

Table des Matières

| | |
|---|-----------|
| <u>L'importance du Massage</u> | 5 |
| <u>A quoi sert le Massage ?</u> | 6 |
| <u>Les conditions Optimales pour un Massage Canin</u> | 10 |
| <u>L'évaluation</u> | 13 |
| <u>Début du Protocole Initiatique</u> | 16 |

L'importance du Massage

Les chiens représentent plus que nos meilleurs amis. Ce sont des compagnons fidèles, protecteurs et consolants. Nos chiens font beaucoup plus que nous accueillir à la maison, ils nous font confiance et nous aiment sans condition. Pour beaucoup d'entre nous, les chiens sont des âmes sœurs, des compagnons à vie.

Apprendre à masser son chien, c'est vouloir le maintenir en bonne santé, le remercier de sa loyauté et améliorer le lien qui unit homme et animal.

Comme pour les humains, le massage réduit le stress, accompagne avantageusement un processus de guérison, aide à se sentir bien dans son corps.

Souvent des personnes me demandent si des câlins quotidiens comptent comme des massages. Je réponds toujours NON, et je vous explique pourquoi.

Le massage est plus que des câlins, c'est une technique de toucher mesurée et consciente. Chaque toucher est mesuré en tant que pression, direction et but. Vos mains deviennent des outils bien calibrés et sensibles qui vous permettent de déceler des anomalies et de les soulager. Ce sont les canaux qui transmettent de la relaxation et de l'amour.

En tant que masseuse professionnelle depuis plus de dix ans, j'ai acquis différentes techniques, ayurvédique, shiatsu, californienne, suédoise. Fille de vétérinaire, j'ai découvert que bon nombre de ces techniques peuvent aussi s'adapter aux chiens et qu'elles leurs procurent de réels bienfaits. J'ai appris qu'un massage mesuré sur un chien me permet une communication à plusieurs niveaux. L'apprentissage du massage canin que j'ai effectué à la PetMassage School de Toledo, dans l'Ohio aux Etats-Unis, m'a fait prendre conscience d'une amplification des sens et cela me permet de me rapprocher toujours d'avantage des chiens et de mes patients.

A quoi sert le Massage ?

Le massage est la manipulation des muscles et de la peau afin de promouvoir une augmentation de la circulation du sang vers tous les organes et tissus du corps de votre chien.

A quoi ça sert ?

Augmentation de la circulation du sang :

Chaque cellule, chaque fibre de muscle du corps à besoin d'être constamment alimentée en sang oxygéné. Ce sang, avec l'aide de l'oxygène, fournit les hormones, les substances nutritives pour le bon développement des cellules. Pendant sa circulation, le sang rassemble les déchets du métabolisme cellulaire et les transporte aux organes du corps qui les élimineront. Normalement le sang coule autour des muscles inactifs et à travers les muscles actifs. Les pressions variées qui s'exercent pendant le massage contribuent au mouvement du sang, ce qui augmente la circulation à tous les organes et cellules du corps.

Augmentation de la circulation de la lymphe :

La lymphe est un fluide transparent qui contient les globules blancs. Les globules blancs sont la main-d'œuvre du système immunitaire qui aide à combattre les infections virales et bactériennes. C'est la première ligne de défense de notre corps. Chaque fois qu'il est nécessaire, le système lymphatique, qui est similaire au système veineux sanguin, transporte les globules blancs là où il y en a besoin.

Le toucher donne une impression d'unité, il soulage et apaise. Des psychologues ont prouvé que le toucher est aussi important que la nourriture et l'eau. Après la naissance, le premier geste d'une mère est de tenir son bébé contre elle et de le caresser, elle lui exprime par là son affection et son amour. La mère apprend à former des liens affectifs avec son bébé à travers le toucher.

Les animaux se servent de plusieurs autres sens que le toucher pour former des liens affectifs. Par exemple l'odorat, l'ouïe. Par le massage vous pouvez apporter des éléments essentiels de soins et d'affection.

