

## **Indications de l'ostéopathie, selon Alfred Scheuer (21/01/23)**

L'ostéopathie est indiquée chaque fois que le patient peut tirer bénéfice **d'une diminution des tensions (des muscles, de la peau, des fascias) et/ou d'une récupération d'amplitude articulaire.**

### **1. En curatif : dans l'absolu, pour tous les troubles fonctionnels, qu'ils soient isolés ou la conséquence de problèmes organiques et/ou psychiques :**

- troubles « musculo-squelettiques » = articulaires, tendineux, musculaires (douleurs, crampes à répétition, torticollis, lumbago, tendinites,...)
- troubles neurologiques : syndrome du canal carpien, maux de tête, névralgie d'Arnold, névralgie cervico-brachiale, sciatalgies...
- troubles de la sphère ORL : troubles de l'équilibre, acouphènes, dysfonction de l'articulation temporo-mandibulaire, douleur chronique d'une oreille, sinusite chronique...
- troubles digestifs, en particulier la constipation et la colopathie fonctionnelle ; le reflux gastro-oesophagien
- douleurs pelviennes et/ou périnéales, règles douloureuses (même en cas d'endométriose)
- douleurs cicatricielles ou tensions post-opératoires, limitation de mouvement (pas en post opératoire immédiat)
- certains troubles psychiques : anxiété, trouble panique, dépression, troubles du sommeil...
- certains troubles respiratoires : asthme, bronchite chronique : l'ostéopathie permet de réduire les tensions diaphragmatiques
- certains troubles sexuels : ejaculation rapide, troubles de l'érection, douleurs lors des rapports, troubles de la libido
- Cas particulier du bébé : plagiocephalie, torticollis, canal lacrymal bouché, reflux, constipation, douleurs coliques, agitation...

Attention, même si l'ostéopathie peut souvent être suffisante seule, parfois elle n'est qu'un complément à d'autres traitements. Il ne s'agit pas d'une miraculeuse panacée.

### **2. En préventif :**

- pendant la grossesse : pour aider à réduire les tensions lombaires, sacro-iliaques, pelvi-trochantériennes, diaphragmatiques
- après un accouchement (pour le bébé aussi, si expulsion rapide ou prolongée ou ayant nécessité une aide technique)
- après une chute brutale sur la tête ou sur les fesses, après un « coup du lapin »
- après une opération, en particulier :
  - intervention sur les yeux (strabisme, cataracte,...)
  - chirurgie ORL (nez, sinus, tympan, mastoïde...) ou stomatologique (gros travaux dentaires (traitements multiples, extractions, dévitalisations), implants dentaires, pose de bridge)
  - hernies (inguinales, ombilicales, hiatales)
  - chirurgie de la pubalgie
  - sur le pied (hallux valgus, orteil en griffe), le genou, la hanche
  - pour libérer un nerf ou une racine nerveuse (syndrome du canal carpien, hernie discale, cubital au coude...)
  - chirurgie du rachis pour autre cause
  - kyste articulaire
  - chirurgie gynécologique et obstétrique (seins, utérus, ovaires)
- chez les adolescents (ou les adultes) qui se tiennent voûtés en permanence
- après un traitement orthodontique
- chez les sportifs qui cherchent la performance : de petites dysfonctions ostéopathiques peuvent limiter les progrès
- dans certaines activités professionnelles :

- port de charges ou gestes répétitifs
- postures maintenues (ex : travail sur écran)

L'ostéopathie est particulièrement efficace sur les troubles fonctionnels, les douleurs psychosomatiques **et chaque fois qu'on souffre et que les médecins disent « vous n'avez RIEN »** (ce qui sous entend, « vous n'avez rien d'organique »). L'ostéopathie a une action d'activation du système parasympathique qui aide non seulement au niveau de la détente musculaire et tendineuse, mais aussi pour la détente psychique, d'où son intérêt pour la gestion du stress, des troubles anxieux et la dépression. Un intérêt tout particulier pour l'algodystrophie, qui provient d'un emballement du système neurovégétatif : par son action de régulation du système nerveux autonome, l'ostéopathie peut aider à réduire les douleurs.

Pour ce qui concerne les causes organiques, l'ostéopathie peut aider à diminuer les tensions qui en résultent et retrouver des amplitudes perdues.

## Contre indications

1. **D'une manière générale, l'ostéopathe ne traite pas les urgences.** Cela concerne entre autres les crises cardiaques, les AVC, les hémorragies, les traumatismes crâniens ou encore les fractures. L'intervention d'un ostéopathe n'est également pas appropriée en cas de dissection aortique, d'appendicite ou de colique néphrétique. L'ostéopathie peut être utile par la suite, lorsque la phase aiguë a été traitée sur le plan médico-chirurgical.
2. **Pas d'ostéopathie structurale (= pas de « thrust » = pas de « cracking ») si des doutes subsistent concernant la qualité des tissus du patient.** C'est notamment le cas pour les personnes souffrant d'ostéoporose qui ne peuvent pas recourir à l'ostéopathie structurale et faire l'objet de manipulations dites HVBA (Haute vélocité basse amplitude). Cette contre-indication concerne également les personnes fragiles et âgées. Pour ma part, je n'utilise pas cette méthode.
3. Cancer : contre indication relative : certains déclarent que des séances d'ostéopathie sont risquées. Ils affirment que les manipulations pourraient favoriser la propagation des cellules cancéreuses. Aucune étude ne corrobore cette théorie. Peut-être cette contre indication affichée par certains vient du fait qu'en cas de métastases osseuses, les thrusts pourraient faire de gros dégâts osseux ?; en cas de cancer, se reporter au point 2.

