

LA CHIROPRATIQUE ET L'ALLAITEMENT



Association des
chiropraticiens
du Québec

Capsule Santé | Association des chiropraticiens du Québec

20 au 26 mars 2016

Au cours des 20 dernières années, l'allaitement a gagné en popularité. Plusieurs recherches démontrent les bénéfices de l'allaitement sur les plans nutritionnel, immunologique, digestif, neurologique, développemental, psychologique et émotionnel.

Plusieurs facteurs vont affecter le fait que le bébé soit capable de prendre le sein adéquatement et poursuivre l'allaitement pour une longue période de temps. Un facteur souvent oublié est l'implication des composantes musculo-squelettiques et du système nerveux de l'enfant dans l'allaitement.

Indicateurs les plus communs de difficultés au niveau de l'allaitement :

- Bébé qui ne peut prendre le sein
- Bébé qui ont de la difficulté à maintenir une bonne succion
- Bébé qui ne peuvent qu'être nourris dans une position ou toujours au même sein
- Bébé qui semblent toujours insatisfaits au sein
- Bébé qui pleurent souvent
- Blessures au sein de la mère
- Douleur lors de la mise au sein

Votre chiropraticien peut vous aider à adopter une bonne posture favorisant l'allaitement, consultez-le!



chiropratique.com

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, à part 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.

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.

Les chiropraticiens peuvent avoir une grande influence sur le patron de tétée du nouveau-né. De plus en plus de consultant·es en lactation réfèrent en chiropratique afin d'aider le nouveau-né à parvenir à une tétée optimale et à diminuer les symptômes de la mère. Il en va de la responsabilité du chiropraticien de comprendre le processus de l'allaitement afin d'aider le patient. Il peut être très intéressant d'intégrer la chiropratique dans un contexte multi-disciplinaire afin d'optimiser l'expérience de l'allaitement autant pour la mère que pour l'enfant.

Lors de l'évaluation du bébé, il est important de comprendre la mécanique et les étapes à suivre afin d'obtenir une prise du sein normale. Dans son étude, Righard (1998) estime que 94% des mères qui font face à des problèmes dans leur allaitement ont un positionnement incorrect et une mauvaise mise au sein.

Lorsque l'allaitement est plus difficile, il est important de considérer que des dysfonctionnements musculo-squelettiques chez l'enfant peuvent être impliqués. Le bébé doit avoir une excellente mobilité cervicale de façon à pouvoir effectuer une bonne extension de sa tête afin de prendre le sein correctement. Ainsi, l'amplitude de mouvement de la colonne cervicale et l'intégrité de la musculature doit être évaluée. Une diminution de la rotation cervicale dans une direction pourrait faire en sorte que la prise du sein gauche ou droit, selon le cas, soit plus difficile.

L'articulation temporo-mandibulaire ne devrait également présenter aucune restriction afin de permettre au bébé d'ouvrir la bouche assez grande pour prendre le sein. Une tension dans les muscles autour de l'articulation comme le masséter, le temporal ou les ptérygoïdiens peut causer un problème. L'intégrité du système nerveux, particulièrement les nerfs crâniens, joue un rôle primordial afin que tous les réflexes primitifs impliqués dans l'allaitement, comme la succion et la tétée, fonctionnent correctement.

Le chiropraticien peut avoir un effet important lorsque le traitement vise toutes les composantes biomécaniques impliquées. L'intérieur de la bouche de l'enfant devrait aussi être examiné afin de vérifier la hauteur du palais et de s'assurer que le frein de la langue n'est pas trop court, ce qui pourrait perturber la tétée.

L'allaitement et les premiers temps de la maternité sont une période au cours de laquelle la femme peut être sujette à différents maux. Suite à l'accouchement, la femme peut ressentir diverses douleurs au bas du dos résultant de tensions au niveau des muscles et/ou de restrictions articulaires. Aussi, la posture adoptée lors de l'allaitement ou en donnant le biberon peut créer des tensions entre les omoplates et à la région cervicale.

Le traitement chiropratique chez la femme et l'enfant aura pour but de restaurer la fonction nerveuse permettant au corps de s'exprimer et de parvenir à un état de bien-être et de santé. Il permet d'améliorer l'alignement propre et la mobilité des segments vertébraux. Chez le nourrisson, l'ajustement vertébral se fait à l'aide du bout du doigt et la pression exercée est très légère, semblable à un effleurement.

Un suivi régulier chez le chiropraticien permet d'identifier les sources possibles de dysfonctions vertébrales et ainsi prévenir l'apparition de problèmes futurs. Une bonne hygiène vertébrale est la clé d'une meilleure santé. Pour plus d'informations, n'hésitez pas à poser vos questions à votre chiropraticien(ne).



Source et références: Association des chiropraticiens du Québec | chiropratique.com | facebook.com/AssoDesChirosQc | twitter.com/AssoChiroQc | blogue.chiropratique.com

Arcadi V., *Birth induced temporomandibular dysfunction: the most common cause of breastfeeding difficulties*. Proceedings of the national conference chiropractic and Pediatrics, 1993, Arlington VA: international chiropractic association.

Canadian Paediatric Society, Dieticians of Canada and Health Canada, *Nutrition for Healthy Term Infants*, Minister of Public Works and Government Services, Ottawa, 1998.

Crowell MK, Humenick SS., *Relationship between obstetric analgesia and time of breastfeeding*, J nurse Midwifery 39(3):10-56, 2004.

Fallon Joan, *Chiropractic and pregnancy: A partnership for the future*, ICA International Review of chiropractic November/December 1990.

Forrester Judy, *Chiropractic care during the third trimester of pregnancy*, Canadian Chiropractor magazine Aug 1996, vol #2, p.37

Ligue La Leche, *Traité de l'allaitement maternel*, Edition révisée, 1999.

Ohm Jeanne, *Breastfeeding difficulties and chiropractic*, Pathways to family wellness, 2005, vol 11, p.24-25.

Ransjo-arvidson AB et al., *Maternal analgesia during labor disturbs newborn behavior: effects on breastfeeding, temperature and crying*, Birth, 2001, 28 (1):5-11.