

Quels sont les contre-indications connues à l'utilisation de la Plate-forme Vibrante ?

Compilation de ce que j'ai trouvé sur le Net

Contre-indications absolues :

- Inflammations aiguës, infections et/ou fièvre
- Arthropathie ou arthrose aiguës
- Plaies récentes résultant ou non d'une intervention
- Situations post-opératoires (avec des implants)
- Implants dans la colonne vertébrale
- Sciatalgies, cruralgies
- Pathologies aiguës des disques vertébraux, spondylose
- Ostéoporose sévère avec pathologies dégénératives
- Arthéro-sclérose fémorale
- Thrombose veineuse profonde, aiguë ou chronique, ou autres affections thrombotiques
- Tumeurs
- Spasticité [Augmentation exagérée et permanente du tonus musculaire d'un muscle au repos] après AVC ou lésion de la moelle épinière
- Anévrisme
- Epilepsie
- Hypertension à l'effort non régulée par des médicaments
- Étourdissements ou vertiges de position
- Infarctus aigu du myocarde
- Migraine sévère
- Pose d'un stérilet depuis moins de 8 semaines
- Allaitement
- Grossesse
- Accouchement et prolapsus du col utérin

Contre-indications relatives, un avis médical est indispensable :

- Calculs biliaires, rénaux ou de la vessie
- Rhumatismes articulaires et arthrose
- Implants de la hanche ou du genou
- Implants métalliques ou synthétiques (pacemaker, prothèse de valve cardiaque, endoprothèse récente, ou implants neuronaux, cochléaire)
- Cicatrices post-opératoires
- Insuffisance cardiaque
- Arythmie cardiaque
- Troubles cardiaques (après infarctus du myocarde)
- Porteurs de stimulateurs cardiaques
- Douleur dorsale chronique (après une fracture, des pathologies des disques ou une spondylose)
- Discopathies, hernies ou autres affections du dos
- Spondylolisthésis
- Lombosciatique hyperalgique
- Micro fêlures osseuses
- Myélopathie cervicarthrosique
- Diabète sucré sévère
- Troubles des mouvements et maladie de Parkinson
- Trouble de circulation artérielle
- Artérite
- Insuffisance veineuse avec ulcère crural
- Varices (intervention des)
- Oedème lymphatique
- Polyarthrite rhumatoïde sévère
- Prise de diluants sanguins
- Acouphènes
- Cataracte
- Décollement de rétine
- Glaucome oculaire
- Créatine (taux élevé)
- Cystite
- Décollement de la plèvre
- Emphysème pulmonaire
- Hernie inguinale
- Plaques d'athérome
- Radiothérapie

La société Power Plate®, leader du marché des plateformes vibrantes, précise d'ailleurs sur son site

<http://fr.powerplate.com/FR/technology/contraindications.aspx>

« ! Attention : avant d'entamer tout programme d'exercice, nous vous recommandons de consulter un médecin et de lui demander de vous examiner afin de vérifier s'il est opportun pour vous de vous lancer dans un tel programme, afin d'éviter toute lésion corporelle. Si vous présentez une quelconque pathologie ou une quelconque limitation physique susceptible d'affecter votre capacité à vous entraîner, power plate vous recommande vivement de recueillir l'avis d'un médecin avant toute utilisation de la power plate®. Si, au cours de l'utilisation de la power plate®, vous ressentez une quelconque impression de vertige, de faiblesse, d'essoufflement ou de douleur, arrêtez immédiatement d'utiliser la machine et consultez un médecin. La power plate® n'est pas un appareil médical et n'est pas conçue à des fins thérapeutiques. »

Conclusion : avis médical préalable et encadrement compétent et présent !