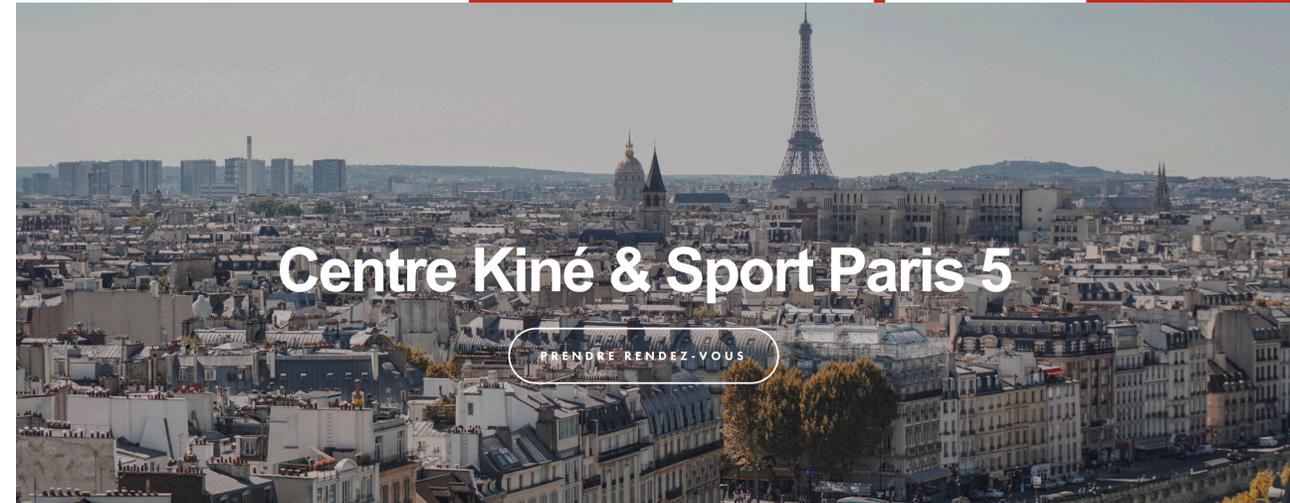


# Le bilan d'une personne ayant une lombalgie :

Comment 12 ans de pratique EBP ont métamorphosé  
ma pratique et peuvent inspirer la vôtre.

# Présentation

- MKDE 2010 à l'IFMK de Grenoble
- Master MPSI 2011
- Stage au Canada Janvier-Juin 2011
- Création de cabinet – 2013
- La Clinique du Coureur - 2015
- Agence EBP – 2015



**AGENCE EBP**

# Objectif pour aujourd'hui

- Vous décrire précisément mon bilan chez les patients lombalgiques
- Vous transmettre comment l'EBP à influencer la construction de ce bilan
- Vous donner un outil utile, directement applicable au cabinet



# La singularité des patients lombalgiques

- Diversité, la fréquence
- Quelles sont les particularités des patients lombalgiques ?
- Pensez-y peu...
- Qu'est-ce qui distingue un.e patient.e lombalgique des autres patients ?



# Complexité

- Difficulté souvent d'identifier une source patho-anatomique
- Présence de **Drapeaux Jaunes** +++
- Mais également **Drapeaux Bleus**, **Drapeaux Noirs**...
- Parfois **Drapeaux Orange**... Mais heureusement parfois **Drapeaux Roses**

Drapeaux rouges cliniques



- Pathologie organique
- Problème médical concomitant

} Facteurs biomédicaux

Drapeaux jaunes cliniques



- Facteur iatrogène
- Croyances
- Stratégies d'adaptation
- Angoisse
- Comportement de maladie
- Volonté de changement

} Facteurs psychologiques ou comportementaux (explicatifs)

Drapeaux bleus professionnels



- Renforcement familial
- Statut professionnel
- Bénéfices de santé et d'assurance
- Contentieux

} Facteurs économiques et sociaux

Drapeaux noirs socio-professionnels



- Satisfaction au travail
- Conditions de travail
- Caractéristiques du travail
- Politique sociale

} Facteurs professionnels

# Sédentarité

- Pensez à vos patient.e.s lombalgiques...
- Pensez-vous qu'ils ou elles seraient dans la même situation si :
  - Ces personnes dormaient parfaitement bien ?
  - Si elles observaient les recommandations d'activité physique (150min/sem) ?
  - Si elles adoraient leur travail et étaient valorisées et reconnues justement ?

