

Méthode 245

Groupe de méthode: L

Cycle 1: 150 Std.

Cycle 2: 286 Std.

Cycle 3: -

Méthode

Liebscher & Bracht

Traitement de la douleur et thérapie par le mouvement d'après Liebscher & Bracht

Description de la méthode

Le traitement de la douleur et thérapie du mouvement d'après Liebscher & Bracht est une méthode qui vise à traiter la douleur à son origine.

L'efficacité de cette méthode réside dans la découverte que la majorité des douleurs ne sont pas causées par des blessures, lésions ou usures (dégénérescences), mais dans la plupart des cas par une tension excessive présente dans les muscles et les fascias.

La raison de ces tensions excessives dans l'appareil locomoteur réside dans notre mode de vie actuel. En effet, nous n'utilisons guère plus de 10% de notre capacité de mouvement de nos articulations (angles de mouvements), déterminée génétiquement.

Il s'en suit une « erreur de programmation » dans le cerveau (au niveau des ganglions de la base) et des fascias trop courts et entremêlés.

Si la tension au niveau musculo-fascial est telle qu'elle menace d'engendrer un dommage structurel, le cerveau tire la sonnette d'alarme (par la substance grise périaqueducule) et déclenche une « douleur d'alarme/d'avertissement ». Ce système d'alarme vise à protéger l'être humain de dommages irréversibles.

Ainsi, l'origine réelle de la majorité des douleurs que nous rencontrons aujourd'hui est issue d'une tension trop grande dans le système musculaire et fascial, ceci indépendamment de lésions structurelles. C'est pour cette raison qu'il est possible de les traiter efficacement à long terme, même en cas de lésions préexistantes.

Le/la thérapeute¹ sait comment ces signaux d'alarmes (douleurs) apparaissent et peut ainsi traiter à leur origine plus de 90% des douleurs les plus répandues de nos jours.

Voici le déroulement du traitement de la douleur d'après Liebscher & Bracht :

- Le thérapeute obtient en premier lieu une anamnèse détaillée de la pathologie douloureuse, des antécédents et de la plainte principale actuelle du patient. Il documente l'évaluation de la douleur de manière très précise dans un « **protocole de la douleur** ».
- Le patient est informé du concept de la douleur d'après Liebscher & Bracht ainsi que du déroulement de la thérapie.
- L'« **ostéopression** » est une méthode de prise en charge de la douleur qui vise à supprimer ou réduire une douleur aiguë par l'intermédiaire d'une action sur les nocicepteurs interstitiels (récepteurs de la douleur d'alarme).
- Les données erronées enregistrées dans le « programme musculaire » localisé dans les ganglions de la base du cerveau, sont effacées (reset). Ceci a lieu dès la première séance de traitement et permet de réduire la douleur ressentie par le patient soit en totalité soit en partie (douleur résiduelle de 0 à 30 %).
- Pour atteindre une antalgie durable, le patient apprend des exercices spécifiques permettant de réduire sa douleur. **Les rouleaux de massage pour les fascias**, ainsi que **des exercices d'étirements spécifiques très efficaces** permettent de réduire la tension musculaire excessive et réaménagent les fascias tendus et entremêlés. Ceux-ci retrouvent ainsi leur élasticité originelle.
- Les patients reçoivent des informations supplémentaires **lors de séances d'étirements de groupe** et sont encouragés à effectuer les exercices antalgiques de manière régulière. Chaque patient peut ainsi approfondir ses connaissances et peut corriger au besoin sa posture à l'aide d'un superviseur.

Le traitement de la douleur et thérapie du mouvement d'après Liebscher & Bracht souhaite encourager le patient à se prendre en charge lui-même, afin de devenir autonome et éviter la douleur de manière durable.

L'autonomie et la responsabilisation du patient sont au centre de cette thérapie. En effet, si le patient s'entraîne régulièrement à la maison et effectue les exercices qui lui ont été montrés spécifiquement et adaptés pour lui, les ressources personnelles peuvent être activées de manière optimale et invitent à une vie saine et sans douleurs.

Si en plus le patient veille à une alimentation saine et évite les stress environnementaux et psychiques, les chances de vivre sans douleurs sont encore augmentées. La santé est optimisée de manière globale.

Formation en thérapie de la douleur et du mouvement selon Liebscher & Bracht

¹ Les hommes et les femmes s'entendent toujours de la même manière; pour des raisons de lisibilité, seule la forme masculine est utilisée dans ce qui suit.

