

# Scoliose ne la négligez pas !

Cette déformation de la colonne vertébrale touche surtout les adolescents, mais aussi les adultes. Différents traitements permettent de la corriger.



VOISIN / PHANIE

Deux motifs principaux poussent les patients adultes à consulter un médecin : la douleur et la gêne esthétique.

Les femmes, en particulier, supportent très mal l'aspect voûté de leur dos qui leur renvoie l'image de la vieillesse. « Elles sont souvent très complexées, elles ont tendance à se replier sur elles-mêmes », confirme Christine Chenot, présidente de l'association Scoliose et partage<sup>2</sup>.

## Les traitements sont parfois lourds

Ils vont du plus simple au plus compliqué. Le choix dépend de la progression de la maladie et de sa vitesse d'évolution, de l'âge du patient.

### • La kinésithérapie

Elle est basée sur un travail musculaire et d'élongation du dos. Elle suffit parfois à soulager une scoliose simple et qui n'évolue pas.

## Comprendre la maladie

C'est l'objectif que s'est fixé la fondation Yves Cotrel qui finance des recherches innovantes sur la scoliose. Récemment, l'équipe du Dr Alain Moreau, au Québec, a annoncé la mise au point d'un test de dépistage précoce. Il devrait être validé d'ici à deux ans. Une simple prise de sang permettrait ainsi de repérer les enfants à risque et d'adapter le traitement.

Fondation Cotrel 01 44 41 44 47  
ou [www.fondationcotrel.org](http://www.fondationcotrel.org)



S. CAMAZINE / BSIP

**Conservez toutes vos radios du dos pour le suivi de l'évolution de votre maladie.**

**P**our décrire la scoliose<sup>1</sup>, l'image la plus couramment utilisée est l'escalier en colimaçon. Progressivement, la colonne vertébrale se déforme en S et une bosse apparaît dans le dos. Dans la grande majorité des cas, il est impossible d'en déterminer la cause.

La plupart du temps, la scoliose se déclare pendant l'enfance ou l'adolescence et cesse de progresser à la puberté. Mais, contrairement à une idée reçue, elle touche aussi les adultes. Elle peut par exemple s'accroître à la ménopause : « Il semble que ce soit lié aux troubles hormonaux », explique le Pr Christian Garreau de Loubresse, secrétaire général adjoint de la Société française de chirurgie orthopédique. Et l'anomalie peut aussi se déclarer chez des personnes n'ayant jamais souffert du dos.



## Apprenez à préserver votre dos

- **Musclez votre dos**  
Le sport (sur avis médical) est autorisé même avec un corset ou après une intervention chirurgicale. La natation, surtout le dos crawlé, la marche et le vélo sont les activités physiques les plus recommandées.
- Si vous devez porter un corset, enflez dessous un tee-shirt sans couture (ou portez-le à l'envers) pour éviter les frottements. Protégez votre peau avec une crème adaptée.
- Évitez de prendre du poids pour ne pas exercer de force supplémentaire sur vos vertèbres.
- Ne portez pas de charges lourdes.

### • Le port d'un corset

Contraignant, il est proposé, aux adolescents comme aux adultes, lorsque les séances de kinésithérapie se sont révélées insuffisantes. « Le corset n'est pas un simple emballage. Il doit pousser à certains endroits pour corriger la colonne vertébrale et, dans certains cas, stopper l'évolution de la déformation. Il faut le porter le plus longtemps possible pendant la journée », remarque le Pr Garreau de Loubresse.

### • La chirurgie

Cette solution de dernier recours concerne surtout les moins de 65 ans. Au-delà de cet âge, la qualité de l'os n'est pas toujours suffisante pour supporter les tiges et les plaques métalliques qui vont redresser la colonne vertébrale. Le chirurgien soude également les vertèbres les plus abîmées afin de stopper l'évolution de la scoliose sur cette zone.

SYLVIE DELLUS ■

- 1 - À ne pas confondre avec "l'attitude scoliotique", une mauvaise position qui disparaît en position couchée.
- 2 - Association Scoliose et partage  
03 81 34 47 34 ou [www.scoliose.org](http://www.scoliose.org)

P. BERDOY / SIC - Les personnages photographiés ne sont pas concernés par le sujet de l'article.