# Truth is...

- La lombalgie a des racines Bio-Psycho-Sociale



# Comment intégrer les données de la science ?

NIH National Library of Medicine  
National Center for Biotechnology Information

Log in

PubMed.gov

Low back pain

Advanced Create alert Create RSS

Filters Timeline Best match

45,692 results

Page 1

NIH National Library of Medicine  
National Center for Biotechnology Information

Log in

PubMed.gov

Low back pain

Advanced Create alert Create RSS

Filters Timeline Best match

45,692 results

Page 1

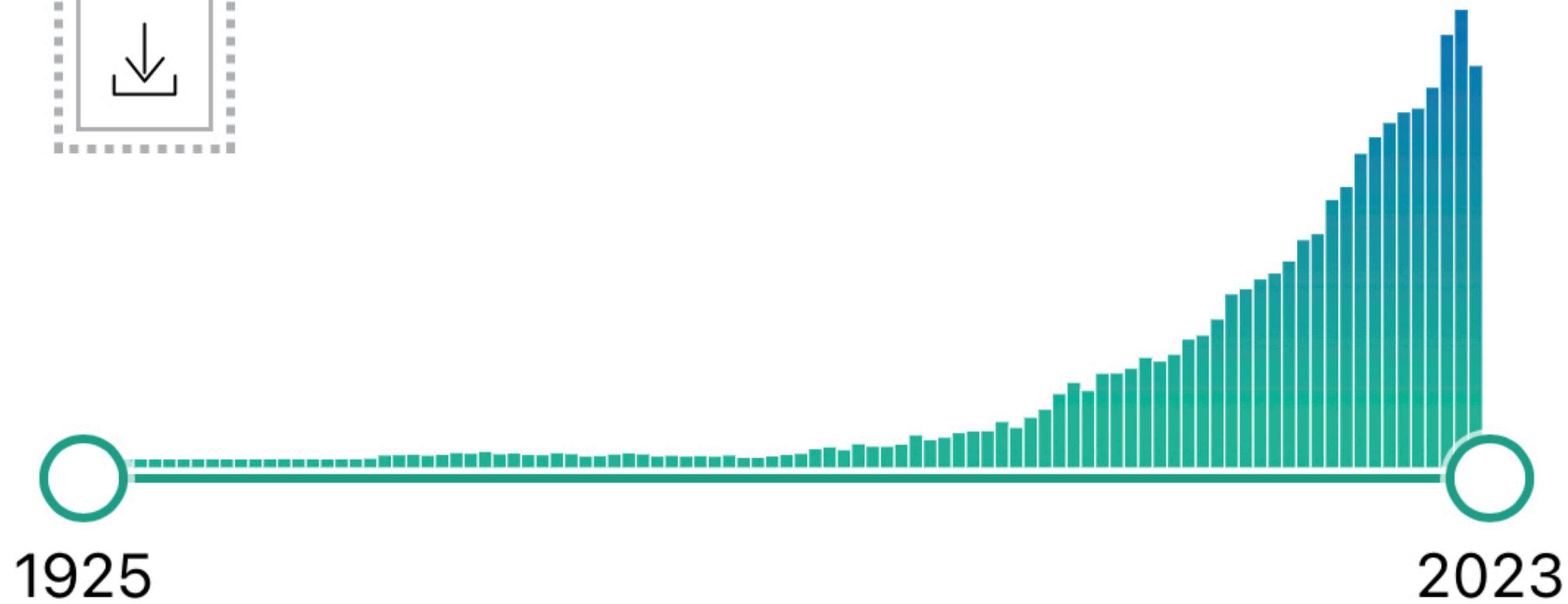
1925 2023

45,692 results



Page

1



Petit Kiff très perso aujourd'hui 🙈



Mon Bilan 🤗

# 6 dimensions

- Qui ai-je en face de moi ?
- Quels sont précisément ces symptômes ?
- Comment la douleur est-elle modulée ?
- Qu'y a-t-il dans l'examen objectif ?
- Que nous apprennent les examens complémentaires ?
- Quel conclusion je tire aujourd'hui ?

- ▶ **L'image**
- ▶ Symptômes
- ▶ Modulation
- ▶ Examen Clinique
- ▶ Examen Complémentaires
- ▶ Conclusion

L'image



# L'image

- « Patient centré »
- Qu'est-ce que vous faites de beau dans la vie ?
- Vous faites du sport ou avez-vous des loisirs en particulier ?
- Pour quelle raison précisément vous venez me voir aujourd'hui au cabinet ?
- Quel est votre objectif ?

## Démographie

**Date de l'examen** ☆ Suivi

JJ/MM/AAAA

**Sexe** ☆ Suivi

Homme  Femme  Autre

**Age** ☆ Suivi

Vos notes ici

**Profession** ☆ Suivi

Vos notes ici

**Sport / Loisirs** ☆ Suivi

Vos notes ici

**Objectif SMART** ☆ Suivi

Vos notes ici

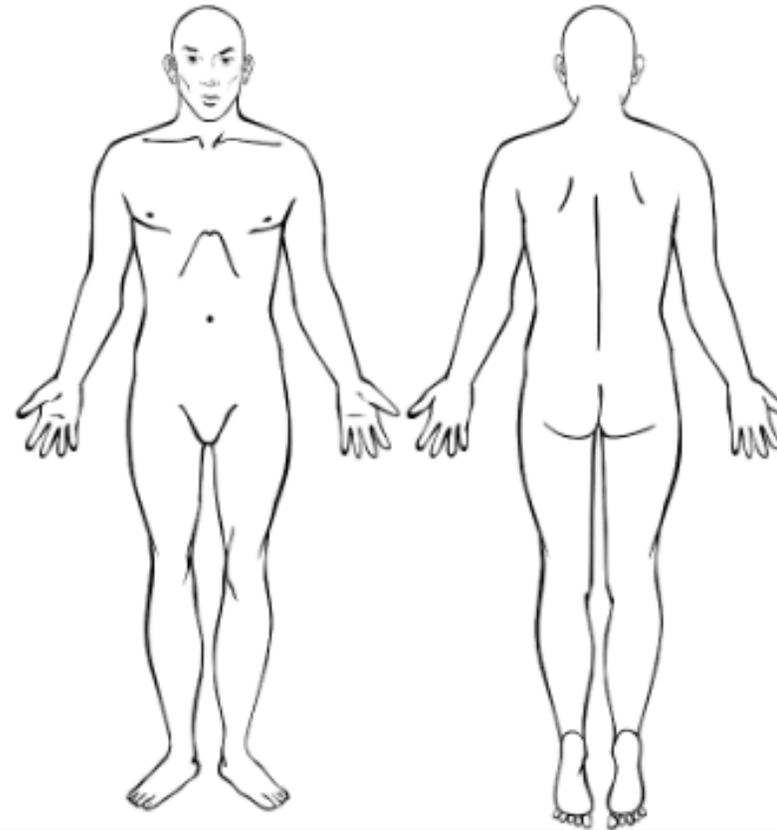
Les Symptômes



# Le Body Chart

- Capital
- A faire remplir par le patient ou pas...
- Le Body Chart en dis long, très long

