

RESUME

Introduction : La hernie discale est une pathologie répandue dans notre société. Le coût qu'elle engendre fait d'elle un véritable problème de santé publique, surtout en cas d'intervention chirurgicale.

Objectif : Présenter la prise en charge kinésithérapique de la hernie discale, avec une actualité sur les méthodes de traitement et leur efficacité.

Méthode : Nous avons recherché des articles datant de moins de 15 ans qui concernent le traitement conservateur des hernies discales. Nous avons étudié les méthodes usuelles. Les recherches ont été effectuées sur Medline, Em-consulte, Pedro, Google Scholar et la Cochrane. La littérature grise a été empruntée à la Bibliothèque Universitaire de Médecine de Nancy ainsi qu'à RééDoc.

Résultat : Parmi les 300 études analysées, nous avons retenu 2 méta-analyses, 6 revues systématiques, 5 essais contrôlés randomisés et 7 études de cohorte.

Conclusion : Aucune méthode, à elle seule, n'a prouvé son efficacité par rapport aux autres pour le traitement conservateur d'une hernie discale. Des études plus rigoureuses avec un effectif plus important sont nécessaires afin de pouvoir déterminer le traitement adapté.

Mots clés : Hernie discale lombaire, traitement kinésithérapique, physiothérapie, DP (direction préférentielle), McKenzie, neurodynamique, mobilisations neuroméningées, manipulations vertébrales, sciatique, fibrose épidurale.

Key words : lumbar disc herniation, physical therapy, physiotherapy, MDT (Mechanic diagnosis treatment), McKenzie, neurodynamic, neural mobilization, SMT (Spinal Manual Therapy), sciatica, epidural fibrosis.