

Ostéopathie & Cancer du sein : soulager, soutenir, apaiser

Publié le 03 octobre 2022

L'**ostéopathie** accompagne les femmes touchées par un **cancer du sein**, que ce soit après une **mastectomie**, une **chimiothérapie** ou une radiothérapie. Elle ne remplace pas les traitements médicaux mais agit comme un **soutien global** pour aider à mieux vivre les effets secondaires et retrouver un certain confort corporel et psychologique.

Pourquoi consulter une ostéopathe après un cancer du sein ?

Le corps subit de nombreuses modifications pendant et après un cancer du sein. L'**ostéopathie** propose une approche **douce** et respectueuse pour :

- Soulager les **douleurs musculo-articulaires** liées aux traitements
- Améliorer la mobilité du thorax, de l'épaule et du bras du côté opéré
- Travailler sur les **adhérences cicatricielles** et les raideurs
- Apaiser les **troubles digestifs** ou du sommeil induits par les traitements
- Favoriser la respiration et la **détente** globale
- Soutenir le moral par un travail corporel bienveillant

En post-mastectomie

Après une opération, certaines zones deviennent sensibles ou rigides. L'**ostéopathie** peut :

- Favoriser le relâchement des tissus
- Travailler la mobilité du bras et du thorax
- Agir sur les tensions à distance, liées aux adaptations posturales
- Travailler les **adhérences cicatricielles** en douceur pour éviter des douleurs secondaires

Après une chimiothérapie ou une radiothérapie

Ces traitements peuvent générer :

- **Troubles digestifs** (nausées, ballonnements, transit perturbé)
- **Douleurs musculaires**, crampes ou raideurs articulaires (rétention d'eau, gonflement etc.)
- **Fatigue** chronique, troubles du sommeil

 Un accompagnement **ostéopathique** peut aider à réguler ces effets, en soutenant le système digestif, en relâchant les tensions et en améliorant la récupération globale.

Conseils complémentaires pour mieux vivre cette période

- **Respecter** son rythme : se reposer sans culpabiliser
- Pratiquer des **activités physiques** douces comme la marche ou la respiration
- Prendre soin de ses **cicatrices** avec douceur
- Ne pas rester seule : **s'entourer** et parler si besoin
- Prendre des **temps pour soi** : massages, relaxation, créativité...
- Être à **l'écoute** de son corps, et consulter en cas de douleur persistante

 **À Levallois-Perret, votre ostéopathe vous accompagne avec bienveillance dans cette période sensible, en lien avec les équipes médicales.**

Vous êtes concernés ? Vous avez subi une mastectomie ou des traitements lourds ? Une prise en charge ostéopathique adaptée peut vous aider à soulager vos douleurs, à retrouver de la mobilité et à améliorer votre qualité de vie.

L'ostéopathie ne se substitue pas à un suivi médical. En cas de doute ou de douleur inhabituelle, consultez votre médecin.

https://www.instagram.com/p/CjQj-BOoIlX/?utm_source=ig_web_copy_link&igsh=MzRIODBiNWFIZA==

Mettre la photo de la mastectomie ou celle avec le ruban (ce qui est le mieux) mais mettre la photo des symptômes + associations + livres avec éditions