



**SERVICE
D'OSTEOPATHIE
LIBERAL DE LA MATERNITE
DE L'HÔPITAL FRANCO-BRITANNIQUE**

- Consultation en Ostéopathie Périnatale et Pédiatrique
- Suivi Ostéopathique des Enfants et des Troubles de l'apprentissage
- Prise en charge en Ostéopathie et Posturologie de l'Adulte

L'OSTÉOPATHIE

à l'Hôpital Franco-Britannique



« L'ostéopathie est la connaissance de l'anatomie et de la physiologie entre des mains expertes au service d'un patient » Andrew Taylor Still

L'ostéopathie à l'Hôpital Franco-Britannique

Dans le cadre de la prévention des douleurs et de la santé, l'Hôpital Franco-Britannique vous offre la possibilité d'être accompagné par une **équipe d'ostéopathe libérale**.

Les consultations au sein de l'Hôpital Franco-Britannique sont ouvertes à tous les patients. Les thérapeutes sont formés afin de prendre en charge tous types de patients, du nourrisson à la personne âgée, en passant par la femme enceinte. La pratique sera dans tous les cas adaptée au patient.

L'Hôpital vous propose à la fois des consultations en cabinet libéral dans l'Hôpital, des consultations post accouchement en chambre pour votre bébé et/ou la maman mais aussi des ateliers collectifs. Vous sont proposés des ateliers sur la gestion de la douleur pendant la grossesse et lors de l'accouchement, un atelier destiné aux futurs parents sur la prévention des têtes plates du nourrisson (Plagiocéphalies) et des ateliers parents/bébé de massage et exercices de prévention des têtes plates, des troubles digestifs, de l'allaitement, du sommeil ainsi que des formations à l'emballage et au portage en écharpe.

Pour réserver votre consultation et/ou atelier avec l'équipe ostéopathe de l'HFB, vous pouvez prendre rendez-vous directement sur **Doctolib** sous l'intitulé «Cabinet d'ostéopathie Sylvie Blanchard» ou par le **site internet de l'HFB**. Vous pouvez aussi contacter le secrétariat au **01 46 37 70 73**.

Une profession reconnue

L'ostéopathie est exercée par des praticiens «Ostéopathe D.O.» (D.O. signifiant diplômé d'ostéopathie) issus d'un cursus de formation de 6 années. Les nouveau-nés et les femmes enceintes nécessitant des soins spécifiques, une **spécialisation en pédiatrie et obstétrique** permet d'avoir une approche adaptée et sans risque pour la future maman et son bébé.

L'ostéopathie bénéficie depuis la publication des décrets du 27 mars 2007 d'un statut officiel. Un bon nombre de mutuelles assurent un remboursement partiel ou total de vos consultations.

Soin



Consultation

Une médecine manuelle

Science ancestrale, fondée au 19^{ème} siècle aux Etats-Unis par Andrew Taylor Still, l'ostéopathie est une profession de santé exclusivement manuelle. L'ostéopathe en se servant uniquement de ses mains va pouvoir **soulager durablement** les désagréments ressentis par le patient.

Une discipline globale

L'ostéopathie est une approche thérapeutique naturelle fondée sur une connaissance précise de l'anatomie et de la physiologie humaine.

Discipline à la fois **préventive et curative**, elle s'attache à traiter l'origine des troubles et non pas seulement leurs conséquences. Ainsi, l'ostéopathe va corriger les éventuels désordres survenus au niveau du corps, afin de rétablir le fonctionnement global de l'organisme. Par des **techniques douces, délicates et précises**, l'ostéopathe peut agir sur les articulations, les muscles, le système digestif et la sphère crânienne.

A toutes les étapes de la vie

Adaptée à chaque patient, en fonction de son âge et de sa morphologie, l'ostéopathie apporte sa contribution aux nourrissons, aux enfants, aux femmes enceintes, aux adultes, aux personnes âgées ainsi qu'aux sportifs professionnels ou amateurs.



De la tête aux pieds

L'ostéopathie connaît de vastes champs d'application, elle est efficace dans de nombreux domaines; sur les structures articulaires, musculaires et sur les organes.

