

TRAITEMENT DU DOS LOMBAIRE

La méthode de Cochetel est bonne et inédite en matière d'orthopédie et massage orthopédique, par contre ses concepts hérétiques taoïstes et « énergétiques » ont été ici expurgés.

© genoudos

METHODE DE VISUALISATION

**TENDANT A DEVELOPPER
LE SENS DE L'ESPACE
ET LA NOTION
" D'ANATOMIE DU VIVANT "
A L'USAGE DE TOUS**

PAR

LEANDRE COCHETEL

Editions COCHETEL

52, Rue de Moscou PARIS 75008

FAX : 01 42 93 44 57

COPYRIGHT

ISBN 04944

SOMMAIRE

- Chapitre 1 : Introduction p.3
- Méthode p.12
- Lois de compensation p.18
- Morphologies p.26

- Chapitre 4 : Anatomie globale visualisation p.81
- Chapitre 5 : Résumé sur le rapport dos - genou p.85
- Chapitre 6 : La colonne vertébrale p.95
- Chapitre 7 : Anatomie du disque vertébral p.110
- Chapitre 8 : Incidences des déviations vertébrales sur la silhouette p.115
 Repères
- Chapitre 9 : Premier massage de la cuisse antérieure p.130
 Notion de contractures
 Actions sur les contractures
- Chapitre 10 : Massage du ventre p.161
 Après le massage des cuisses
- Chapitre 11 : Massage latéral jambes cuisses fessiers décalés. p.177
- Chapitre 12 : Puissant massage zone lombaire. p.181
- Chapitre 13 : L'articulation sacro-iliaque p.201
- Chapitre 14 : Le mal de dos d'origine (ou résultante) sacro-iliaque p.209

- Chapitre 16 : Etayement d'une proposition de contention-rééducation
 de la sacro-iliaque p.229
- Chapitre 17 : Rééducation par la course à pied p.235
- Chapitre 18 : Postures p.249
- Chapitre 19 : Rééducation du dos p.265
- Chapitre 20 : Idées générales p.294

C H A P I T R E

1

- INTRODUCTION**
- METHODE**
- LOIS DE COMPENSATION**
- MORPHOLOGIES**

INTRODUCTION

Ce livre n'est pas un livre de médecin, mais celui d'un artisan. A toute cathédrale son architecte, mais aussi ses sculpteurs. Ainsi l'anatomie inerte enseignée en faculté est bien utile. Mais les torsions du dos et certaines compensations relèvent de LOIS DE COMPENSATIONS pressenties mais jusqu'alors jamais franchement étudiées. Nous les verrons plus loin. Ce sont des lois globales, associant les déviations des bras, aux écrasements des vertèbres cervicales; la respiration libre, la poitrine musculairement assouplie par la course à pied à l'irrigation des muscles du cou en leurs attaches, les plus inaccessibles au massage. On doit se rappeler que les muscles du cou sont élévateurs des côtes, qu'ils s'étendent à toute la poitrine, et donc que l'appareil respiratoire débute au moins sur la 2ème vertèbre, et nous pourrions citer jusqu'à l'occiput ou le trapèze qui élève les épaules, participe du respir. Qui peut courir en effet sans soulever les épaules ?

Voila l'anatomie du vivant. Pour ce dernier cas de figure, établissons une réciproque au théorème. Celui qui s'essouffle libère son cou. On peut, comme l'architecte, compter les impacts sur les matériaux osseux que sont les vertèbres, voila une pathologie évidente qui relève d'une anatomie analytique. Il la faut considérer et même ne pas la négliger. C'est une résultante. Et avec cet esprit-là, on soigne. Mais le rééducateur placé toujours en fin de parcours des meilleurs traitements, ne dépendant pas forcément de son talent, aperçoit des thérapeutiques différentes avec lesquelles il doit s'adapter en plein parcours. Le sien, celui du malade, celui du médecin et celui du chirurgien ou du rhumatologue. Il est donc en état d'évaluer les différentes techniques, il a son opinion, et surtout des statistiques. Tous les gens sincères se regroupent autour d'une technique proche concernant la rééducation de la contention.

Mais le consensus du siècle, la clientèle surtout est pressée. Elle ne veut pas souffrir, pas attendre, et n'a point envie d'apprendre la part d'initiative qu'elle pourrait prendre dans un traitement qui la concerne au plus haut.

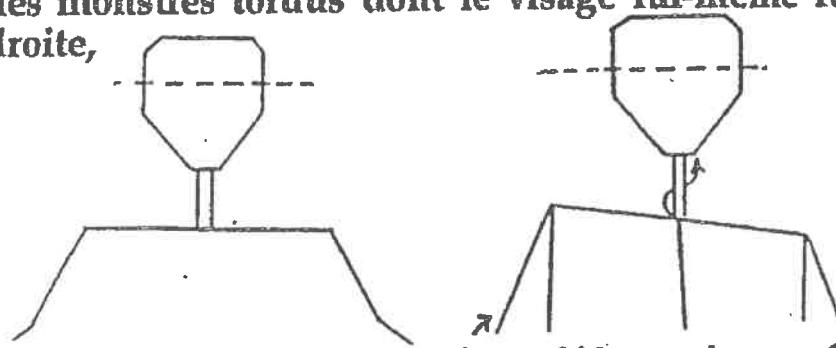
INTRODUCTION

Ainsi son corps étant penché à gauche en bas, la partie haute donc la tête devrait compenser à droite.

MAIS IL BRISERA PLUTOT SON COU CAR IL TEND A REGARDER DROIT LE TABLEAU DE LA VIE.

Il déforme plus progressivement ses vertèbres cervicales car le haut du corps présentant beaucoup moins de poids, et surtout la tête ne portant jamais rien, les déformations s'installeront en 15 ans d'adaptation très insidieuses. Vous avez 5 millimètres de différence sur les vertèbres lombaires, vous êtes vite brisé et couché. Mais les cervicales s'adaptent, les disques aussi. Et c'est finalement l'os qui en 17 à 20 ans se remodèle en coulant. Au passage, précisons que ces malades ne courrent point...

Ici, nous échappons aux mathématiques pour rencontrer mieux la spécificité de l'homme. Ceci n'a pas échappé à tout le monde et les grands peintres l'ont perçu. Ainsi Goya nous présentant des monstres tordus dont le visage lui-même recorrigé vers la droite,

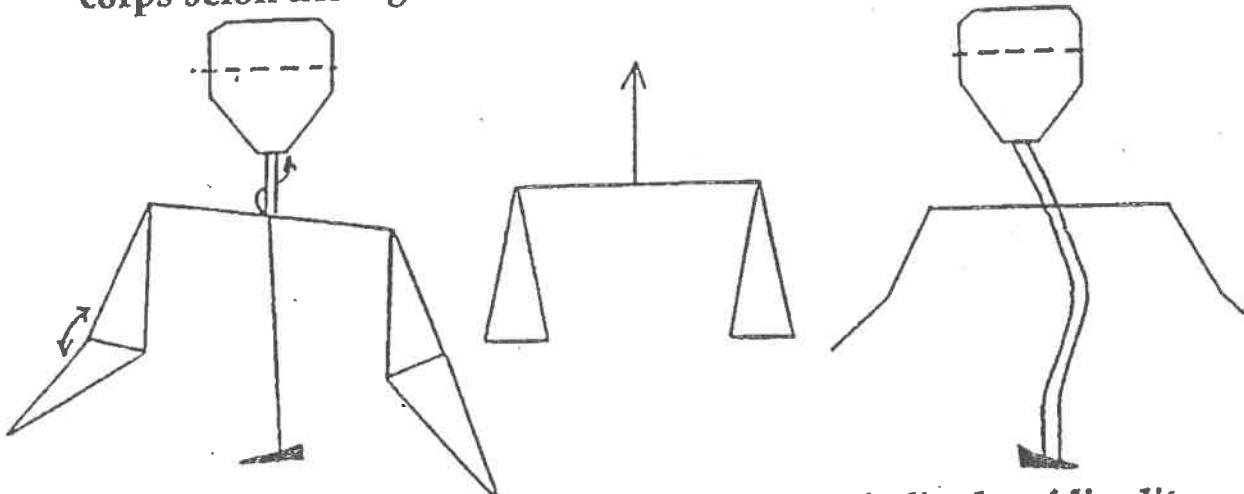


devrait selon les grandes déformations des gens très sérieusement atteints suivre la même logique. On voit, chez certains malades atteints d'acromégalie, tous les os du visage, plonger quelque peu eux-mêmes dans ce penchant, et se déformer, se pousser, établissant un parallélisme avec le regard, donc les yeux, tout le visage déporté, déformé vers un seul côté, très perpendiculaire à la gravité.

