

**Zeitschrift:** Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militär-sanitätsvereins und des Samariterbundes

**Herausgeber:** Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

**Band:** 32 (1924)

**Heft:** 10

**Artikel:** Déviations de la colonne vertébrale

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-974192>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 01.04.2025

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

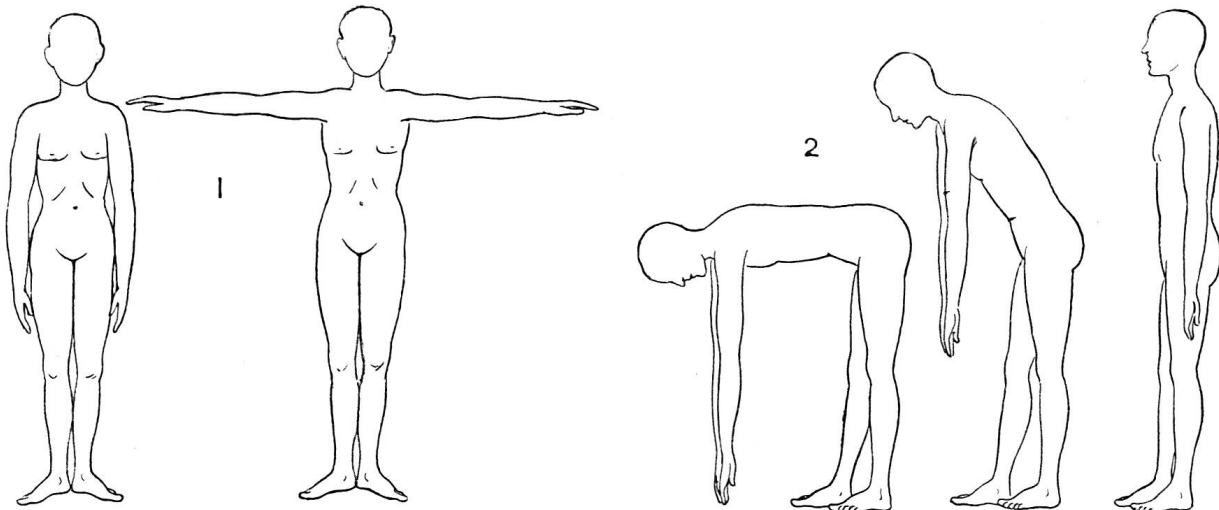
Beispiel 11. Massenvergiftung in einer Herberge. Fünf Personen bewusstlos, eine tot. Grund: geflockerte Kaminsteine, die das Kamin teilweise versperrten.

## Déviations de la colonne vertébrale.

On rencontre très souvent chez la jeunesse, à l'âge scolaire ou post-scolaire, des déviations rachidiennes d'autant plus fâcheuses que, si on ne les surveille et les

dans l'*Avenir médical* de juin 1924, « que ces déviations deviennent permanentes quand les éléments de la colonne vertébrale et du dos, soit les os, les ligaments et la musculature, sont préalablement affaiblis, qu'ils présentent des troubles de croissance dans la première enfance ou à l'époque de la puberté ». C'est alors, et sous l'influence des conditions scolaires, que le déséquilibre s'accroît et que les déviations deviennent plus manifestes.

Il est donc nécessaire de surveiller plus qu'on a l'habitude de le faire chez nous, les enfants atteints d'un commencement



soigne, elles risquent de subsister et de se maintenir pendant toute la vie.

Est-ce à dire — comme on l'a prétendu bien souvent — qu'il faut rechercher dans les mauvaises positions contractées à l'école, dans les sièges sans dossier, dans l'écriture penchée, etc., les causes de ces déviations ?

Nous ne voudrions pas l'affirmer, mais il est hors de doute que l'école favorise — par des conditions hygiéniques défectueuses et par des attitudes vicieuses — une prédisposition existant chez un grand nombre d'enfants des deux sexes. Nous pensons, comme le professeur P. Vigne

de déviation rachidienne. Il ne suffit pas de leur dire et de leur répéter: « Tiens-toi droit! Redresse-toi! », il faut les traiter systématiquement par la méthode orthopédique.

