



# Douleurs de dos en cas d'affections dégénératives de la colonne vertébrale

Dr. med. Claus Oberbillig  
Dr. med. J. Mortier  
Dr. med. Tiberius Matcau  
Dr. med. Stephan Müller

Spécialiste en orthopédie, Wiesbaden  
Clinique universitaire orthopédique de Francfort  
Pratique de groupe Kadelburg  
Pratique de groupe orthopédique Gelnhausen

Pour d'autres informations, voir [www.andullation.be](http://www.andullation.be)

European Association for Andullation Therapy (EAAT)  
Avenue Louise 65 Box 11 - 1050 Brussels  
Tel 078/15.50.60 - [info@andullatie.be](mailto:info@andullatie.be)



# Douleurs de dos en cas d'affections dégénératives de la colonne vertébrale. Thérapie par andulation avec le matelas de massage médical de HHP

Les maux de dos représentent le principal motif d'absence au travail dans le monde occidental.

Les causes de l'apparition d'affections dégénératives du dos sont multifactorielles. Tant les facteurs environnementaux (conditions de travail) que les facteurs (génétiques) individuels jouent un rôle.

70 à 80% de la population mondiale souffrent tôt ou tard de maux de dos.

La majorité des maux de dos apparaissent entre 20 et 55 ans.

Environ 20% des travailleurs se retrouvent en incapacité de travail temporaire suite à des maux de dos.

Les conséquences économiques du mal de dos sont catastrophiques. En 2007, les coûts ont été estimés aux États-Unis à 100 milliards

## La thérapie par andulation avec le matelas de massage médical de HHP

Suite à l'utilisation de la thérapie par andulation avec le matelas de massage médical de HHP dans leurs différents traitements, un très grand nombre de patients signalent une atténuation de leurs douleurs, une amélioration de la circulation sanguine et un drainage amélioré du fluide lymphatique excédentaire. Ils éprouvent en outre une sensation de relaxation au niveau des muscles et ressentent une amélioration notable de leur bien-être général.

Lorsque les muscles du dos présentent une circulation sanguine moindre, la structure complète du dos (le haut, le milieu et le bas de la colonne vertébrale) affichera une diminution de la tension musculaire. De même, l'amoncellement de longue durée de produits issus du métabolisme cellulaire fatigue davantage et plus rapidement les muscles du dos. L'élasticité de ces muscles diminue, ainsi que leur force de contraction. Il en résulte un déséquilibre de force musculaire entre les différents muscles dorsaux, susceptible d'occasionner des myogéloses sous la forme de durcissements musculaires perceptibles de manière diffuse et/ou une atténuation de la stabilisation de la colonne vertébrale proprement dite. À plus long terme, cette insuffisance des muscles stabilisateurs du dos se précise et peut être encore accentuée par une

## Protocole d'étude

Pour étudier l'effet de la thérapie par andulation avec le matelas de massage médical de HHP, 99 patients souffrant de maux de dos chroniques (plus de 6 mois) imputés à des affections dégénératives de la colonne vertébrale ont été évalués dans le cadre de cette étude multicentrique.

76 Femmes et 23 hommes ont été étudiés durant une période d'observation de 10 traitements. L'âge moyen s'élevait à 57 ans (33-85 ans) avec le principal groupe d'âge situé entre 44 et 64 ans. Une majorité de 60 patients se sont plaints de maux à hauteur du bas du dos.

17 Patients avaient essentiellement mal à hauteur du milieu de la colonne vertébrale thoracique et 12 patients localisaient leurs douleurs dans la région de la nuque. La grossesse, l'ostéoporose lourde, les tumeurs, une opération chirurgicale programmée et les médicaments opiacés constituaient les critères d'exclusion.

L'évaluation fut effectuée par la mesure de la douleur conformément à l'échelle analogique visuelle (VAS) et via les paramètres du questionnaire SF-36 homologué et normalisé. L'étude se concentra sur l'analyse des activités pendant une journée normale. L'on demanda également aux patients s'ils prenaient des calmants. Cette évaluation fut présentée à chaque patient avant le premier traitement, après 5 et après 10 traitements. L'évaluation se déroula via une analyse de variance (ANOVA) à l'aide du programme SPSS. Compte tenu du nombre trop minime de patients dans les groupes souffrant de douleurs vertébrales thoraciques et de maux de nuque, il ne fut pas possible d'établir une comparaison statique entre les 3 groupes.

