

**Colonne**

*vertébrale*



4125

*santé*

Organe officiel Pro Chiropratique



Étude sur les douleurs  
sciatiques

Nouveaux canaux numériques

Reconnaissance de  
la chiropratique



Ouvertures de cabinets:

**Chirovita – studio chiropratico**  
**Dr.ssa Gaja Bonfiglio**  
Via Pian Scairolo 11  
6915 Pambio-Noranco, Lugano  
Telefon: +41 91 960 90 40  
E-Mail: info@chirovita.ch

**«Pulse and Balance»  
Medical Performance Center**

Rorschacherstrasse 286  
9016 St. Gallen  
Telefon: +41 71 774 10 10  
E-Mail: praxis-pulseandbalance@hin.ch

**Centre médical du Chablais SA**

Z. A. Entre Deux Fossaux 14  
1868 Collombey  
Téléphone: +41 24 473 23 30  
Email: info@cmc-sa.ch

## Impressum

### Editeurs

Pro Chiropratique Suisse

### Tirage

allemand: 6900 / français: 1900 / ital.: 270

### Rédaction

Rosmarie Borle, journaliste RP, rosmarie.borle@bluewin.ch

### Internet

www.pro-chiropraktik.ch

## Réalisation/impression

Stämpfli Communication, www.staempfli.com

### Masculin et féminin

Dans tous les textes de notre revue, les désignations de personnes se réfèrent indifféremment aux deux genres, même si les formes masculine et féminine ne sont pas systématiquement mentionnées pour des raisons de clarté de la langue.

Colonne vertébrale & santé ISSN 1661-4321

imprimé en  
**suisse**



<b>L'étude SALuBRITY</b>	
Améliorer le traitement des douleurs sciatiques.....	4
<i>PD D' Cesar Hincapié Rosmarie Borle</i>	
<b>ChiroSuisse</b>	
Pénurie de personnel qualifié .....	7
<i>Valentin Schneuwly</i>	
<b>Pro Chiropratique Suisse</b>	
PCS se numérise! .....	8
<i>Comité de PCS</i>	
<b>Jean-Pierre Cordey</b>	
Gain ou perte par la numérisation? .....	9
<b>Nadia &amp; Eric Faigaux</b>	
Eloge de la chiropratique .....	10
<b>PCS</b>	
Excursion d'automne dans le Toggenburg.....	11
<i>Rainer Lüscher</i>	
<b>Mystère</b> .....	12
<b>Speakers' Corner</b> .....	13
<b>Organisation de patients</b> .....	14
<b>Varia</b> .....	16

## Editorial



Chère lectrice, cher lecteur

Adieu au papier, en route vers le numérique: votre association suisse Pro Chiropratique est en mutation. Ce numéro met un terme à la forme imprimée habituelle de notre magazine «Colonne vertébrale & santé». Pour répondre aux développements actuels et aux besoins d'une société de plus en plus connectée numériquement, l'assemblée des délégués a décidé de mettre fin à la publication du magazine papier. A l'avenir, nous proposerons des informations sur la vie associative et des articles utiles sur l'appareil locomoteur par l'intermédiaire des outils numériques: site Internet, réseaux sociaux, courriels ou WhatsApp.

Pour que nous puissions continuer à vous transmettre des informations, nous vous prions de bien vouloir nous communiquer votre adresse e-mail et votre numéro de portable. Vous pouvez les adresser à votre association cantonale ou directement à l'association suisse. Cela sera désormais l'unique moyen de recevoir facilement et directement tous les renseignements pertinents. La numérisation nous offre en outre la possibilité de sensibiliser encore plus de personnes aux bienfaits de la chiropratique.

Nous vous encourageons à continuer de vous engager activement sur tous les plans. Votre voix et votre engagement sont décisifs pour défendre les intérêts de la chiropratique et de nos patients.

Nous vous remercions de votre confiance, de votre fidélité et de votre engagement. Profitons ensemble de l'essor du numérique pour façonner activement l'avenir de l'association de patients Pro Chiropratique et continuer à promouvoir la chiropratique en Suisse.

*Rainer Lüscher*  
Président Pro Chiropratique Suisse

# L'étude SALuBRITY: améliorer le traitement des douleurs sciaticques

**D<sup>r</sup> Cesar Hincapié Rosmarie Borle** Une étude clinique randomisée, basée sur une communauté et menée par l'Université de Zurich et la Clinique universitaire de Balgrist compare deux méthodes thérapeutiques couramment utilisées en cas de douleurs sciaticques: le traitement chiropratique manuel de la colonne vertébrale et l'injection de corticostéroïdes près de la racine nerveuse touchée. L'étude souhaite évaluer à quel point ces méthodes soulagent les douleurs et améliorent la fonction et la qualité de vie des patients aux prises avec des douleurs sciaticques.

L'étude SALuBRITY, dirigée par le D<sup>r</sup> Cesar Hincapié, DC PhD, est la première étude clinique randomisée menée sur un traitement chiropratique financée par le Fonds national suisse (FNS). Elle est également soutenue par l'European Centre for Chiropractic Research Excellence (ECCRE). Le nombre de participants souhaités est de 280. Jusqu'à présent, 120 ont intégré l'étude.

## **Qu'est-ce que l'étude SALuBRITY?**

Les douleurs lombosacrées radiculaires, aussi appelées «douleurs sciaticques», se manifestent dans le bas du dos. Elles sont dues à une irritation des nerfs dans cette région et irradient dans la jambe. Elles peuvent être très douloureuses, handicapantes et limitantes au quotidien. Les maux de dos accompagnés de douleurs dans la jambe sont très fréquents; on recense 200 millions de personnes concernées dans le monde. C'est une des causes principales de restrictions dans la vie de tous les jours ou au travail, en Suisse comme ailleurs sur la planète.

## **Quels sont les avantages d'une participation à l'étude?**

Les participants reçoivent des traitements gratuits (jusqu'à 12 traitements chiropratiques et jusqu'à 2 injections près de la racine nerveuse touchée). Ils sont pris en charge par une équipe multidisciplinaire. Les interventions individuelles

sont adaptées à leurs besoins personnels. Ils aident indirectement les futurs patients atteints de sciaticque et contribuent à la recherche clinique de haute qualité dans le domaine de la chiropratique.

