

Prise en charge des cervicalgies - Cours pour étudiants en 5e année de chiropraxie

Introduction :

La cervicalgie est un motif de consultation fréquent. Son approche clinique doit distinguer une cervicalgie commune d'une cause sérieuse, déterminer les mécanismes de la douleur, orienter le traitement, et identifier les facteurs pouvant favoriser la chronicité ou les récives.

1. Symptômes hors du champ chiropratique (red flags) :

- Traumatisme sévère récent (fracture, luxation cervicale)
- Pathologie néoplasique (douleur nocturne, antécédents cancéreux)
- Infection (douleur inflammatoire, fièvre)
- Rhumatisme inflammatoire (douleur chronique inflammatoire)
- Insuffisance vertébro-basilaire (signes neurologiques vasculaires)
- Atteinte neurologique centrale (myélopathie cervicale)

2. Types de douleur et sources associées :

- Douleur nociceptive : lésion ou irritation des tissus somatiques.
- Douleur neuropathique : lésion ou compression nerveuse.
- Douleur nociplastique : perturbation centrale sans lésion suffisante.

Composantes possibles : discale, articulaire postérieure, neurogénique radiculaire, musculaire/myofasciale, dégénérative.

3. Recherche d'une préférence directionnelle :

Identification du mouvement qui améliore les symptômes (centralisation). Utile notamment dans les atteintes discales.

4. Facteurs de récurrence ou d'entretien :

- Facteurs individuels : douleur initiale élevée, antécédents de cervicalgie, anxiété, dépression.
- Facteurs biomécaniques : mauvaise ergonomie, manque d'activité physique, mauvaise posture.
- Facteurs lésionnels : gravité initiale, radiculopathie, instabilité cervicale, arthrose sévère.

Prise en charge thérapeutique :

Éducation du patient (activité, ergonomie), thérapies manuelles (ajustements HVLA, mobilisations LVLA, traction), exercices thérapeutiques (mobilité, renforcement, proprioception), autres approches conservatrices.

Conclusion :

Évaluation méthodique et approche multimodale associant éducation, exercices et interventions manuelles adaptées. Importance de la prévention secondaire pour éviter les récurrences.

Ce document est un résumé pédagogique destiné aux étudiants chiropracteurs en 5e année, intégrant les recommandations scientifiques actuelles avec niveaux de preuve associés.