

Quoi de neuf dans la prise en charge des lombalgies?
Nouvelles recommandations.
Médecine manuelle et lombalgie

Genève, télémeeting du 5 avril 2023

Dr Tatiana Sacroug Kazatchkova


MEDECINE MANUELLE
S A M M

ASRO 
ASSOCIATION SUISSE ROMANDE DE MÉDECINE MANUELLE

Nouvelles recommandations de prise en charge des lombalgies communes en cabinet

«Stop pain without drugs»

Dre TRACY PERLES^{a,*}, Dr IOAN PERRET^{a,*}, Pr STÉPHANE GENEVAY^b, Dre TATIANA SACROUG^{c,d} et Dr HERVÉ SPECHBACH^a

Rev Med Suisse 2022; 18: 1779-83 | DOI : 10.53738/REVMED.2022.18.797.1779

La médecine dite des 4P, préventive, prédictive, participative et personnalisée, a influencé les dernières recommandations de prise en charge des lombalgies communes. La prise en charge de ces dernières en phases aiguë, subaiguë et chronique se base sur le profil de chaque patient avec ses facteurs de risque, son

analyses. La grande majorité des guidelines¹ insiste sur des mesures non pharmacologiques, comme la médecine manuelle (avec un bon niveau de preuve scientifique en phase aiguë) ou la physiothérapie active. Concernant la médecine manuelle, un autre atout est qu'elle permet un examen clinique poussé et des diagnostics plus précis. L'application de chaleur locale

TABLEAU 1**Options thérapeutiques en phase aiguë et chronique**

Cité de la Haute Autorité de santé, France.

A: Preuve scientifique établie (études randomisées contrôlées puissantes, méta-analyse). B: Présomption scientifique (essais comparatifs randomisés de faible puissance, études de cohorte). C: Faible niveau de preuve scientifique (études comparatives avec biais, études de cas, études rétrospectives, avis d'experts). I: Preuves contradictoires ou insuffisantes ne permettant pas de faire de recommandations.

Thérapies non médicamenteuses	Phase aiguë	Grades de recommandation	Phase chronique	Grades de recommandation
Médecine manuelle	Recommandée	A	Recommandée	A
Exercices aérobies	Recommandés	A	Méthode McKenzie (étirements lombaires) Recommandés	B
Thérapie cognitivocomportementale	Peut être recommandée pour des patients avec risque de mauvais pronostic	B	Recommandée combinée à une thérapie manuelle (> 12 mois)	A
Chaleur locale	Recommandée	B	/	I
Massage	Peut être recommandé si le patient le souhaite mais il manque des études	I	Non recommandé	B
Yoga, taï-chi			Recommandé	B
Pilates				
Acupuncture	Manque d'études	I	Recommandée en complément avec une thérapie standard	A
Mindfulness	Selon les situations, peut être recommandé	I	Recommandé	C
École du dos	-	-	Recommandée	A
Repos au lit	Non recommandé	B	Non recommandé	B
Capsaïcine	Recommandée	A	Recommandée sur une période de < 3 mois	A

years lived with disability, representing a deterioration of about 17.5% since 2007 mainly owing to population growth and ageing, with the greatest increase recorded for low-income and middle-income countries.² People more often leave their job because of low back pain than diabetes, hypertension, neoplasm, asthma, heart and respiratory disease combined.³ About one in four adults in the USA had low back pain that lasted for at least 24 hours within the previous 3 months, with 7.6% adults reporting at least one episode of severe acute low back pain within a 1-year period.⁴ Moderate-to-severe pain and impairment

For reducing pain intensity, the most efficacious interventions at immediate-term follow-up (close to 1 week) were heat wrap, manual therapy, exercise, NSAIDs and opioids, whereas at short-term follow-up (closest to 1 month), the most efficacious treatment was manual therapy. For reducing disability, similar findings are found in the subgroup analysis showing that heat wrap, manual therapy, exercise and education for non-pharmacological group and muscle relaxants and NSAIDs for pharmacological group are effective at immediate-term follow-up. Manual therapy confirmed the effects also for decreasing disability at short-term follow-up (closest to 1 month). Limited evidence was found for steroids when compared with NSAIDs (one study) to reduce disability.