## **La participation à cette étude comporte-t-elle des risques?**

Tous les traitements évalués dans le cadre de l'étude sont sûrs et font partie des soins médicaux standards de la sciaticque en Suisse. Les patients sont informés des risques pour qu'ils puissent prendre une décision éclairée avant d'intégrer l'étude. Les participants et les chiropraticiens décident au cas par cas du nombre exact de traitements nécessaires. Toutes les données récoltées sont traitées de manière strictement confidentielle et uniquement utilisées à des fins de recherche, conformément à la loi suisse sur la protection des données.

## **Qu'implique une participation à l'étude?**

Il faut compter 60 à 90 minutes pour la première consultation, et environ 20 à 30 minutes pour chaque rendez-vous de suivi. Au total, le traitement est réparti sur environ douze semaines. Les participants et les chiropraticiens décident ensemble de son contenu. Les traitements ont lieu à Zurich, à la Clinique universitaire de Balgrist et à un cabinet chiropratique à proximité (Seefeld, Kreuzplatz, Schaffhauserplatz ou Uster).

## En quoi l'étude SALuBRITY est-elle importante?

En général, les personnes atteintes de douleurs sciatiques consultent en premier lieu leur généraliste. Dans la majorité des cas, elles reçoivent des stéroïdes, des opioïdes ou des injections près de la racine nerveuse touchée. Bien que les douleurs sciatiques soient très répandues, on connaît mal l'efficacité des options thérapeutiques conservatrices et non médicamenteuses courantes comme le traitement chiropratique manuel de la colonne vertébrale. Les résultats de l'étude SALuBRITY contribueront à l'élaboration de directives destinées à la pratique clinique et de recommandations étayées par des preuves concernant l'utilisation du traitement manuel de la colonne vertébrale et des injections de corticostéroïdes près de la racine nerveuse touchée en tant que composantes de la prise en charge clinique habituelle.

Ces résultats seront présentés à des patients, des cliniciens, des chercheurs et des décideurs politiques lors de grandes conférences nationales et internationales, dans des publications de journaux spécialisés et lors de collaborations avec des associations de patients. Des recherches de haute qualité sont nécessaires pour évaluer concrètement l'efficacité du traitement manuel de la colonne vertébrale lors de douleurs dans les jambes causées par des problèmes de dos.

Les patients, les médecins et les décideurs politiques seront ainsi mieux informés et mieux à même de prendre des décisions thérapeutiques et d'améliorer les soins de santé.

## L'étude SALuBRITY



### Nous évaluons le traitement des douleurs sciatiques

Nous cherchons des adultes ayant des douleurs sciatiques: des douleurs dans le bas du dos qui irradient dans la jambe.



Nous cherchons des participantes et participants à l'étude

### Objectif de l'étude

Les douleurs sciatiques sont souvent très limitantes. Cette étude évalue deux traitements très courants (le traitement manuel chiropratique et l'injection de cortisone) afin de mieux comprendre leurs effets sur les douleurs, la fonction et la qualité de vie des patientes et patients aux prises avec des douleurs sciatiques.



Vous avez des maux de dos qui irradient dans la jambe?



Vous êtes d'accord de recevoir éventuellement un traitement chiropratique et une injection de cortisone?



Vous êtes d'accord de vous faire traiter pendant 12 semaines au maximum?

Une étude scientifique menée par la Clinique universitaire de Balgrist et l'Université de Zurich, financée par le Fonds national suisse et l'European Centre for Chiropractic Research Excellence.

### Déroulement de l'étude

- En cas de participation à l'étude, vous consultez un chiropraticien ou une chiropraticienne pour recevoir un traitement chiropratique, et un ou une radiologue pour recevoir une injection près de la racine nerveuse touchée.
- Les rendez-vous de l'étude sont répartis sur une période de 12 semaines maximum. Ils ont lieu à la Clinique universitaire de Balgrist (à Zurich) et à un cabinet de chiropratique situé à proximité.
- Vous devez remplir un simple questionnaire en ligne une fois par mois durant les 3 premiers mois, puis au bout de 6 et 12 mois.
- Les questions portent sur votre état de santé et vos visites médicales.
- Vous avez la possibilité de consulter votre médecin traitant pendant l'étude, au besoin..

### Avantages

- Vos douleurs sciatiques sont traitées gratuitement (jusqu'à 12 séances).
- Vous jouez un rôle important dans une recherche clinique pionnière au niveau mondial sur les douleurs dorsales et sciatiques.

### Cela vous intéresse?

Alors, scannez le code QR ou contactez l'équipe de l'étude SALuBRITY dirigée par le Dr Cesar Hincapié pour savoir si vous êtes éligible.



### Etude SALuBRITY

Equipe de l'étude SALuBRITY Université de Zurich Clinique universitaire de Balgrist



Vidéo d'information sur l'étude SALuBRITY

salubrity@ebpi.uzh.ch  
+41 79 693 17 62



Inscrivez-vous

salubrity@ebpi.uzh.ch  
+41 79 693 17 62

## Entretien avec Cesar Hincapié, responsable de projet

### A quoi l'étude doit-elle son nom?

**Cesar Hincapié:** Notre acronyme «SALuBRITY» n'est pas le fruit du hasard. Il reflète le sujet et les objectifs de l'étude: *Spinal mAnnual therapy versus nerve root injection for the management of patients with LumBosacral RadIculopaThY* (traitement manuel de la colonne vertébrale vs injection près de la racine nerveuse pour la gestion de patients atteints de radiculopathie lombo-sacrée). L'idée était de souligner notre engagement en faveur de l'amélioration des options thérapeutiques étayées par des preuves lors de maux de dos irradiant dans la jambe (douleurs sciatiques) proposées dans la pratique clinique. Ce travail est non seulement utile pour les cliniciennes et cliniciens, mais aussi pour les patientes et patients. De plus, le terme anglais «salubrity» fait référence au fait d'être en bonne santé, bon pour la santé ou de promouvoir le bien-être, ce qui concorde tout à fait avec notre mission: améliorer les résultats thérapeutiques des personnes aux prises avec des douleurs sciatiques.

### Existe-t-il des tableaux cliniques pour lesquels une seule injection ou un traitement chiropratique unique est la stratégie idéale?