## Body Chart



Dessiner >

1

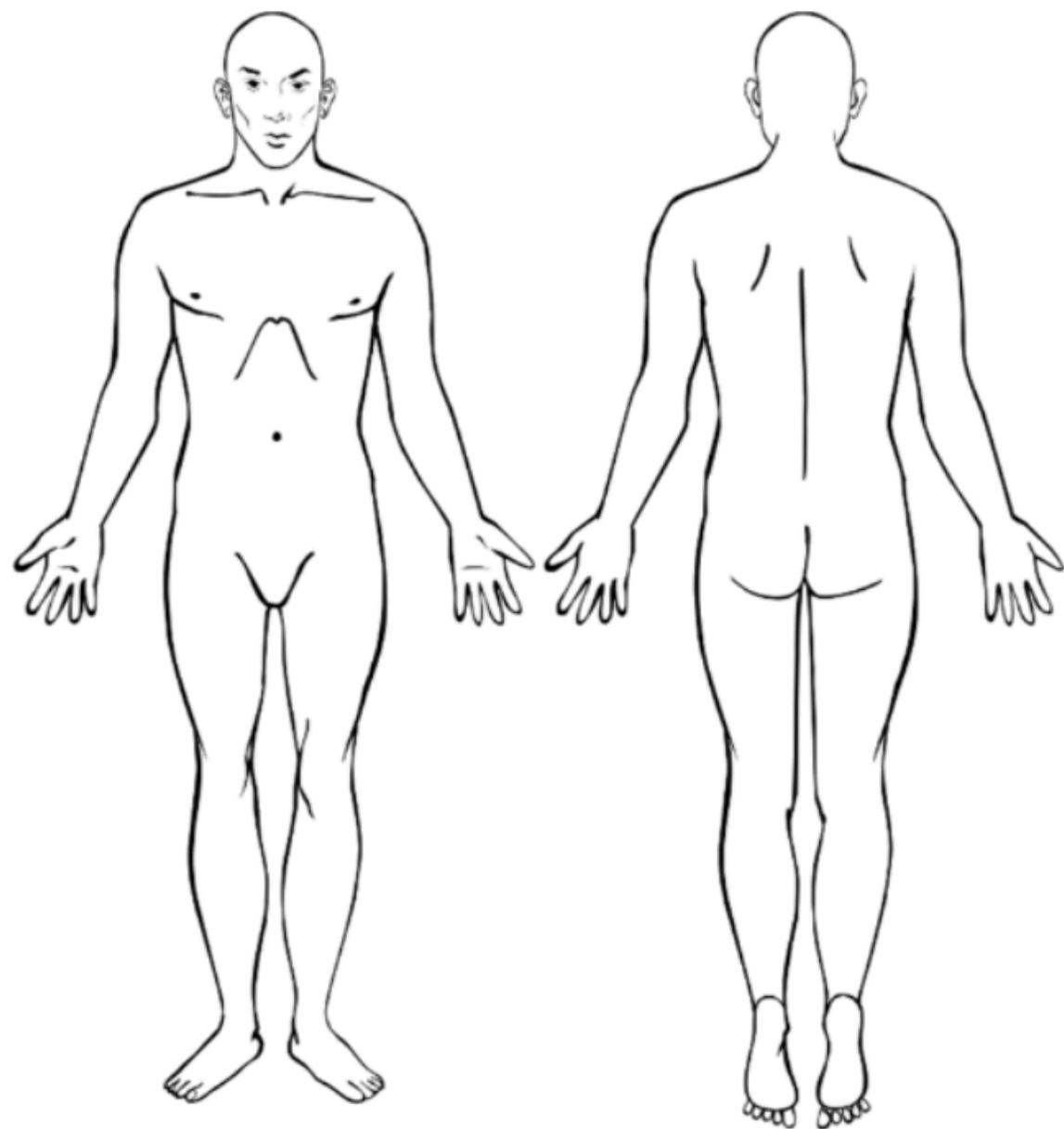
2

3

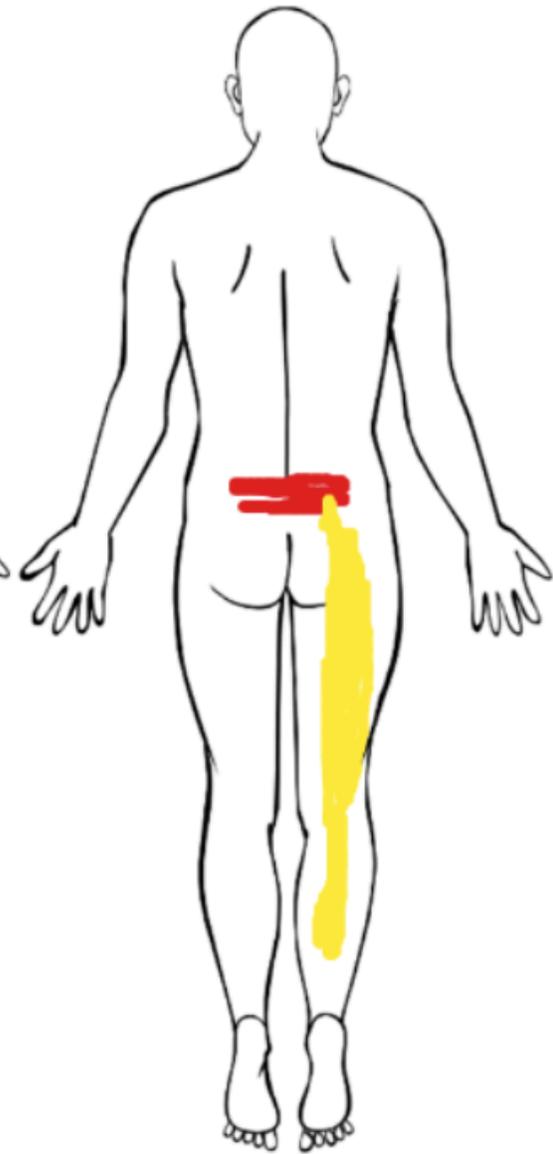