Ne vivez plus avec vos douleurs récurrentes, consulter un ostéopathe afin d'établir un bilan ostéopathique de votre corps. **L'ostéopathie étant une médecine préventive, une à deux fois par an**, une vérification de la structure et de l'état de santé de votre corps peut aider à limiter, voire à éviter les futures douleurs et/ou troubles musculaires, articulaires, nerveux, digestifs, ...

L'ADULTE

& L'Ostéopathie



Quand consulter ?

L'ostéopathie est une **médecine manuelle ancestrale** qui traite avec efficacité de nombreuses souffrances du corps d'origine mécaniques et fonctionnelles. Au quotidien, notre corps est soumis à de nombreuses **contraintes physiques** dans notre vie personnelle (port des enfants, travaux de ménage, jardinage, position d'allaitement, ...) ou dans notre vie professionnelle (travail sédentaire, posture délétère sur ordinateur, gestes répétitifs). Une partie de nos douleurs sont aussi liées à une **origine psychologique**. En cas de stress, anxiété, le système adrénérgique est alors activé de façon chronique entraînant un état de contraction permanente des muscles favorisant un état de fatigabilité et un épuisement dont les symptômes les plus courants sont la spasmophilie, l'insomnie, la fatigue chronique. Une **origine traumatique** peut aussi altérer la mobilité et la posture de notre corps (chute, opération chirurgicale, accident de la route, entorse, fracture,...) .

Soins efficace et durable

Dans le cas de pathologie fonctionnelle, le traitement allopathique classique associe souvent antalgique, anti-inflammatoire et myorelaxant. Ce traitement symptomatique de la douleur ne traite pas la cause de la pathologie qui risque de s'aggraver en silence. La douleur est souvent un signal d'alarme qui informe d'une souffrance qu'il ne faut pas simplement cacher. L'ostéopathe par sa **prise en charge globale** s'attache à traiter l'origine du trouble et non pas seulement les conséquences pour **traiter efficacement et durablement**.

Confort de vie

L'ostéopathe ne prétend pas à une efficacité dans le traitement des troubles d'origine organique (infections, cancer, pathologie neurologique, dégénérative, inflammatoire ...) qui sont du ressort de la médecine allopathique. Cependant, l'ostéopathe pourra vous aider sur les symptômes associés (nausées, fatigue, douleurs ostéo articulaires, ...)

Déroulement d'une séance

Après un interrogatoire et un examen clinique détaillé, l'ostéopathe passera en revue toutes les parties du corps. La moindre articulation sera auscultée. Malgré les idées reçues, l'ostéopathe ne fait pas obligatoirement appel à des manipulations. Adaptées à chaque patient, les techniques manuelles sont destinées à rétablir le bon fonctionnement de l'organisme dans sa globalité.

Efficacité & Prévention

Principaux motifs de consultation :

A toutes les étapes de la vie, l'ostéopathie est une thérapie adaptée quelque soit son âge et sa morphologie, l'ostéopathe peut efficacement traiter un grand nombre de symptômes tel que :

Sur la morphologie du corps :

Cervicalgie, dorsalgie, lombalgie
Entorse, tendinite
Douleur articulaire, lumbago, ...

Sur le système ORL :

Rhinite, sinusite, bronchite à répétition
Acouphène, otites
Vertiges...

Sur le système nerveux :

Maux de tête, migraine, céphalée, névralgie faciale
Cruralgie, sciatique, névralgie cervico-brachiale ou intercostale...

Sur le système cardio vasculaire :

Oppressions
Troubles circulatoires, congestions veineuses, hémorroïdes, ...

Sur le système digestif :

Constipations, diarrhées chroniques, ballonnements
Brulures d'estomac, nausées, reflux
Difficultés de digestion, colopathie fonctionnelle...

Sur le système génital et urinaire :

Règles irrégulières et/ou douloureuses, douleurs lors des rapports
Cystites à répétition, certaines incontinences...

Sur le système végétatif :

Anxiété, trouble du sommeil, stress, fatigue...

Sur des séquelles de traumatisme:

Accident de la voie publique, conséquences de chute
Séquelles d'opération chirurgical...



LES FEMMES ENCEINTES

& L'Ostéopathie

Une médecine reconnue

Des études ont démontré que l'ostéopathie, en levant les obstacles mécaniques du bassin, facilite l'accouchement par voie basse et de ce fait diminue les contraintes mécaniques exercées sur le crâne du bébé.

