

L'École supérieure d'ostéopathie d'Aix-en-Provence

EUROSTÉO,

Château de la Saurine, 1985 route de Martina - 13590 MEYREUIL

Agrée par le agrée par le Ministère de la Santé, formant à l'ostéopathie, pendant 5 ans, des professionnels de santé (médecin, kinésithérapeute, infirmière, Sage femme, ergothérapeute, podologue)

**propose aux élèves et professeurs de l'école YAMA
des consultations à prix réduits.**

Ce dispensaire a pour vocation d'accueillir des patients recevant des soins en Ostéopathie, réalisés par des étudiants (déjà professionnels de santé) de 4ème et 5ème année (donc ayant déjà une bonne expérience), sous la supervision d'un Ostéopathe Professionnel et d'un Médecin.

Il est composé d'une grande salle d'attente et de 10 salles de soins.

Réservations obligatoires : 04 42 58 51 58

DATES ET HORAIRES DE CONSULTATION DU DISPENSAIRE

(Pour information nous disposons de 10 places pour chaque créneau Horaire)

- . **Mercredi 25 mars 2015** Horaires : 8h15- 9h - 10h - 11h / 14h15 – 15h15 – 16h15 – 17h15
- . **Judi 26 mars 2015** Horaires : 8h15 - 9h - 10h - 11h / 14h15 – 15h15 – 16h15 – 17h15
- . **Vendredi 27 mars 2015** Horaires : 8h15 - 9h - 10h - 11h
- . **Samedi 25 avril 2015** Horaires : 8h 15-9h - 10h - 11h
- . **Lundi 27 avril 2015** Horaires : 8h15 - 9h - 10h - 11h / 14h15 – 15h15 – 16h15 – 17h15
- . **Mardi 28 avril 2015** Horaires : 8h15 - 9h - 10h - 11h
- . **Samedi 23 mai 2015** Horaires : 8h15 - 9h - 10h - 11h
- . **Mardi 26 mai 2015** Horaires : 8h15 -9h - 10h - 11h / 14h15 – 15h15 – 16h15 – 17h15
- . **Samedi 27 juin 2015** Horaires :8h15 - 9h - 10h - 11h

Nous vous informerons prochainement des dates supplémentaires ajoutées à celles-ci

L'Ostéopathie :

POUR LA PETITE HISTOIRE:

C'est en 1874, que le Dr Andrew Taylor Still à Kirksville USA, lors d'une épidémie de dysenterie découvre que le dos des enfants malades est chaud alors que le ventre devient froid, et qu'en relâchant les muscles du dos et en ramenant la chaleur vers le ventre, il fait disparaître les symptômes. Cet Automne là il sauve 17 enfants dysentériques. L'ostéopathie est née.

Le Dr Andrew Taylor Still et William Garner Sutherland (pour ne citer que les pères fondateurs), par leurs travaux ont fait de l'ostéopathie une médecine Manuelle et Globale, reconnue aux Etats-Unis depuis 1967, en Angleterre depuis 1996 et enfin en France depuis 2002. Depuis cette date, les études (5ans) sont encadrées et réglementées et les écoles (dont la nôtre, EUROSTEO) pouvant délivrer un diplôme d'Ostéopathe reçoivent un agrément du Ministère de la Santé.

De nos jours, et depuis des années, les ostéopathes amènent chaque jour des justifications scientifiques à leurs techniques et traitements. Notre profession a enfin acquis ses lettres de noblesses!

À QUI S'ADRESSE L'OSTEOPATHIE :

L'Ostéopathie s'adresse aux troubles fonctionnels (réversibles), mais aussi aux conséquences des pathologies, dans ce cas l'ostéopathie agira pour diminuer les conséquences et aider la personne à maintenir un équilibre et donc un confort de vie.

[Elle s'adresse à tout le monde, sans limite d'âge.](#)

L'enfant : Les souffrances de l'enfant sont souvent liées aux dysfonctions engendrées lors de la naissance. A celles-ci peuvent s'ajouter des traumatismes physiques et/ou émotionnels. L'ostéopathie traitera les affections O.R.L. (otites, sinusites...), les affections digestives (régurgitations), les troubles du sommeil, la nervosité, et est une aide précieuse pour les pathologies structurelles (Scheuerman, scoliose...). **L'adulte** : L'ostéopathie s'adresse aux affections rhumatismales (cervicalgies, lombalgies, lumbago, sciatiques, hernies discales...) mais aussi à beaucoup d'autres affections allant de la migraine aux troubles digestifs ou gynécologiques. Elle est particulièrement indiquée dans les séquelles traumatiques (fractures, coup du lapin, traumatismes crâniens...) et pendant la grossesse. **La personne âgée** : Un entretien régulier des possibilités de mouvements articulaires et tissulaires permet une limitation des phénomènes arthrosiques mais aussi de tous les autres phénomènes limitatifs liés au vieillissement.