Généralement non, du moins pas selon les données actuelles. Beaucoup de patientes et patients atteints de maux de dos ou de douleurs sciatiques peuvent bénéficier d'un large éventail d'options, des mesures conservatrices (y compris le traitement chiropratique) aux traitements invasifs (tels que des injections). Tout dépend de la sévérité, de la pathologie sous-jacente, des maladies concomitantes et des préférences individuelles. Les cas aigus (p. ex des atteintes neurologiques graves ou le syndrome de la queue de cheval) nécessitant une injection ou une chirurgie d'urgence sont rares, comme les cas graves pour lesquels un traitement chiropratique ou une autre méthode conservatrice seule suffisent. C'est pourquoi il faut se poser les questions suivantes: quelle est la stratégie la plus judicieuse pour la grande majorité des patientes et patients dont les douleurs sciatiques sont modérées? Comment éviter de ne pas traiter assez ou au contraire de surtraiter, et comment personnaliser nos traitements? C'est ce que nous cherchons à déterminer dans le cadre de notre étude.

### Comment transposera-t-on les résultats à la pratique, et quand seront-ils disponibles?

Nous avons conçu l'étude de manière à ce que les résultats soient directement applicables à la pratique clinique. Nous voulons que les chiropraticiennes et chiropraticiens et les médecins s'en servent immédiatement pour étayer leurs décisions. Quand vaut-il mieux commencer par un traitement chiropratique, et quand doit-on envisager l'injection ou comment associer les deux méthodes? Nous espérons que les résultats de l'étude contribueront à l'élaboration de directives et d'outils décisionnels communs destinés aux patientes et

patients en Suisse. De plus, nous prévoyons d'obtenir les premières données en 2027, une fois que les phases de recrutement et de suivi seront terminées. Par ailleurs, nous avons l'intention de publier les résultats finaux en 2028.

### Existe-t-il des problèmes de sciatique pour lesquels la chiropratique n'est pas une option et qui nécessitent impérativement des injections de cortisone? Ou est-ce un paramètre évalué durant l'étude?

Oui, c'est l'une de nos questions-clés. D'après notre expérience, certaines patientes et patients ont des pathologies complexes (p. ex. une hernie discale grave, une compression de la racine nerveuse avec faiblesse musculaire prononcée ou des processus inflammatoires) pour lesquelles une injection de cortisone doit être envisagée tôt. Mais, on ne sait pas exactement où se situe la limite, c'est-à-dire qui a d'abord besoin d'une injection, qui peut définitivement se contenter d'un traitement chiropratique, et qui profite le plus d'une combinaison des deux méthodes. L'étude SALuBRITY vise précisément à comparer l'efficacité du traitement chiropratique et de l'injection chez les patientes et patients qui ont des douleurs sciatiques irradiant dans la jambe, et dans quelles circonstances telle ou telle méthode est la plus pertinente.

### C'est une étude randomisée. Qu'est-ce que ça veut dire, précisément? Avez-vous recours à des séances ou des injections placebo et à un groupe de contrôle?

Bonne question. Nous évaluons deux méthodes thérapeutiques courantes en cas de douleurs sciatiques (chiropratique et injections de cortisone) pour déterminer dans quelle mesure elles améliorent les douleurs, la fonction et la qualité de vie des patientes et patients. Notre étude est randomisée, menée sur deux groupes et contrôlée par placebo. Les patientes et patients sont placés au hasard (comme lorsqu'on lance un dé) dans l'un des deux groupes de traitement. Un groupe reçoit un traitement chiropratique réel (actif), plus une injection placebo (inactive) près de la racine nerveuse touchée. L'autre groupe reçoit une vraie injection placebo (active) près de la racine nerveuse touchée, et un traitement chiropratique placebo (inactif). L'avantage de cette approche, c'est que les deux groupes reçoivent un traitement actif et réel contre les douleurs sciatiques. Le recours à un placebo dans les deux groupes est aussi important. Il renforce la valeur scientifique de la méthode de recherche et la qualité de l'étude. ■



#### D<sup>r</sup> Cesar Hincapié, DC PhD

Investigateur principal, SALuBRITY Study  
Institut d'épidémiologie, de biostatistique et de prévention de l'Université de Zurich (EBPI)  
Hirschengraben 84, 8001 Zurich  
cesar.hincapie@uzh.ch  
www.salubrity-studie.com

# Pénurie de personnel qualifié

**Valentin Schneuwly** Une étude montre pour la première fois à quel point les professions libérales sont affectées par la pénurie de personnel qualifié.

Environ 70% des médecins, chiropraticiens, architectes, physiothérapeutes, notaires, ingénieurs et conseillers en orientation considèrent le manque de ressources en personnel comme un problème crucial de leur profession. Lors de la journée des professions libérales à Berne consacrée à la pénurie de personnel qualifié, des représentants des différentes professions libérales se sont entretenus avec des politiciens. Différentes solutions possibles pour remédier à cette situation ont été abordées avec la conseillère fédérale Elisabeth Baume-Schneider, les conseillères et conseillers aux Etats Flavia Wasserfallen (PS), Damian Müller (PLR) et Fabio Regazzi (centre) ainsi que le conseiller national Lars Guggisberg (UDC). Dans son allocution, le vice-président de ChiroSuisse, Alexandre Emery, plaide en faveur d'une augmentation des places de formation pour les chiropraticiens en Suisse, mais en particulier en Suisse romande. Actuellement, il existe une filière uniquement à Zurich, ce qui représente un obstacle linguistique considérable pour les francophones. En outre, il relève que le numerus clausus limite le nombre d'étudiants autorisés et, par conséquent, freine les éventuels intéressés. Une autre difficulté réside dans le fait que de nombreux jeunes considèrent les professions libérales comme risquées et préfèrent des conditions de travail stables et sûres. Alexandre Emery conclut que la pénurie de personnel qualifié en chiropratique est considérable et pose un problème croissant.

L'étude scientifique citée dans l'introduction confirme elle aussi que la pénurie de personnel qualifié dans les professions libérales est élevée. Des professionnels issus de divers secteurs ont été interrogés pour cette étude. 70% d'entre eux considèrent la pénurie comme un problème important. On

s'attend à ce que la demande ne faiblisse pas mais que, dans le meilleur des cas, elle stagne à un niveau élevé. Les chiropraticiens qui ont participé à l'étude indiquent que cette pénurie implique pour eux notamment une charge de travail élevée, le refus de nouveaux patients et un délai d'attente très élevé pour les patients existants. En outre, elle complique la recherche de successeurs et les postes vacants restent souvent inoccupés plus de six mois. Enfin, les chiropraticiens qui prennent leur retraite sont plus nombreux que la jeune relève qui arrive sur le marché.

