



Photo C.R.

L'ostéopathie, tout le monde connaît. L'ostéopathie cardiaque, beaucoup moins. Encore peu répandue, cette pratique est proposée aux patients de l'hôpital Léon-Bérard à Hyères dans le cadre de leur rééducation cardiovasculaire, par un jeune ostéopathe toulonnais, Cyril Avias.

Fils de cardiologue et passionné par le sujet, il en avait fait son thème de mémoire de fin d'études en 2017<sup>①</sup>. Après un protocole d'étude sur des patients opérés et une première approche bibliographique, il avait mis en pratique ses connaissances au sein du service de réadaptation cardiaque de Léon-Bérard, dirigé par le docteur Laurent Poirette, avec son autorisation et celle du directeur de l'établissement, Bernard Malaterre. Quatre ans plus tard, il continue d'y intervenir, deux fois par semaine.

*« Cette pratique, explique-t-il, s'adresse à des patients qui ont été opérés à cœur ouvert, soit pour une greffe, soit pour un pontage coronaire, soit pour la mise en place ou le changement d'une valve cardiaque. Dans tous les cas, ces opérations nécessitent une sternotomie, autrement dit l'ouverture chirurgicale de la cage thoracique. Cette pratique a évidemment des consé-*

*quences très traumatisantes pour la structure du thorax, mais aussi sur les tissus environnants, les muscles, le diaphragme... Cela impacte la respiration. Sans compter la cicatrice qui peut mesurer jusqu'à vingt centimètres. »*

#### **Une meilleure gestion de la douleur**

Tout cela génère des douleurs en période postopératoire, et l'ostéopathe va travailler sur toutes ces zones malmenées lors de l'intervention pour en réduire l'intensité. « J'interviens au moment de la réadaptation cardiaque en fonction des difficultés ou des douleurs signalées par le patient, pour en trouver l'origine et les apaiser. Le but est que le patient récupère plus vite et avec moins de douleurs, sans interférer bien sûr avec le travail des kinésithérapeutes qui l'entraînent à récupérer une résistance à l'effort et une capacité pulmonaire », résume Cyril Avias. Il cite quelques exemples. « Un patient peut avoir des douleurs lors des exercices sur le vélo ou à la marche, c'est assez courant. Fréquemment,

# L'ostéopathie AU CHEVET DES OPÉRÉS DU CŒUR

**C'est une pratique encore assez rare : à Léon Bérard à Hyères, l'ostéopathie cardiaque permet de diminuer les douleurs en phase de réadaptation cardiaque après une chirurgie très lourde.**

ils souffrent aussi de costalgie : des côtes sont bloquées suite à l'intervention. Ou alors ils se plaignent de douleurs dorsales, au niveau de la liaison entre les côtes et la colonne vertébrale, causées par la station allongée prolongée sachant que certaines opérations durent de trois à six heures, parfois plus. Les douleurs peuvent aussi se situer au niveau de la clavicule et bien entendu au niveau du sternum. Il y a souvent des problèmes de mobilité du sternum et parfois, des phénomènes d'adhérence de la cicatrice sur le sternum. »

**« L'ostéopathie permet de diminuer les médicaments antidouleurs »**

« Différentes techniques de mobilisation douce des différents tissus du thorax permettent de soulager ces douleurs », selon l'ostéopathe. On parle bien de « mobilisation douce » et non pas, comme l'imaginent souvent les gens, de « faire craquer pour remettre en place ». « Ce sont des mobilisations fines, insiste l'ostéopathe. On utilise la respiration du patient pour débloquer ou remobiliser la zone verrouillée ou douloureuse. La participation active du patient est parfois néces-

saire. On est assez loin de la pratique ostéopathique lors d'une consultation classique en cabinet. »

#### **Calmer les angoisses**

La dimension psychologique de la prise en charge ostéopathique n'est pas neutre. « Quand on a été opéré à cœur ouvert et qu'on sent une douleur au niveau de la poitrine, on peut vite s'angoisser, informe Cyril Avias. Faire ressentir sa douleur au patient, lui expliquer qu'elle est mécanique et non cardiaque permet de limiter ces angoisses. » Les résultats ne se mesurent pas qu'aux excellents retours des patients et des personnels soignants qui les entourent. « Une bonne prise en charge ostéopathique de la douleur peut permettre de diminuer la quantité de médicaments antidouleurs », précise l'ostéopathe. C'est un réel bénéfice en termes de qualité de vie mais aussi de prise en charge thérapeutique pour des gens qui ont subi une longue anesthésie générale et qui ont des traitements assez lourds. Limiter les antidouleurs si c'est possible, c'est toujours une bonne chose. »

**CAROLINE MARTINAT**  
cmartinat@nicematin.fr

1- « La prise en charge ostéopathique des patients opérés par sternotomie médiane dans le cadre d'un pontage coronaire. »

## **L'avis du cardiologue**

« La sternotomie génère une grande variété de douleurs pour lesquelles la réponse, auparavant, était essentiellement chimique, explique le Dr Poirette. L'ostéopathie nous offre une solution appréciée et appréciable. Il y a une efficacité à la fois clinique et de contentement psychologique à savoir prendre en compte des choses qui paraissent secondaires ou anodines au regard de la pathologie initiale, du point de vue des médecins et des soignants, mais qui ne le sont absolument pas pour les patients. Ça les empêche de dormir, ça joue sur leur moral et au final sur leur capacité à bien se réadapter. Nous avons la chance d'avoir un ostéopathe qui s'intéresse à ce genre de problèmes. »



## **Le Psychodon le 12 juin à l'Olympia**

Le Psychodon est un grand événement caritatif lancé par Didier Meillerand. L'objectif : « Faire de la santé mentale une cause hors des murs de l'hôpital psychiatrique, vers les élus, les citoyens, nous sommes tous fragiles, tous concernés ». Mais aussi récolter des fonds. Samedi 12 juin, l'association Psychodon va donc mettre la lumière cette thématique à l'occasion d'une grande soirée organisée à l'Olympia et avec, entre autres,

Yannick Noah. Elle sera diffusée en direct sur CB.

<https://psychodon.org/>

## **Bougez... pour la bonne cause**

Il est temps de reprendre les bonnes habitudes sportives notamment. Presque un an et demi de pandémie et de restrictions ont bouleversé notre quotidien. Or, s'il est une chose immuable, c'est le besoin impératif d'activité physique. L'association européenne ISCA a ainsi décidé de lancer l'opération European Miles, du 31 mai au 6 juin. Une semaine pour promouvoir le sport. En Paca, c'est l'association Azur Sport Santé, Centre de ressources et d'expertise en sport santé, qui porte ce projet financé par la Commission Européenne. Ainsi, des clubs sportifs de toute la région ont organisé des événements. Retrouvez le plus proche de chez vous via le site internet d'Azur Sport Santé. Mieux, sachez que vous bougerez aussi pour la bonne cause puisqu'ISCA reversera des dons à la fondation The Daily Mile (qui promeut l'activité physique en milieu scolaire) en fonction du nombre de miles parcourus.

<https://azursportsante.fr>