Voir schéma page suivante....

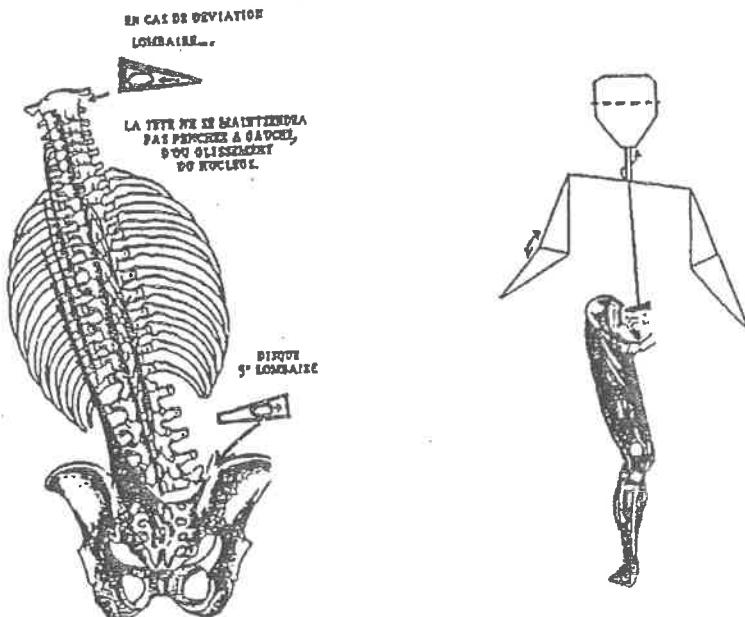
INTRODUCTION

Alors que l'influence de la souffrance va, quant à elle, inflexer le corps selon des règles mathématiques.



Le second mystère est celui de la finalité de l'orthopédie dite mathématique. Je présenterai la plupart des affaires du dos sous ce jour très logique et assuré, bien qu'à mon avis incomplet. Au bout du compte, quel que soit le segment du corps qui a compensé, il a corrigé sans la rectitude du poids de la tête.

J'étais par exemple dévié à gauche, en bas dans mon bassin ou mes lombaires, je me repenche à droite en haut des épaules ou du cou pour rééquilibrer mon simple poids corporel. Un enfant qui pour jouer amoncelle des pions de jeu de dames, s'aperçoit vite que s'il déplace en bas quelques pions à droite, il décale les autres vers la gauche et invariablement sera obligé de dévier ceux du haut vers la gauche. Géométrie dans l'espace. Compréhensible.



INTRODUCTION

Les os du visage, et chez tout le monde, croissent et se modifient toute la vie. Dans l'acromégalie, ce sont tous les os du corps qui n'arrêtent jamais leur croissance. Cette espèce de gigantisme est donc plus soutenu niveau visage et la véritable galochette qu'est devenu le menton, devient une ganache chevaline.

Goya a tablé sur l'imperturbable logique des mathématiques à laquelle nous sommes soumis, même à cette loi de compensation qui, après tout, obéit à une recherche de perpendicularité sous l'horizontal du regard. Et pour rajouter tout ce que nous pressentons contre nature, il a poussé dans la contre-vérité.

Léonard de Vinci, dont je recommande les études anatomiques possède la grande éloquence de pouvoir faire lire les muscles non plus sur le canevas de l'anatomie classique, soit le bel écorché musculeux, mais sur l'anatomie d'un homme filiforme non écorché. Car la référence de la vie et du métier d'orthopédiste qui touche et qui voit est d'avoir pratiqué de nombreuses morphologies de sujets humains, différenciés de plus dans les adaptations professionnelles, climatiques, raciales, et surtout changements nutritionnels et stature d'un ascendant l'autre, déportation d'un climat opposé, irlandais transposés à New-York etc...

INTRODUCTION

Les peintres et
les sculpteurs ne sont pas tous orthopédistes (mais encore !).

bien que beaucoup fréquentent et pour cause mon école d'anatomie du vivant et du geste. Mais on ne peut dénier à Léonard de Vinci le sens des mathématiques. On ne peut éviter de penser qu'il a perçu les lois du corps.

n'aurait-il fait qu'un petit détour,
porte à
l'évocation
considérer les avis d'un être aussi doué.

un cou tordu

implique une attitude plutôt qu'un arrété anatomique fixé. Il y a en effet une distance entre une cyphose, c'est-à-dire un haut de dos arrondi, et une attitude cyphotique c'est-à-dire une façon de ne plus se tenir droit qui implique autre chose que la charpente. Ces gens-là peuvent se redresser instantanément. Seulement ils se tenaient mal. Nous verrons quelle analyse on en peut faire

Mon expérience de 40 ans de statistiques, comme en laboratoire, l'a confirmée toujours exacte. Mon métier était de rencontrer des gens un par un, presque tous confiant leur état d'âme. J'y étais attentif, chacun pour moi étant un livre ouvert, et j'ai massé tous les groupes sociaux et à Paris, intellectuels et personnalités diverses.

INTRODUCTION

S'occuper des résultantes, c'est soigner. Prendre des anti-inflammatoires peut être terriblement nécessaire. Les médicaments sont parfois indispensables, le processus de la pathologie étant déclenché.

Mais si, en toute technique, la prévention reste infailliblement le meilleur remède, il n'est pas malhonnête de chercher l'origine des affections. Parler de contracture initiale, c'est promouvoir le massage. C'est surtout enlever une part de l'origine, tout comme une part de la résistance aux réajustements. Ainsi le kinésithérapeute s'imposerait au début de la chaîne, puis à la fin en rééducation.

INTRODUCTION

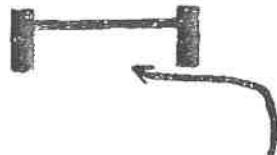
Attitude insupportable aux architectes, et même aux kinésithérapeutes au début, quand ils doivent être reformés en cet esprit. J'ai été formé par le Dr de Sambucy, non conformiste flagrant - non à mes débuts, car j'étais déjà initié

La prévention est une forme d'écologie dont le raisonnement apparaît précaire aux yeux de certains exclusifs d'un autre mode de pensée. Il convient alors d'expliquer les règles statistiques (la vérité n'y est pas si impermanente) et mathématiques.

Or, soumises pour une grande part au poids et à la gravité, toutes les contractures, déviations, spirales, luxations etc... vont répondre par la géométrie sur les pressions envers les articulations. On comprendra dès lors qu'un tel plus grand, qu'un autre plus long, qu'une femme au bassin large a les genoux plus en-dedans, que le vieillard surveille moins sa maintenance et que le déprimé fuit sur ses aplombs. Oui ou non? Engageons-nous...

Et toute l'orthopédie serait liée aux mathématiques. D'ailleurs, le chirurgien y affute ses couteaux avec des succès incontestables et grâce au ciel, il en tient compte. Allez donc juxtaposer une tête de fémur sans mesure!

Cependant, j'évoquerai deux mystères : que vous soyez gaucher ou droitier (1) et donc très spécialisé sur un seul membre, ces poids inégalement répartis que vous sollicitez assez unilatéralement laissent le cou assez droit, lui qui est le fléau de la balance de vos deux bras.



(1) Etes-vous gaucher ou droitier ? Un droitier se présentant en saut en hauteur dans la manœuvre du ciseau latéral se présentera ainsi. Sa jambe d'appel sera donc la gauche. Mais ce même droitier qui saute à gauche, jouera au football exclusivement avec son pied droit.

METHODE

Comme notre profession sera de traquer les déformations, il est beaucoup plus urgent de connaître l'homme déformé, et surtout de saisir dans l'espace le geste et les attitudes faussés.

La description du type humain parfait n'est pas une certitude. Un seul dessin y suffirait-il ? Ce qui se fait par trop. De plus, chaque muscle répond à un muscle antagoniste qui lui sert de frein. Et réciproquement. La maladie où l'on ne gère plus ces contrôles s'appelle -je crois- la danse de St Guy. Pardonnez mon imprécision. A chaque souffrance, correspond une réponse sur le muscle opposé du même membre.

... Et les 2 muscles également nommés de l'autre membre sont probablement affectés, mais le toucher du bon masseur identifiera s'il s'agit d'une douleur ou contracture, par élongation ou rétraction.

Cet aspect n'est pas simple, encore qu'il ne s'en tienne pas là. Ces contractures par "sympathie" sont faciles à comprendre mais les compensations orthopédiques dépendront de la longueur variable des segments de chacun pour la partie identifiable.

Nous traiterons des lignes de pression et des contractures, ceci étant plus important que ratiociner sur l'anatomie idéale qui n'enseigne - vu sous une telle définition - absolument pas la pathologie.

