

Les « chiros » sont-ils de vrais docteurs ?

Dominic Larose, M.D.

Êtes-vous bien ajusté ?

Pour le chiropraticien, être bien ajusté veut dire n'avoir aucun dérangement ou mauvais alignement de la colonne vertébrale. En étant bien ajusté, vous seriez assuré d'une santé optimale.

Des « ramancheurs » de toutes sortes, il y en a toujours eu. L'idée, qui instinctivement a du sens, que lorsqu'on se blesse, quelque chose se déplace et qu'il faut donc replacer, n'est pas nouvelle. Les contes du bonhomme sept heures (*bone setter*) existent depuis l'Antiquité.

La chiropractie, en tant que système de pensée, a été inventée en 1895 par un épicier américain nommé David Palmer. Semble-t-il que M. Palmer ait examiné un homme qui souffrait de surdité depuis 17 ans. Selon l'une des deux versions de l'histoire, Palmer a remarqué qu'une des vertèbres du patient était douloureuse et proéminente. Il lui a donné un bon coup sec, la vertèbre a repris sa position et l'homme a retrouvé son sens de l'ouïe. Selon l'autre version, Palmer a guéri accidentellement le patient en lui donnant une tape amicale dans le dos.

La conclusion de Palmer, c'est qu'en corrigeant l'alignement des vertèbres du patient, il avait soulagé une compression sur le nerf auditif et ainsi instantanément rétabli la fonction de l'organe.

Évidemment, cette interprétation apparaît impossible de nos jours. Premièrement, le nerf auditif est entièrement à l'intérieur de la boîte crânienne. Aucun élément de la circuiterie nerveuse de l'audition ne présente de rapport avec la colonne vertébrale. Deuxièmement, un nerf comprimé assez sévèrement pour ne pas fonctionner pendant 17 ans ne récupérerait pas instantanément après que la compression est enlevée. Cela pourrait prendre des mois, et il pourrait peut-être ne jamais récupérer.

Tout de même, Palmer en vient à croire et à enseigner que l'ensemble des maladies est relié à des dérangements de la colonne vertébrale, ces

dérangements produisant des obstacles au fonctionnement du système nerveux, ce qui empêcherait le système de guérison naturelle du corps humain de fonctionner.

Même au début du siècle, deux écoles de pensée se dégagent. Dans la première école, les purs considèrent que toute leur mission consiste à corriger les mauvais alignements de la colonne et que la nature ferait le reste. Dans le cas de l'autre groupe, les mauvais alignements ne sont qu'un des facteurs à considérer, et il utilise facilement les techniques de physiothérapie, de massage, d'ultrasons et aussi de l'acupuncture et de l'homéopathie !

Les sublaxations : est-ce que cela existe ?

Selon l'hypothèse de Palmer, les déplacements vertébraux seraient à l'origine de pincements des nerfs qui sortent de chaque côté des vertèbres. Premièrement, par radiographie, personne n'est jamais arrivé à démontrer l'existence de ces déplacements vertébraux, et deuxièmement, des études anatomiques sur cadavre ont démontré que pour qu'un déplacement vertébral soit si important qu'il coince un nerf, il fallait littéralement fracturer la colonne !

Est-il exact que le système nerveux contrôle l'ensemble des fonctions de l'organisme ?

Le système nerveux est certainement un des éléments importants de notre fonctionnement biologique. Je vous laisse le soin de décider si la digestion, la respiration, la circulation sanguine ou le fonctionnement des nerfs sont plus ou moins

importants : on sait par contre que de certaines fonctions, on ne peut pas se passer. Je dirais que la respiration et la fonction cardiaque sont au moins aussi importantes que la fonction nerveuse, sinon plus.

Mais alors, vous me direz, si les connexions nerveuses sont détruites, plus rien ne marche ? Faux ! Dans le cas des transplantations cardiaques, on ne refait pas les connexions nerveuses, mais seulement les connexions des vaisseaux sanguins. Pourtant, le cœur transplanté bat très bien tout seul, sans que ce soit par l'effet de médicaments, pendant des années, et sans qu'il soit « connecté » au système nerveux.

