

Colonne



4123

vertébrale

santé

Organe officiel Pro Chiropratique



Chiropratique et recherches 3/3
Médecine du genre



Changement d'adresse:

Samuel Koserwäh Fachchiropraktor

Medbase Bern Zentrum - Sportmedizin
Schwanengasse 10
3011 Bern

Pascal Nicolas Fachchiropraktor

CVZ AG
Brückenweg 6
3930 Visp

D^r Seraina Francey

Cabinet Chiropratique
Rue du Parc 137
2300 La Chaux-de-Fonds

Miranda Raschle

Chiropraktik Thurgau AG
Hafenstrasse 23
8590 Romanshorn

D^r méd. chiro. Tobias Potthoff

UK Balgrist - University Spine Centre Zurich
Forchstrasse 340
8008 Zürich

D^r méd. chiro. Léonie Hofstetter

CHIROMED Praxis Dres. L. Hofstetter
und M. Mühleemann
Dufourstrasse 101
8008 Zürich

D^r méd. chiro. Melanie Häusler

CHIROMED Praxis Dres. L. Hofstetter
und M. Mühleemann
Dufourstrasse 101
8008 Zürich

Jasper Durville

Chiropraktik Thurgau AG
Hafenstrasse 23
8590 Romanshorn

Patric Beereuter

Chiopraxis Knonaueramt
Alte Obfelderstrasse 30,
c/o Dr. I. Paravicini
8910 Affoltern a. Albis

Federica Gianola

Praxis INTEGRIG AG
Allmendstrasse 1
3600 Thun

Daniel Streuli

Chiropraktik am Schaffhauserplatz
Hotzstrasse 65
8006 Zürich

Carmen Zeyen

Chiropraktik Wil AG
Obere Bahnhofstrasse 1
9500 Will

Arlette Albisser

Chiropraktik am Stadthofplatz Rapperswil AG
Obere Bahnhofstrasse 58a
8640 Rapperswil

Lea Suzanne Rohner

Chiropraktik Wil AG
Obere Bahnhofstrasse 1
9500 Will

Laure Béranger

vianin-chiropratique
Rue Georges-Jordil 4
1700 Fribourg

Kirsten Olesen

Chiropraktik Seeland AG
Johann-Verresius-Strasse 18
2502 Biel/Bienne

Gaja Bonfiglio

Chiropraktik Löwenplatz
Seidengasse 16
8001 Zürich

Nils Osseiran

Centre Chiropratique Cave du Palais
Rue des Terreaux 9
2000 Neuchâtel

David Niedermann

Chiropraktik am Inseliquai
Inseliquai 8
6005 Luzern

Natalie Bärtschi

Chiopraxis Tödistrasse
Tödistrasse 49
8002 Zürich

Impressum

Editeurs
Pro Chiropratique Suisse

Parution trimestrielle
Abonnement: CHF 25.00 par an moyenne
(adhésion à PCS comprise)
Abonnement simple: CHF 20.00
Prix au numéro: CHF 5.00

Tirage
allemand: 22 000 / français: 6800 / ital.: 1300

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

Consultants professionnels

Franziska Buob, D^r en droit, Zurich, D^r Peter Braun, chiropraticien, Zurich, D^r Marco Vogelsang, chiropraticien, Zurich, Rainer Lüscher, Aarau, D^r Rebecca Duvanel, chiropraticienne, La Chaux-de-Fonds, D^r Yvonne Juvet, chiropraticienne, Buttes

Internet
www.pro-chiropraktik.ch

Changements d'adresse / abonnements

Veillez annoncer les changements d'adresse par écrit.
Beatrice Rohrbach, Balmerstrasse 10, 3006 Berne,
mutationen@pro-chiropraktik.ch

Annonces

Stämpfli Fachmedien, Wölflistrasse 1, case postale, 3001 Berne, Tél. 031 300 63 70, insetate@staempfli.com

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 vertébral & santé ISSN 1661-4321

imprimé en
suisse



Editorial

Chère lectrice, cher lecteur

Il faut d'autres résultats positifs issus de projets de recherche en Suisse, qui montrent les avantages que présentent les patients souffrant de troubles de l'appareil locomoteur à consulter un chiropraticien pour le premier diagnostic.

Dans ce numéro, nous publions la troisième partie du rapport sur la nouvelle Fondation pour la recherche en chiropratique. Elle présente le quotidien d'un chercheur et, en particulier, les efforts nécessaires pour obtenir les fonds nécessaires à la réalisation et à l'aboutissement d'un projet de recherche. L'un des objectifs de la nouvelle fondation est de servir de passerelle entre les différents acteurs de la chiropratique en Suisse. Pour cela, elle a besoin d'un large soutien de toutes les personnes concernées, y compris de nous tous.

Pour que nos associations puissent continuer à soutenir la formation des chiropraticiens et la recherche, l'engagement de chacun d'entre nous est nécessaire.

Outre le soutien financier, nous vous prions de bien vouloir nous aider à recruter de nouveaux membres et membres du comité pour nos associations et de participer activement à la vie de celles-ci. Renseignez-vous directement auprès de vos associations cantonales sur les différentes activités, qu'il s'agisse des cours de gymnastique pour le dos, très appréciés et organisés avec succès dans de nombreux endroits, ou d'autres manifestations telles que des conférences, des assemblées d'associations, des voyages d'associations ou d'autres rencontres au cours desquelles le dialogue et la convivialité sont cultivés. Vous trouverez également quelques informations sur les activités de l'association au dos de ce magazine.

Nous vous remercions vivement de votre précieux et fidèle soutien.

Je vous souhaite une bonne lecture.

