

QU'EST CE QUE L'OSTÉOPATHIE ?

UN PEU D'HISTOIRE

L'ostéopathie est issue de la pensée et de l'expérience de terrain d'un médecin des Etats-Unis de la fin du XIX^{ème} siècle, Andrew Taylor Still. Ayant exercé la chirurgie de front, lors de la guerre de Sécession, il acquit une connaissance aiguisée de l'anatomie et des rapports entre les différentes structures du corps (muscles, vaisseaux, nerfs, viscères...). Still, comme tous les médecins de son époque, fut confronté aux ravages des maladies infectieuses. Les antibiotiques n'ayant pas été découverts, les médecins proposaient des médecines qui souvent, étaient encore plus néfastes aux patients, qu'une absence de traitement. L'ostéopathie initiée par Still est donc fondée d'une part, sur la notion de globalité du corps -il n'y a pas d'organe dans le corps qui soit totalement indépendant de ceux qui l'entourent- et d'autre part, sur un rejet des traitements médicamenteux - « l'homme possède en lui les moyens de se guérir » selon Still.

LE CONCEPT DE L'OSTÉOPATHIE

Les fondements sur lesquels le concept ostéopathique s'appuie ont bien évidemment évolués avec les progrès de la physiologie et de la médecine. Un certain nombre d'entre eux demeurent toutefois valides et ont été confirmés par les progrès de la science.

La santé représente la parfaite adaptation de l'organisme à son environnement. S'opposant à cela, l'état de non santé se caractérise par une anomalie de réaction aux conditions environnementales. Sont particulièrement impliqués dans cette anomalie, le système myofascial (*), l'approvisionnement sanguin et la conduction nerveuse.

Le principe d'adaptation/compensation : dans le concept ostéopathique, il est posé comme principe que l'étiologie de la maladie doit être recherchée dans les conditions d'adaptation du corps à son environnement externe et interne (anatomique et physiologique). Si les conditions d'adaptation sont perturbées, l'organisme réagit au facteur contraignant, en modifiant sa physiologie et parfois, son anatomie. Il organise ainsi une compensation pour s'adapter à la nouvelle situation et perpétuer au mieux son équilibre, donc sa santé.

La structure gouverne la fonction : la maladie s'exprime par l'intermédiaire d'un support anatomique (le virus de l'hépatite a besoin du foie pour se développer, l'arthrose affecte les cartilages, pas le coeur, etc...). L'altération des structures anatomiques entraîne la perturbation de leur fonctionnement. C'est bien la structure qui commande la fonction. C'est donc en recherchant les modifications de structures, que l'ostéopathe diagnostiquera les perturbations de leur fonctionnement – dysfonction- . C'est en agissant sur la structure qu'il pourra influencer sur le fonctionnement des différents systèmes physiologiques (musculo-squelettique, cardio-vasculaire, digestif,...)

COMMENT AGIT L'OSTÉOPATHE?

Lorsqu'une perturbation se produit dans l'équilibre entre l'organisme et son environnement, cela provoque une stimulation dans le corps qui normalement, doit déclencher les réactions appropriées pour lutter contre cette perturbation. Cette stimulation correctrice est véhiculée par trois systèmes – appelés liens en ostéopathie : le système myofascial -lien mécanique-, le système cardio-vasculaire -lien vasculaire et le système nerveux -lien neurologique. Si cette stimulation correctrice ne parvient pas à résoudre le déséquilibre, elle restera active aussi longtemps qu'il faudra pour maintenir un équilibre le plus acceptable possible pour l'organisme. Dès lors, ce déséquilibre laissera une trace dans l'organisme, qui parfois pourra s'accompagner de symptômes pour le patient (douleur, raideur articulaire, nausée...).

