

*Nous prenons soin de vous*



**GUIDE OSTÉOPATHIE  
EN PERINATALITE  
Catherine Volpé**

## Ostéopathie et maternité

Dans le cadre de votre préparation à la naissance et à la parentalité, vous avez la possibilité d'être accompagnés par une ostéopathe.

Aujourd'hui reconnue par la médecine, l'ostéopathie est une pratique manuelle fondée sur la capacité du corps à s'auto-guérir. Elle peut être d'un grand secours avant, pendant et après une grossesse.

De plus en plus d'obstétriciens, de pédiatres, médecins généralistes, sages-femmes... proposent aux mères de consulter un ostéopathe pour elle et pour leur bébé.

Pour vous permettre de mieux connaître cette spécialité et de découvrir les intérêts de cette prise en charge, nos équipes vous ont élaboré cette brochure d'information. La vocation de ce document n'est pas de remplacer le dialogue avec les équipes des établissements de soin mais de vous offrir un support auquel vous pouvez vous référer.

**Nous sommes à votre écoute**



### Pour en savoir plus

[www.osteopathie-france.net](http://www.osteopathie-france.net)

[www.osteopathie-perinatale-pediatrique.com](http://www.osteopathie-perinatale-pediatrique.com)

[www.osteo-pour-bebe.com](http://www.osteo-pour-bebe.com)

**Bien naître par l'ostéopathie** J.P. Saby  
éditions Sully, réédité en juin 2004

**Ostéopathie pour les bébés** R. Solano éditions  
Sully, 2003

**L'aimer avant qu'il naisse** J.P. Relier Editions  
Laffont. 1993.

**Ostéopathie pédiatrique** – N. Sergueef -Edition  
Elsevier Masson. 1995

# Ostéopathie et Grossesse



## Qu'est ce que l'Ostéopathie

L'ostéopathie est une méthode thérapeutique manuelle reconnue en France depuis la loi de mars 2002. Son but est de restituer et de maintenir la mobilité du corps dans sa globalité, permettant une bonne fonctionnalité de tous les organes et ainsi, préserver un équilibre de l'état de santé.

Quel que soit le trouble présenté, l'ostéopathe exerce dans le respect des tissus et des rythmes corporels. Il s'appuie sur une connaissance approfondie de l'anatomie et de la physiologie.

L'ostéopathie, technique tissulaire douce, est sans danger pour la mère et le fœtus.

Elle ne dispense en aucun cas du suivi obstétrical conventionnel. Le travail de l'ostéopathe s'intègre alors à part entière dans le suivi de la grossesse par l'équipe médicale.

## Un traitement des troubles de la grossesse

Bien que l'adaptation de votre corps à la grossesse se fasse progressivement, il y a parfois des désagréments et il est fréquent qu'apparaissent des troubles fonctionnels :

- **Mécaniques** : Douleurs vertébrales, coccygiennes ou sciatiques.
- **Digestifs** : Nausées, vomissements, remontées acides, digestion difficile.
- **Uro-gynécologiques** : Infections urinaires, mycoses, sensations de pesanteurs.
- **Obstétricaux** : Contractions, présentations difficiles (siège, transverse)

Toutes ces dysfonctions peuvent être traitées et améliorées par des consultations régulières au cours de la grossesse.

## Pour le confort de la grossesse

Il existe un rapport étroit entre le confort de la mère pendant la grossesse et celui du fœtus dans l'utérus.

L'ostéopathie permet une meilleure adaptation de l'organisme aux changements de contraintes tissulaires liées à la grossesse.

L'ostéopathe, par des contacts très doux avec ses mains va aider votre corps à trouver des points d'appui en accord avec cette adaptation progressive et permettre un relâchement des tensions qui peuvent se présenter.

Un suivi à chaque trimestre de la grossesse apporte à la future maman et à

son bébé un bien être certain pour une grossesse harmonieuse

## Une préparation à la naissance

Toute séquelle de traumatisme du bassin est susceptible de perturber le bon déroulement de l'accouchement. Par son travail spécifique, l'ostéopathe s'assure d'une bonne mobilité du bassin et de l'axe vertébral.

L'ostéopathie intervient également pour favoriser la dilatation du col et peut avoir une action sur la quantité et la qualité des contractions

## En post partum

L'accouchement n'est pas sans incidence sur la mobilité du bassin et du positionnement viscéral. La prise en charge ostéopathique permettra à l'organisme maternel de retrouver rapidement son équilibre et sa vitalité et participe au retour facile et fiable de la statique pelvienne.