Modules de base		Présence UE	Auto- apprentissage guidé UE	Lieu de formation
Anatomie & Palpation	Connaissances de bases axées sur la méthode Liebscher & Bracht	18	5	CH ²
Module de base				
6 mois Formation en ligne (E-learning)	Thérapie de la douleur selon Liebscher & Bracht	70	60	En ligne ³
Formation en présentiel	Thérapie de la douleur selon Liebscher & Bracht	30	10	CH ⁴
Examen/ certification	Préparation à l'examen	9	40	CH ⁴
Examen/ certification	Certification	9		CH ⁴
Modules d'approfondissement				
Formation en présentiel	Thérapie du mouvement selon Liebscher & Bracht	40	10	CH ⁴
Formation en ligne (E-learning)	„Thérapie de la santé“ selon Liebscher & Bracht	40		En ligne ³
1er jour de présence Ostéopression	Partie 1: Tête, colonne cervicale, mâchoire, yeux Approfondissement, variantes, étude de cas Partie 2: Tronc, dos, diaphragme Approfondissement, variantes, étude de cas	9	4	CH ⁴

² Lieu de formation en Suisse. Cours organisé par la SVSLB.

³ Cours organisé par „Liebscher & Bracht Ausbildungen GmbH“.

⁴ Lieu de formation en Suisse. Les personnes ayant suivi la formation doivent suivre ces modules en Suisse. Cours organisé par „Liebscher & Bracht Ausbildungen GmbH“.

2ème jour de présence Ostéopression	Partie 3: Épaules, bras, main Approfondissement, variantes, étude de cas Partie 4: Bassin, jambe, pied Approfondissement, variantes, étude de cas	9	4	CH ⁴
Conclusion				
Examen pratique final	Traitement intégral accompli auprès d'un expert aux examens reconnu.	2	4	CH ²
UE total (à 60 Min.)		236	137	

Stage « méthode spécifique Liebscher & Bracht »

Le stage pour le cursus de formation de thérapeute reconnu en traitement de douleur et thérapie par le mouvement selon Liebscher & Bracht commence immédiatement après la fin du module de base „Thérapie de la douleur selon Liebscher & Bracht“ (cf annotation en rouge). Dans la suite du cursus de formation, **50 heures de stage et d'expérience supervisées** doivent être accomplies jusqu'à la reconnaissance par l'SVSLB.

Les heures de stage et d'expérience exigées se composent comme suit (des modèles sont joints en annexe de ce document) :

40 heures de traitement (20 patients à Ø 2 rapports de traitement Liebscher & Bracht et, en plus, un rapport d'expérience personnelle par patient doivent être consignées par écrit et remises à la commission d'examen (SVSLB). Les feuilles de traitement et les rapports d'auto-expérience sont examinés par un expert d'examen et un feed-back oral ou écrit est donné à la personne ayant suivi la formation.

10 heures d'intervision avec au moins trois diplômées de la formation et une durée de deux à trois heures maximum par réunion.

Stage	Attestation des traitements effectués	50		50	
-------	---------------------------------------	----	--	----	--

Examen final SVSLB

L'examen pratique final marque la fin de la formation en Suisse et constitue la base de la qualification supplémentaire de thérapeute de la douleur et du mouvement d'après Liebscher & Bracht reconnue par l'ASCA. Au moment de l'inscription à l'examen pratique, **tous** les modules doivent avoir été suivis et réussis, et la certification⁵ doit avoir été obtenue et être valide pour devenir « thérapeute certifié(e) de la douleur et du mouvement selon Liebscher & Bracht ».

L'examen pratique final est exclusivement effectué par des experts aux examens désignés par la commission d'examen de la SVSLB. Les experts examinent selon les directives et critères de la commission d'examen. Les experts aux examens peuvent être des enseignants actuels de Liebscher & Bracht⁶ ainsi que des personnes spécialement nommées et formées à cet effet et qui, au moment de leur activité, portent le titre de « thérapeute certifié en matière de douleur et de mouvement selon Liebscher & Bracht ».

Durée de l'examen : 1h30

Débriefing : 0.5 heure

Total : 2 heures

Examen pratique final	Traitement complet effectué sur un expert aux examens	2			
-----------------------	---	---	--	--	--

Historique

La thérapie de la douleur d'après Liebscher & Bracht a été développée par la docteure Petra Bracht et Roland Liebscher-Bracht.

Dr. med. Petra Bracht est médecin généraliste et naturopathe. Elle travaille depuis plus de 30 ans comme médecin nutritionniste et orthomoléculaire et dirige son cabinet médical privé nommé « centre de santé Liebscher & Bracht » à Bad Homburg en Allemagne.

Roland Liebscher-Bracht a étudié l'ingénierie économique avec spécialisation en construction mécanique et est passionné d'arts martiaux et de thérapie par le mouvement.

Dans les années 1980, Roland Liebscher a commencé à enseigner le Wing Tsun, un style de combat chinois qui exige une coordination musculaire très précise. Au fur et à mesure des entraînements avec de nombreux participants aux cours, Roland Liebscher fit la constatation suivante : certains élèves souffraient de douleurs chroniques qui, du point de vue médical, ne pouvaient être réduites. Or, au fur et à mesure des entraînements, ces douleurs diminuaient significativement ou disparaissaient même complètement.

