

44^{es} JOURNÉES DE L'INK

LA LOMBALGIE À LA LOUPE

Lors des 44^{es} Journées scientifiques de l'INK (Institut national de la kinésithérapie), les 12 et 13 octobre derniers, **les différents intervenants étaient invités à s'exprimer sur la lombalgie commune. Une pathologie qui touche 60 % de la population française** et dans le traitement de laquelle le kinésithérapeute joue évidemment un rôle crucial. Voici un aperçu de trois interventions particulièrement intéressantes.

REGARD DE LA MÉTHODE MÉZIÈRES SUR LA LOMBALGIE

PAR FRÉDÉRIC SIDER*

La chaîne musculaire postérieure

Françoise Mézières fut la première à observer et à décrire le lien musculo-aponévrotique qui

unit la colonne lombaire au thorax, à la colonne cervicale et à la base du crâne. Elle introduisit la notion de **chaîne musculaire**, l'ensemble de la chaîne musculaire postérieure se comportant alors comme un seul et même muscle, la rétraction d'un élément se répercutant sur l'ensemble de la chaîne, créant ainsi des douleurs à distance de la zone responsable.

Ce concept fondamental permet d'introduire une autre idée novatrice : la notion de **globalité**.

La colonne lombaire n'est plus isolée dans ses pathologies mais amalgamée à un déséquilibre général du corps, des pieds à la tête.

Ces chaînes musculaires constituent un axe vertical de solidarité musculaire dans les trois plans de

l'espace, ce qui ouvre des perspectives très vastes pour les différentes stratégies de traitement que peut proposer le kinésithérapeute. Si l'on admet enfin que cette notion de déséquilibre postural peut prendre une infinité de possibilités, on pourra alors décrire une infinité de lombalgies. Cela peut donc laisser penser qu'il existe **autant de lombalgies que de lombalgies**. Il faut donc mettre en place un traitement sur mesure pour chaque patient.

Le caisson abdominal et ses connexions

La région antérieure osseuse lombaire sert de zone d'ancrage à certains muscles horizontaux ou obliques antérieurs. Sur la face antérieure des corps vertébraux des trois premières vertèbres lombaires, les puissants piliers du diaphragme (accessoires et principaux) s'entremêlent avec les insertions du psoas, petit et grand. Ils réalisent ainsi un pont musculaire mettant en relation, par ce puissant lien musculo-aponévrotique, la colonne lombaire (par son mur antérieur et latéral) avec le thorax bas dans la partie supérieure et avec l'iliaque et le fémur dans la partie inférieure. Ainsi est constituée une deuxième ligne de force : **la chaîne musculaire antérieure profonde**, dont il faudra tenir compte pour le rééquilibrage de cet axe osseux.



Fig. 1a et 1b. Sujet n°1 : examen de profil droit, lombalgie chronique. Sujet n°2 : examen de profil gauche, lombo-sciatalgie droite.