

Communiqué de presse

Le conseil chiropratique

Pieds douloureux ? Le problème loge souvent plus haut...

Berne, 27 juin 2018 – Nos pieds sont des organes complexes, trop souvent négligés. En général, on ne leur prête attention que lorsqu'ils nous font mal... Et dans ce cas, l'origine du problème ne se situe pas forcément à leur niveau, mais souvent plus haut ! Dans des tensions musculaires de la jambe, qui remontent elles-mêmes à la colonne vertébrale.

Un pont: c'est à quoi l'on peut comparer la construction d'un pied. Sa structure se compose des os qui composent la voûte plantaire. Mais pour que l'organe soit pleinement fonctionnel, d'autres éléments le complètent. Le tibia tient lieu de pilier majeur, les muscles et les tendons assurent la «suspension» de la voûte à l'instar des câbles d'un pont du genre du *Golden Gate Bridge*, empêchant son affaissement. Idéalement, tous ces composants travaillent en concordance à répartir de manière optimale les forces que le poids et les mouvements du corps demandent aux pieds de transmettre au sol. C'est ainsi qu'ils peuvent fonctionner de manière optimale, sans contraintes excessives.

Avoir une vue globale des problèmes de pieds

Aux personnes qui souffrent de douleurs dans les pieds, on prescrit généralement des traitements qui, outre des antidouleurs et des supports plantaires, comprennent des manipulations des os, des ligaments et des fascias. Il n'est pas rare cependant que ces traitements négligent les «suspensions du pont»: les muscles. Or, la majorité des patients dans ce cas présentent des tensions musculaires au niveau de la jambe. Ces muscles douloureux n'assurent pas correctement le soutien du pied, dont l'ossature et les ligaments doivent alors assumer la lacune, endurant une surcharge. Avec le temps, ce transfert de charge sur le pied peut conduire à des déformations telles que l'hallus valgus par exemple. Souvent, la colonne vertébrale joue un rôle-clé dans ces problèmes de pieds. Ce sont en effet les nerfs implantés au bas de la colonne lombaire qui gèrent la musculature de la jambe.

Trouver la solution au niveau lombaire

Une manipulation chiropratique adéquate de la zone vertébrale concernée permet alors de restaurer un fonctionnement optimal des nerfs impliqués dans le problème. Afin d'assurer à la musculature l'alimentation correcte en glucose dont elle a besoin, il est nécessaire d'appliquer aussi une thérapie de relâchement myofascial (*trigger points therapy*), permettant de rétablir une circulation sanguine musculaire optimale. En ayant ainsi «réparé la suspension», on donnera alors toute son efficacité au traitement des organes du pied. Une semelle plantaire sera aussi un utile soutien, au propre comme au figuré.

Le présent communiqué fait partie d'une série de conseils diffusés occasionnellement par les chiropraticiennes et chiropraticiens suisses pour une meilleure prise en compte des contraintes, souvent sous-estimées, imposées à notre appareil locomoteur. On peut éviter bien des lésions, ainsi que leurs traitements fastidieux et coûteux, par un comportement adéquat, respectueux de notre organisme.

ChiroSuisse est la fédération des chiropraticiens de Suisse et compte quelque 300 membres, exerçant en majorité dans leur propre cabinet. La chiropratique compte parmi les cinq professions médicales universitaires. L'approche du chiropraticien est centrée sur l'appareil locomoteur, notamment la colonne vertébrale et le système nerveux. Les tâches du chiropraticien comportent le diagnostic, le traitement, le conseil et le suivi. Neuf ans d'études et de formation complémentaire en médecine et en chiropratique font de lui un premier interlocuteur compétent.

Des études montrent que les patients sont plus satisfaits et les coûts moins élevés lorsqu'ils consultent d'abord un chiropraticien en cas de douleurs dorsales. Les chiropraticiens sont des médecins de premier recours et leurs études leur permettent de poser des diagnostics. Le traitement est généralement manuel. Dans de nombreux cas, on peut ainsi renoncer à des médicaments ou des interventions chirurgicales.

La chiropratique est une prestation couverte par l'assurance-maladie de base.

Questions: Service de presse ChiroSuisse, santémédia AG, Grazia Siliberti, tél. mobile 079 616 86 32, info@santemedia.ch