

## URGENCE, J'AI MAL ! VITE, S'IL VOUS PLAÎT ...

La douleur rend souvent les devoirs familiaux difficiles, voire impossibles...  
L'appel au secours se justifie pleinement.

Avec la collaboration de l'Ostéopathe Daniel RONSMANS.DO.  
Membre de la Société Belge d'Ostéopathie.

**PARENTS:** C'est quoi une urgence?

**Daniel RONSMANS DO:** Médicalement, il y a urgence lorsque le patient saigne ou est en détresse cardio-respiratoire. En ostéopathie, les indications sont la douleur et l'impotence mécanique. Bien entendu on peut soigner cela avec des antidouleurs, des relaxants musculaires et des anti-inflammatoires, mais sur le plan digestif c'est parfois mal supporté. En état de grossesse, c'est évidemment contre-indiqué.

**PARENTS:** En général, les patients sollicitent leur Ostéopathe pour quelles principales raisons?

**D.R.:** La douleur des autres ne fait jamais mal... Par contre lorsqu'un proche est immobilisé, hurle et appelle au secours, il vaut mieux réagir.

Le spasme musculaire est une contraction de protection et est souvent le résultat d'un port de charge ou d'un faux mouvement. Cette crispation verrouille tout le système locomoteur et rend les gens incapables de poursuivre leurs activités. En plus toute tentative de mouvement peut déclencher des sensations insupportables.

Dans cette catégorie lésionnelle, on retrouve surtout : les torticolis, les névralgies cervico-brachiales, les douleurs intercostales, les lumbagos et les crises de sciatique avec ou sans problème de disque intervertébral.

**PARENTS:** Quels sont les conseils à donner en attendant de se faire traiter?

**D.R.:** Première règle vivement recommandée : Confort et non-douleur. Pour cela il faut se positionner le mieux possible en utilisant des supports de stabilisation style coussins ou couvertures

et appliquer de la chaleur humide sur la zone sensible pour viser une décontraction musculaire. Il vaut mieux une douche localisée ou une compresse chaude avec ou sans bouillotte, qu'un bon bain chaud qui ne sera qu'une chaleur globale et non spécifique.

Il est bien clair que nous parlons ici de grosses contractures très pénibles. C'est par exemple toute la base de la nuque, ou un flanc costal ou le bas du dos. Si la douleur est très précise comme un point de tendinite (épaule, coude, poignet) c'est au contraire un petit glaçon qui sera salvateur. En chauffant un point d'inflammation, on active évidemment le processus au lieu de le calmer! Bien des gens s'évertuent à chauffer une périarthrite de l'épaule, ou une tendinite avec une lampe à infra rouges... Cela ne sert à rien évidemment, au contraire!

**PARENTS:** Imaginons le Patient plié en deux ou ne pouvant tourner la tête que d'un seul côté, pourquoi l'Ostéopathie est-elle si utile?

**D.R.:** L'approche est toujours globale et il importe de comprendre le processus lésionnel (port de charge, faux mouvement ou rien de cela!)

Si la personne dit : « je n'ai rien fait de spécial, je me suis réveillé comme cela... » on doit suspecter une mauvaise nuit sur un oreiller inadapté ou des excès commis la veille avec des courbatures douloureuses du lendemain. Parfois le problème est plus subtil et l'origine peut être viscérale. Un trouble du colon, une crise de foie, une infection ou une poussée tumorale, et c'est parti pour une fragilité mécanique associée dans la zone métamérique. Pour rappel une même racine nerveuse issue de la colonne vertébrale va innover de la peau, des muscles, des articulations et des viscères bien précis. Toute pertur-



bation sur l'un des éléments prédispose les autres à un dysfonctionnement. C'est le phénomène bien connu de la douleur sacro-iliaque lors de l'ovulation ou de la charnière 5e lombaire-sacrum avant d'être réglée. Une constipation spasmodique peut donner une lombalgie, qui disparaît lorsque la défécation a eu lieu. Pour ce qui est de l'approche ostéopathique en elle-même, c'est un traitement des tissus mous (peau, muscles et système capsulo-ligamentaire), du pompage articulaire, de la rééquilibration des enveloppes aponévrotiques que l'on appelle fascias et de la stimulation sanguine et lymphatique. Le « crac expéditif » qui sauve est une légende rarement efficace. Certains naïfs ont la conviction que cela suffit, alors que le corps doit être rééquilibré dans son ensemble pour vraiment se guérir. Les plus grands ostéopathes manipulent peu et sont toujours étonnés d'entendre que certains praticiens remettent en



place plusieurs vertèbres. Physiologiquement le concept est totalement faux, puisque une vertèbre ne se déplace pas, mais se verrouille à la suite d'un spasme musculaire. Le geste manipulatif rapide et précis s'impose parfois - après une préparation tissulaire - mais on ne remet rien en place!!!

Des zones clés sur le plan vertébral, peuvent déclencher un réflexe sédatif. Bien souvent, ce n'est même pas sur la zone hyper douloureuse que l'on agit...

