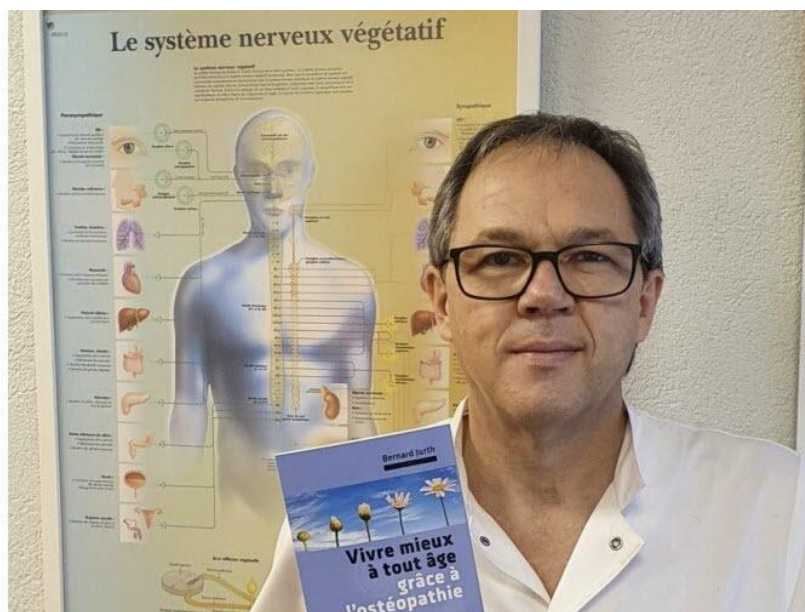


Santé - Ostéopathie

Bernard Jurth : « Retrouver son équilibre dans son déséquilibre »

Ostéopathe à Mulhouse depuis 30 ans, conférencier et enseignant, Bernard Jurth vient de publier « Vivre mieux à tout âge grâce à l'ostéopathie ». Rencontre avec un auteur qui explique simplement des notions médicales et psychologiques complexes.

Propos recueillis par Laurent GENTILHOMME



Bernard Jurth explique simplement pourquoi l'ostéopathie aide à garder son équilibre et, au final, une bonne santé. DR

Bernard Jurth, vous pratiquez et enseignez l'ostéopathie depuis plus de 30 ans. Aujourd'hui, cette pratique médicale est largement reconnue mais ça n'a pas toujours été le cas.

En France il a fallu attendre une loi en 2002 puis les décrets de 2007 pour que la profession soit réglementée, encadrée. C'est en France que l'ostéopathie a été reconnue le plus tardivement mais, depuis, son enseignement est structuré. Même s'il y a des pratiques qui divergent, l'enseignement est harmonisé dans

toute la France. Malgré cette reconnaissance tardive, en France un habitant sur deux a déjà vu un ostéopathe. En Angleterre où la pratique est plus ancienne, c'est un pour dix.

Votre livre s'adresse vraiment à tout le monde. Il est simple, facile à comprendre. On est à des années-lumière du livre scientifique réservé à quelques mandarins...

Mais des livres très compliqués, complexes, sur l'ostéopathie, il en existe des tonnes ! Ce bouquin, je l'ai en moi depuis 30 ans. Modestement, je crois que je suis un peu autorisé à parler du sujet. Surtout, je m'apercevais que même mes confrères ou mes étudiants ne savaient pas expliquer clairement ce qu'était l'ostéopathie. C'est un peu comme saint Augustin qui se demande ce qu'est le temps et qui constate que si personne ne lui demande il sait ce que c'est. Mais quand on lui demande d'expliquer ce qu'est le temps, il ne le sait plus. L'ostéopathie, c'est pareil, y compris pour les ostéopathes. Ce livre est autant pour les professionnels de santé que pour le grand public.

Dans ce livre vous insistez beaucoup sur la notion de prévention des maladies, justement grâce à l'ostéopathie.

Mais oui, c'est une pratique pour être en bonne santé, mieux vivre à tout âge. Alors évidemment, quand quelqu'un ne va pas bien on essaye de le soigner. Mais l'idéal c'est quand même de venir nous voir de manière préventive, pour rester en forme. J'aime bien la comparaison avec l'automobile. On fait réviser sa voiture pour qu'elle continue à bien rouler. Pas quand elle est en panne. L'ostéopathe travaille sur l'origine des douleurs, pas sur les symptômes. On essaye de comprendre pourquoi le patient a mal, on l'aide à retrouver son équilibre... dans son déséquilibre. Mais attention, l'ostéopathie ne soigne pas les maladies organiques. Ça, c'est pour la médecine. L'ostéopathie ne soigne pas les cancers ni la grippe ! Je vais vous donner un exemple. Ce matin j'étais avec un monsieur qui a eu le Covid et a toujours des problèmes respiratoires. Je ne soigne pas sa maladie mais en le libérant de ses tensions, je peux l'aider dans sa guérison. On est de plus en plus interconnectés avec les autres professions médicales.

Reste le coût de l'ostéopathie pour le patient. À quelle fréquence conseillez-vous de voir un ostéopathe ?

Ce que je constate, c'est que les mutuelles remboursent de mieux en mieux l'ostéopathie. Comme ce ne sont pas des organisations philanthropiques, j' imagine qu'elles y trouvent leur compte en matière de santé publique. Après, la fréquence est vraiment variable selon l'âge, la santé de la personne, sa pratique sportive... il n'y a pas de règle. Mon patient le plus jeune avait 6 jours, le plus

âgé 102 ans ! Disons qu'aller voir son ostéopathe deux fois par an, au printemps et à l'automne, c'est bien.

Votre livre se termine par le récit d'un voyage à Kirksville dans le Missouri, aux États-Unis, là où est née l'ostéopathie en 1874...

C'est effectivement là que le docteur Andrew Taylor Still a posé les bases de l'ostéopathie, avant de créer la première école d'ostéopathie en 1892. Aller là-bas pour moi, c'est comme aller au Maracana pour un footballeur ou à Munich pour un amateur de bière. C'est un voyage initiatique. Et j'essaye de le raconter de manière légère.

***LIRE :** Vivre mieux à tout âge grâce à l'ostéopathie (suivi de journal d'un voyage aux sources de l'ostéopathie) de Bernard Jurth. Éditions L'Harmattan. 140 pages. 16 €.*