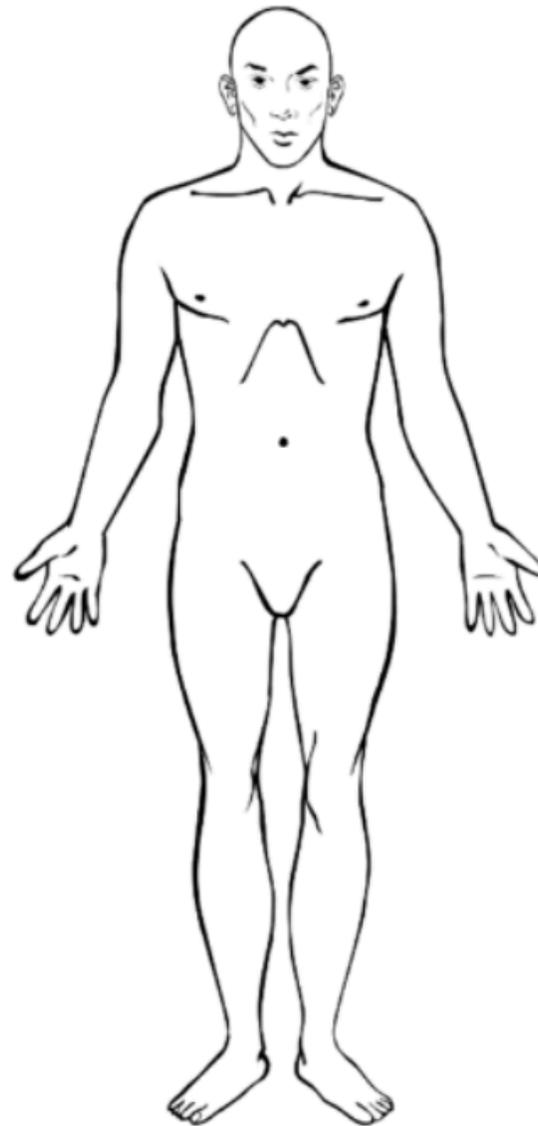
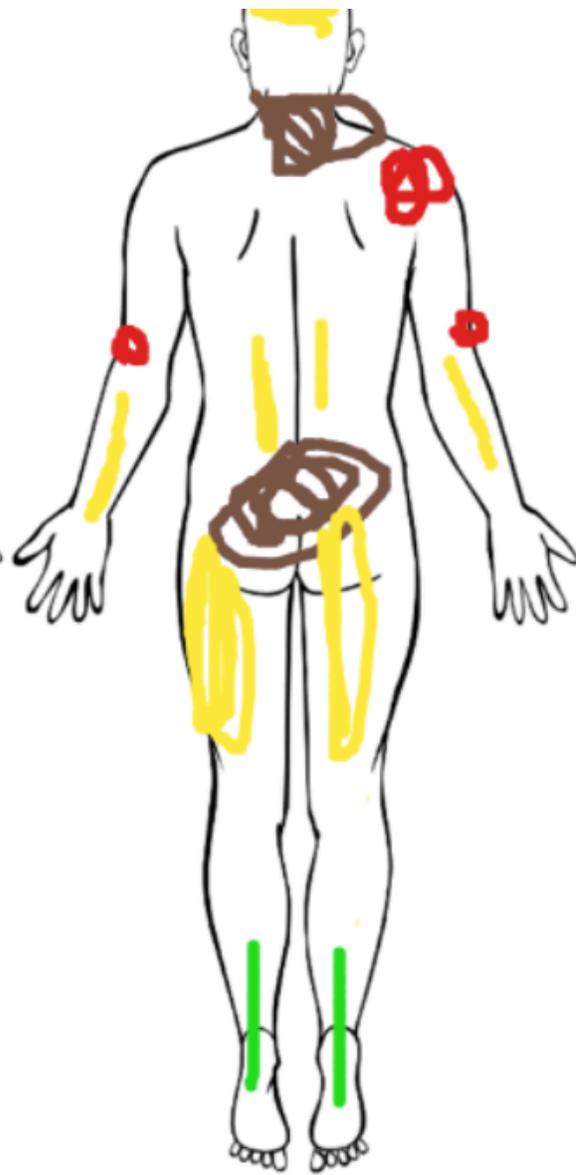
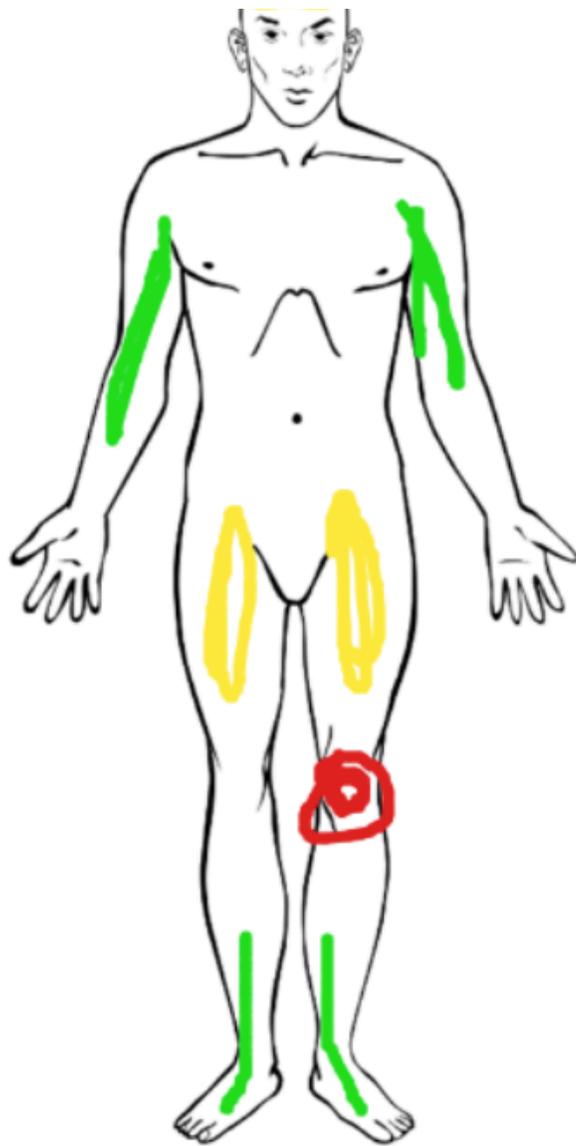
4

