

Pincement discal

Traitement du pincement discal (discopathie dégénérative, disque écrasé ou arthrose vertébrale) avec la décompression neurovertébrale

Introduction

La discopathie dégénérative est une pathologie qui affecte le disque intervertébral, situé entre les vertèbres de la colonne vertébrale. Elle se caractérise par une altération progressive et irréversible du disque, qui peut entraîner des douleurs et des troubles neurologiques. Cette maladie touche principalement les personnes âgées, mais elle peut également toucher les jeunes adultes.



Symptômes, causes et diagnostic

Les symptômes de la discopathie dégénérative peuvent varier en fonction de la localisation de la lésion. Les douleurs sont souvent ressenties dans le dos ou le cou, mais elles peuvent également irradier vers les membres inférieurs ou supérieurs. Les patients atteints de discopathie dégénérative peuvent également présenter des troubles neurologiques tels que des engourdissements ou des picotements. En outre, ils peuvent éprouver une raideur musculaire et articulaire, une faiblesse musculaire et une diminution de la mobilité. Ces symptômes peuvent être plus fréquents et plus graves chez les patients qui ont une discopathie dégénérative avancée ou qui ont subi un traumatisme physique. Il est important de consulter un médecin si vous ressentez ces symptômes afin d'obtenir un diagnostic précis et un traitement adapté.

La discopathie dégénérative peut être associée à plusieurs

troubles, notamment des hernies discales, des sténoses spinale (rétrécissement du canal rachidien), une spondylolisthésis (glissement d'une vertèbre sur une autre) et l'arthrose. Ces troubles peuvent aggraver les symptômes de la discopathie dégénérative et nécessitent souvent un traitement médical ou chirurgical spécifique. Il est donc important de consulter un médecin si vous êtes atteint de discopathie dégénérative afin de déterminer si vous souffrez également d'autres troubles associés qui pourraient nécessiter un traitement supplémentaire.

Voici une liste des 8 symptômes courants associés au pincement discal :

1. Douleur dans le bas du dos ou la région lombaire.
2. Douleur qui irradie dans les fesses, les jambes et les pieds.
3. Engourdissement ou picotements dans les jambes et les pieds.
4. Faiblesse musculaire dans les jambes et les pieds.
5. Difficulté à se tenir debout ou à marcher pendant de longues périodes.
6. Diminution de la mobilité de la colonne vertébrale.
7. Raideur du dos ou des muscles environnants.
8. Sensation de brûlure ou de chaleur dans la région affectée.

Le pincement discal est une condition médicale dans laquelle un disque intervertébral, qui agit comme un amortisseur entre les vertèbres, se rétrécit et exerce une pression sur les nerfs et les racines nerveuses environnantes. La gravité du pincement discal peut varier de léger à sévère, et les symptômes peuvent également varier en fonction du degré de rétrécissement du disque intervertébral.

Dans les cas de pincement discal léger, le rétrécissement du

disque intervertébral est modéré et la pression sur les nerfs est légère. Les symptômes peuvent inclure une douleur dans le bas du dos, une raideur musculaire, des douleurs irradiant dans les jambes ou les bras et une légère faiblesse musculaire.

Dans les cas de pincement discal modéré, le rétrécissement du disque intervertébral est plus important, ce qui peut comprimer davantage les nerfs et les racines nerveuses. Les symptômes peuvent inclure une douleur plus intense dans le bas du dos, une raideur musculaire, des douleurs irradiant dans les jambes ou les bras, une faiblesse musculaire plus importante et des picotements ou une sensation de brûlure.

Dans les cas de pincement discal sévère, le rétrécissement du disque intervertébral est très important et peut causer une compression importante des nerfs et des racines nerveuses environnantes. Les symptômes peuvent inclure une douleur intense dans le bas du dos, une raideur musculaire, des douleurs irradiant dans les jambes ou les bras, une faiblesse musculaire importante et des problèmes de coordination.

Voici un exemple de tableau qui peut aider à mieux comprendre les différences entre les symptômes du pincement discal léger, modéré et sévère :

Symptômes	Pincement discal léger	Pincement discal modéré	Pincement discal sévère
Douleur dans le bas du dos	Modérée	Intense	Très intense
Douleur irradiant dans les jambes ou les bras	Légère	Modérée	Intense
Raideur musculaire	Légère	Modérée	Importante
Faiblesse musculaire	Légère	Importante	Très importante

Symptômes	Pincement discal léger	Pincement discal modéré	Pincement discal sévère
Picotements ou sensation de brûlure	Légers	Modérés	Importants
Perte de coordination	Non	Possible	Possible

Comme pour la sténose foraminale et la sténose spinale, il est important de noter que les symptômes du pincement discal peuvent varier d'une personne à l'autre et que le tableau ci-dessus est un exemple général. Si vous présentez des symptômes de pincement discal, il est important de consulter un professionnel de la santé pour un diagnostic précis et un plan de traitement approprié.

Causes du pincement discal

Les causes de la discopathie dégénérative sont multiples et complexes. Elles peuvent être liées à l'âge, à une mauvaise posture, à un traumatisme physique ou encore à une prédisposition génétique.

Effectivement, les causes de la discopathie dégénérative sont multiples et complexes. Elles peuvent inclure :

- Le vieillissement naturel : avec l'âge, les disques intervertébraux perdent de leur élasticité et de leur hydratation, ce qui peut entraîner des fissures et des ruptures.
- Les traumatismes : les chocs répétés ou les blessures

directes sur la colonne vertébrale peuvent endommager les disques intervertébraux.

