

## La méthode Sipho : une méthode simple, efficace et sans danger pour soigner le mal de dos



La méthode Sipho : une méthode simple, efficace et sans danger pour soigner le mal de dos

Le mal de dos est le mal du siècle, c'est devenu un poncif et pourtant une triste réalité qui affecte nombre de personnes, quels que soient l'âge et l'état de santé.

La conférence que vous propose la Varangue à Vic-Fezensac devrait donc intéresser tout le monde.

**Jeudi 25 novembre à 20 h, la Varangue reçoit le docteur Denis Remy inventeur de la thérapie Sipho, médaille d'or du concours Lépine 2004, médaille d'or décernée par la société française de médecine du sport 2005.**

Nous l'avons rencontré.



**Journal du Gers :** Comment vous êtes-vous intéressé au mal de dos ?

**Denis Remy :** Tout au long de ma carrière, je me suis passionné pour l'anatomie du dos.

A l'âge de 30 ans j'ai souffert d'une hernie discale et j'ai sauvé mon dos grâce à une posture qui fait disparaître la douleur instantanément quand on a les jambes dans le vide et le dos arrondi.

**Journal du Gers :** Suite à cette découverte, vous avez donc développé une méthode et même un appareil pour la mettre en pratique ?

**Denis Remy :** En effet, j'ai développé une méthode de traitement et de prévention qui consiste à pratiquer quelques mouvements matin et soir pendant 2 ou 3 minutes sur une table d'étirement qui a été brevetée en 1989.



**Journal du Gers :** Quels types de mal de dos peuvent être traités à l'aide de cette méthode ?

**Denis Remy :** Ma méthode va fonctionner pour toutes les douleurs mécaniques comme les lumbagos, les hernies, l'arthrose, les mauvaises postures...c'est-à-dire pour 90 % des douleurs dorsales.

Pour toutes ces douleurs, on peut intervenir de manière simple, efficace et sans danger.

**Journal du Gers :** Cette méthode permet-elle d'éviter les opérations ?

**Denis Remy :** Tout à fait, en matière de hernie discale et de canal lombaire étroit, j'ai évité grâce à cette méthode à des dizaines de personnes l'intervention chirurgicale.

**Journal du Gers :** Comment va se dérouler la conférence ?

**Denis Remy :** Je vais expliquer au public les différents types de douleur du dos en donnant quelques notions rapides d'anatomie puis je vais préciser les cas pour lesquels ma technique va fonctionner. Je la présenterai ensuite.

Puis je répondrai à toutes les questions que l'on me posera.

Et je proposerai aux personnes intéressées – en particulier si elles souffrent du dos !- de monter sur l'appareil pour une démonstration.

C'est toujours spectaculaire de voir la personne redescendre en disant qu'elle n'a plus mal !



**Denis Remy** : Je me déplace à domicile avec mon appareil pour consulter des gens qui souffrent du dos.

Je réalise aussi des formations pour les thérapeutes qui souhaitent utiliser ma méthode.

Vous avez certainement eu mal au dos une fois dans votre vie ou vous avez dans votre entourage quelqu'un qui souffre du dos, alors, si vous voulez tout savoir sur la méthode Sipho, c'est **jeudi 25 novembre à 20 h à La Varangue !**

**Entrée libre. Pass sanitaire exigé.**

Et si vous voulez en savoir plus sur la méthode qui vous sera présentée, c'est ici :

[www.sipho.fr](http://www.sipho.fr)

[www.siphoasso.wordpress.com](http://www.siphoasso.wordpress.com)



## LA VARANGUE L'ART DE PRENDRE SOIN DE SOI

Présente

### le MAL de DOS Traitement & Prévention

**Une conférence du Dr Denis REMY**

Docteur en médecine, inventeur de la thérapie Siphon®

Médaille d'or au concours Lépine 2004.

Médaille d'or décernée par la Société française de médecine du sport 2005.



VIC-FEZENSAC

**25 NOVEMBRE – JEUDI – 20 HEURES**

SALLE DE L'ASSOCIATION CULTURELLE – LA VARANGUE  
21 AVENUE EDMOND BERGES  
33190 VIC-FEZENSAC  
06 07 59 75 91

**ENTREE LIBRE**

LE PASS SANITAIRE VOUS SERA DEMANDE