

L'APPORT DE L'ACUPRESSION AURICULAIRE DANS LES PROBLÈMES DE LOMBALGIE

📍 A propos

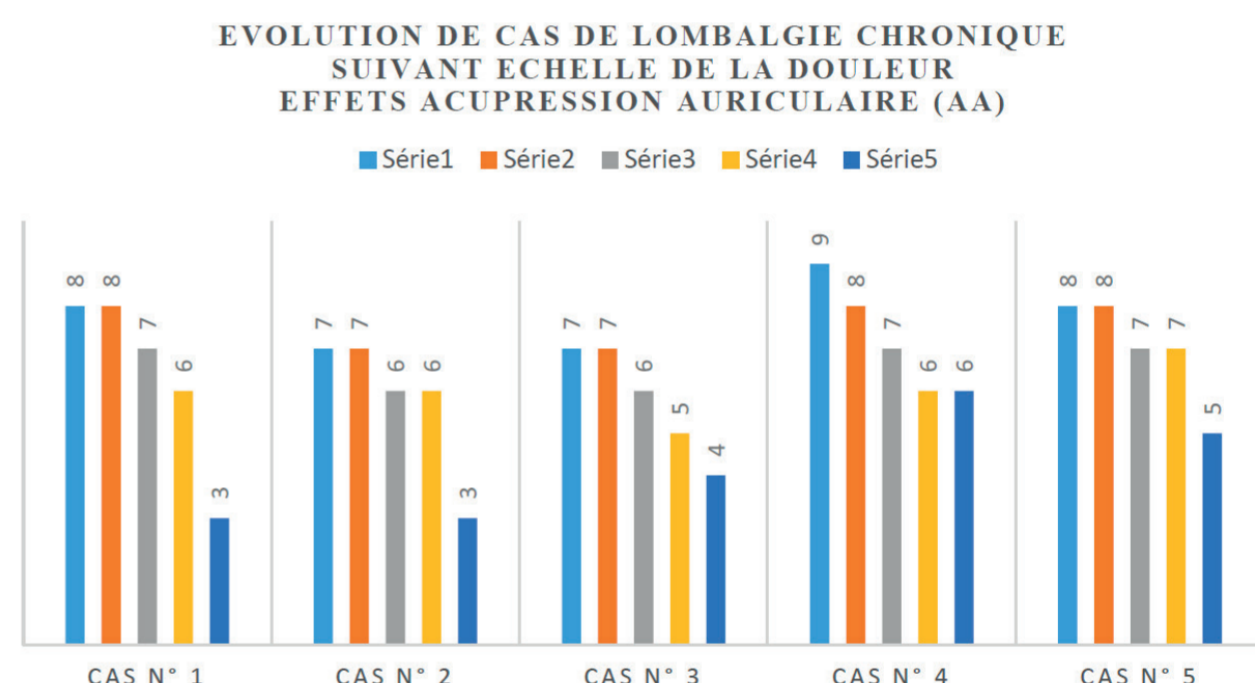
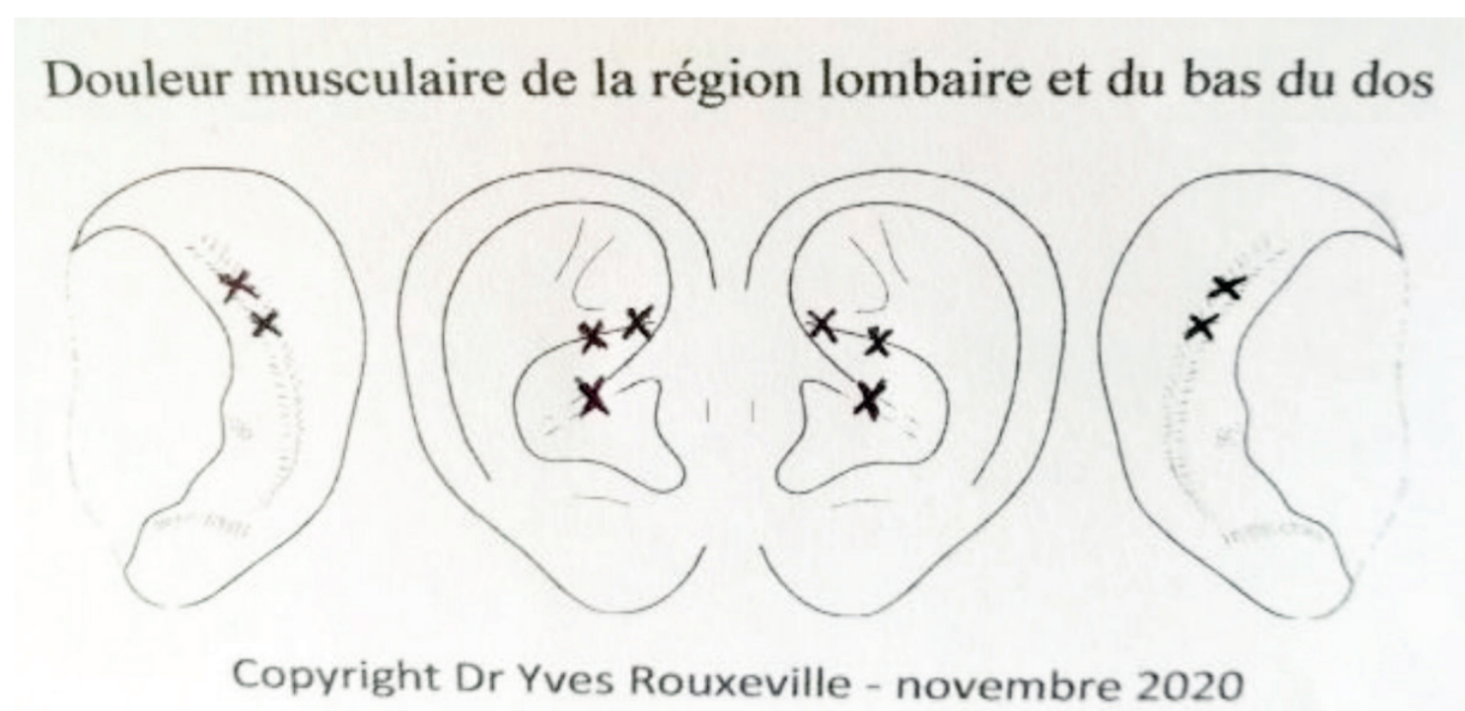
Poster diffusé lors du congrès GETCOP 2021, 18 et 19 juin à Nancy