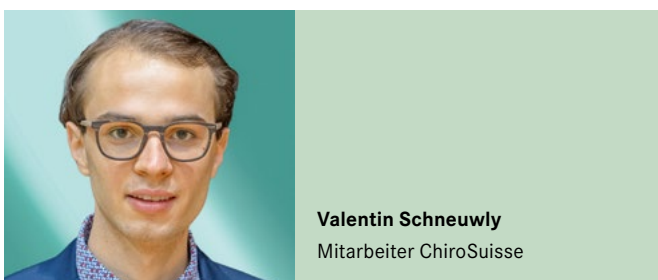
Pour remédier à cette situation, les chiropraticiens proposent d'agir sur les trois points suivants:

1. Augmenter les capacités de formation en Suisse.
2. Réduire la charge administrative.
3. Renforcer l'image et le marketing de la profession.

Sur la base de ces constatations, ChiroSuisse et l'Union suisse des professions libérales prennent les mesures suivantes pour améliorer les conditions des chiropraticiens:

1. Il faut créer plus de places de formation en Suisse romande. Le Grand Conseil vaudois a approuvé en 2024 un postulat de Blaise Vionnet visant à proposer des places de formation pour les chiropraticiens à l'Université de Lausanne.
2. La mise en œuvre dans les meilleurs délais de la loi sur l'allégement des coûts de la réglementation pour les entreprises, décidée en 2023 par le Parlement, et la numérisation rapide sont demandées pour réduire les charges administratives.
3. A l'aide de mesures ciblées, ChiroSuisse s'efforce de rendre la chiropratique plus visible auprès du public et de mieux faire connaître les places de formation.

La journée des professions libérales et l'étude susmentionnée ont montré que le chemin était encore long pour réussir la lutte contre la pénurie de personnel qualifié chez les chiropraticiens. Les mesures nécessaires pour améliorer la situation sont connues. Il s'agit désormais de les mettre en œuvre rapidement en collaboration avec le milieu politique afin d'atténuer la problématique dans les meilleurs délais. ■



**Valentin Schneuwly**  
Mitarbeiter ChiroSuisse

## PCS se numérise!

**Comité de PCS** Vous avez entre vos mains le dernier numéro du magazine «Colonne vertébrale & santé». Mais vous le savez sans doute: chaque fin cache un nouveau départ; c'est aussi le cas pour Pro Chiropratique Suisse (PCS). Nous voulons continuer à nous adresser à vous mais sous forme numérique.

En tant qu'organisation de patients, notre objectif est le suivant: les membres sont bien informés, en font profiter leur santé, soutiennent un métier intéressant ainsi que la recherche et le développement en faveur de la médecine chiropratique.

Par des moyens politiques et des interventions parlementaires, nous luttons pour que les chiropraticiens puissent être consultés sans condition en tant que premiers interlocuteurs.

La correspondance électronique par e-mail est moderne, sécurisée pour les destinataires et permet d'économiser des coûts. Pour vous faire parvenir nos informations, nous aurions besoin de votre adresse e-mail. Nous vous prions de bien vouloir nous la transmettre par l'intermédiaire de votre association cantonale ou directement à PCS.



**Vous trouverez des informations complémentaires sous ce code QR** ou sous ce lien:  
[www.pro-chiropraktik.ch/index.php/fr/nous-rejoindre](http://www.pro-chiropraktik.ch/index.php/fr/nous-rejoindre)

Vos données sont en sécurité chez nous. Les données des membres sont toujours traitées selon les dispositions actuelles de la législation suisse et la déclaration de protection des données figurant sur le site Internet de l'association.

A l'avenir, les réseaux sociaux comme Instagram, Facebook ou LinkedIn publieront également des informations qui vous seront utiles.

Restez membre de l'association des patients Pro Chiropratique Suisse ou de votre association cantonale Pro Chiropratique! Nous comptons sur votre précieux soutien et nous réjouissons des futurs contacts avec vous. **Merci!** ■



*Jean-Pierre Cordey en entretien avec un patient.  
(Image: Orthopédie Sonnenhof Berne)*

# Gain ou perte par la numérisation?

**Jean-Pierre Cordey** Les publications de Pro Chiropratique Suisse ont accompagné toute ma carrière professionnelle. C'est avec une certaine nostalgie que nous mettons un terme à l'ère du papier. Mais notre engagement pour la chiropratique ne cessera pas pour autant puisqu'il prendra la forme numérique.

Quand j'ai ouvert mon cabinet il y a 35 ans, le petit cahier de format A5 imprimé en noir et blanc, édité par notre organisation de patients Pro Chiropratique Suisse, était toujours à disposition dans ma salle d'attente. Cette petite revue associative soutenait la transmission des informations à nos patients de manière discrète et continue. Chaque numéro proposait des informations utiles issues du quotidien des patients, de la pratique ou de la politique. Son petit format était très apprécié et servait de référence utile aux patients en voyage, puisqu'il contenait tout à la fin une liste d'adresses de l'ensemble des professionnels de la chiropratique en Suisse.

Les temps ont changé et la liste d'adresses s'est allongée encore et encore. Bientôt la place s'est révélée insuffisante dans ce cahier A5, ce qui a nécessité de franchir le pas vers une version de plus grande taille et plus colorée. Le magazine «Chiropratique et santé» était né. Par la suite, afin de toucher un public plus large et davantage d'annonceurs, la revue a été rebaptisée «Colonne vertébrale & santé».

Sans moteurs de recherche sur Internet, les soirées d'informations étaient à l'époque la seule possibilité pour les patients d'approfondir certains sujets. Souvent, le patient constatait alors qu'il n'était pas seul à être confronté à son problème. Ces soirées avaient l'avantage de relier les gens entre eux et de former la base d'une vie associative.

Ces manifestations étaient intéressantes et informatives, mais leur forme ne convenait plus à notre époque et à la numérisation croissante. Il n'est plus suffisant d'informer comme il y a 35 ans par des articles de journaux, des dépliants ou des soirées de conférence. Les patients, comme les annonceurs, ne s'intéressent plus aux documents imprimés. Aujourd'hui, tout doit paraître vite et sous forme audiovisuelle. On s'informe sur Instagram, TikTok ou des groupes de chat sur WhatsApp. Le maintien d'une vie associative est par conséquent toujours plus difficile.

