

S COMME SCOLIOSE



Association des
chiropraticiens
du Québec

Capsule Santé | Association des chiropraticiens du Québec

1^{er} au 7 novembre 2015

Novembre est le mois de la scoliose, c'est donc l'occasion rêvée pour augmenter le niveau d'alerte à la santé vertébrale de nos enfants. Plus qu'un problème esthétique, une colonne vertébrale qui prend la forme d'un « s » peut s'aggraver à mesure que progresse la croissance et éventuellement entraîner des problèmes de santé.

S COMME SPIRALE

Imaginez un escalier en colimaçon. La scoliose idiopathique est une déformation en 3D de la colonne vertébrale qui est plus susceptible d'apparaître au moment des fortes poussées de croissance, le plus souvent à la puberté. Selon la gravité de l'affection, la déformation vertébrale occasionne une torsion du rachis plus ou moins importante et les vertèbres se déploient comme les marches autour de l'escalier pour éventuellement y entraîner, à mesure de sa progression, l'ensemble de l'appareil locomoteur (os, tendons, muscles et ligaments, ainsi que le délicat système nerveux!). La scoliose peut occasionner la déformation du dos, du thorax, de l'abdomen et, dans les cas plus sévères, un affaissement de la cage thoracique et une compression des organes vitaux tels que le cœur et les poumons. Il est généralement accepté que 85% des scolioses sont d'origine idiopathique, ou de cause inconnue. Malgré cet état de fait, le facteur héréditaire demeure important à considérer car la scoliose idiopathique est présente également chez d'autres membres de la famille dans 30% des cas selon la *Scoliosis Research Society (SRS)*.

*Novembre est
le mois de la
scoliose.*

*Pensez
prévention!*



SAVIEZ-VOUS QUE?

Le mot «chiropratique» provient du grec et signifie «fait avec les mains».

Le docteur en chiropratique est un professionnel de la santé de premier contact : vous pouvez donc le consulter sans être recommandé, outre pour les cas de CSST et SAAQ.

De par sa formation universitaire, le chiropraticien possède les compétences nécessaires pour poser un diagnostic chiropratique, ce qui lui permettra de créer un programme de soins correspondant à votre condition physique, à votre âge et à vos objectifs de santé.

chiropratique.com

La chiropratique centre sa philosophie, son art et sa science sur le maintien de l'homéostasie (équilibre) du corps humain et sur sa capacité innée de guérison naturelle. Elle ne se concentre pas uniquement sur les symptômes ou la douleur, mais cherche à identifier et à soigner la cause du problème.

La chiropratique est fondée sur le fait scientifique suivant : le système nerveux impose son contrôle à toutes les cellules, tissus, organes et systèmes du corps. Un dérangement à la colonne vertébrale peut causer des interférences sur le système nerveux et ainsi provoquer des problèmes au niveau de l'équilibre de santé du corps.

La chiropratique vise le recouvrement et le maintien de la santé globale humaine via l'interaction des systèmes nerveux, musculaire et squelettique.



S COMME PROFIL STANDARD

Bien que le Quasimodo de Notre-Dame de Paris ait donné un visage masculin aux difformités spinales, la scoliose est une pathologie qui touche majoritairement les individus de sexe féminin. La période la plus à risque pour développer une scoliose idiopathique est de 10 à 12 ans chez la jeune fille et de 11 à 13 ans chez le garçon. Pour de meilleurs résultats, il convient donc que le dépistage soit effectué tout juste avant l'apparition des premiers signes de la puberté!

S COMME SIGNES

Prenez donc quelques instants pour observer la posture de votre enfant. A-t-il toujours de la difficulté à se tenir droit? Une bretelle de son sac à dos tombe continuellement? Il est possible que votre enfant soit atteint de scoliose. Quelques signes vous mettront sur la piste :

- Bascule des épaules
- Omoplate proéminente
- Taille asymétrique
- Hanche plus haute
- Bras plus éloigné d'un côté du bassin
- Bosse dans le dos (gibbosité) en position penchée

S COMME SOLUTIONS

Les docteurs en chiropratique reçoivent une formation qui leur permet de d'évaluer le niveau de gravité d'une scoliose. Par des ajustements chiropratiques réguliers, qui sont des manipulations vertébrales spécifiques visant à rétablir l'équilibre neuro-musculo-squelettique, ils arrivent à assouplir la colonne vertébrale et à améliorer l'équilibre postural du patient ce qui, dans la majorité des cas, contribue grandement à soulager la douleur. Des exercices thérapeutiques ciblés visant à renforcer les muscles de soutien de la colonne vertébrale tordue peuvent également être prescrits afin d'aider à stabiliser la progression de l'incurvation de la colonne vertébrale.

S COMME SUIVIS

Puisque la scoliose est une pathologie évolutive, la clé pour de meilleurs résultats en est le dépistage précoce et le suivi régulier. Vous avez un doute que votre enfant soit affecté d'une scoliose? Faites-le examiner par un professionnel du système neuro-musculo-squelettique. Votre chiropraticien sera en mesure de poser un diagnostic chiropratique et de faire une gestion clinique appropriée de la condition de votre enfant.

En aucun cas la scoliose ne devrait être un frein à une vie active et épanouie. Demandez l'aide de votre chiropraticien!