Dix ans de médecine manuelle à Unisanté: rétrospective et illustration

Dr VINCENT AMSTUTZ^a, Dr LIONEL DE ALENCASTRO^a et Dre CORALIE WENGER-BONNY^a

Rev Med Suisse 2022; 18: 2102-6 | DOI: 10.53738/REVMED.2022.18.803.2102

Voilà maintenant 10 ans qu'une consultation de médecine manuelle existe dans le canton de Vaud, développée au sein d'Unisanté, le centre universitaire de médecine générale et de santé publique à Lausanne. Cette consultation a longtemps été la seule de cette discipline mise en place en milieu universitaire en Suisse. Malgré un engouement croissant et un développement plus important en Suisse alémanique et en Allemagne, cette approche reste cependant relativement peu connue des patients et des thérapeutes des cantons romands. Cet anniversaire est

de pression ou d'étirement musculaire ou encore l'utilisation d'aiguilles pour les points gâchettes (trigger points).^{1,2}

En Suisse, la Société de médecine manuelle (SAMM) a été fondée au début des années 1960 et compte environ 1300 membres. La formation postgraduée est composée d'un système de crédits (CAS (Certificate of Advanced Studies), DAS (Diploma of Advanced Studies)), à l'instar des programmes de formation continue universitaire. Elle peut être accomplie



Société suisse de médecine manuelle SAMM

La médecine manuelle est une méthode thérapeutique scientifique extrêmement efficace contre les troubles fonctionnels de l'appareil locomoteur. Des manipulations ciblées soulagent la douleur et contribuent à la santé des patients. La médecine manuelle est fréquemment employée en cas de douleurs dorsales, articulaires et musculaires. La médecine manuelle est très appréciée car elle s'apparente à une forme de thérapie douce répondant au credo: manipulation plutôt qu'intervention.

Vous trouverez sur notre site internet les principales informations sur la médecine manuelle, notre société et nos offres de formation

samm.ch


MEDECINE MANUELLE
SAMM



La médecine manuelle est un ensemble de techniques diagnostiques, thérapeutiques et de prévention dont le but est de soulager les douleurs aiguës ou chroniques des patients. Elle fait l'objet d'une formation approfondie interdisciplinaire.

La médecine manuelle est une méthode thérapeutique scientifique extrêmement efficace contre les troubles fonctionnels de l'appareil locomoteur. Des manipulations ciblées soulagent la douleur et contribuent à la santé des patients. La médecine manuelle est fréquemment employée en cas de douleurs dorsales, articulaires et musculaires. La médecine manuelle est très appréciée car elle s'apparente à une forme de thérapie douce répondant au credo: manipulation plutôt qu'intervention.

Vous trouverez sur notre site internet les principales informations sur la médecine manuelle, notre société et nos offres de formation

samm.ch


MEDECINE MANUELLE
SAMM

Trouble fonctionnel et dysfonction

Trouble fonctionnel

- Symptomatologie bien définie et signes cliniques reproductibles à l'examen
- Aucune lésion organique n'est indentifiable (imagerie, biologie etc.)

Dysfonction

- Mobilité douloureuse et limitée d'un muscle ou d'une articulation sans lésion organique

Rev Med Suisse 2022;18:2102-6

F. Huguenin, Médecine orthopédique. Médecine manuelle. Diagnostic, 1991

Ma consultation

- MM fait partie de 20-30% de ma consultation
- 25% - cervicalgie
25% - lombalgie
25% - cervico-dorso-lombalgie
25% - autre (épaule, hanche etc)
- 50% aigu et subaigu
50% chronique

Objectif de la consultation

- Diagnostic musculosquelettique précis:
 - dysfonction vertébrale
 - dysfonction musculaire
 - dysfonction neuroméningée
 - influence posturale
- Administrer le traitement adéquat, restaurer la mobilité et soulager la douleur rapidement
 - techniques de mobilisation ou manipulation articulaire
 - techniques musculaires
- Rendre le patiente actif de son traitement
 - exercices à domicile