D'un côté, cela me fait de la peine de tenir dans mes mains notre dernière revue après 35 ans de parution, de l'autre c'est le moment d'avancer avec son temps, de regarder vers l'avenir, de chercher et de trouver de nouveaux canaux d'information.

Au nom de mes collègues, il ne me reste plus qu'à remercier toutes celles et ceux qui étaient responsables de la publication de cette revue. De la part des présidents et des membres de l'association Pro Chiropratique Suisse, des rédactrices et rédacteur, des autrices et auteurs, des correctrices et correcteurs ainsi que des annonceurs: sincères remerciements à toutes les personnes qui se sont engagées avec énergie et altruisme pour la cause de la chiropratique! ■



**Jean-Pierre Cordey, directeur**  
Médecine chiropratique orthopédie  
Sonnenhof Berne  
Président de la fondation pour  
la formation des chiropraticiennes  
et chiropraticiens  
Coprésident de la commission  
d'examen de la formation continue  
Diverses fonctions auprès de  
ChiroSuisse, de la chiropratique du  
sport, de la thérapie neurale

# Eloge de la chiropratique

**Nadia et Eric Faigaux** Indépendants depuis respectivement 1974 et 1986, nous disposons d'un regard rétrospectif sur une longue et heureuse carrière professionnelle fructueuse. Qu'est-ce qui a changé durant cette période? Beaucoup de choses, bien sûr, mais pas l'essence de la chiropratique.



Aujourd'hui, notre métier existe toujours dans la forme que nous avons connue. Mais cela aurait été impossible sans la passion et les innombrables heures de travail non rémunérées d'un grand nombre de collègues, sans parler du soutien de l'association Pro Chiropratique.

Grâce à un engagement clairvoyant sur de nombreux plans, nous bénéficions en Suisse d'une formation universitaire depuis 2008. Les thèmes de recherche ne manquent pas et grâce à celle-ci, nous pouvons expliquer aujourd'hui ce qui se passe dans le corps lorsqu'on procède à des ajustements, par exemple.

## **La profession doit rester indépendante**

Le progrès comporte également certains risques. Nous espérons donc vivement que la ligne directrice actuelle de la chiropratique soit maintenue demeure pour que la profession puisse rester indépendante et être exercée avec joie et passion contagieuses.

Contagieuses pour la bonne raison que nous manquons malheureusement d'étudiants. Il est donc important de transmettre notre engagement. Ayons confiance que tout soit entrepris pour résoudre ce problème, qui concerne en définitive la totalité de notre système de santé.

## **Profession comme opportunité et privilège**

En attendant nous continuons à travailler et espérons qu'à l'avenir les patients ne soient pas seulement diagnostiqués mais aussi traités chiropratiquement, c'est-à-dire manuellement. Nous avons en effet la chance et le privilège de pouvoir toucher des patients, au sens propre et pourquoi pas comme au sens figuré du terme. ■

*Nadia et Eric Faigaux, chiropraticienne et chiropraticien, Zimmerwald*

# Excursion d'automne dans le Toggenburg

**Rainer Lüscher** Les membres de Pro Chiropratique d'Argovie Ouest ont eu le plaisir de passer une journée inoubliable, conviviale et pleine de découvertes.



*Le joyeux groupe en excursion.*

*(Image: mis à disposition)*

Mi-octobre, notre association a effectué sa traditionnelle excursion d'automne. Tôt le matin, nous sommes partis dans un car confortable de Zofingue et Aarau Rohr en direction de l'est. Le soleil était au rendez-vous, éclairant de ses rayons un décor automnal enchanteur en bordure des chemins. Nous avons fait notre premier arrêt à Weesen, au bord du lac idyllique de Walensee, où nous avons été accueillis chaleureusement dans un hôtel avec un café et des croissants. L'ambiance détendue et la vue sur le lac paisible invitaient à s'attarder et à profiter du moment. Nous y avons pris les premières photos souvenirs.

Après cette pause reposante, nous avons poursuivi notre voyage. L'itinéraire nous a conduits à travers la pittoresque région des Grisons, puis à Buchs (SG) dans la vallée du Rhin avant de nous amener au Toggenburg. A Wildhaus, un délicieux dîner nous attendait dans une atmosphère conviviale, qui témoigne de notre attachement à la communauté associative. Revigorés et pleins d'entrain, nous avons visité la nouvelle maison du son à Wildhaus.

Son architecture moderne et ses informations passionnantes nous ont tous impressionnés. Les alentours ont été l'un des points forts de la journée: avec la vue sur le Säntis et sur la chaîne de montagnes des Churfirsten, le Toggenburg se présentait sous ses plus beaux atours. Beaucoup d'entre nous ont saisi l'occasion de prendre de magnifiques photos, qui n'avaient rien à envier aux cartes postales.

Au retour, nous avons traversé le Toggenburg automnal, Wattwill et Lichtensteig. La visite du magasin de l'entreprise Kägi fut particulièrement appréciée. Nous avons rejoint nos lieux de départ en début de soirée. Ce fut une journée pleinement réussie, agrémentée d'une météo splendide, de paysages à couper le souffle, de délicieux mets et d'une compagnie très agréable. Nous remercions cordialement toutes celles et ceux qui ont contribué au succès de cette excursion d'automne. Nous nous réjouissons d'ores et déjà de notre prochaine aventure commune. ■

# Mystère – où sont les dix différences?



Solution à la dernière page. (Traitement de l'image: Luca Giustarini)

(Image: AdobeStock)

# MERCI! C'est la fin.

Voici la dernière édition de «Colonne vertébrale & santé» et peut-être mon dernier texte en tant que journaliste. 46 années d'activité professionnelle, agrémentées de moments émouvants, passionnants, drôles, pénibles, tristes, stressants et inoubliables: la rencontre forcée avec Saddam Hussein à Bagdad en 1986, l'agréable promenade avec Hans-Joachim Kulenkampff à Noël, l'interview d'Edoardo Bennato au déjeuner avec une gueule de bois d'après concert et une merveilleuse conversation avec Heidi Abel. Mais, ce sont mes rencontres avec Anny Klawa-Morf (1894-1993) - une militante socialiste pour les droits de la femme originaire de Bâle - qui m'ont le plus marquée. Je l'ai écoutée pendant des heures et en ai appris plus sur l'histoire mondiale que durant toutes mes années sur les bancs d'école. Je l'avais alors citée dans un article de la «Berner Zeitung»: «A midi, je mangeais généralement au Ristorante Cooperativo à Zurich. Lénine ou Mussolini étaient souvent assis à la même table. Mussolini était encore socialiste; ce n'est que plus tard qu'il est devenu fasciste.» A ma question de savoir si elle se doutait déjà qu'un jour Lénine écrirait l'histoire, elle a ri: «Non, clairement pas. Il y avait beaucoup d'étudiants intelligents, Lénine ne l'était pas plus qu'eux.»