Rainer Lüscher

Président central de Pro Chiropratique Suisse

La recherche et la levée de fonds

Partie 3/3.....4
D' Longin Korner

Médecine genrée et chiropratique9
Rosmarie Borle

Speakers' Corner 11

Mystère 12

Organisation de patients 13

Index des adresses / Excursion argovienne 15

Varia..... 16



Images: Adobe Stock et zvg
Photo de couverture: lac d'Oeschinen et Blüemlisalp

Chère lectrice, cher lecteur,
Nous nous réjouissons de toute suggestion, information, critique ou réaction positive de votre part. N'hésitez pas à envoyer vos contributions à la rédactrice: rosmarie.borle@bluewin.ch ou Rosmarie Borle, Sonnenblickstrasse 9, 3063 Ittigen. Nous vous remercions de votre engagement pour votre revue.

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.

La recherche et la levée de fonds – Partie 3/3

Interview du **D^r Longin Korner** (président de la fondation schweizerische Stiftung für chiropraktische Forschung) avec la professeure Petra Schweinhardt, PhD M Chiro Med (professeure de médecine chiropratique à l'université de Zurich et directrice du service de médecine chiropratique de la clinique universitaire Balgrist à Zurich), et son équipe de recherche, l'«Integrative Spinal Research Group».

Depuis combien de temps fait-on de la recherche en chiropratique en Suisse?

La chaire de médecine chiropratique de l'université de Zurich a été créée en septembre 2008. L'ancien titulaire de cette chaire, le professeur Kim Humphreys, et sa femme Dre Cynthia Peterson ont lancé dès le début de leur mandat un programme de recherche, dont les premiers résultats ont pu être publiés dès 2010. Depuis lors, l'équipe de recherche n'a cessé de grandir et est devenue très interdisciplinaire. Notre équipe compte bien sûr des chiropraticiens et chiropraticiennes, mais aussi des spécialistes des sciences du mouvement, des neurosciences ainsi que des physiothérapeutes.

Comment dois-je me représenter la recherche en chiropratique et comment celle-ci est-elle menée en Suisse?

La recherche en chiropratique se rapporte à toutes les problématiques qui sont liées soit à la question des traitements chiropratiques, soit aux troubles pour lesquels les patients suivent un traitement auprès de chiropraticiennes. Celles-ci peuvent être rattachées à la recherche fondamentale, à la recherche

translationnelle, ou encore à la recherche purement clinique. Les problématiques cliniques concernent par exemple l'efficacité de certains traitements. La recherche translationnelle peut par exemple étudier les causes de problèmes au niveau de l'appareil locomoteur ou les mécanismes de l'efficacité de certains traitements. Voici un exemple concret de sujet qui nous préoccupe depuis plusieurs années: quel est le lien entre les schémas moteurs modifiés des patients ayant mal au dos et le fait que le signal que le cerveau reçoit du dos est modifié? Voici aussi une autre question très importante: y a-t-il un lien de causalité entre les schémas moteurs modifiés et les douleurs, et dans l'affirmative, peut-on exploiter cela sur le plan thérapeutique? En Suisse, les activités de recherche en chiropratique sont actuellement menées à l'université de Zurich.

Comment devient-on chercheur ou chercheuse, et quelle est l'importance de la recherche en chiropratique pour la profession en Suisse?

Il est important de se trouver dans un environnement disposant de l'expertise et du soutien nécessaires. Pour faire de la



Longin Korner exerce comme chiropraticien à temps partiel à Sursee. Il est responsable de la qualité au sein du comité de ChiroSuisse et président de la fondation schweizerische Stiftung für chiropraktische Forschung. Son entreprise Partner M offre des services de conseil et de gestion de projet dans le domaine de la santé.



D^r Petra Schweinhardt, professeure, PhD M Chiro Med, a étudié la médecine humaine à Heidelberg et la médecine chiropratique à l'Université de Zurich. Elle travaille depuis 2016 à l'Hôpital universitaire Balgrist. Elle a repris la direction de la recherche au sein de médecine chiropratique à l'Hôpital universitaire Balgrist en 2017, puis la direction générale en septembre 2022.



Conseil de fondation de la nouvelle fondation Stiftung für chiropraktische Forschung de gauche: Dr Martin Wangler (vice-président), Dr Longin Korner (président), Sabine Schläppi (directrice), Dr Thomas Thurnherr, Dre Martine Randoll Schmutz, Dr Michael Vianin, Dr Lukas Mayr

recherche de façon autonome à plus long terme, il est recommandé d'effectuer une thèse de doctorat (PhD). Les études doctorales à temps plein durent au moins trois ans et permettent d'acquérir les qualifications nécessaires pour faire de la recherche de façon autonome. L'autre solution consiste par exemple à s'impliquer, en tant que chiropraticien clinique, dans les activités de recherche de notre service de la clinique universitaire Balgrist, et de coopérer aux différents projets de recherche. Pendant la rédaction du travail de master ou de la thèse de doctorat, qui débouche sur le titre de docteur en médecine chiropratique, il faut de préférence acquérir de l'expérience dans un domaine de recherche pertinent. La chiropratique est une jeune discipline académique, et des réponses doivent encore être apportées à un grand nombre de questions. Ne serait-ce que pour cette raison, la recherche en chiropratique est extrêmement importante. L'existence de données probantes dans chaque domaine spécialisé est également essentielle à la pérennité du système de santé. De plus, chaque chaire universitaire se doit de fournir des résultats de la recherche d'un niveau qualitatif élevé.

Dans quels domaines de la chiropratique dispose-t-on aujourd'hui déjà de connaissances scientifiques dans une large mesure validée?

