

**Thérapie intégrative de la douleur**

*Plus de succès en intégrant différentes approches d'évaluation, de traitement et de prévention*

# *Pain-Reset* **plus**

**Oui, il existe encore des miracles.  
 Vos douleurs ne sont pas inévitables.**

*Cette brochure est destinée à titre d'information, à la préparation de l'entretien médical, comme appui pour une prise de décision et est à disposition des patients et thérapeutes.*

*Elle reflète le point de vue de Medic Integral 2016 et n'est pas conclusive.*

*La citation de passages n'est pas autorisée. Le texte doit être lu et compris dans son intégralité.*

*Nous sommes à votre disposition pour répondre à toutes questions.*

**Analyser.**

**Réduire efficacement les douleurs.**

**Prévenir.**

**Un concept qui donne espoir.**

[www.pain-reset-plus.ch](http://www.pain-reset-plus.ch)

© 2017 / Medic Integral Sàrl, CH – 3280 Morat, Dr. med. Christian Zürcher

# LES DOULEURS ONT UNE CAUSE

## Situation initiale

Souvent on ne porte pas assez d'importance à la recherche de la **cause des douleurs** ou elle est difficile à trouver. Il est donc important que le médecin fasse un entretien médical de façon attentive, qu'il soit ouvert d'esprit et qu'il ait une bonne capacité de déduction. Les connaissances et l'expérience du médecin sont un outil indispensable. Afin d'avoir un succès à long terme il est nécessaire de trouver la cause des douleurs et les facteurs entretenant celles-ci. Il peut s'agir d'un ou de plusieurs facteurs.

Heureusement – dans la **plupart des cas** – il est **plus simple** de trouver la cause des douleurs que l'on pense ! P.ex. : dormir sur le ventre ou ne pas se tenir droit provoque un surmenage mécanique de notre corps (voir sous « sous-estimé »).

Parfois c'est un peu plus difficile et nous devons **continuer à chercher**, surtout s'il s'agit de douleurs généralisées ou de projection de douleur (rarement). Les investigations courantes médicales ne nous permettent souvent plus de trouver la cause et des méthodes issues de la médecine complémentaire peuvent aider à clarifier, surtout quand il s'agit de la recherche de zones de perturbation.

Nous rencontrons une **projection de la douleur** p.ex. lors d'un massage des points déclencheurs (points douloureux dans la musculature qui irradient) ou lors d'une affection de la colonne vertébrale ou des disques intervertébraux. Des affections d'organes internes peuvent se projeter comme douleurs abdominales, douleurs du dos, des épaules ou des bras. Des affections neurologiques peuvent se manifester tant que migraines, névralgies ou apoplexie. Des douleurs peuvent également émaner des cicatrices, de l'appareil dentaire ou se situer le long des dermatomes. Dans ces situations on parle de **zones de perturbation**: des parties du corps perturbées de façon fonctionnelle, dont les causes ne se situent pas à proximité, mais peuvent provenir d'un endroit éloigné. Les méthodes éprouvées ne sont parfois pas suffisantes pour la localisation des causes de la douleur.

Les **douleurs généralisées** sont d'origine multifactorielle et nécessitent une approche globale et diverses thérapies.

## **Pain-Reset, Reset de la douleur**

Au sens propre: thérapie de la douleur basée sur une anesthésie locale

Au sens plus large : thérapie intégrative de la douleur (pain-reset plus)

Parmi les nombreuses possibilités thérapeutiques que nous offre la médecine moderne ou/et complémentaire nous voulons vous en présenter une en particulier, **cars c'est une méthode efficace, autorégulatrice et élégante qui a un grand champ d'action et est – en majeure partie – assez simple à effectuer.**

Bien qu'elle soit connue depuis 100 ans, cette méthode a longtemps été délaissée ... au grand dommage de nombreux patients souffrant de douleurs.

## **Le principe**

Nous incitons une autorégulation en utilisant un anesthésiant local (répétition d'injections d'un anesthésiant local à courte durée sous la peau) : votre corps va poursuivre soi-même l'autorégulation (reset).

**Le Pain-Reset (au sens propre)** est un procédé thérapeutique qui se sert des propriétés du système nerveux végétatif (autonome).

Comme dans un **réseau informatique**, notre corps est un univers de cellules nerveuses, ramifications et centres, qui sont tous étroitement connectés.

Les sensations, les informations, les sens, la douleur, mais aussi les fonctions complexes (les mouvements, l'équilibre, la circulation, le système immunitaire, les inflammations, les allergies, le système digestif, etc.) – tous ces fonctionnements et états sont transmis, influencés et enregistrés par le système nerveux. Les douleurs s'enregistrent dans la mémoire de la douleur.

