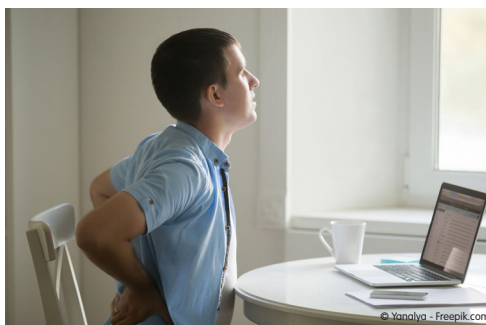


Souvent qualifié de « mal du siècle », les douleurs ressenties au niveau du dos constituent un véritable problème de santé publique.

Le fonctionnement de la colonne vertébrale et son rôle dans les activités quotidiennes sont souvent méconnus. Le dos ne retient pas toujours l'attention qu'il mérite.

La « Clinique du dos » est une structure multidisciplinaire (médecins, kinésithérapeutes, ergothérapeutes, psychologues et assistant(e)s social(e)s qui propose un programme de révalidation aux personnes souffrant de douleurs lombaires, dorsales ou cervicales.



La douleur éprouvée par votre dos peut être d'origine mécanique (tassement discal, hernie...) ou inflammatoire et peut se localiser à des niveaux différents. La douleur peut être permanente ou sporadique et survenir de jour comme de nuit. Quel que soit votre âge ou votre sexe, le mal de dos peut apparaître.

N'attendez pas que le mal de dos ait raison de vous, la clinique du dos peut vous aider.

Bref, pour vaincre le mal de dos, il faut se bouger.

CONTACTS

NOTRE ÉQUIPE PLURIDISCIPLINAIRE :

■ Équipe médicale

Docteur I. Walther - Médecine physique et réadaptation
Docteur J. Horta - Médecine physique et réadaptation
Docteur B. Mengal - Orthopédie

■ Équipe paramédicale

Kinésithérapeutes
Ergothérapeutes
Assistants sociaux
Psychologues

☎ +32 (0)56 85 87 31

Les séances individuelles d'éducation sont prises en charge par les mutuelles, renseignez-vous.



La Clinique du dos
Une prise en charge solide
du patient lombalgique.

Une prise en charge en deux temps... et quelques mouvements.



Quels sont les objectifs visés ?

- Restaurer la fonction de la colonne vertébrale malgré la douleur
- Améliorer votre force, votre souplesse et l'endurance
- Corriger le maintien et la posture
- Atténuer les douleurs éprouvées
- Aider à résoudre les difficultés psychologiques, sociales et professionnelles
- Evaluer les facteurs de risque
- Lutter contre les idées reçues

Votre participation active dans votre rééducation est primordiale.

1. Séance d'évaluation

Parce que votre situation est unique, une évaluation complète sera effectuée par l'équipe pluridisciplinaire afin de déterminer le traitement approprié.



L'évaluation se réalise à partir d'un(e)

- Examen médical effectué par un médecin spécialiste en médecine physique et/ou en orthopédie
- Bilan kinésithérapeutique
- Bilan ergothérapeutique : analyse ergonomique des activités professionnelles et de la vie quotidienne
- Entretien avec un(e) psychologue : la première consultation est obligatoire. En fonction des besoins et des demandes un suivi est également possible.
- Entretien avec une assistante sociale

Le traitement est établi en concertation avec l'ensemble des professionnels de la santé.

2. Séances d'éducation

Un peu de théorie

Une bonne hygiène du dos passe par la connaissance de l'anatomie de la colonne vertébrale (rachis), son rôle et son fonctionnement. En effet, l'autonomie dans la prise en charge de votre pathologie sera plus aisée si vous avez une compréhension suffisante de votre dos.

Beaucoup de pratique en séance individuelle

L'approche gestuelle, l'approche ergonomique et le conditionnement physique sont les piliers de la rééducation lombaire. Pour que les bons gestes de la vie de tous les jours soient effectués sans être amené à réfléchir, il est nécessaire de les connaître et de les répéter. L'éducation et le reconditionnement physique guideront les rencontres avec l'ergothérapeute et le kinésithérapeute.