Le système qui sera le plus marqué par ce déséquilibre est le système myofascial car il représente la charpente du corps. Sans cette charpente ou système somatique, le corps ne peut ni maintenir sa cohésion, ni rester debout, marcher, bouger... Cette marque infligée à la partie somatique du corps va produire un dysfonctionnement dans le corps. Il s'accompagnera toujours d'une diminution de la mobilité de la structure somatique qui est en charge d'effectuer la fonction. Exemple : si le déséquilibre affecte le fonctionnement du foie, cela se traduira par une restriction de mouvement du foie par rapport aux éléments qui l'entourent. Si le déséquilibre touche la cheville, on retrouvera une diminution des amplitudes de mouvement de la cheville. C'est en quelque sorte, un système de protection appelé en ostéopathie : dysfonction somatique.

** Le système myofascial représente les muscles squelettiques (exemple : le quadriceps qui est le muscle du devant de la cuisse), les enveloppes (fascia) qui entourent ces muscles, ainsi que les différentes cloisons fibreuses qui séparent les organes les uns des autres (exemple: le médiastin qui renferme le coeur et le sépare des poumons dans la cage thoracique). Si l'on retire tous les muscles du corps et tous les organes en ne conservant que leur enveloppes et les cloisons, le corps garde sa configuration, démontrant ainsi la totale continuité des fascia, qui forment un système anatomique propre.*

LE TRAITEMENT OSTÉOPATHIQUE

Le traitement ostéopathique consistera donc à :
diagnostiquer l'élément causal du déséquilibre de l'organisme -son inadéquation à son environnement- ainsi que les dysfonctions somatiques qui l'accompagnent puis à corriger ce déséquilibre en modifiant les conditions environnementales et nutritives du patient et à restaurer par des techniques manuelles, la diminution de mobilité des structures du corps affectée par une dysfonction somatique.

QUELLES SONT LES TECHNIQUES UTILISÉES PAR LES OSTÉOPATHES ?

Les techniques ostéopathiques sont exclusivement manuelles. Ces sont des mobilisations ou des manipulations. L'ostéopathe n'utilise pas d'appareils ni de médicaments. Ce qui différencie ces deux techniques, c'est l'amplitude du mouvement provoqué et sa vitesse d'exécution.

Les mobilisations sont effectuées lentement et leur amplitude de mouvement est grande. A l'inverse, les manipulations -également appelées techniques à haute vélocité et faible amplitude dans le jargon ostéopathique- sont pratiquées à grande vitesse sur une amplitude de mouvement très faible.

Le choix des techniques se fait en fonction de la structure anatomique qui est responsable de la restriction de mobilité et de l'effet recherché. Lorsque l'ostéopathe veut agir sur un fascia par exemple, il utilisera une mobilisation. Lorsqu'il veut agir sur un ligament, il effectuera une manipulation. Les mobilisations agiront plus favorablement sur la circulation des liquides internes de l'organisme (sang, lymphe..) alors que les manipulations auront une action directe sur le système nerveux, grâce aux nerfs qui relient les ligaments et la moelle épinière.

EXISTE-T-IL PLUSIEURS SORTES D'OSTÉOPATHIE ?

Non. L'ostéopathie est unique. Elle a pour objectif d'améliorer les relations des patients avec leur environnement et à supprimer les dysfonctions somatiques.

Ce sont les techniques variées qui peuvent laisser penser qu'il y a une ostéopathie structurelle, une ostéopathie viscérale ou une ostéopathie crânienne. En réalité, les techniques sont les mêmes, quel que soit l'endroit du corps où elles sont effectuées.

Il n'y a pas d'approche meilleure qu'une autre. L'ostéopathe doit maîtriser toutes les techniques et

savoir où, quand et avec quel patient les utiliser. C'est la raison pour laquelle les études d'ostéopathie sont longues car elles nécessitent un apprentissage manuel progressif.

LES MANIPULATIONS FONT-ELLES MAL ? SONT-ELLES DANGEREUSES ?

Les manipulations ostéopathiques ne font pas mal car elles sont pratiquées en respectant certains critères, notamment la règle de la non douleur. C'est le craquement qui accompagne la manipulation et la vitesse d'exécution qui donne l'impression que le geste est brusque. Mais ce n'est pas le cas.

