

# Vous avez dit « microkinésithérapie » ?

Et si nous découvriions une nouvelle pratique, destinée à détendre nos patients, nos proches, nous-mêmes ? Entretien à propos de la microkinésithérapie à l'occasion d'un échange entre le Dr Jean-Michel Jayet, chirurgien-dentiste à Figeac, et Raphaëlle Pignocchi (microkinésithérapeute à Figeac).

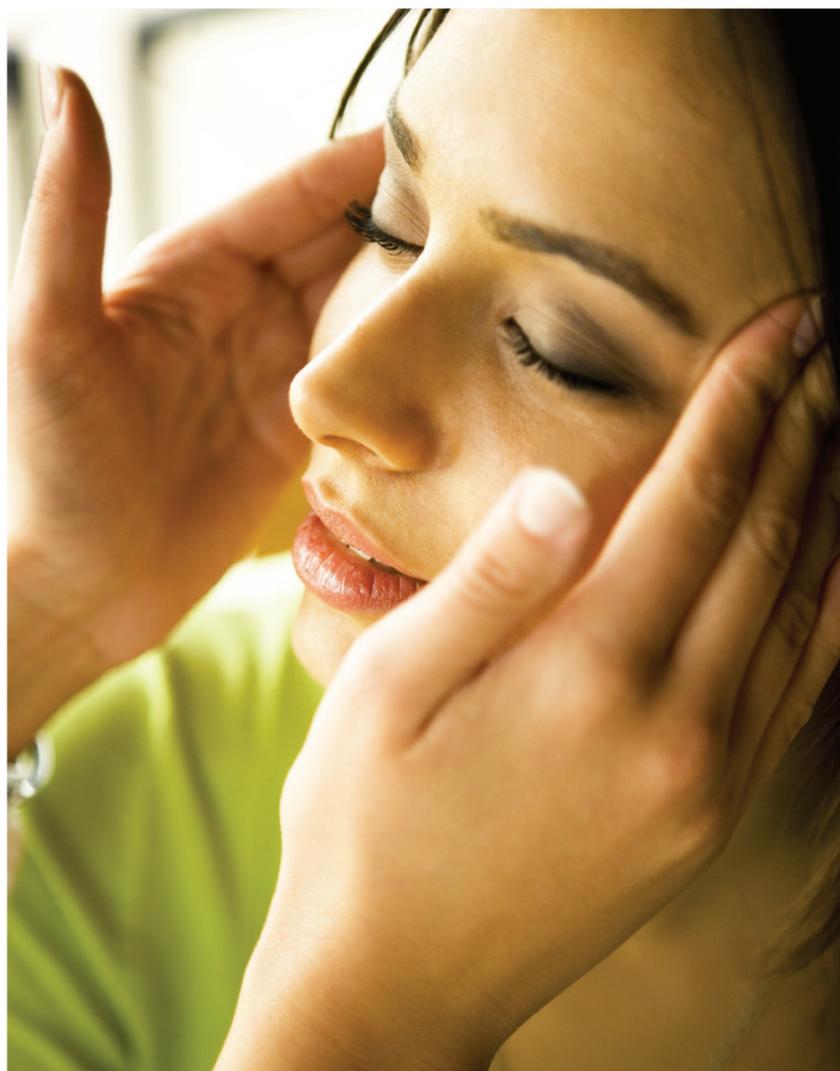
Texte : Jean-Michel JAYET et Raphaëlle PIGNOCCHI

**Indépendant(e) :** Pouvez-vous nous définir succinctement l'origine de la microkinésithérapie ?

**Raphaëlle Pignocchi :** La microkinésithérapie a été développée dans les années 80 par Daniel Grosjean et Patrice Benini, deux kinésithérapeutes lorrains. Cette pratique repose sur des disciplines scientifiques telles que l'immunologie, l'embryologie et la phylogénèse (l'étude de l'évolution de l'espèce) et permet de comprendre la cause de nos dysfonctionnements.

