

Les facteurs de chronicisation dans la lombalgie : le point sur les connaissances actuelles

From acute to chronic low back pain : important factors

MICHAËL NORBERG (MD)

Unité rachis, Service MPR, DAL, Site Hôpital Orthopédique, CHUV 1011 Lausanne
Lavey Médical SA, 1892 Lavey-les-Bains

L'auteur atteste ne pas avoir de conflits d'intérêts dans la réalisation de ce travail

Keywords

Chronic low back pain, kinesiophobia, apprehension

Mots clés

Lombalgie chronique, kinésiophobie, appréhension

Abstract

Introduction: low back pain is extremely frequent but has minor consequences in most cases. Only a proportion of around 10% of the patients evolves toward chronic low back pain. The evolution toward chronicity is mainly influenced by psycho-social and emotional factors, and thoughts about the situation. It is thus necessary to integrate these elements in patient care. This article reviews the clinically important factors conducting to chronic low back pain.

Development: the importance of biomechanical factors in the evolution of back pain toward a chronic stage is low; on the other side bio-psycho-social factors play an important role. So, specific patient-related factors should be taken into consideration, and the role of family and occupational factors should be evaluated. The therapists experience, attitude and sense of empathy also influence the situation. The important points are the patients' apprehension and their avoidance of painful situations, leading to an avoidance behaviour with chronic pain and loss of independence. The quality of initial contact and of communication are essential to prevent chronicity.

Conclusion: the identification of chronic pain risk factors is crucial for patient evolution, treatment relevance and cost control. It is thus necessary to identify patients at risk at an early stage in order to prevent chronicity. This can be achieved by using scales that allow quantification of apprehension, fears and beliefs of the patient. Communication quality is also essential for avoiding alarming and contradictory information that increase risk of chronicization of low back pain.

Résumé

Introduction: La lombalgie est extrêmement fréquente, mais généralement bénigne. Environ 10% des patients évoluent cependant vers la chronicité. C'est surtout le plan psycho-social et émotionnel qui ont un impact sur la lombalgie, ainsi que les pensées relatives à la situation. Il est donc nécessaire d'intégrer ces éléments dans la prise en charge. Nous allons passer en revue les facteurs importants dans l'évolution de la lombalgie vers la chronicité.

Développement: le poids des facteurs biomédicaux dans cette évolution reste faible par rapport à celui des facteurs biopsychosociaux. Ainsi, il y a d'un côté le patient avec ses atteintes structurelles, et de l'autre les interactions avec l'environnement familial et professionnel qui pèsent sur la situation. Les thérapeutes – au sens large – influencent aussi la situation en fonction de leur vécu, leurs attitudes et leur empathie. Le point crucial du côté du patient reste l'appréhension et l'évitement des situations douloureuses, amenant au long cours à un comportement d'évitement avec perte d'autonomie. Cet effet peut conduire progressivement le patient vers la chronicité. La prise en charge initiale et l'adéquation de la communication restent essentielles pour prévenir ce passage à la chronicité.

Conclusion: l'identification des facteurs de chronicisation est importante pour l'avenir du patient, l'adéquation du traitement et la maîtrise des coûts. Il est nécessaire d'identifier précocement les patients à risque, notamment par l'intermédiaire d'échelles qui permettent de quantifier l'appréhension, les peurs et les croyances du patient. Une communication adéquate est aussi primordiale, afin d'éviter les informations anxiogènes ou contradictoires qui renforcent le risque de chronicisation.

