



Trois niveaux de prévention pour promouvoir le « mieux vieillir »

La Prévention primaire

Elle a pour but de maintenir en bonne santé. Effectuée régulièrement, elle permet d'éviter l'apparition de troubles fonctionnels. Le senior entretient souplesse et équilibre pour pouvoir vivre sans contrainte.

La Prévention secondaire

Elle soigne le trouble fonctionnel qui est apparu avec le temps ou suite à un traumatisme corporel, et permet d'éviter rechutes et récurrences. Lorsqu'un trouble fonctionnel survient, le suivi ostéopathique permet d'éviter la propagation des maux apparus en d'autres points du corps. Par exemple, une chute peut entraîner un mal de dos qui, mal soigné, peut engendrer des maux de tête. Ainsi l'ostéopathe normalise les aléas traumatiques articulaires, freine les impacts infectieux, viraux ou cicatriciels et maintient la mobilité viscérale pour prévenir la dégénérescence des tissus.

La Prévention tertiaire

Elle minimise une pathologie déjà présente et cherche à diminuer l'invalidité du patient. Lorsque la maladie est présente, le praticien soutient la santé en minorant les différents troubles annexes et conjoints. Une entorse de la cheville, un lumbago ou une douleur ne peuvent que rajouter à la peine d'une personne atteinte de Parkinson, d'insuffisance respiratoire ou d'un cancer. Lutter efficacement contre les effets néfastes du vieillissement passe obligatoirement par le maintien d'un équilibre postural aussi parfait que possible. Plus tôt la prise en main s'effectue, plus les chances d'éviter une perte de mobilité augmentent.

Œuvrant dans le domaine de l'innocuité et de la douceur, l'ostéopathie dans sa philosophie, partenaire de santé efficace tout au long du parcours de vie et de ses risques, propose une réponse pour maintenir le bien-être quel que soit l'âge.

Grégory Barnier, ostéopathe
www.osteopathe-barnier-aix.com
Tél : 06.30.56.19.41