

La CRYOTHERAPIE, un très bon complément à la CHIROPRACTIE !!

Qu'est-ce que la Cryothérapie ?

Qu'elles soit localisée ou corps entier, la CRYOTHERAPIE est une technique de soin utilisant la thérapie par le FROID.

Au cabinet Chiropratique de Jouars-Pontchartrain nous utilisons la Cryothérapie Localisée et le CryoPress Membre Inférieur pour la Cryothérapie diffuse du bas du corps.



Traitement thérapeutique

La Cryothérapie Localisée est un outil très efficace et trouve diverses applications dans le monde de la Santé en générale, du Sport et du Bien être.

Cette méthode consiste à exposer certaines parties du corps à des températures très basses (ici à - 32°c), sur une période courte, afin de produire un phénomène de Choc Thermique (sans le moindre risque pour la peau et les tissus) qui va agir comme un puissant stimulateur physique.

Ce choc va engendrer différents mécanismes bénéfique pour votre corps, dont les plus connus sont : Libération d'endorphine (hormone du plaisir/soulagement), mécanisme Anti-douleur/antalgique, action anti-inflammatoire, cicatrisante, lutte contre le stress, récupération et régénération ...

La cryothérapie Localisée possède un champ de compétence très étendu et très peu de contre-indications.

Quand pratiquer la CRYOTHERAPIE ?

La Cryothérapie Localisée est très couramment utilisée dans le monde du sport mais aussi de la santé/médical et du bien être.

La Cryothérapie a une action **antalgique**, elle soulage les douleurs aiguës et chronique.

Elle est très réputée dans le traitement des oedèmes et **inflammations** et permet surtout d'accélérer le processus de **cicatrisation**.

Le champ d'application de la cryothérapie est très vaste. On la retrouve dans le traitement de certaines pathologies **rhumatologiques et neurologiques** tel que : SPA (Spondylarthrite Ankylosante), Sclérose en plaque SEP, Spasmes musculaires, Névrites aiguës, Névralgies, Sciatiques, Bursites, Tendinites, Traumatologie (entorse, claquage) ...

Mais aussi dans les **pathologies générales** comme : Fibromyalgie, Arthrose, Lumbago, Syndrome des Jambes Lourdes, Lymphoedème ...

Action sur :

- Maladies Rhumatismales (en relation avec la Chiropraxie) inflammatoires et non inflammatoires
 - En Post-Opération (suite accident, orthopédie)
 - Certaines pathologies du système nerveux
 - Médecine/Traumatologie du Sportif
 - Aide à la cicatrisation
 - Réduction des toxines et déchets musculaires
 - Effet Antalgique puissant

La cryothérapie est très connue et pratiquée dans le monde du sport !

Tout simplement pour **booster les performances sportives**. Elle accélère la **récupération** physique, diminue l'état de **stress** articulaire et musculaire, diminue la sensation de fatigue ...

Utilisé en phase de **pré-compétition** pour améliorer la préparation musculaire, et en phase de **post-compétition** pour la récupération et la **cicatrisation** myo-tendineuse.

- Booste les Performances
 - Récupération
- Pré et Post Compétition
- Traumatologie du Sportif
 - Aide à la cicatrisation

La Cryothérapie est souvent synonyme de **Remise en forme, Diminution du stress** et surtout de **Mieux-être**.

Elle permet de relâcher les pressions du corps, de se détendre.

Il a été rapporté une diminution de l'anxiété générale et du Stress Oxydatif chez les patients pratiquant régulièrement des séances de cryothérapie.

- Diminution de la Fatigue Chronique
- Diminution de l'Anxiété Générale
- Agit sur les troubles du sommeil
 - Remise en Forme

En Santé, quelles sont les pathologies pouvant intégrer le champ de compétence en Cryothérapie ?