Des études convaincantes sont disponibles, qui prouvent que les traitements chiropratiques sont efficaces et avantageux en cas de mal de dos et de douleurs à la nuque. De plus, nous avons des indications au sujet des effets (sur le corps) des dif-

férents types de traitement chiropratique. Il peut par exemple s'agir des effets physiologiques d'une manipulation.

Qu'en est-il du transfert des connaissances? Les résultats de la recherche sont-ils connus des décideurs et communiqués dans la pratique? Comment pourrait-on éventuellement améliorer ce transfert des connaissances?

Comme le nombre de chiropraticiens et chiropraticiennes est faible en Suisse, cela facilite les échanges directs et offre de nombreuses occasions de communiquer les derniers résultats de la recherche. Par exemple, nous informons des découvertes



scientifiques lors de chaque congrès annuel de ChiroSuisse. Actuellement, nous sommes impliqués dans l'université des seniors mise sur pied par l'université de Zurich. Nous avons été invités à plusieurs reprises à l'émission «Gesundheit heute» et nous avons collaboré à des podcasts sur le thème de la chiropratique. Nous présentons régulièrement aussi les résultats de nos activités de recherche lors de conférences, en Suisse et à l'étranger. Des séminaires organisés dans le cadre des journées d'information des patients représenteraient un autre moyen intéressant de communiquer publiquement au sujet de nos recherches. En ce qui concerne les décideurs, l'association professionnelle ChiroSuisse joue un rôle important, car elle entretient des relations régulières avec les politiques.

Quel est le bénéfice immédiat de la recherche en chiropratique pour les patientes?

L'objectif est de proposer le bon traitement ou la bonne gestion au bon patient et au bon moment. Cela permet non seulement d'améliorer la qualité du traitement, mais aussi de soulager notre système de santé et de réduire les coûts. C'est encore un peu de la musique d'avenir, mais nous sommes confiants dans le fait que nous pouvons réussir.

Où en est la recherche en chiropratique en Suisse en comparaison internationale? Une collaboration a-t-elle également été mise en place avec des chercheuses d'autres pays?

Au Danemark et en Australie, les activités de recherche en chiropratique sont très importantes, surtout dans le domaine de l'épidémiologie. A la chaire de médecine chiropratique de

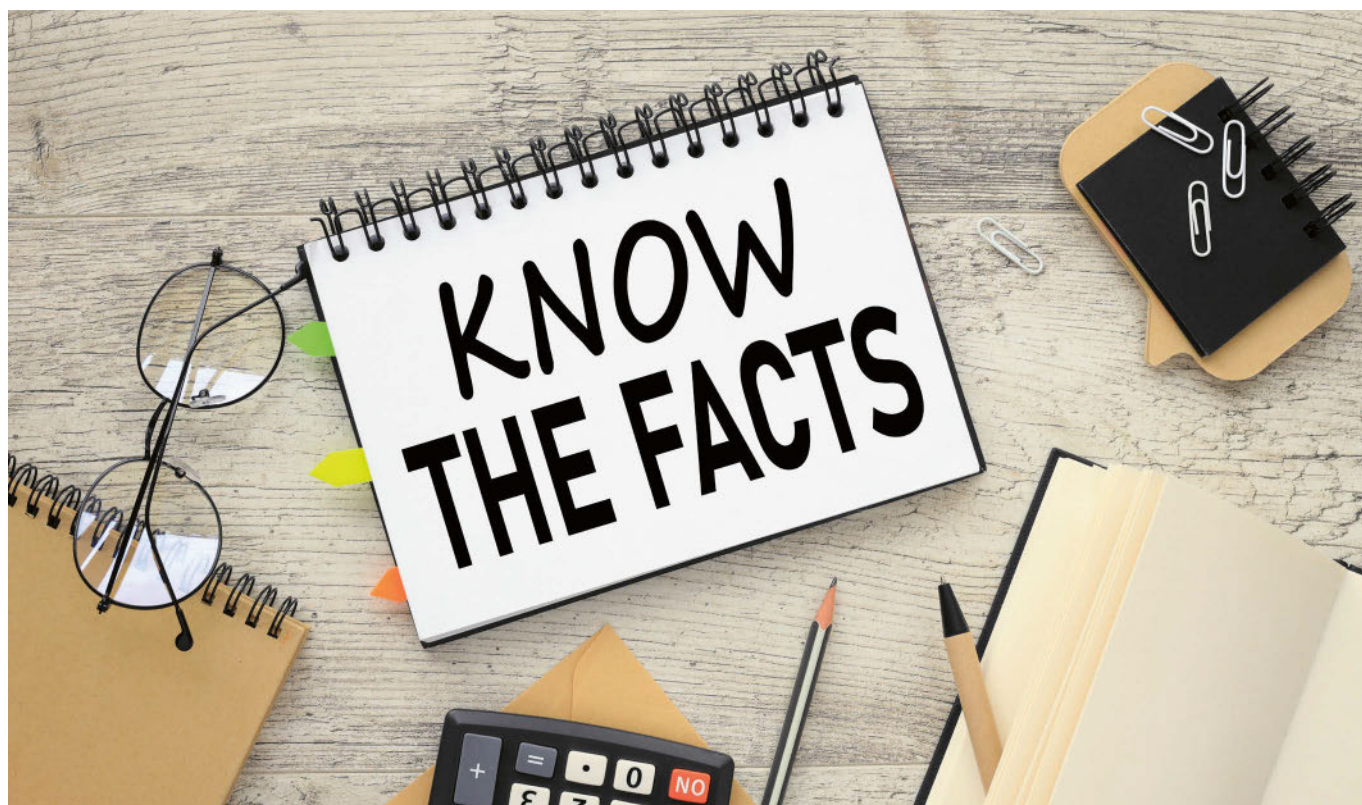
l'université de Zurich, notre priorité est d'intégrer la recherche clinique («qu'est-ce qui fonctionne pour qui?») à la recherche fondamentale («comment et pourquoi quelque chose fonctionne?»). Cette approche est unique sur le plan international. Et bien entendu, nous entretenons des collaborations scientifiques internationales, actuellement par exemple avec le Canada, le Royaume-Uni, l'Australie et la France.