Des injections répétitives de **procaïne** (anesthésiant local, voir ci-dessous) dans certaines régions du corps ou dans les centres nerveux autonomes provoquent un blocage de faux programmes ou non-idéaux pendant 20-30 minutes, ce qui les efface partiellement. Lors du réveil de la région anesthésiée, le système nerveux ne peut pas complètement revenir à l'ancien programme. Avec chaque traitement le corps se régularise lui-même et récupère peu à peu.

La programmation originale des douleurs – pas idéale – est soumise à un RESET ; une **réorientation** est faite de façon naturelle pas-à-pas. Une répétition des infiltrations est malheureusement inévitable, car le programme initial des douleurs ne s'efface que peu à peu (dû à la mémoire de la douleur) et les états douloureux persistent. Les douleurs chroniques nécessitent en général 3-12 traitements.

La **procaïne** a des effets médicaux et chimiques avantageux et bénéfiques. La procaïne n'est pas seulement un anesthésiant local – elle a aussi un effet désinfectant, antiallergique, décontractant musculaire, anti-inflammatoire, régulateur de la circulation, mais aussi relaxant tissulaire et anti-tumoral. Ces propriétés favorisent la procaïne parmi les anesthésiants locaux pour le traitement de la douleur. Comme alternative il est possible d'utiliser de la lidocaïne qui a une plus grande capacité de diffusion dans les tissus.

En normalisant le potentiel cellulaire, les cellules peuvent alors à nouveau fonctionner correctement. Ceci est particulièrement important pour les éléments régulateurs et de transmission, donc le système nerveux.

La procaïne est un produit pharmaceutique de type Ester qui est éliminé des tissus après 20 – 30 minutes d'activité. Elle ne représente pratiquement pas de stress pour le corps. Les effets secondaires possibles après une injection de procaïne peuvent se manifester par des étourdissements, semblables aux effets de l'alcool (attention à la conduite d'automobiles !), des membres lourds et des nausées. Ces effets sont individuels, en fonction de la dose, et durent rarement plus longtemps que 30 minutes.

La procaïne a été développée et produite en Europe il y a 100 ans, en même temps que d'autres anesthésiants locaux.

La chirurgie a connu un bond en avant prodigieux – désormais il était possible d'opérer en anesthésie locale et plus en anesthésie générale !

La thérapie de la douleur effectuée avec ces substances – en particulier la procaïne – se nomme **thérapie neurale**. Malheureusement cette forme thérapeutique n'a pas été prise en considération jusqu'il y a peu de temps dans la formation des médecins – contrairement à la grande évolution de ces substances en chirurgie et anesthésie.

Le Pain-Reset (au sens propre) utilise principalement des éléments de la thérapie neurale.

Attention !

Une **réduction à long terme des douleurs** n'est pas évidente et ne peut pas être atteinte qu'avec des injections. Une bonne collaboration entre le patient et le médecin ainsi que la compréhension des causes de la douleur, des options thérapeutiques et des mesures préventives sont primordiales.

## Indications

Toutes affections douloureuses, surtout douleurs du dos, de la nuque, de la tête et des membres.

## Contre-indications

Les situations dans lesquelles le Pain-Reset est déconseillé n'existent par chance que rarement.

En particulier l'application chez les enfants (dosage) doit être bien évaluée.

Certaines contre-indications existent : pour des personnes sous anticoagulation, pour l'arythmie ou insuffisance cardiaque sévère, myasthénie grave, affections sévères psychiques.

## Notre rôle

Nous recherchons avec vous les origines du problème et nous vous démontrons de possibles solutions.  
Nous accordons grande importance à une prise en charge optimale englobant le bilan, le plan thérapeutique, l'instruction et la motivation, la thérapie, le suivi et la prévention, l'évaluation et l'échange avec les médecins et thérapeutes vous prenant en charge.

## Votre rôle

Ensemble, nous pouvons trouver une voie pour améliorer vos douleurs et maintenir ces améliorations.  
Vous jouez un rôle très important pour le succès à long terme.  
La prévention est souvent cruciale.

Quelques propositions :

**Douleurs dues à une sollicitation excessive** (le plus fréquent) : durant la journée, que vous soyez assis ou debout : allongez-vous, étirez-vous – faites-vous grands !  
Durant la nuit : allongez-vous, utilisez un matelas mou – mais évitez de dormir sur le ventre !

**Douleurs de toute sorte** : Bougez quotidiennement une demi-heure à la lumière du jour- dormez au minimum 7 à 8 heures !

