

RÉSUMÉ

Le masseur-kinésithérapeute est confronté dans sa prise en charge quotidienne à la rééducation de patients lombalgiques. Face à ce problème de santé publique, nous avons voulu mieux comprendre le rôle de la courbure lombaire et particulièrement de son sommet L3.

A partir d'études anatomiques, biomécaniques et par l'étude des chaînes musculaires, nous avons souhaité répondre à cette question : L3 est-elle une vertèbre statique ou une vertèbre dynamique ?

La troisième vertèbre lombaire, socle de la colonne vertébrale, pivot rachidien et carrefour musculaire tient un rôle essentiel dans la posture du corps humain. Peu mobile, c'est autour de ce pivot que s'organise la mobilité du rachis et du pelvis. Nous proposons un bilan ciblé sur L3 dans lequel l'examen morphostatique est prioritaire. Le traitement découlant de ce bilan, consiste toutefois à redonner sa mobilité à L3 en traitant les tensions musculaires et les désordres articulaires. La finalité de notre traitement est de réintégrer L3 au sommet de la lordose et de réharmoniser le rachis dans sa globalité.

L3, vertèbre à visée préférentiellement statique doit donc être intégrée dans toute prise en charge de patients souffrant de lombalgies communes.

Mots-clés : Troisième vertèbre lombaire, posture, lombalgie commune, bilan, traitement, thérapie manuelle, statique rachidienne ;

Keywords : Third lumbar vertebra, low back pain, evaluation, treatment, manual therapy, spinal posture.