

PROBLÈME URINAIRE OU GYNÉCOLOGIQUE ? PENSEZ OSTÉO !

S'IL EST DÉSORMAIS COMMUN DE SE RENDRE CHEZ UN OSTÉOPATHE POUR UN MAL DE DOS OU UN GENOU BLOQUÉ, IL EST POURTANT RARE D'Y PENSER POUR TOUT CE QUI CONCERNE LA SPHÈRE UROGÉNITALE. EH OUI, IL EXISTE UNE SPÉCIALITÉ DE L'OSTÉOPATHIE, MÉCONNUE DU GRAND PUBLIC, QUI PEUT POURTANT BEAUCOUP POUR ÉQUILIBRER NOTRE FÉMININ.

Par Catherine Rybus

L'ostéopathie est une médecine manuelle, aujourd'hui reconnue par le ministère de la Santé mais surtout par ses patients. Que cela concerne des douleurs de dos ou de nuque, vous n'avez plus peur de faire appel à ces thérapeutes « étranges », qui parfois vous mettent les mains sur le crâne pour l'écouter, ou sur le ventre pour le dénouer.

Une compréhension holistique du corps

Au fil de nos consultations, nous transmettons à nos patients le lien existant entre toutes les parties du corps. Ainsi, vous savez à présent que votre sciatique peut être en rapport avec un problème de

pieds, de genou mais aussi être liée à un déséquilibre de votre vue ou de vos dents.

Vous avez aussi compris que votre gastrite chronique peut générer des douleurs entre les omoplates, et que votre intestin irritable peut sérieusement énerver vos lombaires.

En résumé, si tous les organes peuvent perturber votre squelette, sachez aussi que vos articulations subiront les tensions générées par vos organes.

Une solution aux maux intimes

Mais il est une sphère souvent oubliée au catalogue de nos ennuis corporels : notre sphère génitale. Entre tabou et pudeur, nos désagréments voire nos

souffrances gynécologiques laissent souvent les médecins perplexes ou sans solutions. L'ostéopathie uro-gynécologique est une réponse à ces souffrances.

Les indications de l'ostéopathie urogénitale

La liste des douleurs rencontrées dans la vie d'une femme est longue et concerne toutes les périodes de son existence. En voulez-vous un aperçu ?

Douleurs de règles : les règles douloureuses des jeunes filles qui les immobilisent parfois plusieurs jours sans que cela émeuve les gynécologues qui étoufferont le problème sous une pilule contraceptive sans en chercher la cause.

« Entre tabou et pudeur, nos désagréments voire nos souffrances gynécologiques laissent souvent les médecins perplexes ou sans solutions. L'ostéopathie uro-gynécologique est une réponse à ces souffrances. » Catherine Rybus.



© Catherine Delalye

Infertilité : l'infertilité des jeunes femmes à qui l'on finira par proposer une stimulation hormonale, premier pas vers la PMA (procréation médicalement assistée) qui peut faire des merveilles mais

n'est pas toujours nécessaire.

Grossesse : les contractions incessantes pendant une grossesse tant attendue ou les douleurs de bassin invalidantes, qui génèrent

tant de stress chez la jeune future maman, auxquelles la médecine n'apporte que des solutions médicamenteuses très limitées car une femme enceinte ne peut pas prendre certains médicaments.

Post-partum : les douleurs post accouchement qui perdurent au-delà d'un temps raisonnable et ne rencontrent qu'indifférence ou inefficacité. Combien de femmes ne retrouvent pas de désir sexuel à cause d'une cicatrice d'épisiotomie toujours douloureuse après six mois, voire deux ans après une naissance ? Combien encore se plaignent de douleurs au

coccyx, de fuites urinaires, de pesanteur dans le bas-ventre longtemps après leur accouchement, qu'il se soit déroulé par voie naturelle ou par césarienne ?

