

Mobiliser... Activer... Soulager!

Un principe fondamental en Ostéopathie souligne l'importance du mouvement pour libérer les tissus et favoriser les échanges, en stimulant la circulation veineuse et lymphatique. « Banal » diront certains...

Ce qui l'est moins, c'est que TOUS les parents devraient être « initiés », afin d'appliquer cette règle pour mieux soigner leurs enfants et leurs proches!

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



Parents: Voulez-vous nous parler de conseils thérapeutiques pour chacun au profit de chacun?

Daniel Ronsmans DO: Oui absolument, car cela va permettre de résoudre beaucoup de problèmes fonctionnels désagréables. Cela rejoint un peu la théorie de la « Médecine aux pieds nus », ce concept développé en Chine pour pallier le manque de personnel qualifié et qui a été enseigné à des personnes désireuses de soigner.

En Occident et surtout dans nos contrées, il y a profusion de gens compétents, mais pas toujours disponibles ou dont la sollicitation est parfois onéreuse... L'idée est donc de « former » les Parents en leur montrant des manœuvres simples - mais ô combien efficaces - pour soulager ceux qui souffrent. Ici tout le monde va pouvoir traiter!!!

Parents: Comment est-ce envisageable?

D.R.: La consultation ostéopathe se veut un échange verbal et gestuel entre le thérapeute, le patient et ses proches. Les explications doivent rassurer, justifier et permettre par la suite de renforcer les effets du traitement.

Viennent ensuite une proposition de précautions et de conseils, mais aussi l'enseignement de gestes pour traiter, qui seront vraiment physiologiques!

Parents: C'est très pédagogique et fort bien intentionné, mais cela doit prendre du temps!

D.R.: Les patients ont besoin d'être écoutés, compris et conseillés. Le devoir du praticien est de vulgariser son approche pour convaincre, et s'assurer de la sorte d'une parfaite collaboration qui ne va pas galvauder son traitement. A quoi sert de traiter un reflux chez un bébé, si ensuite les parents biberonnent dans une position paradoxale?

Parents: Allons-y, passons à la première leçon!

D.R.: Tout d'abord par respect et sympathie, nous nous devons de parler d'un Ostéopathe Américain qui a été un exemple dans l'application de cette théorie. Lors d'une mission médicale humanitaire au Nicaragua, le Docteur Kenneth GRAHAM, DO qui est professeur de clinique ostéopathe à l'Université de l'Oklahoma, a perçu la nécessité de « former » des Mamans pour résoudre les problèmes respiratoires ou digestifs de leurs enfants. Les gestes sont simples, mais très élaborés pour qui comprend la neurophysiologie. Les résultats sont d'autant plus spectaculaires, que ces manœuvres sont répétées très souvent pour être stimulantes et équilibrantes.

Fasciné par la rapidité de compréhension de ses élèves et par l'efficacité des traitements prodigués, il a publié un petit ouvrage

ge distribué trop discrètement... Heureusement il est venu tout récemment en Belgique, et a divulgué sa méthode lors d'un séminaire SCTF (Sutherland Cranial Teaching Foundation). Certains Ostéopathes ont ainsi bénéficié de son expérience, et tous ont été fascinés par la logique et la simplicité de son approche.

Parents: En nursing, les Infirmières donnent aussi des conseils et en Kinésithérapie on montre des exercices. A quel niveau se situe la théorie du Docteur GRAHAM?

D.R.: Essentiellement dans le geste qui va rééquilibrer les fonctions physiologiques. Ce sont des manœuvres de mobilisation et de pompage qui vont activer ou inhiber les systèmes orthosympathique et parasympathique. Il s'adresse de la sorte à un système nerveux autonome (c'est-à-dire involontaire) qui répond si on le «bouscule»! Pour parler plus simplement on va dynamiser ce qui est ralenti et calmer ce qui est excessif!

Parents: Logique, mais que se passe-t'il si on se trompe?

D.R.: Pas grand chose! Dans les réactions de ce système nerveux végétatif, une manœuvre manuelle peut stimuler le retour à la normale, mais va rarement aggraver. Tout au plus, cela ne va rien changer du tout... Prenons par exemple un patient constipé, dont le colon est paresseux ou totalement amorphe. Petit rappel anatomique, le gros intestin se partage en quatre parties: le colon droit ou ascendant, le colon transverse, le colon gauche ou descendant et le sigmoïde.