**Les chirurgiens-dentistes sont des scientifiques et des pragmatiques, donc je voudrais savoir quels sont les bases et fondements de la microkiné ?**

Comme on le sait, le corps humain est conçu pour s'adapter, se défendre et se réparer en cas d'agressions traumatiques, émotionnelles, toxiques, virales, microbiennes ou d'environnements. Lorsque l'agression est supérieure aux possibilités de défenses de l'organisme, la vitalité d'une région du corps va être altérée. Ainsi l'embryologie trouve sa place en fournissant des indications sur l'origine des tissus et leur distribution. Ces données ont été complétées par un travail expérimental de recherches de correspondances pour les muscles afin de les rattacher aux



© Inscapphoto / webphotographer

grands ensembles embryologiques du mésoblaste paraxial et latéral. Le mésoblaste latéral a pu être réparti en 30 étages corporels avec un viscère correspondant à la splanchnopleure et une chaîne musculaire périphérique correspondant à la somatopleure. Le mésoblaste paraxial métamérisé fournit la musculature du rachis mais aussi les vertèbres et une partie du derme qui recouvre le corps.

**Comment se pratique cette technique ?**

La microkinésithérapie est une technique palpatoire manuelle, reconnue comme technique de massage par le ministère de la Santé, qui permet de rechercher les perturbations qui ont laissé une trace dans les différents tissus du corps et qui peuvent se manifester par un symptôme. Cette technique de massage thérapeutique aide l'organisme, dans la mesure du possible, à retrouver ses pleines capacités.

**Comment fonctionnez-vous ? Qui décide du traitement ?**

Tout d'abord, je pense qu'il est important de signaler que la microkinésithérapie offre une réponse thérapeutique par rapport à une demande effectuée par un patient qui fait cette démarche en personne adulte et responsable de sa santé. Il n'y a pas de prescription médicale derrière cet acte, le patient réglera les honoraires et le praticien lui remettra une note à transmettre à sa mutuelle pour une éventuelle participation.

**Oui mais comment posez-vous votre diagnostic ?**

La microkinésithérapie n'a pas pour but de nommer ou de poser un diagnostic dans le sens « médical ». C'est un traitement proposé au patient qui vient nous voir et nous dit « souffrir d'une affection

pour laquelle il n'a pas trouvé de solution satisfaisante dans les autres traitements proposés jusque-là ». Nous sommes donc complémentaires aux autres traitements. L'idéal est de ne pas seulement venir quand « ça ne va pas » mais aussi préventivement pour vérifier le bon fonctionnement des différentes fonctions organiques accessibles à la technique. Il faut aider régulièrement le corps à « faire du ménage » avant qu'il y ait trop de « désordre ». La séance commence par un entretien au cours duquel le patient expose les raisons de sa venue : mal de dos, maux de tête, douleurs intestinales... Nous nous assurons bien qu'il ait un suivi médical et que l'on agit en complément et non en substitution ! Une fois allongé sur la table, nous ne nous concentrons pas que sur le symptôme décrit car les zones bloquées peuvent tout à fait se situer à distance de la région en souffrance.

**Quelle est votre démarche ? Que recherchez-vous ?**

La première démarche thérapeutique consiste à palper le symptôme (zone déficiente) avec une micropalpation, c'est-à-dire un toucher particulier permettant de sentir comment le patient gère son affection. La micropalpation est très différente de la palpation médicale clinique, purement anatomique, qui permet de recueillir des informations tactiles sur l'état des structures atteintes (chaleur, grosseur, dureté, mollesse...). Nous plaçons nos deux mains de chaque côté de la structure que l'on veut contrôler et nous percevons la présence d'une restriction ou d'une retenue. Il est important de comprendre que nous nous concentrons sur ce qui se passe entre nos deux mains et non pas sous nos mains ; nous accédons alors à une nouvelle dimension des éléments organiques en recherchant un « défaut de vitalité » de la zone palpée. ///

## CAS CLINIQUES ET ANECDOTES :

////////////////////

• Un patient souffrant de gênes cervicales et maux de tête fréquents, se plaint d'avoir vu apparaître de nouvelles douleurs au niveau des masséters. Il va consulter son chirurgien-dentiste qui le conforte dans l'idée que son problème ne vient pas des dents mais du fait qu'il souffre de bruxisme sûrement lié au stress. La microkinésithérapie était tout indiquée.

Nous avons travaillé globalement pour dégager au maximum tous ces « parasites », puis nous sommes allés chercher les liens plus précis par rapport à l'origine de sa demande. Deux semaines après ce patient me disait se sentir personnellement beaucoup plus capable de prendre

du recul et sentir sa mâchoire moins tendue. Nous laissons donc le temps faire son office pour le reste du ménage !

