

Zeitschrift: Schweizer Hebamme : offizielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici

Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband

Band: 98 (2000)

Heft: 5

Artikel: La réflexothérapie lombaire

Autor: Mettraux-Berthelin, Anne-Marie

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-950772>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 17.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

La réflexothérapie lombaire

La réflexothérapie lombaire est une technique réflexe qui s'applique au cours du travail dans les cas de douleurs lombaires et de dystocie cervicale. Ce travail pathologique a été codifié par le syndrome algo-dysfonctionnel obstétrical (SADO).

Anne-Marie Mettraux-Berthelin

METTRE au monde un enfant dans les meilleures conditions de confort physique et psychologique est le projet, le rêve de toute femme et de tout couple.

En pratiquant la réflexothérapie lombaire depuis déjà quelques années, je me suis posé de nombreuses questions. Que se passe-t-il dans la tête d'une femme, d'un couple qui fait le projet de donner la vie à un enfant? Que se passe-t-il dans la tête d'une femme qui découvre qu'elle attend un enfant? Enfin qu'en est-il de celle qui apprend qu'elle est enceinte?

Toutes ces questions me paraissent essentielles et trouvent éclairage totalement ou partiellement tout au long de cette préparation où, tout en confiance, futures mères et futurs pères peuvent exprimer et partager tout leur vécu, leurs attentes, leurs espoirs et leurs désirs...

Si suffisamment de sages-femmes étaient intéressées, Anne-Marie Mettraux-Berthelin serait disposée à mettre sur pied **un cours sur la réflexothérapie lombaire** à Fribourg. Adressez-vous directement à elle à la maison de naissance «Le Petit Prince», Ch. de Nazareth 5, 1762 Givisiez, tél. 026 469 07 27.

Au terme de cette préparation, les futurs parents et tout spécialement la femme devraient être en mesure de mettre au monde leur enfant en toute autonomie et toute quiétude, quel que soit l'endroit.

Mais que se passe-t-il quand ce rêve, en salle de naissance, ne devient pas réalité? Les contractions deviennent mal supportées, le travail se prolonge, la panique de ne plus pouvoir faire face ascensionne et le syndrome algo-dysfonctionnel obstétrical s'installe progressivement.

Qu'est-ce que le syndrome algo-dysfonctionnel obstétrical?

C'est l'ensemble des symptômes qui manifestent l'intolérance aux contractions au cours du travail et la mise en œuvre d'un processus d'inhibition de l'action qui s'exprime par des douleurs lombaires et une activité contractile du col.

L'organisme est débordé et c'est le passage d'un travail normal à un travail dysfonctionnel. Et c'est à ce moment précis qu'intervient la réflexothérapie lombaire qui a trois résultats:

- Les douleurs lombaires cèdent de façon spectaculaire ou s'estompent suffisamment pour ne plus troubler l'accouchement.
- La dystocie cervicale cesse.

- La vitesse de dilatation s'accélère à une moyenne de 3,5 à 4 cm par heure.

La réflexothérapie lombaire consiste en l'injection intradermique dans chaque angle costolombaire de 3 ml d'une solution composée de 2 ml de NaCl + 1 ml de xylocaïne 1 ou 2%, au niveau de la fossette qui se trouve à la jonction des masses musculaires vertébrales et du bord supérieur de la 12^e côte. Sous la pression du doigt, cette dernière est souvent sensible.

Le résultat est une papule. L'endroit précis est important. Grâce à la xylocaïne, elle n'est pas douloureuse. Elle provoque, par l'énorme compression exercée au sein du derme, une excitation des terminaisons libres des fibres A bêta et son effet est inhibiteur au niveau de la porte (voir plus loin). L'effet sur les douleurs lombaires et sur le col s'installe en quelques minutes et a une durée d'une à



Mariée et mère de cinq enfants, **Anne-Marie Mettraux-Berthelin** a obtenu son diplôme de sage-femme en France, il y a plus de 25 ans. Après divers postes comme sage-femme ou sage-femme responsable de maternité en France et en Israël (Nazareth), elle s'installe en Suisse, où elle exerce pendant cinq ans à Baden. Depuis 1988, elle est sage-femme indépendante à Fribourg. L'année dernière, elle a mis sur pied, avec une collègue, la maison de naissance «Le Petit Prince».