5

6



-  Douleur aiguë, coup de poignard, pincement, élancement, tiraillement
-  Sensation de chaud ou de froid
-  Engourdissement, anesthésie, perte de sensation
-  Douleur profonde, difficile à localiser précisément, sourde, floue
-  Sensation de fourmillement ou de piqûre d'aiguille
-  Sensation de raideur, de fatigue, autre



**■** Douleur aiguë, coup de poignard, pincement, élançement, tiraillement

**■** Sensation de chaud ou de froid

**■** Engourdissement, anesthésie, perte de sensation

**■** Douleur profonde, difficile à localiser précisément, sourde, floue

**■** Sensation de fourmillement ou de piqûre d'aiguille

**■** Sensation de raideur, de fatigue, autre

**■** Douleur aiguë, coup de poignard, pincement, élançement, tiraillement

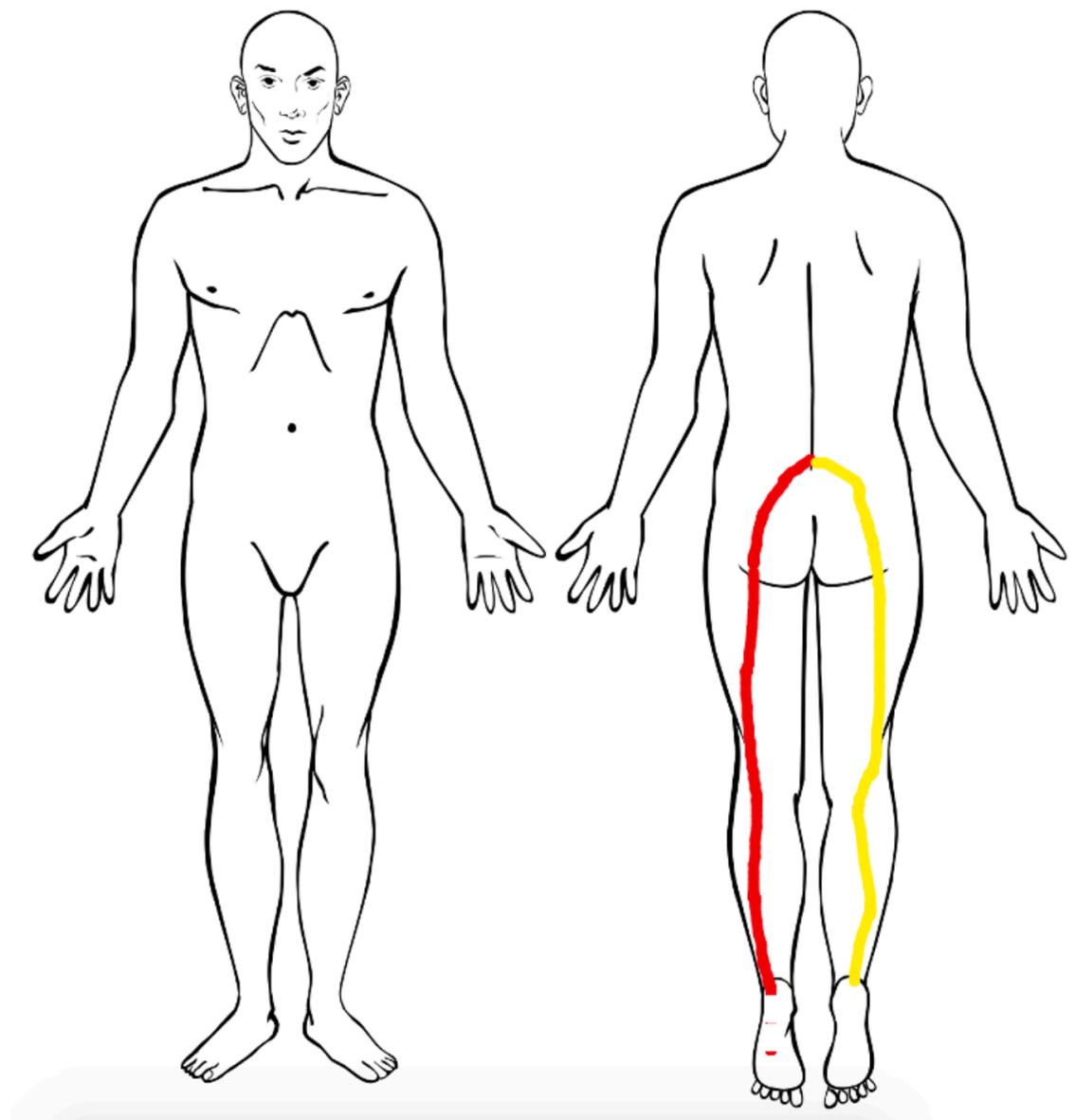
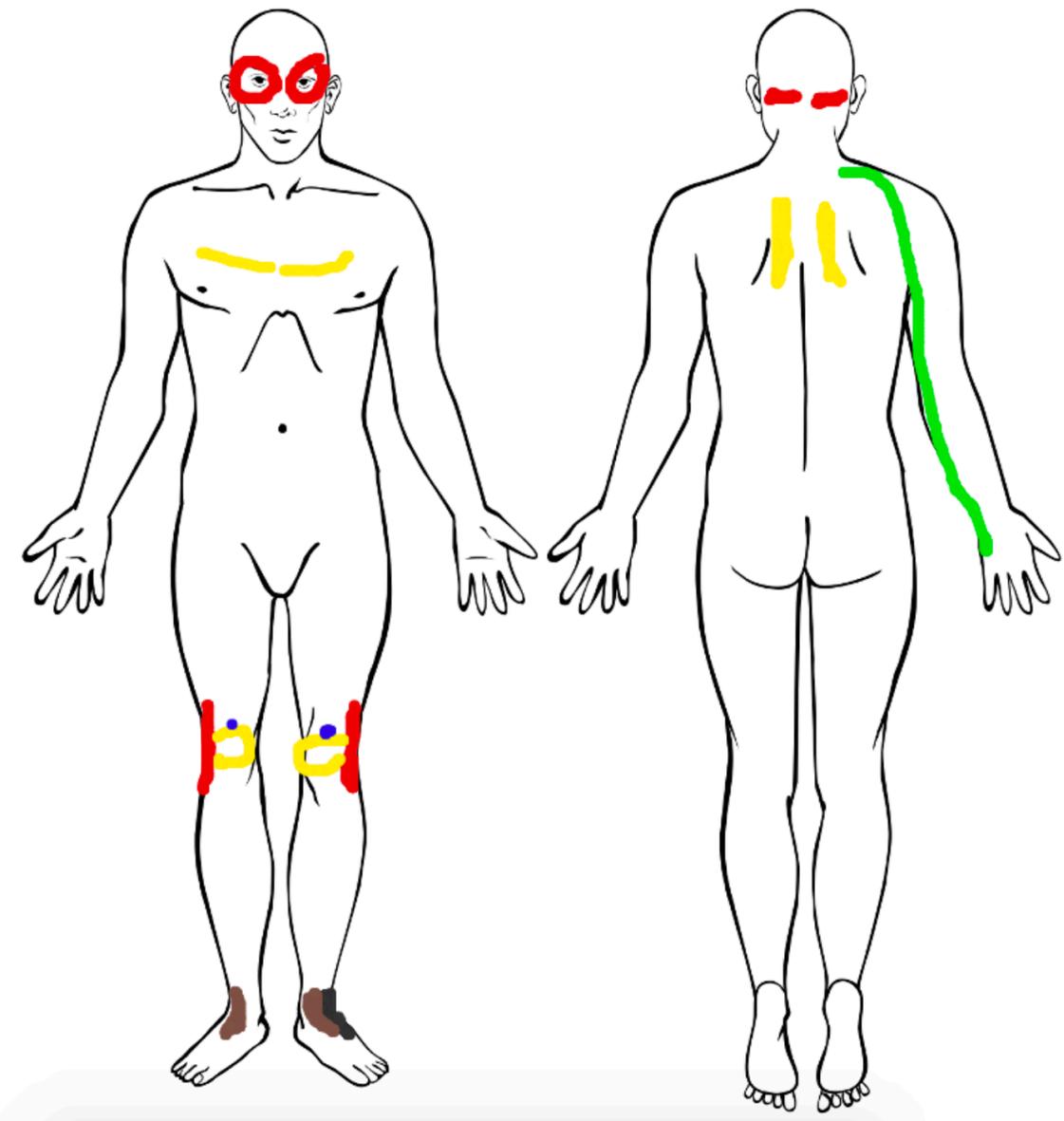
**■** Sensation de chaud ou de froid