Deuxièmement, examinons le cas d'une personne quadriplégique. L'acteur Christopher Reeves s'est fracturé la colonne et il est paralysé à partir du cou en descendant. La totalité des connexions nerveuses passant par la moelle épinière sont irrémédiablement brisées. Même si les bras, les jambes, les muscles intercostaux ne fonctionnent pas, ses poumons, son cœur, son foie, son pancréas, ses reins, ses intestins, eux, fonctionnent.

La moelle épinière transmet seulement une partie des signaux nerveux. L'autre partie, que l'on nomme système nerveux sympathique et parasympathique, n'est pas directement reliée à la colonne vertébrale. Or, le contrôle nerveux de tous les organes internes se fait par ces systèmes sympathiques et parasympathiques.

C'était acceptable d'émettre l'hypothèse, il y a cent ans, que l'on pourrait traiter les otites, l'asthme, les troubles du foie par la chiropractie; mais à l'heure actuelle, il faut bien comprendre qu'il n'y a aucune explication connue des biologistes, anatomistes, experts en sciences neurologiques, physiologistes par laquelle une manipulation vertébrale pourrait avoir un effet sur les organes internes. Notez bien que je n'ai pas dit que les médecins n'y croient pas. J'ai dit que les scientifiques non médecins, qui n'ont rien à perdre ou à gagner que la chiropractie soit fondée ou non, ne pourraient pas expliquer comment un ajustement vertébral pourrait avoir un quelconque effet sur les organes internes. En tant que sceptiques, nous sommes pragmatiques. Il importe peu que les bases théoriques de cette thérapie soient connues ou pas, controversées ou

pas. Pour nous, ce qui compte, c'est de savoir si cela fonctionne ou pas. C'est seulement après avoir établi la réalité d'un phénomène qu'on cherchera à l'expliquer. S'il n'y a pas de phénomène que l'on puisse observer, il est bien sûr inutile d'en chercher les mécanismes en cause.

La majorité des personnes qui consultent le chiropraticien le font pour que leur mal de dos ou de cou soit soulagé. Selon une recherche américaine, 86 % des consultations faites auprès des chiropraticiens se font pour une douleur au dos ou un problème musculo-squelettique. Pour ces problèmes, le chiropraticien soulage ses patients en général aussi bien, selon certaines recherches mieux, que le médecin.

Les manipulations vertébrales sont des traitements qui sont faits par d'autres que des chiropraticiens. Les physiothérapeutes, ostéopathes, physiatres, et quelques orthopédistes et médecins utilisent les manipulations vertébrales. Il ne fait pas de doute que des traitements manuels appliqués à la colonne vertébrale aient parfois une utilité. C'est toute la différence entre le système de pensée dogmatique de la chiropractie, basé sur l'hypothèse de Palmer du début du siècle, et la réalité telle que nous la comprenons aujourd'hui. Le chiropraticien qui vous fait craquer le dos pense qu'il va vous débloquer les intestins. Le physiatre qui vous fait craquer le dos pense qu'il va aider votre ... dos.

Le mal de tête et la migraine

Il existe anatomiquement le nerf d'Arnold, qui origine des premières vertèbres du cou et qui est relié à la moitié arrière de la tête. Beaucoup de cas de maux de tête originent de problèmes au niveau du cou. Des traitements chiropratiques peuvent donc soulager le mal de tête. Mais est-ce vraiment une bonne idée ?

Bien que les chiropraticiens se définissent dans le cadre des médecines douces, quiconque a reçu des ajustements d'un chiropraticien sait que c'est en fait assez violent.

La circulation sanguine vers le cerveau passe par quatre artères principales. Il y a les deux artères carotides, de chaque côté de la trachée. On peut facilement ressentir les pulsations de cette artère en apposant délicatement les doigts près de la

trachée. Deux autres artères importantes sont les artères vertébrales. Ces artères nourrissent la moitié arrière du cerveau. Elles passent dans des orifices qui sont situés dans les vertèbres du cou.