Le craquement est un phénomène normal. Il se produit à chaque fois qu'une articulation est bougée rapidement. Si vous vous accroupissez rapidement, vos genoux risquent de craquer. Ce n'est pas pour cela qu'il s'est passé quelque chose d'anormal.

La vitesse d'exécution est parfaitement maîtrisée par l'ostéopathe. Durant ses études, il a pendant de longues heures, appris à palper les tissus du corps, à mobiliser les articulations. Ce n'est qu'après avoir acquis une certaine dextérité qu'il a été autorisé à effectuer des manipulations. On ne fait bien que ce qu'on fait souvent. On a d'autant plus conscience des choses qu'on les a reçues soi-même. C'est pour cela que les étudiants en ostéopathie apprennent et effectuent les techniques entre eux.

Le risque de complications sérieuses est évalué à 1 pour 400 000 à 2 000 000 de manipulation de la colonne vertébrale, tout segment confondu. (Stevinson C, Ernst E. Risks associated with spinal manipulation. American Journal of Medicine 2002; 112 : 566-71). A titre de comparaison, les anti-inflammatoires non stéroïdiens, qui sont très fréquemment prescrits en cas d'affection de la colonne vertébrale, provoquent, tous âges confondus, un accident grave pour 1000 patients. (Savvas P. Non steroidal anti-inflammatory drugs: risk factors v/s benefits. Aust Fam Physician 1991; 20:1026-33).

Le registre des ostéopathes de France, afin de garantir la sécurité des patients, a élaboré des recommandations de bonne pratique concernant les manipulations cervicales.

HYPERLINK «<http://www.osteopathie.org/up/fichiers/conseil-pluridisciplinaire.pdf>»<http://www.osteopathie.org/up/fichiers/conseil-pluridisciplinaire.pdf>

EN QUOI EST-ELLE UNE APPROCHE ORIGINALE ? QU'EST CE QUI LA DIFFÉRENCIE DE LA KINÉSITHÉRAPIE ?

L'ostéopathie est la seule thérapeutique qui aborde les problèmes de santé à travers une approche globale et manuelle.

Celle-ci prend en considération les conditions environnementales des patients (hygiène de vie, contexte socio-professionnel, interférences psychologiques...), les facteurs nutritionnels et l'équilibre des constituants somatiques du corps. Les techniques utilisées visent à restaurer les mobilités perturbées et la continuité des échanges au sein de l'organisme.

Certes, les ostéopathes ne sont pas les seuls praticiens à traiter les dysfonctions de mobilité des articulations. Les rhumatologues, les masseurs-kinésithérapeutes, les chirurgiens orthopédistes traitent les pathologies de l'appareil locomoteur (colonne vertébrale et membres). En revanche, ils sont les seuls à pouvoir reconnaître et traiter les restrictions de micro mobilité.

C'est à ce niveau que se situe leur spécificité technique. Sur le plan biomécanique – science qui traite de la mécanique appliquée aux systèmes vivants- un grand mouvement ne peut s'effectuer pleinement que s'il est accompagné de micro mouvements associés. Ce sont ces petits mouvements -appelés mouvements mineurs- qui guident et accompagnent les grands mouvements -appelés mouvements majeurs. C'est en restaurant les mouvements mineurs que l'ostéopathe redonne une parfaite fonction aux mouvements majeurs du corps. Et cela, il est le seul à savoir le faire.

POURQUOI LES FRANÇAIS CONSULTENT DE PLUS EN PLUS UN OSTÉOPATHE ?

L'ostéopathie, comme beaucoup de médecines non conventionnelles (médecine traditionnelle chinoise, homéopathie, médecine ayurvédique...), se caractérise par la simplicité de sa mise en place, une grande écoute du patient, l'absence de prescription de médicaments, des résultats rapides, des effets secondaires minimes et une absence de pollution de l'environnement.