Ni les médecins ni les physiothérapeutes qui s'entraînaient avec lui, ni Dr. Petra Bracht ne pouvaient expliquer ce phénomène de manière concluante. Alors Dr. Petra Bracht et Roland Liebscher-Bracht se sont mis à prospecter sur la question de la cause principale de l'apparition et du développement

⁵ Cours donnés par Liebscher & Bracht Ausbildungen GmbH.

⁶ Enseignantes et enseignants autorisés à donner des formations sur mandat de Liebscher & Bracht Ausbildungen GmbH.

de la plupart des douleurs. Ces recherches constituèrent la base du développement de la méthode de traitement de la douleur et thérapie du mouvement d'après Liebscher & Bracht.

Ce développement dura 20 ans, de 1987 à 2007, jusqu'à ce que Roland Liebscher parvienne à définir 72 points sur les os du corps humain sur lesquels, par pression manuelle, la douleur pouvait être littéralement effacée. En sus, il développa 27 exercices corporels permettant aux patients de se maintenir eux-mêmes sans douleur de la tête aux pieds. Le traitement manuel de la douleur a été complété par les méthodes de médecine nutritionnelle du Dr. Petra Bracht. Cette combinaison innovante de traitement de la douleur et thérapie du mouvement possède une grande efficacité.

En 2007, le Dr. Petra Bracht et Roland Liebscher-Bracht ont commencé à transmettre leur savoir dans le cadre de formations destinées aux médecins, naturopathes, physiothérapeutes et autres thérapeutes. Depuis, un réseau de plus de 3'500 médecins et thérapeutes s'est établi en Allemagne, en Autriche et en Suisse, rendant la méthode Liebscher & Bracht accessible à un grand nombre de personnes souffrant de douleurs.

Philosophie

La méthode Liebscher & Bracht vise à aider les personnes atteintes à mener une vie sans douleur. L'objectif fondamental est que chacun apprenne à s'aider de manière autonome quand il a mal.

S'appuyant sur les ressources personnelles de chaque individu, les patients sont accompagnés de manière active jusqu'à ce qu'ils soient en mesure de pouvoir de manière autonome, sans aide externe supplémentaire ou thérapie, prendre soin de leur propre antalgie « absence de douleur ». Ils apprennent l'origine de 90% des douleurs, et comment celles-ci peuvent être influencées de manière significative par la manière de se mouvoir et le propre style de vie. Chaque individu a la possibilité intégrale de se réorganiser de manière fonctionnelle et structurelle et ainsi de guérir. La méthode Liebscher & Bracht reste à disposition tout au long de la vie en soutien afin que toute personne puisse à nouveau, dès l'apparition des premières douleurs, retrouver un état sans douleur.

Explication du mécanisme de la douleur d'après Liebscher & Bracht

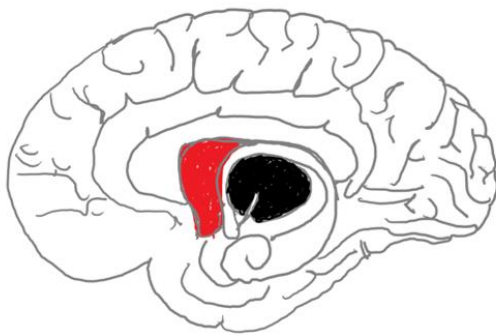
Une découverte importante du traitement de la douleur et de la thérapie par le mouvement d'après Liebscher & Bracht est le principe suivant : « C'est toujours la fonction qui détermine la structure ».

Nous partons aujourd'hui du principe que l'origine des douleurs les plus habituelles réside, dans plus de 90 % des cas, dans une tension excessive (ou incorrecte) dans le système musculo-fascial.

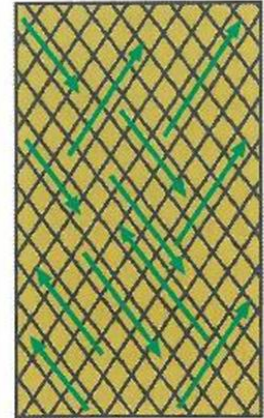
- ⇒ Au moment où cette tension excède la capacité « d'auto-réparation » du corps » et menace de causer une lésion, le cerveau déclenche un signal d'alarme par les nocicepteurs (récepteurs d'alarme de la douleur).

Il semble certain que ce soit toujours le cerveau – et en particulier **le gris périaqueducal (PAG)**, qui soit responsable de la douleur dans le corps humain.

Des lésions telles que : hernie discale, arthrose, tendinite calcifiante de l'épaule, spondylolisthésis etc., ont toujours pour origine une tension excessive dans le système musculo-fascial et sont alors non la cause de la douleur en soi, mais **un symptôme**. Il convient d'observer que l'être humain s'entraîne toujours, **24h par jour**. Tout ce qu'il fait est un apprentissage, et est enregistré sous forme de programme dans **le cerveau (software)** et dans **le corps (hardware)**. Les programmes liés au



Hirn



Faszien

mouvement sont stockés **dans les ganglions de la base**. Lorsqu'un enfant apprend à marcher ou à faire du vélo, son mouvement se perfectionne à chaque tentative et est à chaque fois mémorisé à nouveau.

