

**Zeitschrift:** Fisio active  
**Herausgeber:** Schweizer Physiotherapie Verband  
**Band:** 42 (2006)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Douleur : Thérapie globale et Prévention  
**Autor:** Hafen, Martin / Espeloer, Michaela  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-929731>

#### 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

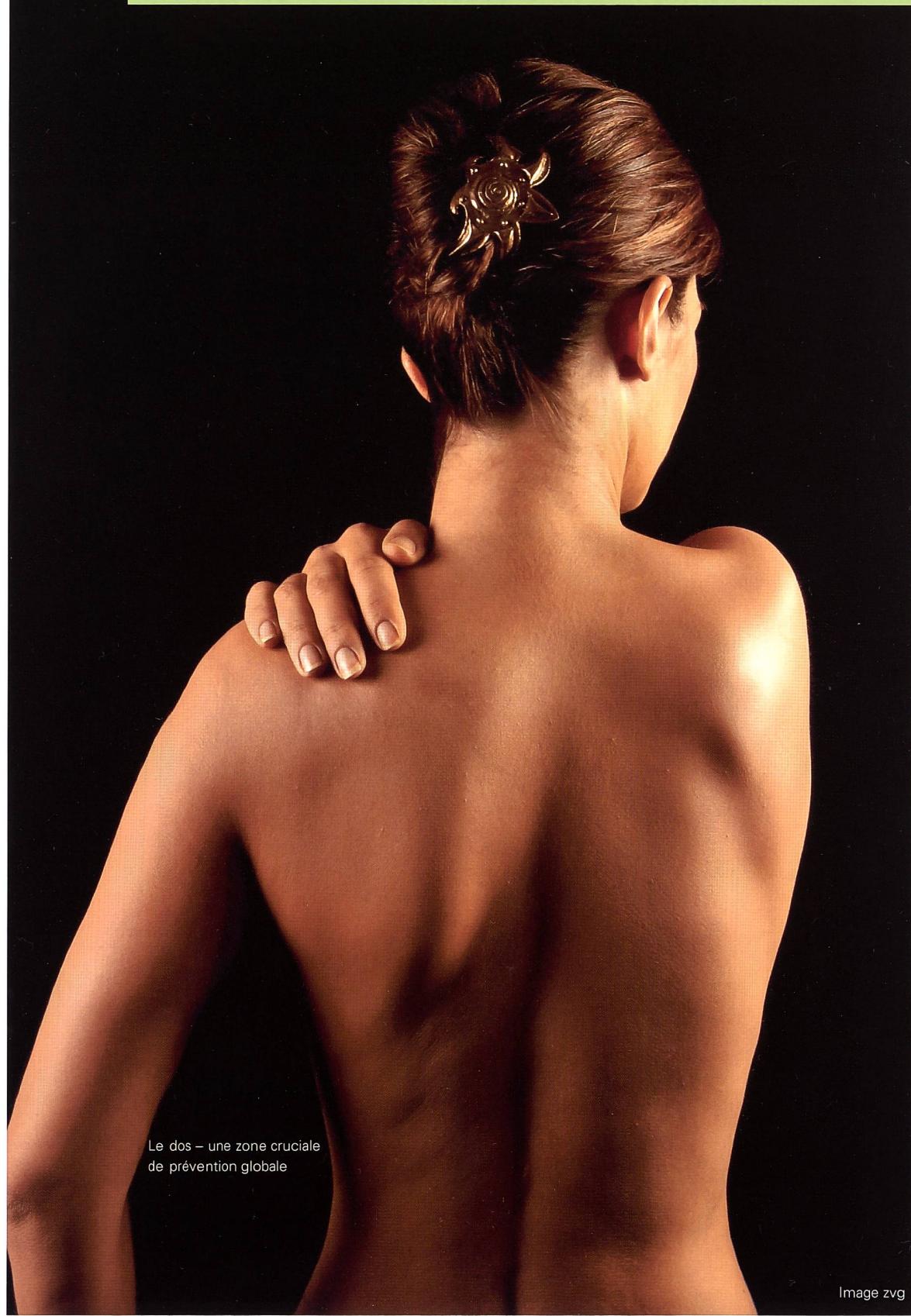
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media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

**Download PDF:** 10.01.2026

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

## Douleur – Thérapie globale et Prévention

Martin Hafen, Michaela Espeloer, Ecole supérieure d'études sociales, ressort santé et prévention



Le dos – une zone cruciale de prévention globale

Image zvg

La physiothérapie traite en premier lieu du dysfonctionnement de l'appareil moteur de l'homme. En règle générale, tout dysfonctionnement se manifeste par le symptôme fondamental qu'est la douleur. Par son approche globale de la santé, la physiothérapie contribue de façon déterminante à la prévention des troubles et par conséquent à l'apparition de douleurs.