📌 Introduction

La lombalgie (lumbago / tour de rein) correspond à une douleur de la région lombaire dans la partie basse du dos évoluant depuis plus de trois mois. Elle altère considérablement la qualité de vie des personnes atteintes. Six millions de Français consulteraient chaque année pour ce trouble. Dans de nombreux cas, l'évolution est bénigne. Mais cette affection constitue néanmoins la 3^e cause d'invalidité en France.

⚙️ Méthode

- L'étude a été menée sur cinq personnes reçues dans mon cabinet situé au sein de la maison Paramédicale du Fort, située Allée du Fort – 50130 Cherbourg-en-Cotentin.
- Public visé : des individus majeurs présentant des cas de lombalgie chronique.
- Outils utilisés :
 1. Logiciel « La Gestion du Bien-être » permettant un suivi régulier sur l'évolution de l'état des personnes.
 2. L'échelle de la douleur de 0 à 10 (0 : absence de douleur. 10 : douleur maximale).
 3. Verbalisation de l'état avant et après séance.
- Les critères d'inclusion à l'étude : la lombalgie pouvant survenir après un traumatisme physique ou psychique (stress par exemple), mais aussi souvent sans avoir fait d'effort particulier.
- Technique utilisée : acupression auriculaire - méthode développée et enseignée par Dr Yves Rouxville. Protocole : douleur musculaire de la région lombaire et du bas du dos (voir schéma ci-dessous). Travail du pavillon de l'oreille. Points de la charnière lombo sacrée et du bas du dos + point O (oreille droite et gauche). Face postérieure ou mastoïdienne (oreille droite et oreille gauche) : points lombaires.
- Traitement par électricité transcutanée 30 secondes sur chaque point par courant électrique.
- Matériel médical utilisé : Prémio 20 TD. Répétition des séances : 1 fois par semaine durant 5 semaines.



📊 Résultats

- La répétition des séances vise à soulager la douleur. La première dans les 24 heures, les quatre suivantes dans les 2 à sept jours.
- L'atténuation de la douleur est constatée en moyenne à partir de la troisième intervention ainsi que la diminution de la gêne fonctionnelle. Elle est par ailleurs constante les deux séances suivantes. Le suivi régulier sur cinq séances vise une action durable sur la gestion de la douleur, du stress et des troubles liés : cruralgie ou sciatique.
- Le courant électrique du Prémio 20 TD est ressenti différemment par les personnes, sur les points : fourmillements ou vibrations de plus ou moins grande intensité ou aucune sensation. Au fur et à mesure des séances certains points sont davantage sensibles au courant électrique.
- Les raideurs ressenties et les mouvements douloureux au niveau du bas du dos sont moins présents. Une souplesse de la zone lombaire est constatée en moyenne autour de la 3^e séance de manière plus sensible. Les douleurs apparentées dans les jambes disparaissent.
- La sensation qu'un courant circule de la tête jusqu'aux jambes est également très présente chez les cinq cas suivi d'un grand bien-être.
- Chaque cas témoigne d'une légèreté et d'une vitalité retrouvées et une sensation de libération.

🏁 Conclusion

- Points forts de l'étude : observation d'une diminution douce mais néanmoins sensible de la douleur pour chaque personne suivie. Les raideurs du bas du dos disparaissent laissant place à davantage de souplesse. Les douleurs liées des nerfs sciatique et crural disparaissent également de manière progressive. L'atténuation, voir la disparition de la douleur engendre un mieux-être général largement exprimé.
- Points faibles : Le traitement adapté des zones d'oreille correspondant aux organes du corps a souvent un effet bénéfique. Cette seule approche est insuffisante à régler de façon durable les cas chroniques. Un programme multidisciplinaire adapté est nécessaire et à envisager.

📖 Ressources

- Teirich-Leube H. « Massage du tissu conjonctif », Krakengymnastik, 1950.
- Dicke E. « Mon massage du tissu conjonctif », Ed.Hippokrates, Stuttgart, 1958.
- Helmrich H.E. « Le massage du tissu conjonctif », Haug, Ulm, 1959.
- Jarricot « Dermalgies réflexes viscéro-cutanées postérieures » 1980.
- Richard Raymond « Techniques réflexes conjonctives, périostées et dermalgies viscéro-cutanées » 2001. Breton Elisabeth « Réflexologie pour la forme et le bien-être », aux Editions Vie, 2015

Régine Steinmetz

Réflexologue Titre RNCP- Relaxologue

Membre de l'ARRNCP

www.reflexologie-cherbourg.fr

espace.reflexo@free.fr

Allée du Fort, 50130 Octeville

Tel : 07 68 39 60 55