**PARENTS:** Dans le cas d'une hernie discale, vous traitez ou non?

**D.R.:** Oui bien sûr, puisque la décontraction musculaire va permettre au disque de reprendre du volume et au nerf «coincé» de se décongestionner. A une certaine époque, on opérât très systématiquement en enlevant une partie ou la totalité du disque.

Sauf quelques cas très précis, cela ne se fait plus qu'en tout dernier recours. Le disque est comme un amortisseur et le supprimer rapproche les vertèbres et facilite l'arthrose lombaire. Soyons clairs, si la perte de force musculaire (parésie) ou la paralysie sont flagrantes, il FAUT bien sûr opérer.

**PARENTS:** Reparlons des bébés. Chez eux les urgences, c'est quoi?

**D.R.:** C'est quand le petit hurle tout le temps! Rappelez-vous que les pleurs peu-

vent être significatifs de cinq facteurs. 1. J'ai faim - 2. J'ai sommeil - 3. Faut me changer - 4. J'ai peur - 5. J'ai mal! Il appartient à la Maman de comprendre et de sélectionner les raisons. Quant à la douleur si elle est exagérée, le bébé va s'épuiser à tenter d'avertir ses proches! Les cinq raisons principales seront donc le reflux, les coliques, les troubles du sommeil réellement épuisants, les congestions ORL (nez, gorge, oreilles) et les céphalées par hyperpression vasculaire, parfois dues à une complication de plagiocéphalie (aplatissement crânien). Rappelez-vous que les fontanelles (les espaces de jonction des os du crâne) sont au nombre de six. Quatre sont latérales (asterion, ptériorion à gauche et à droite) et deux sont supérieures (bregma et lambda).

La zone lambda (postérieure) se ferme vers 6 à 8 semaines et la bregma (antérieure) vers 18 à 24 mois. A la palpation c'est impressionnant, car on y sent battre le cœur.

Si la zone est enfoncée, c'est un signe de déshydratation. Si elle est bombée, c'est qu'il y a une hyperpression intra-crânienne. Dans les deux cas il faut voir le Pédiatre. Reprenons les «urgences bébé». Point un: le reflux gastro-oesophagien peut être hyper douloureux puisque la muqueuse de l'oesophage ne supporte pas l'acidité du contenu gastrique. Impératif donc de relever le haut du tronc en nourrissant le bébé au sein ou au biberon, en le lingeant et en le couchant dans son lit. A cela bien sûr, on doit parfois associer certaines médicaments spécifiques. Mais on peut aussi tenter la libération du nerf vague à la base du crâne et l'ajustement ostéopathique de la région vertébrale et abdominale (zone splanchnique).

Ce sont des techniques subtiles d'inhibition, qui visent à rétablir l'équilibre digestif fonctionnel.

Point deux: le ventre peut-être ballonné, victime de coliques ou de constipation. Ici on va donc agir via le système nerveux végétatif en réactivant les fonctions. Mais on peut tout autant agir directement sur le cadre colique pour faciliter son évacuation. Les zones importantes sont le diaphragme, la base du crâne et la charnière dorso-lombaire.

Point trois: les troubles du sommeil qui sont extrêmement perturbants et peuvent donner plus tard des ADD (désordre

et déficit d'attention) et de l'hyperactivité. Le secret thérapeutique est au niveau du ganglion cervical supérieur en liaison avec l'hypothalamus...

Point quatre: Les congestions ORL. C'est notamment le cauchemar du nez bouché qui gêne l'allaitement ou la prise de biberon. Quant aux otites c'est parfois insupportable. Le traitement est surtout frontal et temporal, mais aussi plus délicat en abordant les os ethmoïde et sphénoïde. Il s'agit de libération tissulaire pour favoriser le drainage.

Point cinq: Les céphalées d'hyperpression circulaire sans fièvre, que les adultes connaissent bien. Plus que jamais il faut libérer la nuque, la zone frontale et dégager les pariétaux. Résultat rapide et garanti.

**PARENTS:** Pas toujours facile de cibler les raisons des pleurs. Avez-vous des signaux d'alarme où vous refusez de traiter?

**D.R.:** Oui bien sûr, car chacun doit bien connaître ses limites.

Une raideur de nuque peut signifier une méningite, un vomissement de bile fait penser à une obstruction intestinale. Des douleurs abdominales avec diarrhée font penser à une déshydratation. Une perte de poids, une infection abdominale (péritonite) ou une lassitude anormale, justifient des examens médicaux complémentaires.

**PARENTS:** Donc votre coup de main n'est pas toujours infaillible...?

**D.R.:** Non évidemment. C'est pour cela que les professions Médicales doivent former une chaîne d'union!

## Pour plus d'informations :

[www.osteopathie.be](http://www.osteopathie.be)  
[www.sctf-belgium.be](http://www.sctf-belgium.be)  
[www.sctf.com](http://www.sctf.com)  
[www.cranialacademy.org](http://www.cranialacademy.org)  
[www.academyofosteopathy.org](http://www.academyofosteopathy.org)  
[www.gnrpo.be](http://www.gnrpo.be)