Quelles sont les principales problématiques en lien avec la chiropratique que l'on devrait étudier scientifiquement à l'avenir?

Comment pouvons-nous constater au niveau individuel les raisons pour lesquelles une personne donnée souffre de maux de dos ou de douleurs à la nuque? Comment pouvons-nous prévenir une récurrence? Quel genre de traitement chiropratique ou quel aspect de celui-ci convient-il à quel patient? Comment pouvons-nous en améliorer l'efficacité? La médecine personnalisée constitue-t-elle un moyen de mieux venir en aide aux patientes?

Quels sont les principaux défis qui attendent la recherche en chiropratique en Suisse?

Le personnel représente un aspect important. Pour les chiropraticiens exerçant en milieu clinique notamment, la recherche n'est en général pas attrayante. Cela est dommage, car, en fin de compte, tant la recherche que la pratique clinique profitent mutuellement de la connaissance des deux «côtés». La collecte de subsides pour la recherche est une préoccupation permanente, et en rapport avec celle-ci, l'absence de sécu-



rité de l'emploi pour les chercheurs, qui ne peuvent être engagés que pour la durée d'un projet. En particulier pour les chercheuses en début de carrière, il est souvent difficile de trouver des fonds d'encouragement adéquats et d'obtenir que ceux-ci soient également alloués par la suite, de sorte que ces personnes puissent avoir des perspectives à long terme.

Comment les fonds nécessaires à cette recherche sont-ils levés en Suisse, et quels sont les principaux bailleurs de fonds? Dans les recherches pharmaceutiques par exemple, y a-t-il des secteurs industriels financièrement solides, qui manifestent de l'intérêt pour la recherche en chiropratique et souhaitent donc la soutenir?

Premièrement, chaque chaire de l'Université de Zurich peut compter sur le soutien du canton. Toutefois, la levée de fonds auprès de tiers dans un cadre compétitif joue un rôle très important. Dans ce contexte, il convient notamment de mentionner le Fonds national suisse ainsi que diverses initiatives européennes, comme l'European Centre for Chiropractic Research Excellence (ECCRE). De plus, il est également possible de soumettre des demandes à un certain nombre de fondations. Nous n'avons pas connaissance de secteurs industriels qui soutiennent la recherche en chiropratique. Il est néanmoins envisageable qu'un fabricant, par exemple d'un outil thérapeutique, s'engage à soutenir un projet s'y rapportant. Cependant, l'indépendance de la recherche académique doit être garantie à tout moment.

Comment cela se passe-t-il pour la recherche à l'étranger (p. ex. Danemark, Angleterre, Norvège, Canada)? Avez-vous connaissance de modèles de financement d'autres pays, qui pourraient également présenter un intérêt pour la Suisse?

Le Danemark est doté d'un modèle intéressant, dans lequel une partie fixe des frais de traitement de chaque chiropraticienne est mise à la disposition de la recherche effectuée par la chaire de chiropratique. Au Canada, il existe une fondation de recherche à laquelle il est possible de soumettre des demandes de soutien. Son financement provient en partie de dons et est en partie aussi assuré par les associations de chiropratique des différentes provinces, qui versent une contribution fixée au prorata de leur effectif de membres. Ces deux exemples montrent comment l'assurance d'un financement peut donner des perspectives de long terme.

En plus des moyens financiers, quels sont les facteurs de succès d'une recherche de qualité?

Il faut être entouré des bonnes personnes, disposer d'un environnement favorable et soulever des questions de recherche pertinentes. Il est également important de se rendre compte que la recherche n'évolue pas de façon linéaire et qu'elle ne peut jamais être entièrement planifiée. C'est pourquoi l'agilité, la curiosité et la persévérance sont des qualités très importantes, même s'il est parfois difficile de laisser libre cours aux deux premières en raison du grand nombre d'exigences à satisfaire du point de vue de la bureaucratie.

Stiftung für chiropraktische Forschung

La fondation Stiftung für chiropraktische Forschung, dont le siège est à Berne, a été créée au printemps par ChiroSuisse, l'Association Suisse de Chiropratique. Les statuts prévoient que le conseil de fondation est élu par le comité de ChiroSuisse. Cela donne une légitimité démocratique à la fondation et garantit son intégration dans la profession. L'objectif de la fondation est de promouvoir la recherche et la qualité dans le domaine de la chiropratique.

La fondation est reconnue d'utilité publique et ne poursuit aucun but lucratif. Son bénéfice et son capital sont exclusivement consacrés au but susmentionné.

Dons

La fondation nouvellement créée a impérativement besoin de dons, notamment pour encourager les jeunes chercheurs et chercheuses dans le domaine de la chiropratique. Les donations en faveur de la Stiftung für chiropraktische Forschung sont exonérées d'impôt. Elles sont déductibles fiscalement (impôt fédéral et cantonal).

Siège et compte de donation

Stiftung für chiropraktische Forschung
c/o ChiroSuisse
Sulgenauweg 38
3007 Berne
Téléphone 031 371 03 01

Banque Cantonale Bernoise
IBAN: CH51 0079 0016 6125 9655 4

Interlocuteur:
Dr Longin Korner (président du conseil de fondation)
Longin.Korner@hin.ch



Y a-t-il dans votre institut des projets de recherche qui seraient très intéressants, mais qui ne peuvent pas, ou du moins pas encore, être mis en œuvre pour des raisons financières?