Le but du traitement ostéopathique est de nous permettre recouvrer notre capacité d'adaptation non douloureuse aux contraintes mécaniques, chimiques et/ou émotionnelles, que nous subissons dans notre vécu.

Quelques exemples:

1) Pour les lumbagos et Torticolis:

Nous avons tous connu sur nous ou une personne de notre entourage la situation où l'on se retrouve complètement bloqué du dos ou du cou, un matin au réveil ou bien en réalisant une sorte de faux mouvement.

Cette situation peut être très douloureuse et stressante et nous oblige à mettre un coup d'arrêt à nos activités quel qu'elles soient! Dans ce genre de cas, la solution médicamenteuse est souvent insuffisante.

Par contre c'est une indication de choix pour l'ostéopathie, car dans la majorité des cas, une ou deux séances suffisent au déblocage de la situation. De plus, l'ostéopathe sera à même de comprendre les causes de ce blocage et vous indiquer ce qu'il va falloir faire pour que cela ne se reproduise pas.

2) Pour les sportifs:

En préventif :

Des séances d'ostéopathie régulières (1fois par mois ou tous les deux), permet de corriger les petits déséquilibres engendrés par votre pratique sportive, avant qu'ils ne s'accumulent et s'expriment sous forme de tendinites, souffrance méniscale, souffrance musculaire ou articulaire du dos ou épaules par exemple.

En curatif :

Lorsque le symptôme est installé et limite, voir vous empêche de pratiquer votre sport. L'Ostéopathe réalise dans ce cas des séances à but thérapeutique. L'action sera de réajuster votre corps au niveau articulaire, musculaire, et d'autres systèmes comme le système digestif ou nerveux, de façon spécifique, afin de faire cesser le symptôme et agir sur les différentes causes qui vous ont amené à souffrir.

Le traitement ostéopathique peut se faire sans problème en complément du traitement de votre Médecin, ou de votre kinésithérapeute.

3) Pour les personnes qui travaillent devant un bureau, un poste informatique ou constamment debout à courir partout: (HYPO OU HYPERACTIF)

Nous savons tous que, par nature, nous sommes faits pour courir dans les champs et pas pour rester devant un bureau dans la même position pendant des heures avec le cerveau en ébullition! Cette situation nous amène son cortège de maux comme des difficultés de concentrations, des saturations intellectuelles, des troubles du sommeil et digestifs ainsi que des tensions musculaires du cou, des épaules ou du dos. Faire le ménage régulièrement de son corps avec un ostéopathe nous permet de faire disparaître ces maux et de mieux nous adapter à ces contraintes. Clin d'œil pour les informaticiens : rebooter le système de temps en temps fait beaucoup de bien!!

A l'inverse, lorsque nous sommes en permanence debout à piétiner, à porter des charges, notre corps est en suractivité permanente et souvent pas dans de bonnes dispositions ! Cela produit son cortège de tensions nerveuses et musculaires, de fatigue, de douleurs de dos le matin au réveil. Il ne nous viendrait pas à l'idée de rouler en première à 100km/H sur l'autoroute pendant une longue période!!

Dans ce cas encore, un ménage régulier en ostéopathie nous permet de mieux nous adapter aux contraintes de notre quotidien et d'être beaucoup plus confortable dans notre corps.

4) Pour les personnes souffrant de pathologie (rhumatismales, arthrose, inflammation chronique, hernies discales, migraines, sciatiques, auto immunes etc...):

L'ostéopathie est une aide précieuse, pour améliorer le confort de notre corps en stimulant nos systèmes d'auto guérisons en complément des traitements médicaux, en adoucissant les souffrances et les symptômes par des manœuvres antalgiques etc...

QU'EST CE QUE L'OSTEOPATHIE:

Dans les grandes lignes: l'idée de l'ostéopathie est de réajuster le corps pour lui permettre de corriger ses petits et grands déséquilibres et ainsi fonctionner le mieux possible (être en bonne santé).

