

Soirée Dos-Remis

SOS Lumbago

Merci d'être présents

En espérant qu'on passera une belle soirée

Qu'est ce que c'est un lumbago ? fréquent, coûteux, mal soigné,
manque de coordination, errance médicale, discours discordants ...
besoin de faire évoluer et d'harmoniser nos pratiques



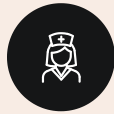
Notre Équipe (Anesthau 7)

Cette soirée est portée par une équipe pluridisciplinaire réunie autour d'un projet commun



6 MAR

Médecins anesthésistes-
réanimateurs



6 IADE

Infirmiers anesthésistes diplômés
d'État



3 Secrétaires

Coordination et organisation

Une équipe en construction

Notre projet est conçu pour s'enrichir progressivement de nouveaux professionnels de santé, afin d'offrir une prise en charge toujours plus complète et pluridisciplinaire.



Déjà intégrés

- Dietéticienne
- Chirurgien obésité
- APA
- Kiné
- IDE SSPI



À l'avenir

- Kinésithérapeutes, ostéopathes
- Médecins généralistes
- Rhumatologues, neurochirurgiens, radiologues
- Psychologues de la douleur ...

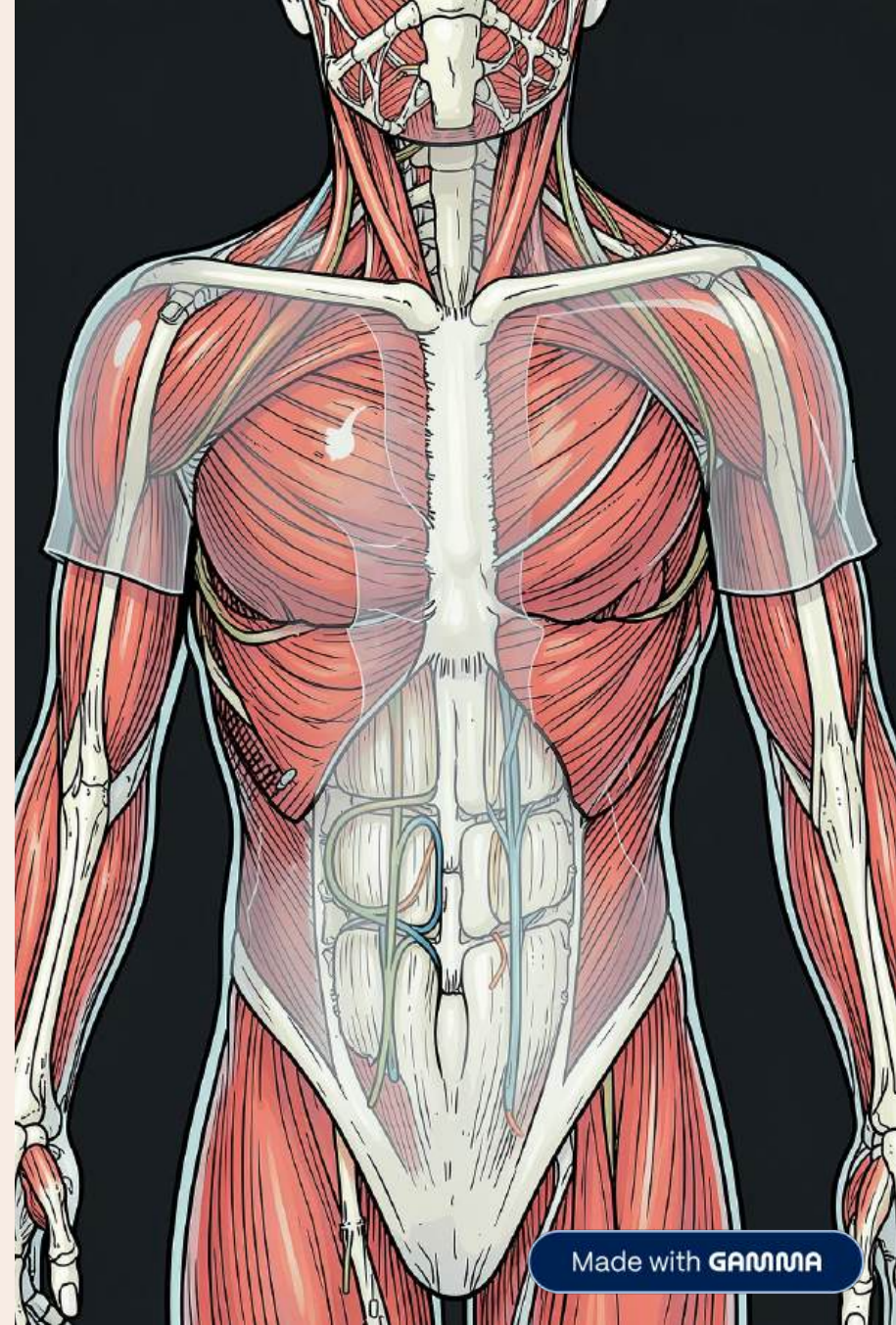
Les Fascias : un Organe Redécouvert

Reconnu en 2018

Longtemps négligé, le fascia est officiellement reconnu comme un organe à part entière – alors qu'il représente **un tiers de notre poids corporel** (20 à 30 kg).

Un tissu oublié

Les anatomistes européens l'ont écarté pour se concentrer sur les organes « nobles ». Andrew Taylor Still, père de l'ostéopathie, en avait compris l'importance dès le **XIXe siècle**.



Le Rôle Clé des Fascias (notre 6ème sens)



Un tissu extrêmement innervé

Le fascia est **six fois plus innervé** que le muscle. Il expliquerait jusqu'à **80 % des douleurs** que nous qualifions trop souvent de :

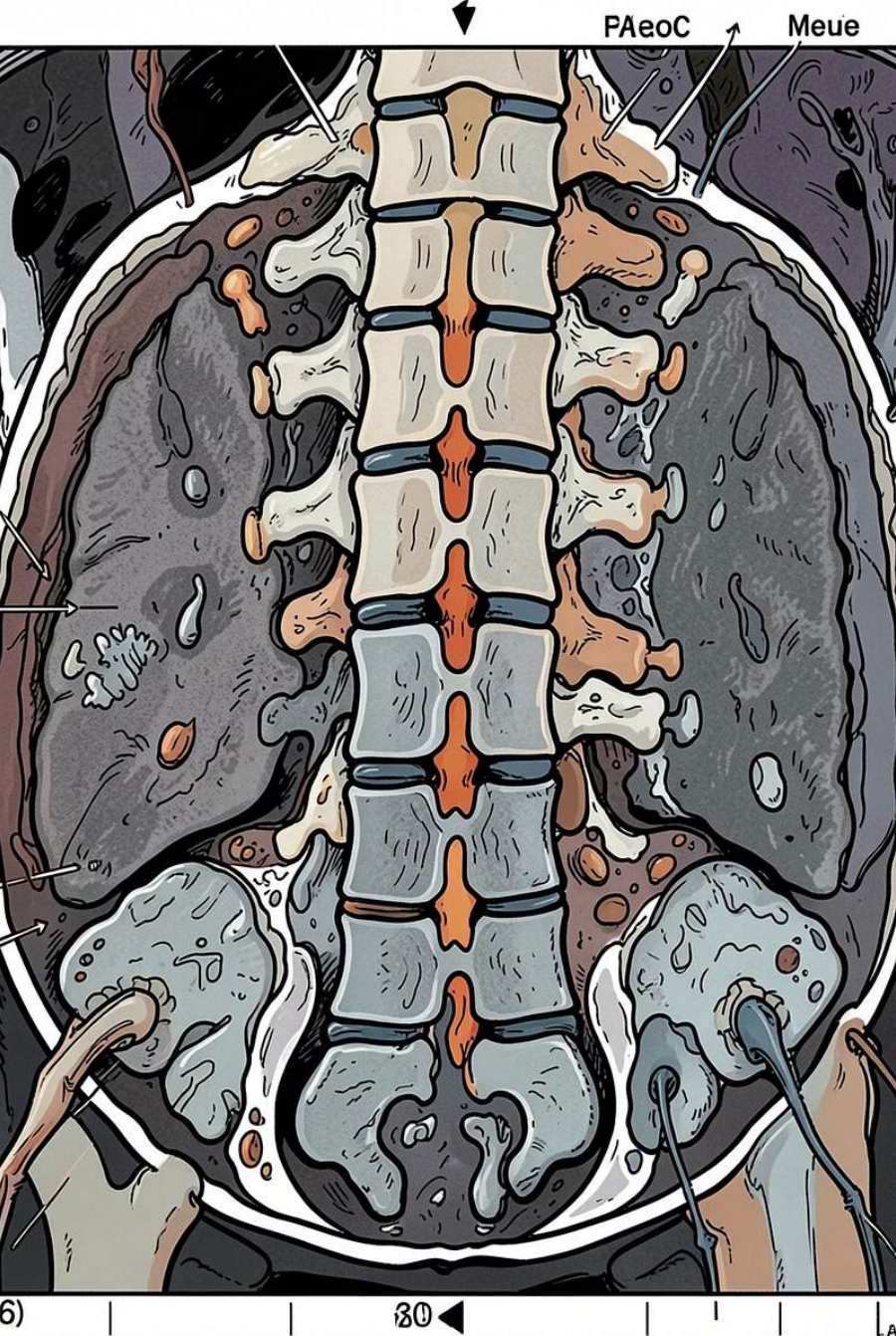
- ❏ Des symptômes **réels**, avec des examens para-cliniques **normaux**.