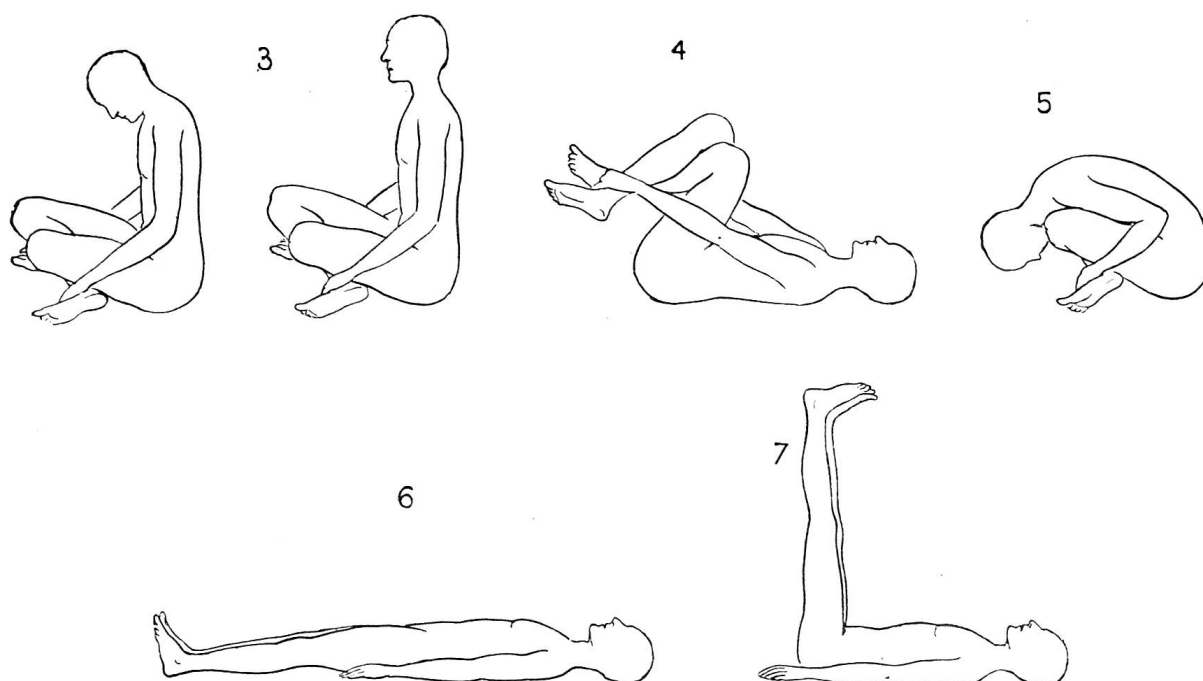
Plusieurs solutions ont été proposées à cet égard; celle qui paraît le plus facilement réalisable est celle qui dès 1922 est employée à Lyon où tous les enfants dont la tenue est défectueuse sont adressés par le médecin scolaire à la consultation orthopédique. De là, les sujets sont envoyés soit au médecin, si le cas est reconnu grave, soit même à l'hôpital si une intervention chirurgicale est jugée nécessaire.

Les cas légers — et ce sont de beaucoup les plus nombreux — passent aux séances de *gymnastique médicale* du Dispensaire scolaire.

Dans de vastes locaux munis de cabines de déshabillage, d'installations de douches, d'agrès divers pour les exercices de gymnastique suédoise, de grands espaces pour les exercices d'ensemble, un personnel spécial s'occupe de redresser progressive-

ment les déviés. Les séances ont lieu deux fois par semaine, de 5 à 6 heures du soir. « Les enfants sont d'abord examinés par le médecin, qui établit leur fiche d'observation et leur formule de déviation, d'après un schéma uniforme. Puis, ont lieu les exercices qui sont, en général, des mouvements d'ensemble, mettant en jeu toute la musculature, et tendant plus à rétablir l'attitude harmonieuse du corps qu'à agir sur les déviations par des attitudes correctrices. D'ailleurs, la séance est chaque fois terminée par l'exécution d'une série de mouvements, relativement simples que

les enfants doivent *répéter tous les soirs chez eux.* » On a donc pensé, et avec raison, que les exercices d'entraînement doivent être continués quotidiennement sous la direction de la famille. Pour obtenir le maximum d'efficacité, le Dispensaire lyonnais a formulé des règles de conduite, illustrées de schémas, qui sont remis aux parents, et que — grâce à l'amabilité de M. le



docteur P. Vigne — nous pouvons reproduire ici :

*Règles de conduite pour les déviations rachidiennes scolaires.*

1. Eviter les causes de fatigue, soit les travaux manuels pénibles, les sports violents, la station debout et les marches prolongées. Faire quotidiennement de l'exercice modéré: petites promenades, jeux de plein air.
2. Surveiller l'attitude de l'enfant, *debout*: appui égal sur les deux jambes; éviter la position hanchée. *Assis*: pour man-

ger, lire ou écrire: en face de la table, le dos bien appuyé au dossier de la chaise. Ne pas prolonger la position assise plus d'une demi heure de suite au maximum. *Couché*: sur le dos, à plat, sans oreiller ni traversin.