Pourquoi consulter ?

Au fil des mois, le corps de la future maman va devoir évoluer pour s'adapter au mieux au développement fœtal. La cambrure du bas du dos va s'accroître, le bassin s'écarte et bascule en arrière, les viscères abdominaux vont être repoussés pour faire de la place à l'utérus qui augmente de volume. **Ainsi, dès les premières semaines de grossesse, le corps de la femme doit s'assouplir et acquérir une certaine mobilité.** Cette transformation du corps de la femme enceinte entraîne fréquemment des symptômes assez variés tels que des troubles digestifs (nausées, vomissement, digestion difficile), des difficultés respiratoires, des douleurs articulaires (douleur ligamentaire, de dos, de coccyx, sciatique), ainsi que des maux de tête, une fatigue importante et des insomnies.

L'ostéopathe par des **techniques douces sans risque pour le futur bébé**, va pouvoir assouplir les tissus, libérer les tensions ou les blocages afin de limiter les désagréments liés à la grossesse et permettre une bonne mobilité du bassin, facilitant ainsi l'accouchement pour la maman et le bébé.



En vue de l'accouchement, l'ostéopathe va vérifier et adapter la mobilité de toutes les articulations car lors du passage du bébé dans le bassin chaque millimètre compte. Chaque tension musculaire excessive sera relâchée et notamment au niveau du périnée qui devra s'écarter pour laisser passer le bébé.

Les techniques ostéopathiques utilisées sont adaptées à la grossesse. Il n'y a pas lieu de s'inquiéter pour le confort du bébé.

Grossesse & Accouchement



Motifs de consultation

- Douleur de dos, nuque
- Douleur de coccyx
- Sciatique, cruralgie
- Douleur ligamentaire
- Digestion difficile
- Ballonnement
- Nausées, vomissements
- Troubles digestifs
- Constipations
- Oppression thoracique
- Difficultés à respirer
- Troubles circulatoires
- Insomnies
- Angoisse
- Fatigue
- Stress

Avant la grossesse

Un bilan ostéopathique est nécessaire avant une grossesse afin de préparer le corps de la future maman. L'ostéopathe s'assurera de la bonne mobilité du bassin et des articulations sollicitées pendant la grossesse, afin que le corps puisse être capable de s'adapter aux changements qu'il va subir.

Pendant la grossesse

Durant les 9 mois, **quel que soit son terme, la femme enceinte peut consulter l'ostéopathe** qui va lui apporter un réel soulagement de ces désagréments mécaniques (douleur de dos, sciatique) mais aussi digestif (nausée, constipation) ou encore les maux de tête et de la fatigue excessive du 1er trimestre.

Trois semaines à 1 mois avant l'accouchement, la future maman devrait consulter l'ostéopathe pour contrôler la mobilité du bassin et notamment le coccyx et les sacro iliaques. La tension du plancher pelvien sera ainsi minutieusement vérifiée pour faciliter l'accouchement.

Après l'accouchement

Un bilan ostéopathique est nécessaire afin de s'assurer que les articulations sollicitées pendant la grossesse et l'accouchement ont repris leur place et leur mobilité. Cette séance est fortement conseillée avant toute rééducation du périnée car une telle rééducation est beaucoup moins efficace sur un bassin «bloqué». **Après l'accouchement, en cas de douleur, l'ostéopathe peut intervenir quasi immédiatement.**

LES NOURRISSONS

& L'Ostéopathie

Pourquoi consulter ?

L'accouchement est un des premiers traumatismes pour le bébé. Un accouchement difficile, trop long ou trop rapide, nécessitant parfois l'emploi de ventouses ou forceps, peut perturber le fonctionnement normal du système musculo squelettique et ainsi occasionner des symptômes immédiats ou ultérieurs. Pendant la grossesse, le bébé adopte certaines positions qui peuvent affecter son corps en plein développement et laisser une empreinte durable favorisant notamment les **torticolis posturaux** et les déformations crâniennes à type de **Plagiocéphalie** et **Brachycéphalie** dit «**Tête Plate**»

Souvent les nouveau-nés naissent avec la tête un peu déformée, le crâne en obus, un œil plus fermé que l'autre. Les parents s'entendent dire que cela se remettra tout seul... Rarement malheureusement et ces séquelles infimes peuvent entraîner des troubles du sommeil, digestifs, des infections ORL à répétition, des «Têtes plates» (plagiocéphalies) persistantes avec les années. Par le biais de l'ostéopathie, ces troubles peuvent disparaître en quelques séances.