Pour cela l'ostéopathe s'emploie à:

- à remettre le squelette dans son axe (on comprend aisément qu'un pneu de voiture s'use prématurément si la roue est voilée)
- à détendre les muscles fatigués et stressés, serrés (on comprend aisément qu'un muscle serré voit son apport sanguin diminué, or le sang à la charge d'évacuer les déchets et d'apporter de la nourriture aux muscles)
- à redonner de la mobilité aux organes engorgés par une alimentation déséquilibrée,

une mauvaise respiration, des prises de médicament, le manque d'activités, ou le trop plein d'activité. (En effet, par exemple l'organe du foie qui est l'usine à retraitement des déchets dans l'organisme, agit comme une éponge qui se vidange en partie grâce au muscle respiratoire. Si pour X raisons, nous respirons mal, et que nous avons une hygiène de vie générant beaucoup de toxines, le foie se remplit, ne se vidange pas bien et donc voit son activité perturbé (sans pour autant que cela soit pathologique). Imaginez que vous ne fait jamais le ménage chez vous ou que vous ne vidangiez jamais votre voiture! Je vous laisse imaginez le résultat!)

- à vous détendre, à calmer le système nerveux (si vous ouvrez toutes les fonctions de votre ordinateur en même temps et pendant une longue période, celui-ci est en surchauffe et est saturé d'informations. Logiquement il devient plus lent et moins efficace et parfois il plante (brun out pour l'être humain).

[Pour ceux qui veulent en savoir plus:](#)

Les trois principes fondamentaux de l'Ostéopathie:

L'unité et la globalité du corps : (toutes les structures du corps communiquent entre elles et ne peuvent fonctionner seules), c'est pourquoi le praticien dans son traitement prendra toujours en compte le corps dans son ensemble quel que soit le motif de consultation.

La structure gouverne la fonction : toutes structures (muscles, ligaments, nerfs, articulations vertébrales ou autres, organes (poumon, estomac etc....) dont la capacité de mouvement diminue voit son fonctionnement altérer. Un poumon fonctionne mal, si sa capacité de mouvement est perturbée par un blocage de vertèbre ou de côte par exemple et inversement.

La capacité du corps à s'autoréguler : Face à une « agression », l'organisme tend à réagir et à s'auto guérir par l'utilisation de système complexes en équilibre.

L'état de santé ou de bien être est modifié, lorsqu'une altération des tissus du corps, dont l'origine peut être traumatique, organique (pathologique) ou psycho émotionnelle, entraîne une perte de mobilité, locale ou à distance, dans les structures tissulaires tant musculaires qu'articulaires, crâniennes, viscérales ou vasculo-nerveuses.

L'ostéopathie intervient donc sur l'état de mobilité des différents systèmes du corps, par des techniques manuelles, afin de les aider à retrouver leur fonction, et par conséquent à aider le corps à retrouver son équilibre.

Les origines des perturbations du fonctionnement des différents systèmes corporels peuvent être diverses, par conséquent l'ostéopathe ne s'intéresse pas simplement à un symptôme où à la cause visible qui le provoque, mais considère la

personne ainsi que son histoire personnelle.

COMMENT CELA SE PASSE:

Une séance d'Ostéopathie dure entre 45 minutes et 1 heure, elle débute par un bilan approfondi, verbal puis corporel, et se poursuit par un travail sur le corps.

Le bilan et le traitement se réalise sur tout le corps, donc ne soyez pas étonné si pour un mal de pied, l'ostéopathe travaille aussi votre cou ! En effet, il n'est pas rare que la cause de la souffrance se trouve à distance de la région qui exprime la souffrance.

Lors du traitement, le praticien peut utiliser :

Des techniques dites « d'énergie musculaire » : manœuvres d'étirements ciblés visant à despaser un muscle ou un groupe musculaire.

Des techniques dites « fonctionnelles » : manœuvres douces d'une articulation ou d'un organe, réalisées avec l'aide de la respiration.

Des techniques dites « structurelles » : manœuvre vélocité et peu puissantes visant à décompresser une articulation et à stimuler le système neurologique. C'est lors de ces techniques que l'on perçoit parfois un « craquement » qui n'est autre qu'un changement rapide de pression à l'intérieur de l'articulation vertébrale ou autre.

Des techniques dites « membranaires et liquidiennes » : manœuvre très douce, pratiquement sans mouvement perceptible, visant à détendre les membranes du crâne, du thorax, de la colonne vertébrale et refaire circuler les liquides tel que le liquide céphalo-rachidien, la lymphe, le sang etc... qui nourrissent les tissus et transportent les hormones.

Voilà, j'espère que vous en savez un peu plus sur l'Ostéopathie. N'hésitez pas à demander à votre praticien des informations complémentaires.

— David DUTHEIL, Ostéopathe DO, Coordinateur Pédagogique à l'Ecole d'enseignement Supérieur en Ostéopathie Eurostéo Aix-en-Provence.