L'ostéopathe viendra aussi restaurer certaines perturbations douloureuses :

- Luxations du coccyx
- Disjonctions symphysaires
- Lombalgies
- douleurs du bassin, des hanches
- Migraines
- Cicatrices césarienne, épisiotomie
- Fatigue, baby blues
- Douleurs périnéales

# Ostéopathie et nourrisson



## Un confort pour le bébé

L'ostéopathie peut intervenir dans les tous premiers moments de la vie pour réduire les perturbations de l'accouchement sur l'organisme du nouveau né.

L'ostéopathe adoucit le chemin à parcourir et permet à l'enfant de bien démarrer dans la vie.

## Une approche préventive

Certaines blessures mineures que tout nouveau né peut subir seront surmontées naturellement mais les contraintes vécues par le bébé pendant la vie utérine ou au moment de l'accouchement peuvent lui causer des perturbations tout au long de sa vie.

Ces séquelles infimes peuvent entraîner immédiatement ou plus tardivement des dysfonctions : sommeil, digestion, déséquilibre postural ou infections à répétition.

Reconnaître et traiter ces dysfonctions dès les premiers jours de vie constitue une des phases les plus importantes de la médecine préventive.

## **Pourquoi il est important qu'un bébé soit vu après sa naissance ?**

Le traitement crânien est d'autant plus efficace qu'il est commencé tôt. Il est très facile entre la naissance et 3 mois car les fontanelles et les sutures sont ouvertes et les os sont plats, sans dentelure ni biseau. C'est plus difficile entre 1 et 3 ans car toutes les fontanelles se densifient et l'occiput (partie postérieure du crâne) commence progressivement à s'ossifier.

## Une invitation à la vie et au mouvement

Un examen manuel très doux, attentif et précis détectera aisément les dysfonctions mineures à l'origine de nombreux maux. Apprenez à observer votre bébé et n'hésitez pas à consulter.

L'équipe médicale de la maternité saura aussi vous conseiller l'ostéopathie pour que votre bébé retrouve sa joie de vivre.

## **Quand faut-il consulter ?**

## **Dès la maternité**

- Il a du mal à téter
- Il pleure tout le temps ou est apathique
- Il gémit, sursaute à la mobilisation et/ou spontanément
- Il a une mauvaise position de hanche, de pied
- Il tourne toujours la tête du même côté
- Sa tête est inclinée ou rentrée dans ses épaules
- Son visage est asymétrique
- Il est nerveux, stressé
- Il ne dort pratiquement pas
- Il est raide avec les mains crispées
- Il a une respiration bruyante
- Le canal lacrymal est obstrué
- La cloison nasale est déviée...
- Le cordon s'est enroulé autour de son cou

## **Le plus précocement possible même si apparemment tout va bien**

- Quand il y a eu un contexte obstétrical difficile : Souffrance fœtale Forceps ou Ventouse.
- En cas de césarienne.
- Quand l'accouchement a été trop long (> 8h) ou trop rapide (< 2h)
- Quand il y a eu prématurité.
- En cas de grossesse gémellaire.
- Quand la présentation s'est faite par le siège, le front ou la face ...

## **Et par la suite**

## **Tonus postural et motricité**

- Son crane se déforme, il a un œil plus petit que l'autre, une oreille plus en avant...
- La rotation de sa tête n'est pas symétrique, il use ses cheveux derrière la tête de manière asymétrique.
- Il a un retard dans son évolution motrice
- Il débute une scoliose

Chronicité des pathologies ORL

Suivi orthodontique

Anxiété, nervosité

Difficultés dans les apprentissages cognitifs (dyslexies, troubles visuo spatiaux, concentration..)

### Sommeil :

- il ne dort pratiquement pas,
- les phases d'endormissement sont difficiles et longues,
- les réveils sont fréquents avec des cycles courts.
- Il fait des cauchemars

**Quelque soit l'âge de l'enfant, tout changement comportemental signe une rupture d'équilibre. Quelque soit le facteur déclenchant, physique, émotionnel ou chimique, c'est une indication au traitement ostéopathique**

### Alimentation

- Il a du mal à téter et est très agité après la tétée
- Il régurgite beaucoup
- Il se cambre quand il est dans les bras, quand on lui donne la tétée ou lors des pleurs

### Elimination

- Problèmes de constipation et/ ou diarrhée

### Mais encore...