

## Les tests médicaux sont-ils vraiment fiables ?

À l'heure actuelle, les gens mettent beaucoup d'espoir dans le résultat des tests médicaux pour trouver la cause de leur problème. Que ce soit une simple radiographie, une résonance magnétique, une prise de sang ou la panoplie d'examens disponibles à la portée du médecin pour investiguer votre condition, très peu de gens prennent le temps de se poser les vraies questions. Cela démontre à quel point la facilité demeure notre stratégie première car cette mentalité que le professionnel de la santé doit trouver à tout prix la solution à votre problème déresponsabilise l'individu qui souffre. Une démarche thérapeutique doit toujours impliquer une action et une réflexion de votre part conjointement à l'opinion du professionnel.

Il est impératif de mentionner que le simple résultat d'un test médical sans le collaborer à l'examen clinique du patient comporte une marge d'erreur très importante. Chaque individu comporte des anomalies ou des signes d'usure qui ne sont pas nécessairement symptomatiques. Par exemple, 30% de la population ont une hernie discale sans éprouver aucun symptôme. 20% de la population ont des calcifications dans les épaules sans le savoir. 25% de la population ont une spondylolyse au niveau de la cinquième vertèbre lombaire sans éprouver aucune douleur. Toutes les personnes âgées de cinquante ans et plus ont de l'arthrose et des milliers n'éprouvent aucune douleur. Je pourrais continuer ainsi longtemps. Donc, lorsque le professionnel de la santé ne parvient pas à enrayer la douleur ou les symptômes du patient, les tests médicaux seront appelés en renfort. À ce moment, il faut être très vigilant dans l'interprétation des tests car des trouvailles fortuites, qui n'ont souvent rien à voir avec les symptômes du patient, peuvent être décelées. Si le professionnel de la santé conclue simplement à partir de ces résultats, comme c'est souvent le cas, cela représente une erreur de jugement importante puisque le résultat ne tient pas compte de la globalité du patient qui consulte. Cette erreur de jugement mènera vers un diagnostic erroné, avec évidemment des traitements inefficaces. Il faut impérativement toujours corroborer le résultat d'un test avec l'examen clinique du patient. Il ne faut jamais étiqueter un patient avec le résultat d'un test médical et c'est une des erreurs communes en médecine traditionnelle. Par exemple, j'ai traité plusieurs patients dans mon cabinet qui avaient reçu un diagnostic d'hernie discale alors que les symptômes étaient du côté opposé à l'hernie. Il faut prendre le temps de réfléchir et de recueillir toutes les informations avant de poser un diagnostic. Cela oblige de tenir compte de tous les antécédents émotionnels, nutritionnels et physiques du patient ainsi que des résultats des tests médicaux.

De surcroît, les tests médicaux proprement dit possèdent leur marge d'erreur propre. La résonance magnétique par exemple, qui constitue l'un des tests les plus fiables en médecine conventionnelle pour identifier une structure atteinte, possède une fiabilité de 80%. Donc, la résonance magnétique possède une marge d'erreur de 20%. Si elle est interprétée seule sans faire au préalable l'examen objectif du patient, cette marge d'erreur augmente considérablement. Le système médical culpabilise souvent les patients lorsque la douleur se chronicise en leur disant qu'ils ne font pas assez d'exercices physiques, qu'ils ne mangent pas bien, qu'ils ne suivent pas les conseils et les recommandations, qu'ils ne prennent pas leur médication, ... alors que la majorité du temps, c'est tout simplement le professionnel de la santé qui ne possède pas les connaissances nécessaires pour aider adéquatement le patient. Le corps humain est tellement complexe qu'une vie ne suffit pas pour maîtriser chacune des sphères qui l'englobent.

Prenons maintenant un exemple encore plus percutant : la prise de sang. La prise de sang est probablement un des examens de routine qui s'effectuent le plus souvent en Amérique du Nord. La prise de sang renseigne le professionnel de la santé sur le niveau d'hormones et/ou d'éléments spécifiques qu'il désire connaître dans la formule sanguine du patient. Le résultat du test sera en fonction du moment précis où la prise de sang est effectuée sans tenir compte de votre état d'âme ou de vos émotions. Mentionnons d'abord que le niveau d'hormones dans le sang varie d'heure en heure. Le stress peut, à lui seul, faire varier votre niveau d'hormones considérablement et perturber complètement votre système interne. Donc, si vous êtes stressés ou préoccupés lors de votre prise de sang, les chances d'obtenir un résultat faussé sont possibles. Combien de personnes reçoivent un diagnostic de haute tension artérielle simplement parce qu'elles sont stressées à l'idée d'aller chez le médecin ou parce qu'elles envisagent toutes sortes de mauvaises nouvelles? Lorsqu'on reprend leur pression artérielle à domicile, elle est complètement normale. Donc, négliger l'aspect émotionnel est une erreur fondamentale qui conduit souvent à des conflits de diagnostic, c'est-à-dire à des diagnostics faussés et à la prise de médication inutilement.

