

VOTRE SANTÉ

Par Antoine Gazeau



C'est bien reparti pour l'ostéopathie !

Kinésithérapeutes, médecins, posturologues...

Ils sont nombreux à pratiquer l'ostéopathie, désormais pleinement reconnue en France. C'est que la discipline présente bien des avantages...

Quel chemin parcouru ! Selon un sondage commandé en 2010 par le Syndicat de médecine manuelle-ostéopathie de France (Smmof), près d'un Français sur deux aurait déjà consulté un ostéopathe dans sa vie. Il s'est fait malaxer, palper, manipuler. Les os de son cou ont craqué, ses troubles ont disparu ou presque... Longtemps illégale, pestiférée, voire pourchassée par ses opposants, voilà que l'ostéopathie semble aujourd'hui être en vogue. Au point que la profession compte près de 16 000 praticiens... dont "6 000 ont un haut niveau de compétence", nuance l'Angevin Guy Roulier, secrétaire général de la Chambre nationale des ostéopathes, qui préconise notamment le respect d'une charte de qualité par ses membres. Comme de

nombreux professionnels, il s'inquiète de la profusion de formations récentes et du mélange des genres qui sévit parfois (lire par ailleurs)...

C'est qu'officiellement, l'ostéopathie pratiquée par les non-médecins n'est légale en France que depuis dix ans, quand la loi Kouchner de mars 2002 venait la consacrer. Méthode thérapeutique non conventionnelle, finalement acceptée par l'Ordre des médecins en 1996, elle permet de "diagnostiquer et traiter manuellement les dysfonctions d'un patient par restauration des mobilités tissulaires", dicit le Smmof. Bref, l'ostéopathie, jadis appelée "vertébrothérapie", soulage certains troubles grâce à une manipulation du système musculo-squelettique et myofascial. Elle est exclusivement manuelle.

Quoique reconnue, la discipline demeure toutefois encore largement mal connue. La preuve : toujours selon le sondage de 2010, neuf Français sur dix pensent qu'elle permet avant tout de soigner le mal de dos. Ils n'ont pas tort. Mais, même si toutes ne sont pas prouvées, les vertus de l'ostéopathie semblent bien plus nombreuses encore. Selon plusieurs études, les manipulations paraissent certes aussi efficaces dans les lombalgies aiguës que les antalgiques, elles aident certes à soulager la douleur dans les lombalgies chroniques, mais l'ostéopathie améliorerait aussi la vie des patients souffrant de fibromyalgie, décuplerait la réponse immunitaire des patients âgés vaccinés contre la grippe, etc.

"Il faudrait consulter au moins chaque année !"



Guy Roulier, secrétaire général de la Chambre nationale des ostéopathes⁽¹⁾, présente sa discipline.

Quelle est la caractéristique principale de l'ostéopathie ?

Elle traite l'ensemble de l'organisme. L'approche analytique, articulation par articulation, n'arrive que dans un deuxième temps. Le traitement local résulte d'une réflexion globale sur l'équilibre du corps, que l'on essaie de remettre dans les conditions optimales de santé sur le plan mécanique. Pour cette raison, l'ostéopathie est souvent associée à la posturologie. Elle est aussi l'une des clés principales de la santé durable.

En septembre dernier, vous avez remis un "Plan d'action pour améliorer la prévention dans le cadre de la lutte contre la dépendance des seniors" au ministère des Solidarités et de la Cohésion sociale. Que dit-il ?

J'y préconise notamment une consultation fréquente : au moins une fois par an quand tout va bien, plusieurs fois par an si un entretien plus poussé s'avère nécessaire. Il s'agit d'empêcher d'éventuelles lésions d'évoluer, de dégénérer en arthrose et de déboucher sur une invalidité. L'ostéopathe est comparable au spécialiste de contrôle technique automobile : il recherche toutes les causes de panne, même non déclarées. La part du dépistage, avant que la maladie ne soit installée, est très importante. Quand un pied est légèrement déformé, par exemple, tout va bien jusqu'au jour où une douleur s'installe dans le genou, à la hanche ou la colonne vertébrale. Si cette douleur apparaît, c'est que les nerfs ou la moelle épinière sont comprimés. On est déjà à un stade avancé... On peut encore agir, mais il aurait mieux valu prévenir.

