

Bandes élastiques – les possibilités sont infinies

Par Robyn Hood

Un des aspects le plus significatif de la Méthode Tellington TTouch est son application à de nombreuses espèces animales. La bande élastique est un outil qui peut être utilisé sur de nombreuses espèces animales comme les chevaux, chiens, chats, lapins, girafes, oiseaux, reptiles et humains avec des résultats parfois subtils ou parfois fulgurants. De nombreux lecteurs connaissent déjà les bandes élastiques et dans cet article, je vais montrer quelques variations qui peuvent être utilisées car nous négligeons souvent le large éventail de possibilités offertes.

Il existe différentes opinions qui expliquent comment et pourquoi les bandes exercent une influence si importante. La sensation de bien-être et de sécurité apportée par une accolade peut être une explication ; le fait d'apporter au corps des informations tactiles et kinesthésiques sur ce qu'il est en train de faire peut en être une autre. Il y a également la perception sensorielle sur laquelle Kathy Cascade a écrit quelques années passées. En tant que physiothérapeute et instructeur TTouch, elle a écrit :

« Pour comprendre comment tout cela fonctionne, considérons le système sensorimoteur de manière simplifiée. Notre corps enregistre les informations transmises par nos organes sensoriels, tels les cinq sens de la vue, de l'ouïe, de l'odeur, du goût et du toucher (système tactile). Nous possédons aussi un autre système sensoriel qui nous renseigne sur la position de notre corps et nos membres, appelé système proprioceptif. Ce système est déclenché par le mouvement. Les informations des systèmes tactile et proprioceptif sont transmises par nos nerfs le long de la colonne vertébrale et captées par une partie de notre cerveau qui enregistre ces informations, le cortex somatosensoriel. Cette partie du cerveau se distingue par une représentation plus ou moins prononcée de certaines parties du corps. Par exemple, la face et la gueule des chiens possèdent un très grand nombre de terminaisons nerveuses, et une partie importante du cortex somatosensoriel est consacrée à ces parties du corps. Chez les humains, les mains et les doigts sont aussi surreprésentés, et il n'est pas étonnant que nous sachions mieux utiliser nos doigts que nos orteils ! Après le traitement de l'information sensorielle, le cerveau renvoie des signaux aux muscles pour la maîtrise de la posture et du mouvement. Cet échange réciproque et permanent d'informations permet aux humains et aux animaux de réaliser des mouvements coordonnés et d'accomplir des gestes complexes. En utilisant des bandes élastiques, nous ne faisons qu'intensifier les informations sensorielles transmises au cerveau par les parties du corps en contact avec la bande (au travers du système tactile) et le système proprioceptif quand l'animal se déplace en portant la bande. La réponse à une information sensorielle renforcée est souvent une amélioration de l'équilibre, de la coordination et/ou du mouvement. Boiteries et mouvements asymétriques peuvent également se trouver modifiés. »

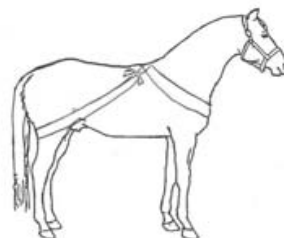
Je vais vous parler des bandages que l'on réalise couramment sur les animaux mais je vais également aller un peu plus loin en vous présentant d'autres configurations.

En fait, nous sommes simplement limités par notre imagination ; rappelez-vous que le bandage doit rester en place et détendez la bande d'environ 10%. Le but est de simplement attirer l'attention de l'animal sur la partie du corps où est placé le bandage plutôt que d'apporter un support quelconque.

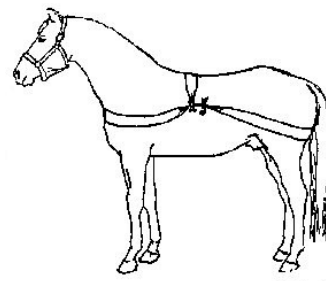
Bénéfices des bandes élastiques sur les chevaux :

- Apporte une connexion entre l'avant-main et l'arrière-main
- Améliore l'engagement
- Effet calmant
- Apporte un meilleur équilibre lors du travail du maréchal-ferrant ou lors du transport
- Aide les chevaux qui ont peur des objets qui arrivent par derrière ou qui ont peur de passer dans des endroits étroits.
- Aide lors de dysfonctionnements neurologiques

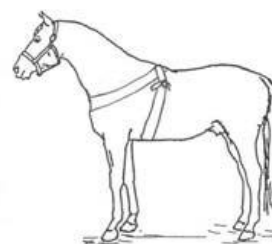
Figure 8: La bande est posée autour du poitrail (au bas de l'encolure) croise sur ou derrière le garrot ; le bout le plus long de la bande continue autour de l'arrière-train et sous la queue. Elle est ensuite rattachée au bout le plus court. Si votre cheval est confiant de l'arrière-train ou est habitué aux couvertures, il pourrait être plus facile de poser un bandage autour du poitrail, d'attacher les deux extrémités, de les croiser sur le garrot et de les glisser sur l'arrière-train.