Dans un mouroir à Calcutta, j'ai vu des personnes pleurer quand je les massais. Pourquoi ? Tout simplement parce que personne ne les avaient touchées depuis bien longtemps ! Tel est le pouvoir du toucher, le pouvoir du massage.

Le massage canin ressemble en tous points au massage humain, il sert à :

- Activer la circulation du sang et de la lymphe.
- Soulager des douleurs musculaires et de l'arthrite.
- Rééquilibrer les différents organes du corps.
- Accélérer le processus de guérison après une chirurgie ou une blessure.
- Soulager du stress et des chocs émotionnels ou physiques.

Le massage s'adresse aux chiens qui travaillent :

- Chiens guides d'aveugles
- Chiens sauveteurs
- Chiens de traîneaux
- Chiens de chasse

- Chiens de bergers
- Chiens au service des différentes administrations

Mais également :

- Aux chiens qui ont de l'arthrite ou une dysplasie de la hanche.
- Aux chiens qui ont subi une intervention chirurgicale.
- Aux chiennes qui ont eut de lourdes portées.
- Aux vieux chiens qui ne font plus d'exercice et qui ont une dégénérescence physique tel que raideur, trouble de la peau, de la vue et de l'ouïe.
- Aux chiens qui concourent
- Aux jeunes chiens en apprentissage ou dressage.
- Ou simplement aux chiens qui sortent peu.

Contre-indications :

Ne massez jamais votre chien mais consultez un vétérinaire lorsque :

- Sa température est supérieure à 39,5°C. La température normale est de 38,5°C chez le chien. L'augmentation de la température indique généralement une maladie infectieuse, et le massage ne fera qu'empirer les choses en activant la circulation sanguine.
- En cas de plaie ouverte ou en voie de cicatrisation, vous pouvez masser le reste du corps pour le soulager mais ne touchez pas la partie blessée.
- S'il y a eu traumatisme, comme une déchirure musculaire, une entorse ou un hématome, vous pouvez mettre de la glace sur la partie blessée, et reprendre les massages au bout de 72 heures.
- En cas de maladie nerveuse sévère comme la maladie de Carré. La stimulation nerveuse serait en ce cas très désagréable.
- En cas de diarrhées, colites, hernie.
- S'il a une crise d'arthrite aiguë, car le massage aggraverait l'inflammation.
- En cas de tumeur maligne ou de kyste, demandez toujours l'avis de votre vétérinaire.
- Ainsi que pour tous problèmes dermatologiques comme : teigne, états infectieux.
- Quand le massage est contre-indiqué, gardez votre chien au chaud et bien hydraté.

Les Conditions optimales pour un Massage Canin

Choisissez un moment et un endroit tranquille. Eteignez la télévision, votre téléphone portable et évitez que d'autres animaux ne s'approchent. Vous pouvez éventuellement mettre une musique douce.

Lavez-vous les mains. Ne massez pas pendant la cuisson du bourguignon; l'odorat du chien est puissant et des odeurs de nourriture pourraient le distraire. Attendez au moins 2 heures après son repas. Prenez soin d'avoir les ongles coupés court.

Ne massez pas si quelque chose vous préoccupe, si vous êtes fatigué ou stressé, votre chien le ressentirait. N'oubliez pas de respirer calmement et de calquer votre respiration sur celle de votre chien.

Les chiens comme les humains ont des humeurs, et parfois ils ne sont pas réceptifs au toucher – ou encore, ce n'est tout simplement pas le bon moment pour eux.



Pour commencer la séance il est essentiel de maintenir le contact avec les deux mains. En caressant le corps avec une main, il faut maintenir le contact avec l'autre main. Cela vous permet de garder le corps du chien dans une position où vous pouvez le toucher à peu près partout, de plus cela le soutient et le rassure. Au niveau de l'énergie, vous maintenez un circuit magnétique bioélectrique quand vous avez les deux mains sur votre chien. D'une manière générale essayez de toujours garder le contact.