Les français ont pris conscience que pour certains maux, il n'est pas obligatoire de recourir au traitement biochimique. Lorsqu'on souffre d'un problème ayant une origine mécanique, il est tout à fait possible de le solutionner par une approche manuelle.

Le Centre de Recherches, d'Etudes et de Documentation en Economie de la Santé (CREDES), organisme d'Etat a estimé qu'en 2002, 8,5 % des adultes disent avoir eu recours à un ostéopathe ou un chiropracteur au moins une fois au cours des 12 mois précédant l'enquête, soit environ 5,5 millions de français.

L'académie d'ostéopathie de France, en collaboration avec le registre des ostéopathes de France, a mené une étude en 2005. Elle laisse apparaître que cette année là, le nombre de nourrissons de 0 à 9 mois traités en France métropolitaine s'est élevé à environ à 217 000 avec un nombre total de consultations d'environ 470 000.

HYPERLINK «http://www.academie-osteopathie.fr/plume/xmedia/commissions/AO_communique_pediatrie_05_2006.pdf»http://www.academie-osteopathie.fr/plume/xmedia/commissions/AO_communique_pediatrie_05_2006.pdf

DESCRIPTION DE LA DÉMARCHE OSTÉOPATHIQUE LE DIAGNOSTIQUE OSTÉOPATHIQUE

Il s'appuie sur trois démarches :

- Le diagnostic palpatoire qui permet de définir les perturbations de mobilité des structures de l'organisme et les tissus responsables du trouble fonctionnel.
- Le diagnostic étiopathique qui fait le lien entre l'anatomie, la physiologie et l'expression du trouble fonctionnel.
- Le diagnostic d'exclusion qui met en évidence les signes d'alerte des maladies organiques présentant des lésions tissulaires identifiables.

LE DEROULE TYPE D'UNE CONSULTATION OSTÉOPATHIQUE

L'examen ostéopathique

Il emprunte un certain nombre de procédures de l'examen clinique tel qu'il fût développé au début du XX^e siècle. Il a gardé ce rôle majeur en ostéopathie alors que l'évolution de la médecine contemporaine, liée aux essors de l'industrie pharmaceutique et de la technologie d'exploration, ne lui fait plus tenir ce rôle central. Il a été complété des éléments spécifiques du concept ostéopathique (*en italique*).

Anamnèse

Examen Physique

Inspection

Palpation *dont les tests de mobilité et de qualité tissulaire*

Percussion

Auscultation

Lecture des examens paracliniques

Le traitement

Le traitement ostéopathique s'effectue à l'aide des mains qui exercent une action mécanique sur le corps. Il présente des contre indications (voir en infra). Les contre indications au traitement consistent en toute pathologie innée ou acquise entraînant une fragilité mécanique des structures constituant l'organisme, que l'application d'une force extérieure, pourrait aggraver.

Contrôle des modifications des paramètres de mobilité et de qualité tissulaire

Conseils prophylactiques et d'hygiène de santé

LES CONTRE INDICATIONS AU TRAITEMENT OSTÉOPATHIQUE

(norme de compétence de l'ostéopathe 2004 – page 26) :

HYPERLINK «<http://www.osteopathie.org/up/fichiers/norme-competece-2004.pdf>»<http://www.osteopathie.org/up/fichiers/norme-competece-2004.pdf>

Les contre indications peuvent être absolues - le traitement ne doit pas être effectué - ou être relatives à l'état de fragilité des tissus – le traitement peut être effectué avec certaines précautions comme l'exclusion du traitement des régions fragiles et/ou des techniques occasionnant une trop grande force externe.

Les contre indications absolues au traitement ostéopathe :

Absence de consentement du patient (article 40 du code de déontologie)

Praticien ne pouvant déterminer la qualité des tissus du patient, quelles qu'en soient les raisons. (article 20 du code de déontologie)

Contre indications aux techniques directes :

2.1 Absolues

2.1.1 En raison d'une maladie systémique

Maladies provoquant une fragilité des tissus osseux, ligamentaires, tendineux, conjonctif, artériel, veineux...

