

<b>Zeitschrift:</b>	Der Heilmasseur-Physiopraktiker : Zeitschrift des Schweizerischen Verbandes staatlich geprüfter Masseure, Heilgymnasten und Physiopraktiker = Le praticien en massophysiothérapie : bulletin de la Fédération suisse des praticiens en massophysiothérapie
<b>Herausgeber:</b>	Schweizerischer Verband staatlich geprüfter Masseure, Heilgymnasten und Physiopraktiker
<b>Band:</b>	- (1951)
<b>Heft:</b>	120
<b>Artikel:</b>	Les "trucs" des masseurs
<b>Autor:</b>	Bex, Georges
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-930742">https://doi.org/10.5169/seals-930742</a>

### 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:** 14.01.2026

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

ment ni dangereux, ni douloureux.

«En effet, avant de fracturer une colonne vertébrale ,il faudrait que cèdent d'abord les muscles, puis les ligaments et pour obtenir ce résultat, la force de traction devrait dépasser mille Kilos.

«C'est d'ailleurs ce qui explique que ce

mode de traitement est absolument indolore et sans danger.»

Cette citation de l'opinion d'un spécialiste me dispense de toute conclusion personnelle sur cette méthode, les arguments de Monsieur GODET sont beaucoup plus convainquants du reste.

Georges Bex.

## Les „trucs“ des masseurs

Sous cette rubrique, je voudrais, avec l'aide de chacun, à la fois rechercher, décrire, expliquer certains appareils, certaines postures, certains moyens, que l'on peut employer en vue d'obtenir un résultat précis. Il est certain, bien entendu, que nous avons tous besoin d'expériences pratiques. Cependant, il arrive souvent qu'au cours des dites expériences, l'on découvre un petit «truc», par exemple en recherchant une manipulation dans un cas particulièrement difficile.

Mais ,par la suite, d'autres cas et préoccupations nous font négliger ce petit «truc» dont le souvenir s'estompe ou tombe tout à fait dans l'oubli, ce qui est fort dommage.

La valeur pratique d'un masseur, c'est souvent ce bon sens inné qu'il a de savoir manipuler ,conseiller telle ou telle position, un exercice respiratoire ,etc. On en trouve dans nos manuels, mais chacun de nous en a sûrement découvert personnellement peu ou prou. Il s'agit donc de divulguer ces «petits talents-là», de manière à ce que toute la communauté professionnelle en profite. Préférer les conserver jalousement pour soi dénoterait un état d'esprit lamentable que nous espérons très rare pour ne pas dire inexistant parmi nous.

Bien que nous devons tous nous perfectionner sans cesse en vue d'un rendement personnel efficace, nous avons aussi le devoir de servir et développer la profession sur tous les points et par tous les moyens.

On m'a souvent reproché la teneur trop scientifique des articles de notre journal. On ne peut, hélas, contenter «tout le monde et son père», chose que LA FONTAINE

déjà avait trouvée bien difficile. Il faut bien tenir compte des tendances de chacun.

Nos rencontres au Cercle d'études, où chacun a mis la main à la pâte, non seulement en discutant, mais en démontrant pratiquement ont certainement été parmi les plus fructueuses et les plus constructives. Chacun de nous doit poser sa pierre à l'édifice professionnel.

Prêchant d'exemple, je vais vous parler aujourd'hui de ma sangle d'exercices. — Je commence par ma sangle, parce qu'elle n'est pas coûteuse et qu'elle rend des services précieux. Du reste, plusieurs collègues l'ont déjà adoptée. De quoi s'agit-il?» Eh bien d'une sangle large de 10 cm. — notez qu'elle pourrait être plus étroite — longue de 2<sup>1</sup>/<sub>2</sub> m., en somme, pour vous rendre cette image concrète, une sorte de ceinture de pompier, un peu longue. A l'un des chefs, elle est munie d'une boucle, à l'autre extrémité, les perforations sont renforcées par des oeillets.