Nous éviterons le plus possible de nommer les muscles, mais nous les présenterons en action, dessinés. Lorsque Alexander Lowen a décrit les contractures musculaires comme des mémo-risations de frustrations psychiques, j'étais heureux, car je le savais mais je ne me l'était pas dit. Je me suis promis alors que je décrirai ces points et muscles contrits, quitte à en faire toute une topographie.

Et c'est vrai que les contractures musculaires sont dans la main du masseur massant qui les perçoit. Tous les masseurs qui massent les perçoivent au bout de cinq ans. Jamais les médecins et encore moins les fonctionnaires analytiques de l'anatomie officielle, sans défaut, utopique. (nous présentons chacun 10 % d'anomalie ou adaptation spécifique.) J'avais établi quelques cartographies dont le lecteur lira les séquelles, mais c'est un encombre à la pédagogie.

METHODE

Car pour l'orthopédie, il faut bien reconnaître que les douleurs sur une imperfection mécanique, vont varier selon les mensurations des segments du sujet.

Il y a donc une anatomie de l'aspect orthopédique. Comme elle est fort mathématique, plus exactement géométrique, avec pour limite et opposition, le niveau du regard : on peut la démontrer.

L'image parfaite est de l'optimisme exagéré et déforme l'idée sélective. Il faut rôder dans les spirales, les tricheries et en voir beaucoup avant que de réaliser l'idéal. s'il existe.

Le genou soutient ou ne soutient plus la colonne vertébrale. Plus encore, les déplacements du corps lui font supporter beaucoup plus de poids qu'une simple balance le laisserait imaginer. Et ces poids résultent latéralement dans certaines circonstances exceptionnelles, où la précarité initiale d'un genou confine à la détresse. C'est une facette, car de plus, la station immobile ou debout prolongée sous la fatigue, augmente l'accablement que j'appellerai poids.

Et l'accablement mental pèse tout simplement comme d'un poids. Nous en faisons école. Le poids du corps résulte sur le genou, mais les adaptations (compensations ou lâcher prise) alternent. Si bien que le genou renvoie des incidences faussées.

La réciproque s'établit donc et notre société manichéenne réglant tout par oui ou par non, semble avoir difficulté à cerner des lois cartésiennes autour de ces réponses. Car on ne peut totalement affirmer que le genou défait le dos et que le dos éprouve le genou, car il s'agit d'un perpétuel aller-retour.

C'est pour cela qu'on évoque le dos dans ce livre, ou si l'on veut, l'ensemble de la manière dont l'homme s'érige et se maintient debout. L'homme ou la femme. L'enfant. L'homme âgé ou jeune. Le déprimé. L'alcoolique. Le pléthorique. Le goutteux. Le diabétique. Le paralysé. L'accouchée. La génitrice aux dix enfants. Celle de quinze. . . . Le sportif trop spécialisé : cette incomptance formelle des responsables, ou la responsabilité des gens compétents. J'espère l'engager encore un peu plus par ce livre d'exercice.

METHODE

Tous les points et zones doulouuses sont intempestives.
Dès que vous en trouverez, massez-les donc.

L'anatomie classique est l'anatomie du mort. Néanmoins, la schématisation du corps n'enseigne pas la perception réelle des petites différences du corps, aussi ma faveur se dirige-t-elle vers les dessins rigoureux. Je conseille le Grand Livre d'Anatomie de Paturet chez Masson pour certains dessins ainsi que les descriptifs de L. de Vinci. Il faut s'habituer à voir les muscles et les articulations au-travers de la peau. En ce sens, Léonard de Vinci est le seul maître de l'anatomie du vécu. J'ai donc projeté et revu même dans les dessins dont je me suis aidé, les attitudes, les directions et les formes accentuant les défauts, les exagérant parfois, mais la vie enseignera ce qui pourrait paraître excessif, rejoint et dépasse parfois la fiction sur des corps souffrants.

Je me suis appliqué à l'étude du mouvement, et certaines observations qui sont des hypothèses de travail, peuvent parfois impatience, mais au bout de ces propositions il y a eu la démonstration, les résultats.

Comme l'anatomie de chacun diffère, on pourra trouver des formes de compensation autres - je ne discute pas les facultés créatrices ou plutôt captatrices dans l'espace, de chacun, et espère que ma façon de procéder suscitera des exemples et des contestations. Malgré tous les coefficients intellectuels, mémoires et dons même du dessin, une grande part du sens de l'espace, de la "vista", de la notion d'orthopédie paraît inaccessible à d'aucuns. On cotoiera de grands spécialistes des os, de l'orthopédie, plutôt handicapés de ce sens inné du geste dans l'espace. Les chirurgiens s'y adaptent, dans le public l'artisan (fut-il bijoutier), le manœuvre, les architectes surtout et tous les pratiquants d'arts martiaux jouant sur le déséquilibre ont le sens du chiffre zéro de l'équilibre. La "vista", ce don, est plutôt distribué chez les sportifs ou les professionnels du corps, danseuses, mannequins, modistes, couturières, chausseurs. C'est la science du chemin le plus court que prend le mouvement soit par perfectionnisme (saut en hauteur, plongeon, perchistes) soit par tricherie. C'est pourquoi il y aura toujours deux mondes pour juger les déformations osseuses. Bien entendu celui qui n'a pas eu l'apte jugement de l'orthopédie erronée aura une vision tendancieuse en ce qui concerne l'origine de certains rhumatismes.

LA METHODE

Il faut donc se former à cette "ANATOMIE DU VIVANT";
j'entends de sa gestuelle, et à la morphologie des types

Cette partie des correspondances sera suggérée en sa
base et dans ce livre.



CONTESTATION

Il est impossible de lever la tête sans
contracter le grand droit au-dessous du nombril

Faites donc avouer à un vieil analyste de l'anatomie que le
muscle grand droit de l'abdomen est un muscle du cou. Malgré la
preuve évidente (mettez la main à cet endroit et regardez votre
nombril), il ne pourra, le spécialiste dans sa scholastique, intégrer ce
muscle au "plexus cervico-brachial".

LA MÉTHODE

En remettant en place les vertèbres lombaires, il est classique de déclencher un torticolis, surtout lorsque les vertèbres qui comptaient le déséquilibre se remettent en place sans préparation. C'est une bonne nouvelle. De prompts résultats sur le genou déclenchent parfois une alerte? La pratique énonce donc une réciproque confirmée par l'observation. Un genou lésé déclenche un ensemble de maux. Ces douleurs physiques ne sont pas seules.

la fonction

amène à ne pas s'en tenir à la seule idée du segment genou, mais à l'impact de son affectation. Inconvénient : Si ce dos était massé avant la sollicitation des lombaires, les muscles lombaires ne se défendraient plus. Dès lors, le mouvement de rééducation du genou cambrerait 2 fois plus, exposant aux sciatiques, lumbago, etc...

Mais on peut prévoir, voir venir, prévenir, protéger le dos avant le soin. Le malade se fait soigner. Lorsque le malade se soignera, il lui faudra composer des parades avant même que de travailler le genou. La tonicité du ventre deviendra une sécurité. Il est seul à la construire.

J'ai le même souci sur la complémentarité du biceps et du trapèze. Essayez donc de soulever d'un bras un poids très lourd. Il est impossible de ne pas impliquer le biceps dans le trapèze. Conclusion : description séparée si on veut, mais dans la fonction, ces muscles ne font qu'un (mouvement).

La fourche des cuisses et la pince du pouce ne devraient être envisagées que dans une seule fonction. Ni pouce ni doigts opposés seulement, mais tous ensemble. Ni cuisse gauche ni droite, mais des adducteurs dont les fonctions répercutent : s'opposent ou s'associent.
Ceci est l'anatomie du vivant et l'oublier est mentir.

LES SITUATIONS PARADOXALES

1°/ Un genou plus haut.

2°/ Une jambe plus longue.

3°/ Un genou plus haut à droite. Une jambe plus longue à gauche, résultat : mensuration identique de la jambe droite par rapport à la jambe gauche.

Renseignement faux à première vue.

4°/ Cambrure d'avant arrière, sans problème d'articulation sacro-iliaque, mais pincement du disque L5-S1 projeté en avant bien au centre. Dans ce cas les 2 jambes sont de même longueur et les sacro-iliaques en place.

5°/ Double luxation des sacro-iliaques : ouverture du bassin : pas forcément de douleur. La femme ouvre quelque peu sacro-iliaque et bassin quand elle est enceinte et au moment d'accoucher. Sans une gymnastique post- accouchement, elle peut conserver cet évasement.