**Douleurs de cicatrices** (plus fréquent que l'on pense) : bon résultats avec des injections de procaine (en général 3-8 séances). Parfois il est nécessaire de prendre des médicaments spécifiques.

**Douleurs complexes, d'origine inconnue** :

N'abandonnez pas ! Continuez à rechercher des solutions ; vous en trouverez une. Il n'est pas nécessaire de souffrir !

## Qui paie ?

L'assurance maladie de base prend nos prestations en charge.  
La thérapie Pain-Reset plus offre un excellent rapport qualité-prix.

## Contextes

Il est important de reconnaître les contextes – ceci pour les médecins ET les patients.

Nous assemblons expériences et statistiques, théories et pratiques de différentes époques.

Nous restons ouverts aux nouvelles idées.

Notre objectif est de vous procurer des améliorations à court ET long terme.

## Sous-estimé

Causes mécaniques (la posture et la position du corps – jour et nuit).

La douleur des cicatrices.

Les articulations sacro-iliaques.

Le besoin en sommeil, récupération et activité physique.

La quantité de boissons, la composition de l'alimentation.

Les vitamines D3, B12, le fer, la fonction thyroïdienne.

Les contextes.

La simplicité.

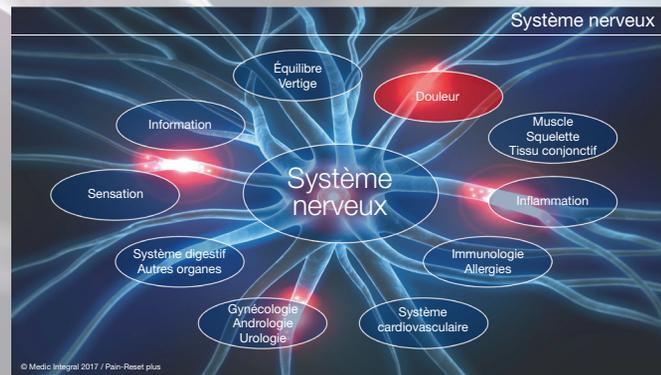
L'expérience.

## Plus

Le **Pain-Reset plus** est beaucoup plus qu'une réduction efficace de la douleur.

Le même principe peut être appliqué avec succès à une foule d'autres fonctions corporelles et même pour l'amélioration de stress (pas pris en charge par l'assurance maladie de base).

Une conception de thérapie de la douleur basant entre autre sur un effet de reset physiologique.



## ***A nos propos***

Nous sommes consternés en voyant les souffrances et restrictions dues aux douleurs.

Trop souvent nous atteignons nos limites, également étant thérapeutes. Mais nous voulons progresser !

Ce qui compte pour nous est que le patient profite à court et long terme.

Pour obtenir des succès lors de la thérapie des douleurs il est nécessaire de démontrer une ouverture d'esprit et d'une capacité de déduction.

Nous faisons de notre mieux, comme d'autres l'ont fait avant nous.

## ***Remerciements***

Un grand merci à nos enseignants, nos patients et collaborateurs et au hasard providentiel.

## ***Liens***

[www.mfe.ch](http://www.mfe.ch) – médecins de famille et de l'enfance suisses

[www.santh.ch](http://www.santh.ch) – société suisse de thérapie neurale

[www.pain.ch](http://www.pain.ch) – société suisse pour l'étude de la douleur

[www.fmh.ch](http://www.fmh.ch) – fédération des médecins suisses

[www.chirosuisse.info](http://www.chirosuisse.info) – site des chiropraticiens romands

[www.osteopathes-suisse.ch](http://www.osteopathes-suisse.ch) – fédération suisse des ostéopathes

[www.physioswiss.ch](http://www.physioswiss.ch) – association suisse de physiothérapie

[www.rme.ch](http://www.rme.ch) , [www.asca.ch](http://www.asca.ch) – registre des thérapeutes en médecine complémentaire

[www.patienten.ch](http://www.patienten.ch) – plateforme suisse des patients

[www.ligues-rhumatisme.ch](http://www.ligues-rhumatisme.ch) – autre association de patients

## ***Curieux***

Vous trouverez plus d'informations concernant le Pain-Reset sous [www.pain-reset-plus.ch](http://www.pain-reset-plus.ch)

Consultations sur rendez-vous.

Nous nous réjouissons de votre visite.

Veuillez prendre votre dossier médical avec vous pour la consultation. Merci.

[www.pain-reset-plus.ch](http://www.pain-reset-plus.ch)

© 2017 / Medic Integral Sàrl, CH – 3280 Morat, Dr. med. Christian Zürcher