Supposons que nous ayons affaire à une personne souffrant du dos, soit par rigidité, soit par légère subluxation vertébrale, soit encore par spasmes. Avant ou après avoir chauffé les masses musculaires, avant ou après les avoir massées, nous avons l'intention de faire un modelage à la fois doux et puissant. Si vous ne possédez pas une table élastique, votre massage modelé ne rendra pas le maximum. — Avec la sangle, vous pouvez sans brusquerie mobiliser chaque région vertébrale. Il faut simplement, comme en n'importe quelle pratique, se familiariser avec ce mode de faire.

Vous faites asseoir votre patient sur votre table de massage. Il faut qu'il soit assis bien en arrière, que le bord de la table lui arrive exactement sous les genoux. Vous passez votre sangle, suivant la hauteur de votre table, soit derrière vos omoplates ou plus bas. Ceci afin d'avoir un excellent point d'appui qui vous donnera beaucoup plus de force pour agir profondément et sans brusquerie. Vous passez l'autre extrémité de la sangle, fermée au cran voulu, sur le haut de la poitrine de votre patient. Vous lui demandez de s'incliner légèrement en avant, le dos aussi plat que possible, puis de se détendre pendant que vous commencez une pression pénétrante.

Vous vous rendrez bien vite compte de la valeur de l'appui que vous donne la sangle. Ces manipulations bien faites donnent au patient une sensation agréable de détente. Toutefois, remarquez que si elles sont accomplies avec brusquerie, elles pourraient devenir aussi dangereuses que des manipulations «chiropractiques» mal faites. Vous pourrez manipuler toutes les régions vertébrales comprises entre la sangle et la table.

J'utilise encore la sangle dans la correction des cyphoses. Voici comment je procède: le malade se couche sur ma table à exercices qui peut être également ma table de massage, pourvu qu'elle ne soit pas trop large. Il replie ses deux genoux autant que possible sur la poitrine. — Les cyphotiques ont toujours beaucoup de difficulté à faire cet exercice —. J'exerce une

pression puissante en serrant la sangle davantage et je le maintiens ainsi compressé 2 ou 3 minutes. Je lui demande de respirer tranquillement, de se détendre, d'essayer de réaliser le contact avec la table de toute sa longueur, même de la région cervicale, en accentuant le double menton ou, si vous préférez, en reculant la tête. Cette posture a l'immense avantage d'allonger la colonne. Et que provoque cette élongation de la colonne sur sa musculature, sur son système ligamentaire? Il est prévisible qu'au point de courbure l'appareil ligamentaire a toujours tendance à perdre le peu de souplesse qu'il possède, d'ailleurs, les rétractions ligamentaires existent. Quant aux disques, n'oublions pas que c'est toujours au point de flexion que la colonne souffre le plus facilement.

Or, la posture précitée produit un étirement de toute la colonne, aussi bien de la cambrure lombaire par la position relevée des jambes, que de la cyphose dorsale par la pression sur le plan de la table. — La cambrure cervicale seule sera étirée par la contraction musculaire exigée pour reculer le menton.

Si l'on veut augmenter encore l'effet correcteur, il sera indiqué de maintenir les mains aux épaules, les coudes très rapprochés du corps, provoquant ainsi une contraction des fixateurs des omoplates. —

*Conclusion:* je serais heureux de voir des collègues profiter de cette rubrique que je signale vivement à leur attention, ainsi que de recevoir leurs «trucs».

Georges Bex.

## „Revue internationale de Kinésithérapie“

Avez-vous accordé toute votre attention à la «Revue Internationale de Kinésithérapie? — Tous nos membres ont-ils reçu le premier numéro? Avez-vous pensé vous y abonner?

Dans l'incertitude de vos sentiments et de vos intentions, je vous en signale l'Editorial dans lequel, sous l'en-tête: «A nos confrères de toutes les nations», le Président de la Fédération Internationale des masseurs Kinésithérapeutes, Monsieur An-

dré NICOLLE, dit:

«Dans de nombreux pays, les associations de physiothérapeutes publient, à l'intention de leurs membres, des bulletins destinés à les renseigner sur l'évolution des problèmes professionnels et à les tenir au courant des progrès de leurs techniques.

Grâce aux contacts qui se sont établis depuis une quinzaine d'années entre les dirigeants de ces groupements, l'échange de ces périodiques se développe peu à peu,