• Une jeune fille de 12 ans vient me voir pour des perturbations de sa mâchoire dues à la pose récente d'un appareil orthodontique. En peu de temps nous trouvons des corrélations évidentes entre « l'élément étranger » et des souffrances cervicales qui par la même provoquaient des douleurs derrière les yeux. Tout résidait uniquement dans l'acceptation du changement, aussi bien physique que psychologique. Nous avons aidé son corps à trouver les bonnes solutions pour évoluer dans le bon sens.

/// Une structure en bonne santé ne fait rien ressentir sous les mains du thérapeute alors qu'une structure en dysfonctionnement oppose une forte résistance à la poussée du praticien. En fonction du type de palpation effectuée avec nos mains (pulpe des doigts, paume ou dos de la main...) et de la direction de celles-ci (écartement, rapprochement, rotation...) nous nous enrichissons en informations concernant l'état du tissu sous-jacent nous permettant ainsi d'affiner notre recherche. On ne peut nier en bloc toutes ces observations palpatoires en les rangeant dans la catégorie des sensations subjectives, car elles font l'objet d'un enseignement et sont perçues de la même façon quel que soit le thérapeute.

#### Quel est votre plan de traitement? Avez-vous des priorités?

Nous allons dégager ce que l'on ressent au niveau du symptôme et donc en général des mécanismes de protection que l'organisme a placé à cet endroit pour « limiter » les dégâts par rapport à l'élément agresseur. Mais malheureusement au bout de quelque temps cette protection devient inefficace et la pathologie de départ réapparaît avec souvent une intensité plus forte et une résistance aux traitements habituels. Je vous donne un exemple: imaginez quelqu'un qui met un « chapeau » pour se protéger du soleil (le soleil étant l'agresseur), alors pour un certain temps il est protégé. Il a donc mis un mécanisme de protection face à son agresseur, mais s'il reste au soleil cela n'empêchera pas l'insolation et la déshydratation d'apparaître (agression plus forte que la première)! Il devra donc trouver une solution alternative (comme le thérapeute va le faire en cherchant les différents mécanismes mis en place par le corps); par exemple se mettre à l'ombre et boire! (c'est l'élimination des protections inefficaces). Pour les retrouver, le thérapeute va se servir de tableaux de recherche qui lui



“ Cette technique aide l'organisme, dans la mesure du possible, à retrouver ses pleines capacités ”

permettent de définir avec précision le nombre d'entre elles utilisées et surtout la dernière mise en place. Une fois celle-ci isolée entre nos mains, nous allons déclencher une réponse de l'organisme qui va éliminer l'ensemble de tous ces processus de protection.

Autre exemple concret:

- Lorsque l'on crève un abcès mûr (thérapeute qui trouve la dernière protection mise en place),
- l'organisme évacue le pus qui contient à la fois l'agent infectieux (agresseur) et la réaction immunologique du corps (protection).

Lorsque nous sommes face à une agression du corps de type infectieuse, toxique, traumatique ou obstructive, le thérapeute va chercher sa localisation (parfois à distance de la zone touchée) à l'aide d'une cartographie lui permettant de mettre en « face à face » l'agresseur et le symptôme déclenché. Un mécanisme immunologique de défense se mettra alors en route. Il en est de même pour les problèmes que le patient développe suite à des déficiences psychologiques ou des frustrations ressenties. Un mécanisme identique de « stockage » se crée jusqu'à ce que la « bouteille soit trop pleine »...

#### Que permet cette technique?

Comme je l'ai déjà signalé, cette technique, complémentaire aux autres approches thérapeutiques, tente d'utiliser au maximum les capacités de l'organisme du patient dans la lutte contre les pathologies et les dysfonctionnements de toutes sortes qu'il a pu subir. Messieurs Grosjean et Benini rappellent que ce n'est pas parce que l'organisme n'a pas su régler le problème au départ qu'il a perdu pour autant ses capacités de réparation. Nous sommes là pour réactiver ses potentialités.