Selon le magazine *Consumer Reports*¹, en 1990, selon les données d'une seule des compagnies américaines d'assurance, il y a eu 140 cas de paralysie reliés à des manipulations de la colonne cervicale. Les manipulations peuvent endommager, à l'occasion, les artères vertébrales. Sur le nombre total de manipulations faites, la possibilité de paralysie est somme toute assez rare, mais il est faux de prétendre que la chiropractie serait une médecine douce qui ne peut pas avoir d'effets secondaires néfastes ni d'inconvénients.

¹ *Consumer Reports*, vol 59, n° 6, juin 1994, p. 383-390.

Le mal de dos

Un bon point en faveur des manipulations vertébrales, mais pas nécessairement en faveur de la chiropractie.

Il est estimé qu'environ 80 % d'entre nous auront durant notre vie, au moins un épisode de mal de dos suffisamment important pour nuire temporairement à nos activités quotidiennes.

Dans une recherche américaine², on a comparé les soins donnés par des médecins généralistes, des spécialistes en orthopédie, et des chiropraticiens pour soulager le mal de dos. Les dossiers de 1555 patients, traités par 208 praticiens différents des diverses disciplines mentionnées ont été révisés.

² CAREY, T et al. « The outcomes end costs of care for acute low back pain among patients seen by primary care practitioners, chiropractors, and orthopedic surgeons », *New England Journal of Medicine*, vol 333, n° 14, oct. 1995, p. 913-917.

Les médecins généralistes ont vu les patients en moyenne deux fois pour l'épisode de mal de dos. Des radiographies ont été demandées dans environ 25 % des cas. Les patients ont utilisé une moyenne de trois médicaments. Le coût moyen pour ces visites a été de 189 \$.

Les médecins orthopédistes ont vu les patients deux fois, ont demandé des radiographies dans les

trois quarts des cas. Les patients ont utilisé en moyenne quatre médicaments. Le coût pour avoir été traité par l'orthopédiste a été en moyenne 383 \$.

Les chiropraticiens ont vu les patients en moyenne 11 fois, et ont demandé des radiographies deux fois sur trois. Les patients ont pris une moyenne de deux médicaments. Le coût moyen des traitements a été de 446 \$.

Le temps moyen pour reprendre les activités de la vie quotidienne, pour retourner au travail et pour récupérer de façon complète n'étaient pas différents que les patients soient traités par les médecins généralistes, les orthopédistes ou par les chiropraticiens. Autrement dit, les auteurs n'ont pas pu identifier une différence dans le résultat final, sauf en terme de la satisfaction globale. Les patients ont décrit les résultats comme « excellents » dans 42 % des cas traités par les chiropraticiens, comparé à 26,5 % des cas traités par les médecins, cette dernière différence étant statistiquement significative. Il semble donc que l'appréciation globale des soins administrés par les chiropraticiens était meilleure que dans le cas des médecins.

Je ne réviserai pas l'ensemble de la recherche dans le domaine des manipulations vertébrales pour le soulagement des maux de dos, mais les résultats de l'étude reflètent assez bien l'ensemble de la recherche.

En conclusion, pour le mal de dos, le chiropraticien offre des soins au moins aussi utiles que ceux des médecins, à un coût qui est cependant plus élevé.

Chiropractie et asthme

Bien que rien ne laisse penser que les traitements chiropratiques pourraient avoir un effet dans l'asthme, une équipe de recherche du Danemark³ a réalisé une recherche objective pour voir s'il y aurait quand même un effet. Avoir l'esprit ouvert, c'est cela.

³ NIELSEN, N. H. et al. « Chronic asthma and chiropractic spinal manipulation : a randomised clinical trial », *Clin Exp Allergy*, janv. 1995, p. 80-88.

Trente et une personnes souffrant d'asthme âgées

de 18 à 44 ans ont été étudiées. Chaque patient a reçu soit un traitement chiropratique véritable, deux fois par semaine, soit un simulacre de traitement, administré de façon crédible. On a déterminé au hasard qui recevrait les vrais traitements et qui recevrait les faux traitements. Après quatre semaines, les traitements ont été inversés : ceux qui recevaient des vrais traitements ont reçu les faux traitements, et ceux qui recevaient les faux traitements ont reçu les vrais.