C'EST ALORS QU'IL FAUT POSER LA QUESTION A PLUS COMPETENT QUE MOI de savoir si la pilule qui met la femme dans l'état de la femme enceinte n'ouvre pas les 2 sacro-iliaques et le pubis d'une façon chronique pendant 30 ans. Le temps ne s'est pas écoulé pour une génération de femmes ayant subi la pilule depuis l'âge de 20 ans d'être parvenue à l'âge ménopausique, avec ses problèmes d'arthrose plus fréquents.

Les problèmes de dos ne font plus peur à personne compte tenu que nul n'y échappe et que cela se soigne bien, ce qui n'est pas la référence car il serait préférable d'enseigner à guérir plutôt qu'attendre une échéance

UN GENOU N'EST PAS ISOLE DE L'AUTRE NI DU DOS



Normal



Glissement



Raccourcissement
virtuel de la
jambe de ce côté

La réalité implique l'inclinaison d'un seul côté des bords du disque intervertébral qui sont normalement parallèles. La petite bulle appelée nucleus, véritable roulement à bille a quitté le centre.

Cinq millimètres plus court d'un côté impliquent amplement douleurs, lumbago, sciatiques.

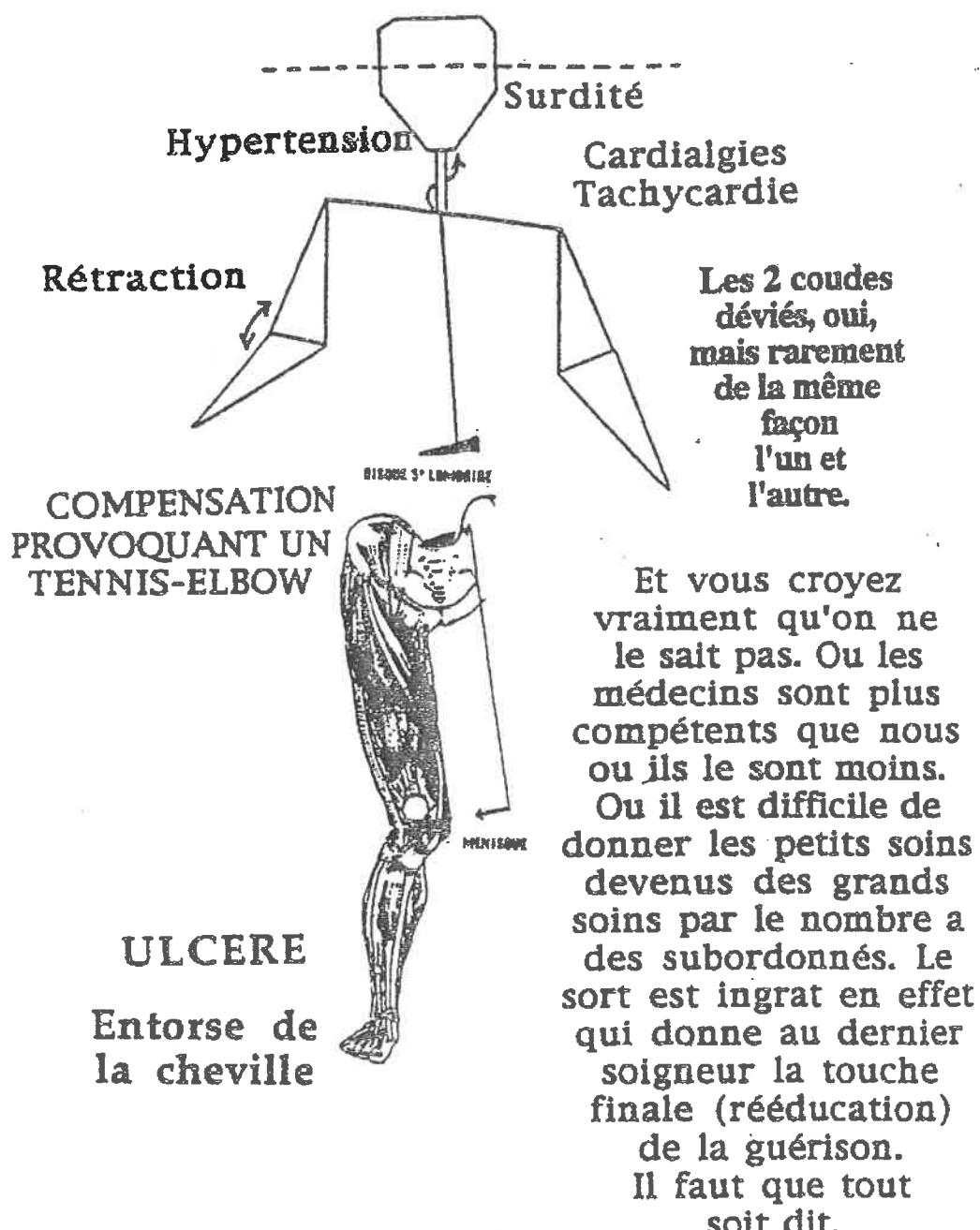
Deux à trois millimètres sont plus discrets et permettent plus longtemps à bas bruit de faire glisser disques et même bord antérieur des vertèbres cervicales car il y a moins d'effort et de poids au niveau des vertèbres cervicales. Le regard se devant de rester horizontal, les vertèbres cervicales rompent toute logique mathématique. Mais la pathologie paraît quinze ans après.

Au niveau des vertèbres lombaires, vous êtes comblé par une sciatique dans les huit jours.

Et naturellement alors, du côté du pincement du disque, la jambe se trouve remontée.

Voir si la douleur se trouve de ce côté, car le nucleus presse ou jaillit du côté opposé. Mais défions-nous de telles assertions. Peu s'en embarrassent car le nucleus dispose de 360 ° où il peut s'aplatir, dissimuler, obvier.

LA FATALITE DE L'AGE EXPOSE PRESQUE CHACUN A CETTE INVOLUTION



Et vous croyez vraiment qu'on ne le sait pas. Ou les médecins sont plus compétents que nous ou ils le sont moins. Ou il est difficile de donner les petits soins devenus des grands soins par le nombre à des subordonnés. Le sort est ingrat en effet qui donne au dernier soigneur la touche finale (rééducation) de la guérison. Il faut que tout soit dit.

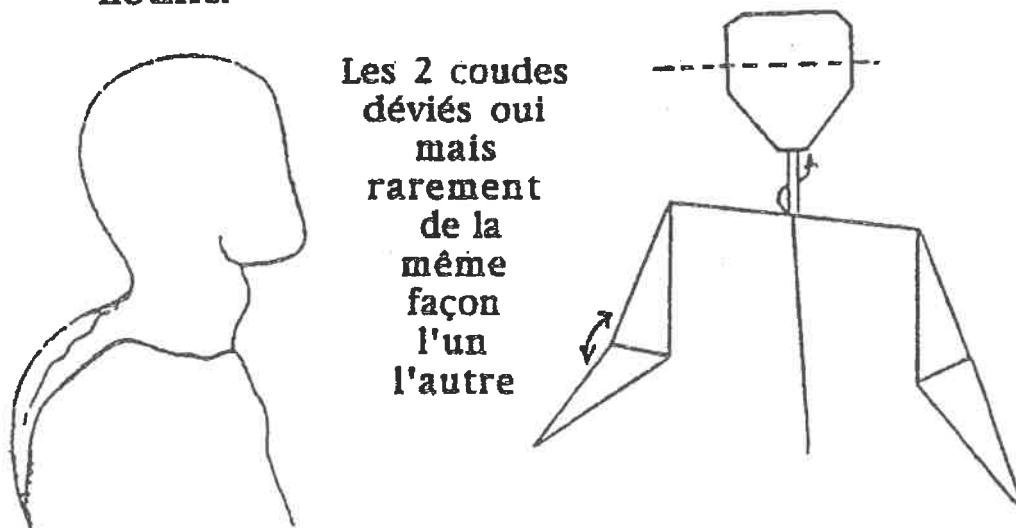
Allez soutenir à un phlébologue ou à un dermatologue que vous soignez des ulcères en dégonflant le genou dont l'inflammation constitue un garrot. Tout le monde le comprendrait, même l'ulcéreux guéri.

**COMPENSATION CLASSIQUE
EN PARTANT D'EN BAS**

L'ANATOMIE SELON DES LOIS DE DEVIATIONS

On se doute bien que l'anatomie des livres scolaires est une anatomie idéale. Comme il est rigoureusement scientifique de savoir que chacun d'entre nous présente 10 % d'anomalies, de mutations plus ou moins marquées, un coefficient d'adaptation à la longueur de nos segments, peut-être quelques stigmates d'une enfance mal nourrie, et encore des séquelles de traumatisme ou maladie, l'anatomie idéale est utopique. Elle offre des repères. Mais on a rarement vu dans l'enseignement apparaitre l'anatomie globale: celle des compensations.