TABLEAU 1**Acronyme MANSC**

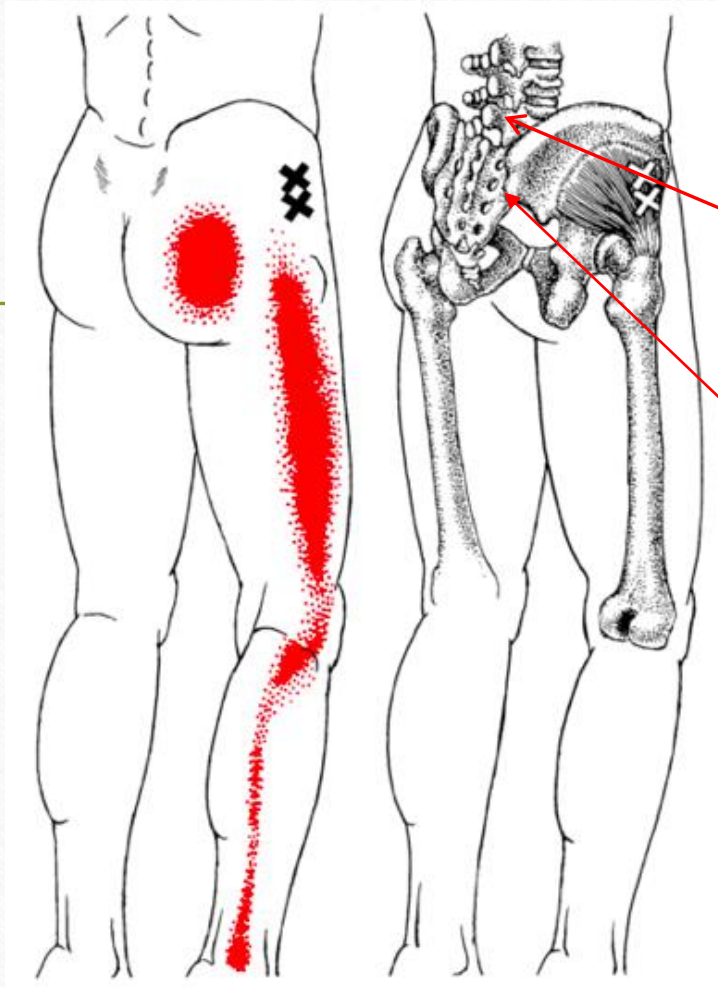
La démarche diagnostique et thérapeutique enseignée en médecine manuelle offre une approche structurée et différenciée des composants de l'appareil locomoteur. En effet, l'anamnèse et les tests spécifiques de médecine manuelle vont aborder les 5 systèmes de l'acronyme MANSC.

En les effectuant systématiquement, cela permet d'évaluer de façon globale le patient et de mettre en évidence une éventuelle pathologie fonctionnelle dans un ou plusieurs de ces systèmes. Ensuite, des traitements ciblés peuvent être proposés pour chaque dysfonction. Ce tableau résume les diagnostics fonctionnels de notre patient ainsi que les propositions de traitements ciblés.

MANSC: musculaire, articulaire, neuroméningé, stabilisation, central.

Acronyme MANSC	Diagnostic des problèmes fonctionnels pour le patient	Traitements ciblés pour le patient
Musculaire	<ul style="list-style-type: none">• Point gâchette du muscle trapèze droit• Point gâchette du muscle sous-épineux droit	Dry needling avec preuve d'un point gâchette (twitch local) et/ou compression ischémique
Articulaire	nihil	-
Neuroméningé	nihil	-
Stabilisation	<ul style="list-style-type: none">• Raccourcissement des muscles petit et grand pectoraux	<ul style="list-style-type: none">• Exercices d'étirement des muscles pectoraux et renforcement des muscles rhomboïdes
Central	<ul style="list-style-type: none">• Stress• Travail intense	<ul style="list-style-type: none">• Ergonomie au travail• Étirement après le sport• Méditation, etc.

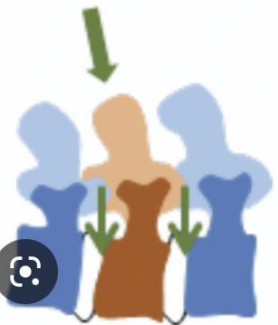
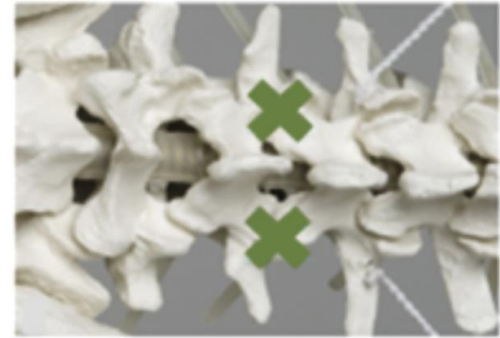
Rev Med Suisse, 2022; 18: 2102-6



Lombalgie, lombosciatalgie?

- Dysfonctions L4-L5?
- Trigger point m. petit fessier?
- Dysfonction du bassin?
- Dysfonction neuroméningée du n. sciatique?
- Posture assise prolongée, dysbalance musculaire

Traitement



Traitement



imtt.ch

Auto-traitement



Auto-traitement



Comment nous trouver?



