

Docteur Nature

par le Dr Jean Valnet

Jean Valnet est médecin. Un médecin spécialisé dans les thérapeutiques uniquement naturelles. Diplômé de médecine légale et de psychiatrie, diplômé de microbiologie et d'hygiène, diplômé de médecine coloniale, diplômé de médecine du travail, Jean Valnet est connu des milieux scientifiques par de multiples publications et conférences internationales. Médecin-commandant à 38 ans, Jean Valnet est décoré des croix de guerre 39-45 et TOE avec six citations, il est officier de la Légion d'honneur et officier des palmes académiques pour ses « remarquables travaux scientifiques ».

Cette année, le Dr Jean Valnet vient de publier « Docteur Nature », un ouvrage de 478 pages dans lesquelles il expose son idée de base: « la Nature est le meilleur des médecins et c'est dans la nature qu'on trouve les meilleures des médecines ».

Très aimablement, le médecin français et son éditeur Fayard, nous ont autorisé à publier un extrait de ce livre, « la vertébrothérapie ».

« Docteur Nature » est préfacé par Lucien Bodard, écrivain de talent et grand reporter français.



La vertébrothérapie

C'est le traitement de certaines douleurs vertébrales par action directe.

L'examen de l' « homme total » ne saurait se concevoir sans l'étude de sa colonne vertébrale. Les radiographies montreront souvent que les douleurs « rénales » étaient, en réalité, consécutives à une arthrose des vertèbres lombaires sans rapport avec le rein.

Les vertiges, les bourdonnements d'oreilles, les tendances syncopales, les douleurs des épaules, de la nuque, de la région de l'omoplate, les sensations de gêne ou les douleurs laryngées, les troubles de la mémoire, les déficiences auditives, les troubles visuels... peuvent résulter d'une arthrose cervicale méconnue. Le « syndrome cervical », très souvent étudié, revêt une très grande importance en médecine générale. Dans l'apparition de ce syndrome, peuvent intervenir des phénomènes infectieux, allergiques, d'origine vago-sympathique, un coup de froid, un défaut d'élimination des déchets et bien d'autres facteurs.

Le traitement des troubles provoqués exigera une médication générale adaptée et des soins locaux mesurés (qui parfois suffisent à régler la question) : massages, élongations

très douces, manipulations discrètes. Les emplâtres d'argile, les frictions à l'aide d'un baume ou d'un liniment aromatiques accéléreront les résultats. Les bains aromatiques ou les bains associant les algues marines et les essences aromatiques seront ici particulièrement indiquées et efficaces.

Comme la plupart des méthodes thérapeutiques, la vertébrothérapie a connu, dès son origine, voilà de nombreux siècles, de multiples embûches. Elle en connaît d'ailleurs encore. Mais les nombreux malades soulagés ou guéris constituent sa meilleure publicité.

Mme G... est une sportive consommée. En 1965, elle fait une chute de ski et se trouve immobilisée en pleine montagne. Son mari, pharmacien directeur d'un grand laboratoire, et un de leurs amis décident en l'absence de tout spécialiste valable de la tirer d'affaire. Tirer est bien le terme qui convient car, vieux montagnards capables d'apprécier la nature d'un tel traumatisme, ils étirent cette femme courageuse, l'un s'agrippant aux aisselles et "autre s'affairant aux pieds. L'opération ne se fit pas en cinq minutes. Mais chacun - contrairement à la machine - savait ce qu'il faisait. Un craquement soudain fit crier à la maiade : « Ca y est ». Deux jours plus tard, Mme G... rechaussait ses bouts de bois et regagnait la vallée par ses propres moyens.

L'association ostéopathique internationale a récemment tenu à faire le point objectif de la méthode quant à ses possibilités et ses limites actuellement reconnues.

C'est A.T. Still, du Missouri, qui le premier semble avoir en 1874 imaginé certaines techniques de soins qu'il rassembla sous le nom d'ostéopathie¹. Il s'agit, en bref, du traitement de divers syndromes locaux ou généraux par une action directe sur le système nerveux grâce aux vertèbres sollicitées. Pour les ostéopathes, « là où le sang circule normalement, la maladie ne peut se développer ». Il semble que l'explication soit incomplète. Car un sang vicié, même circulant partout et sans entrave, n'évite pas certains maux ou quelques catastrophes. Fort heureusement, les praticiens de cette technique connaissent et recommandent les grands principes d'une alimentation saine, de l'oxygénation, d'un calme de l'esprit, principes d'une « clarification » et d'une « vivification » sanguines, donc d'un retour vers la santé.