Si je vous réponds compte tenu des ressources en personnel disponibles, je dirai: oui. Nous avons quelques domaines de recherche qui présenteraient de l'intérêt pour un financement externe. Je pense à la mobilisation sous narcose, à la mobilité de la colonne vertébrale chez les nourrissons ayant un torticolis ou encore aux facteurs contextuels du traitement chiropratique, pour ne citer que quelques exemples.

Quels sont vos souhaits pour l'avenir de la recherche en chiropratique en Suisse?

Qu'il y ait plus de chercheurs ayant pratiqué en tant que chiropraticiens en milieu clinique et davantage de moyens financiers pour s'assurer durablement les services de personnes plutôt que pour encourager des projets spécifiques. Il serait par exemple souhaitable de pouvoir financier régulièrement (p. ex. tous les 2 à 3 ans) le doctorat scientifique (PhD) d'une chiropraticienne qualifiée et ayant la motivation requise. De façon générale, cela serait formidable d'obtenir la reconnaissance de principe des chiropraticiens cliniques en faveur du travail de recherche, qui nécessite un investissement énorme de la part des scientifiques. ■

DAMIT SIE SICH AUF DIE ARBEIT MIT MENSCHEN KONZENTRIEREN KÖNNEN

L'HUMAIN AU CŒUR DE VOTRE ACTIVITÉ



Seit mehr als 30 Jahren sind wir ein Komplettanbieter für Therapie und Praxis, medizinischer Fachhandel sowie Sport und Pilates. Fachkompetent, dienstleistungsorientiert und schnell betreuen wir unsere Fachkunden.

Nous sommes un prestataire complet pour les cabinets médicaux et de thérapie, le commerce médical spécialisé ainsi que le sport et le Pilates. Nous nous occupons de nos clients professionnels de manière compétente, rapide et orientée vers le service.



Therapiebedarf

Fournitures thérapeutiques



**Therapiegeräte und
-einrichtungen**

Équipements et installations
thérapeutiques



Sport, Fitness und Pilates

Sport, fitness et Pilates



**Praxisbetrieb, Verpflegung
und mehr**

Tout pour le cabinet



Preisvorteile für Fachkunden

Prix avantageux pour les clients
professionnels



**Qualitativ hochwertige und innovative
Produkte**

Produits de qualité supérieure et innovants



**Individuelle und fachkompetente
Beratung**

Conseils individuels et professionnels



**Schnelle Lieferung und grosse
Flexibilität**

Livraison rapide et grande flexibilité



MEDIDOR.CH

Ihr Komplettanbieter für Therapie, Gesundheit und Bewegung | Votre fournisseur complet pour la thérapie, la santé et le mouvement
MEDIDOR AG | Hintermättlistrasse 3 | 5506 Mägenwil | Tel. (dt.) +41 44 739 88 88 | Tél. (fr.) +41 44 739 88 11 | mail@medidor.ch

Médecine genrée et chiropratique

Rosmarie Borle Dans tous les domaines, on adopte une approche «genrée» et l'écriture inclusive est au centre du débat depuis un certain temps. Mais qu'est-ce que le genre en réalité, et pourquoi cette question échauffe-t-elle autant les esprits? Depuis le début de ce siècle, on parle également de la médecine genrée, qui fait l'objet de recherches interdisciplinaires. Ce sujet revêt également de l'intérêt pour la chiropratique, comme le confirme la présidente de ChiroSuisse, Bea Wettstein.

On le sait depuis longtemps: les hommes et les femmes ne tombent pas malades de la même manière et leur ressenti de la maladie est différent. Il s'agit aujourd'hui de donner plus de poids à ce constat en médecine. Au sein de l'Université de Zurich (UZH), la médecine genrée est une préoccupation de premier plan. On peut lire sur son site Internet (notre traduction): «Le sexe biologique et le sexe socioculturel ont des conséquences sur la présentation, l'évolution, le traitement et le diagnostic des maladies. Il est toutefois fréquent que les différences liées au genre soient négligées en médecine... Un nombre croissant d'études atteste que dans la recherche sur les maladies et leur traitement, il n'est plus judicieux d'avoir une conception universelle. Tandis qu'à l'époque de la médecine personnalisée, les concepts thérapeutiques sont déjà adaptés à certains gènes ou à d'autres caractéristiques, il est toutefois difficile de percevoir la différence entre l'homme et la femme dans la littérature spécialisée et dans la routine clinique.»

La cardiologie est particulièrement appropriée pour montrer les conséquences de ce manque: «L'infarctus du myocarde est considéré comme une maladie typiquement masculine, alors que le risque de mourir d'un infarctus du myocarde



Rosmarie Borle, Berne,
journaliste RP, rédactrice du journal
«colonne vertébrale & santé»

est nettement plus élevé pour les femmes que pour les hommes. Les raisons invoquées sont la difficulté à poser le diagnostic et le retard dans la mise en place du traitement chez les patientes de sexe féminin. Cela s'explique par le fait que les particularités du cœur de la femme sont dans une large mesure ignorées dans la recherche. Il est notamment inquiétant que la part de femmes dans les études portant sur les cardiopathies ne soit que de 18-24%, ce qui limite clairement leur pertinence.» L'importance de ce sujet transparait également dans le fait qu'à l'Université de Zurich, une chaire de médecine genrée est en train d'être créée.

