

12 MOIS 12 ACTIONS POUR UNE MÉDECINE EFFICIENTE ET DURABLE

LOMBALGIES AIGUËS : L'IMAGERIE SOUVENT INUTILE, PARFOIS NOCIVE

Les lombalgies¹ sont des douleurs dans le bas du dos qui peuvent être très intenses. Dans la majorité des cas, elles sont non spécifiques, c'est-à-dire sans cause identifiée ni signes d'alerte (*red flags*). Moins de 2% des personnes avec une lombalgie aiguë qui consultent en médecine générale souffrent d'une pathologie grave². Malgré des recommandations claires, des examens comme les radiographies ou l'imagerie par résonance magnétique (IRM) restent fréquemment prescrits. Pourtant, le plus souvent, une évolution favorable est observée avec un traitement conservateur, sans qu'il soit nécessaire d'avoir recours à des examens complémentaires en l'absence de signes de gravité.



Ce que disent les recommandations³

Il est conseillé de recourir à l'imagerie uniquement en présence de signes de gravité (*red flags*), lorsque les résultats pourraient modifier ou orienter la prise en charge. Les *red flags* pour les lombalgies sont des situations ou signes qui suggèrent^{2,3} :

- + une malignité : antécédents de cancer, perte de poids inattendue ;
- + une fracture : traumatisme important, ostéoporose, utilisation prolongée de corticostéroïdes, âge avancé ;
- + une infection : fièvre, immunosuppression sévère ;
- + une atteinte neurologique.



Informier pour rassurer

La plupart des lombalgies guérissent en 4 à 6 semaines, avec ou sans traitement^{1,3}.
Le rôle du médecin est de :

- + repérer les rares cas graves ;
- + rassurer et encourager l'activité ;
- + suggérer des traitements non pharmacologiques, tels que la physiothérapie active ou la thérapie manuelle ;
- + prescrire, si nécessaire, des médicaments comme les anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS), tout en évitant les opioïdes, sauf en cas de douleur extrême ;
- + expliquer les signes qui nécessitent une réévaluation.



Conséquences pour les patients

Une imagerie inutile comporte plusieurs risques^{1,3} : elle peut révéler des anomalies sans lien avec la douleur, suscitant des inquiétudes et des examens inutiles. Elle peut entraîner des traitements superflus alors que la douleur aurait pu s'estomper spontanément. Elle engendre également des coûts élevés, un retour au travail retardé et un risque accru de chronicisation de la douleur. Elle expose parfois aux rayons X et, en cas d'injection de produit de contraste, à un risque d'allergie ou d'atteinte rénale.



Quelques chiffres

EN MOYENNE 88%

des Suisses souffriront de maux de dos au moins une fois dans leur vie⁴.

EN MOYENNE 524 CHF

de frais sont à la charge des personnes atteintes de lombalgies, non remboursés par les caisses maladie (franchise et quote-part)⁴.

1,6 MILLIONS D'IRM

ont été réalisées en Suisse en 2023. Un chiffre qui a doublé en 10 ans, passant de 836 000 en 2013 à 1,6 million en 2023⁵.

RÉFÉRENCES

1. Trachsel M, Trippolini MA, Jermini-Gianinazzi I, Tochtermann N, Rimensberger C, Hubacher VN, Blum MR, Werthli MM. Diagnostics and treatment of acute non-specific low back pain: do physicians follow the guidelines? Swiss Med Wkly. 2025 Jan 24;155:3697. doi: 10.57187/s.3697. PMID: 39951547.

2. Henschke N, Maher CG, et al. Prevalence of and screening for serious spinal pathology in patients presenting to primary care settings with acute low back pain. Arthritis Rheum. 2009;60(10):3072-80.

3. European Spine Journal (2018) 27:2791-2803 doi : https://doi.org/10.1007/s00586-018-5673-2

4. RAPPORT SUR LE DOS SUISSE 2020. https://www.rheumaliga.ch/assets/doc/CH_Dokumente/medien/grosser-rueckenreport-2020/Rapport-sur-le-dos-2020.pdf s00586-018-5673-2

5. Observatoire suisse de la santé, IRM total. https://www.versorgungsatlas.ch/fr/indicateur/_430.