#### De quelle façon traitez-vous les informations que vous récupérez?

Il n'est pas nécessaire de dire au patient tout ce que l'on a trouvé. Néanmoins nous pouvons, à titre préventif (pour éviter la récurrence) ou pour faire prendre conscience de certains éléments suggérer des pistes de recherche. Ces quelques informations peuvent servir à cerner quelques aspects essentiels si la personne s'est engagée dans un accompagnement psychologique. Mais le microkinésithérapeute doit savoir rester dans son domaine et ne pas hésiter à faire appel aux autres professionnels de santé pour régler des problèmes d'hygiène de vie, de soins spécifiques ou de recherche psychologique.



#### À quelles occasions pouvons-nous conseiller à nos patients de faire une ou plusieurs séances de microkiné? Comment pouvons-nous expliquer simplement cette technique?

Ma réponse sera très simple, elle concerne aussi bien les praticiens de santé que les patients: nous devons tous prendre conscience que nous ne sommes pas des robots insensibles et invincibles et qu'un « nettoyage » du corps s'impose parfois.

Ces techniques ne sont pas réservées seulement aux « faibles ». Dans toutes les professions médicales ou paramédicales il existe un effet « placebo » que nous devons prendre en compte, mais cela n'affecte en rien notre qualité de thérapeute. Ne cherchons pas à nous attribuer des médailles, contentons-nous de voir le patient aller mieux! Et si nous nous plaçons du côté du praticien, le fait de se sentir bien et plus léger après une séance, ne le mettra-t-il pas dans de meilleures conditions pour exercer en étant plus ouvert et objectif?

#### Ya-t-il des contre-indications?

Il n'y a pas de contre-indications puisque c'est l'organisme qui est actif. Mais on ne peut activer ces mécanismes sur un patient réfractaire à l'intervention d'une tierce personne (thérapeute) dans sa vie, son histoire. Le praticien ne peut répondre qu'à une demande et doit avoir l'accord de l'intéressé pour effectuer une séance.

#### Faut-il faire plusieurs séances?

La plupart du temps nous ne faisons qu'une séance et laissons le corps travailler car il a retrouvé ses outils pour « nettoyer et cicatrifier » les plaies provoquées par des chocs. En fonction du résultat, et sur la demande du patient, nous pouvons envisager une autre séance de contrôle et de complément de traitement si le premier n'est que partiel. Un exemple: imaginons une bouteille remplie de sable avec un bouchon. Pour la vider nous devons le retirer et faire couler son contenu lentement afin de ne pas créer une accumulation trop importante et ainsi risquer l'apparition d'un nouveau bouchon. Dans cet exemple, la bouteille représente l'organe, le sable l'élément pathogène, le bouchon la capacité maximale d'acceptation de l'organe. Ainsi on adapte le nombre de visites afin d'éviter le phénomène d'accumulation cité dans l'exemple. Dans les cas simples, deux séances par an suffisent généralement à obtenir un résultat satisfaisant.

#### Que devons-nous faire après avoir eu une séance?

Penser à boire de l'eau (au moins 1 litre de manière régulière dans la journée), afin de permettre une élimination plus efficace des « toxines ».

#### Et en dentisterie comment pouvez-vous aider les patients?

Concernant le domaine de la dentisterie, la microkinésithérapie peut apporter une aide importante chaque fois que le problème à traiter dépasse la sphère buccale, comme des problèmes d'articulation temporo-mandibulaire, de difficulté à accepter une prothèse ou un appareil, le bruxisme, la bruxomanie... et dans bien d'autres domaines. Ou simplement lorsque l'état général très défavorable du patient peut entraver ou gêner le traitement local. Dans ce cas on peut conseiller un traitement de microkinésithérapie en complément dans le respect de la décision de la personne. ▀

#### LE SAVIEZ-VOUS ?

////////////////////

- \* Seuls les médecins et kinésithérapeutes peuvent pratiquer la microkinésithérapie.
- \* Il y a environ 500 microkinésithérapeutes en France sur la liste publiée.
- \* De nombreuses évaluations sont disponibles sur Internet.
- \* Des cours sont dispensés dans beaucoup d'autres pays tels que Belgique, Allemagne, Pologne, Brésil, Suisse, Maroc...
- \* Pour trouver un praticien ou avoir des renseignements sur la microkiné (formation, évaluation, congrès...) rendez-vous sur le site : [www.microkinesitherapie.com](http://www.microkinesitherapie.com)