

Médecine

# Opération du canal lombaire peut améliorer la vie des aînés

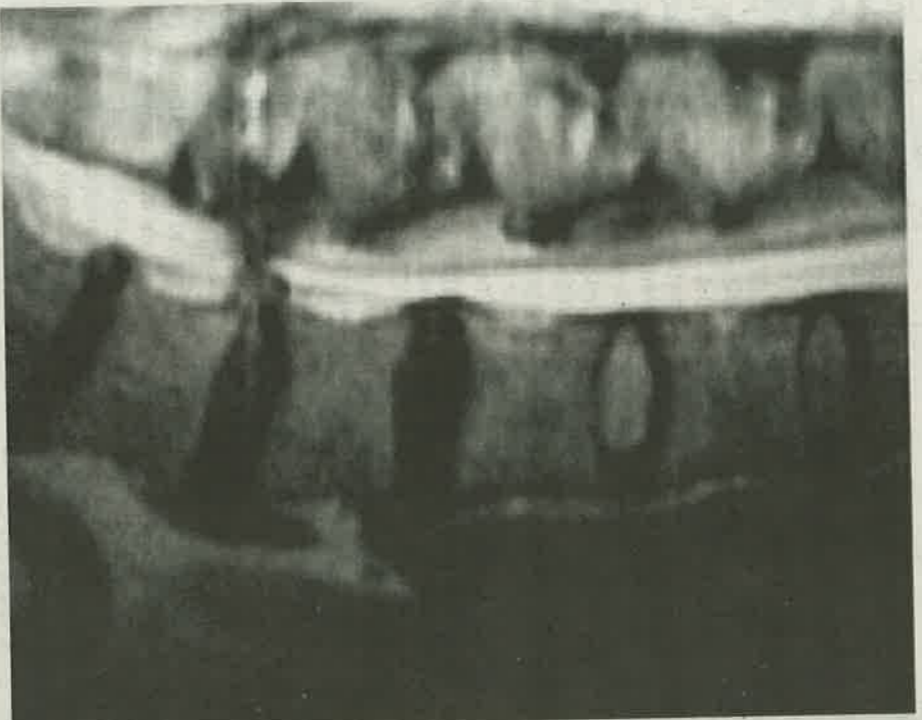
**Maloureuse, arthrose du dos, la conférence sur le point sur les traitements possibles**

de Nicole Brunnschwig

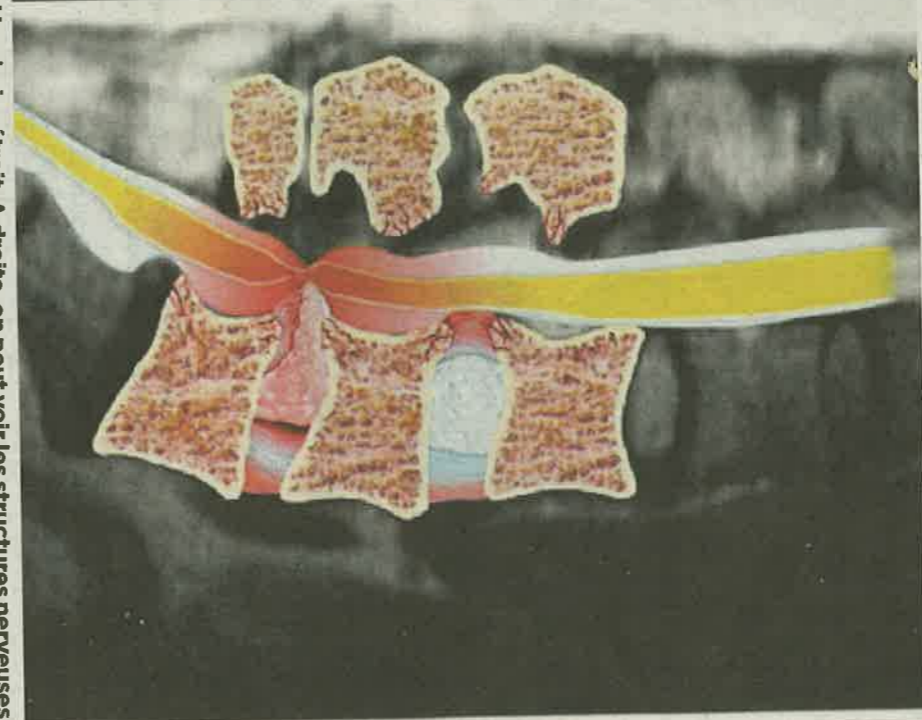
nal de dos n'est pas l'apanage des personnes âgées. Mais chez les seniors, certains symptômes indiquent clairement une pathologie liée à l'âge. Il s'agit notamment de l'arthrose de la colonne vertébrale, appelée sténose lombaire ou canal lombaire étroit. «Le fait que les problèmes s'accroissent avec l'âge ne signifie pas qu'il n'existe pas de traitement. Le fait de l'âge est beaucoup moins limitatif avec les techniques modernes», constate le Dr Jimmy Villard et Olivier Vernet. Tous deux neurochirurgiens à la Clinique Cecil, membres de l'équipe du Neurocentre-Centre des dos du groupe Hirslanden, ils ont les orateurs de la prochaine conférence médicale organisée le 24 heures et Hirslanden (voir page 24).

