Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse

Herausgeber: Aînés

Band: 13 (1983)

Heft: 4

Rubrik: Les conseils du médecin : les troubles statiques de la colonne vertébrale

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 10.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Les conseils du médecin

Docteur Maurice Mamie

Les troubles statiques de la colonne vertébrale

L'évolution des espèces a fait que l'homme, au lieu de marcher à quatre pattes comme la plupart des mammifères, est devenu bipède, c'est-à-dire qu'il a adopté la station verticale avec comme corollaire de nombreux problèmes d'équilibre et de statique au niveau du système locomoteur et principalement de la colonne vertébrale ou, en terme médical, du rachis.

Celui-ci est formé de vertèbres empilées les unes sur les autres, séparées par un coussinet élastique qui joue le rôle d'amortisseur et permet la mobilité. Pour éviter tout déplacement qui serait très néfaste à l'équilibre de l'ensemble, celui-ci est maintenu en place par deux très puissants ligaments placés l'un en avant et l'autre en arrière des corps vertébraux.

Alors que la colonne est rectiligne dans le sens antéro-postérieur, il n'en est plus de même lorsqu'on l'examine de profil: légèrement incurvée en avant au niveau du cou, elle se prolonge harmonieusement par une légère courbure en arrière au niveau de la cage thoracique pour terminer son tracé au niveau lombaire par une élégante cambrure et trouver son appui sur un bassin bien équilibré.

Les deux ligaments vertébraux communs ne sont pas suffisants pour assurer à cette charpente, ressemblant par certains côtés à un château de cartes, l'assiette et la stabilité lui permettant d'effectuer sans dommage les multiples mouvements, flexions, extensions, rotations, inhérents à la vie de tous les jours. Sur toute sa hauteur la colonne vertébrale est soutenue par une musculature paravertébrale bien développée. A celle-ci s'ajoute, pour le segment lombaire, la musculature abdominale qui forme une véritable sangle pelvienne.

La statique de cet édifice, qui défie les lois de la pesanteur, est éminemment fragile. Il suffit par exemple que les structures de soutien s'affaiblissent pour que l'ensemble soit menacé. Les musculatures paravertébrales et abdominales sont comparables aux haubans qui retiennent le mât d'un bateau. Si ces étais perdent leur force, tout s'écroule. Lorsqu'à cela vient s'ajouter l'affaiblissement des amortisseurs intervertébraux, la catastrophe est imminente. Les disques intervétébraux peuvent en effet dégénérer. Par des processus d'usure, ils se dessèchent et s'atrophient, d'où perte de souplesse du segment concerné.

Les courbures physiologiques et harmonieuses de la colonne vertébrale peuvent être modifiées de diverses façons. Elles peuvent s'infléchir, modifier et même renverser leur axe. Lorsque le segment dorso-lombaire s'arrondit on parle de dos rond, de cyphose. Il y a scoliose si ce même segment devient tortueux, en forme de S. Un des axes prédomine en général et permet de distinguer les scolioses à convexité gauche ou droite. Elles peuvent également se combiner avec une cyphose donnant lieu alors à une cyphoscoliose. Lorsque ces déformations s'accentuent et deviennent proéminentes, on a affaire à une bosse, à une gibbosité. Le terme d'hyperlordose désigne quant à lui une exagération de la cambrure lombaire. Dos rond, dos creux, dos plat, scolioses diverses, gibbosités, cambrures effacées ou trop creuses, la gamme des troubles statiques du rachis est donc très variée.

Les causes de ces modifications de la courbure physiologique sont très nombreuses. Elles ne sont pas l'apanage des seules personnes âgées. Certaines commencent dans l'enfance par des troubles de la croissance osseuse, la cyphose de la maladie de Scheuermann par exemple. D'autres sont d'origine structurale, soit idiopathique, c'est-à-dire sans cause connue, soit secondaires à des troubles du métabolisme de l'os ou à un affaiblissement des mécanismes de soutien. Les scolioses posturales, fréquentes, sont le résultat d'attitudes vicieuses non corrigées pendant la scolarité. Le développement insuffisant de la musculature est souvent déterminant pour le développement d'une scoliose. Et finalement mentionnons les vices de postures d'origine psychogène que l'on rencontre chez certains asthéniques et autres hypocondriaques et plus rarement les attitudes parfois caricaturales que l'on observe chez certains simulateurs.

Ces troubles statiques s'accompagnent assez souvent d'une symptomatologie douloureuse et peuvent aboutir à la longue à des atteintes dégénératives du rachis. La physiothérapie, les massages, la musculation, souvent difficile à obtenir chez des individus peu motivés, sont le traitement de choix, le recours à une médication ne se justifiant que rarement. La prévention doit commencer à l'école et se poursuivre par une discipline et une hygiène de vie bien comprises.

Et n'oublions pas Lagardère le héros du roman de Paul Féval *Le Bossu.*

Dr M. M.

Docteur, j'ai mal au dos!

Est-ce une sciatique?
ou un lumbago?
ou une hernie discale?

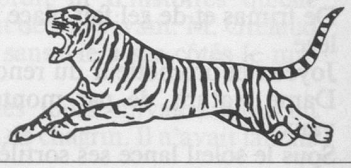
Des questions que bon nombre de personnes posent à leur médecin, car il s'agit bien d'une affection fréquente... trop fréquente!

Mais, en fait, qu'est-ce qu'une sciatique, un lumbago ou une hernie? Et comment la traiter et la soigner?

Pour en savoir davantage, venez écouter le professeur Roger Campiche et le Dr Charles Gobelet.

Conférence du 21 avril 1983 à 20 h. dans l'Aula principal du CHUV.

Entrée gratuite.

fortes
Contre les douleurs

prenez donc: Le Baume du Tigre
rhumatisme, arthritisme, névralgie, migraine, goutte, douleurs aux disques vertébraux, sciatique, lumbago, blessures dues au sport, toux, rhume, bronchites.
En vente dans les pharmacies et drogueries sous forme de pommade ou d'huile.