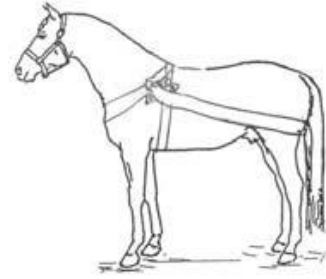
Le « pont » : Commencez avec une bande autour du poitrail (au bas de l'encolure) attachez les extrémités ensemble en laissant une longueur libre. En présence d'un cheval nerveux, vous devrez peut-être faire des exercices en main avec uniquement la première bande et tout de même noter un changement dans la posture du cheval. Attachez ensuite une deuxième bande en faisant une boucle à l'extrémité du premier bandage. Passez la deuxième bande autour de l'arrière-train du cheval et rattachiez-la au bandage du poitrail. L'idée est de former un « pont » sur le dos du cheval, derrière le garrot.



Demi-bandage : C'est un bandage qui a d'abord été utilisé avec les chiens. Il facilite l'introduction de la sangle chez les jeunes chevaux et aide les chevaux difficiles à sangler ainsi que les « dos froids ». Posez une bande autour du poitrail, croisez-la au-dessus du garrot, attachez un deuxième bandage à une extrémité, passez-la sous le ventre et rattachiez-la à l'extrémité du premier bandage.



Ce bandage vous permet de rajouter une troisième bande autour de l'arrière-train en l'attachant à la partie avant du demi-bandage.



Bandage de la tête : il y a plusieurs possibilités ; sur la photo ci-dessus, la bande est croisée entre les oreilles de Ringo. Il était très tendu entre les oreilles et manquait de concentration. Il s'est très vite calmé quand il a eu le bandage de la tête ; c'est comme mettre « une casquette pensante »



Photo: Vous pouvez aussi mettre le bandage de façon à ce qu'il passe sur le front, croise sous la gorge et se rattache derrière les oreilles. Avec la plupart des chevaux, j'utilise une bande de 8 cm quand je fais des bandages sur la tête et je m'assure qu'il ne soit pas trop serré.

Photo: Le fait de placer un bandage autour de l'encolure du cheval jusqu'au licol a encouragé Ringo à télescoper l'encolure – le bandage de la nuque est attaché également au bandage en figure 8 afin d'inclure son arrière-train.



Photo: Ce cheval était inquiet à l'idée de se trouver dans un nouvel espace sans ses amis. Le bandage de tête a eu l'effet immédiat de le calmer et de l'aider à se concentrer. Nous avons utilisé un bandage complet (figure 8) avec le bandage du ventre afin de lui permettre une meilleure perception de son avant main reliée à l'arrière-train et de son ventre relié au dos.



Dans le fascicule intitulé *TTeam as a Complement in the Rehabilitation of Horses with Neurological Deficits* (*TTeam en complément lors de la réadaptation de chevaux avec des déficits neurologiques*) qui est disponible sur le site web, il y a plusieurs configurations de bandage utilisés pour aider des chevaux avec EPM (Equine Protozoal Myelitis) Il y a aussi un protocole de travail utilisant les TTouch et les exercices en main que plusieurs ont trouvé utile dans la réadaptation des chevaux. Ce fascicule est disponible sur les sites www.ttouch.com et www.tteam-ttouch.ca.

Bandes élastiques pour chiens:

Les bandages aident les chiens dans les situations suivantes :

- Timidité ; nervosité
- Agression, réactivité
- Peur du tonnerre, des feux d'artifice, des bruits forts
- Peur des étrangers ou de certaines personnes
- Maladie en voiture
- Hyperactivité
- Arthrose
- Stress en relation avec des maladies comme l'épilepsie
- Tremblements, sans cause réelle
- Pour calmer un chien excité lors d'un entraînement etc.
- Peur de la voiture
- Aider l'équilibre
- Construire la confiance
- Aider la concentration
- Apporter une meilleure perception et conscience au corps
- Donner à l'animal une nouvelle expérience
- Préparer au port du harnais

Quart de bandage:

Placez le premier tiers d'une bande au milieu du poitrail du chien ; croisez la bande sur le dos et ramenez le bout le plus long de la bande sous le ventre du chien ; attachez-la sans trop serrer. Le quart de bandage est la configuration la plus facile à accepter pour un chien.



