



[Accueil](#) > [Vie pratique](#) > [Santé](#) > Comment choisir son ostéopathe ?



 Imprimer

 Pdf

 Envoyer

Comment choisir son ostéopathe ?

Sciatique, torticolis, stress, maux de tête, insomnies... L'ostéopathie peut soulager de nombreux maux. À condition de choisir un bon professionnel.

Kiné, médecin, seulement ostéo ?

Certains ostéopathes ont une formation initiale de kinésithérapeute ou de médecin, d'autres sont « seulement » ostéopathes. Lequel choisir ? En réalité, ce qui compte c'est d'opter pour un professionnel qui pratique cette discipline en exclusivité et pas occasionnellement. Ainsi, un médecin ou un kiné qui ne ferait que quelques consultations d'ostéopathie chaque mois ne serait pas en mesure d'acquérir une bonne technique manuelle ni suffisamment d'expérience clinique.

Syndicat, fédération : un critère de qualité

De nombreux ostéopathes appartiennent à des regroupements professionnels. Pour choisir votre praticien, consultez les annuaires de trois d'entre eux : le Syndicat français des ostéopathes (www.osteopathe-syndicat.fr) ; le Registre des ostéopathes de France (www.osteopathie.org) et la Fédération française d'ostéopathie (www.osteopathie-federation.org). Pour pouvoir s'inscrire auprès de ces trois instances, les ostéopathes doivent pouvoir justifier d'une formation d'au moins 4 300 heures, dont 850 heures de pratique clinique. Un gage de sérieux.

Un interrogatoire et un examen poussés

Un bon ostéopathe prend toujours le temps d'un interrogatoire poussé sur vos antécédents (votre histoire médicale, chirurgicale, traumatique, les événements marquants de votre vie), puis vous examine des pieds à la tête (visuellement et en palpant les différentes zones de votre corps). Ensuite seulement il commence à vous soigner ! Voilà pourquoi une consultation sérieuse doit durer de 30 à 45 minutes.

Le prix : à surveiller

En moyenne, une consultation chez un ostéopathe coûte 50 €. Avec de grosses différences entre les villes (fréquemment 70 € à Paris) et les zones rurales (plutôt 40 €). Mais il faut se méfier des tarifs trop éloignés de cette moyenne, dans un sens comme dans l'autre. Ainsi, une consultation à 20 € doit alerter : il est peu probable qu'elle soit suffisamment longue pour être efficace, sinon le professionnel ne pourrait assurer la rentabilité de son activité. Quant aux praticiens qui demandent 100 ou 120 €, se fondant sur leur réputation, rien ne prouve qu'ils soient vraiment meilleurs que les autres. Une consultation d'ostéopathie n'est pas prise en charge par la sécurité sociale, sauf si l'ostéopathe est médecin. Mais certaines mutuelles la remboursent, en totalité ou en partie.

Isabelle Gravillon