

---

## REACTIONS DU CORPS APRES UNE SEANCE D'OSTHEOPATHIE

---

Suite aux corrections apportées pendant la séance, le corps doit s'adapter à un nouveau schéma corporel, et commence alors son travail d'auto-guérison. Les résultats d'une séance se constatent donc après quelques jours, voire quelques semaines.

Est-il normal d'avoir mal après une séance, quels sont les délais habituels pour voir si une séance a marché ?

Les 2-3 premiers jours :

Voici les symptômes les plus courants, bien que non systématiques. Leur apparition et leur intensité varie selon les patients :

Vous pouvez ressentir :

- Une grande fatigue : le corps va demander beaucoup d'énergie pour se rééquilibrer à la suite de la séance.
- Sensations de courbatures, crampes : les zones qui étaient tendues se relâchent.
- La douleur d'origine peut augmenter, ou d'autres douleurs apparaître, avec l'impression qu'elles se « déplacent ».

Toutes ces réactions sont normales et transitoires. Ceci est dû au fait que votre corps réagit au traitement et qu'il est en train de s'équilibrer.

Pendant cette période, évitez le sport, le port de charges lourdes, et les longs trajets en voiture.

### REPOSEZ VOUS ET HYDRATEZ VOUS

Le 4<sup>eme</sup> ou 5<sup>eme</sup> jour

Le corps trouve son équilibre à la suite de la séance. **Les améliorations apportées peuvent être constatées à partir de ce moment-là.** C'est le bon moment pour m'informer des résultats si je vous l'ai demandé.

Les 2 semaines suivantes

Le corps continue à modifier son équilibre jusqu'à se stabiliser dans un état qui sera le vrai résultat de la séance.

**L'amélioration peut n'être que passagère, ou incomplète : une 2<sup>eme</sup> séance semble alors indiquée.**

En effet il est difficile de résoudre en 1 séance des douleurs présentes depuis des mois voire des années !