

## Le chiropraticien: le dentiste de la colonne vertébrale



Tout le monde connaît l'importance d'aller chez le dentiste au moins une fois par année. Examen nettoyage, enlever le tartre et vérifier si de petites caries sont présentes, car si on ne fait rien, elles deviendront douloureuses et plus difficiles à traiter.

Le rôle du chiropraticien est sensiblement le même au niveau de la colonne vertébrale et du système nerveux. Le chiropraticien fait son « examen-nettoyage » en vérifiant la présence de « subluxations vertébrales » (ou vertèbres bloquées, si on simplifie beaucoup) et en leur redonnant leur mouvement normal. Quand les subluxations sont présentes depuis longtemps, il peut y avoir de la douleur ou des changements dégénératifs, la vertèbre est donc « cariée » et un traitement adéquat est nécessaire.

D'un point de vue plus scientifique, la subluxation vertébrale (vertèbre bloquée) entraîne des changements au niveau :

1. du mouvement de la vertèbre et de la colonne vertébrale (kinesiopathologie)
2. des nerfs, de la moelle épinière, des récepteurs du mouvement et de la douleur (neuropathologie)
3. des muscles qui s'attachent sur la vertèbre ou qui reçoivent l'influx nerveux des nerfs associés à cette vertèbre (myopathologie)
4. des cellules, par l'inflammation qui se développe (histopathologie)
5. de la dégénérescence des articulations et des autres tissus (dégénératif)

Une colonne vertébrale sans subluxation, donc en bonne santé, permet non seulement de dire adieu aux douleurs, mais aussi d'améliorer la santé de façon générale. Une colonne vertébrale saine est plus souple et nous donne une meilleure posture. Elle permet aussi au système nerveux de bien fonctionner, puisque les tensions sont réduites et que les messages peuvent mieux circuler. En effet, la colonne vertébrale est intimement liée au système nerveux car la colonne protège la moelle épinière et les gros nerfs qui en sortent. Avec une colonne vertébrale sans subluxation, on remarque souvent des changements tels qu'une augmentation de l'énergie, un sommeil amélioré, un meilleur système immunitaire, etc. Bref, une meilleure qualité de vie!

Pour avoir une colonne vertébrale en santé et prévenir les effets négatifs de la subluxation, il suffit d'adopter une hygiène de vie saine (activité physique variée et régulière, alimentation saine et variée et une bonne gestion du stress – par le yoga, la méditation, ou autre); c'est comme se brosser les dents pour l'hygiène buccale! Votre chiropraticien peut vous seconder dans vos démarches pour améliorer votre hygiène de vie.

Bref, tout comme un examen régulier chez le dentiste est nécessaire pour avoir des dents saines et une bonne santé buccale, une visite régulière chez le chiropraticien est nécessaire pour avoir une colonne vertébrale saine et une bonne santé globale.

Charles Lagacé  
Docteur en chiropratique  
La Santé en Soi, Centre chiropratique holistique  
[www.lasanteensoi.com](http://www.lasanteensoi.com)