Il semble, en réalité, que des manipulations intelligentes et dosées au niveau des vertèbres entraînent une régularisation dans le domaine du système vago-sympathique. On

en revient, en somme, à démontrer que « le système nerveux "est tout" », les autres organes n'étant là que pour le servir. Nombre de vertiges, de bourdonnements d'oreilles, de maux de tête, se verront effacer par quelques manipulations vertébrales bien conduites. Il en sera de même pour certaines douleurs précordiales ou gastriques, pour des sciaticques ou des algies de diverses natures.

Certaines écoles ont adjoint aux manipulations du squelette des manipulations organiques, musculaires, aponévrotiques, ligamentaires et de la peau. Aux manipulations passives, base du traitement, exécutées par le praticien, se sont ajoutées des manipulations actives, secondaires, réalisées par le patient. Elles comprennent des exercices musculo-articulaires, organiques, respiratoires, des postures, etc.

En définitive, « l'ostéopathie » est devenue la synthèse d'une somme de sciences dont les méthodes thérapeutiques sont quelquefois très différentes les unes des autres. La largeur de vue de ses praticiens est à la base même de son évolution. Mais, tout en progressant au cours du temps, l'ostéopathie est restée « une science de la nature » pour n'employer que des techniques ou des agents naturels. Elle reste également fidèle à ses principes et à son but : lutter pour maintenir l'harmonie du terrain. Aussi est-elle souvent un auxiliaire précieux, sinon indispensable, dans le traitement de multiples syndromes.

Autrefois, on allait jusqu'à soutenir que les manœuvres ostéopathiques étaient susceptibles de guérir toutes les affections, quelle qu'en fût la nature. Il s'agit d'un temps révolu car je n'ai pas encore rencontré un seul ostéopathe pour défendre semblable position.

Mais, déclarent-ils, si l'on considère l'individu sous trois aspects : biochimique, structural ou mécanique, enfin psychologique, on peut aisément constater que, dans toutes les maladies, chaque sujet représente une combinaison relative de ces trois conditions.

Or, la colonne vertébrale demeure le centre des « cercles réflexes vicieux ». Aussi l'ostéopathie apparaît-elle un traitement efficace de nombreux cas, puisque c'est au niveau de la colonne vertébrale que la plupart de ces cercles vicieux peuvent être rompus.

En supprimant, grâce aux manipulations, les obstacles élevés sur le passage du courant sanguin comme de l'influx nerveux, son but consiste certes à vaincre la maladie mais surtout à assurer les meilleures conditions

de santé souhaitables aptes à favoriser l'autodéfense et l'autoguérison. C'est pour-quoi, pour ses défenseurs, elle est souvent « la première et la dernière thérapeutique à appliquer ».

Accorder aux manipulations vertébrales, au sens exact du terme ou par l'intermédiaire de massages, le pouvoir d'améliorer à tous les coups ou de guérir parfois certains syndromes, notamment infectieux, est difficile à admettre.

J'ai toutefois pu constater que les colites spasmodiques bénéficiaient souvent d'actions au niveau du rachis. Le fait semble banal. Il l'est moins lorsqu'il s'agit de douleurs dues à une amibiase ancienne que jusqu'alors rien n'avait pu influencer à long terme. Les manipulations ont-elles exercé leurs effets au niveau du système vago-sympathique uniquement ou, par son intermédiaire, amoindri, voire neutralisé la nocivité des amibes responsables ?

Ce qui m'a été donné de constater à plusieurs reprises peut être résumé dans le fait suivant. Un charbonnier dont une partie de l'activité consistait à porter à longueur de journées des fardeaux de cinquante à cent kilos fut, à cause de douleurs lombaires intolérables, obligé d'interrompre son métier pendant deux ans. Il dut, pendant cette période, être opéré de l'abdomen.

Quinze jours après l'opération, le patient « ne sentait plus son dos ». Deux mois plus tard, s'estimant redevenu un « homme », il reprit son métier : voilà sept ans qu'il porte sur les épaules, plusieurs fois par mois, cinq à six tonnes par jour et parfois plus.

