

J'ai un tour de rein , un mal de dos aigu

Dr.Slaouti Siham

Adresse du site : www.docvadis.fr/siham-slaouti



Validé par
le Comité Scientifique Rhumatologie

Devant un mal de dos aigu, appelé communément tour de reins ou lumbago, il faut en identifier la cause et mettre en place rapidement les traitements adaptés.

Qu'est-ce qu'une lombalgie commune ?

La lombalgie commune est d'origine mécanique. Elle se traduit par une contracture musculaire en rapport avec une souffrance au niveau des disques lombaires (rôle d'amortisseur entre les vertèbres) et/ou des articulaires postérieures lombaires (articulations des vertèbres).

En général, la lombalgie s'améliore d'elle-même en quelques jours.

Ma lombalgie commune est-elle une urgence ?

En matière de lombalgie aiguë, l'urgence est à la douleur. Il est essentiel de vous soulager rapidement et de définir la cause de votre douleur.

Habituellement, la lombalgie est déclenchée brutalement lors d'un effort.

Ma lombalgie peut-elle cacher autre chose ?

Il faut distinguer la lombalgie du sujet jeune, qui relève habituellement d'une cause mécanique volontiers discale ou musculaire, et la lombalgie du sujet plus âgé qui peut révéler une maladie sous-jacente (tumeur, infection...) ou être la conséquence d'un traumatisme ou d'une ostéoporose (fracture vertébrale).

C'est la raison pour laquelle il est important de rechercher la présence de certains signes dits d'«alerte» pouvant nécessiter des examens supplémentaires.

Ma lombalgie aiguë peut-elle devenir chronique ?

Une lombalgie est dite chronique lorsqu'elle dure plus de 3 mois. Tout doit être mis en oeuvre pour éviter le passage à la chronicité, car cela peut avoir de lourdes conséquences : arrêts de travail successifs, retentissement psychologique, défaut de mobilité, douleurs chroniques...

Une lombalgie aiguë ne doit jamais être banalisée, car elle peut être le révélateur d'une autre maladie que votre médecin devra rechercher si elle persiste, ou s'il existe des signes d'alerte.