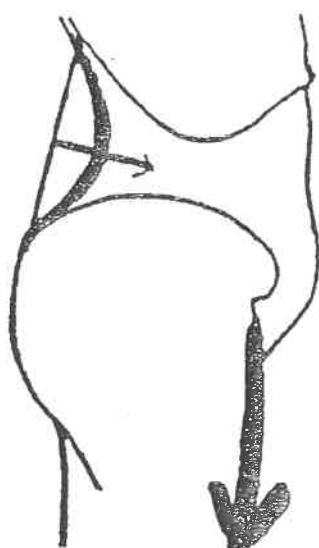
I - Pour le haut du corps, l'adaptation au handicap vieillesse, maladie, malnutrition, lordose, cervicales, arrondit les épaules en avant, creuse la poitrine et dévie les coudes vers le haut. La tendance est pour tout le monde, et j'aperçois que cela n'est jamais notifié.



On notera que quoiqu'il arrive, le regard, - ce niveau - restera toujours horizontal ou tendra toujours à l'être, quitte à détruire ses cervicales et déformer même son visage.

L'ANATOMIE SELON DES LOIS DE DEVIATIONS

II - Pour le bas du dos, dans l'ensemble dos bassin ventre et partie supérieure de la cuisse, l'ensemble compense selon ce dessin, dans le plan sagittal ou s'il l'on veut, en profil.

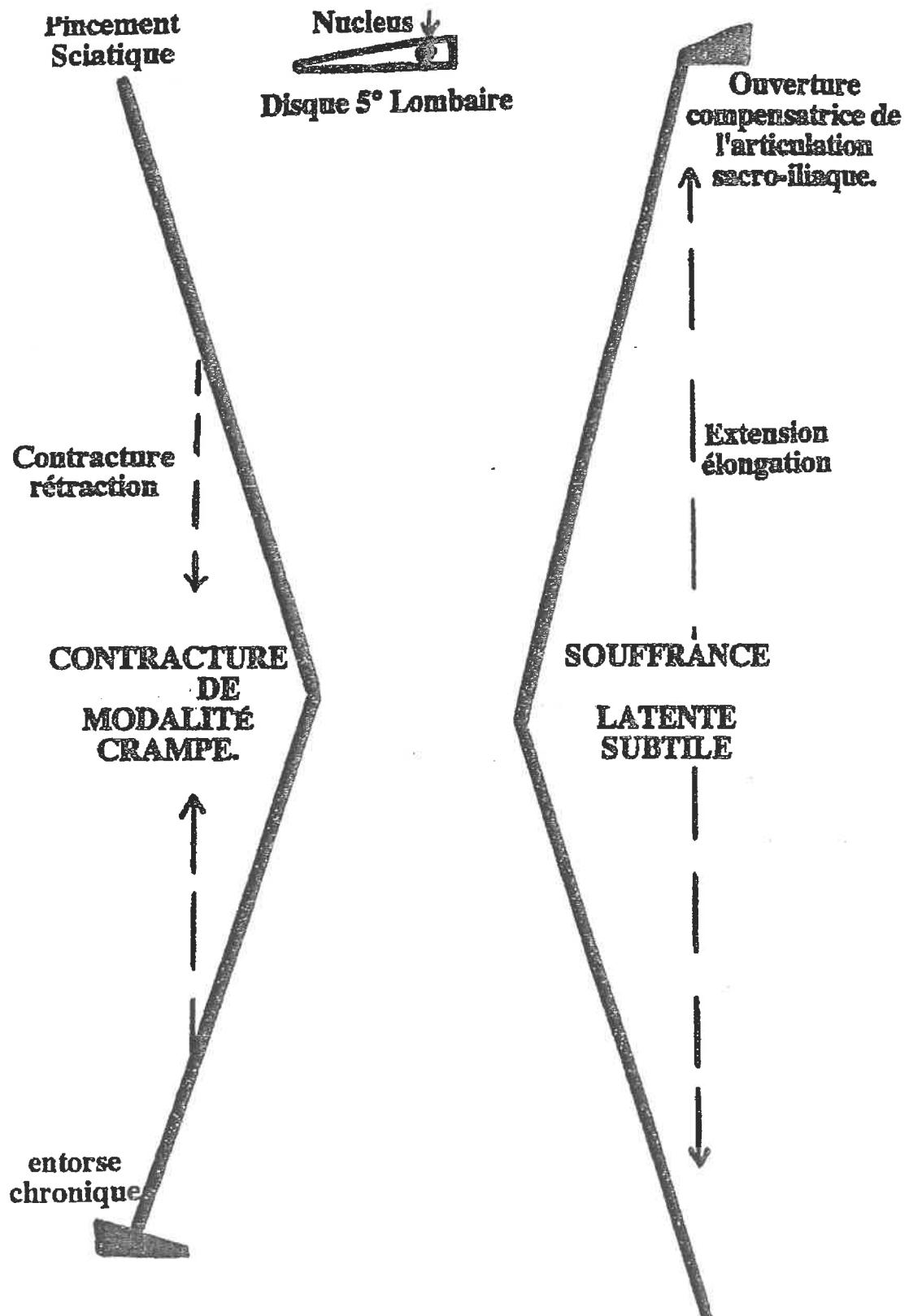


C'est le ventre qui tient le dos. Ventre démusclé, le dos lombaire plie, constituant un arc dont la flèche résultante passe plutôt vers le disque 2°/3° lombaire.

prescience,
le lumbago et les sciatisques en ce
lieu;
De la
bascule du bassin en avant, résulte un
abaissement du grand os du bassin, et une
puissante contracture sur le devant de la
cuisse.

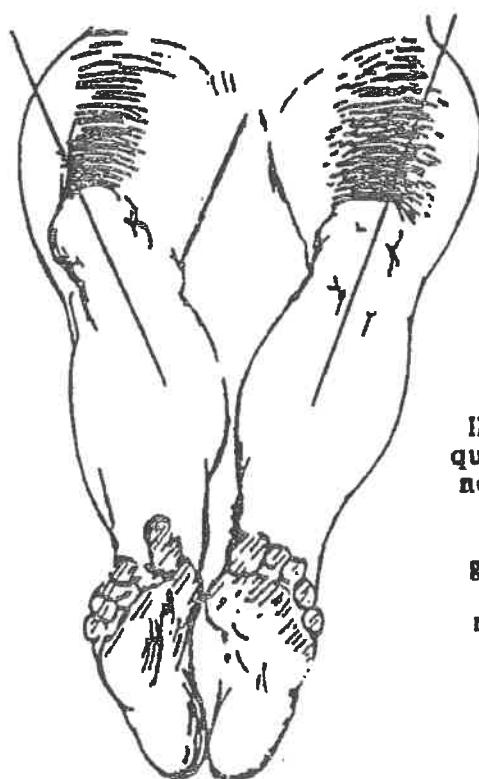
LES GENOUX EN X

POUR AFFIRMER CELA IL FAUT L'AVOIR DEMONTRÉ
SUR L'EXERCICE DE LA PAGE QUI SUIT
PROBANT SUR 90 % DES GENS

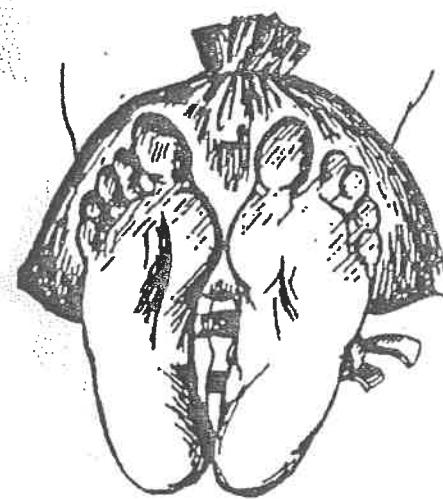
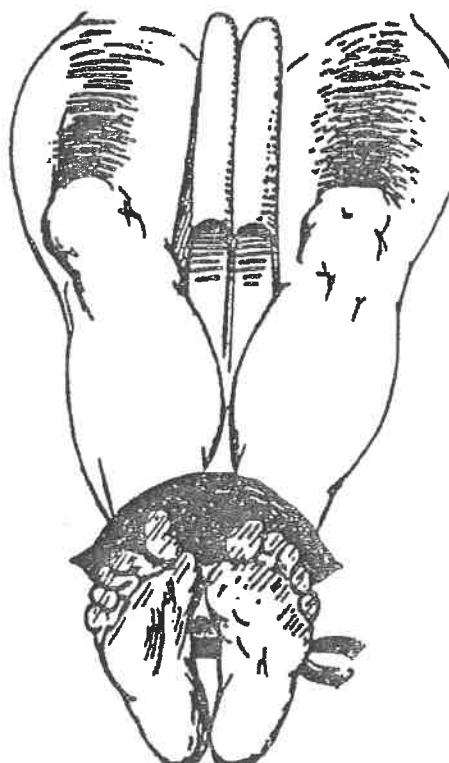


L'ANATOMIE SELON DES LOIS DE DEVIATIONS

III - En ce qui concerne les genoux, il faut, pour affirmer CHEZ TOUT LE MONDE leurs déviations majeures vers l'intérieur, procéder à l'expérience qui consiste à faire automanipuler les genoux. Ils dévient vers l'intérieur. On concevrait assez facilement que dans les mouvements : marche, trop, galop, sprint, la gravité alterne mais rôde exactement entre les 2 genoux.