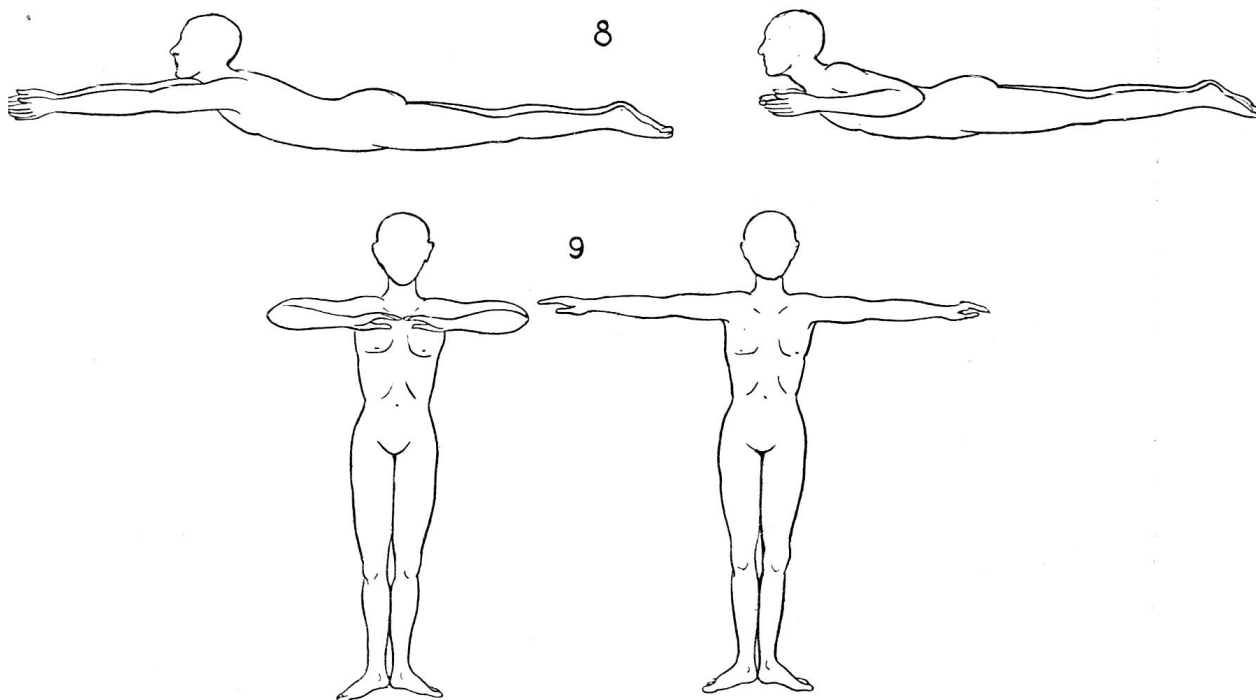
3. Prolonger le repos couché au lit: 10 heures à 12 heures la nuit; une demi heure avant ou après le dîner.
4. Gymnastique. Deux fois par semaine,

*Fig. 3.* Assis par terre, jambes croisées, mains sur les pieds. Flexion de la tête en avant, en rentrant bien le menton, redresser la tête.

*Fig. 4.* Même position assise, balancement en arrière.

*Fig. 5.* Même position, flexion du corps en avant.

*Fig. 6.* Mouvements respiratoires (comme *fig. 1*).



séance de 5 à 6 heures sous la direction d'une monitrice.

A la maison tous les soirs avant le coucher, 10 minutes d'exercices, exécutés devant une glace, lentement et à fond, suivant les modèles ci-contre:

*Fig. 1.* Mouvements respiratoires: inspiration à l'élévation des bras, expiration à l'abaissement.

*Fig. 2.* Jambes écartées: flexion du corps en avant et en bas jusqu'à toucher le sol avec les doigts. Se relever lentement en redressant le dos progressivement et non en bloc.

*Fig. 7.* Couché sur le dos, élévation des jambes (inspiration), et abaissement (expiration).

*Fig. 8.* Couché sur le ventre, mouvements de natation.

*Fig. 9.* Mains devant la poitrine, coudes écartés, porter les mains en dehors et en arrière (inspiration), les ramener en dedans et en avant (expiration).

5. Pour toutes les autres indications (manœuvres spéciales, appareils, médicaments), consulter le médecin.

\* \* \*

Les résultats enregistrés à l'Institut de

Lyon sont très encourageants, et nous pensons que des expériences analogues devraient être tentées chez nous. Nos médecins scolaires les appliqueront sans doute volontiers, si on leur en fournit les moyens.

Grâce à l'obligeance de la rédaction de *l'Avenir médical*, nous pouvons montrer à nos lecteurs la salle de gymnastique

## Sentinelles veillez!

*(Article destiné aux enfants des cantons où la vaccination obligatoire n'existe pas.)*

Peut-être n'avez-vous pas encore eu l'occasion de visiter le palais d'un roi, d'un président ou de quelque autre très important personnage, mais vous en avez sûrement lu des descriptions. Et vous



orthopédique du Dispensaire scolaire de Lyon, et les 9 schémas de mouvements d'ensemble qui sont pratiqués dans cette institution.

Que les parents veuillent bien les appliquer à leurs enfants, au moins une fois par jour et pendant 10 minutes; ils en seront bientôt récompensés par les attitudes meilleures que prendront les enfants ainsi surveillés, car ici aussi « prévenir vaut infiniment mieux que guérir »!

D<sup>r</sup> Ml.

vous souvenez, n'est-ce pas, que des soldats défendent continuellement l'entrée de ces demeures. Du matin au soir, et du soir au matin, les sentinelles vont et viennent, montant la garde devant les portes du palais. Ne vous êtes-vous jamais demandés pourquoi les sentinelles veillent ainsi alors qu'aucun ennemi n'est en vue? Rappelez-vous le mot d'ordre de l'éclairé, « toujours prêt »! Il serait trop tard, en effet, de poster une sentinelle à l'entrée du palais lorsqu'un voleur ou un meurtrier en aurait déjà franchi le seuil!