- Les mouvements répétitifs : certaines professions qui impliquent des mouvements répétitifs ou une position assise prolongée peuvent augmenter le risque de développer une discopathie dégénérative.
- Les facteurs génétiques : certaines personnes peuvent hériter d'une prédisposition à développer des problèmes de dos.
- Les troubles posturaux : certains troubles posturaux tels que la scoliose peuvent mettre une pression excessive sur les disques intervertébraux.

Il est important de noter que ces facteurs ne sont pas exclusifs et qu'un mélange de plusieurs d'entre eux peut contribuer au développement de la discopathie dégénérative.

Les traumatismes et les mouvements répétitifs peuvent tous deux entraîner une discopathie dégénérative en exerçant une pression excessive sur les disques intervertébraux. Les traumatismes, tels que des accidents de voiture ou des chutes, peuvent causer des ruptures dans le disque intervertébral, ce qui peut entraîner une perte d'élasticité et de hauteur du disque. Le résultat est un risque accru de fissures et de hernies discales.

Les mouvements répétitifs, tels que ceux effectués dans certaines professions comme la manutention de charges lourdes ou la conduite prolongée, peuvent également causer une usure excessive des disques intervertébraux. Les mouvements répétitifs peuvent également causer une compression accrue sur

les disques intervertébraux, ce qui peut entraîner leur rupture.

Dans les deux cas, la pression accrue sur les disques intervertébraux peut endommager leur structure et leur fonctionnement normal. Cela peut entraîner des douleurs dorsales chroniques et d'autres symptômes associés à la discopathie dégénérative.

Diagnostic du pincement discal

Le diagnostic de cette pathologie repose sur un examen clinique approfondi ainsi que sur des examens d'imagerie tels que les radiographies, l'IRM ou le scanner.

Il est important de comprendre qu'un disques dégénérés peuvent augmenter votre risque de développer d'autres affections de la colonne vertébrale. Voici quelques problèmes courants de la colonne vertébrale qui sont souvent associés aux disques dégénérés :

- **Sténose spinale:** Cela se produit lorsque les espaces de votre colonne vertébrale se rétrécissent, exerçant une pression sur vos nerfs et provoquant des douleurs ou des engourdissements dans les jambes ou les bras.
- **Sténose foraminale:** une condition où les trous de conjugaison de la colonne vertébrale par lesquels les nerfs sortent sont rétrécis, ce qui peut provoquer des

douleurs et des engourdissements dans les bras ou dans les jambes.

- **Spondylolisthesis:** C'est une condition où une vertèbre glisse vers l'avant sur une autre en dessous. Cela peut causer des douleurs dans le bas du dos et une faiblesse musculaire.
- **Spondylolyse:** Il s'agit d'une fracture de fatigue dans l'une des vertèbres de la colonne vertébrale. Il peut provoquer des douleurs lombaires qui s'aggravent avec l'activité.
- **Protrusion ou bombement discale:** est une condition où le disque intervertébral qui se trouve entre les vertèbres de la colonne vertébrale commence à s'étendre au-delà de sa position normale. Cela peut se produire lorsque le disque subit une pression excessive.
- **Hernie discale:** une condition où le noyau gélatineux d'un disque intervertébral sort de sa position normale et comprime les nerfs de la colonne vertébrale.
- **Radiculopathie cervicale ou lombaire:** une condition où les racines des nerfs de la colonne vertébrale sont comprimées, ce qui peut provoquer des douleurs et des engourdissements dans les bras (dans le cas de la radiculopathie cervicale) ou dans les jambes (dans le cas de la radiculopathie lombaire).
- **Scoliose dégénérative:** une condition où la colonne vertébrale se courbe de manière anormale en raison de l'usure des disques et des articulations de la colonne vertébrale.
- **Arthrose vertébrale:** une maladie dégénérative des articulations de la colonne vertébrale qui peut provoquer une douleur, une raideur et une perte de mobilité. Elle est causée par l'usure naturelle des disques et des articulations de la colonne vertébrale et peut être exacerbée par le vieillissement, l'obésité ou les blessures antérieures.



Traitement du pincement discal

Le traitement de la discopathie dégénérative vise avant tout à soulager les symptômes et à éviter l'aggravation de la maladie. Il peut inclure des médicaments antidouleur, des séances de d'ostéopathie ou encore des infiltrations cortisoniques pour réduire l'inflammation.

La décompression vertébrale est une option de traitement non chirurgicale pour les personnes souffrant d'un pincement discal. Cette technique consiste à appliquer une force douce et progressive sur la colonne vertébrale, ce qui permet de réduire la pression exercée sur les disques intervertébraux.

Pendant une séance de décompression vertébrale, le patient est allongé sur une table spéciale équipée d'un harnais. Le

harnais est attaché autour des hanches et des jambes du patient, puis la table commence à se déplacer lentement. Ce mouvement tire doucement la colonne vertébrale dans une direction spécifique, ce qui permet d'étirer les tissus mous et de soulager la pression sur les disques intervertébraux.

La décompression vertébrale peut aider à soulager les symptômes associés au pincement discal, tels que les douleurs dorsales chroniques et les engourdissements ou picotements dans les membres. Les patients peuvent avoir besoin de plusieurs séances pour obtenir un soulagement complet des symptômes.

Il convient de noter que la décompression vertébrale n'est pas recommandée pour tout le monde et qu'elle peut ne pas être efficace dans tous les cas. Il est important de consulter un professionnel de la santé pour déterminer si cette technique convient à votre situation particulière.

Conclusion

En conclusion, la discopathie dégénérative est une pathologie courante qui peut entraîner des douleurs chroniques et des troubles neurologiques chez les patients atteints. Le diagnostic précoce est important pour permettre une prise en charge adaptée et efficace. Les traitements actuels visent avant tout à soulager les symptômes et à améliorer la qualité de vie des patients concernés.