The screenshot shows the search filters on the AMGe website. At the top is a search input field with the placeholder text "Chercher...". Below it is a red button with the text "Chercher dans l'annuaire". Underneath are several filter sections, each with a dropdown menu. The "Spécialités" dropdown is circled in red and contains the text "-- Choisissez une spécialité --". The "Formations approfondies" dropdown is also circled in red and contains the text "Médecine manuelle (SAMM)". The "Formations complémentaires" dropdown is circled in red and contains the text "-- Choisissez une formation complémentaire --". Other filter sections include "Groupes de spécialiste" with "-- Choisissez un groupe --", "Langues parlées (en plus du français)" with "-- Choisissez une langue --", and "Code postal" with an empty input field. At the bottom, there is a "Genre" label. The website URL "amge.ch" is visible in the bottom right corner.

Remboursement

← médecine manuelle

Prestations

00.1510 **Médecine manuelle** par le spécialiste, diagnostic, par période de 5 min

00.1520 **Médecine manuelle** par le spécialiste, thérapie, par période de 5 min

tarmed-browser.ch

Diverses activités

- Cours académique aux étudiants de 2MA à GE et VD
- Depuis 2012 - consultation de médecine manuelle à l'Unisanté, CHUV
- Depuis 2017 – consultation conjointe en médecine manuelle aux SMPR, HUG
- Formation continue par l'intermédiaire des GAGs (groupes auto-gérés) dans chaque canton romand
- Congrès annuel de l'ASROMM (Association Suisse Romande de Médecine Manuelle) « Les journées de printemps ». 4-5 mai 2023, Lavey-les-Bains
- Congrès annuel de la SAMM en novembre, Interlaken

Formation 2023



INSCRIVEZ-VOUS DÈS MAINTENANT!
 Pour commencer en janvier 2023
 Par talon ou code QR jusqu'au 30 novembre 2022 au plus tard

Début formation 2023: allemand & français
 Début formation 2024: allemand

Diagnostic & Thérapie Introduction			C A S
1	Rachis cervical, ceinture scapulaire Diagnostic & introduction thérapie MSI/INM [▲] , neuro-dynamique, musculature, épaule	2023 à Morat 11 - 14 janvier mercredi - samedi	
2	Rachis lombaire, ceinture pelvienne Diagnostic & introduction thérapie MSI/INM [▲] , neuro-dynamique, musculature, hanche, genou	2023 à Morat 8 - 11 mars mercredi - samedi	
3	Rachis dorsal, côtes Diagnostic & introduction thérapie MSI/INM [▲] , stabilisation du tronc	2023 à Morat 18 - 21 juin dimanche - mercredi	
▼			+
Diagnostic & Thérapie Extension			D A S
Examen partiel écrit			
4	Rachis lombaire, ceinture pelvienne, rachis dorsal et côtes Suite thérapie centrée sur la MAI [▲]	2023 à Morat 6 - 9 septembre mercredi - samedi	
5	Rachis cervical, jonction cervico-thoracique, coude/main Suite thérapie centrée sur la MAI [▲]	2024 à Morat 14 - 17 janvier dimanche - mercredi	
6	Jonctions cervico-thoracique et thoraco-lombaire, pied Suite MAI/MSI/INM [▲] , thérapie des points trigger	2024 à Morat 17 - 20 mars dimanche - mercredi	
Intégration clinique Répétition			
7	Approfondissement, tableaux des plaintes régionales Répétition générale à l'aide des tableaux des plaintes régionales	2024 à Morat 12 - 15 juin mercredi - samedi	
8	Intégration clinique Avec présentation de patients, répétition générale, préparation à l'examen	2024 à Diessenhofen mi-septembre 4 jours	
<small>▲ MSI = mobilisation sans impulsion INM = techniques d'inhibition neuromusculaires MAI = mobilisation avec impulsion</small>			+
▼			=
Examen final pratique			
Diplôme ISFM de formation approfondie interdisciplinaire en «médecine manuelle SAMM»			

Société Suisse de
Médecine Manuelle SAMM
 Yolumenstrasse 2, 9008 Sion, Suisse
 T 071 246 51 51, F 071 246 51 01
 info@samm.ch, www.samm.ch

Recommandé par:



Programme d'étude de médecine manuelle approfondie
 et complémentaire pour la formation de spécialistes en médecine manuelle
 et orthopédie posturale et cervicale (OPC)

samm.ch

Take home messages

- La médecine manuelle existe! Pensez-y!
- Un outil simple, économique, écologique et efficace dans la trousse d'outils de médecin de premier recours
- Permet de poser un diagnostic précis ostéoarticulaire, administrer immédiatement le traitement adéquat et soulager le/la patient/e