Cerveau

fascias

De par notre mode de vie actuel, nous avons réduit l'utilisation de nos possibilités de mouvements (angles de mouvement), mis à disposition par notre code génétique, à **moins de 10 pourcent**. **La position assise** est adoptée par l'être humain chaque jour pendant des heures, même durant son sommeil lorsqu'il prend une position fœtale (jambes pliées). Ce mode de vie est un entraînement quotidien pour le cerveau et le corps. Ainsi, **des programmes erronés** sont enregistrées dans le cerveau, ce qui engendre **une tension excessive (- raccourcissement) dans les muscles**.

Profil de mouvement actuel

- Angle de mouvement génétiquement intégré, utilisation inférieure à 10 pour cent
- Mouvements à angle étroit
- Positions à angle étroit

5 bis 10%



En plus de l'entraînement quotidien du **cerveau (software)**, les **fascias (hardware)** sont également entraînés par une mise en mouvement régulière du corps. Ainsi, c'est le mouvement qui est en définitive « l'architecte des fascias ». Les fascias sont constituées de fibres de collagène dans le tissu conjonctif, et sont disposés en réseau comme une toile d'araignée tridimensionnelle qui relie les 90 billions de cellules du corps humain. Ils enrobent tous les organes, et leur donnent soutien et forme. Les muscles sont eux aussi parcourus de fascias, comme une orange, et sont responsables de la transmission des forces.

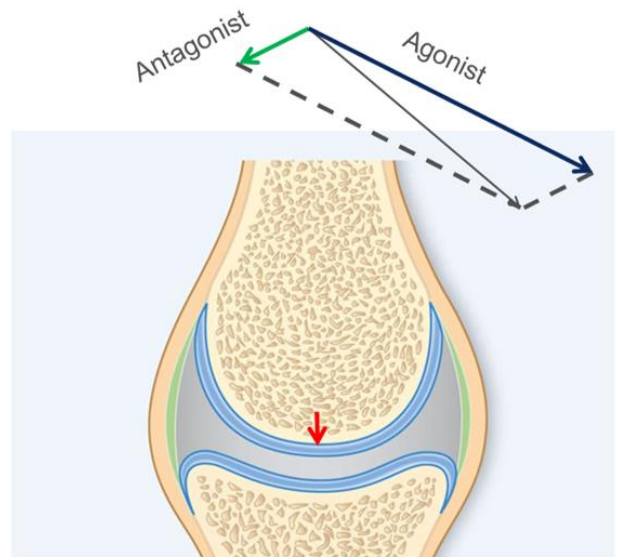
En raison de positions et de mouvements à angle étroit, ils peuvent se raccourcir et s'agglutiner indépendamment des fibres musculaires. On peut s'imaginer **une structure fasciale saine** comme **un bas de femme** élastique contenant beaucoup de liquide dans les fibres et dans la zone environnante. Elle est flexible et s'adapte sans résistance à chaque mouvement sans créer de tensions néfastes sur la structure (par ex. articulations, disques intervertébraux). On peut se représenter **une structure fasciale malsaine** comme un pull en laine lavé à une température trop élevée. Il est rigide, feutré et collé et provoque des tensions élevées sur les structures du corps à chaque mouvement.

Des mouvements et positions restreints (5 à 10%) provoquent donc des erreurs de programmation dans le cerveau (ganglions de la base) et des contractions ainsi que des adhérences dans les fascias. Ces derniers entraînent des **tensions musculo-fasciales erronées** qui sollicitent la structure du corps humain à tel point qu'il existe un risque de lésion sans possibilité de réparation. Comme le cerveau veut prévenir une éventuelle lésion il déclenche, en signe d'avertissement, une douleur d'alarme.

Etat physiologique idéal :

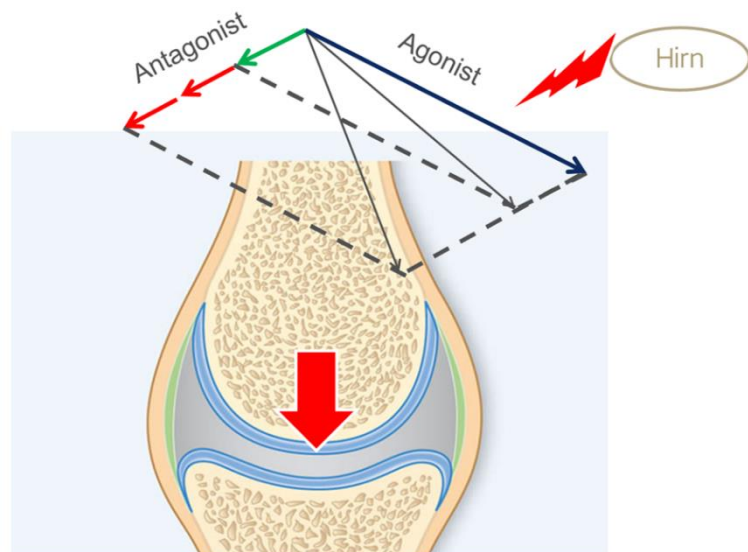
- Force agoniste pour le mouvement
- Tension de commande antagoniste (mouvement articulaire guidé)
- Force physiologique et saine déployée sur l'articulation