Hémorragies, hémophilie, augmentation du délai de coagulation, phlébite.

2.1.2 En raison d'une fragilité locale

Pathologie des parois ou obstruction artérielle ou veineuse diagnostiquée ou suspectée.

Traumatisme récent n'ayant pas fait l'objet d'un examen clinique et/ou d'examen paracliniques.

Accident vasculaire cérébral, hydrocéphalie, hématomes extra ou intra duraux

Glaucome non contrôlé

Cholécystite aigue

Appendicite aigue, péritonite

Néphrite aigue

Processus néoplasique

Hernie discale aigue avec signes neurologiques

2.1.3 Spécifiques aux techniques à haute vélocité et faible amplitude

Appareillage d'ostéosynthèse

Instabilité articulaire

Hématome et autres épanchements

2.2 Relatives

Squelette fragile: personnes âgées, ostéoporose, ostéopénie

Squelette non mature : pré pubères, ostéochondroses

Contre indications aux techniques indirectes

3.1 En raison d'une fragilité locale

Pathologie des parois ou obstruction artérielle ou veineuse diagnostiquée ou suspectée.

Hémorragies, hémophilie, augmentation du délai de coagulation, phlébite.

Traumatisme récent n'ayant pas fait l'objet d'un examen clinique et/ou d'examen paracliniques.

Accident vasculaire cérébral, hydrocéphalie, hématomes extra ou intra duraux

Cholécystite aigue

Appendicite aigue, péritonite

Néphrite aigue

Processus néoplasique

La lecture des contre indications aux traitements ostéopathique fait ressortir, outre la nécessité d'une démarche éthique, d'une déontologie, et d'une maîtrise de connaissances sémiologiques, la nécessité d'effectuer des tests cliniques spécifiques. En effet, la seule application d'une palpation, aussi développée soit elle, ne permet pas à elle seule de déterminer l'intégrité anatomique et/ou fonctionnelle des structures sur lesquelles l'ostéopathe va appliquer son traitement. Ces tests portent sur le système nerveux, l'appareil locomoteur, l'appareil cardio-vasculaire, l'appareil pulmonaire et ORL et l'appareil uro-génital.

LA GARANTIE DES SOINS

(code de déontologie – Titre II)

HYPERLINK «<http://www.osteopathie.org/interieur.asp?id=2>»<http://www.osteopathie.org/interieur.asp?id=2>

La sécurité des personnes qui ont recours l'ostéopathie, s'appuie sur le droit de la personne et notamment ceux introduits par la loi du 4 mars 2002. On peut citer les articles du code de la santé publique suivants (première partie, livre I, titre I):

L'article L 1110-1 : « *le droit fondamental à la protection de la santé doit être mis en œuvre par tous moyens disponibles au bénéfice de toute personne* »

L'article L 1110-4 : « *toute personne prise en charge par un professionnel, un établissement, un réseau de santé ou tout autre organisme participant à la prévention et aux soins a droit*

** au respect de sa vie privée et du secret des informations la concernant. [...]Il s'impose à tout professionnel de santé, ainsi qu'à tous les professionnels intervenant dans le système de santé.* »

L'article L 1110-5 : « *toute personne a, compte tenu de son état de santé et de l'urgence des interventions que celui-ci requiert, le droit de recevoir les soins les plus appropriés et de bénéficier des thérapeutiques dont l'efficacité est reconnue et qui garantissent la meilleure sécurité sanitaire au regard des connaissances médicales avérées. Les actes de prévention, d'investigations ou de soins ne doivent pas, en l'état des connaissances médicales, lui faire courir de risques disproportionnés par rapport au bénéfice escompté.*

L'article L 110-8 : « *le droit du malade au libre choix de son praticien et de son établissement de santé est un principe fondamental de la législation sanitaire* »

L'article L 1111-1 : « *les droits reconnus aux usagers s'accompagnent des responsabilités de nature à garantir la pérennité du système de santé et des principes sur lesquels il repose.* »

