

# L'OSTÉOPATHIE,

## UNE APPROCHE GLOBALE DE L'HOMME

Confier son corps et ses douleurs aux mains d'un ostéopathe n'est pas une démarche anodine. Elle est le témoin d'une véritable prise de conscience du corps comme un tout, dont l'équilibre est, telle une machinerie aux rouages complexes, un bien précieux à maintenir et à chérir.

2008-11-01

Avec Michaël Ghanem, ostéopathe et auteur de *Peut-on tout soigner par l'ostéopathie ?* (Ed. Hachette Pratique, 2008), retour sur cette pratique qui respecte l'individu dans son ensemble.

**Vous avez découvert l'ostéopathie en tant que patient. En quoi cette rencontre fut une révélation ?**

**Michaël Ghanem :** En 1989, j'ai eu un accident de voiture, avec plusieurs tonnes. Je ne pouvais plus tourner la tête, je n'avais plus de force au niveau des mains et des membres. Un handicap très difficile à vivre en tant que sportif. Sur les conseils d'un ami, je suis allé voir un ostéopathe. Comme beaucoup de personnes alors, j'étais dans le mystère, je ne connaissais pas ce type de médecine, le déroulement d'une séance. Mais étant déjà passé par tout le circuit médical habituel - médecine traditionnelle, kinésithérapie, rhumatologie - sans succès, je n'avais rien à perdre. Et l'[ostéopathie](#) a effectivement marché. Dans le cabinet de l'ostéopathe, je me suis senti immédiatement compris.

**L'ostéopathie a donc réussi là où la médecine traditionnelle avait échoué ?**

Je ne dirais pas les choses ainsi, car il n'y a pas de concurrence, mais une complémentarité de professionnels, de techniques et de disciplines. La médecine ostéopathique s'adresse à des problèmes de mobilité, avec des troubles fonctionnels, alors que la médecine classique agit plus sur des troubles organiques, ou des mécanismes avec des arrachements osseux, des désinsertions musculaires ou ligamentaires. Seul l'ostéopathe va tester le tissu, c'est-à-dire les ligaments, le muscle, les articulations. Il va tester ces tissus quantitativement, et qualitativement.

**En quoi l'ostéopathie est-elle une médecine de prévention ?**

L'ostéopathie est effectivement une médecine de prévention car elle va organiser tout un processus pour que le patient puisse s'autoréguler. D'autre part, grâce à un diagnostic en amont, on va pouvoir mettre en lumière des faiblesses musculaires ou articulaires, pouvant découler, à moyen et long terme, sur une déchirure musculaire par exemple. Dans le milieu du sport, on utilise énormément l'ostéopathie en tant que médecine de prévention, car le corps des sportifs est réglé comme une voiture de formule 1.

### **En France, n'a-t-on pas tendance à négliger cet aspect prévention ?**

Le problème est que l'on est cantonné chacun dans nos spécialités. Le grand rêve, c'est que le patient arrive et soit briefé par plusieurs spécialistes, tous en accord sur un même traitement. Mais cela avance. Dans les hôpitaux, on commence à mettre en place des chaînes prenant en compte cette globalité du corps.

### **En quoi cette vision globale du corps est-elle selon vous essentielle ?**

On ne peut pas dissocier le corps de l'esprit, ni le pied du bassin par exemple, ne serait-ce qu'anatomiquement. Dans leur formation de base, les jeunes médecins n'ont malheureusement pas la possibilité d'appréhender cette interactivité entre les différentes sphères anatomiques. Il semble pourtant évident que lorsque l'on a une entorse, on va avoir une démarche différente, que notre corps va devoir compenser en faisant travailler plus un muscle, moins un autre, entraînant des répercussions sur le bassin.

### **Sentez-vous, chez vos patients, une prise de conscience de l'importance de cette approche globale du corps ?**

Oui, et surtout chez la gente féminine. Les femmes sont beaucoup plus à l'écoute de leur corps, plus sensibles. Elles cherchent toujours à évoluer, trouver des solutions, corriger ce qui ne va pas. Les hommes au contraire culpabilisent encore à prendre soin de leur corps. D'ailleurs, ils viennent souvent en urgence, au point de non retour, pour un lumbago par exemple.

### **Vous définissez l'ostéopathe comme un mécanicien du corps. Qu'entendez-vous par là ?**

L'ostéopathe n'utilise que ces mains, mis à part les outils qui lui permettent de vérifier qu'il s'agit bien d'une indication ostéopathique : le tensiomètre et le marteau réflexe par exemple. Face à un patient qui vient pour une migraine, l'ostéopathe est en devoir de prendre sa tension. Le marteau réflexe sert quant à lui à savoir si les nerfs ne sont pas coincés par les disques. Hormis ces outils, l'ostéopathe ne se sert que de ses mains pour faire les tests, le diagnostic palpatoire et le traitement. Des tests globaux vont permettre de savoir s'il s'agit d'un problème d'ordre structurel, musculaire ou squelettique, d'un problème viscéral ou d'ordre cranio-sacré. A partir de ces tests, on va zoomer sur le problème qui a perturbé l'équilibre du patient, et rétablir cet équilibre grâce à différentes techniques, toutes utilisant les mains, de façon indolore.

### **De quel ordre sont ces problèmes qui viennent perturber l'équilibre de notre organisme ?**

Ce peut-être un traumatisme, physique mais aussi psychologique. On sait aujourd'hui qu'un traumatisme psychologique peut avoir des répercussions sur les hormones, et donc altérer le fonctionnement d'un organe, perturbant par la même toute la région de cet organe. Cela va créer une zone de faiblesse, sur laquelle le patient aura des symptômes.

### **Au quotidien, de mauvaises habitudes peuvent-elle créer des déséquilibres ?**

Les mauvaises postures au travail bénéficient des troubles musculaires. Prenons l'exemple de la souris : un poignet positionné trop haut, avec un manque de soutien au niveau du coude va entraîner au bout de deux ou trois mois des douleurs cervicales, car le muscle n'arrive pas à s'adapter par rapport à une position. Un problème de surpoids, le manque d'exercice physique peuvent aussi créer des déséquilibres. C'est le cas également de la grossesse, qui n'est pas une maladie, mais qui entraîne des modifications de l'organisme.

### **Le stress peut-il participer à ces déséquilibres ?**

Le stress provoque des déséquilibres hormonaux-dépendants. Cela a été prouvé de manière scientifique. David Servan-Schreiber et Thierry Janssen ont fait une étude quantitative hormonale qui a montré les répercussions directes du stress sur l'immunité du patient. Pasteur l'avait déjà démontré d'ailleurs.

### **Idéalement, comment devraient s'articuler l'ostéopathie et la médecine classique ?**

Prenons un exemple concret : l'entorse de la cheville. En l'absence de fracture ou d'arrachement ligamentaire, le rôle de l'ostéopathe est primordial. Il devrait y avoir une séance chez le médecin pour une radio afin de confirmer l'absence de fracture, une séance chez l'ostéopathe pour que les rapports osseux soient bien libérés et le travail du kiné optimisé, puis, après les dix séances de kiné, une séance d'ostéopathie pour bien équilibrer le bassin. Le kiné va travailler sur la rééducation musculaire, alors que l'ostéopathe va travailler sur les structures articulaires. Le patient sera ainsi bien orienté et traité, sans séquelles. C'est donc aussi une médecine économique, dans le sens où elle contribue à éviter les risques ultérieurs.