**■** Engourdissement, anesthésie, perte de sensation

**■** Douleur profonde, difficile à localiser précisément, sourde, floue

**■** Sensation de fourmillement ou de piqûre d'aiguille

**■** Sensation de raideur, de fatigue, autre



# Les Antécédents

- Reccurent ?
- Persistant ?

## **Antécédents**

**T** Vos notes ici

# La douleur

- 3 dimensions à évaluer dans la douleur
- 3 intensités à évaluer

EVA Max

0 / 10



☆ Suivi

EVA moyenne

0 / 10



☆ Suivi

EVA Min

0 / 10



☆ Suivi

# La Qualité de la douleur

- Essentielle
- 4 grands types de douleurs

## Qualité de la douleur

☆ Suivi

Tr Vos notes ici

## DN4

☆ Suivi

- Brûlure
- Sensation froid douloureux
- Décharge électrique
- Fourmillements
- Picotements
- Engourdissements
- Démangeaisons
- Hypoesthésie tact
- Hypoesthésie piqûre
- Douleur augmentée au frottement

# Symptômes actuels

- Constant ça veut dire constant. Question clé
- Intermittent
- Douleur nocturne ?

## Symptômes Actuels

 Suivi

Constants     Intermittents     Douleur nocturnes mécaniques

 Observations