Mais ce sont toutefois mes rencontres avec des gens ni célèbres ni particulièrement visibles socialement qui m'ont été les plus chères. Ceux qui mènent une vie normale. Pour différentes raisons, un événement de leur vie a donné matière à un article de journal. Un grand malheur, beaucoup de bonheur inespéré, une réussite soudaine ou un incident hasardeux a attiré l'attention de la presse. Les entretiens avec ces personnes duraient souvent longtemps; contrairement aux célébrités, elles ne s'exprimaient ni par des lieux communs ni par des déclarations apprises par cœur. Avec de la patience et de l'empathie, j'ai réussi, par chance, à écrire de belles histoires. J'ai toujours rencontré les personnes en vrai, jamais d'appels vidéo ni d'interviews par courriels. Après le vernissage de sa biographie, Maria Schell m'a expliqué en entretien qu'elle aimait et détestait simultanément cette situation. On doit



À la santé des jours heureux.

(Image: AdobeStock)

raconter en une heure des choses personnelles et privées, alors qu'en amitié il faut parfois des années avant de se confier. C'est beau et désolant à la fois. Comme dans la vraie vie.

Je vous souhaite de joyeuses fêtes et vous remercie de votre fidélité à la revue «Colonne vertébrale & santé». Bon vent! ■

Rosmarie Borle

**RICHTIG LIEGEN UND SCHLAFEN**

**Professionelle Liegeberatung IG RLS**

Ihre Liege- und Schlaftherapeuten

Telefon 044 821 90 89

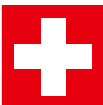
www.ig-rls.ch

**THERAPIE & TRAINING**



med. Rücken-Center

Therapie und Training



## Pro Chiropraktik Schweiz PCS

[www.pro-chiropraktik.ch](http://www.pro-chiropraktik.ch)  
[www.pro-chiropatique.ch](http://www.pro-chiropatique.ch)  
[www.pro-chiropatica.ch](http://www.pro-chiropatica.ch)

Bitte richten Sie Ihre Anfrage oder Mitteilung schriftlich an uns. Pour toute demande ou message veuillez nous contacter par écrit. Vi chiediamo ad indicare vostra domanda o messaggio per iscritto.

### Zentralpräsident

Rainer Friedrich Lüscher, Buchserstrasse 61,  
5000 Aarau  
[praesident@pro-chiropraktik.ch](mailto:praesident@pro-chiropraktik.ch)

### Zentralesekretariat

[sekretariat@pro-chiropraktik.ch](mailto:sekretariat@pro-chiropraktik.ch)

### Adressänderungen

Beat Uhlmann, Kappelenstrasse 43, 3250 Lyss  
[mutationen@prochiropraktik.ch](mailto:mutationen@prochiropraktik.ch)



## Pro Chiropraktik Aargau West

[aargau-west@pro-chiropraktik.ch](mailto:aargau-west@pro-chiropraktik.ch)

### Chiro-Gymnastik

**Rheinfelden:** Reha-Klinik, Donnerstag, 17.45–18.45  
Uhr, Susanne Cebulla, 061 641 31 31

**Suhr:** Tramstrasse 38, 5034 Suhr  
(Kath. Kirche Heilig Geist)  
Montag, 18.15–19.05 Uhr, Esther Kilchherr,  
078 876 98 62  
Schnupperlektionen jederzeit möglich.  
Auskunft: Claudia Iberg, 062 825 10 88

### Günstiger für Mitglieder

15% Mitgliederrabatt auf alle Artikel von EMPFI  
med. AG, Fachgeschäft für Wohlfühl-, Entspannungs-  
und Lagerungskissen: 5105 Auenstein,  
062 777 32 57, [www.empfi.ch](http://www.empfi.ch)



## Pro Chiropraktik Aargau Ost

[aargau-ost@pro-chiropraktik.ch](mailto:aargau-ost@pro-chiropraktik.ch)

### Chiro-Gymnastik

Die Chiro-Gymnastik in Brugg wird bis auf weiteres  
nicht mehr durchgeführt.

### Vergünstigung für Mitglieder

[gutschlafen.ch](http://gutschlafen.ch) AG bietet Ihnen individuelle Beratung  
für den guten Schlaf und schenkt allen Pro-Chiro-  
praktik-Mitgliedern ein Kopfkissen beim Kauf von  
Matratze und Lattenrost. Weitere Informationen:  
[gutschlafen.ch](http://gutschlafen.ch) AG, Bruggerstrasse 7, 5103 Wildegg.  
[info@gutschlafen.ch](mailto:info@gutschlafen.ch)



## Vereinigung Pro Chiropraktik – Region Basel

[basel@pro-chiropraktik.ch](mailto:basel@pro-chiropraktik.ch)  
[www.vereinprochiro.ch](http://www.vereinprochiro.ch)

### Chiro-Gymnastik

Es werden keine Kurse angeboten, Kontakte für  
Rückengymnastik von erfahrenen Leiterinnen sind:

**Liestal und Lausen:** Regula Diener,  
[aquaregula@bluewin.ch](mailto:aquaregula@bluewin.ch)

**Liestal und Basel:** Sabine Iseli, [siseli53@gmail.com](mailto:siseli53@gmail.com)

**Basel:** Nicole Wälchi, [nicole.waelchli@gmx.ch](mailto:nicole.waelchli@gmx.ch)

**Basel:** Romana Ramer, [romana.ramer@gmail.com](mailto:romana.ramer@gmail.com)

Sekretariat: B.Mayr, [vpc.sekretariat@gmail.com](mailto:vpc.sekretariat@gmail.com),  
079.274.90.79



## Pro Chiropraktik Bern

[info@prochirobern.ch](mailto:info@prochirobern.ch)  
[www.chiropraktikbern.ch](http://www.chiropraktikbern.ch)

### Chiro-Gymnastik

**Biel:** Turnhalle Peuplier, Aegertenstrasse,  
jeweils Dienstag, 20.00–21.00 Uhr  
Leiterin: Gabriella Zurbriggen, 076 583 33 16  
oder [gabi@zurbriggen.tv](mailto:gabi@zurbriggen.tv)

Probelektion und definitive Anmeldung bei  
der Kursleiterin. PCB-Mitglieder bezahlen den  
vergünstigten Tarif!