Il est très rare qu'une personne ne montre cette rectification des axes genoux-talons après manipulation lors même qu'elle ne souffrait pas des genoux



L'enseignement de l'anatomie idéale est quelque peu démagogique.

En effet, chacun d'entre nous présente quelques 10 % d'anomalies (souvent classées par les analystes d'ailleurs) qui révèlent les adaptations.

Le disque 5ème lombaire pour cela crée des problèmes. Voyez chez Paturet ce dessin suggestif des statistiques sur la forme du 5ème disque lombaire.



L'extrémité du coccyx présente assez souvent un surcroît de vertèbres toutes petites, surnuméraires ?

Dans les cas de fracture, ces articulations demanderaient une aide classique à leur fonction par rééducation. Quelle rééducation ?

Notez également cette observation de Paturet sur la rectitude discutable et statistique de la colonne dorsale, niveau aortique.

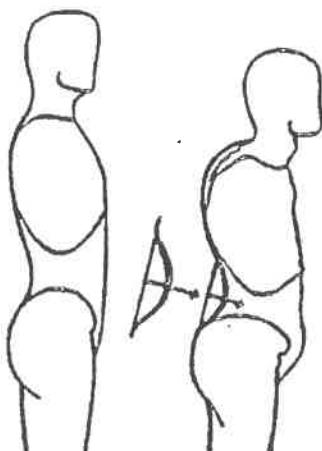
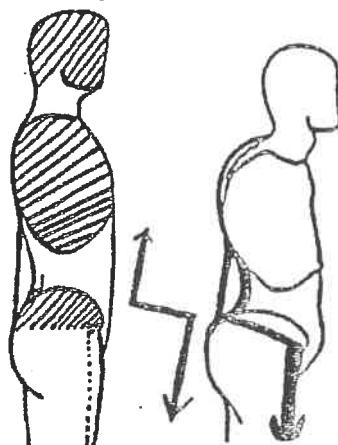
COURBURES LATÉRALES

Chez certains sujets, la colonne vertébrale présente une légère courbure latérale située dans la région dorsale, à la hauteur des troisième, quatrième et cinquième dorsales; cette courbure est à concavité gauche : elle est due au passage de l'aorte thoracique, aussi mérite-t-elle, lorsqu'elle existe (un tiers des cas), le nom de courbure sortique.

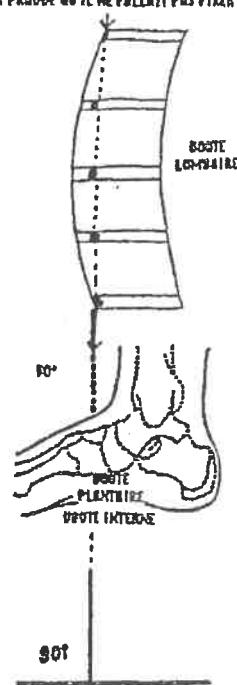
UN TIERS DES CAS, C'EST CONSIDERABLE...mais assez peu connu.

MORPHOLOGIE ET DEFORMATIONS ACQUISES

L'étude de l'homme tordu me paraît aussi intéressante sur l'évolution du corps de l'homme
Elle est également mathématique.



LA POINTE LUMBARISE EST EN RECHERCHE DE PERPENDICULARITE AVEC LA POINTE PLANTaire. LES RETRODÉSES (griffes) sont SÉTOGT PROPRE QU'IL NE FALLAIT PAS FIXER CE MAMENT.



Ce constat ruine bien des espérances

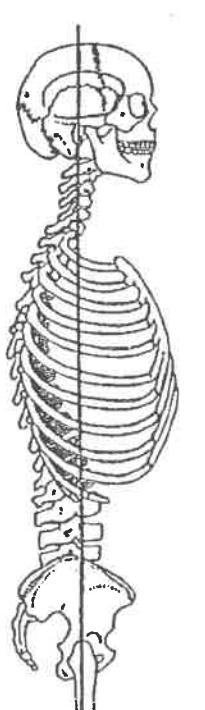
Nous voilà loin de la morphologie et de sa philosophie soumise au fatalisme. C'est pourquoi, j'ai voulu en citer quelques études, souhaitant que sur certaines ouvertures de compas, elles soient reprises...

MORPHOLOGIES

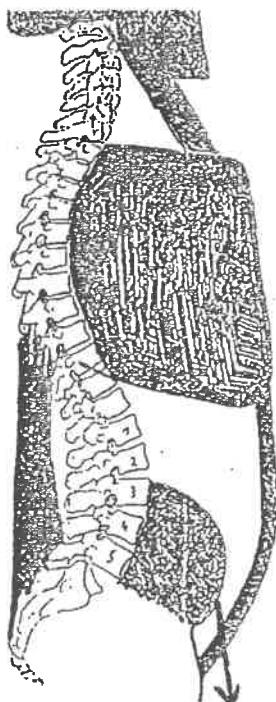
Les écoles se succèdent, la race grandit, devient de plus en plus facile, les études abondent. Le livre sur le sujet qui m'a le plus marqué il y a 40 ans, s'appelait "LA VIE PAR LE STADE" de Thooris, déjà presque introuvable à l'époque. C'était l'art de classer le sportif en groupes par : sang pour le sprint, demi-sang pour le demi-fond et lourd pour soulever des poids. Et tout cela se reflétait sur le visage. Oh le beau front du cérébral qu'on retrouvait d'ailleurs si bien - quand on s'en occupait - chez la plupart des enfants mongoliens !

Telle quelle, cette analyse me paraît étroite, ne tenant pas compte des races, des positions et des mouvements. Un Africain court cambré et pas si mal. Sur 10 finalistes du sprint aux Jeux Olympiques, il y a 9 noirs. Si vous vous promenez en Asie, vous verrez les gens accroupis pour se reposer. En Occident, il y a 40 ans, nous traitions 4 par 4 - autorisés par la sécurité sociale - les enfants qui désormais bénéficient de la piscine et sont mieux constitués, mais moins solides.

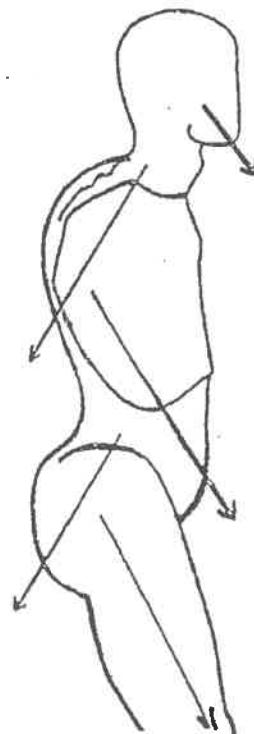
Ce voeu pieux de l'homme idéal est une excellente cible mais un a priori. Ce bonhomme dessin N° 1 présente une disposition de la lordose physiologique. Le dessin N° 2 de l'homme mature, déjà un peu épais, montre les courbures compensatrices mutuelles de la colonne, sorte d'amortisseurs, puis l'alternance des segments dur et mou avec les 2 muscles sterno-cléido-mastoïdien et droit de l'abdomen qui maintiennent toute la colonne. Le 3° dessin représente l'homme tordu selon des lois de compensation, ainsi que l'alternance géométrique



1



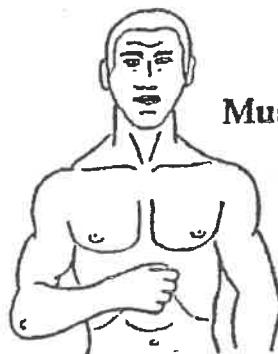
2



3

TYPES MORPHOLOGIQUES ET CONSTITUTIONNELS

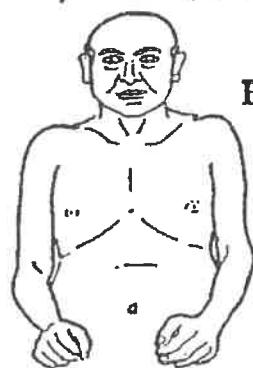
Aspect morphologique et types psychiques selon KRETSCHNER