Image : Antagoniste / Agoniste



Etat délétère :

- Mauvaise tension musculo-faciale antagoniste
- Charge accrue sur la structure (articulation)
- Douleur d'alarme (cerveau) dans les agonistes

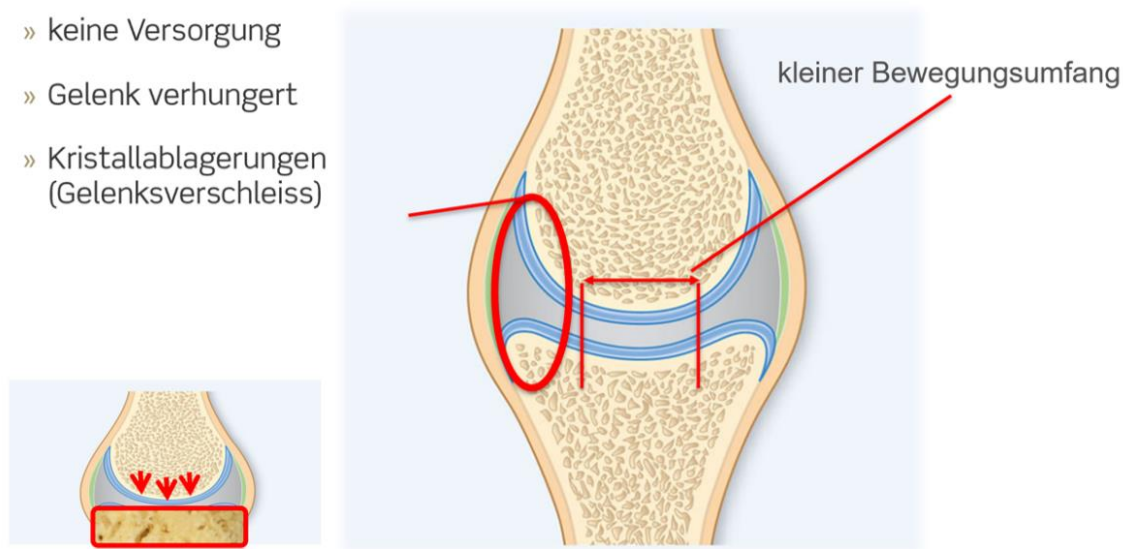


Un autre aspect est le fait que **le cartilage dans les articulations** n'est pas irrigué et fonctionne comme une **éponge**. Lorsque l'articulation est mise en mouvement, le cartilage est comprimé et peut se libérer de « déchets métaboliques » engrangés et les déverser dans le liquide synovial qui se trouve dans l'articulation. Lorsque l'articulation est en décharge, le cartilage peut à nouveau absorber de nouveau nutriments via le liquide synovial. Si, du fait d'une mauvaise tension musculo-fasciale, la

phase de décharge n'a pas lieu, l'absorption de nouveaux nutriments n'aura pas lieu non plus et, sans alimentation, le cartilage « meurt de faim ». De plus, les angles de mouvements fortement limités (5 à 10%) dépendant du mode de vie, menacent également le cartilage. Les phases de pression et de décharge dans les surfaces articulaires (cartilage) sur les bords de l'articulation font alors défaut. A ce moment-là, le principe de nettoyage et d'alimentation « comme une éponge » ne fonctionne plus et le cartilage est appauvri en nutriments essentiels et « meurt de faim ».

Traduction de l'image :

- Pas d'approvisionnement du cartilage
- L'articulation est affamée
- Dépôt de cristaux
- Faible amplitude de mouvement



