il a établi un mode de raisonnement basé sur la mécanique des forces et la dynamique des fluides. Sa vision unitaire du corps humain avec une capacité d'autorégulation donnait une importance toute particulière à la libre circulation des fluides et à la mobilité des composants de l'organisme.

### Une confusion facile

Contrairement à ce que laisse supposer son nom, l'ostéopathie ne se résume pas aux manipulations articulaires pratiquées de façon exclusive par les chiropracteurs ou certains ostéopathes limités à une pratique structurelle qui, il faut bien le reconnaître, ne sont pas en accord avec la dimension holistique de l'ostéopathie. L'approche mécanique structurelle répond à des cas précis, généralement post-traumatiques, avec des critères stricts d'exclusion.

### Une explication simple

Le déplacement d'une vertèbre à l'origine du pincement discal qui occasionne une douleur est la résultante d'une force asymétrique qui s'exerce sur cette articulation et la déséquilibre. Cette force étant généralement liée à une hypertension musculaire, il y a lieu de s'interroger sur la cause de cette hypertension afin de la lever et non de se limiter à mobiliser la vertèbre, ce qui amène naturellement à rétablir une libre circulation pour favoriser le cumul de l'acide lactique dans le muscle à l'origine de la tension, mais aussi à lever les compressions vasculaires de l'abdomen où se trouvent les organes digestifs ; et ce pour tous les troubles fonctionnels.

Sauf chez les personnes jeunes et en cas de traumatisme direct, les résultats obtenus par de simples

### Avoir confiance en l'ostéopathie

Cet article a pour objectif de rétablir un climat de confiance en vous apportant un éclairage sur la bonne pratique de l'ostéopathie. Vous pourrez ainsi choisir, en toute connaissance de cause, un praticien capable de répondre avec efficacité aux troubles qui nuisent à votre bien-être quotidien.

manipulations ne peuvent tenir sur le long terme. Dans le cas de douleurs chroniques, il existe toujours un facteur associé qui conditionne la récurrence. C'est pour cette raison que les études qui ont été réalisées pour valider l'efficacité de l'ostéopathie dans la lombalgie chronique n'ont pas été significatives.

### Un mécanicien de la vie

L'ostéopathe peut être considéré comme une véritable entreprise générale. Plombier, il s'intéresse aux tuyaux (artères, veines, canaux lymphatiques) qui véhiculent les liquides entre le robinet (le cœur) et la partie du corps en insuffisance. Electricien, il rétablit le courant (l'influx nerveux) et libère des ganglions para-vertébraux qui jouent le rôle de transformateurs. Enfin, il rééquilibre le corps en levant les tensions musculaires qui déstabilisent la charpente, notre squelette.

### Ses mains sont ses outils

Les manœuvres qu'il utilise suivent plusieurs règles : la prise (position des mains sur le corps), le fulcrum (le contre-appui des avant-bras pour isoler les forces musculaires et se concentrer sur la sensibilité tactile), le levier (les forces mécaniques musculaires à l'origine des tensions sont neutralisées du plus grand bras de levier au plus petit), la manipulation (le mouvement exercé évolue dans la limite de l'élasticité du tissu en respectant la règle de la non douleur), la qualité pulsatile des artères (le rétablissement du flux artériel s'apprécie par la synchronisation des pouls d'où l'importance des prises).

### Son approche globale est indispensable

L'ostéopathe établit un rapport entre une sciatique chronique à gauche et une colopathie fonctionnelle

allant d'une simple constipation chronique à un côlon irritable, voire une rectocolite hémorragique sous traitement médical.

Le meilleur ostéopathe ne peut parvenir durablement à bout de cette lésion mécanique tant que le trouble fonctionnel persiste. Cette corrélation impose inégalement la prise en considération des facteurs nutritionnels et des troubles hépatiques et digestifs, les plus souvent silencieux. Rappelons que le foie est l'organe du corps le plus volumineux, qu'il intervient dans toutes les fonctions de l'organisme mais qu'il ne peut se manifester par la douleur faute de disposer de fibres nerveuses sensibles. La première étape du protocole thérapeutique de l'ostéopathe est donc de rétablir sa bonne fonction. Or en médecine conventionnelle, il est le plus souvent ignoré et plus inquiétant encore, en sa qualité de « filtre », il subit l'agression des médicaments chimiques toxiques.

## L'hygiène alimentaire indissociable

L'importance des fonctions digestives dans le traitement ostéopathique impose le respect d'une certaine hygiène alimentaire. Diminuer les excès de toxiques, supprimer les inhibiteurs de digestion, les associations alimentaires en cause dans les fermentations acides et lactiques, suffisent généralement à obtenir une nette amélioration. Il ne s'agit pas de régimes ni de se passer de temps à autre d'un dessert ou d'un bon verre de vin, mais d'adopter certaines règles et, notamment, comme le pratiquaient les anciens et le préconisent toutes les religions, de « nettoyer » régulièrement son filtre avec des monodiètes rythmées.

