**Margaux Honoré – Chiropracteur**

Diplômée de l’Institut Franco Européen de Chiropraxie (IFEC), avec une formation d’une durée de 6 ans agrée par le ministère de la Santé. Master en Vieillissement Handicap : Mouvement et Adaptation (VHMA) poursuivi par un doctorat en science de la motricité à l’UFR STAPS Paris Sud.

Enseignant-Chercheur dans le domaine d’anatomie descriptive et fonctionnelle ainsi qu’en sciences fondamentales et biologiques à l’IFEC.

Je propose une médecine douce avec des soins adaptés à tous les âges et toutes les activités, centrée sur tous les troubles mécaniques du corps humain, tels que les maux de tête, les douleurs du dos et des membres, les douleurs d’arthrose, de sciatique… avec pour objectif final leur prévention.

**Qu’est-ce que la Chiropraxie ?**

**Définition**

La chiropraxie (ou *chiropratique*) est une profession manuelle qui a pour objet la détection, la correction et la prévention des troubles neuro-musculo-squelettiques et de ses conséquences sur le corps humain, dans son ensemble.

Elle s’adresse à tous : les actifs, les séniors, les personnes en situation de handicap, les femmes enceintes, les enfants, les sportifs…Elle peut également être en complément des traitements des pathologies graves (viscérales, cancéreuses…), sans jamais les remplacer.

C’est une profession de première intention, ce qui veut dire que le patient n’a pas besoin de passer par son médecin généraliste pour venir consulter un chiropracteur. Encore peu connue en France, elle est pourtant la 3ème profession de santé au monde et reconnue par l’Organisation Mondiale de la Santé (OMS).

**Champs d’application et formation**

Elle se fonde sur une conception globale du fonctionnement de l’organisme et vise à apaiser des douleurs mécaniques du corps telles que :

* les maux de tête,
* les torticolis, les douleurs du cou,
* les lumbagos, les sciatiques, cruralgies, les hernies discales,
* les tendinites, canal carpien,
* les douleurs d’arthrose,
* les douleurs musculaires ou encore des scolioses,
* les douleurs de mâchoire…

Pour obtenir le titre de chiropracteur, il existe une seule école en France : l’Institut Franco Européen de Chiropraxie (IFEC). Il s’agit d’un cursus de 6 années d’étude à temps plein, soit plus de 5500h d’enseignements théoriques et pratiques, dont deux années d’internat en clinique chiropratique.

**En quoi consiste la chiropraxie ?**

La douleur est souvent liée à un choc, un stress physique et/ou émotionnel, ce qui va se traduire par des tensions musculaires et une diminution de la mobilité de certaines articulations. Ainsi, un déséquilibre postural se crée, ce qui entraine des informations erronés au niveau du système nerveux.

Le chiropracteur est là pour redonner la bonne information au corps à l'aide de plusieurs outils comme :

* La manipulation (ou *ajustement*): un geste précis, doux et indolore. Cet acte est souvent accompagné d'un bruit sans douleur, qui fait suite à un dégagement de gaz carbonique relâchant l'articulation. *NB : ce bruit n’est pas un os qui craque, ou se brise…c’est une réaction physiologique normale.*
* Les mobilisations, les massages, et des techniques instrumentales (Thompson, Cox, speeder, activator…) entre autres, sont également à sa disposition.

Le corps retrouve peu à peu un meilleur équilibre postural et la douleur disparait. Mais se contenter de soulager la douleur, bien que fondamental, ne sert à rien à long terme car la cause peut toujours être présente. D’où la nécessité de stabiliser et de traiter la cause en profondeur.

Enfin, la prévention permet un check up pour s’assurer que les causes ne reviennent pas, ou pour limiter leurs conséquences (douleurs, fréquence de réapparition..).

Le nombre de visites dépend du motif de consultation, de la chronicité de la douleur, de la complexité du cas…en général, comptez 3 à 4 séances.

**Déroulement d’une séance**

La consultation d’un chiropracteur commence par quelques minutes d'interrogation sur les symptômes du patient puis se poursuit par un examen physique neuro-orthopédique rigoureux. Enfin, après la pose d’un diagnostic dans son champs de compétence, le chiropracteur procède à la phase de traitement.

La 1ère visite se déroule en 1h.

**Précisions**

Le chiropracteur est formé à lire et à analyser les examens complémentaires (imageries, analyses biologiques…). Par conséquent, il est important qu’en première séance, le patient se munisse de tous les examens à sa disposition, pour une vision complète des motifs de consultation.

Enfin, notez que de nombreuses mutuelles remboursent la Chiropraxie. Une note d’honoraire pourra vous être faite, à votre demande.