Quand consulter ?

Tout nourrisson devrait être pris en charge par un ostéopathe spécialisé en pédiatrie afin de s'assurer qu'aucune tension n'est apparue. **Le nouveau-né peut être pris en charge par l'ostéopathe dès les 1eres heures de vie au sein de votre Maternité HFB.** Plus l'enfant est vu tôt, plus il sera facile pour l'ostéopathe de rétablir son équilibre. Le traitement crânien est d'autant plus efficace qu'il est commencé tôt. Il est assez facile entre la naissance et 2 mois car les fontanelles et les sutures sont ouvertes. Mais on intervient à tout âge.

De plus en plus de maternités travaillent avec des ostéopathes, ce n'est pas un hasard. L'ostéopathie peut aider efficacement votre bébé.



Naissance & Croissance

Principaux motifs de consultation :

Listes non exhaustive des principales causes pouvant nécessiter l'intervention d'un ostéopathe dès la naissance ou plus tardivement :

Suite à une naissance difficile...

- Présentation par la face ou le siège
- Grossesse multiple
- Déclenchement ou arrêt temporaire du travail médicalement
- Durée du travail trop long ou trop rapide
- Cordon ombilical enroulé autour du cou
- Recours parfois indispensable aux forceps, ventouses, spatules
- Césarienne en urgence ou prévue



Et ses conséquences...

Sur la morphologie du corps :

- Asymétrie faciale (œil plus petit, déviation de la mâchoire, ...)
- La tête est plus plate d'un côté : **Plagiocéphalie**
- Tourne la tête toujours du même côté pour dormir : **Torticolis**
- Use ses cheveux derrière la tête de manière asymétrique
- Malposition des pieds (métatarsus varus, talus)

Sur le sommeil :

- Ne dort quasiment pas
- Les phases d'endormissement sont difficiles et longues
- Les réveils sont fréquents avec des cycles courts
- Les nuits sont agitées et difficiles



Sur le système digestif :

- Régurgitation, coliques, constipation, diarrhée
- Difficulté à téter ou avaler, pincement au sein, agitation après la tétée

Sur le système nerveux :

- Pleurs fréquents et inconsolables
- Le bébé est raide le bras et les mains crispés, il sursaute facilement au moindre bruit ou contact, se cambre souvent en arrière
- Besoin de succion important en dehors des tétées

Sur le système ORL

- Larmolement, œil collé / mi-clos (canal lacrymal obstrué)
- Troubles ORL chroniques

LES ENFANTS / ADOS

& L'Ostéopathie

Période de développement très sollicitée

L'enfance constitue la **période où les structures du futur adulte se mettent en place**. C'est une période pendant lesquelles le corps est très sollicité par le jeu, l'apprentissage, la croissance, le sport... Chacune des activités de votre enfant peut perturber son équilibre général. Le poids du cartable, une mauvaise posture à son bureau, un traumatisme au sport, ... sont autant de circonstances qui peuvent engendrer des manques de mobilité au **niveau de différentes parties du corps**.

La succion du pouce prolongée, la pose d'un appareil dentaire peuvent entraîner l'apparition de tension au niveau du crâne; surgissent alors des douleurs.

Même jeunes, les enfants peuvent se plaindre de douleurs qu'il faut prendre au sérieux afin qu'ils puissent continuer à explorer leur environnement et se développer.

A l'adolescence, les déséquilibres posturaux installés, peuvent être la cause d'une croissance déséquilibrée (scoliose), de troubles du sommeil ou de la concentration.

Votre ostéopathe connaît l'incidence du dynamisme des enfants sur leur état de santé



Pourquoi consulter ?

