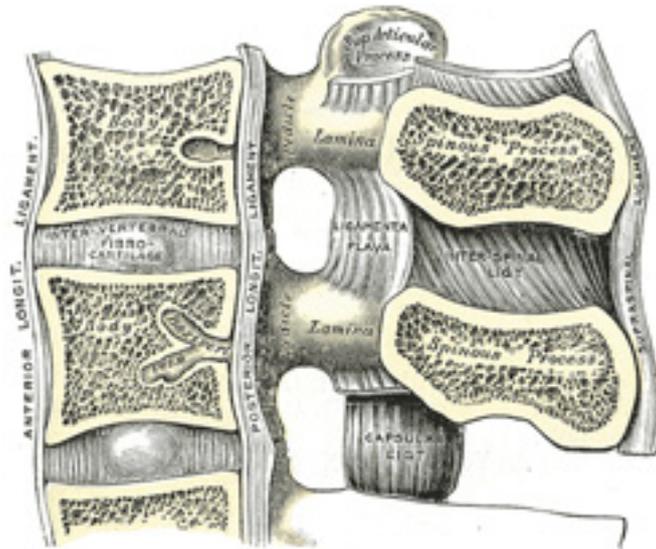


MAL DE DOS

Rappel Anatomique des lombaires et du bassin



Le **bas du dos** est composé de 5 lombaires, d'un **sacrum** et d'un **coccyx**. Le **sacrum** est encadré par 2 **iliums** ou os iliaques.

Les **articulations** entre les os iliaques et le sacrum sont au nombre de 2 et s'appellent **sacro-iliaque**.

L'**articulation** entre les deux os iliaques est la **symphyse pubienne**.

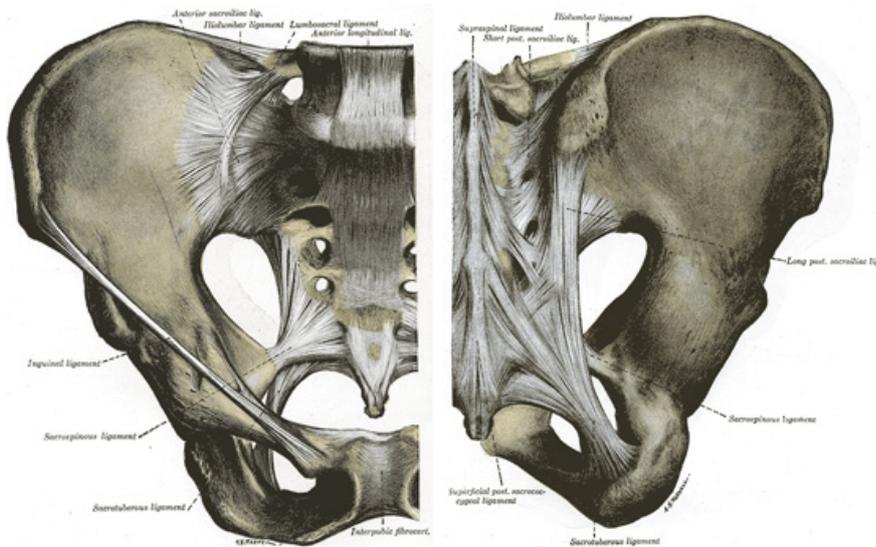
Entre chaque vertèbre existe un disque. Ce **disque** est composé de 2 parties, au centre un noyau aqueux (nucleus pulposus) et autour une partie fibreuse (annulus fibrosus) (fig 1).

(Source Bartelby.com)

Chaque **vertèbre** s'articule avec la vertèbre supérieure et inférieure (L5 avec le sacrum) grâce au disque mais aussi grâce à 4 **facettes articulaires**.

Les 2 facettes supérieures de L3 vont s'articuler avec les inférieures de L2 et les inférieures de L3 avec les supérieures de L4.

Entre chaque lombaires et entre le **sacrum** et les **iliums** des ligaments vont maintenir les différents os en place. Des capsules vont entourer chaque articulation afin d'y maintenir du **liquide synoviale** (lubrifiant naturel) ce qui permet un glissement et une mobilité adéquate entre les cartilages de chaque articulation (fig 2 et 3).



Vue antérieure bassin (fig2)

Vue postérieure bassin (fig3)

(Source Bartelby.com)

Il existe de nombreux muscles qui agissent ou s'insèrent sur cette région. On peut essayer de faire 2 groupes: les grands et les petits muscles pour faire simple. Les grands muscles vont s'insérer sur plusieurs endroits et vont être généralement pluri-articulaires, les petits muscles vont être plus court et généralement mono-articulaire. Certains muscles mono-articulaires vont cependant être dans le groupe des grands muscles (obturateurs, glutei) et des pluri-articulaires dans le groupe des petits muscles (transversospinalis).

Les "petits" muscles vont avoir pour rôle de gérer la mobilité au niveau des petits articulations (facettes articulaires). Ce sont ces petits muscles qui lorsqu'ils se spasment fixent une **vertèbre** et créent ainsi une **dysfonction somatique**. Les grand muscles eux vont être responsable de la mobilité général de la **colonne vertébrale**. Par exemple un spasme d'un intertransversarii en L2 et L3 va créer une flexion latérale droite de L2 sur L3. Le quadratus lumborum gauche va se contracter pour contrebalancer la globalité des lombaires vers une flexion latérale gauche.