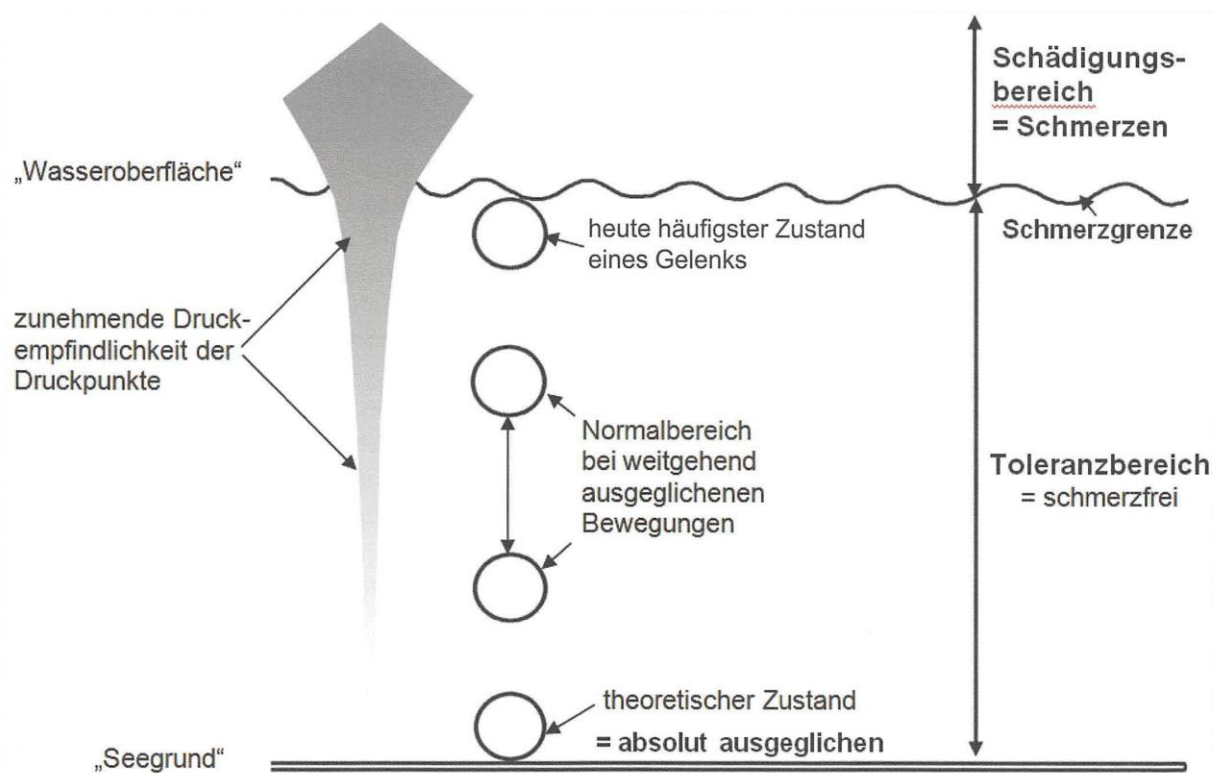
Le modèle du «lac de la douleur»

Pour illustrer la situation qui règne dans le corps, on peut utiliser l'image suivante :

Nous représentons les articulations comme des **sphères** flottant dans l'eau. Si une articulation est en équilibre musculo-dynamique-fascial idéal, la sphère repose au fond de l'eau. Plus la musculature et les structures fasciales entourant l'articulation sont en déséquilibre, plus la sphère remonte à la surface.

Tant que la balle flotte quelque part entre le fond et la surface, le corps peut compenser la tension trop élevée ou supporter une charge excessive sans trop de dommages ou d'usure structurelle. Dans ce cas, **aucune douleur n'apparaît encore.**

Ce n'est que lorsque la tension est si élevée que la **balle perce la surface de l'eau** que l'articulation ou la santé risque d'être endommagée. A ce moment-là, le cerveau projette la douleur d'alarme dans la région du corps concernée.



Surface de l'eau	<ul style="list-style-type: none"> - État d'une articulation rencontré le plus fréquemment de nos jours - Zone normale de part des mouvement équilibrés - État théorique=équilibre absolu 	Zone endommagée = douleurs
Sensibilité accrue à la pression des points de pression		Seuil de douleur
Fond du lac		Zone de tolérance = pas de douleurs

Concepte thérapeutique

Dans le traitement de la douleur et thérapie du mouvement selon Liebscher & Bracht, **l'ostéopression** (traitement de la douleur aiguë) permet de réduire fortement ou même d'éliminer complètement de très nombreux états douloureux. Parallèlement, le patient apprend progressivement à **réaliser correctement ses exercices antalgiques lui-même** (massage des fascias par roulement et étirements thérapeutiques). L'un des objectifs de la méthode est de limiter le plus possible la durée du traitement effectué par un thérapeute et de favoriser au maximum l'autonomie du patient.

Les patients sont invités à prendre en main leur responsabilité individuelle pour maintenir un état sans douleur à la suite du traitement. S'ils effectuent régulièrement leurs massages roulés des fascias et leurs étirements thérapeutiques, spécifiquement adaptés à leurs besoins, ils peuvent **rétablir un équilibre musculo-dynamique-fascial** et retrouver ainsi une vie sans douleur de manière durable. Le traitement de la douleur et thérapie du mouvement selon Liebscher & Bracht aide donc dans un premier temps à réduire les douleurs existantes et montre ensuite une voie pour prendre **soi-même en main la responsabilité individuelle** d'une **absence de douleurs à long terme**.