Demi-bandage:

Placez le milieu de la bande sur le poitrail du chien ; puis croisez sur le dos, au niveau des épaules, croisez ensuite sous le ventre pour remonter et attachez les extrémités sur le dos sans trop serrer.

Variation : Vous pouvez placer la partie de la bande où se trouve le nœud au bas de la colonne vertébrale ; par la suite, vous pouvez la descendre autour des hanches à la base de la queue. Ces ajustements apportent les bienfaits du bandage complet et aident le chien à accepter cette configuration.

Variation : Placez le demi-bandage sur un T-shirt

Avantage : Puisque le demi-bandage ne va pas sur l'arrière-train, les chiens le trouvent plus facile à accepter ; c'est une bonne façon de commencer à apporter une meilleure conscience au corps. C'est une bonne configuration pour les chiens timides, un peu « fous » ou inquiets de se faire toucher l'arrière-train. C'est une excellente configuration à utiliser si vous n'êtes pas certain de votre choix.

Désavantage : Peu de désavantages si ce n'est que cette configuration ne s'étend pas sur l'arrière-train. Cependant, il est toujours possible d'ajouter une deuxième bande.



Bandage "cœur croisé":

Placez le milieu de la bande sur les épaules du chien ; descendez sur le poitrail, croisez entre les jambes pour remonter derrière les coudes. Si vous avez un surplus de bande, placez-le sur le dos pour descendre et croiser sous le ventre ; puis attachez les extrémités de la bande à côté de la colonne vertébrale.



Figure 8 avec bande ventrale:

Cette configuration est un moyen de connecter l'avant à l'arrière tout en intégrant le ventre. Elle requiert deux bandes cousues ensemble. Placez une extrémité au travers du poitrail (premier 1/3), croisez sur le dos en passant le bout le plus long de la bande derrière l'arrière-train sous la queue ; ramenez au-dessus de l'épaule, entrecroisez avec la partie avant du bandage (ceci maintiendra le bandage en place) puis passez sous le ventre pour remonter l'attacher à l'épaule. Cette configuration est plus facile à accepter pour le chien puisqu'elle ne croise pas entre les jambes ; cependant, il est préférable de l'utiliser avec des chiens qui ont une queue afin d'éviter que le bandage ne remonte.



Bandages de la tête:

Ces bandages sont issus des bandages du museau. Quand une bande sur le museau n'était pas bien tolérée par le chien, on la glissait sur le front. Cela donnait un chien calme qui n'avait aucun problème avec cette configuration. Comme chez les chevaux, cette forme de bandage semble créer l'effet d'une « casquette pensante » et aide à la concentration et au calme. Utilisez idéalement une bande de 2.5 cm. (si vous avez une machine à coudre, vous pouvez couper en deux un bande de 5 cm et la coudre) ou encore une bande de 5 cm pliée en deux. Placez le milieu de la bande sur le front, croisez sous la gorge et attachez derrière les oreilles. Soyez attentif à ce que le bandage ne soit pas trop serré mais qu'il tienne en place de manière confortable.





Photos ci-dessus – une autre possibilité est de croiser la bande entre les oreilles. Exercez-vous à placer ces bandages sur des chiens en peluche afin de devenir plus efficace.

Le bandage de la tête aide les chiens qui ont des tensions entre les oreilles.

Bandage complet:

Placez le milieu de la bande sur le poitrail du chien, tirez les deux extrémités sur le dos en les croisant puis allez entre les deux jambes postérieures en passant par le devant des jambes (sans croiser – cela signifie que le chien peut encore uriner ! -) et remontez de chaque côté de la queue pour aller attacher la bande sur le dos.



Conseil : Si le bandage glisse sur les fesses, repassez-le une 2e fois plus près de la queue. Soyez attentif de ne pas être sur la queue particulièrement si le chien a déjà des problèmes de confiance.

Variation : Une fois que la bande est croisée sur le dos, il est possible d'aller le placer sur les fesses en descendant de chaque côté des jambes postérieures, de l'arrière vers l'avant et d'attacher les deux extrémités de la bande sur le dos.

Avantage : glisse moins facilement le long des jambes.