# Déclenchement & Evolution

- Capital
- Question clé
  
- Le facteur déclenchant est extrêmement important
  
  
- L'absence de facteurs déclenchant est tout aussi important

**Présent depuis (en mois)**

Saisir un nombre ici

**Facteur déclenchant rapporté par le patient**

Vos notes ici

**Symptômes initiaux**

Vos notes ici

**Évolution**

S'améliore     Stagne     S'empire

Observations

# La Section Empiré / Mieux

- Question ouvertes !
- Soyez exhaustif
- Tout en retenant l'essentiel qui est important pour le patient

**Empiré par**

 Vos notes ici

 Suivi

**Amélioré par**

 Vos notes ici

 Suivi

# Traitements passés

- Question clé

**Traitements antérieurs**

**T** Vos notes ici

 Suivi

# Drapeaux Rouges & Indice de Suspicion

## Drapeaux Rouges

☆ Suivi

- Fièvre
- Douleur nocturne
- 5Ds
- ATCD KC
- Trauma Majeur
- Queue de Cheval
- Manque de force
- Perte de poids inexplicée
- Santé Générale altérée
- Âge > 50 ans
- Douleur Thoracique

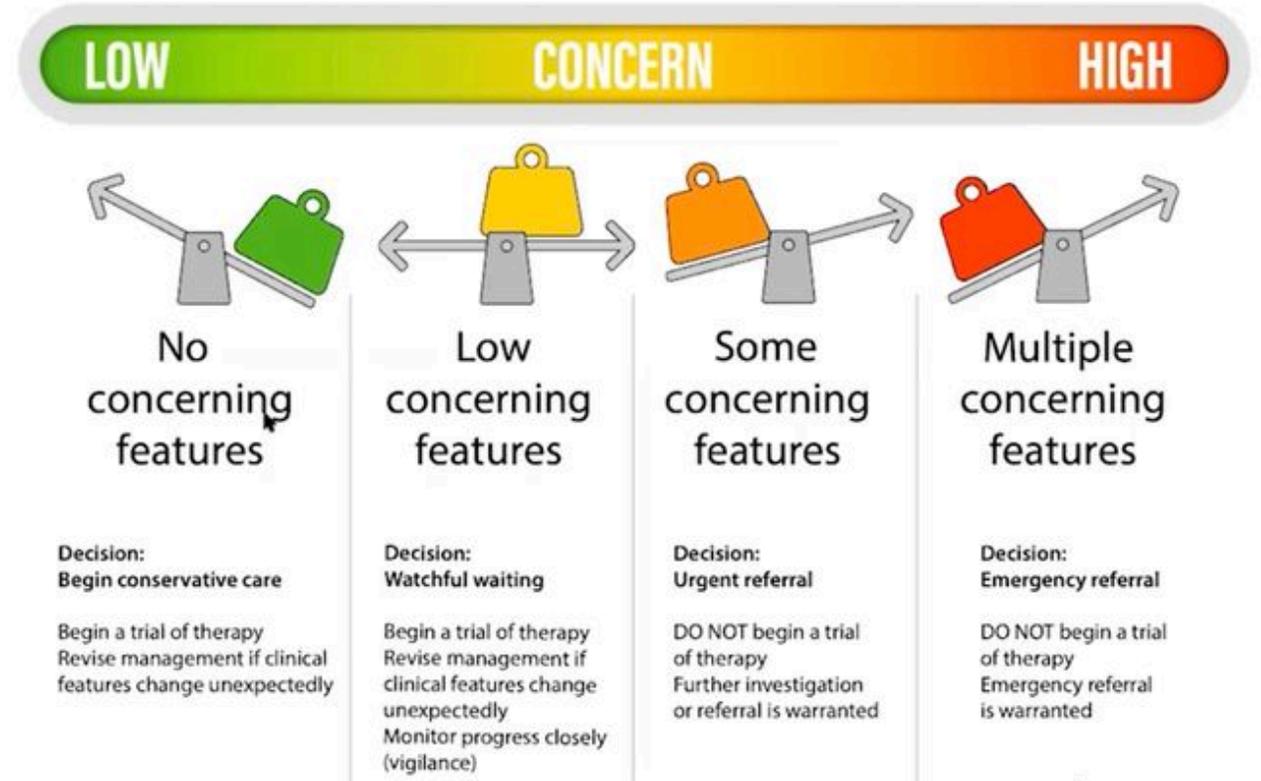
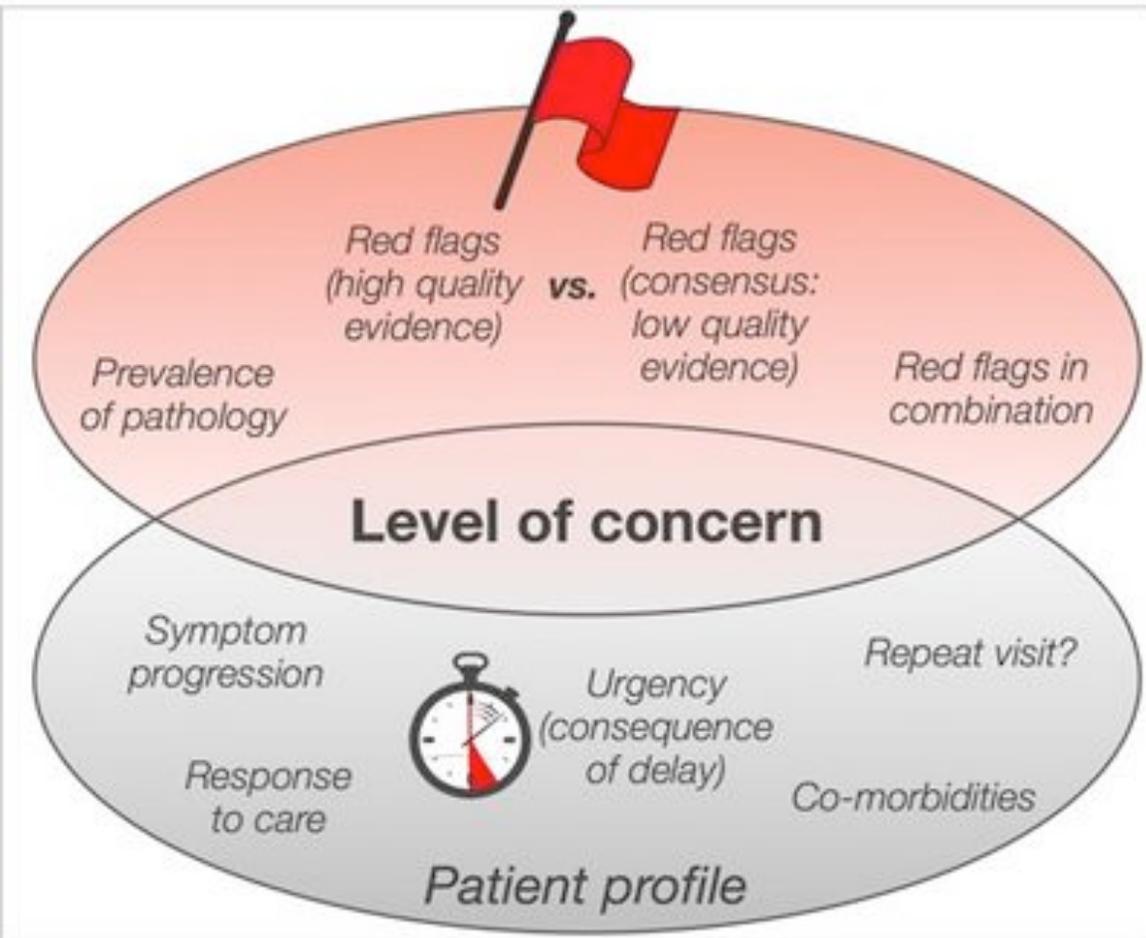
## Indice de Suspicion

