

# Névralgie pudendale, canal d'Alcock

La névralgie pudendale ou du syndrome du canal d'Alcock est une maladie invalidante et douloureuse qui affecte le nerf pudendale situé dans la région profonde des fesses. Ce nerf encore appelé le nerf honteux interne alimente la partie pelvienne du corps ainsi que toutes les zones intimes.

Bien qu'affectant un nombre considérable de personnes et qu'elle présente des suites douloureuses sur le plan physique et moral, la névralgie pudendale reste encore taboue et méconnue des médecins. Ce nerf encore appelé le nerf honteux interne alimente la partie pelvienne du corps ainsi que toutes les zones intimes.

## La cause de la névralgie pudendale

La névralgie pudendale survient lorsque le nerf pudendale est tenaillé entre les os, le ligament, les muscles et les graisses qui interviennent en position assise. Elle est également causée par la pratique fréquente du vélo, la position assise prolongée, un choc ou encore par un accouchement difficile.

L'ostéopathie soulager le passage du nerf dans la zone fessière basse, le muscle piriforme (ex pyramidal) au niveau du canal d'Alcock, où le nerf est plaqué dans le dédoublement de l'enveloppe du muscle obturateur interne.

## Les symptômes de la maladie

La névralgie pudendale est une affection évolutive et spécifique à tout individu. Elle se manifeste généralement par des tiraillements, des brûlures anales, des torsions et par des picotements. Ces douleurs sont ressenties au niveau des organes génitaux, de la vessie, du rectum, des intestins, des cuisses et dans le bas du dos en position assise. Les tiraillements disparaissent lorsque le patient se met en position debout et lorsqu'il marche. La névralgie pudendale entraîne également des troubles sexuelles et urinaires. Le diagnostic de cette affection se fait en utilisant un électromyogramme, un scanner ou un IRM. Mais il existe des difficultés liées au diagnostic de la maladie car elle est moins connue des médecins et les personnes affectées n'osent pas en parler avec leurs médecins. Une fois dévoilé, plusieurs traitements sont mis en œuvre afin d'éradiquer ce mal.

## Les traitements possibles

Le traitement habituel de la névralgie pudendale consiste en le recours à des médicaments anti-dépresseurs ou en des infiltrations voire en une décompression chirurgicale du nerf pudendal dans le canal d'Alcock.

.L'ostéopathie traite la souffrance du nerf pudendal de la manière suivante :

.l'ostéopathe détend de nombreux muscles du bassin et du périnée qui « coincent » le nerf pudendal,

.l'ostéopathe libère certaines articulations coincées du bas du dos, du sacrum et de la charnière entre le sacrum et le coccyx,

.l'ostéopathe pétrit les tissus autour du nerf pudendal afin de les rendre plus souples et moins adhérents au nerf pudendal.

Dans mon expérience personnelle, ces techniques ostéopathiques donnent de bons à très bons résultats et doivent être absolument essayées. Ce n'est qu'en cas d'échec de l'ostéopathie et des médicaments, qu'il faut, à mon sens, réaliser une série d'infiltrations du nerf pudendal. Ces dernières ont en outre un effet souvent transitoire.