→ **Fonctionnelles**

→ **Non spécifiques, de cause inconnue**

→ **Psychosomatiques**

→ **ou pire : « C'est dans votre tête »**



Et si on regardait au mauvais endroit ?

« Au lieu de dire "C'est dans votre tête", ne devrions-nous pas nous demander si nous ne regardons pas au mauvais endroit ? »

Dans le cadre d'un lumbago, pourquoi se focaliser sur les disques intervertébraux ou les os, alors que le problème est **myo-fascial** ?

La Médecine Allopathique à ses Limites

Le constat sur le lumbago

Aucun médicament n'a démontré d'efficacité probante à ce jour. Pourtant, nous continuons à en prescrire.

- Par habitude ?
- Par manque d'alternatives ?
- Parce qu'il est difficile d'avouer qu'on n'a pas de solution ?

Ce que cela révèle

Notre médecine atteint ses limites face à la douleur, et encore plus face à la **douleur chronique**. Il est temps d'explorer d'autres voies.

Qu'est-ce que le Fascia ?



Un tissu qui relie

Du latin *conjunctivus*, dérivé de *conjungere* – « qui lie ensemble ». Le fascia est le tissu conjonctif qui **relie et rassemble** tout ce qui nous compose.

Cette notion de **connexion** est au cœur de cette soirée : rassembler des professionnels de différents horizons autour d'un projet commun.

- ❗ L'innovation n'est pas une somme d'intelligences, mais de leur **multiplication**.

La rencontre des mondes

L'innovation vient souvent de la rencontre entre des visions qui ne se parlent pas assez

Le problème du cloisonnement

Nous travaillons trop en silos, chacun dans notre coin. Il manque de la communication, de la coordination – et ce sont les patients qui en paient le prix = errance diagnostique et thérapeutique

**Dos-Remis n'est pas une innovation technique,
mais une INNOVATION ORGANISATIONNELLE**

... qui ne demande qu'à évoluer et progresser.



Le Fascia crée des Ponts

Médecine occidentale

↔ **MTC**

Entre science et traditions
millénaires

Corps ↔ **Esprit**

Une prise en charge
indissociable

Soin ↔ **Bien-être**

Care et wellness réunis

Public ↔ **Privé**

Né au CHU, développé à la PST

Si nous ne voulons pas que nos patients se tournent vers des **solutions alternatives commerciales ou ésotériques** – avec les risques de dérives que cela comporte – il est **essentiel** de nous intéresser au tissu fascial.

5 Messages Clés à Retenir ce soir

01

Moins d'imagerie inutile

Évitons les examens superflus

02

Moins de médicaments

Privilégions les approches non médicamenteuses

03

Plus de mouvement

Agnostique sur la méthode, mais le mouvement est un pilier. Le moins d'arrêt de travail possible

04

Corps et esprit unis

Ne pas séparer la prise en charge mentale et physique

05

Reconnaître le syndrome myo-fascial

Trigger points, amélioration au mouvement, trajets atypiques – une sciatique tronquée n'est pas une sciatique par compression d'une racine nerveuse, mais un syndrome myo-fascial

Ouvrir le Champ des Possibles

« Je le pansay, Dieu le guérit. » – Ambroise Paré

Humilité : nous ignorons encore beaucoup de choses sur le corps humain. Nous essayons de garder une **démarche scientifique**, basée sur des preuves et non sur des croyances – même si notre approche reste parfois empirique.

Cela fonctionne ?

Oui. Pas toujours

On sait pourquoi ?

Pas à 100%

C'est quoi la suite ?

Un champ d'exploration
incroyable

Notre base

Les recommandations de la HAS

Notre devise

"Travailler sérieusement sans se prendre au sérieux"

