

LE TORTICOLIS

Qui ne connaît pas le torticolis, avec ce "port de tête" si caractéristique et si ennuyeux... ?

On désigne par torticolis un blocage aigu et douloureux du cou qui se retrouve figé en rotation et en flexion latérale. Tout mouvement de la tête, aussi petit soit-il, reste très douloureux. C'est, en général, un blocage qui n'intéresse qu'un seul côté de la nuque, l'autre étant très peu douloureux dans sa mobilisation.

Cette atteinte est accompagnée par une forte contracture de certains muscles du cou, notamment les muscles splenius et le sterno-cleido-mastoidien sont spasmés et très douloureux au toucher.

Le torticolis apparaît souvent de manière brutale, le matin. Un coup de froid, un courant d'air ou un faux mouvement peut le provoquer.

L'origine de ce blocage est considérée comme multiple : d'un côté l'on accuse le spasme musculaire et de l'autre le blocage articulaire des cervicales.

Mais il semblerait que l'origine primaire se retrouve plus dans un blocage double, l'un situé au niveau des cervicales diminuant la rotation de la tête et l'autre au niveau des dorsales moyennes qui limitent la flexion antérieure. La contracture musculaire étant uniquement là pour bloquer le cou et éviter d'aggraver les problèmes lors d'un mouvement.

Certains auteurs mettent en avant la possibilité d'une poussée d'arthrose sans pouvoir exactement savoir à quoi elle est due. _

Certains torticolis font suite à la présence d'une hernie cervicale qui se réveille. Savoir pourquoi celle-ci se manifeste aujourd'hui et quel est le facteur déclenchant reste difficile à certifier. Toutefois, il semblerait que la notion d'une rupture de l'équilibre globale du corps et notamment du bassin qui entraîne une compensation cervicale, semble une notion intéressante.

Le torticolis occasionnel.

Le torticolis de type musculaire est occasionnel. Il survient très souvent quand la région du cou est soumise à un effort anormal : longues heures de sommeil passées dans une mauvaise position, mouvement brusque de la tête, éternuement violent, etc. Cet effort anormal peut provoquer une contraction musculaire exagérée et causer une douleur pouvant s'étendre jusqu'à l'épaule. Le torticolis de type musculaire est le plus fréquent.

Le torticolis chronique.

Il existe un autre type de torticolis. Le torticolis "à répétition". C'est celui dont certaines personnes souffrent durant plusieurs jours et ce, régulièrement. Ce type particulier de torticolis est souvent d'origine neuro-articulaire. Il peut être causé par une distorsion innée ou chronique de la colonne vertébrale, liée à des dérangements articulaires au niveau du cou. Cette anomalie dans le fonctionnement des composants musculaires, ligamentaires ou osseuses peut aussi être à l'origine d'un torticolis chronique.

D'autres causes sont possibles : un choc violent ou de mauvaises habitudes de maintien du corps. Dans ce dernier cas, il faut comprendre qu'une mauvaise posture paraît banale mais, quand elle est très fréquente, elle peut avoir des suites fâcheuses. La tension qu'elle exerce constamment sur les articulations cervicales épuise la musculature intervertébrale.

L'appareil musculaire est affecté puis, les articulations elles-mêmes. Les filets nerveux rattachés à cette région sont, de ce fait, comprimés et irrités, ce qui engendre une raideur et des douleurs tenaces.

L'attention requise.

On comprend facilement que le torticolis chronique demande des séances chiropratiques ou ostéopatiques plus particulières et plus prolongées que celles requises par le torticolis "occasionnel". Aussi, une correction précoce est-elle souhaitable pour stopper toute complication et pour favoriser un retour rapide à la normale.

Il ne faut pas sous-estimer un torticolis. C'est un désordre de type neuro-musculo-squelettique. C'est donc dire qu'il est relié à des dérangements de la musculature et de la mécanique vertébrale dans la région du cou. Toute négligence dans le traitement du torticolis peut engendrer des modifications permanentes de la colonne cervicale et de la musculature environnante.

A court terme, seule la posture de la tête et du cou peut être affectée mais à plus long terme de nombreux problèmes peuvent survenir : maux de tête, troubles visuels, auditifs, respiratoires, problèmes d'équilibre, engourdissements des bras, bursite (inflammation des bourses lubrifiantes des articulations), épicondylite, arthrite, arthrose, etc.

La colonne vertébrale et les tissus nerveux qu'elle abrite forment une structure très complexe et très délicate. L'intégrité fonctionnelle du système nerveux est étroitement reliée au bon fonctionnement de la colonne vertébrale.

Le rôle du chiropracteur et de l'ostéopathe

La chiropractie ou l'ostéopathie vise directement la cause du désordre. Il est important de faire corriger rapidement un torticolis afin d'éviter les complications futures possibles. N'hésitez pas à consulter votre chiropracteur ou votre ostéopathe, leurs corrections vertébrales apporteront un soulagement souvent immédiat. Mais il est nécessaire de poursuivre tous les traitements prévus afin d'éviter la réapparition des troubles. Dans presque tous les cas, la chiropractie ou l'ostéopathie se sont révélées des méthodes rapides et efficaces.