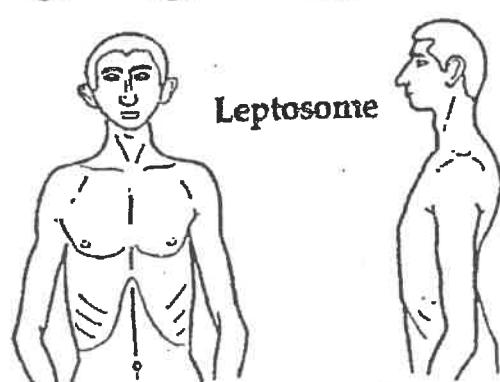
Musculaire



Pycnique



Leptosome



Une autre vérité perce sous les travaux de KRETSCHNER.
Ces dos psychiques sont tous voûtés.
Je crains que les travaux de ces analystes n'aient été modelés d'après des malades psychiques disponibles à l'hôpital... Ils sont tous voûtés selon les lois de la dépression. Notez la rétraction haute des épaules vers le sternum.
La natation obligatoire a fait disparaître ces poitrines étouffées, même chez ce musculaire BOSSU.

poids en surcharge
accablement mental.



COURBURES DU DOS PSYCHISME

QUI A INVENTÉ QUE LES VERTEBRES (et les maux de dos POUVAIENT S'ANALYSER EN LES SÉPARANT. ANATOMIQUEMENT TOUT EST JOINT

CETTE CLOU DE
TOUTE DORSALE CONTIENT LES MAUX DE
MONTAÎNE

S'EST TAKÉS OSSERTE L'ATTITUDE DES
DEFENSIF ET DES AFFIRMATIFS.
BIEN ENTENDU, CETTE ATTITUDE
CYPHOTIQUE CRÉVE AUSSI LA
POITRINE VERS LA LÉGÈRETÉ
D'UNE MÉDIANE. STÉAU MONTAGU

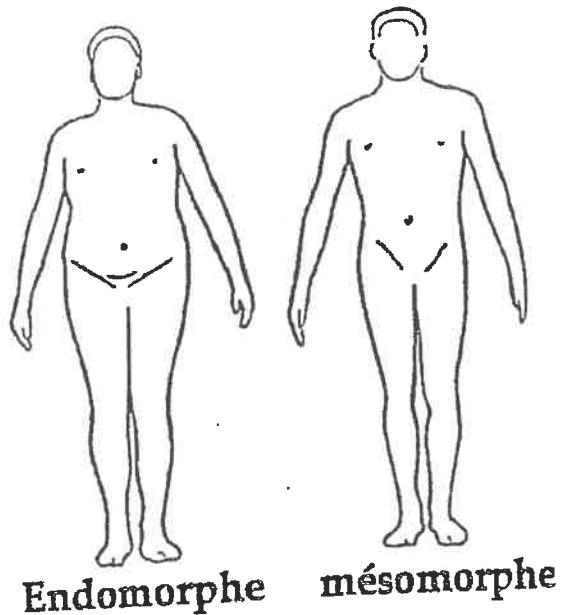


DOS

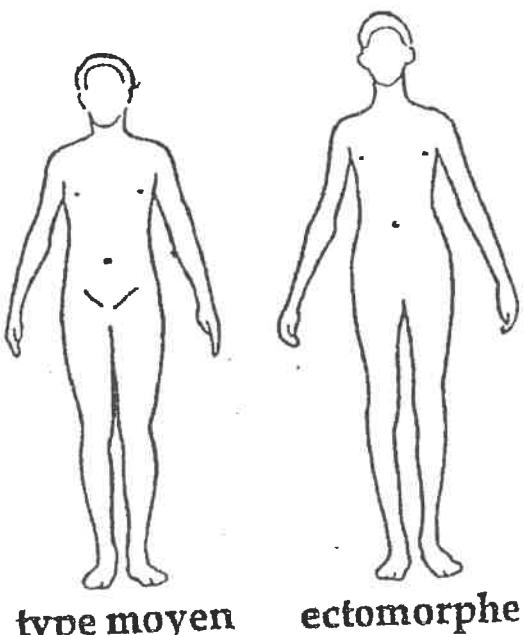


POITRINE

TYPES MORPHOLOGIQUES ET CONSTITUTIONNELS LES TYPES DE CHELDON



Pour que leur bonheur soit complet, les analystes n'ont pas hésité à comparer les types de CHELDON à ceux de MARTIGNY, lui-même correcteur apparemment de THOORIS et de SIGAUD.

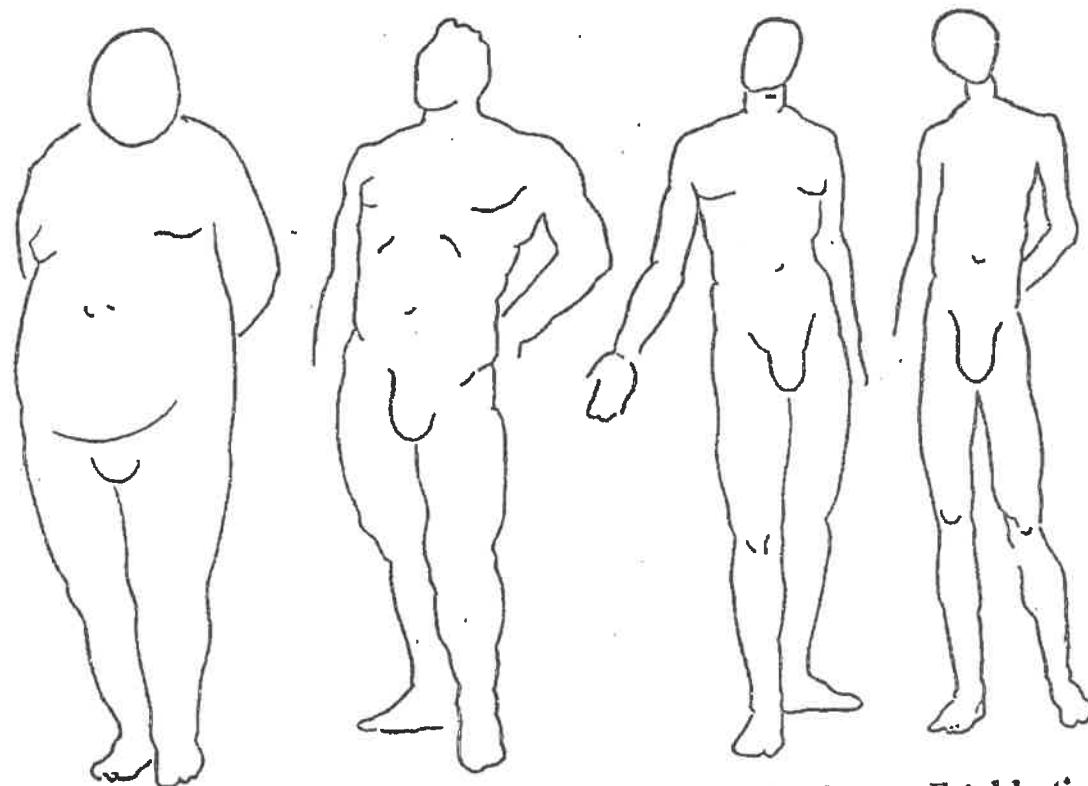


On apprend aussi que les races se sont mélangées, que l'homme de 1947 en France mesurait 1m67 de moyenne etc... Tous ces vilains dos sont actuellement redressés en montagne et à la mer. Tous ces ectoplasmes sont tonifiés. Mais quelle poésie. Où était donc le reflet pathologique, les trajets, les déviations orthopédiques expliqués dans tout ça ?

Cependant, ces recherches existaient. Et maintenant ? Au siècle des anti-inflammatoires, de l'exigence de soigner, des contingences de l'époque, qui ne prend plus le temps de guérir, et dont la colonne est de plus en plus fragile, parce que les races grandissent, s'exposent à des influences climatiques auxquelles les héritages territoriaux des ethnies ne peuvent s'adapter?