Les enfants font beaucoup de chutes, événements à priori anodins et fréquents, mais qui peuvent entraîner des blocages au niveau des articulations et des contractures musculaire. Le but de l'ostéopathe est alors de débloquer les articulations, relâcher les tenions pour éviter des retard psychomoteurs, la fatigue, l'irritabilité, les troubles de la concentration mais aussi l'apparition de douleurs immédiates et futures.

D'autre part, les enfants peuvent aussi présenter des troubles digestifs à type de constipation, reflux voire des migraines et maux de tête qui peuvent être traités par des techniques ostéopathiques douces.

L'ostéopathe saura également vous conseiller et informer votre enfant sur les bonnes postures à prendre.

Motricité



Croissance



Motifs de consultation

Pas de retournement à 6 mois

Pas de 4 pattes à 9 mois

Pas de marche à 14 mois

Assis jambes en W

Marche les pieds en dedans et/ou sur la pointe des pieds

Scoliose, lordose, cyphose

Attitude scoliotique

Douleur de dos

après une chute, entorse

Intervention chirurgicale

Appareil dentaire

Succion du pouce

Otites à répétition

Troubles digestifs

Troubles du sommeil

Difficultés de concentration

et d'apprentissage

Même si mon enfant n'a pas mal ?

En cas de blocage, chez l'enfant, **la douleur peut mettre plusieurs années à se développer** car leur corps possède de grande facultés d'adaptation. L'action préventive de l'ostéopathie est importante pour vérifier que rien n'entrave le développement psychomoteur de votre enfant. Chaque enfant devrait être pris en charge par un ostéopathe 1 à 2 fois par an, afin de s'assurer qu'aucune **tension** n'existe, aussi bien au niveau articulaire, musculaire que postural.

L'enfance

L'enfance est la période clé du développement moteur...

De nombreuses étapes pendant l'enfance (retournement, **4 pattes**, position assise seule, marche autonome) peuvent être perturbées par des blocages fonctionnels et nécessitent une consultation ostéopathique afin de favoriser un développement psychomoteur optimal et ainsi limiter l'apparition de douleurs lors de l'adolescence et à l'âge adulte.

Faites très attention à la mise en place du 4 pattes (étape indispensable en motricité) et à la position des pieds à la marche.

Votre ostéopathe connaît l'incidence des étapes du développement psychomoteur des enfants et les accompagne dans leur épanouissement physique.

L'adolescence

L'adolescence est La période de croissance... Cette croissance très importante peut entraîner rapidement des scoliozes, cyphoses, lordoses mais aussi occasionner de nombreuses douleurs. **En cas de douleur, l'ostéopathe devrait intervenir quasi immédiatement.** C'est aussi, normalement, une période sportive intensive qui nécessite un suivi ostéopathique régulier, surtout en cas de sport asymétrique.

LES SPORTIFS

& L'Ostéopathie



Le sport, un besoin mais...

L'activité sportive est essentielle à l'entretien d'une forme physique et mentale. Il est conseillé de pratiquer une activité physique régulière. En effet, la pratique du sport qu'elle soit occasionnelle ou régulière développe différentes fonction de notre organisme telles que le système cardio-respiratoire et musculo-squelettique.

Chez l'enfant et l'adolescent, une activité sportive régulière favorise le développement postural et psycho-moteur. Il est extrêmement recommandé pour éviter ou limiter la progression des scoliozes, cyphoses, troubles de la concentration et de l'attention.

Mais lors d'une activité sportive, **le corps est soumis à de rudes épreuves**. Déchirures musculaires, entorses, tendinites sont des pathologies extrêmement fréquentes qui surviennent lors de la pratique du sport. Ces pathologies sont à la fois douloureuses mais entraînent aussi des pertes de mobilité articulaires qui nuisent à vos performances sportives.



Pour qui ?

L'ostéopathie est conseillée pour les adultes, bien sûr, mais aussi dès le plus jeune âge afin d'éviter les troubles de la croissance liés à l'activité sportive.

Quand consulter ?

L'ostéopathe intervient dans un but **curatif** mais également **préventif** en permettant au sportif de préserver sa «mécanique» afin d'éviter incidents, blessures musculaires et articulaires. Plus que d'autres, le sportif, sollicite physiquement son corps hors des limites habituelles. L'ostéopathe va lui permettre d'avoir la **meilleure endurance** et **performance** possible.