La santé est un concept universel qui, par là-même, est peu sélectif. Les symptômes physiologiques clairement définissables, tels que le bien-être, dépendent nettement de chacun d'entre nous et peuvent difficilement être objectifs. Ce qui laisse à penser que la santé se signale généralement, respectivement ne se signale pas, par le « silence des organes » (Diderot) et du reste du corps. De telle sorte que l'on ne prend conscience de la santé que lorsqu'elle est atteinte. C'est par la douleur que cette atteinte se manifeste à nous, car dans un corps difficilement accessible à l'observation, elle est le signe que quelque chose ne va pas. En dépit de cet accès malaisé à notre corps, la médecine a développé, grâce à des possibilités techniques complexes, des aptitudes considérables à diagnostiquer les causes de la douleur ainsi que d'autres symptômes de troubles ou de maladies. Dans de nombreux cas ces diagnostics, permettent justement à la physiothérapie de proposer un traitement couronné de succès, mais aussi de prévenir troubles et maladies de manière efficace en réduisant les facteurs de risque et en consolidant les facteurs de défense. Ainsi, la modification des ADL (activities of daily living ou activités de la vie quotidienne), tels que les travaux ménagers ou l'entraînement au golf (fisio 3/06), permettent une réduction durable des infirmités.

### **Facteurs d'influence physiques et non physiques**

Tout comme on cherche à trouver, dans la prévention et la thérapie en matière de golf, des facteurs d'influence qui protègent des charges excessives pesant sur le dos et empêchent par conséquent l'apparition de la douleur, ainsi la prévention et le traitement de phénomènes provoquant une sensation de douleur tentent d'identifier tous les facteurs pouvant être associés aux causes de l'apparition de cette douleur. La prévention n'a d'autre possibilité que de s'attacher à ces facteurs d'influence, car elle se place à un moment où le phénomène qui provoque

la douleur n'est pas encore apparu. Dans la recherche et le traitement des facteurs d'influence, la compréhension sanitaire joue un rôle prépondérant. En partant d'une compréhension réductrice et mécanique de la santé et de la maladie comme dans la médecine scolaire classique, on aboutit à un diagnostic sur les facteurs de risques et de protection différent de celui auquel on arriverait par le biais d'une compréhension globale de la santé intégrant les aspects bio-psycho-sociologiques. Cette compréhension-là tente de trouver la relation de causes à effet à l'origine des douleurs engendrées par l'appareil moteur, non seulement du point de vue physique et des mouvements mécaniques du corps (comme lors d'un coup techniquement imparfait en golf), mais encore en étendant la perspective aux facteurs de charges psychiques et sociaux ainsi qu'aux facteurs de protection manquants. Ainsi, il est incontestable que le bien-être psychique et l'attitude intérieure par rapport au corps, à l'environnement social et à la vie en général produisent tout leur effet sur le maintien, la manière de se mouvoir et par là aussi sur les charges excessives potentielles de l'appareil moteur. Pour en rester à l'exemple du golf, les golfeurs apportent avec eux leurs problèmes de posture, leur attitude intérieure et leur manière de se mouvoir. Ces facteurs ont leurs racines dans les habitudes de leur corps et de leur vie. La mauvaise technique du coup n'est alors que le déclencheur de ces infirmités.

### **Signification de la communication**

Il est certain qu'une compréhension globale de la santé et de la maladie ne rend rien la prévention et le traitement des phénomènes engendrant la douleur plus simples. La multiplication des facteurs d'influence éventuels donne lieu à un grand nombre d'évaluations possibles. La communication, le dialogue entre le physiothérapeute et le patient recueillent alors une importance toute particulière. Par ailleurs, cette multiplicité d'interventions possibles oblige souvent, en raison

de ressources limitées, un centre de gravité nécessaire, ce qui fait courir le risque d'utiliser la mauvaise approche. C'est la raison pour laquelle tous les experts qui sont engagés dans la pratique de la prévention et du traitement dépendent de l'exactitude la plus scrupuleuse des données (théories et rapports empiriques) relatives à l'influence des facteurs de risque et de protection d'un phénomène particulier, à l'occasion duquel, dans le meilleur des cas, l'ensemble de ces divers facteurs devrait être contrôlé. A cet égard, il reste beaucoup à faire, ce qui ne devrait nullement empêcher de travailler à une compréhension plus globale de la prévention et du traitement.

**Informations:** [www.hsa.fhz.ch/masp](http://www.hsa.fhz.ch/masp)

#### **Les auteurs**

**Martin Hafen,**

Sociologue Dr. phil.; Co-Directeur MAS Prévention & Promotion de la Santé

**Michaela Espeloer,**

Sociologue, lic.phil. et physiothérapeute, assistante scientifique, Equipe Santé & Prévention