Il faut rappeler ici (pour ceux qui l'auraient oublié...) que les deux premières parties (ascendante et transverse) dépendent du système neurovégétatif lombaire. Appelé «orthosympathique», celui-ci est constitué de petits ganglions para-vertébraux lombaires. Mais le restant du colon est sous dépendance para-sympathique sacrée. Si le colon gauche est gonflé, encombré et douloureux, il verrouille tout. C'est comme le bouchon de la baignoire à enlever pour la vider! Il faut donc traiter AVANT TOUT le sacrum pour libérer le transit. Ce n'est qu'ensuite que l'on pourra traiter les lombaires au niveau des ganglions sympathiques, pour retrouver le péristaltisme idéal. Ici on rejoint évidemment toute la théorie ostéopathique «structure et fonction» avec ses manipulations très mécanistes, mais aussi neurologiques. Dans la vulgarisation enseignée par le Docteur Graham, on stimule les ganglions par des gestes doux et rythmés, mais pendant longtemps et souvent!

C'est là évidemment que l'on retrouve la motivation et l'obstination de la Maman qui veut soulager.

En hospitalisation, il est fréquent d'avoir des patients horriblement constipés. Les causes peuvent être post opératoire (anesthésie et technique chirurgicale) et/ou alimentaire (manque de fibres et boissons insuffisantes), mais la raison principale est l'immobilité.

Evidemment, la localisation des techniques sera différente, si l'on doit soulager des gaz qui font ballonner douloureusement l'intestin grêle ou s'il faut libérer les différents colons. La technique s'appelle le «rocking», c'est une sorte de vague assez rapide induite par les mains, pour réactiver les fonctions neuro-végétatives.

Et on agira sur le sacrum ou les lombaires selon les nécessités physiologiques. Le professionnel montrera aux parents comment faire, mais devra aussi traiter la base de l'occiput pour libérer certains nerfs crâniens.

Parents: Tout cela nécessite un diagnostic tout de même!

D.R.: Attention on ne doit ni médicaliser à outrance, ni parler du mythe de l'avis du «Docteur»... Quand on observe des coliques, de la constipation ou de la diarrhée, il ne faut pas être Médecin pour conclure à la nécessité de soulager! Par contre si malgré d'insistantes et dévouées tentatives, les résultats n'apparaissent pas, il faut bien sûr recourir à un avis plus compétent. L'obstruction intestinale ou la déshydratation sont des situations qui peuvent s'aggraver. Pas question donc de s'obstiner avec des manœuvres «ostéopathiques» à bon marché!!!

Parents: On parle beaucoup de troubles respiratoires. Avez-vous aussi des actions à recommander?

D.R.: Oui et c'est le second volet spectaculaire de cette vulgarisation. Quand un patient est alité depuis longtemps, l'appui sur le thorax diminue son amplitude respiratoire. Le diaphragme qui est ce grand muscle permettant l'inspiration va être gêné dans sa fonction.

Une compression forcée sur les côtes ou le sternum après une expiration, suivie d'un relâchement brutal pendant l'inspiration peut le réactiver et être très bénéfique. D'autre part si on soulève rythmiquement les côtes du bout des doigts par voie postérieure (20 fois), puis avec la même manœuvre au niveau des omoplates (20 fois aussi) - et à faire de chaque côté - on va obtenir une broncho-dilatation par activation des ganglions sympathiques. Et le patient de bien mieux respirer!

Vous voyez qu'il suffit de pianoter pour activer et soulager! Petit secret en plus: pour diminuer les mucosités trop épaisses il faut agir sur la jonction atlas (1ère vertèbre cervicale) et occiput afin de traiter le fameux nerf vague. Encore lui, mais cela c'est aux pros à le faire...

Parents: Amusant que l'on vulgarise ainsi des petits trucs chers aux Ostéopathes...

D.R.: Ce ne sera jamais qu'une façon de collaborer et surtout de démontrer la logique et l'efficacité de notre pouvoir thérapeutique. Si vous voulez encore un «scoop», en cas de hoquet persistant, il suffit parfois de tirer sur la langue avec un mouchoir (pour ne pas que cela glisse...)! En fait la sagesse du corps, c'est de comprendre qu'on peut l'aider «naturellement» et surtout d'éviter certaines actions plus risquées ou polluantes, avec des contre indications qu'on aurait tendance à oublier et sur lesquelles on reviendra.

Parents: Prochain cours ostéopathique.

D.R.: L'accouchement normal ou difficile, avec ou sans Nous!

Pour plus d'informations :

www.osteopathie.be

www.cranialacademy.org

www.sctf-belgium.be

www.gnrpo.be