## Une véritable médecine préventive

La localisation de la douleur articulaire renseigne l'ostéopathe sur l'existence d'une insuffisance qu'il est en mesure d'identifier grâce à un mode de raisonnement logique et scientifique lors de l'anamnèse et

## « Que ton aliment soit ton médicament » (Hippocrate).

de la valider par la palpation. L'ostéopathe peut ainsi déceler une insuffisance fonctionnelle avant même qu'elle ne se manifeste par un symptôme. En modifiant l'hygiène de vie, il peut ainsi corriger de façon naturelle un déséquilibre de l'organisme qui fait le lit des maladies chroniques et invalidantes. Ses mains sont des accélérateurs de guérison. Ses explications simples vous permettent de comprendre le mécanisme d'installation du trouble pour déclencher une prise de conscience à la faveur d'un véritable changement de comportement. Car au fond, vous êtes le principal acteur de votre état de santé.

## Les indications premières

L'ostéopathie a un rôle majeur dans le traitement des douleurs chroniques. Ce sont justement ces douleurs pour le traitement desquelles la médecine conventionnelle symptomatique reste impuissante. Les troubles musculo-squelettiques, à l'origine de 85% des maladies professionnelles, sont le deuxième motif de consultation du médecin généraliste. L'ostéopathie répond à un véritable besoin. Elle comble un décalage entre les besoins des personnes et le service de santé rendu. Alors que le Conseil de l'Ordre des médecins s'inquiète de la pénurie de médecins, il serait utile comme le préconise le Président de la Mutualité française, de confier des tâches réalisées aujourd'hui par des médecins à d'autres professionnels de la santé.

## Un champ d'action large

Un ostéopathe non médecin peut être consulté en première intention, sans prescription ni avis médical préalable. Son approche globale et multifactorielle lui permet de traiter avec efficacité la plupart des troubles fonctionnels. L'ostéopathie concerne toutes les personnes qui souffrent et qui ne sont pas

médicalement malades, celles dont l'état se situe entre la santé et la maladie et qui, le plus souvent, sont amenées à prendre des médicaments toujours toxiques et le plus souvent inutiles. Les médicaments de l'ostéopathe sont des micro-nutriments toujours naturels et le plus souvent utiles. Son action globale renforce l'organisme en cas de maladie, protège des effets iatrogènes des médicaments chimiques, aide à la récupération des traumatismes, facilite les interventions chirurgicales et aide à leur récupération.

## Ce n'est pas de la magie

L'ostéopathie, de la magie ? Non, bien au contraire ! L'ostéopathie peut expliquer simplement et de façon scientifique et rationnelle, pourquoi la sciatique est survenue au lever sans aucun mouvement, pourquoi une douleur de l'épaule est apparue soudainement pendant la nuit, pourquoi le torticolis est à droite et non à gauche, pourquoi le kyste est à l'ovaire gauche, pourquoi la grande majorité des cancers du sein sont à gauche, etc.

Or pour bien expliquer, il faut avoir compris le processus d'installation du déséquilibre qui est à l'origine du trouble. Cette condition permet de traiter le mal à sa source et d'obtenir un résultat durable. C'est tout l'intérêt de l'ostéopathie qui s'intéresse à la cause et pas seulement aux effets.

Des ostéopathes dont la pratique est conforme à cette présentation se sont regroupés sous la bannière *Eurostéo*. Un annuaire avec leurs coordonnées sera en ligne fin juillet sur le site [www.europromosteo.com](http://www.europromosteo.com). Entre temps, leurs coordonnées peuvent vous être communiquées sur simple demande à [contact@europromosteo.com](mailto:contact@europromosteo.com). A cette occasion, et dans l'attente de la parution de la deuxième édition du livre « *Le mal de dos est dans l'assiette* », vous recevrez gratuitement sur simple demande « *Le Guide Prévention Santé Active* », extrait de cet ouvrage. ■



**NOUVEAU  
COMMANDEZ VITE  
LA 2<sup>e</sup> EDITION  
DU BEST-SELLER  
DE NOTRE EXPERT !**

**Jean-Pierre Marguaritte**  
Ostéopathe  
Micronutritionniste  
Président  
EUROPROMOSTEO

À LIRE



« *Le mal de dos est dans l'assiette* » de Jean-Pierre Marguaritte : à commander en version numérique

sur [contact@europromosteo.com](mailto:contact@europromosteo.com).  
Version papier disponible en septembre.