

Bobos

Il soigne quoi ?

C'est bien, un étio-pathe ?

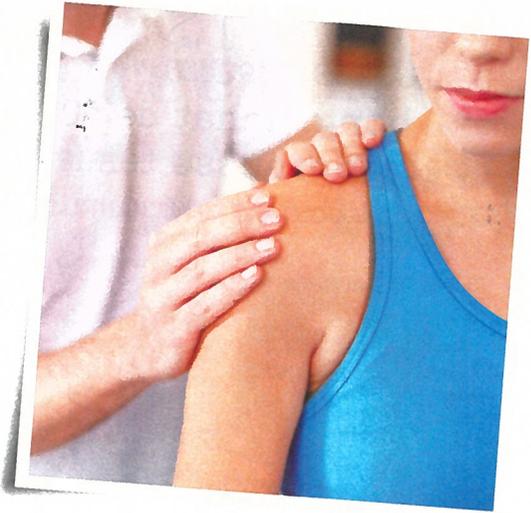
Autrefois appelé rebouteux, l'étio-pathe maîtrise une thérapie manuelle provenant d'un savoir ancestral.

Oui, c'est vrai... Jusque dans les années 60, le rebouteux était le guérisseur des campagnes, il apprenait à soigner en s'occupant notamment des blessures des animaux et son savoir se transmettait oralement de père en fils. L'étio-pathe utilise le même type de gestes, mais il acquiert ses connaissances lors de six années d'études.

Il recherche aussi l'origine des maux. Aux gestes des rebouteux, l'étio-pathe a ajouté une approche globale du corps, c'est-à-dire qu'il n'envisage pas nos tensions de manière séparée, mais cherche à identifier une origine à nos troubles. Il ne touche donc pas forcément l'endroit où l'on a le plus mal. Par exemple, si on consulte pour des douleurs aux bras, dans le milieu du dos et à l'estomac, ça vient peut-être uniquement des vertèbres dorsales. L'étio-pathe va alors concentrer son travail sur cette cause. Il effectue des manipulations, un peu comme un ostéopathe. Par exemple, il redonne de la mobilité à l'articulation de notre cheville si on vient pour une entorse ou il exerce une palpation profonde sur le ventre pour relancer la circulation ou travailler sur des problèmes de constipation. On repart avec une amélioration de notre état. En moyenne 45 €/séance de 20 min environ. Il faut généralement 2 à 3 séances. L'étio-pathe soigne un peu tous nos soucis de santé et s'adresse aux adultes comme aux enfants.

Où trouver un étio-pathe ? Pour consulter un praticien effectivement diplômé et dont le nom figure sur le registre national des étio-pathes déposé au ministère de la Santé, on cherche dans l'annuaire du site de l'Institut français d'étio-pathie (etiopathie.com). L. K.

MERCI À PATRICIA LE PRIGENT, ÉTIO-PATHE.



L'hyperréactivité bronchique, késaco ?

On tousse, voire on crache, sans avoir vraiment de rhume.

Comment ça se manifeste ? Lorsqu'on fait de l'hyperréactivité bronchique, nos bronches sont plus sensibles aux irritants ou aux allergènes, donc on tousse et on s'es-souffle facilement. Ça peut survenir brutalement après une grosse bronchite et durer pendant quelques semaines ou bien s'installer définitivement. Il faut consulter rapidement car ça peut se transformer en asthme, voire détériorer prématurément nos bronches et diminuer notre capacité respiratoire. Le pneumologue va alors mesurer notre souffle et trouver le traitement adapté.

Changer ses habitudes. Selon le Pr Alain Didier, pneumologue et chef de service au CHU de Toulouse, l'augmentation du nombre de personnes souffrant d'hyperréactivité bronchique est dû en partie aux polluants à l'intérieur de la maison. Il faut donc aérer 20 min/jour, surtout les pièces à vivre, et s'assurer que notre lieu de vie est sain, sans tache d'humidité et avec des VMC qui fonctionnent. À éviter les sprays pour l'air, les encens et les bougies. L. K.

HOMÉO RANGÉE

Un peu le bazar, tous ces tubes qui traînent ? C'est fini avec cette boîte conçue pour leur rangement : grâce à ses 18 emplacements, on y met à la fois nos traitements du moment et nos classiques : Arnica, Nux vomica... A. B. • Homéobox, à partir de 14 €, disponible en pharmacie.