Le médecin qui reçoit le résultat de votre prise de sang conclue uniquement en se basant les échelles de normalité établies par le système médical. Si votre résultat se situe entre la valeur minimale et maximale acceptable, votre résultat est considéré comme étant normal. L'inverse dénote une anomalie et le médecin vous suggérera un médicament pour rétablir cette normalité. Mais si la veille de votre prise de sang, vous vous étiez chicanés vivement avec votre conjoint par exemple, il est impératif que votre résultat du lendemain sera faussé car les émotions vécues et ressenties feront varier le niveau d'hormones dans votre sang, votre fréquence cardiaque et toutes vos fonctions vitales. Donc, votre médecin qui ne connaît pas votre vie personnelle et qui n'a pas pris le temps de vous questionner sur vos préoccupations et votre état d'âme, conclura sur un résultat faussé. Imaginez une seconde, le nombre d'émotions négatives qui se

vient constamment dans chacune de vos vies (peur, angoisse, haine, honte, culpabilité, tristesse, colère, ...) et qui ont un effet incontestable sur votre corps physique mais qui sont complètement ignorées des résultats médicaux. Beaucoup trop de médicaments se consomment inutilement alors qu'une alternative est possible. N'oubliez jamais qu'un médicament a toujours un effet secondaire sur le corps humain, quels qu'il soit. .

Ne considérez jamais le résultat d'un test comme un diagnostic final mais toujours, comme un élément de réflexion dans votre recherche de solutions. Vous seul avez la solution à votre problème. Le professionnel est simplement là pour vous fournir différents éléments qui peuvent être utiles dans votre démarche. La preuve en est que si vous consultez cinq professionnels différents pour le même problème, vous risquez d'obtenir cinq diagnostics différents. Alors, faites-vous confiance et fiez-vous à votre intuition. Prenez le temps de réfléchir à ce qui vous est proposé. Vous avez le droit d'être en désaccord avec l'opinion du professionnel. Aucun professionnel ne connaît la science infuse et personne ne peut vous prédire votre avenir. Par exemple, il y a dans chacun de nous des petits cancers ou des cellules anormales qui se forment et se résorbent à chaque jour sans que nous en ayons conscience. Par contre, si un examen médical relevait cette anomalie en cours de route et par pur hasard, l'impact d'une telle annonce dans la vie de plusieurs personnes les ébranlerait considérablement étant donné qu'ils ne connaissent pas ce que représente la maladie. La peur d'une maladie est souvent pire que la maladie elle-même.

Je vais vous donner un seul exemple mais je pourrais vous en énumérer assez pour écrire un livre. À vous de faire le même lien avec votre condition. Ma meilleure amie a consulté son médecin lorsqu'elle est tombée enceinte. Un bilan sanguin complet a été demandé de routine de la part du médecin. Lorsque le médecin a reçu le résultat de la prise de sang, il a téléphoné à mon amie pour lui mentionner qu'elle faisait de l'hypothyroïdie et qu'elle devrait prendre des « syntroid » (médicament pour balancer la glande thyroïde). Lorsque mon amie m'a appris cette nouvelle, je lui ai prouvé qu'elle ne présentait aucun signe clinique d'hypothyroïdie. Lorsque vous ne possédez pas les connaissances suffisantes des symptômes classiques d'une maladie, vous n'avez qu'à faire quelques recherches sur internet pour les trouver. Je l'ai donc questionnée sur sa vie personnelle au plan émotionnel pour découvrir qu'elle venait de vivre un gros litige au travail qui l'avait beaucoup ébranlé. J'ai donc contacté son médecin, pour lui expliquer cette situation et je lui ai suggéré d'attendre avant de prescrire cette médication. Je lui ai mentionné que mon amie consulterait un bon psychologue et que lorsque sa condition émotionnelle serait rétablie, qu'elle repasserait un bilan sanguin. Si à ce moment, le résultat démontre qu'elle fait encore de l'hypothyroïdie, je serai d'accord à ce qu'elle prenne une médication adéquate pour contrôler sa glande thyroïde. La médication a largement sa place à jouer mais **elle n'a pas toute la place!** Deux mois plus tard, après avoir solutionné son conflit émotionnel, mon amie a passé un nouveau bilan sanguin qui s'est avéré tout à fait normal. Elle a donc évité la prise de médication

inutilement et cette façon de procéder devrait toujours être mise de l'avant. Le médecin devrait toujours prendre le temps nécessaire de questionner le patient sur son niveau émotionnel et ses habitudes alimentaires lorsqu'un résultat de test devient hors norme alors qu'il l'était normal à l'examen précédant, avant même de prescrire quelques médicaments que ce soient. Mais la formation médicale universitaire ne va pas dans ce sens et le système de santé dans lequel nous vivons est tellement surchargé que la médication est la première solution offerte aux patients. La médication prend aujourd'hui presque toute la place due au pouvoir et au contrôle incommensurable des compagnies pharmaceutiques. Ce n'est donc pas évident pour le patient qui ne connaît pas le fonctionnement du corps humain d'entrevoir une autre solution puisque le professionnel de la santé est celui qui doit savoir! Cela est bien différent dans d'autres sociétés plus évoluées.

Il est donc grand temps que la population commence à s'instruire sur le fonctionnement du corps humain pour avoir un esprit plus critique lorsqu'un diagnostic est établi. N'oubliez jamais qu'un diagnostic représente toujours un point de départ dans la recherche de solutions et non une finalité comme trop de gens le perçoivent. Il existe souvent une solution pour chaque problème lorsqu'on se donne la peine de comprendre et de chercher les bonnes réponses. Le site internet [www.sebastienplante.com](http://www.sebastienplante.com) a été conçu pour vous donner tous les outils nécessaires à la réalisation de cette prise en charge de vos problèmes.

Sébastien Plante  
Physiothérapeute et ostéopathe  
[www.sebastienplante.com](http://www.sebastienplante.com)