L'endroit que vous choisirez pour le massage dépendra de la taille de votre ami.

Pour un chien de taille moyenne à grande, je vous recommande de le masser au sol, ou choisissez une table à la bonne hauteur de manière à pouvoir garder votre dos droit, vos épaules et vos bras détendus. S'il est de petite taille vous pouvez masser votre animal sur vos genoux en prenant soin d'être bien assis, le dos bien droit.

Vous pouvez masser votre chien quand il est debout, assis, couché sur le côté ou sur l'estomac. Evidemment, s'il est couché sur le dos vous aurez du mal à toucher toutes les parties de son corps, mais c'est à vous de le guider en lui parlant gentiment et doucement.

Le rythme et le ton de votre voix jouent un rôle important dans l'ambiance de la séance de massage. Vous pouvez parler à votre chien pour le rassurer, le remercier, lui demander de changer de position.



Les chiens comprennent notre langage, ils déduisent beaucoup du ton de nos mots et de notre langage corporel. Tout comme un être humain, un chien peut être de bonne ou mauvaise humeur, avoir mal à la tête, il peut être triste ou fatigué ou peut-être n'a-t-il pas envie d'être touché ! Il faut respecter leurs besoins. D'une manière générale les chiens adorent les massages. Quand ils y sont habitués, ce sont eux qui viennent réclamer leur séance.

Vous devez donc programmer ce moment de détente et de partage avec votre chien.

L'évaluation

On appelle l'évaluation, **les 3 passages** que vous allez faire sur les 4 différentes parties du corps de votre chien. Cela va servir à évaluer l'état général du chien.



- 1) Une main sur le poitrail, l'autre est posée à plat sur le museau de votre chien et va redescendre sur son corps en passant par le haut de la tête, le long de l'épine dorsale jusqu'au bout de la queue.

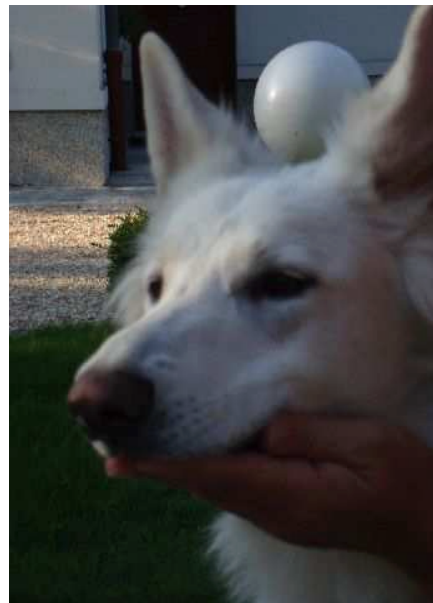
- 2) Votre main rassurante reste sur le poitrail tandis que l'autre à plat sur les babines va redescendre le long du coup, sur l'épaule et le long de la patte jusqu'au sol.





- 3) Votre main rassurante est toujours sur le poitrail ou sur l'épaule de votre chien pendant que l'autre part de la hanche et redescend le long de la patte arrière jusqu'au sol.

- 4) Maintenant votre main part de dessous le menton et redescend vers le sternum.



Voilà vous avez touché 95% du corps de votre chien.

Pourquoi sur 3 passages ?

Le 1^{er} sera un effleurement c'est-à-dire une caresse très légère qui va indiquer au système nerveux qu'il se passe quelque chose.

Le 2^{ème} sera de l'ordre d'une caresse et va relaxer votre chien.

Le 3^{ème} sera ce que l'on appelle un toucher intentionnel c'est-à-dire que vous avez l'intention de chercher s'il y a des bosses, des creux, des endroits douloureux, des tics, des épilés, des boules. Un endroit froid qui indique une cicatrice ou une vieille blessure sous laquelle la circulation sanguine se fait moins bien. Un endroit chaud qui indique une inflammation. Pour ce 3^{ème} passage, prenez votre temps, explorez le corps de votre chien, c'est presque de la prévention. En effet si vous trouvez une boule ou quelque chose d'inhabituel, prenez vite rendez vous chez votre vétérinaire. Déjà à ce stade, votre chien a compris que vous le touchiez d'une manière différente et vous avez contribué à l'aider à se relaxer.