Sexualité : les douleurs lors des rapports sexuels dues à un stérilet ou à une endométriose mais aussi à cause d'une tension musculaire anormale (vaginisme) après

une agression sexuelle récente ou ancienne, mais aussi à cause de l'impact sur l'utérus d'une chute sur les fesses.

Ménopause : n'oublions pas les affres de la ménopause avec ses éventuelles descentes d'organes, incontinences mais aussi les séquelles d'une chirurgie ou d'une radiothérapie sur notre appareil génital lorsqu'un cancer de

« En dénouant doucement et patiemment l'écheveau de tensions qui se niche au creux de notre intimité, cette pratique libère les tissus ainsi que les voies de communication que sont les nerfs et les vaisseaux. »



© Cristian Newman/Unsplash

l'utérus ou des ovaires vient alourdir cette longue liste de déboires typiquement féminins.

Des réponses thérapeutiques spécifiques

Aussi étrange que cela puisse paraître, l'ostéopathie peut être une réponse à ces problèmes. En dénouant doucement et patiemment l'écheveau de tensions qui se niche au creux de notre intimité, cette pratique libère les tissus ainsi que les voies de communication que sont les nerfs et les vaisseaux afin que cette belle mécanique fonctionne sans douleur et avec efficacité.

Alors quelle différence avec le traitement de nos autres tensions viscérales, me direz-vous ? La différence est dans la voie d'abord. Autant il sera facile d'accéder à un intestin ou un estomac, autant le contact avec un utérus ou une vessie demandera un abord plus intime. C'est en cela que l'ostéopathie gynécologique demande une expertise et un savoir-faire inhabituels qui peuvent bousculer les mentalités et surprendre la patiente non avertie.

Des gestes intimes à réaliser avec un professionnel formé

Mais un professionnel saura expliquer et donc rassurer quant à la nécessité

d'approcher au plus près notre sphère sexuelle, afin que soit dissipée toute ambiguïté autour d'un geste thérapeutique qui peut choquer. Car le traitement ostéopathique peut nécessiter un toucher vaginal et même parfois rectal pour des raisons anatomiques, et ce n'est pas ce à quoi on s'attend quand on va chez son ostéopathe. Au-delà des explications rationnelles, c'est avant tout la posture claire et confiante de l'ostéopathe qui saura apaiser les craintes que pourrait ressentir la patiente.

Une fois dépassées les réticences et les peurs, ce sont les résultats qui balayeront les impressions premières, quand la patiente sentira au fond de son corps que quelque chose s'est libéré, que les tensions se sont apaisées et que les douleurs se sont atténuées, voire volatilisées. C'est ce qui fait souvent dire à mes patientes : « *Si j'avais su, je serais venue plus tôt.* »

Libérer le corps des femmes

Alors non, nous ne sommes pas des faiseurs de miracles. Il s'agit d'anatomie et de physiologie. Nous rétablissons des voies de communication en dénouant des tensions qui gênaient le passage d'un influx nerveux ou de la circulation sanguine, et rétablissons ainsi

un fonctionnement optimal. Mais c'est une pensée trop mécaniste à notre goût et les choses sont souvent plus subtiles. En touchant une zone du corps aussi chargée d'histoire et de symbolique, nous espérons modestement libérer dans la foulée une éventuelle trace de choc émotionnel qui a pu se loger dans les tissus.

Nous portons en nous, et particulièrement sur cette partie de notre corps, la mémoire de nos propres traumatismes mais aussi celle transgénérationnelle de nos ancêtres. En libérant le nœud physique, nous avons espoir de libérer aussi le nœud du passé. Toute cette exploration demandera une anamnèse détaillée, et à travers le récit que vous voudrez bien nous confier, vous poserez des mots sur vos maux. C'est en cela que le traitement peut se révéler totalement libérateur. ■

NOTRE EXPERTE

Catherine Rybus est ostéopathe à Paris et chroniqueuse pour *La Maison des Maternelles*. Son livre, *Si j'avais su ! L'ostéopathie au service des femmes*, est paru chez Leduc.s.