Il est bien difficile d'expliquer ce qui a pu se passer. Sans doute connaît-on les relations existant entre les organes, sains ou malades, avec le système nerveux, central ou végétatif. On peut concevoir que l'intervention sectionnant les nerfs irrités, ou les libérant de leur gangue, ait supprimé du même coup les douleurs vertébrales datant de plusieurs mois.

Mais, compte tenu des « manipulations » des infirmiers de salle et de leurs collègues de la salle d'opérations qui se sont « repassés », à plusieurs reprises - avec le manque de précautions quelquefois observé - un corps devenu sans défense, ne peut-on concevoir que, par un fait supplémentaire du hasard, il se soit produit un phénomène digne de la meilleure manipulation dirigée ?

Le débat reste ouvert.

Nombreux sont les malades qui ont été traités par divers kinésithérapeutes et qui n'en

ont retiré aucun avantage. Quand leur état ne s'en est pas trouvé aggravé, il n'y avait qu'un moindre mal. C'est que, le Dr de Sambucy l'a souvent rappelé, à côté des kinésithérapeutes dignes de ce nom, il y a les tripoteurs, les frôleurs, les ignares. Or l'efficacité d'un masseur véritable exige à la fois du cerveau et de la main. La main qui doit être pleine et chaude, intelligente, communicante, bienfaisante, magnétique.

Il y a aussi les pseudo-masseurs qui, comme il est habituel dans les stations thermales, veulent « passer » cinq ou six malades à l'heure. A la fin de la journée, ils sont las d'une monotonie sans joie mais certainement pas de s'être donnés à leur tâche.

Léandre Cochetel est, avec un certain nombre d'autres, le prototype du « kinési » de qualité. Ses résultats d'ailleurs le prouvent.

Breton solide et fin, passionné de la recherche, ayant longuement fait ses classes comme sabotier et soldat d'Indochine, il s'est consacré, à moins de vingt-cinq ans, aux vraiment malheureux que sont les handicapés et les enfants vicieux. Cette activité, qui lui inspira des livres, lui a sans doute permis de trouver, sinon de retrouver certaines lois méconnues.

Pour lui, il existe un ensemble réalisé par les bras et le cou. Le cou se trouve ici comme le fléau d'une balance car les bras y sont appendus. Or, un bras qui souffre, nécessairement pèse sur l'autre. Ainsi, lorsqu'un bras souffre, il faut masser les deux.

On reconnaît volontiers, en médecine, l'existence d'un syndrome « épaule-main ». Aussi en présence d'une lésion de la main, fût-ce une simple anomalie de sensations n'intéressant qu'un ou deux doigts, on devra obligatoirement traiter également le bras, ainsi que l'épaule, comme le cou... et, dans la même lancée, l'autre bras.

Comme les muscles s'opposent deux par deux, il est obligatoire de masser les pectoraux des gens voûtés, en même temps que leurs dorsaux. Or, les pectoraux s'insèrent aux bras. Donc, pour un pouce, il faut masser la main, et au-dessus de la main, le bras... et l'autre bras, et tout le reste comme ci-dessus.

Pour Cochetel, le massage le plus délicat est celui du pouce, cette incontestable supériorité de l'humain.

Descendant de sabotier, il dit volontiers - et il le prouve - qu'il n'a jamais pu « saboter » son travail, *a fortiori* lorsqu'il s'agit d'un dos de bois. Aussi, pour traiter une sciatique, travaille-t-il le muscle antérieur de la cuisse.

Comme il n'existe aucun muscle abdominal sur les jambes, attention à la gymnastique que l'on pratique. Pas de jambes tendues, dont l'action directe sur les muscles lombaires peut entraîner une sciatique.

C'est le ventre qui tient le dos. Les sportifs le savent et aussi les nombreux opérés de l'abdomen comme les jeunes accouchées démusclées.

Kinésithérapeute, Cochetel tient grand compte de l'existence des points chinois comme de certains autres. Le seul massage du front peut effacer les soucis importants.

Un tel « kinési » peut aider le médecin en face d'une congestion de prostate : par le massage des fessiers. Phénomène de *chakra* indou ? Possible, mais en tout cas « ça marche ».