À partir de quel âge faut-il se rendre régulièrement chez un ostéopathe ?

Idéalement, dès l'enfance. Les pro-

blèmes du troisième ou quatrième âge font souvent suite à des problèmes d'enfance négligés ou méconnus. Ensuite, il faut consulter toute sa vie. Le contrôle technique d'une voiture, c'est tous les deux ans. Notre système est incohérent : on soigne mieux sa voiture que soi-même.

Votre suggestion semble quand même coûteuse...

Pas du tout, au contraire. Ce n'est pas par philanthropie que les mutuelles remboursent l'ostéopathie (lire ci-dessous) ! J'ai remis un rapport au député Claude Evin (PS), il y a plusieurs années, consacré à cette question économique. L'étude portait sur 1 700 cas et montrait que l'ostéopathie coûtait sept fois moins cher, pour des résultats égaux ou supérieurs dans un certain nombre de pathologies, comme les sciatiques ou les douleurs vertébrales... Tout le monde est gagnant. C'est un investissement sur le long terme. Si l'on peut éviter qu'une personne ne tombe, par exemple, et ait des dépenses d'hospitalisation considérables, faisons-le...

Surtout si votre discipline est aussi l'une des clés de la longévité, comme vous le prétendez...

Je pense en effet qu'elle en est la plus importante. Il faut partir du principe que la longévité potentielle de l'humain est de 120 ans. A 50 ou 60 ans, on est à la moitié de sa vie : il ne faut pas se négliger. Si on laisse

des affections dégénératives s'installer, on les traîne comme un boulet pendant des dizaines d'années. Ma mère a 102 ans. Voilà quarante ans que je la soigne avec l'ostéopathie. Elle respecte tout un programme d'exercices. Voir l'ostéopathe, c'est bien. Mais la méthode intègre surtout une prise en charge personnelle de la santé. Il faut se prendre en main !

L'ostéopathie serait-elle une solution à tout ?

Non, elle ne soigne que les maladies fonctionnelles. Les maladies organiques sont du ressort de la médecine et de la chirurgie. Mais l'ostéopathe peut traiter des malades organiques pour leurs problèmes fonctionnels. Je traite des malades du cancer, non pas pour leur cancer, mais pour leurs problèmes respiratoires, de colonne vertébrale, etc.

Elle est donc complémentaire de la médecine classique...

À 100 % ! De la médecine comme de la kinésithérapie, d'ailleurs. Nous devons agir en synergie : les meilleurs résultats, je les obtiens quand je travaille avec les médecins. D'ailleurs, ils m'envoient la plupart de leurs patients. Leur art a des limites, et ils en ont conscience !

Propos recueillis par Antoine Gazeau

(1) Osteopathe-posturologue, praticien de la santé durable, Guy Roulier est notamment l'auteur de *L'Osteopathe, deux mains pour vous* et *Le livre du dos* (Éditions Dangles).

Mieux remboursé... par les mutuelles

La règle est très claire : aucun acte lié à l'ostéopathie n'est couvert par la Sécurité sociale. Il n'est toutefois pas rare qu'un kinésithérapeute-ostéopathe entretienne le flou et remplisse une feuille de soins. "Les deux activités sont complémentaires, mais il faut faire très attention aux mélanges, prévient Guy Roulier. Un ostéopathe doit consacrer au moins une demi-heure au patient, voire trois quarts d'heure. Les actes doivent être séparés, y compris géographiquement. C'est une question de qualité des soins." À ses yeux, le système actuel favorise "les situations ambiguës et la fraude à l'assurance maladie". Pour le reste, les mutuelles remboursent de mieux en mieux les actes d'ostéopathie. "En tout cas les bonnes", précise encore l'ostéopathe angevin. Il en publie la liste sur le site www.cnosteo.com.