



**LE 15 RVH**

NOUS PRENONS SOIN DE VOUS



UNIVERSITÉ DE  
**VERSAILLES**  
ST-QUENTIN-EN-YVELINES



# PROTOCOLE LOMBALGIE 4.0 EN SOINS PRIMAIRES



Dr Fragneau Kimberley  
Dr Akpé Hervé  
Dr Dimi Svetlane



Jouin Marion  
Itoua Cecilia  
Desbas Damien

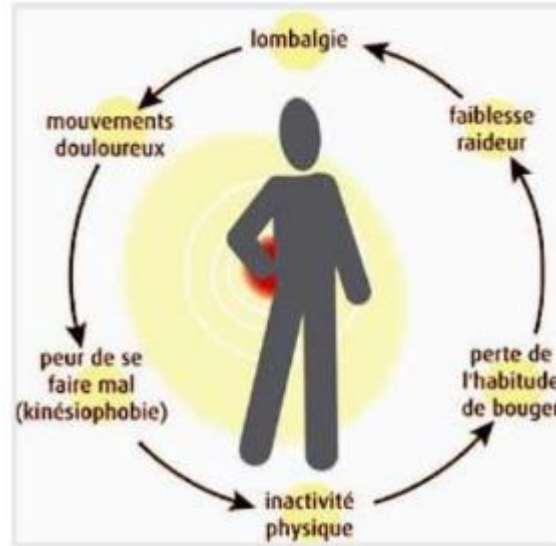
# Introduction (1/3)

## Quelques chiffres...



- 2,1 milliards  $\geq$  60 ans
- lbg = invalidité n°1
- 90% non spécifique
- 84 %  $\geq$  60 ans lbg
- 9% cs MG  $\geq$  60 ans
- $\approx$ 10% chronique

## Retentissements...

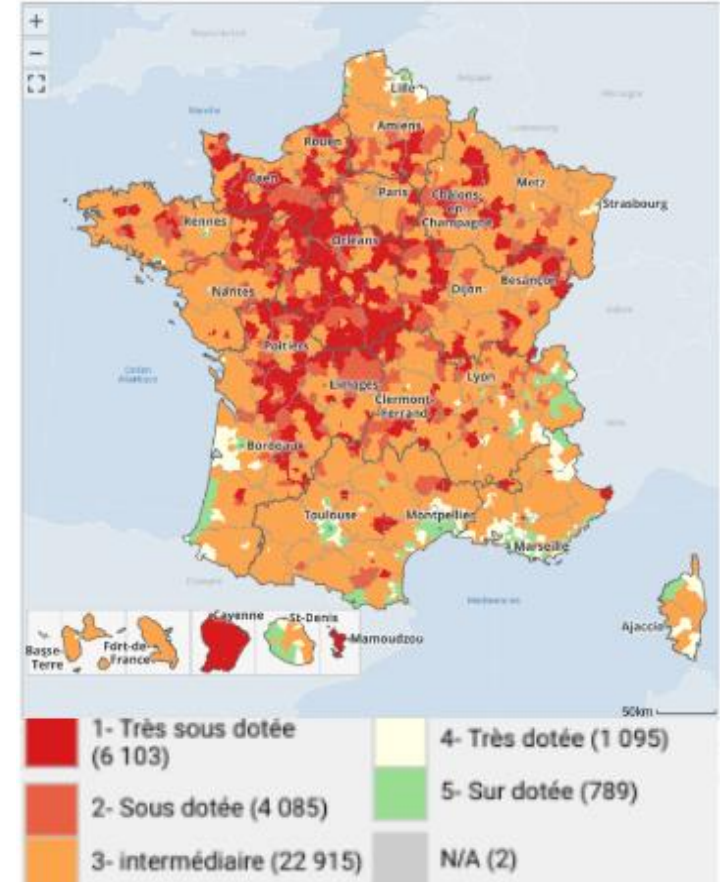


## Prise en charge

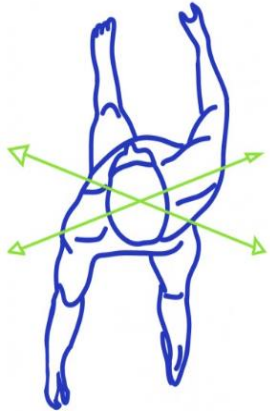


## MAIS ...

## Pénurie de kinésithérapeutes



# Introduction (2/3)



## Parcours de soin:

- 2021: Equipement centre de santé  
dispositif médical (DPA)
  - Acte CCAM LFEP002

## Prise en charge

## de la lombalgie chronique:

- bio-psychosociale
- centrée patient



# Déroulé de notre atelier

1. Phénotyper une lombalgie;

2. Expérimenter des exercices d'étirements, renforcement musculaire, auto-exercices, tests de condition physique proposés aux patients;

3. Maîtriser les gestes préventifs quotidiens pour éduquer les patients



# Déroulé de notre atelier

## Session d'1h40

10 min: Tour de table recueil des attentes des participants.

15 min: Plénière interactive orale avec les participants sur les étapes du protocole

45 min: jeux de rôle soignants/patients de 15 minutes chacun avec 3 groupes de 4-5 participants tournant sur les différents pôles.

10 min: Plénière questions échanges.



# Déroulé de notre atelier

- Pôles 1 et 3: Phénotyper les lombalgies chroniques communes et
- Pratique d'auto-exercices simples de kinésithérapie pour les patients lombalgiques au domicile
  
- Pôle 2: Pratique d'exercices d'étirements et de renforcements du dos sur table en traction avec un dispositif médical
  
- Pôles 4 et 5: Réalisation pratique des tests du bilan de condition physique des enseignants d'activité physique adaptée  
Pratique des gestes préventifs quotidiens à enseigner aux patients  
15 min: questions/réponses



# Notre parcours pour le patient lombalgique



L'HISTOIRE DE ERNEST  
70 ans, souffrant d'une  
lombalgie invalidante



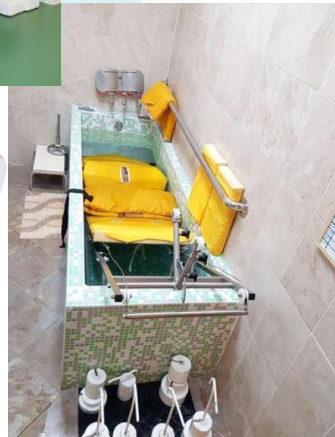
Etirements



Renforcement  
musculaire



Mobilités



# Circuit patient

## Consultation médicale

- Interrogatoire
- Traitement médicamenteux
- Imagerie
- Prescription sport adapté
- Orientation vers EAPA
- Bilan de forme physique



## Rééducation

- Ø ↑ DPA
  - ↓ douleurs/inconforts isolé
- Ø ↑ Renforcement musculaire

## Renforcement

- Renforcement musculaire
- Bienfaits amélioration QDV
- Mobilité



**Merci pour votre  
attention**