

OSTÉOPATHIE

QU'EST-CE QUE L'OSTÉOPATHIE?

L'ostéopathie est une thérapie manuelle dont le but est de diminuer les douleurs aiguës ou chroniques, et également d'améliorer la qualité de notre propre représentation corporelle. L'ostéopathe ne s'intéresse pas uniquement aux symptômes mais aussi aux mécanismes dont ils peuvent résulter.

L'approche diagnostique et thérapeutique peut varier selon les patients et l'avancée du traitement, en s'appuyant sur un modèle biomécanique, neurologique, métabolique, respiratoire, circulatoire ou encore comportemental. L'ostéopathe travaille aussi bien sur l'appareil neuro-musculo-squelettique que sur les viscères et le crâne.

QUELLES SONT LES PRINCIPALES INDICATIONS DE L'OSTÉOPATHIE?

Les indications de l'ostéopathie concernent les douleurs aiguës ou chroniques des muscles et des articulations, certaines céphalées et affections ORL, certaines douleurs abdominales ou pelviennes essentiellement chez les femmes, les troubles fonctionnels de la fertilité ou encore l'accompagnement de la grossesse et de la pédiatrie.

COMMENT SE DÉROULE UNE SÉANCE D'OSTÉOPATHIE?

Les séances d'ostéopathie se déroulent au centre Actif+, dans une pièce fermée où la confidentialité est assurée. La consultation débute par une discussion sur l'état de santé du patient, ses antécédents et ses habitudes de vie ainsi que le contexte socioprofessionnel dans lequel il évolue. En fonction de ces paramètres, l'ostéopathe effectue des tests sur différentes parties du corps avant de procéder aux soins.

Votre ostéopathe met un accent tout particulier sur l'implication du patient dans sa propre guérison, qui est une part essentielle du traitement : participer aux soins par des mouvements actifs appropriés, aider à la prise de conscience de ses propres ressources pour aller mieux et privilégier l'autonomisation. Nous favorisons le maintien ou la reprise d'une activité physique régulière adaptée à la condition de chacun afin d'améliorer tonus, souplesse et proprioception.

OSTÉOPATHIE ET PLURIDISCIPLINARITÉ

À la Clinique Bois-Cerf, nous avons la chance de bénéficier d'une équipe pluridisciplinaire avec physiothérapeutes, ergothérapeutes, maîtres de sport, masseuse thérapeutique, fasciathérapeute et médecins de différentes spécialités. En travaillant dans cette logique de complémentarité et de prise en charge globale et intégrative, les patients récupèrent plus rapidement et participent encore plus activement à leur processus de guérison. L'ostéopathe et les autres praticiens échangent régulièrement sur les meilleures stratégies thérapeutiques à mener face aux patients que nous avons en commun.

OSTÉOPATHIE EN MILIEU AQUATIQUE

Guillaume Krief pratique l'ostéopathie aquatique depuis 2013 et enseigne cette discipline auprès de la Fédération Suisse des Ostéopathes (FSO). Pratiquer une thérapie manuelle avec un patient ainsi en flottaison dans l'eau chaude peut parfois apporter de nets bénéfices. L'approche de l'ostéopathie en milieu aquatique est ainsi particulièrement indiquée pour, par exemple :

- les patients dont l'état de tension neuromusculaire limite ou ralentit les actions thérapeutiques possibles en salle,
- les personnes dont l'impotence fonctionnelle limite la position prolongée sur la table de soin, que ce soit à cause de douleurs trop fortes, de l'âge, d'une chirurgie récente, d'un surpoids ou encore d'un handicap,
- les bébés et enfants, ainsi que les femmes enceintes surtout au 3^e trimestre.

QUELLE EST LA FORMATION D'UN OSTÉOPATHIE ?

Le diplôme d'ostéopathe est délivré après 6 années de formation à temps plein. De plus et quelle que soit la formation délivrée, il faut posséder un droit de pratique accordé par le médecin cantonal pour exercer en Suisse et, depuis le 1^{er} janvier 2013, être titulaire du diplôme d'ostéopathe délivré par la Conférence suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé (CDS). Après l'Angleterre, la Suisse est le deuxième pays en Europe à avoir réglementé la profession à un niveau universitaire au format Master - Doctorat, comme proposé par l'Organisation Mondiale de la Santé.

VOTRE PRATICIEN AU CENTRE ACTIF+

Guillaume Krief est ostéopathe depuis 1997. Diplômé du British College of Osteopathic Medicine (BCOM, Londres) et du CDS (diplôme suisse), il est titulaire de plusieurs diplômes d'université liés à l'anatomie, à la posturologie clinique et aux douleurs de l'appareil neuro-musculo-squelettique. Il possède également un diplôme de Heilpraktiker (naturopathe) décerné en Allemagne, un Brevet d'Etat français d'Educateur Physique ainsi qu'un Master de Sciences Humaines / Sciences de l'Éducation. Plus de détails : www.osteogk.com

Les ostéopathes sont praticiens de première intention. Cela signifie qu'il n'est pas nécessaire d'avoir une prescription médicale pour consulter un ostéopathe.

TRAITEMENT ET PAIEMENT

Le tarif est de 130 francs pour une séance de 45 minutes. Pour information, ces consultations seront encaissées directement avant le rendez-vous.

Il vous est possible de régler votre séance par cartes de crédit, EC direct ou en cash. Une facture vous est délivrée immédiatement, que vous adressez à votre assurance complémentaire si vous en avez une, afin d'obtenir le remboursement lié à votre contrat.

Guillaume Krief est membre de la Fédération Suisse des Ostéopathes (FSO) ainsi que du Registre des Médecines Empiriques (RME), à ce titre il est remboursé par presque toutes les assurances complémentaires en Suisse.

QUAND ?

- Les lundis de 09h15 à 17h30
- Les jeudis de 09h15 à 16h00.

Les rendez-vous peuvent être pris au secrétariat du Centre Actif+ T +41 21 619 62 70, lequel reste à votre disposition pour un complément d'informations.

HIRSLANDEN LAUSANNE, CLINIQUE BOIS-CERF

CENTRE ACTIF+, AVENUE D'OUCHY 31, CH-1006 LAUSANNE

T 021 619 62 70, ACTIFPLUS.BOIS-CERF@HIRSLANDEN.CH, WWW.HIRSLANDEN.CH/LAUSANNE