Soyez à l'écoute et centrer sur ce que vous faites. Calez votre respiration sur celle de votre chien.

Début du Protocole Initiatique



Maintenant vous allez revenir sur le museau et lisser les babines avec la paume de votre pouce ou votre pouce.

Puis doucement vous allez mettre l'index dans sa gueule et masser tout doucement ses babines.





Ensuite vous allez doucement masser ses gencives avec le bout de votre index. Cela va contribuer à activer la micro circulation sanguine, freiner la formation de tartre et la mauvaise haleine.

En fait c'est comme si vous lui brossiez les dents et les gencives mais en faisant de tous petits cercles avec le bout de votre doigt.

Votre chien va vite d'habituer à ce que vous ayez les mains dans sa gueule.

Après le travail au niveau de la gueule vous allez regarder dans ses oreilles pour être sur qu'il n'y a pas de corps étranger et doucement malaxer de part en part de ses oreilles. Généralement les chiens adorent ça.





Après cela, saisissez doucement et à pleine main la peau et secouez comme si vous vouliez le dépoussiérer. Soyez doux et attentif à ce que vous faites.

Puis descendez tout le long de son dos en attrapant sa peau à pleine main comme sur la photo, de manière à activer la circulation sanguine et d'accélérer l'oxygénation dans les tissus.

Ce geste s'appelle le soulèvement de la peau. Encore un geste que les chiens adorent.





Maintenant vous allez travailler les pattes en exerçant de petites pressions de part en part de la patte comme si vous vouliez sortir l'eau d'une éponge. Pour ce geste soyez extrêmement doux. Imaginez que vous avez un oiseau blessé dans les mains.

Une fois arrivé au niveau des orteils, regardez entre les coussinets pour vérifier que rien de gênant s'y trouve et faites doucement rouler les phalanges entre vos doigts.



Pour finir vous allez « lisser » votre chien c'est-à-dire que vous allez lui faire de longues caresses du devant du corps vers l'arrière, des épaules vers le bas des pattes avant, puis des pattes arrière de manière à le « rassembler » à faire en sorte qu'il prenne conscience de toutes les différentes parties de son corps.

Au début il se peut que votre chien ne comprenne pas bien ce qui se passe puisque ce sera la première fois que vous le touchez de cette manière. Au fur et à mesure il y prendra goût et viendra demander sa séance.

Si vous sentez qu'il n'a pas envie, arrêtez, vous réessayerez une prochaine fois. Ne l'obligez jamais et adaptez vous à la position dans laquelle il se trouve. Si vous passez votre temps à lui donner des ordres du style « assis, coucher, pas bouger » vous comprenez bien que vous n'êtes plus dans le bien être.

Ne soyez pas pressé, prenez votre temps et faites tous vos mouvements avec beaucoup de douceur et d'amour. Le massage pour nos amis les chiens n'a rien à voir avec celui des humains au niveau de la pression que vous exercez avec vos mains !!! **Souvenez vous votre toucher doit être très doux. Pour avoir une idée, mettez votre doigt sur votre paupière et appuyez jusqu'à ce que cela vous gêne. Vous voyez !!!!! C'est vraiment light.**

Ceci est une initiation au massage canin. J'espère vous avoir donné quelques techniques que vous pourrez utiliser pour partager des moments merveilleux avec votre animal.

Si vous souhaitez avoir plus d'information, rendez-vous sur mon blog qui se trouve à l'adresse suivante : www.pauline-arnt.com/blog

Je suis en train de finaliser les dernières pages de mon livre, qui paraîtra mi-avril, sous forme de Ebook Audio...

Karma mon chien et moi même vous souhaitons beaucoup de bonheur à partager avec vos compagnons.

Bien amicalement

Pauline Arnt