La professeure Vera Regitz-Zagrosek, Dr h. c., Charité, Berlin, Université de Zurich, une pionnière dans la recherche sur la médecine genrée, s'intéresse de près au sujet, qu'elle a délimité de la manière suivante lors de son exposé de novembre 2023 à l'Université de Berne (notre traduction): «La médecine gen-

rée ou médecine sensible au genre se penche sur l'influence du genre sur la santé et la maladie. Elle tient compte du sexe biologique, de l'influence des gènes et des hormones, et de la dimension socioculturelle liée au genre ... En raison des aspects liés à l'appartenance sexuelle, de nombreuses maladies se distinguent quant à leur manifestation, leur évolution et leur traitement chez la femme et chez l'homme. C'est pourquoi il faut revoir les concepts de maladie dans les supports de cours, les recommandations, les guidelines et les approches thérapeutiques.»

Dans la revue 8/2020 du Gesundheitszentrum Fricktal AG (gzf, notre traduction), Vera Regitz-Zagrosek explique dans son article intitulé «Frauen sind keine kleinen Männer» (Les femmes ne sont pas des hommes en plus petits), tout ce que recouvre la médecine genrée: «Le concept primaire de la médecine genrée consiste dans la prise en compte du genre. Et nous ne disposons pas d'un concept de genres se résumant à des catégories bien tranchées. Il existe en effet de très nombreuses formes de genre différentes. Et dans ce contexte, nous voulons aussi prendre en charge toutes les personnes transgenres et intersexes le mieux possible, autrement dit le plus individuellement possible. Rappelons que la transsexualité ou l'intersexualité ne sont pas des maladies. Nous voulons inclure dans les études, sans aucun préjugé, les personnes qui sont transgenres et intersexes, tout simplement pour déterminer leurs besoins médicaux.»

La médecine genrée est une jeune discipline scientifique, qui est née dans les années 1990 aux Etats-Unis à l'initiative du Mouvement pour la santé des femmes. Une dizaine d'années plus tard, elle s'est développée en parallèle en Europe, aux Etats-Unis et au Canada. Avec le recul, on peut se demander pourquoi cette évolution a pris autant de temps. ■

Tout comme en anglais, on différencie en français entre le sexe (qui est biologique) et le genre (qui est social et culturel).

Le numéro 1/24 du magazine «Colonne vertébrale & santé» sera consacré au thème de la médecine genrée et de la chiropratique. Les chiropraticiennes et chiropraticiens parleront de leurs expériences y relatives et nous espérons que vous apporterez vous aussi votre contribution, chère lectrice et cher lecteur. Veuillez nous écrire au sujet de la manière dont vous ressentez et définissez la douleur, dont vous aimez bien ou n'aimez pas vraiment parler de vos antécédents médicaux, de votre anamnèse, de la manière dont vous vivez vos douleurs, plus ou moins faibles ou importantes (par e-mail: rosmarie.borle@bluewin.ch, par courrier postal: Rosmarie Borle, Sonnenblickstrasse 9, 3063 Ittigen, par SMS 079 218 42 07). Merci! La protection des données est garantie et les contributions peuvent également être envoyées à titre anonyme.



Que faire des informations reçues?



De quelles quantités d'informations avons-nous besoin? La sélection des informations, leur provenance et leur qualité sont difficilement gérables, et il n'est presque plus possible d'en avoir une vue d'ensemble. Que devrions-nous savoir et qu'est-il impératif que nous sachions concernant les guerres, les tremblements de terre, les inondations, les famines et toute cette misère dans le monde? Et concernant les belles choses de la vie, les gens heureux, les phénomènes naturels, et tout ce qui réchauffe le cœur? Chacun doit décider pour lui-même, en fonction de ses possibilités, de ce qu'il doit savoir, et de ce qui est uniquement supportable par refoulement. Une décision qu'il faut prendre chaque jour à nouveau, et que personne ne peut prendre à notre place.

Une enquête réalisée en Allemagne a révélé que les gens déverrouillent leur smartphone 80 fois par jour en moyenne, en



une seule journée. Pendant les sept heures et demie de la journée que l'on passe en moyenne à consommer des médias et des messages, le cerveau absorbe, selon de vagues estimations, plus de 34 gigabytes de données. La vie numérique est composée de stimuli permanents et d'impressions sensorielles. Il est alors facile de perdre la vue d'ensemble.

Mais aussi dans le quotidien sans portable, nous traitons en permanence des informations, lisons les dates de péremption des aliments, sachant qu'ici encore, une pléthore d'informations retient l'attention: les noisettes moulues se périment le 29.12.2023 à 19h48. Qui aurait imaginé que l'heure est cruciale pour la date de péremption? Ainsi, nous enregistrons sans arrêt des indications et des communications inutiles, que notre pauvre cerveau doit filtrer et trier sans répit, tout en enregistrant en priorité ce qui est important pour nous. Ce filtre n'est pas le même pour tout le monde. Pour les fans de football, les résultats des matches sont sacrés, tandis que d'autres se demandent ce qu'il y a d'intéressant dans ce jeu.

Ce qui nous sauve, c'est la perception sélective, qui nous aide à séparer ce qui est important et ce qui n'est pas. Mais là aussi, c'est subjectif et situationnel. Si je souhaite aller en montagne demain, les prévisions météorologiques sont importantes pour moi, mais si je dois travailler à la maison, cela m'est égal. Wikipédia explique à propos de la perception sélective (notre traduction): «Elle repose sur la capacité à reconnaître des schémas ... Le cerveau est constamment à la recherche de schémas afin de pouvoir mieux comprendre et rattacher de nouvelles informations à celles déjà disponibles ... Cela est nécessaire pour pouvoir mieux gérer le très grand nombre d'informations. Les arguments qui soutiennent sa propre position sont perçus plus fortement que ceux qui lui nuisent.»

