



ÉCOLE DE LA RESPIRATION
Sandra - Romond

La question du handicap abordée par la pratique de la respiration physiologique profonde

Madame Sandra a fait des découvertes extrêmement significatives avec les personnes atteintes de maladies dégénératives.

Sa méthode a permis à des handicapés cérébraux dont le langage était pénible, le tremblement des mains, excessif, de faire preuve d'une meilleure dextérité pour prendre, écrire, attacher des chaussures. Ces personnes, grâce à cette rééducation musculaire, ont développé des muscles dorsaux, abdominaux, transverses et obliques leur permettant une meilleure voix, leur évitant des efforts en parlant pour se faire bien comprendre. La voix parlée permet à chaque personne de se sentir intégrée à tout ce qui l'entoure. En plus, d'autres améliorations ont eu lieu dans les domaines digestif, urinaire et circulatoire. Des résultats importants ont été enregistrés pour leur système nerveux.

Il s'agit d'une méthode reposant sur des principes physiologiques logiques et classiques, mais qui éclaire d'une lumière nouvelle notre conception habituelle de la physiologie et de la rééducation respiratoire. Elle met en jeu l'ensemble de la musculature, l'effort essentiel est porté sur le diaphragme, et les abdominaux ; mais les muscles thoraciques, les spinaux, la musculature des 4 membres, sont également sollicités et rééduqués. Elle sollicite le système circulatoire et vago-sympathique .

À ce titre, elle permet d'avoir une action efficace dans les cas suivants :

- Handicaps moteurs avec insuffisance respiratoire
- Dysfonctionnements du contrôle respiratoire (infirmité motrice cérébrale)
- Neurotonies et dérèglements neuro-végétatifs de tous ordres, voir dysfonctionnements glandulaires
- Troubles du sommeil
- Troubles digestifs d'origine nerveuse : colites, aérophagies, dysfonctionnement biliaire...
- Dorso-lombalgies avec insuffisance de la musculature
- Troubles statiques vertébraux.

Nos expériences positives en milieu hospitalier depuis 2017 près du personnel soignant à Nantes et à Blois , avec la collaboration du Docteur Philippe David, et du Docteur Sylvie Osterreicher nous permet de penser qu'une action avec la situation du handicap serait féconde.

Témoignage de Philippe David médecin gynécologue-obstétricien Clinique Jules Vernes , Nantes, chercheur titulaire CREN dans le livre de Marlène Turcot :

« La pratique de la maîtrise du souffle nous aide au quotidien pour nous soignants pour nos patients, chaque année de nouveaux soignants s'inscrivent pour cette formation, elle nous unit et devient une réalité importante pour le service. De surcroît, cette méthode est exigeante et augmente la vigilance et la rigueur dans le service où l'urgence est quotidiennement présente »

| *La respiration physiologique profonde base de la santé respiratoire, édition Marlène Turcot*

Des témoignages d'infirmières, d'aide soignantes, de sages-femmes, de gynécologues, de pneumologues nous prouvent la propriété thérapeutique et énergétique de la maîtrise respiratoire diaphragmatique.