

Le mal de dos

Êtes-vous à risque?

Parmi les conditions le plus susceptibles d'éveiller le sentiment d'impuissance et de taxer la jouissance des plaisirs de la vie, le mal de dos figure aux premiers rangs. Il touchera plus de 85% de la population âgée de moins de 50 ans. Le plus souvent, le mécanisme responsable s'active dès l'enfance et progresse toute la vie à moins d'une stratégie éprouvée, capable d'en réduire ou supprimer l'action.

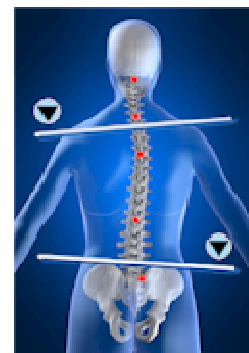


✓ La déviation

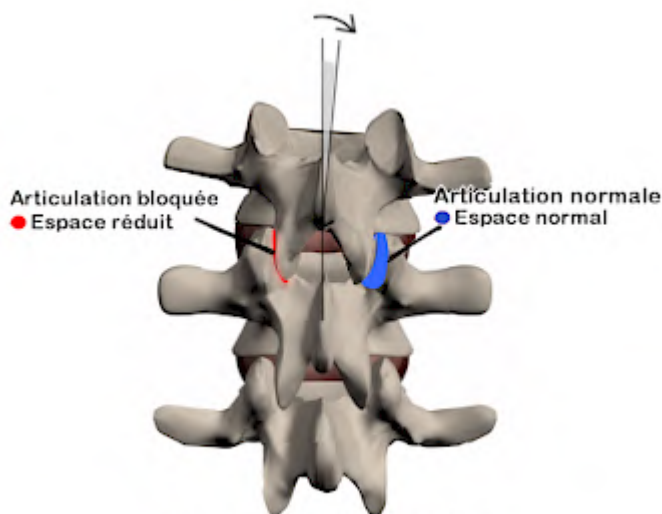


Vu de dos, la colonne vertébrale devrait se tenir droite. Pourtant, les évidences cliniques démontrent que la plupart des adultes souffrent d'une déviation. Elle évoluerait selon le modèle suivant.

Un nombre important de nouveau-nés présente déjà des blocages aux vertèbres du cou. Parmi les hypothèses visant à expliquer ce phénomène figurent l'accouchement et le stress maternel. Lors de l'apprentissage à la marche, ce désalignement des vertèbres du cou se répercutera sur l'ensemble de la colonne vertébrale.



Effectivement, entre 12 et 24 mois les enfants développent les premiers signes palpables de compensation, confirmés par l'apparition de blocages additionnels de vertèbres, par exemple dans les régions du dos, du bassin et d'une inégalité de la hauteur des hanches et/ou des épaules. Ainsi réussiront-ils à se tenir debout, en équilibre.



3 vertèbres - Vue de dos

✓ Le blocage

Une vertèbre ne se déplace pas à moins d'une fracture. En fait, le blocage d'une vertèbre résulte d'un phénomène complexe de succion. Il est activé par l'augmentation prolongée de la tension des muscles dont l'intensité est directement liée à l'effet combiné des stress physique et psychique. Il en résulte une compression continue des gaz contenus dans les articulations qui, comme la pression exercée sur une ventouse, provoque une réduction importante de la mobilité, d'où le blocage.

Dans la figure ci-contre, la vertèbre du haut est bloquée en flexion vers la droite, incapable de revenir au neutre. Même si cet individu fléchissait le tronc vers la gauche, la vertèbre du haut demeurerait bloquée à droite. Cette lésion se nomme une dysfonction ou subluxation vertébrale. Sans intervention, cette condition dégénère indéfiniment.

✓ Les conséquences locales et périphériques



Les vertèbres gênées par la déformation de la colonne subissent un stress supplémentaire similaire à l'affaiblissement résultant de la compression d'une branche courbée. Ce phénomène, initialement indolore, amplifie les blocages et cause l'apparition d'arthrose qui, rappelons-le, n'est pas l'effet du vieillissement mais bel et bien une réaction de l'organisme à l'usure anormale des articulations. L'arthrose vertébrale, dont la phase douloureuse sera souvent précipitée par des agents tels la sédentarité, les « faux » mouvements ou le stress, frappera près de 97% des personnes âgées de moins de soixante cinq ans.

Le blocage des vertèbres entraîne simultanément l'écrasement des disques qui les séparent. Il s'agit de coussins derrière lesquels se situe le passage des racines nerveuses et dont l'irritation peut causer des interférences nerveuses. Ainsi, les tissus et les organes, contrôlés par ces nerfs, peuvent développer des atteintes fonctionnelles telles l'otite chez l'enfant ou les reflux gastriques chez l'adulte. Les lésions vertébrales perturbent inévitablement le fonctionnement de structures distantes incluant les organes internes, les membres supérieurs et inférieurs.

✓ Une stratégie efficace

Qu'une déviation vertébrale soit réversible ou non, les blocages qu'elle provoque doivent être contrôlés. En effet, grâce au développement des techniques chiropratiques, l'ajustement précis des dysfonctions vertébrales permet de créer et de maintenir *un intervalle de contrôle* à l'intérieur duquel les vertèbres retrouvent leur mobilité pour une période supérieure au retour subséquent de l'immobilité. Cet intervalle est une condition essentielle, si le but est d'obtenir :

1. Un soulagement réel;
2. La réparation des lésions existantes;
3. La restauration et le maintien de la qualité de vie.

✓ Une stratégie unique

Les soins chiropratiques servent à rétablir et à maintenir les conditions indispensables à la saine régénération de la colonne vertébrale et des tissus du corps humain. De plus, ils assurent la transmission et l'intégrité des communications entre le cerveau et le corps afin de lui permettre d'identifier et de répondre adéquatement à ses besoins.



● Le guide « **La douleur vertébrale - La solution systémique** » explore, avec vous, la cause et les éléments de la solution. Pour télécharger un exemplaire gratuit, visitez : www.VotreChiro.com