Un aspect important dans la méthode Liebscher & Bracht est la possibilité de constater dès le premier traitement si la thérapie de la douleur et du mouvement selon Liebscher & Bracht fonctionne. En effet, l'ostéopression permet de réduire la tension musculaire excessive et **de faire « un reset » des programmes erronés enregistrés par le cerveau**. Si l'origine de la douleur est liée à une tension musculo-fasciale inadéquate, on constatera **une très nette réduction de la douleur immédiatement** après le premier traitement. Inutile donc d'effectuer de nombreuses séances de traitement pour découvrir au bout du compte les causes de la douleur. Cela plaide pour cette méthode thérapeutique efficace et permet d'établir rapidement un diagnostic différentiel.

De plus, les interventions thérapeutiques selon Liebscher & Bracht (ostéopression, massage par roulement des fascias et exercices d'étirements thérapeutiques) sont effectuées avec précision, et ne présentent pas de risques de lésions : en effet, on ne travaille jamais avec une vitesse ou une pression trop élevée. C'est pourquoi il n'existe que très peu de contre-indications à cette méthode de traitement.

Durée et fréquence des traitements :

Lors de la première séance, le thérapeute procède à une évaluation très précise des symptômes et prend note en référence les positions algiques dans lesquelles se trouve le client avant le traitement.

De plus, il informe en le patient sur la méthode, et montre les premiers exercices à effectuer à domicile. **La première séance dure donc en général entre 60 à 90 minutes.**

La durée des séances consécutives varie en fonction de la région du corps à traiter (p.ex. main ou dos). De même, l'apprentissage correct des exercices antalgiques prend plus ou moins de temps, en fonction des besoins de chaque patient. Il est primordial d'apprendre les exercices de manière correcte sur le plan moteur.

A partir de la deuxième ou troisième séance, le traitement dure en général entre 30 à 60 minutes. En effet, les points d'osteopression réagissent déjà plus rapidement à la pression (se détendent plus rapidement) et les exercices sont déjà mieux connus.

Pour une thérapie selon Liebscher & Bracht il faut compter en moyenne entre trois et cinq séances.

Ensuite, les patients sont invités à pratiquer régulièrement les exercices personnalisés sous leur propre responsabilité et veiller à une absence de douleur de manière durable par eux-mêmes.

Bien sûr, il existe **des états douloureux complexes** tel que par exemple les migraines, la fibromyalgie, etc. Dans ce cas, des séances de traitement supplémentaires sont proposées pour soulager progressivement la pathologie douloureuse.

Les **intervalles entre les différentes séances de traitement** sont plus courts au début et deviennent de plus en plus longs par la suite. Entre **le premier et le deuxième traitement**, on choisit un intervalle de **2 à 3 jours en fonction** de l'acuité de la douleur. Entre le **deuxième et le troisième traitement**, un intervalle de **4 à 7 jours** est souvent recommandé. Le **quatrième traitement** a lieu après **7 à 14 jours**, selon le degré de gravité des douleurs. Si le traitement se déroule bien, un intervalle de **3 à 4 semaines** peut généralement être fixé **pour le cinquième traitement**. Si après une durée de 4 semaines, plus aucune plainte ne survient, **la thérapie peut être clôturée** et le client sera encouragé **à continuer régulièrement ses exercices de manière autonome**. Toutefois, si les douleurs augmentent à nouveau entre deux traitements, les prochaines séances doivent être plus rapprochées.

Déroulement de la thérapie de la douleur et du mouvement selon Liebscher & Bracht

1. Lors d'un premier entretien, l'histoire de la douleur et la situation actuelle du client sont recueillies au moyen d'une **anamnèse** détaillée. Ensuite, une **évaluation précise de la douleur** est effectuée. Il est très important de noter et définir correctement **une référence de la douleur (position exacte dans laquelle le patient a mal)**. En effet, l'efficacité de la thérapie sera évaluée par comparaison de la référence de départ avec une référence post-traitement. Cette démarche est importante autant pour le client que pour le thérapeute, et déterminera la suite du traitement de la douleur.
2. Lors du premier traitement, le thérapeute informe le client de manière détaillée sur la procédure à suivre. Il lui explique le raisonnement et la compréhension de la douleur selon Liebscher & Bracht, le déroulement exact de la thérapie et ce qu'il peut faire lui-même pour ne plus souffrir. Ce n'est que lorsque le client comprend la démarche thérapeutique et qu'il réalise par lui-même son efficacité, qu'une base solide en vue d'une thérapie réussie à long terme peut être posée.

3. **L'ostéopression est une méthode** qui est utilisée pour le **traitement de douleurs aiguës**. Ce traitement permet de réinitialiser les programmes erronés dans les ganglions de la base (PAG) du cerveau. Par réduction de la tension musculo-fasciale excessive, il est possible, dans 90% des états douloureux connus aujourd'hui, via le cerveau (PAG), de réduire le degré de la douleur originelle à un degré résiduel de 0% à 30% (6).
4. Le **massage par roulement des fascias** et les **étirements thérapeutiques** visent, à travers un entraînement régulier des muscles et des fascias, à retrouver un état du corps originel, détendu et sain. Il en va de même pour le « reset » des programmes inadéquats enregistrés dans le cerveau (ganglions de la base). Ainsi, le patient a la possibilité de se libérer durablement de la douleur, ceci de manière autonome.
5. La correction des tensions musculo-squelettiques inappropriées permet de rétablir **une fonctionnalité physiologique** dans la structure (en particulier dans le cartilage). Dans le meilleur des cas, la structure peut même **se régénérer**. Une étude menée à l'Université d'Utrecht (2011, 2016) a démontré que le cartilage hyalin peut se reformer si les conditions biologiques adéquates sont réunies.