Parfois, on reçoit aussi dans sa vie privée des remarques qu'il vaut mieux vite oublier. Comme lorsque, de bon matin alors que je revenais à la maison après être allée promener le chien, mon mari m'a dit en me dévisageant: «Tu ressembles à une petite fille de 4 ans qui s'est habillée seule le dimanche pendant que ses parents dormaient encore.» ■

Rosmarie Borle

Mystère – où sont les dix différences?



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



Pro Chiropraktik Schweiz PCS

www.pro-chiropraktik.ch
www.pro-chiropratique.ch
www.pro-chiropratica.ch

Zentralpräsident

Rainer Friedrich Lüscher, Buchserstrasse 61,
5000 Aarau
info@pro-chiropraktik.ch

Zentralsekretariat

Isabel Winkler, Tscharnerstrasse 22, 3052 Zollikofen
sekretariat@pro-chiropraktik.ch

Adressänderungen

Beatrice Rohrbach, Balmerstrasse 10, 3006 Bern
mutationen@pro-chiropraktik.ch



Pro Chiropraktik Aargau West

aargau-west@pro-chiropraktik.ch

Chiro-Gymnastik

Rombach: ASS Fit & Well, Rainstrasse 2, Mitt-
woch, 8.30–9.20 Uhr, Barbara Willi, 062 844 32 38
Schnupperlektionen jederzeit möglich.
Auskunft: Claudia Iberg, 062 825 10 88

Auenstein: Turnhalle, Donnerstag, 16.00–17.00 Uhr,
Barbara Willi, 062 844 32 38
Schnupperlektionen jederzeit möglich.

Auskunft: Claudia Iberg, 062 825 10 88

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

Suhr: Kultur- und Kongresszentrum Bärenmatte,
Turnhalleweg 1, 5034 Suhr,
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



Pro Chiropraktik Aargau Ost

aargau-ost@pro-chiropraktik.ch

Chiro-Gymnastik

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

Vergünstigung für Mitglieder

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 AG, Bruggerstrasse 7, 5103 Wildegg.
info@gutschlafen.ch



Vereinigung Pro Chiropraktik - Region Basel

www.vereinprochiro.ch

Chiro-Gymnastik

Aesch BL: Sportcenter TAB, Industriestrasse 151,
10.15–11.05 Uhr, 11.15–12.05 Uhr

Basel: Gymnastikhalle Nonnenweg 64a:

Montag, 17.00–17.50 Uhr, 18.00–18.50 Uhr
Gymnastikraum, Rudolfstrasse 20:

Mittwoch, 16.00–16.50 Uhr, 17.00–17.50 Uhr.
Turnhalle 1, St. Alban-Schulhaus, Engelgasse 40:
Mittwoch, 20.00–20.50 Uhr

Liestal: Turnhalle Bifang, Lausen: Dienstag,
20.00–20.50 Uhr. Budokai, Rosenstrasse 21a:
Mittwoch, 8.00–8.50 Uhr, 9.00–9.50 Uhr;
Freitag, 9.00–9.50 Uhr, 10.00–10.50 Uhr,
17.30–18.20 Uhr

Preis pro Lektion: CHF 17.– für Mitglieder der
Vereinigung Pro Chiropraktik Region Basel; CHF 19.–
für Nichtmitglieder. Auskunft und
Anmeldung: Bernadette Mayr, 079 274 90 79
vpc.sekretariat@gmail.com



Pro Chiropraktik Bern

info@prochirobern.ch
www.chiropraktikbern.ch

Chiro-Gymnastik

Bern: Schulhaus Breitfeld, Standstrasse 61,
3014 Bern

Biel: Turnhalle Peuplier, Aegertenstrasse,
jeweils Dienstag, 20.00–21.00 Uhr
Leiterin: Gabriella Zurbriggen, 076 583 33 16
oder 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 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

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.
Telefonische Beratung: 078 864 88 04.

Aquateam Bern: Wasserfitness-Kurse

Infos unter Tel. 031 990 10 00 oder
www.aquateam.ch

Rückenzentrum, Rodtmattstrasse 90, Bern

Infos unter Tel. 031 331 44 88 oder
www.rueckenzentrum.ch

Congrès, Tourisme et Sport SA, Zentralstrasse 60, 2502 Biel/Bienne

Infos unter Tel. 032 329 19 51 oder
www.ctsbiel-bienne.ch

Jazzercise Center Thun

Strength Training – Montag und Donnerstag:
18.45 Uhr

Unser Ganzkörper-Krafttraining (45 Minuten oder
60 Minuten) trifft 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,
www.jazzercise.ch



Genfer Verein Pro Chiropraktik

geneve@pro-chiropratique.ch
www.pro-chiropratique.ch



Pro Chiropraktik Graubünden und St. Galler Oberland

pro-chiropraktik.graubuenden@chirosuisse.ch

Chiro-Gymnastik

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



Freiburgische Vereinigung Pro Chiropraktik

pro-chiropratique.fribourg@chirosuisse.ch
www.prochirofribourg.ch

Chirogym

Vous trouverez le programme détaillé et les
personnes à contacter pour la chirogym sous:
www.prochirofribourg.ch

Das detaillierte Programm und die Ansprech-
personen für die Lektionen Chirogym finden Sie
unter: www.prochirofribourg.ch



Organisation de patients



Pro Chiropraktik Luzern
luzern@pro-chiropraktik.ch
www.pro-chiropraktik-luzern.ch

Aktuell bieten wir 35 verschiedene Kurse in Luzern, Kriens, Emmen und Willisau an. Profitieren auch Sie als Teilnehmer von unserem breiten Spektrum an Erfahrungen, von dynamischer Aktivität bis hin zur tiefen Entspannung. Die Lektionen sind frisch, lebendig, intensiv, motivierend und abwechslungsreich gestaltet. Bei entsprechender Zusatzversicherung können unsere Kurse von der Krankenkasse abgerechnet werden. Das ausführliche Angebot finden Sie auf unserer Website www.pro-chiropraktik-luzern.ch. Für Schnupperlektionen und weitere Auskünfte melden Sie sich bitte bei Esther Imfeld, Tel. 041 320 31 00, oder senden Sie uns eine Mail.