☆ Suivi

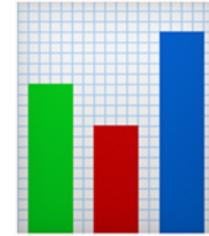
- Pas de signes préoccupants
- Surveillance attentive
- Présence de signes préoccupants
- Multiples signes préoccupants

Tr Observations

# Drapeaux Rouges & Indice de Suspicion



# La Modulation



# Le Sommeil

- Un des piliers fondamental de l'évaluation
- Dr Adriaan Louw
- Dr Matthew Walker
- ...

## Sommeil

**Vous dormez bien ?** ☆ Suivi

Oui  Non

**Combien d'heure dormez-vous par nuit en moyenne ?** ☆ Suivi

heures

**Vous pensez que vous avez besoin de combien pour être bien ?** ☆ Suivi

heures

**Qualité du Sommeil** ☆ Suivi

Début / Fin

Difficulté à s'endormir

Réveillé tôt le matin

Observations

Réveils Nocturnes

0 / 10

Observations

# Drapeaux Bleus & Noirs

## Travail

### Tout va bien au travail ?

☆ Suivi

- Oui    Moyen    Non    Chômage    NA car en Retraite

Tr Observations

### Stress ?

☆ Suivi

- Boss    Deadlines    Ne me correspond pas    Tout va bien
- Manque de reconnaissance    Manque de valorisation    Bruxisme

Tr Observations

L'examen clinique 🙌

# L'examen Neurologique

## Neuro

---

### Applicable

Oui  Non

 Suivi

### Moteur

 Vos notes ici

 Suivi

### Sensibilité

 Vos notes ici

 Suivi

## Signes de tension NM

---

### Lasègue

 Suivi

Homolatéral +

Homolatéral -

Controlatéral +

Controlatéral -

### PKB

 Suivi

Homolatéral +

Homolatéral -

Controlatéral +

Controlatéral -

### Notes

 Suivi

 Vos notes ici

## Réflexes

---

### Rotulien

 Suivi

Normal     Diminué     Absent     Exagéré

### Achilléen

 Suivi

Normal     Diminué     Absent     Exagéré

# Test des Mouvements Répétés (McKenzie)

---

## Applicable

Oui  Non

 Suivi

## Complet

Oui  Non

 Suivi

## Centralisation

Complète  Partielle  Pas de centralisation

 Suivi

# L'examen de la Sacro-Iliaque (Mark Laslett)

- Dépend de la population
- Douleur spécifique
- Diagnostic différentiel

## Tests Sacro-Iliques

---

Choix multiple

 Suivi

0/5

1/5

2/5

3/5

4/5

5/5

# Autres tests et RPC (Cook, Al Quarni, Kasai)

- Suis-je en mesure d'avoir un diagnostic patho-anatomique ?

## Autres

---

### Tests et RPC



Test d'extension-rotation +  RPC Sténose +  Signes D'instabilité +

Step Down +  Test de Noble +  Test résisté +  Hop test +  Thessaly +

FADDIR +  Fulcrum +  Test de Hoffa +  Palpation de l'apex +

# Les examens complémentaires



# Examens complémentaires

- Attention
- Parfois, votre rôle essentiel lors de la première séance est de rassurer les patients

## Imagerie

---

### Echographie

Tr Vos notes ici

### Radio

Tr Vos notes ici

### Scanner

Tr Vos notes ici

### IRM

Tr Vos notes ici

# Conclusion

- 30% des diagnostics évoluent avec le temps
- Puis-je, basé sur les preuves aujourd'hui avoir une grande confiance dans le diagnostic ?
- Quels sont les facteurs qui modulent significativement la douleurs ?
- Quels sont les leviers ?

## Conclusion

### Diagnostic patho-anatomique

☆ Suivi

Possible  Pas Possible

Tr Observations

### Facteurs Modulant les symptômes

☆ Suivi

Aucun  Sommeil  Travail  Stress  Anxiété  Dépression

Vie perso

### Score CSI

☆ Suivi

Saisir un nombre ici

### Score fonctionnel

☆ Suivi

Saisir un nombre ici

### Conseils / Prescription

☆ Suivi

Tr Vos notes ici

Merci pour votre  
attention 🙏



**AGENCE EBP**