On a mesuré la force de la respiration, la capacité pulmonaire vitale, et le nombre de fois où les patients ont eu besoin de leurs médicaments. Il n'y a eu aucune différence entre l'effet des « vrais » et des « faux » traitements.

Chiropractie vs ostéopathie

Nous l'avons dit plus haut : il y a d'autres personnes que les chiropraticiens qui font des manipulations vertébrales. Entre autres, il y a aussi les ostéopathes. Cette forme de traitement a été inventée et officiellement fondée en 1874, soit plus de vingt ans avant l'invention de la chiropractie par Palmer. Il y a même une école qui reçoit des étudiants à partir de 1892⁴. Avec les années, les ostéopathes ont accepté et utilisé les découvertes qui se sont faites au fil des années en science et en médecine. Les ostéopathes américains utilisent en fait les mêmes traitements que les médecins, ont le droit de prescrire des médicaments, ont des hôpitaux, soignent les appendicites par la chirurgie... Ils utilisent aussi des manipulations vertébrales dans les cas qui s'y prêtent (pas les otites récidivantes, les crises de foie, les kystes aux ovaires...). Ce qui s'est passé dans leur cas, c'est que plutôt que de rester sur leurs positions de départ, ils ont accepté au fil des années les progrès en chimie, en biologie, en médecine. On ne peut pas en dire autant des chiropraticiens, malheureusement.

⁴ SUEUR, Gérard. *L'ostéopathie, la santé au bout des mains*, Livre de poche 8131, éditions Jacques Grancher, 1992.

La chiropractie est une pseudo-science dogmatique, inventée il y a une centaine d'années. L'idée était bonne au départ, mais en fait, les connaissances d'aujourd'hui nous font rejeter l'hypothèse de départ, soit que les maladies sont

toutes causées par des dérangements vertébraux. Les traitements chiropratiques, surtout au niveau du cou, ne sont pas sans danger : la complication est relativement rare mais très grave, c'est la paralysie. Les ajustements vertébraux sont sans effet pour l'asthme et les dérangements des organes internes. Par contre, le chiropraticien soulage le mal de dos au moins aussi bien que le médecin, mais à un coût plus élevé.

Vidéo fluoroscopie : révolution ou gadget ?

Vous avez peut-être reçu de la publicité sur cette « nouvelle » technique : la **vidéo fluoroscopie**. Avec cet appareil, le chiropraticien fait une radiographie de votre colonne, en mouvement. Cela se projette sur écran vidéo et on vous remet la cassette pour que vous puissiez montrer votre colonne à votre famille et à vos amis. Un peu comme pour vos photos et peut-être le vidéo de votre échographie, n'est-ce pas?!

Il y a une énorme différence entre ces deux techniques, cependant. Dans le premier cas, il s'agit d'images que l'on a obtenues par rayon X, dans le deuxième cas, c'est par ultrasons. Dans le cas de l'échographie obstétricale, il n'y a pas de danger actuellement connu relié à l'exposition à ces ultrasons. Donc, on peut bien nous examiner un peu plus longtemps par cette technique, c'est sans danger connu. Dans le cas de la fluoroscopie, il y a usage de rayons X. Nous savons que dans le cas des rayons X, il y a une dose totale à vie qu'il est préférable de ne pas dépasser, sous peine de voir notre risque de cancer augmenter.

Que penser donc d'une publicité dans laquelle on vous promet de vous faire, gratuitement et au choix, une vidéo fluoroscopie de la région que vous voulez ? C'est comme si on vous donnait gratuitement le choix de passer une radiographie de l'estomac, simplement parce que c'est dans le cadre d'une promotion spéciale.

Les radiographies de routine de la colonne sont abandonnées depuis bien des années par les médecins, parce que ce n'est pas utile : un bon questionnaire et un examen physique du dos suffisent. Ce qui serait plus acceptable, ce serait qu'après examen par le professionnel, on décide qu'il y aurait un avantage à passer une

radiographie.

