

LE MAL DE DOS, LA MALADIE DU SIÈCLE



90% des individus ont souffert, souffrent ou souffriront de la colonne vertébrale !

Le problème des douleurs vertébrales ou d'origine vertébrale représente une proportion importante des motifs de consultation des patients auprès de leur médecin traitant.

Si les antalgiques, les anti-inflammatoires peuvent avoir une action sur la douleur ou l'inflammation, ils n'ont aucune action sur la composante mécanique de la douleur, or celle-ci semble primordiale. En effet, à la lueur de travaux récents, les troubles de la statique semblent être une des principales causes de ces douleurs. La preuve en est : 85% des patients suivant un traitement étiologique (relatif à la cause) voient leurs douleurs disparaître.

Il faut savoir que la statique n'est pas régie par des muscles isolés mais par des ensembles de muscles ; Les chaînes musculaires staturales ; toute dysfonction ou dysharmonie de ces chaînes aboutira à un trouble du tonus postural.

Le pied quant à lui semble jouer un rôle primordial, car si les chaînes posturales sont ouvertes, toutes partent et aboutissent aux pieds, quoi de plus normal, chez le bipède que nous sommes, en position orthostatique.

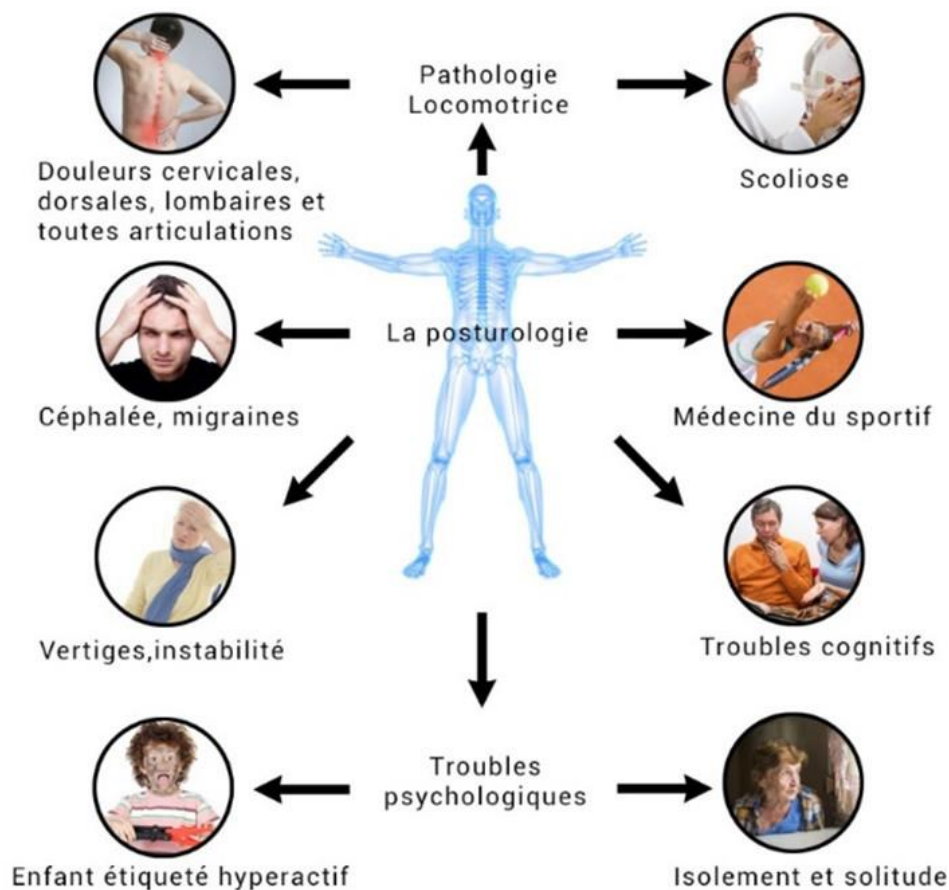
Il est le trait d'union entre le déséquilibre et le sol. Les déséquilibres qu'il engendrent retentiront toujours plus ou moins rapidement sur la statique podale, le trouble alors engendré sur le pied, sera d'ordre adaptatif mais secondairement, il fixera et pérennisera le déséquilibre statural, rendant la correction podale indispensable (sans toutefois négliger les autres facteurs).

Les grands principes

Pour se tenir debout, l'homme doit lutter continuellement contre la gravité et est en recherche permanente de l'équilibre. Il doit sans cesse adapter son corps à son environnement en fonction des signaux extérieurs reçus par ses capteurs sensoriels situés dans les yeux, la colonne vertébrale, l'oreille interne et les pieds.

Ces signaux sont transmis au cerveau qui, à son tour, envoie des messages aux diverses parties du corps afin que celui-ci s'adapte au fur et à mesure aux nouvelles situations. Si l'information reçue par les capteurs n'est pas traitée correctement, la posture s'avérera inadéquate, ce qui pourra entraîner des dysfonctionnements (troubles de l'équilibre, vertiges, troubles musculo-squelettiques) voir des douleurs chroniques dans certaines parties de l'organisme.

Les posturologues mettent particulièrement l'accent sur le rôle des yeux, des pieds et de l'occlusion dentaire dans les problèmes liés à la posture.



Les conséquences et maladies associées aux troubles posturaux sont très nombreuses et variées.

- Lombalgie chronique, sciatalgie récurrente, hernie discale
- Gonalgie, scapulalgies, coxalgies fréquemment asymétriques
- Cervicalgies avec torticolis récidivants, dorsalgies
- Blessures musculaires récidivantes
- Polyalgies et autres tableaux fibromyalgiques
- Persistances de douleurs après prothèses articulaires
- Dyslexie, dysgraphie (troubles en DYS)
- Tendinopathie récidivante
- Entorse récidivante
- Syndromes vertigineux posturaux
- Épine irritative calcanéenne
- Hallux valgus
- Aponévrose plantaire
- Baisse de la performance sportive ;
- Insomnies
- Maux de tête
- Hypertonie musculaire douloureuse localisée et résistante au traitement
- Céphalée
- Scoliose

Le déroulement d'une séance

- le posturologue interroge son patient avec une anamnèse complète
- il analyse et examine le sujet et démontre les déséquilibres posturaux
- il traite les dérèglements des capteurs sensoriels
- il montre les exercices orthoptiques à faire selon les analyses
- il prescrit les semelles pour la reprogrammation posturale

Le patient bénéficie d'un réel suivi, une séance de contrôle postural est réalisée après 6 semaines et ensuite tous les mois pour suivre son évolution.

