

Traiter les maux de dos

REGARD SUR LES FAÇONS DE FAIRE DES PHYSIOTHÉRAPEUTES

LES MAUX DE DOS sont fréquents, douloureux et invalidants. Dans la grande majorité des cas, leur traitement fait appel à la physiothérapie. Malgré cette pratique généralisée, on en savait jusqu'à maintenant très peu sur la nature exacte des interventions des physiothérapeutes, à plus forte raison sur l'efficacité des traitements qu'ils dispensent.

Selon Stéphane Poitras, physiothérapeute et membre du Groupe de recherche interdisciplinaire en santé de l'Université de Montréal, « les cliniciens

sont sur le terrain, avec les patients, et toujours à la recherche d'innovations... Ils sont déjà rendus plus loin que la recherche ».

UN CONSTAT NÉCESSAIRE

L'étude à laquelle Stéphane Poitras a travaillé vient en quelque sorte débroussailler le terrain et dégager la voie pour la recherche à venir. En effet, avant de pouvoir évaluer adéquatement l'efficacité de la physiothérapie dans le traitement des travailleurs souffrant de maux de dos, il est essentiel de savoir de quoi se compose ce traitement.

Là se trouve d'ailleurs l'objet principal de l'étude : dresser un portrait exact des objectifs de traitement et de la pratique des physiothérapeutes face à des cas de travailleurs souffrant de maux de dos aigus et subaigus. Autre aspect important, les chercheurs voulaient établir si la pratique en question tenait compte des résultats issus de la recherche scientifique sur le traitement des maux de dos, « les données probantes ». Fait intéressant, l'étude s'est aussi penchée sur l'évolution du traitement au cours d'un épisode complet de soins (un maximum de 45 séances), ainsi que sur les variations possibles entre les approches utilisées pour les patients présentant ou non une douleur irradiant sous le genou.

Ainsi, la pratique respecte-t-elle les données probantes? « Il existe en ce moment peu de littérature scientifique à l'appui des interventions pratiquées, du moins dans la majorité des cas, rapporte Stéphane Poitras. Il y a donc beaucoup de choses que font les physiothérapeutes pour lesquelles il n'y a pas de données probantes. Mais de façon globale, je dirais que oui, la pratique les respecte. Mais encore là, c'est relié à la qualité des données en question. »

**PLUS IL Y A D'INCERTITUDE,
PLUS LES FACTEURS INFLUENÇANT**

LA PRISE EN CHARGE

**SONT NOMBREUX, PLUS ON
OBSERVERA DE VARIABILITÉ
DANS LA PRATIQUE CLINIQUE
DES PHYSIOTHÉRAPEUTES.**

« Par exemple, plusieurs physiothérapeutes font appel aux exercices, poursuit le chercheur. C'est d'ailleurs l'une des interventions les plus fréquentes. Et les données probantes indiquent qu'il faut effectivement favoriser l'exercice dans la prise en charge des maux de dos. Cependant, les physiothérapeutes nous rapportent quatre types d'exercice, tandis qu'il y a encore peu de littérature sur ce sujet ». C'est là le genre d'indices intéressants fournis par l'étude.

Point de départ

Aucune étude québécoise n'avait encore documenté en détail les interventions pratiquées par les physiothérapeutes pour traiter les travailleurs souffrant de maux de dos, ni les facteurs qui influencent leurs choix.

Responsables

Régis Blais¹ et Stéphane Poitras², du Groupe de recherche interdisciplinaire en santé de l'Université de Montréal; Bonnie Swaine, de l'Université de Montréal et du Centre de recherche interdisciplinaire en réadaptation du Montréal métropolitain; Michel Rossignol, de l'Université McGill et de la Direction de la santé publique de Montréal.



1



2

Résultats

L'étude décrit les objectifs des traitements et les interventions des physiothérapeutes, sur une période maximale de 45 séances, auprès de patients souffrant de maux de dos aigus ou subaigus. Les auteurs relèvent trois principaux profils de pratique et discutent des facteurs en jeu.