Ainsi, l'ostéopathie représente pour le sportif de haut niveau comme le sportif amateur, un moyen efficace d'améliorer le rendement du geste sportif, d'optimiser ses performances physiques (puissance, souplesse articulaire, capacité respiratoire) tout en améliorant le temps de récupération après l'effort.

En cas de reprise du sport après blessure ou interruption de longue durée, l'ostéopathie va permettre de diminuer les douleurs et améliorer le retour à la performance sportive.

Endurance & Performance

Pourquoi consulter ?

Lors de la pratique sportive, le sportif peut parfois présenter un enraidissement articulaire, des tensions musculaires, certaines douleurs plus ou moins invalidantes et le sport est alors vécu comme une corvée. L'ostéopathie dépiste et traite les causes des troubles qui diminuent la force musculaire et la souplesse articulaire et qui peuvent limiter la pratique de l'activité sportive. Il s'instaure alors un nouvel équilibre dans les tissus. Grâce à l'ostéopathie, **le sportif gagne en force musculaire, en souplesse articulaire et en capacité respiratoire**. L'ostéopathie est particulièrement indiquée pour traiter les conséquences des chutes et des traumatismes sportifs. Grâce à elle, **de nombreux traumatismes sportifs guérissent plus vite avec beaucoup moins de séquelles**.

Après un traumatisme

Un traumatisme crée à court terme une sidération du système musculaire, qui a pour rôle de protéger et de verrouiller les articulations. C'est pourquoi pour chaque traumatisme, même bénin, une consultation est proposée pour lever ce phénomène réflexe et les douleurs qui l'accompagnent. Lors d'un traumatisme plus grave (luxation, fracture, intervention chirurgicale,...), l'immobilisation entraîne une diminution de la force musculaire, de la souplesse et une fibrose des tissus lésés due à l'œdème. L'ostéopathie peut vous aider **efficacement**. et **durablement**.



Motifs de consultation

Douleur articulaire (hanche, genou, pied, épaule, coude, poignet, ...)
Douleur musculaire
Lombalgie, lumbago, cervicalgie, dorsalgie
Siatique, cruralgie
Epine calcanéenne
Essoufflement à l'effort
Périostite
Tendinite (tennis elbow, golf elbow)
Entorse, déchirures musculaire
Pubalgie
Récupération difficile entre et après les épreuves
Après un traumatisme et une intervention chirurgicale



LES SENIORS

& L'Ostéopathie



Pourquoi consulter ?

Bien vieillir devrait permettre à l'Homme d'être libre de ses mouvements. Or, avec l'âge, les tissus du corps perdent de leur souplesse, les articulations et les muscles s'engourdissent, les cartilages s'usent et s'amincissent. Les différents traumatismes se surajoutent alors au processus physiologique du vieillissement empêchant votre corps de s'autoréguler. Il n'arrive plus à s'adapter et cela peut être à l'origine de chutes, de perte de mobilité et de douleurs.

Ainsi, une personne vieillissante peut progressivement être privée de ses repères environnementaux et être exposée aux souffrances à la marche, à la montée et descente des escaliers ou des différentes tâches de la vie quotidienne, ce qui la contraint à une perte d'autonomie et à l'isolement.

Principaux motifs de consultation :

En prévention :

- Pour un bilan
- En complément d'une cure
- Pour maintenir une souplesse musculo-articulaire

Après un événement traumatissant :

- Après une chute
- Entorse
- Immobilisation prolongée
- Intervention chirurgicale

En curatif :

- Douleur articulaire (genou, hanche, épaule, coude, poignet)
- Douleur musculaire
- Douleur de dos, nuque
- Néuralgie (sciatique, cruralgie, néuralgie d'Arnold, néuralgie cervico-brachiale)
- Maux de tête, vertiges
- Tendinite, entorse
- Arthrose
- Troubles digestifs, du transit intestinal, faiblesse de la vessie
- Troubles du sommeil
- Chutes à répétition, difficultés de locomotion, instabilité
- En cas de pathologie rhumatismale



Santé & Vitalité

Quand consulter ?

