

**Et si c'était plus
qu'un mal de dos ?**



Ne restez plus dans le doute, **évaluez votre douleur sur 24 H**

Le mal de dos, appelé lombalgie en médecine, est une affection très fréquente qui concerne près de 7 français sur 10⁽¹⁾. Ces douleurs sont dites chroniques lorsqu'elles persistent depuis au moins 3 mois⁽²⁾...

Si vous souffrez d'un mal de dos chronique, il est possible d'en identifier la cause en évaluant votre douleur sur 24 heures.

IL VOUS SUFFIT DE COCHER CI-DESSOUS LES SITUATIONS QUI VOUS CORRESPONDENT LE MIEUX⁽³⁾...

J'ai commencé à avoir mal au dos **avant l'âge de 40 ans**

Mon mal de dos a **commencé de manière progressive voire insidieuse**

LA NUIT



Mon mal de dos **me réveille la nuit...**

AU RÉVEIL



... mais il **s'améliore au réveil** après un dérouillage matinal

LA JOURNÉE



Mon mal de dos **ne s'améliore pas au repos**

PENDANT L'EFFORT



Mon mal de dos **s'améliore à l'exercice**



* Sensibilité 77,0 % et spécificité 91,7 % si au moins 4 des 5 critères sont présents. Il faut noter que la sensibilité et la spécificité se réfèrent à la présence de rachialgie inflammatoire et non pas au diagnostic de spondylarthrite ankylosante⁽³⁾.

Si vous avez coché au moins **4 cases**, votre douleur du dos est **peut-être une douleur de type INFLAMMATOIRE*⁽³⁾**.

(1) Valat JP. Lombalgies. Rassurer et prévenir l'invalidité. Rev Prat 2008;58:259-60.

(2) ANAES. Diagnostic, prise en charge et suivi des malades atteints de lombalgie chronique. Service des recommandations et références professionnelles. Décembre 2000.

(3) Sieper J and al. New criteria for inflammatory back pain in patients with chronic back pain: a real patient exercise by experts from the Assessment of SpondyloArthritis international Society (ASAS). Ann Rheum Dis 2009;68:784-8.

Une douleur inflammatoire chronique du dos peut être le signe d'une SPONDYLARTHRITE ANKYLOSANTE (4)



Il s'agit d'un Rhumatisme Inflammatoire Chronique. Il touche préférentiellement les **hommes jeunes et actifs** (5). Son évolution est **lente** et peut avoir des répercussions physiques, des conséquences professionnelles et familiales multiples (5).

La Spondylarthrite Ankylosante est une **maladie douloureuse et handicapante** qui se traite bien si on la dépiste à temps

**Ne restez plus dans le doute,
parlez-en à votre médecin**

(4) HAS. Diagnostic, prise en charge thérapeutique et suivi des spondylarthrites. Recommandations professionnelles. Décembre 2008.

(5) Pertuiset E. Diagnostic précoce des spondylarthropathies. Rev Med Int 2008;29:596-605.

Pour en savoir plus,
rendez-vous sur :

[www.DOS
AU MUR.COM](http://www.DOSAU MUR.COM)



Une initiative de la Société Française de Rhumatologie, en partenariat avec Pfizer.