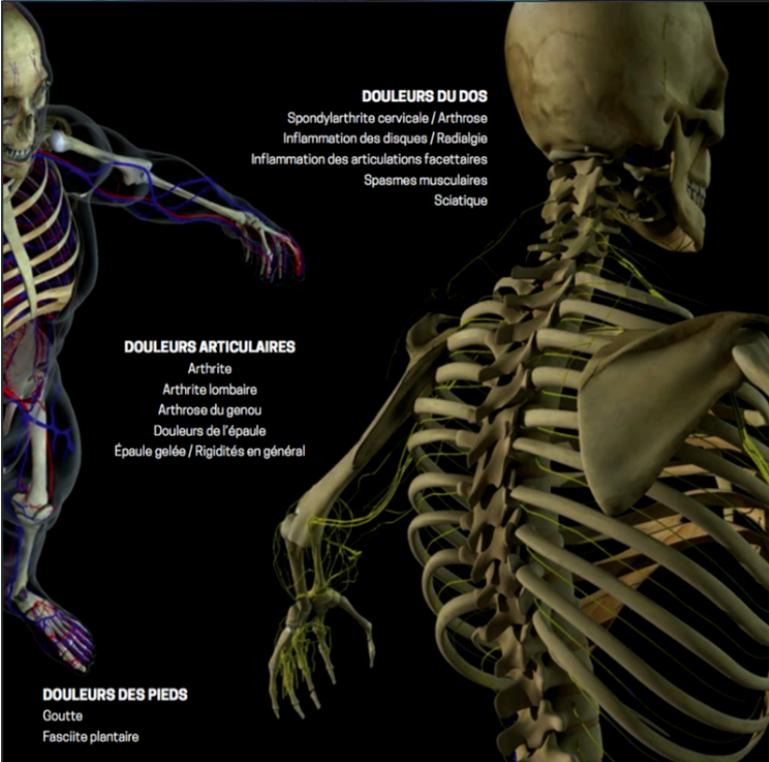
PRINCIPALES INDICATIONS

[MÉDICALES]

RHUMATISMES INFLAMMATOIRES
POLYARTHRITE RHUMATOÏDE
FIBROMYALGIE
SCLÉROSE EN PLAQUE
CHIRURGIE ORTHOPÉDIQUE
PSORIASIS ET NEURODERMATITE
MALADIE DE VERNEUIL
SPONDYLARTHRITE ANKYLOSANTE
MIGRAINES
ALGOODYSTROPHIES
CÉDÈMES

[SPORTIVES]

PRÉPARATION PHYSIQUE
RÉCUPÉRATION PHYSIQUE
LÉSIONS MUSCULAIRES
LÉSIONS TENDINEUSES
ENTORSES
PUBALGIES
SUR-ENTRAÎNEMENT
ÉPANCHEMENT ARTICULAIRE
TRAUMA AIGU



DOULEURS DU DOS

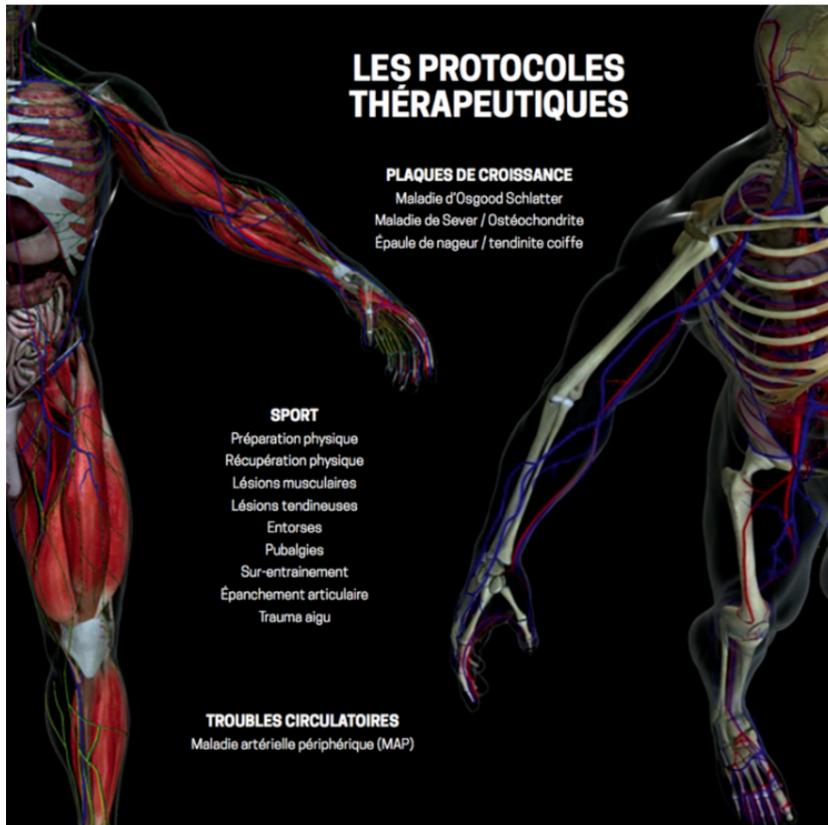
Spondylarthrite cervicale / Arthrose
Inflammation des disques / Radialgie
Inflammation des articulations facettaires
Spasmes musculaires
Sciatique

DOULEURS ARTICULAIRES

Arthrite
Arthrite lombaire
Arthrose du genou
Douleurs de l'épaule
Épaule gelée / Rigidités en général

DOULEURS DES PIEDS

Goutte
Fasciite plantaire



Protocole CryoPress :

\\ Associer CryoAir avec les Bottes CryoPress, pour une plus grande efficacité !!



Théo LETOURNEUR D.C
CHIROPRACTEUR
Cabinet Chiropratique de Jouars-Pontchartrain
2 rue St Frédéric, 78760 Jouars-Pontchartrain
0625711490
theoletourneur.chiro@gmail.com
<https://www.chiro-letourneur.fr/>