### Vergünstigungen für unsere Mitglieder

Sie profitieren bei folgenden aufgeführten Anbietern  
von Preisreduktionen. Über die aktuellen Angebote  
für PCB-Mitglieder geben die Anbieter direkt oder  
über [www.chiropraktikbern.ch](http://www.chiropraktikbern.ch) Auskunft.

### Neu: Pilates Biel

Pilates Biel/Bienne gewährt PCB-Mitgliedern 10%  
auf ein 10er-Abo «Pilates Matclass». Der Kurs  
«Be balanced» richtet sich speziell an Menschen mit  
Rücken- und anderen körperlichen Beschwerden.  
[www.pilates-biel.ch](http://www.pilates-biel.ch)

### Neu: Pilates Bern 2

PCB-Mitglieder trainieren mit 10% Rabatt auf das  
gesamte Angebot von Pilates-Gruppen- und  
Personal-Training. Probelektion 50% Rabatt. Ganzes  
Angebot und Lektionen für Menschen mit Rücken-  
und/oder Nackenschmerzen: [www.pilates-bern.ch](http://www.pilates-bern.ch).  
Telefonische Beratung: 078 864 88 04.

### Rückenzentrum, Rodtmattstrasse 90, Bern

Infos unter Tel. 031 331 44 88 oder  
[www.rueckenzentrum.ch](http://www.rueckenzentrum.ch)

## Jazzercise Center Thun

Strength Training – Montag und Donnerstag:  
18.45 Uhr

Unser Ganzkörper-Krafttraining (45 Minuten oder  
60 Minuten) strafft und stärkt unsere Muskulatur  
mit Squats, Curls, Liegestützen, Planks und vielen  
weiteren Bewegungsabläufen. Die Übungen werden  
mit Kurzhanteln, Therabändern oder mit dem  
eigenen Körpergewicht ausgeführt. Die einzelnen  
Einheiten sind zu Musik choreographiert und  
sorgen dafür, dass wir mit Spass und Freude in  
Bewegung bleiben. Unser Angebot:

- 2 Probetrainings
- CHF 20.00 Ermässigung auf das erste  
10er-Abonnement (Preis: CHF 230.00)

Jazzercise Center Thun, Seestrasse 14, 3600 Thun,  
033 336 67 02, [jazzercise-thun@hispeed.ch](mailto:jazzercise-thun@hispeed.ch),  
[www.jazzercise.ch](http://www.jazzercise.ch)



## Pro Chiropatique Genève

[geneve@pro-chiropatique.ch](mailto:geneve@pro-chiropatique.ch)  
[www.pro-chiropatique.ch](http://www.pro-chiropatique.ch)



## Pro Chiropraktik Graubünden und St. Galler Oberland

[graubuenden@pro-chiropraktik.ch](mailto:graubuenden@pro-chiropraktik.ch)

### Chiro-Gymnastik

**Ilanz:** Fitnesscenter VitaFit, Info: 081 925 23 43.  
Ermässigung für Vereinsmitglieder!



## Pro Chiro Fribourg

[fribourg@pro-chiropatique.ch](mailto:fribourg@pro-chiropatique.ch)  
[www.prochirofribourg.ch](http://www.prochirofribourg.ch)

### Chirogym

Vous trouverez le programme détaillé et les  
personnes à contacter pour la chirogym sous:  
[www.prochirofribourg.ch](http://www.prochirofribourg.ch)

Das detaillierte Programm und die Ansprech-  
personen für die Lektionen Chirogym finden Sie  
unter: [www.prochirofribourg.ch](http://www.prochirofribourg.ch)



## Pro Chiropraktik Luzern

[luzern@pro-chiropraktik.ch](mailto:luzern@pro-chiropraktik.ch)  
[www.pro-chiropraktik-luzern.ch](http://www.pro-chiropraktik-luzern.ch)

### Kurslokal PANGAS, Horwerstrasse 62 in Kriens

RückenGym: MO 16 Uhr + 17 Uhr/  
DI 19 Uhr/MI 19 Uhr / DO 18 Uhr/  
DO 8.45 Uhr + 9.45 Uhr (für Männer)  
Pilates MO 18 Uhr +19 Uhr/DI 18 Uhr/MI 18 Uhr/  
DO 19 Uhr/FR 9 Uhr

**Wäsmeli Treff, Luzern** RückenGym DI 8.30 Uhr +  
9.30 Uhr

**St. Karl, Luzern,** RückenGym MI 8.30 Uhr/  
17 Uhr + 18 Uhr/DO 8 Uhr + 9 Uhr

**Fitplus, Willisau,** RückenGym MI 13.30 Uhr/  
17.30 Uhr

**Der Maihof, Luzern,** Pilates DI 9 Uhr + 10 Uhr

**Wäsmeli Treff, Luzern, Pilates MI** 18 Uhr + 19 Uhr\*  
\*für Schwangere

**Hallenbad Rodtegg, Luzern, AquaGym**  
MO 19 Uhr + 19.45 Uhr + 20.30 Uhr

**Hallenbad Schmiedhof, Ebikon, AquaGym**  
MI 15.15 Uhr

**Hallenbad Luzern, AquaGym MI** 11.30 Uhr + DO 9 Uhr + 9.45 Uhr

**Hallenbad Mooshüsli, Emmen, AquaGym**  
FR 8.45 Uhr + 9.35 Uhr

**NEU!** Line Dance für Anfänger DI 20.05 Uhr

Tu dir Gutes, melde Dich gleich für eine Schnupperstunde an. Wir freuen uns auf Dich!

Info und Anmeldung:

E. Imfeld, T 041 320 31 00

luzern@pro-chiropraktik.ch

www.pro-chiropraktik-luzern.ch



## Pro Chiropratique Neuchâtel-Jura

neuchatel-jura@pro-chiropratique.ch

www.pro-chiropratique.ch

## Cours de chiro-gymnastique

**Cortailod:** Cort'Agora, Ch. des Draïzes,

lundi 18h00 à 19h00 et jeudi 17h00 à 18h00

Renseignements: Anne Chapuis, 076 398 12 55

**Monruz, Neuchâtel:** Fitness Maréchal,

Champréveyres 3, mardi 17h15 à 18h15

Renseignements: 032 724 38 53

**La Chaux-de-Fonds:** Collège des Gentianes,

Ormes 3, mardi 17h00 à 18h00

Renseignements: Patricia Hänni, 078 657 52 77.