Voici le témoignage de [Léa Gouaux](#), ostéopathe consultant à Gustave Roussy, premier centre de lutte contre le cancer en Europe :

*« L'augmentation de la durée de vie des malades a transformé le cancer en une maladie chronique. Certains aspects négligés sont devenus nécessaires à un accompagnement optimal. Une fois que les patients ont traversé le bouleversement de l'annonce, le choc frontal avec la maladie et les premiers soins médicaux et chirurgicaux, ils sont davantage motivés par un désir de mieux-être, de liberté, une envie d'être soulagés des effets secondaires des traitements et des troubles fonctionnels liés à la maladie.*

*C'est dans cette vision là qu'un ostéopathe peut être consulté.*

*L'ostéopathe va alors s'adapter en priorité à la personne malade, ses souffrances, et non à la maladie.*

*le travail tissulaire ostéopathique (qui s'effectue en douceur et qui ne s'apparente pas uniquement à un travail de "craquage" des articulations!) peut s'avérer tout à fait intéressant sur :*

- les douleurs globalement
- les séquelles de chirurgie (cicatrices)
- les séquelles de radiothérapie

- les conséquences des chimiothérapies
- les troubles digestifs
- la perte de mobilité
- la perte de l'image de soi
- le stress important
- la fatigue

Le travail sera alors fait dans le sens d'une réappropriation d'un corps médicalisé, exposé, disséqué. »

4. Hémophilie ou traitement par anticoagulants : voir point 2

### **Précisions sur les indications de l'ostéopathie :**

1. Evidemment, l'ostéopathie ne va pas faire guérir des problèmes d'arthrose, mais en entretenant les amplitudes articulaires et la souplesse musculaire, elle permet que l'arthrose évolue moins, ce qui aide à avoir une meilleure qualité de vie
2. Dans une tendinite aiguë, on ne peut pas agir sur la tendinite elle-même, mais sur les muscles de voisinage en favorisant leur détente, ce qui permet de soulager un peu le patient.
3. Contrairement aux idées reçues, le syndrome du canal carpien ne se limite pas au poignet : c'est est un problème loco-régional : il y a lieu de lever des tensions articulaires cervicales, des scalènes, du dentelé antérieur, du petit pectoral, de la membrane inter-osseuse, des muscles fléchisseurs des doigts
4. Les maux de tête peuvent avoir des causes abordables par le traitement ostéopathique : par exemple :
  - stress
  - tensions cervicales, avec un cas particulier : tensions dans le muscle oblique inférieur de la tête : il peut comprimer le nerf d'Arnold et donner la « névralgie d'Arnold »
  - Dysfonction de l'articulation temporo-mandibulaire : peut donner des céphalées latérales
5. Les douleurs cervicales avec irradiation dans le bras ne sont pas toujours de vraies « névralgies cervico-brachiales » ; il s'agit le plus souvent de tensions dans les muscles scalènes, le petit pectoral, le coraco-brachial ; ce sont de bonnes indications de l'ostéopathie.
6. Dans les radiculalgies aiguës (névralgies cervico-brachiales « vraies », sciatalgies,...), on ne peut pas agir sur la pathologie elle-même, mais sur les tensions musculaires de voisinage en favorisant leur détente, ce qui permet de soulager un peu le patient.
7. Les troubles de l'équilibre peuvent être favorisés notamment par des problèmes cervicaux, des tensions dans de petits muscles lombaires (= « multifidus »),...[aussi par les troubles de l'oculomotricité, mais lorsque je mets cela en évidence, je passe la main à l'orthoptiste]
8. Acouphènes : action sur les muscles cervicaux, sur l'articulation temporo-mandibulaire, en ostéo crânienne sur le temporal. Aide à la gestion du stress (il y a souvent un cercle vicieux : le stress augmente les acouphènes qui augmentent le stress)
9. Dysfonction de l'articulation temporo-mandibulaire :
  - peut venir d'un serrement fréquent des dents en dehors des repas (« clenching » en journée, « bruxisme » la nuit)
  - favorise des maux de tête, une douleur dans l'oreille, une déviation de la mâchoire, une difficulté à ouvrir ou fermer la bouche, des tensions à l'avant du cou (et si c'est chronique, des douleurs cervicales)
10. L'ostéopathie crânienne peut être un traitement adjuvant dans la sinusite chronique
- 11.

A suivre...