Le problème est suffisamment important pour que l'Ordre des technologues en radiologie du Québec ait fait une plainte. Selon la présidente, Mme Johanne Bergeron, des chiropraticiens font une publicité en proposant des radiographies qui peuvent inutilement nous irradier. De plus, un enquêteur s'est présenté à un bureau de chiropraticien et des renseignements inexacts ont été donnés. Il semble qu'on a prétendu pouvoir voir des ligaments, par exemple, par la technique de la vidéofluoroscopie, ce qui est faux. On ne voit que l'os par cette technique : on ne voit pas les disques, les nerfs, les muscles, les ligaments ou

les tendons. Une plainte a donc été déposée auprès du laboratoire de santé publique du Québec, qui a juridiction sur l'usage que font les chiropraticiens des appareils de radiologie. Il semble que ce type de publicité est expressément interdite. C'est à suivre...

En plus, cette technique est présentée comme une nouveauté. Or, cela existe depuis que la radiologie existe ou presque. La seule chose qui est nouvelle, c'est l'utilisation de la bande vidéo. Les médecins, contrairement aux chiropraticiens, ne proposent pas ces examens à la légère, juste par curiosité ou le plaisir et ils n'en font surtout pas la promotion par de la publicité dans les journaux. □

Douze questions à poser lorsqu'on évalue l'une des médecines douces

Dominic Larose, M.D.

Chaque jour apparaissent de nouvelles théories médicales et de nouvelles thérapies. Comment faire pour démêler les innovations sérieuses et bienvenues des prétentions farfelues et dangereuses ? Ce questionnaire pourrait nous y aider.

1- Y a-t-il un « inventeur » ? Et est-il le seul à détenir les preuves de l'efficacité de cette thérapie ?

D'emblée : mauvais signe. En général, une médecine ou une thérapie qui est le fruit du travail d'une seule personne est souvent fallacieuse. Une personne peut découvrir des faits nouveaux, mais rapidement d'autres chercheurs arrivent aux mêmes conclusions. Si les résultats ne sont positifs que lorsqu'ils sont issus des expériences d'une même personne ou d'un petit groupe, il faut se méfier. Prenons par exemple le cas récent de la fusion froide.

2- Est-ce que la thérapie prétend couvrir l'ensemble des maladies ?

Les causes des maladies sont multifactorielles et, donc, penser qu'il n'y en a qu'une seule est suspect. Pour les acupuncteurs, tout dépend du QI. Pour les chiropraticiens, tout dépend de dérangements intervertébraux. Pour les naturopathes, tout dépend de l'alimentation. Pour

les homéopathes, les causes n'ont aucune importance : seule la classification correcte des symptômes est garante du succès thérapeutique.

Dans le cadre de tous ces systèmes, on n'aurait jamais découvert l'importance du tabac comme facteur dans les cancers et les maladies cardiovasculaires. Aucun conseil préventif utile n'aurait pu être donné à la population concernant le lien entre la santé et le tabac, si on n'avait eu à se fier qu'aux pratiques alternatives.

Plus l'indication du traitement est large, plus l'effet est non spécifique et donc probablement dénué d'effet autre que placebo.

3- Cette thérapie ou cette « science » existe-t-elle depuis des millénaires ?

Et malgré tout, elle n'a toujours pas fait ses preuves ou reste controversée ? Très mauvais signe. Une vérité cliniquement significative ne devrait pas être si difficile et longue à mettre en évidence par les méthodes reconnues.

4- Est-elle est très populaire ailleurs, dans d'autres pays que le nôtre ?

Beaucoup de recherches sont positives, mais publiées dans des périodiques obscurs, non

disponibles. On entend beaucoup parler de systèmes d'ex-URSS ou du Mexique. Mais pourquoi donc n'est-ce pas courant par ici ? A beau mentir qui vient de loin, comme disait ma mère.

5- Prétend-t-on qu'il y a un complot pour prévenir son utilisation ? Que la thérapie est tellement efficace qu'elle mettrait *ipso facto* les médecins au chômage ?

À l'âge de la mondialisation de l'ensemble des connaissances, il est peu probable que les différentes thèses de complot secret soient valides. Même le président Nixon n'a pas pu prévenir les fuites du Watergate.

6- Dit-on pouvoir faire des diagnostics, mais attention : « énergétiques » et non pas conventionnels ?