Bandage « rayure de course » (aussi connu sous le nom du **bandage à Debby** – après Debby Potts):

Utilisez une bande ou deux cousus ou attachés ensemble. Passez environ 1/3 de la bande autour du cou du chien, nouez-la légèrement au-dessus des épaules. Amenez la bande restant le long de la colonne vertébrale jusqu'à la base de la queue.

Passez-la sur le côté droit de la queue puis entre les jambes de l'arrière vers l'avant ;

remontez à l'aine droite, allez sur le dos, redescendez sur l'aine gauche, passez entre les jambes mais cette fois de l'avant vers l'arrière pour remonter du côté gauche de la queue (cela crée une croix de soutien flanc à flanc).
Passez la bande sous la « croix flanc à flanc » et ramenez-la aux épaules (si vous avez assez de bande). Attachez-la avec une épingle de sûreté épingle de nourrice.

Conseil : Le fait d'utiliser une épingle de nourrice plutôt qu'un nœud permet au bandage de mieux épouser le corps.

Conseil : Si votre bande est trop courte, attachez-la à une autre bande à l'aide d'une épingle de sûreté à l'endroit où la « croix flanc à flanc » se trouve (bas du dos)

Conseil : Si vous avez un excédent de bande, vous pouvez la passer sous la cage thoracique.

Avantage : Ce bandage reste sur l'arrière-train plus facilement ; il peut aider les chiens plus âgés qui ont des problèmes aux hanches.

Désavantage : Attention aux chiens dysplasiques : il est important de bien observer le chien pour voir s'il marche plus facilement ou si au contraire sa démarche s'empire.



Bandages des jambes:

Vous pouvez utiliser une bande en mettant le centre sur les épaules pour descendre le long des jambes antérieures en formant une spirale. Attachez-la à elle-même. Vous pouvez aussi ajouter une autre longueur ou descendre en diagonale le long des jambes.

Laissez le bandage pour quelques minutes et conduisez si possible le chien à travers quelques obstacles.



Thundershirt:

Voici un nouveau produit que nous utilisons depuis six mois ; il s'ajuste facilement à l'aide d'attaches en velcro et est disponible dans 7 ou 8 grandeurs. Il est très efficace pour soulager les peurs causées par les orages ou autres bruits. Les « Thundershirts » sont disponibles au www.thundershirt.com, www.ttouch-team.ca ou à Rolle, en Suisse, chez Canins-les-Bains, www.caninslesbains.com.



T-Shirts:

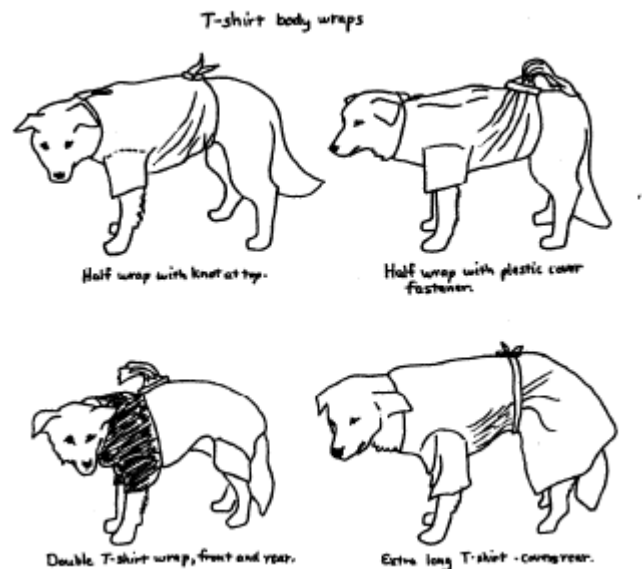
Voici un moyen d'apporter à votre chien une meilleure perception de son corps sans utiliser de bandes. Le T-shirt est parfois mieux toléré par certains chiens. Utilisez une grandeur adéquate, par exemple : un T-shirt pour enfant pour un chien de petite race, un T-shirt pour adulte M ou L pour un chien de race moyenne et un XL pour un chien de grande race.

Enfilez le T-shirt sur le chien, étiquette côté poitrail (contrairement à ce que vous feriez pour vous-mêmes). Passez les jambes antérieures dans les manches. Prenez le surplus de tissu et nouez-le sur le dos à la hauteur des hanches.

Variation : Prenez un couvercle en plastique, faites une incision en forme de croix, passez le surplus de tissu dans les fentes. Le couvercle aidera le tissu à tenir en place.

Avantages : 1. Certains chiens acceptent mieux le T-shirt que les bandes. 2. Vous avez probablement déjà un T-shirt. 3. Le chien ne paraît pas blessé.

