

Le mal de dos

Êtes-vous à risque?

☰ Parmi les conditions le plus susceptibles d'éveiller le sentiment d'impuissance et de mettre à épreuve la jouissance des plaisirs de la vie, le mal de dos figure au premier rang. 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 contrôler 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 supérieures du cou. Parmi les hypothèses visant à expliquer ce phénomène figurent le stress de l'accouchement et le stress maternel. Lors de l'apprentissage à la marche, ce déséquilibre se répercutera sur l'ensemble de la colonne vertébrale.



En moyenne, entre l'âge de 12 et 24 mois les enfants développent les premiers signes palpables de compensation, confirmés par l'apparition de blocages additionnels d'articulations vertébrales, par exemple dans les régions du dos et du bassin en plus d'une inégalité de la hauteur des hanches et/ou des épaules.

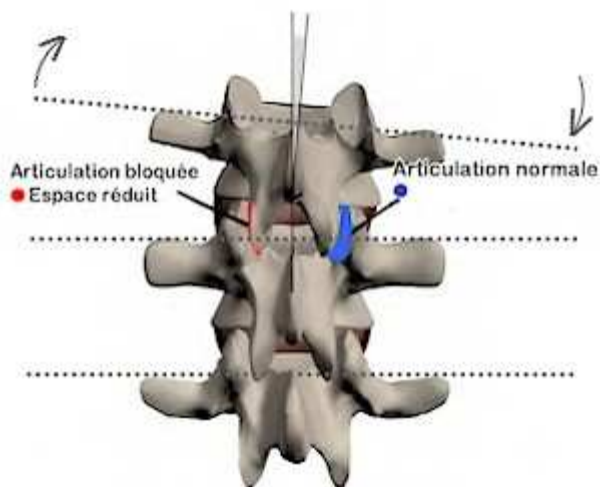


Fig.1 Trois vertèbres - Vue de dos

☰ Le blocage (dysfonction)

En réponse à un dommage articulaire persistant, l'organisme réagit en provoquant une immobilisation. Ce blocage résulte de l'augmentation involontaire et prolongée de la tension des muscles qui agissent sur l'articulation endommagée. La compression constante du mélange de gaz et liquide contenu dans l'articulation seraient responsable de la réaction blocage, un effet similaire à la compression d'une ventouse.

Par exemple, dans la figure 1, la vertèbre du haut est bloquée en rotation vers la droite. Même si cet individu tournait vers la gauche, la vertèbre du haut demeurerait bloquée à droite. Sans correction, cette dysfonction vertébrale dégénérerait indéfiniment car les cartilages articulaires doivent bouger pour se nourrir et se reconstituer.

≡ Les conséquences locales et périphériques



Les vertèbres gênées par la déviation de la colonne subissent un stress mécanique supplémentaire similaire à l'affaiblissement résultant de la compression d'une planche arrondie. Ce phénomène, parfois indolore, accélère la réaction d'arthrose qui, rappelons-le, n'est pas l'effet du vieillissement mais bel et bien la réponse de l'organisme à l'usure incontrôlée d'une articulation. Ainsi 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 accroît simultanément la pression sur les disques qui les séparent. Il s'agit de coussins derrière lesquels se situe le passage des racines nerveuses dont l'irritation peut provoquer des interférences. Ainsi, les tissus et les organes distants, contrôlés par ces mêmes nerfs, peuvent développer des atteintes fonctionnelles telles l'otite, les reflux gastriques, ou à l'endroit des articulations des membres supérieurs et inférieurs.

≡ Une stratégie efficace

Qu'une déviation vertébrale soit réversible ou non, les dysfonctions qu'elle provoque doivent être contrôlées. En effet, grâce au développement des techniques chiropratiques, l'ajustement manuel des dysfonctions vertébrales permet de créer et de développer *un intervalle de contrôle* à l'intérieur duquel les vertèbres retrouvent leur mobilité pour une période supérieure au retour subséquent de l'immobilité. Le suivi est donc une condition essentielle afin d'obtenir :

- ✓ La réhabilitation de la mobilité;
- ✓ La réparation des lésions existantes;
- ✓ Un soulagement durable;
- ✓ La normalisation des fonctions nerveuses.

≡ Un professionnel unique

L'intervention chiropratique est fondée sur la connaissance et le respect des mécanismes responsables de la guérison et du maintien de l'intégrité des tissus vivants. Le Dr en chiropratique est un expert de la médecine manuelle. Il est uniquement qualifié pour procéder au diagnostic des lésions fonctionnelles de l'appareil vertébral, à déterminer l'indication des soins et pour assumer, le cas échéant, la responsabilité du suivi.

