

DÉFINITION

Lombalgie commune aiguë.

SIGNES CLINIQUES

- ☒ Douleur lombaire brutale
- ☒ Blocage dos
- ☒ Contracture musculaire
- ☒ Pas irradiation jambe
- ☒ Facteur déclençant

TERRAIN & RISQUES

Effort

Port charge

EXAMENS & TRAITEMENT

- ✓ Aucun (si pas de drapeau rouge).

PIÈGE À ÉVITER

Ne pas faire de radio/scanner inutilement.

MES NOTES (Points clés, Mémos...)