Maladie dégénérative, la sténose lombaire se caractérise par un rétrécissement du canal, dû à des disques qui s'affaissent et aux articulations et ligaments qui grossissent avec l'âge. «Le passage de la jeunesse à l'âge adulte, pour les structures nerveuses de la colonne vertébrale, est un processus très lent. Les douleurs apparaissent au niveau du dos et des membres, qui influent sur la capacité des patients à se déplacer», expliquent les deux médecins. Les patients nous disent devoir arrêter de marcher au bout d'un moment tant ils ont mal. Mais dès qu'ils s'arrêtent ou même dès qu'ils se penchent en avant, les douleurs diminuent, voire disparaissent.»

**Intervenir le fauteuil et le frigo** Lors qu'une hernie discale provoque une douleur continue, celle du canal étroit disparaissent en position assise. «On constate que le nombre de personnes âgées ne



A gauche, l'IRM de la colonne lombaire met en évidence un canal lombaire étroit. A droite, on peut voir les structures nerveuses (jaune) qui sont comprimées par de l'arthrose des vertèbres et un disque qui est dégénéré. PHOTOS DR



vent sur une durée limitée. Lorsqu'on fait la situation se péjore, il faudrait réévaluer l'indication à une chirurgie.

## Moins invasif

«Nous pratiquons une technique minimalement invasive qui consiste à ouvrir non pas des deux côtés de la colonne, approche standard, mais d'un seul côté. Grâce à un microscope dédié à la neurochirurgie, nous pouvons néanmoins enlever toutes les structures osseuses et les ligaments qui bouchent le canal de chaque côté.»

Avantages de la méthode, documentés dans plusieurs études: diminution du risque de récidive, préservation des articulations et de la motilité des muscles entourant les vertèbres. «La perte de capacité musculaire liée à l'intervention est réduite de 50%». Pour renforcer le dos après l'opération, le patient est bien sûr astreint à de la physiothérapie.

«C'est au patient de décider si,



Les Drs Olivier Vernet (à g.) et Jimmy Villard, neurochirurgiens à la Clinique Cecil. PHILIPPE MAEDER

consultent pas, attribuant leur perte de mobilité à l'âge. Elles marchent de moins en moins et s'habituent à une vie qui se déroule à domicile, entre le fauteuil et le frigo, regrettent les neurochirurgiens. Une intervention chirurgicale peut pourtant transformer radicalement le quotidien de ces patients.»

Mais avant l'option chirurgi-

et à quel moment, il souhaite une intervention. En fonction de son quotidien et de la réduction de sa qualité de vie», estiment les Drs Jimmy Villard et Olivier Vernet.

Parmi les risques liés à cette technique figure celui d'une infection, d'un hématome (comme pour toute intervention) ou d'une fuite du liquide céphalo-rachidien que le chirurgien devra colmater. Mais les neurochirurgiens rappellent au patient que l'intervention, qui dure entre quarante-cinq et soixante minutes et nécessite entre trois et sept jours d'hospitalisation, permettra à 90% d'entre eux de retrouver une bonne qualité de vie en moins de trois mois.

## «Questions de neurochirurgie: focus sur les maux de dos chez les seniors, de la prévention aux traitements modernes»

Conférence avec le Dr Jimmy Villard et le Dr Olivier Vernet, Mercredi 25 septembre, 20 h, Hôtel Alpha-Palmiers, Lausanne. Entrée libre.

## Pilly abrite une école romande de réflexologie

Les cours, mis sur pied par trois associations d'infirmières, s'adressent à des personnes déjà actives dans la santé

Fruit de la collaboration de trois associations d'infirmières réflexologues genevoise, vaudoise et du Jura bernois, l'École romande de réflexothérapie (EER) a été officiellement inaugurée à la fin de la semaine dernière à Prilly. Elle propose divers modules de formation destinés uniquement à des personnes ayant déjà une formation en santé. «Ces cours existaient déjà. Mais nous avons réuni nos forces pour cons-

## «La réflexologie peut aider à traiter certaines pathologies»

Myriam Urfer, infirmière réflexologue

tituer l'École romande», explique Myriam Urfer, infirmière réflexologue et responsable pédagogique de l'école.

Née aux Etats-Unis, la réflexologie a été développée par un médecin américain. Elle considère que le corps est divisé en dix zones et que celles-ci se retrouvent dans les pieds (et les mains). Ainsi divers points dans les pieds renvoient aux dix zones de tout le corps. Les deux pieds représentent la personne debout.

Lausanne abrite déjà l'une des plus anciennes écoles de réflexologie, l'École Bayly. Contrairement à l'EER, elle est ouverte à toute personne souhaitant pratiquer la réflexologie. Pas besoin d'avoir une formation médicale, mais il faut suivre des cours de pathologie et d'anatomie (150 heures pour être reconnu par les assurances complémentaires). «La réflexologie aide à aller mieux et stimule les énergies», explique Noëlle Weyeneth, fondatrice de l'École Bayly. Les infirmières de l'EER, elles, souhaitent développer une approche plus thérapeutique. «Nous pensons que la méthode peut jouer un rôle complémentaire dans le traitement de certaines pathologies. C'est pourquoi nous utilisons le terme de réflexothérapie», précise Myriam Urfer. **F.B.G.**

24 heures

Publicité

## QUESTIONS DE SANTÉ

Cycle de conférences grand public

QUESTIONS DE NEUROCHIRURGIE: focus sur les maux de dos chez les seniors

Prise en charge des maux de dos chez les seniors, de la prévention aux traitements modernes (techniques minimalement invasives)

Conférence publique

HIRSLANDEN  
HIRSLANDEN LAUSANNE  
CLINIQUE BOIS-CERF  
CLINIQUE CECIL