1

Limites de la méthode /contre-indications

Le traitement de la douleur et thérapie du mouvement selon Liebscher & Bracht peut en principe traiter tous les états douloureux, quel que soit le diagnostic de départ. En effet, la technique de traitement, l'ostéopression, ainsi que les exercices antalgiques (massage par roulement des fascias, étirements thérapeutiques) sont toujours **effectués très lentement** et **ne dépassent jamais un certain seuil d'intensité**. C'est pourquoi le risque de provoquer d'autres **lésions ou blessures** est **pratiquement exclu**. La thérapie peut être effectuée pour tout état douloureux, quelle que soit la gravité ou la difficulté apparente d'une situation. C'est toujours la localisation précise de la douleur qui est traitée et le corps lui-même donne toujours la réponse à la question de savoir si le traitement de la douleur et thérapie du mouvement selon Liebscher & Bracht fonctionne dans le cas présent.

Du point de vue de la technique du traitement de la douleur et de la thérapie par le mouvement, il n'y a donc **pas de contre-indication à proprement parler**. Il convient néanmoins d'être particulièrement prudent dans les indications suivantes :

- Ostéoporose
- Prise d'anticoagulants
- Immédiatement après une opération
- Grossesse
- Maladie mentale
- Maladies tumorales

Dans le traitement de la douleur et thérapie du mouvement, on **procède** toujours à un **diagnostic différentiel**. Si la douleur peut être réduite à une **valeur résiduelle de 0 à 30 %** lors du premier traitement, **la cause de la douleur est très certainement liée à des tensions musculo-fasciales inappropriées** et peut donc être traitée avec succès par cette méthode. Si l'on ne parvient **pas** à obtenir une **réduction significative de la douleur** au plus tard lors du deuxième ou du troisième

traitement, le patient doit être envoyé chez des spécialiste susceptibles de procéder à **d'autres examens**, afin de clarifier la cause de ses douleurs. De manière générale, en cas d'incertitude ou de réactions inadéquates, il convient de consulter le médecin ou d'autres spécialistes.

Positionnement

Le traitement de la douleur et thérapie du mouvement selon Liebscher & Bracht dure en moyenne trois à cinq séances. En très peu de temps, les clients sont en mesure d'effectuer eux-mêmes leur thérapie individuelle par le mouvement à domicile et l'expérience montre qu'ils peuvent veiller ainsi de manière durable à leur antalgie. La **responsabilité personnelle** d'un patient est, du point de vue de la pédagogie de la santé, une approche d'avenir.

Il existe déjà plusieurs petites études scientifiques et notamment une première **étude clinique** sur la mise en œuvre d'une méthode de traitement conservateur (Liebscher & Bracht) pour **des patients souffrant de douleurs du genou** au centre d'urgence de l'hôpital de Salzburg (auteurs : OH Dr. med. Egbert Ritter ; Doz. OA Dr. med. Christian Windhofer). Ces études ont pu démontrer de manière impressionnante les preuves scientifiques de l'efficacité du traitement de la douleur et thérapie du mouvement selon Liebscher & Bracht. Ces études ont été **publiées** dans le **Springer Journal année 21 cahier p. 30 ff en décembre 2021 par la société autrichienne de la douleur**. De plus amples informations sur les avancées scientifiques de la méthode Liebscher & Bracht figurent sur le site officiel : www.liebscher-bracht.com, dans la rubrique « Études ».

Sources

1. Bracht, P., Liebscher-Bracht, R. (2010): Der Schmerz Code: «Ihr Schlüssel zur Schmerzfreiheit – die neue Schmerztherapie». 7. Auflage 2015, LNB International AG.
2. Bracht, P., Liebscher-Bracht, R. (2017): Die Arthrosen Lüge. Goldmann Verlag
3. Bracht, P., Liebscher-Bracht, R. (2018): Deutschland hat Rücken. Mosaik Verlag.

www.liebscher-bracht.com

Kontakt in der Schweiz:

SVSLB Schweizerischer Verband für Schmerztherapie nach Liebscher & Bracht

⁶ Étude interne de Liebscher & Bracht du 16 novembre 2007 au 30 juin 2021: enregistrement des états douloureux des participants à la formation « Thérapie de la douleur selon Liebscher & Bracht ». Nombre de participants présentant des états douloureux au début de la formation : 10'648, nombre de participants présentant des états douloureux à la fin de la formation : 536, 94,9% des participants n'avaient plus de douleurs après la formation « Thérapie de la douleur selon Liebscher & Bracht ».