Utilisateurs

Les chercheurs y verront un outil pour orienter leurs études dans le domaine; les cliniciens comprendront mieux les interventions de leurs collègues.



Photos: iStockphoto



Même lorsque la clientèle est similaire, trois profils de pratique très distincts ont été identifiés. Par exemple, un groupe de praticiens privilégie des techniques de mobilisation des tissus mous, un autre, les exercices, et un dernier, des techniques visant la mécanique de la colonne vertébrale.

UNE PRATIQUE DIVISÉE MAIS COHÉRENTE

Les chercheurs ont exploré une multitude de facteurs pouvant influencer le choix des interventions des physiothérapeutes, lesquelles sont aussi diverses que les coûts associés, l'influence des collègues, l'expérience clinique, etc. Ils ont constaté que peu de caractéristiques propres aux physiothérapeutes étaient, en fin de compte, reliées aux profils de pratique dégagés de l'analyse statistique.

Stéphane Poitras poursuit : « On voulait aussi voir si les physiothérapeutes pratiquaient de façon homogène, alors on s'est assuré que la clientèle serait similaire partout. Mais même dans ce cas, on

a trouvé trois profils de pratique très distincts. » Ces profils sont en fait issus de regroupements statistiques effectués selon les diverses approches thérapeutiques employées; ainsi, par exemple, un groupe de praticiens privilégie des techniques de mobilisation des tissus mous, un autre, les exercices, et un dernier, des techniques visant la mécanique de la colonne vertébrale.

« La variabilité ne nous a pas vraiment surpris sur le plan de la prise en charge, car il s'y trouve beaucoup d'incertitude, confie Stéphane Poitras. La littérature sur le sujet reconnaît que plus il y a d'incertitude, plus les facteurs



influençant la prise en charge sont nombreux, plus on observera de variabilité dans la pratique clinique. Ce qui nous a surpris, ce sont les concordances importantes dans l'approche théorique et dans la séquence logique des interventions. C'était fortement cohérent à l'intérieur même de chaque profil. Par exemple : chaque fois que quelqu'un emploie une approche McKenzie, il utilise aussi le froid, tandis que l'emploi de chaleur est associé à la mobilisation des tissus mous. De même, ceux qui préconisent beaucoup l'exercice se servent également d'une approche plus fonctionnelle. »

LA RECHERCHE, INCONTOURNABLE

Même si les auteurs remettent effectivement en question de nombreux états de fait, ils ne posent pas pour autant de jugement sur la pratique. Ils font plutôt un constat majeur : il est essentiel de poursuivre la recherche, car l'efficacité de la très grande majorité des interventions employées par les physiothérapeutes pour traiter les maux de dos aigus et subaigus n'a jamais été étudiée.

« Cela ouvre la boîte noire pour les recherches futures concernant tout ce qui touche à la prise en charge, mais aussi à la variabilité observée dans la pratique », admet Stéphane Poitras, qui compte bien se consacrer lui-même à ce domaine d'étude, ultérieurement. Pour l'instant, il travaille à un projet de postdoctorat visant à produire un guide de pratique de la prise en charge des maux de dos en première ligne. Destiné aux médecins, aux physiothérapeutes et aux ergothérapeutes, ce document sera orienté vers la prévention de l'incapacité prolongée dans une optique intégrant notamment les facteurs psychosociaux. **PT**

LORAINÉ PICHETTE

Pour en savoir plus



BLAIS, Régis, Stéphane POITRAS, Bonnie SWAINE, Michel ROSSIGNOL. *Pratiques cliniques des physiothérapeutes dans le traitement de travailleurs souffrant de maux de dos aigus et subaigus*,

Rapport R-438, 74 pages.

Téléchargeable gratuitement : www.irsst.qc.ca/files/documents/Pub_IRSST/R-438.pdf