TYPES MORPHOLOGIQUES ET CONSTITUTIONNELS

Les types de Martinez



Entoblastique

Mésoblastique

chordoblastique

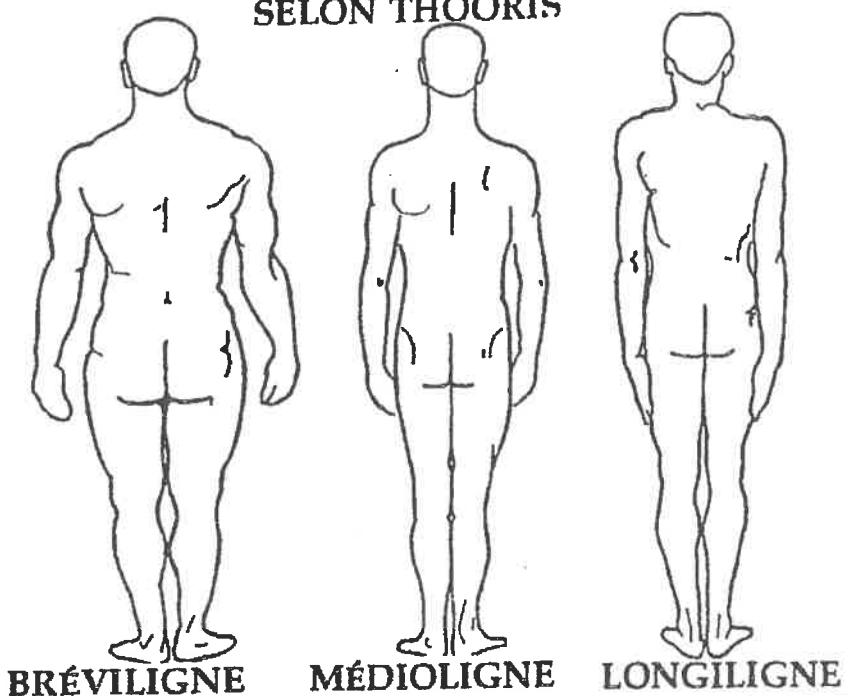
Ectoblastique

L'entoblastique tel quel ne devrait pas être loin de sa mort.

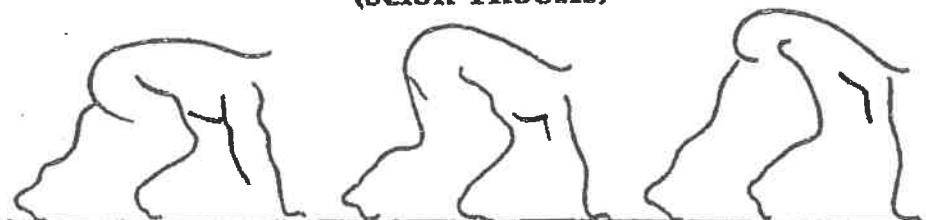
C'est le tableau de Toulouse-Lautrec, des vieux beaux pléthoriques, pansus et... pressés de vivre.

Les autres, les ectoplasmes : Valentin le désossé, parmi l'entourage pathologique de l'époque, ne devaient pas résister à la tuberculose.

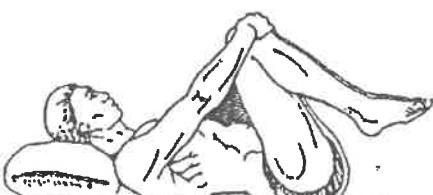
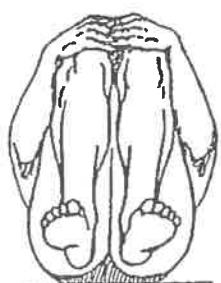
**TYPES MORPHOLOGIQUES ET CONSTITUTIONNELS
SELON THOORIS**



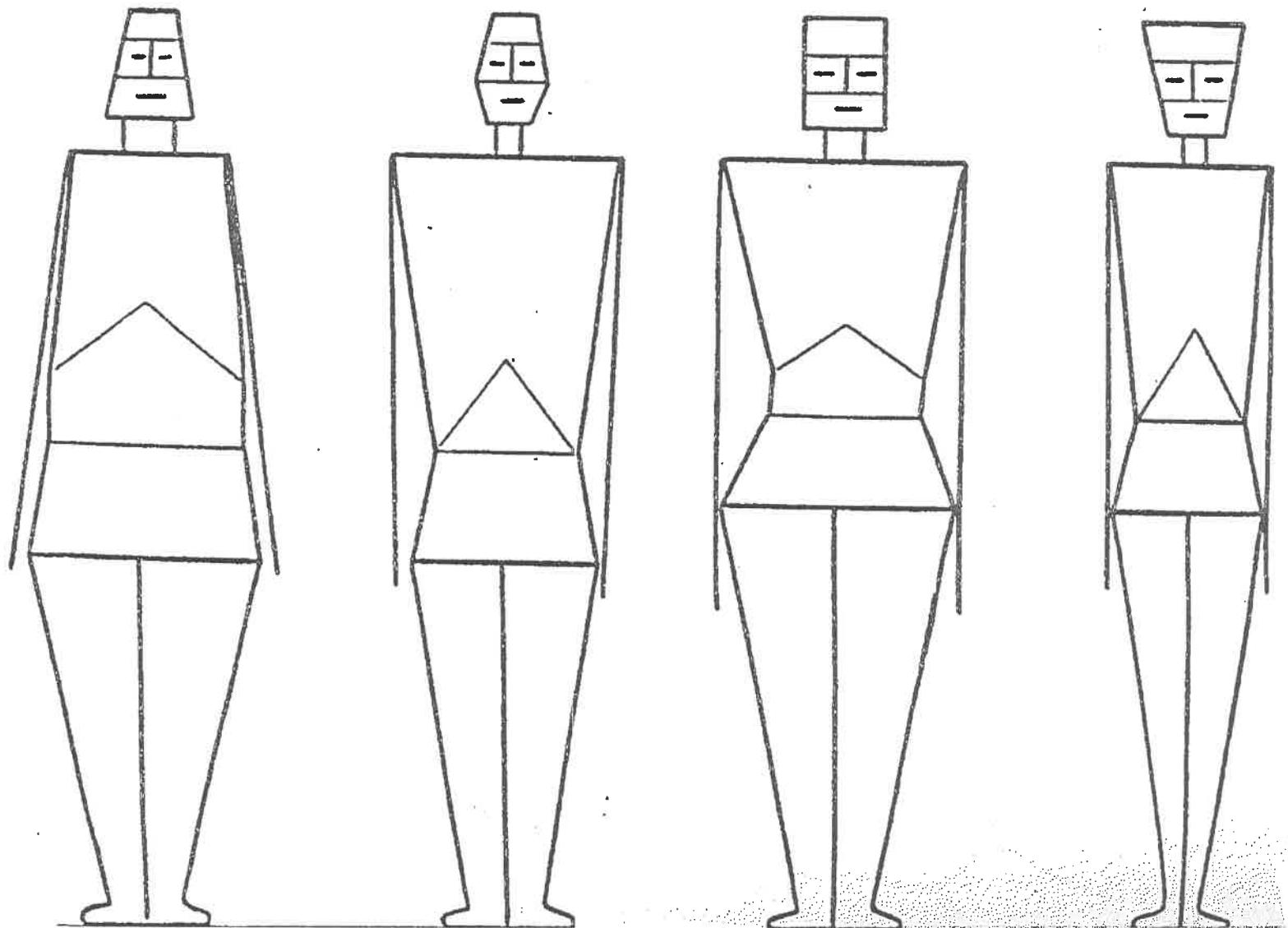
LA MARCHE A QUATRE PATTES
pour diagnostiquer les différences de
proportions longitudinales
(selon Thooris)



La race s'étant dégingandée en 50 ans, ces observations paraissent obsolètes. Une partie de la population reste fidèle à ces types. Par contre, on peut noter dans la marche à quatre pattes que le rapport dos-fesses, position foetale ne changera pas. Et la posture



TYPES MORPHOLOGIQUES ET CONSTITUTIONNELS
(Ecole Française selon THOORIS)



LA MORPHOLOGIE DETIENT LES SECRETS
DES COMPENSATIONS DIFFERENTES

Plutôt briser
les cervicales
que regarder
penché.

Malgré les
projections
des compen-
sations
et de la loi de
gravité

EN DEPIT DE TOUTES LES LOIS
ORTHOPEDIQUES MATHEMATIQUES
L'HOMME TIENDRA TOUJOURS A
L'HORIZONTALITE DE SON REGARD

POURQUOI CES JEUNES HOMMES COMPENSENT
DIFFEREMMENT EN PRESENTANT LA MEME
MORPHOLOGIE

MAIS ELONGATION POUR LE
MUSCLE ANTERIEUR
DE LA CUISSE QUI ETAIT
EXPOSE PAR UN
PROBLEME DE GENOU, SI CE
N'ETAIT DEJA UN PROBLEME
D'INSUFFISANCE
MUSCULAIRE DU TIERS
INFERIEUR DE LA CUISSE.

EN
AVANT

POIDS
DU CORPS
ACCENTUE
PAR LE
MOUVEMENT
ET LA
PENTE.

PENTE