Désavantage : Dépendamment de la coupe du T-shirt, il peut s'avérer difficile à l'enfiler sur le chien.



Bandes élastiques pour les chats:

C'est souvent nécessaire de procéder par étapes quand nous mettons un bandage sur les chats. Ce n'est pas inhabituel pour un chat de perdre son équilibre ou de se coucher quand nous lui mettons un bandage pour la première fois. J'ai remarqué que c'est plus facile si l'on procède par étapes. Utilisez généralement une bande de 5 cm. Commencez par simplement déposer la bande sur le dos du chat. Laissez-la quelques minutes puis enlevez-la. Si votre chat aime les friandises, vous pouvez en offrir une sur la bande.

Ensuite, posez la bande sur le poitrail du chat, ramenez les extrémités sur les épaules, croisez puis laissez pendre le bandage. Si votre chat réagit fortement (tomber sur le côté ou figer), vous pouvez simplement retirer le bandage ou faire quelques TTouch avant de l'enlever. Dépendamment de la situation, vous pouvez soit attendre quelques minutes avant d'essayer à nouveau ou attendre pour une session suivante. Si votre chat accepte le bandage, je fais généralement le quart de bandage comme décrit ci-dessus pour les chiens et je l'attache très doucement. Certains chats se couchent et semblent confortables. Parfois, je les encourage à bouger en portant le bandage. J'ai eu plusieurs réactions différentes de la part des chats mais je me suis rendue compte que plus je travaille avec eux, plus ils acceptent les bandes.

Si vous utilisez un bandage pour aider votre chat à accepter le harnais, assurez-vous que votre chat puisse bouger librement lorsqu'il le porte. Vous pouvez ensuite mettre le harnais par-dessus le bandage pour de courtes périodes.

Les bandages sur les chats peuvent aider dans les situations suivantes :

- Hyperactivité
- Timidité
- Introduction d'autres animaux dans la maison
- Marquage et problèmes de litière
- Problèmes neurologiques
- Préparation au harnais



Photo: Ce demi-bandage a aidé le chat à accepter le toilettage

Photo: Ce chat a accepté facilement le bandage dès le premier essai.



Photo: Le harnais a été placé sur le bandage et on a encouragé le chat à marcher sur différentes surfaces. Quand un chat porte un harnais pour la première fois, assurez-vous d'en faire une expérience positive simplement en le suivant tout en tenant la laisse. « Premier » est fabricant d'un très bon harnais pour chats qui s'ajuste bien et qui a une laisse élastique qui permet d'encourager facilement les déplacements.



Bandes élastiques pour les reptiles:

Ce n'est pas courant d'utiliser des bandes sur les reptiles, mais j'en ai utilisé sur un iguane pour l'aider à accepter le harnais. Une praticienne a utilisé un bandage sur son dragon barbu qui souffrait de constipation. Nous en avons également utilisé un sur un serpent qui semblait souffrir de désordres neurologiques. C'est une manière également d'apporter à l'animal une nouvelle expérience.



Photos: Ce dragon barbu habite avec Willeke Koppelaar en Hollande et était très constipé. Le fait de lui mettre un bandage a accéléré son transit intestinal.



Bandes élastiques pour des animaux de zoo:



Photo: Amy Phelps travaille au zoo d'Oakland et utilise des bandes élastiques sur de jeunes girafes pour les aider à leur apporter une nouvelle perception de leurs corps.

Bandes élastiques pour les lapins:

Vous utilisez les mêmes étapes que celles décrites pour les chats.
Vous pouvez également utiliser une bande pliée en deux pour effectuer des soulèvements du ventre ce qui est très efficace pour aider les lapins à se faire manipuler.

Une bande de 2.5 cm est idéal pour les lapins.



Sur les photos ci-dessus vous voyez le demi-bandage et la photo ci-dessous vous montre un bandage complet avec la configuration du bandage à Debby (décrite pour les chiens).



©Robyn Hood in TTEAM Connections 1/2010
ttouch@shaw.ca
www.tteam-ttouch.ca

Traduction: Anne Meylan
Praticienne TTouch certifiée P.1 pour animaux de compagnie
meylana@bluewin.ch

Introduction et bandages pour les chevaux :
texte révisé par Lucie Leclerc,
Instructeur TTouch pour animaux de compagnie.
luciewleclerc@gmail.com

Adaptation et réalisation : Lisa Leicht,
Praticienne 3 pour animaux de compagnie
lisa@lisaleicht.ch