## Oberwalliser Vereinigung

### Pro Chiropraktik

oberwallis@pro-chiropraktik.ch

## Chiro Nordic Walking und Aqua Fit

Neu werden im Oberwallis Chiro-Nordic-Walking- und Chiro-Aqua-Fit-Kurse angeboten. Mitglieder des Oberwalliser Vereins Pro Chiropraktik profitieren von vergünstigten Kurskosten. Die Kurse werden von einem diplomierten Instruktor geleitet. Informationen: 027 923 22 03.



## Schaffhauser Vereinigung

### Pro Chiropraktik

schaffhausen@pro-chiropraktik.ch

www.prochiro-sh.ch

## Chiro-Gymnastik

Chirogymnastik Montag, 19.00 Uhr St. Peter, Kirchengemeindesaal

Dieser Kurs ist vorläufig sistiert; wir suchen dringend eine neue Turnleiterin.

**Montag, 18.30 Uhr, Turnhalle Emmersberg,**

Schaffhausen, Heidi Scherer-Zubler, 052 624 71 02

**Dienstag, 10.00 Uhr, Ballettsaal,** Rheinstrasse 23

(neben der Schulzahnklinik), Schaffhausen,

Heidi Scherer-Zubler, 052 624 71 02

**Mittwoch, 14.00 Uhr, Bewegungsraum Cardinal,**

Schaffhausen, Ingrid Karsai, 052 533 18 35

**Donnerstag, 18.30 Uhr, Turnhalle Gemeindegewiesen,** Neuhausen, Heidi Scherer-Zubler, 052 624 71 02

Schnupperlektionen sind jederzeit möglich. Unsere Chiropraktoren empfehlen die Chiro-Gymnastik-Kurse und geben Ihnen gerne Auskunft.



## Solothurner Vereinigung

### Pro Chiropraktik

solothurn@pro-chiropraktik.ch

## Chiro-Gymnastik

### Bettlach, Gymnastiksaal Werkhof

Donnerstag, 8.45–9.35 Uhr; Donnerstag, 10.00–10.50 Uhr; Info: Ursula Bigler, 032 645 12 54

### Grenchen, Turnhalle Kastels

Donnerstag, 18.00–18.50 Uhr; Donnerstag, 19.00–19.50 Uhr; Info: Ursula Bigler, 032 645 12 54

### Solothurn, Turnhalle Fegetz

Montag, 19.30–20.20 Uhr;

Info: Daniela Kruppenacher, 076 724 82 29



## Pro Chiropraktik-Verein SG/AR/AI

stgallen-appenzell@pro-chiropraktik.ch

## Chirofit, Pilates und Faszientraining

Chirofit und Pilates machen beweglich und stark, geben Vertrauen und Sicherheit zurück. Persönlich individuell und professionell trainieren Sie Haltung, Kraft und Form.

## Neu: Faszientraining und Bellicon-Trampolin

### 10% Ermässigung für Mitglieder des Pro Chiropraktik-Vereins.

Beratung und Auskunft: Eveline Kessler, Schreinerstrasse 7, 9000 St. Gallen, 078 671 90 40, www.fit.ch



## Pro Chiropratica Ticino

ticino@pro-chiropratica.ch

www.pro-chiropratica.ch

## Chiro-Gym Corsi in Ticino

Corsi di ginnastica Ticino sopraceneri: Palestra Centro Anapura a Tenero, ogni mercoledì dalle ore 16.30 alle ore 17.30. Monitore: sig. Rosa Ramelli 079 772 56 76, rosaramelli@hotmail.com.



## Association vaudoise

### Pro Chiropratique

vaud@pro-chiropratique.ch

www.pro-chiropratique.ch

## Chiro-gymnastique

Les cours de gymnastique du dos sont donnés par des physiothérapeutes ou monitrices professionnelles reconnues par Qualitop.

**Cours n° 1:** Lundi 18h15, Collège de Béthusy, av. de Béthusy 7, Lausanne.

**Cours n° 2:** Lundi 19h, Collège de Béthusy, av. de Béthusy 7, Lausanne.

**Cours n° 3:** Jeudi 18h15, Ecole primaire de Montriond, av. Dapples 58, Lausanne.

**Cours n° 4:** Jeudi 19h, Ecole primaire de Montriond, av. Dapples 58, Lausanne.

**Cours n° 5:** Mercredi 18h30, rue des Prés-du-Lac 30B, salle Saolim, 1400 Yverdon.

Chaque séance dure ¾ d'heure, une fois par semaine. Pour tous renseignements, s'adresser à: Association vaudoise Pro Chiropratique, pl. du tunnel 13, 1005 Lausanne, tél. 021 323 44 08 ou fax 021 323 44 09. Dr Lawrence Cornelius, président, tél. 021 801 71 35.



## Pro Chiropraktik Zug

zug@pro-chiropraktik.ch

www.chirozug.ch

Der Stundenplan der Turnlektionen ist auf [www.chirozug.ch](http://www.chirozug.ch) aufgeschaltet.



## Zürcher Verein Pro Chiropraktik

zuerich@pro-chiropraktik.ch

www.zvpc.ch

## Mitgliederbeiträge

Einzelmitglied: CHF 25.–, Ehepaare: CHF 50.–  
Inbegriffen: 4 Hefte Rücken&Gesundheit und GV-Nachtesen

Merci de votre fidélité!



Solution de l'énigme



**PRO CHIROPRACTIQUE SUISSE**

**Je suis déjà membre mais transmets volontiers ce talon à des connaissances.**

- J'adhère à l'une des 18 sections en Suisse. La cotisation annuelle coûte entre CHF 20.- et 40.- selon le canton.
- Je soutiens la recherche dédiée à la formation des chiropraticiens en versant un don de CHF..... à la Fondation pour la formation des chiropraticiens, Sulgenauweg 38, 3007 Berne, CCP 60-325771-8.

Nom, prénom

Adresse

Numéro de téléphone

e-mail

Signature

Nom du chiropraticien / nom de la chiropraticienne

*Veillez détacher ce talon et l'envoyer à: Beat Uhlmann, Kappelenstrasse 43, 3250 Lyss.*