Ceci veut dire que le thérapeute peut déclarer que votre corps subtil ou vos énergies sont « débalancés ». Il peut aussi déclarer qu'à la suite de ses traitements, les énergies sont maintenant « rebalancées ». Comment allez-vous vérifier ?

Si vous avez les mêmes migraines qu'avant, c'est somme toute secondaire et probablement parce que vous ne voulez pas vraiment guérir ! (Dans les médecines douces, c'est souvent le patient qui est fautif plutôt que la thérapie qui n'est pas bonne.)

Votre rein subtil est peut-être guéri, mais l'état de votre rein physique ne vous permet pas d'abandonner l'hémodialyse. C'est simplement de la résistance au traitement, ce qui prouve que vous n'êtes pas vraiment décidé à guérir.

7- Est-ce qu'on vous dit que si vous avez le cancer, c'est parce que vous l'avez voulu ou mérité ?

La thérapie serait efficace, mais vous empêchez qu'elle fonctionne. Variante : le cancer ou toute autre maladie que la plupart d'entre nous trouvons terrible est une « merveilleuse » occasion de croissance personnelle. La guérison est secondaire. Les cancers pédiatriques viennent des fautes de vies antérieures.

8- La théorie remet-elle en question d'autres

sciences comme la biologie, la physique ou la chimie ?

Évidemment, si l'ensemble des observations des derniers siècles, faites par des milliers de personnes de disciplines différentes doivent être invalidées, cela pose un plus grand problème. L'homéopathie, par exemple, postule la transmission d'information sans support matériel connu. C'est un plus grand problème que le postulat des méridiens d'acupuncture, qui lui ne nécessite pas que les données des autres sciences soient fausses.

9- Est-ce qu'on compare le fondateur à Galilée ?

Problème fréquent : il semble que le milieu du nouvel âge soit rempli de génies dont l'intelligence n'est pas reconnue par le milieu scientifique. Pour un révolutionnaire de la trempe de Galilée, il y a eu mille esprits égarés qui étaient réellement dans l'erreur. Dans le cas de Galilée, c'est l'Église qui lui a donné du fil à retordre, et non pas la communauté scientifique du temps. La plupart des idées folles ne sont que cela : des idées folles. Les « changements de paradigme » ne sont pas fréquents.

10- Est-ce que la thérapie en question est ancienne et ne s'est à peu près pas modifiée depuis des siècles ?

Si un corpus de connaissances — souvent le fruit d'un seul esprit ancien — ne change pas, cela m'apparaît très mauvais signe. Il est plus usuel qu'une thérapie réellement fondée s'améliore continuellement. Par exemple, en homéopathie, on ne tente que de prouver les postulats du fondateur. Pas de recherches pour savoir si, pour une indication donnée, un individu donné, telle concentration ou tel produit serait meilleur qu'un autre. En passant, je soupçonne la psychanalyse des mêmes travers.

11- Vous demande-t-on d'abandonner toute thérapie de la médecine orthodoxe ?

Comme cette dernière recommandation est rarement suivie (heureusement), cet argument est utilisé à deux sauces. Les méfaits de la médecine conventionnelle serviront d'excuse en cas d'échec : si les soins médicaux ne sont pas arrêtés complètement, il y a manque de foi du malade, et donc une bonne excuse si le traitement ne marche

pas.

Si le patient guérit, on verra que le thérapeute alternatif va récupérer le succès pour lui seul. Un nombre important de personnes se disent guéries de leur cancer par un quelconque thérapeute alternatif, alors qu'elles ont aussi eu de la chirurgie, de la radiothérapie et de la chimiothérapie. Pas de farce !

12- Est-ce que la définition du succès est suffisamment flexible pour prévoir toutes les possibilités ?

Disons qu'une personne reçoit des traitements alternatifs pour combattre un cancer. Si le malade décède, il a consulté trop tard. Si son état ne s'aggrave pas pendant un certain temps, il a au moins été stabilisé. S'il s'améliore, c'est bien sûr grâce à la thérapie. Si toute forme de succès est temporaire, c'est quand même perçu comme positif.