

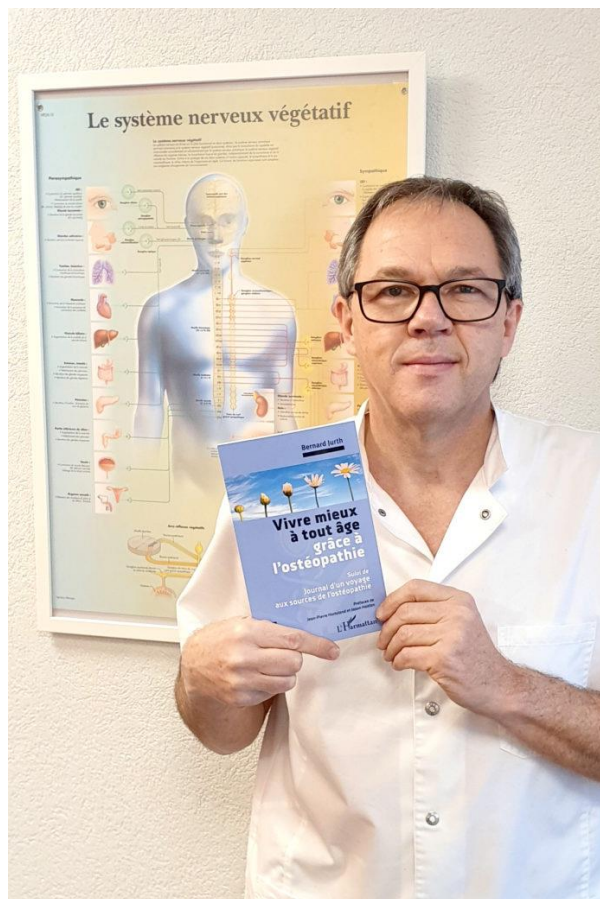
In MAXI FLASH – 1^{er} Février 2021



L'ostéopathie, « pour que votre corps vous embête le moins possible »

Avec « Mieux vivre à tout âge avec l'ostéopathie », Bernard Jurth, ostéopathe depuis 30 ans à Mulhouse, propose un ouvrage pédagogique et accessible au plus grand nombre pour comprendre une médecine encore trop méconnue.

Par Ophélie Gobinet



Bernard Jurth est membre de l'Association française d'ostéopathie / ©DR

Pour parler du corps humain, il emploie des métaphores automobiles. Et Bernard Jurth sourit lorsqu'il explique que les sportifs ou l'étudiant qui travaille sur son ordinateur toute la journée sont des Formule 1 qu'il faut « régler ». Avec des explications simples et des petits dessins, le praticien a profité du premier confinement pour rédiger son ouvrage à visée pédagogique.

Cette pratique, née aux États-Unis au 19^e siècle et officiellement reconnue en France en 2007, repose sur une compréhension globale et des manipulations manuelles du corps du patient. Bernard Jurth, également conférencier et enseignant, résume ainsi l'intérêt de l'ostéopathie : « *C'est rester en équilibre dans son déséquilibre* ». À l'image d'un funambule dans son propre corps. « *Tout le monde est perdu quand on parle d'ostéopathie* », pose le praticien mulhousien. « *Mes confrères ont du mal à expliquer ce que c'est exactement* ». Ce « exactement » veut tout dire.

Ostéopathie et médecine traditionnelle : complémentaires ?

En France, la moitié de la population a déjà consulté un ostéopathe, mais cette médecine dite « *non-conventionnelle* », souffre encore de méconnaissance et parfois, de préjugés. « *L'ostéopathie est complémentaire de la médecine traditionnelle. On s'occupe davantage de la santé que des maladies* », explique Bernard Jurth. « *Il ne faut pas en faire la panacée. On soigne les problèmes fonctionnels, on intervient sur les nœuds, les tensions, les blocages* », prévient l'ostéopathe. Selon lui, deux visites par an chez un professionnel sont suffisantes, « *on fait un check-up, un peu comme la révision d'une voiture* », sourit-il ! Mais ces consultations ne sont pas remboursées par la Sécurité sociale. « *Beaucoup de mutuelles remboursent jusqu'à cinq visites annuelles* », précise Bernard Jurth. Il relativise l'usage d'internet pour ceux qui souhaiteraient en savoir plus sur l'ostéopathie : « *Trop d'infos tuent l'info. Les explications y sont parfois très compliquées et un dessin vaut mieux qu'un long discours* ».

Son plus jeune patient avait six jours, le plus âgé, 102 ans. « *Dans les deux cas, ce sont des personnes fragiles, on les manipule de la même manière. Tout l'art de l'ostéopathie est de choisir la bonne technique par rapport au patient et par rapport au problème qu'il présente* », détaille le professionnel, qui, avec la pandémie de Covid-19, voit affluer les patients dans son cabinet : « *Ils ont des problèmes de dos, de digestion. Ils font moins d'activité physique, sont en télétravail et assis plus longtemps, respirent moins bien. Il y a un véritable mal-être psychologique* », observe Bernard Jurth.