



Espace Santé

Biganos

**Maternité
& Ostéopathie**

L'ostéopathie



*est une pratique manuelle
qui traite le corps
dans son ensemble.*

Grâce à une connaissance approfondie de l'anatomie, la physiologie et la pathologie humaine, l'ostéopathie s'adresse à toutes les tranches d'âge.

L'ostéopathe examine les liens étroits existants entre le squelette, les muscles et les organes.

Il vous aide à maintenir votre équilibre et traiter vos dysfonctionnements.

En s'adaptant aux besoins de chacun, il est le meilleur allié de votre santé.

Grossesse et accouchement



Ma grossesse

Pour vivre sereinement cette unique période qu'est la grossesse et grâce à une connaissance approfondie de l'anatomie et de la physiologie humaine, votre ostéopathe peut vous aider.

Quand consulter ?

- **Après les deux premiers mois** où fatigue et parfois nausées s'estompent. La posture se modifie, des douleurs s'installent peu à peu.
- **À l'approche du terme** et simultanément avec votre sage-femme, nous préparons ce grand évènement !

Pourquoi consulter ?

Votre ostéopathe rééquilibre votre organisme dans sa globalité en pratiquant des mobilisations douces :

- Des hanches (marche favorisée, circulation sanguine des membres inférieurs améliorée).
- Du bassin (décompression de l'abdomen, du sacrum, bébé a plus de place, assouplissement du périnée).
- Des vertèbres lombaires (nerfs sciatique et crural libérés, transit amélioré).
- Des vertèbres dorsales (la respiration est plus ample et la digestion plus aisée).

Sans oublier le mieux-être général ressenti à la fin de la consultation !

Mon Accouchement

Un ou 2 mois après la naissance, votre ostéopathe contrôle vos structures, sollicitées lors de l'accouchement :

- Colonne lombaire suite à la péridurale, bassin, utérus ;
- Troubles urinaires, du transit ;
- Maux de tête depuis l'accouchement.

En optimisant votre fonction respiratoire, votre ostéopathe peut vous aider à mieux gérer votre stress et fatigue post-partum.

Mon bébé



Bébé
et enfant

*Vous voilà maman, c'est formidable, mais ce petit-être :
quel inconnu !!*

Votre accouchement fait subir à votre bébé de fortes pressions qui agissent parfois sur la mobilité des os de son crâne et du rachis.

Un entretien et de simples tests dirigent le travail de votre ostéopathe qui apaisera bébé et rassurera les parents. D'ailleurs, papa est le bienvenu car il apporte aussi son témoignage sur cet évènement.

Quand Consulter ?

- Si l'accouchement a été long (plus de 10h) ou trop rapide (moins de 3h).
- Dès la sortie de la maternité, sur les conseils de votre sage-femme, pédiatre ou si vous sentez que votre bébé n'est pas serein.

Quels sont les signes ?

- Si bébé est né prématurément, par césarienne, par siège.
- Cordon ombilical autour du cou.
- Utilisation des spatules ou ventouse.
- La tétée (allaitement ou biberon) est trop longue, bébé se fatigue et réclame souvent.
- "Fuite" de lait pendant la tétée, il régurgite, dort peu, pleure souvent...

- Sa tête se positionne toujours du même côté, le crâne est déformé, il se cambre en arrière, ses bras bougent peu.
- Sa respiration est bruyante, nez bouché, yeux qui coulent.
- Constipation, coliques du nourrisson, reflux.
- Hypertonie, nervosité ou apathie.

Autour de 7 mois : si votre bébé a du mal à rester assis, à se retourner.

À la marche : difficultés ou tombe fréquemment.

Ainsi, votre ostéopathe contribue au bon développement de votre enfant :

- En agissant sur les troubles ORL, du sommeil, de l'attention, les chutes.
- En intervenant à l'adolescence après la pose d'un appareil dentaire, lunettes, semelles.
- Pendant un traitement d'orthophonie ou d'orthoptie.
- En suivant ses activités sportives, ses développements musculo-squelettique et psychomoteurs.

Un enfant qui grandit sereinement fait la joie de ses parents !

À bientôt au cabinet.

Durée de la séance : 45 minutes.

Tarif : 55 euros.





**Espace
Santé**
Biganos

163 avenue de la Libération - 33380 BIGANOS

Entrée du cabinet par l'arrière : 4 rue du Prieuré de Comprian

Secrétariat :

05 56 82 70 42

Rendez-vous par internet :

<https://prendre-mon-rdv.com>

Pascale Hénaff

Mobile : **06 12 08 49 38**

pascale.henaff71@orange.fr

www.osteo-henaff-cals.fr

Cécile Jacquet

cecilejacquet@espacesantebiganos.fr

www.espacesantebiganos.fr