Pour lui, tout s'inscrit sur le dos, les peines et les chagrins, le travail comme le manque de sommeil. Il est des dos que le labeur a rendus pathétiques, il est en mesure d'évaluer les dégâts. Lorsqu'il les reconnaît, effectivement ; la famille du sujet enregistre d'anormales sautes d'humeur.

Une femme vieillie massée redevient belle, et la femme dite « de tête » a besoin de massages si elle veut demeurer femme.

D'accord, ajoute-t-il, le massage de l'estomac peut apparaître dépourvu d'esthétique puisque le patient est à quatre pattes. Il semble qu'on veuille traire une vache... mais quelle efficacité !

Le massage est un artisanat de sculpteur sur le vif aussi difficile à acquérir, comme à conserver, que la maîtrise des grands tableaux. Personne n'apprend mieux à masser que douze heures par jour pendant cinq ans, répète-t-il volontiers.

Oui, finit-il par conclure : le massage est un don, mais de soi.

C'est aussi le sentiment de James Mathé (Paris), de Jacques Quid'Beuf (d'Aix-en-Provence), de Jean Brachet, de Michèle Gadet, de Jean Groussot (de Cannes), dont l'absence mettrait souvent de nombreux malades et leurs médecins dans l'embarras.

C'est aussi le sentiment de Michel Cerisier qui, par ailleurs, comme l'a fait avant lui le Dr de Sambucy, a fabriqué ses propres appareils et mis au point, à L'Hay-les-Roses, un institut de kinésithérapie et de rééducation assez exceptionnel pour que les médecins et chirurgiens de la région tiennent à le visiter.

Cerisier a fait beaucoup mieux. Il a tenu à mettre en pratique, dans l'exercice de sa profession, les notions relatives à la balnéo-

thérapie tout court, et surtout à la balnéothérapie aromatique. Sa piscine de rééducation contient une eau bénéficiant d'un complexe aromatique naturel à visées circulatoires, antiarthrosiques, régénératrices tissulaires, ce qui apporte aux malades en traitement de nouvelles chances d'amélioration.

Grâce à Cerisier, nous sommes désormais pourvus d'une véritable kinébalnéothérapie aromatique efficace.

C'est à l'endroit des sujets justiciables de la rééducation fonctionnelle que les résultats se montrent les plus nets. C'est que Cerisier, professeur de gymnastique et de boxe, ceinture noire de judo, maniant le sabre et le fleuret, connaît la pathologie traumatique et s'attache à y remédier par tous les moyens à sa disposition. Pour rééduquer les membres inférieurs, il fait marcher les malades dans une de ses piscines dont le parcours extérieur est semé d'obstacles progressifs.

La vertébrothérapie (la chiropraxie comme on l'appelle à l'étranger), la kinésithérapie bien conduites, ont le souci de l'équilibre du bassin, et de ce fait, de la longueur des membres inférieurs. Or, si le bassin est décalé - phénomène présenté par nombre de consultants, et que certains tailleurs ou couturières perspicaces ont également noté -, les membres inférieurs ne peuvent avoir la même dimension. Si les pratiques ostéopathiques ne peuvent suffire à remettre à même hauteur les crêtes iliaques, il faudra en passer par une semelle orthopédique sur mesure et non point par une simple talonnette supplémentaire.

Car il s'agit souvent, en plus, d'une déficience des voûtes plantaires et le médecin doit y penser.

Monsieur B... boite depuis six ans. Aucun traitement n'a réussi jusqu'alors à le débarasser de la douleur qui, bloquant son pied droit, l'empêche de poursuivre sa route au-delà d'un certain délai. Une semelle orthopédique sur mesure, sculptée sur place, après un examen sérieux, fait disparaître instantanément la douleur lancinante.

Ainsi, certaines douleurs lombaires ou des hanches, certaines crampes des mollets ou des pieds lors d'une marche longue ou simplement rapide, seront quelquefois effacées en quelques jours par le port d'une semelle orthopédique sur mesure...

J. V.

¹ Terme inexact, car, étymologiquement, il signifie « pathologie des os » (comme le nom de « pneumopathie » couvre l'ensemble des maladies pulmonaires). Le mot désigne, en réalité, un art original de traiter diverses affections osseuses, surtout vertébrales. On doit donc parler d'ostéothérapie ou de vertébrothérapie.

² « Neuro-endocrinien » serait préférable.