La prise en charge ostéopathique précoce et régulière permet au séniör de **gagner en fonctionnalité** en ayant une action sur la dimension physique de manière durable. De la même manière, le traitement ostéopathique diminue fortement les douleurs ressenties sur le long terme et ainsi participe à l'amélioration de la qualité de vie. D'autre part, en jouant sur la mobilité du corps, l'ostéopathie aide les personnes âgées à **garder tonicité et vitalité**.

Lutter contre le poids des années

Lutter efficacement contre le vieillissement physique passe par le maintien d'un équilibre mécanique postural aussi parfait que possible et ceci, quel que soit notre âge. Plus tôt vous prenez en main votre santé physique, plus vous aurez de chances d'éviter les détériorations articulaires (et autres) responsables de la dépendance en fin de vie.

«Le mouvement c'est la vie »
disait A. T. Still, père de l'ostéopathie.

En quoi cela consiste ?

Après s'être assuré que les douleurs et troubles relèvent bien de la compétence de l'ostéopathie, le praticien procède à un examen minutieux à la recherche des tensions et manque de mobilité au niveau des différentes structures du corps (articulations, muscles et viscères).

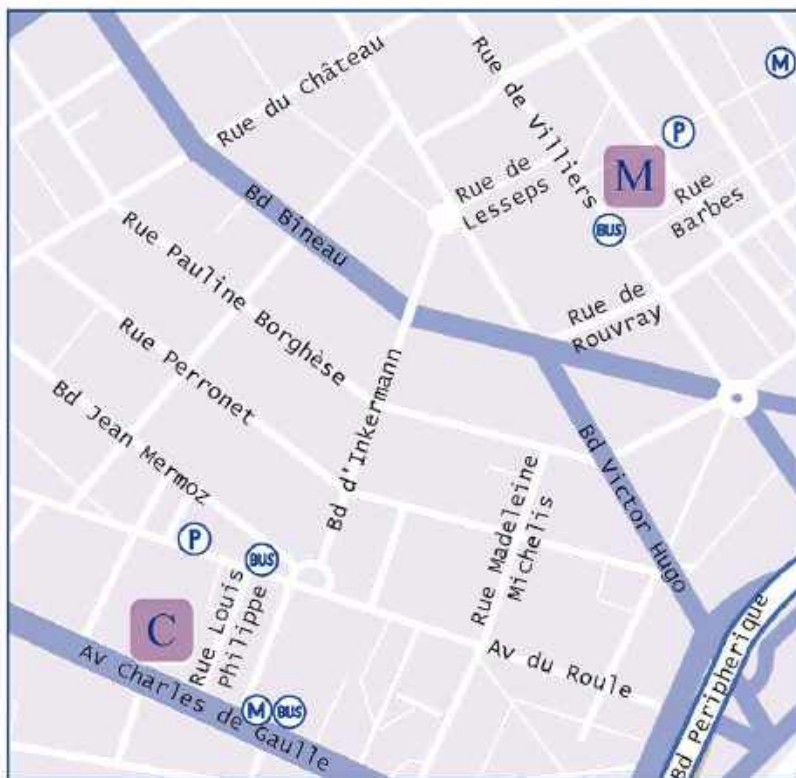
Le but est de relâcher les tensions et de restaurer la mobilité des structures qui l'ont perdu. Les techniques ostéopathiques de prévention anti-âge sont parfaitement douces excluant toutes manipulations forcées.

L'ostéopathe vous conseille

Certains désagréments de la vie rendent les tâches du quotidien difficiles. Le rôle de l'ostéopathe est de vous conseiller pour rendre ces tâches moins pénibles en adoptant des positions et gestes adaptés.



CONTACTS ET INFOS



Accès au Cabinet :

C 88 bis av. Charles de Gaulle
92200 Neuilly sur Seine

- M** Ligne 1 : Arrêt Sablons
- BUS** 174, 82, 43 : Arrêt rue Saint Pierre
73, BAL : Arrêt rue Hôtel de Ville
- Navette : Arrêt les sablons
- P** Parking Hotel de ville (300m)

Accès à la Maternité :

M 3 rue Barbes
92300 Levallois Perret

- M** Ligne 3 : Arrêt Anatole France
- BUS** 274, 174, 93 : Arrêt rue de Villiers
- P** Parking Voltaire (150m) Gratuit 1H