L'article L 1111-3 : [...] *les professionnels de santé d'exercice libéral doivent, avant l'exécution d'un acte, informer le patient de son coût et des conditions de son remboursement par les régimes obligatoires d'assurance maladie.*

L'article L 1111-4 : [...] *aucun acte médical ni aucun traitement ne peut être pratiqué sans le consentement libre et éclairé de la personne et ce consentement peut être retiré à tout moment.* »

Puisque l'article 75 de la loi du 4 mars 2002 n'indique pas explicitement que l'ostéopathie est une profession de santé, elle n'est pas régie par le code de la santé publique. Elle ne bénéficie pas actuellement d'une liste de bonnes pratiques élaborées et validées par la Haute autorité de santé. L'ostéopathe continue d'être considéré comme un professionnel délivrant un « produit » de soin. Il convient donc de délivrer ce « produit de soin » dans l'intérêt de la santé publique et d'apporter une réponse aux questions « qui peut s'adresser à un ostéopathe ? », « pour quels motifs ? ».

Qui peut s'adresser à un ostéopathe ?

L'ostéopathie s'adresse aux enfants, aux adultes, à la femme enceinte et aux personnes âgées. Cette classification est justifiée par la différence chez ces personnes, dans leur anatomie, dans leur physiologie, dans la qualité de leurs tissus et dans les contraintes auxquelles elles doivent s'adapter.

Pour quels motifs peut-on s'adresser à un ostéopathe ?

D'un point de vue théorique, l'indication thérapeutique ostéopathique est la dysfonction somatique qui apparaît lorsque les capacités d'adaptation de l'organisme aux contraintes de la vie sont perturbées

ou dépassées. Cette définition ne permet pas malheureusement à un patient de se déterminer quant au bénéfice que pourrait lui apporter l'ostéopathie pour sa santé.

La démarche qui conduit une personne à consulter un ostéopathe est en premier lieu la souffrance. La colonne vertébrale et les souffrances qu'elle génère, représentent la première cause de consultation en ostéopathie. Le champ d'application de l'ostéopathie s'étend à d'autres troubles fonctionnels qu'une souffrance ou une douleur. On peut définir ceux-ci d'une manière très générale comme une perte ou une moins bonne capacité de l'organisme à effectuer certaines fonctions.

L'ostéopathie est susceptible de soulager la plupart des manifestations liées à des troubles fonctionnels :

De l'appareil locomoteur : cervicalgies, torticolis, dorsalgies, douleurs intercostales, lumbago, névralgies, entorses, accidents musculaires, tendinites, conséquences des coups du lapin, maux de tête d'origine mécanique.

Du système neurovégétatif : dystonie neurovégétative.

Du système digestif : dysphagie, gastralgie, reflux gastro-oesophagien, dyspepsies, dyspéristaltisme intestinal, régurgitations, nausées.

Du système génito-urinaire : dysménorrhées fonctionnelles, dyspareunies mécaniques, dysurie, prévention des infections urinaires.

De la bouche et de la sphère ORL : dysphonie fonctionnelle, préventions des sinusites et otites répétitives, vertiges fonctionnels.

Du système respiratoire : dysphrénie fonctionnelle, prévention des bronchites répétitives.

Ainsi que les manifestations rencontrées par le bébé après la naissance : troubles du sommeil, agitation, régurgitations, coliques, plagiocéphalies ...

L'ostéopathie est également susceptible d'apporter un bénéfice lors de :

L'accompagnement de la grossesse et du post-partum.

L'accompagnement des suites d'intervention chirurgicale notamment en cas de thoracotomie et laparotomie.

L'accompagnement des traitements orthodontiques.

L'accompagnement des traitements des pathologies orthopédiques de l'enfance et de l'adolescence (pied bot, torticolis congénital, scoliose, cyphose...).

L'action est également préventive puisque l'installation des dysfonctionnements est parfois muette de tout symptôme.

Si les tissus sont lésés, l'ostéopathie intervient uniquement comme une thérapie complémentaire pour soulager les effets des lésions tissulaires.