

QU'EST CE QUE  
L'OSTEOPATHIE  
AQUATIQUE?

## DEFINITION DE L'OSTEOPATHIE AQUATIQUE

L'ostéopathie aquatique est une nouvelle adaptation de l'ostéopathie «traditionnelle» en eau chaude à 34°C.

Le patient est allongé sur le dos, en immersion partielle grâce à des flotteurs placés sous sa nuque ainsi qu'au niveau de ses chevilles. Les flotteurs le maintiennent confortablement en état d'apesanteur, le patient se détend pendant que l'ostéopathe, également dans l'eau, effectue le traitement ostéopathique.

## PRINCIPES DE L'OSTEOPATHIE AQUATIQUE

Les principes de base qui guident l'Ostéopathie Aquatique sont les mêmes que ceux qui prévalent pour l'Ostéopathie (traditionnelle).

## AVANTAGES DE L'OSTEOPATHIE AQUATIQUE

L'eau chaude (34°C) entraîne un meilleur relâchement des tissus et donc permet à l'ostéopathe d'être plus efficace, plus rapidement. D'autre part, l'eau chaude a un effet antalgique reconnu sur le corps, ce qui rend l'Ostéopathie Aquatique très efficace dans le traitement des douleurs chroniques.

Enfin l'eau chaude est (même pour les patients qui ont peur de l'eau) un milieu maternant, sécurisant, enveloppant, qui invite au lâcher prise et permet donc aussi de traiter avec succès beaucoup de troubles émotionnels ou psychosomatiques aussi bien chez l'adulte que chez l'enfant.

Dans l'eau, les points -fixe et mobile- sont inversés: en effet, c'est le patient qui bouge autour de l'ostéopathe.

Une correction effectuée à un endroit du corps aura des répercussions immédiates sur l'ensemble du corps.

L'intégration à l'ensemble du corps va ainsi beaucoup plus vite et plus loin; ainsi le principe de globalité de l'Ostéopathie est satisfait. (sur table, la correction s'arrête là où elle est faite. Pour l'intégrer dans le reste du corps, d'autres techniques seront nécessaires et l'essentiel de cette intégration se continuera après la séance, quand le patient se remettra à bouger.)

L'Ostéopathie Aquatique permet donc:

### >> de favoriser le principe d'auto-guérison du corps

Dans une eau à 34°C, les muscles se relâchent. Les tensions des fascias vont être plus fortes que le tonus musculaire. Dès lors, le corps du patient va se corriger de lui-même, autour d'un point fixe créé par l'ostéopathe (debout et immobile aux côtés du patient allongé sur l'eau).

### >> le milieu aquatique chaud entraîne une vasodilatation augmentant les échanges tissulaires.

Les principes ostéopathiques de base sont amplifiés (la loi de l'artère et du nerf est favorisée et le principe d'auto-guérison du corps humain se manifeste de manière plus forte)

### >> permet de mieux visualiser la cause primaire de la lésion ostéopathique (le déséquilibre, la dysfonction).

C'est d'ailleurs une des indications de l'Ostéopathie dans l'eau avec des patients pour lesquels le diagnostic est difficile à effectuer..

## A QUI S'ADRESSE L'OSTÉOPATHIE AQUATIQUE?

L'Ostéopathie Aquatique se destine à une large population de patients, de l'enfant jusqu'au sénior.

Les femmes enceintes apprécieront particulièrement l'état d'apesanteur que procure l'eau, surtout en fin de grossesse. Les bébés ne peuvent pas suivre une séance d'ostéopathie aquatique.

## CONTRES-INDICATIONS

Les contre-indications à la balnéothérapie restent bien sûr valables pour l'Ostéopathie Aquatique : plaies ouvertes, infections pulmonaires, tensions artérielles instables ou trop basses.

Les troubles émotionnels importants le sont également en première séance (dépression profonde, schizophrénie...)