Pro Chiro NE-JU
pro-chiropratique.neuchatel@chirosuisse.ch
www.prochiropratique.ch

Cours de chiro-gymnastique

Neuchâtel: Nouveau Collège Primaire, Mail 13, lundi 17h00 à 18h00 et 18h00 à 19h00
Renseignements: Fabio Da Cruz, 079 761 65 99

Cortailod: Cort'Agora, Ch. des Draizes, lundi 18h00 à 19h00 et jeudi 17h00 à 18h00
Renseignements: Anne Chapuis, 076 398 12 55

Monruz, Neuchâtel: Fitness Maréchal, Champvéveyres 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
pro-chiropraktik.oberwallis@chirosuisse.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
pro-chiropraktik.schaffhausen@chirosuisse.ch

Chiro-Gymnastik

Montag, 18.30 Uhr, Turnhalle Emmersberg, Schaffhausen, Heidi Scherer-Zubler, 052 624 71 02

Montag, 19.00 Uhr, St. Peter, Kirchgemeindesaal Schaffhausen, Ingrid Karsai, 052 533 18 35

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 Gemeindegarten, 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/Sektion Oberer Kantonsteil
pro-chiropraktik.solothurn-ok@chirosuisse.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, 20.00–20.50 Uhr; Info: Daniela Kruppenacher, 032 681 03 73



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
pro-chiropratica.ticino@chirosuisse.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
pro-chiropratique.vaud@chirosuisse.ch
www.prochiropratique.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 30 B, 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.



Zuger Vereinigung Pro Chiropraktik
pro-chiropraktik.zug@chirosuisse.ch
www.chirozug.ch

Der Stundenplan der Turnlektionen ist auf www.chirozug.ch aufgeschaltet.



Zürcher Verein Pro Chiropraktik
Präsidentin Ruth Gsell-Egli
ruth.gsell@zvpc.ch – www.zvpc.ch
www.chirosuisse.ch/de/medien/kontakte

Mitgliederbeiträge

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



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

Für CHF 200.- pro Jahr (4 Ausgaben) platzieren wir Ihre Firma in diesem Register. Weitere Infos unter Tel. 031 300 63 87 oder unter E-Mail insetate@staempfli.com (zusätzliche E-Mail-Adresse plus CHF 100.-).

Excursion argovienne

La section Argovie ouest en excursion

En septembre 2023, une trentaine de personnes de l'association Pro Chiropraktik Aargau West, l'une des 18 sections de l'Association de patients Pro Chiropratique Suisse, se sont réunies pour leur traditionnelle excursion de la fin de l'été. Cette année, leur destination était l'Emmental, et plus précisément l'Entlebuch. L'autocar a démarré sa course à Rapperswil, puis il a fait des arrêts intermédiaires à Aarau et à Zofingue, d'où il a mis le cap sur l'Emmental. En passant par Rothrist, il s'est rendu à Affoltern dans l'Emmental pour une pause-café dans la fromagerie de démonstration locale. De là, le trajet nous a emmenés par Sumiswald, Ramsei, Schüpbach, Signau et Eriswil pour arriver à Blapbach (1120 m d'altitude), dans le restaurant Blapbach, où un délicieux repas de midi nous attendait. Les personnes qui aiment les desserts ont pu se faire vraiment plaisir. Puis le voyage s'est poursuivi jusqu'à Trubschachen pour la visite de l'entreprise Kambly SA. Nous avons ensuite traversé l'Entlebuch pour retourner à Zofingue, puis Aarau et Rapperswil, la destination finale de notre merveilleux voyage d'une journée. Il convient ici de remercier chaleureusement les organisateurs, qui n'étaient autres que les membres du comité (Peter Roth, Claudia Iberg en tant que caissière, Christoph Waldmeier en tant qu'actuaire et Peter Roschi en tant que président). ■



Membres du comité de l'association Pro Chiropraktik Argovie ouest avec le président Peter Rosch, le vice-président Peter Roth, l'actuaire Christoph Waldmeier et la caissière Claudia Iberg.

Pro Chiropratique Suisse, fondée en 1957, est la plus grande association de patients en Suisse.

Elle s'engage en faveur des droits et intérêts des patientes et patients de chiropratique, afin qu'ils ne soient pas oubliés en politique et par les caisses-maladie.

Les prestations proposées par l'association de patients à ses membres vont de la défense des intérêts dans les milieux politiques aux cours de chiro-gymnastique très appréciés en passant par les services de l'ombudsman, les réductions dans les magasins spécialisés et un abonnement

au magazine «Colonne vertébrale & santé». Pour de plus amples informations, rendez-vous sur www.pro-chiropraktik.ch et sur www.chirosuisse.ch

Rainer Lüscher

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 17 sections en Suisse. La cotisation annuelle coûte entre CHF 20.- et 40.- selon le canton.
- Je souhaite uniquement m'abonner à la revue trimestrielle «Colonne vertébrale&santé» pour CHF 20.- par année, sans m'affilier à l'association.
- 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: Beatrice Rohrbach, Balmerstrasse 10, 3006 Berne.