73 Des 99 patients ont également été soumis à des traitements tels que la kinésithérapie, l'acupuncture, la thérapie neurale, l'ostéopathie et une combinaison de celles-ci, parallèlement à la thérapie par andulation avec le matelas de massage médical de HHP.

## Résultats

L'influence du massage par andulation sur les activités effectuées pendant une journée normale moyenne a été évaluée à l'aide de paramètres issus du questionnaire SF-36.

L'illustration 1 indique que des efforts lourds tels que faire du jogging, soulever des objets lourds et faire du sport de manière intensive ont pu être fournis beaucoup plus facilement après 5 traitements. Aucune nouvelle amélioration n'a été constatée au-delà de 10 traitements.

### Diminution des maux en cas d'efforts lourds

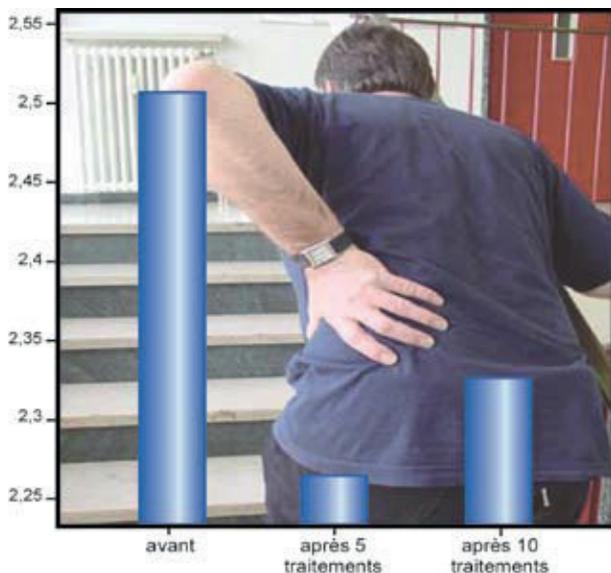


Illustration 1 : Les changements survenus au niveau des maux en cas d'efforts lourds sont mesurés à 3 moments. L'illustration signale une diminution notable de ces maux suite à la répétition régulière du massage andullant.

L'illustration 2 montre qu'une amélioration majeure est également constatée après 10 traitements lors de l'exécution d'activités moins lourdes comme le déplacement d'une table ou le fait de passer l'aspirateur

### Diminution des maux lors de l'exécution de tâches moins lourdes

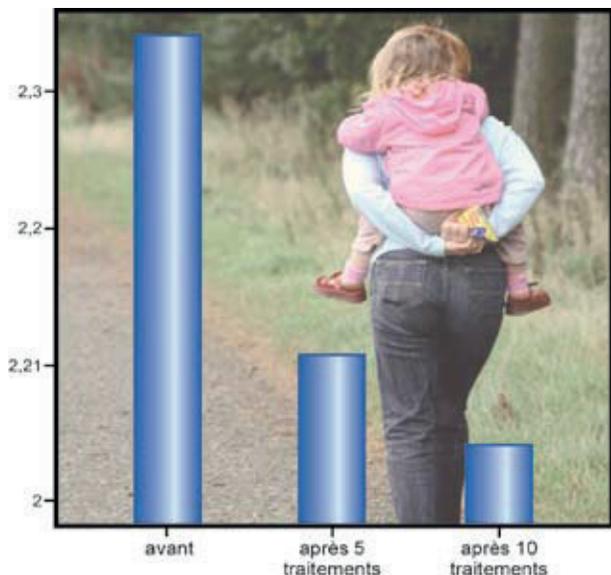


Illustration 2 : Des traitements réguliers à l'aide du système de massage de HHP se traduisent par une diminution sensible des maux lors de l'exécution de tâches moins lourdes.

L'illustration 3 montre qu'une amélioration survient lorsque l'on soulève et porte des sacs de courses

dans le même ordre de grandeur que lorsque l'on porte des charges moins lourdes.

### Diminution des maux lorsque l'on soulève et porte des sacs de courses

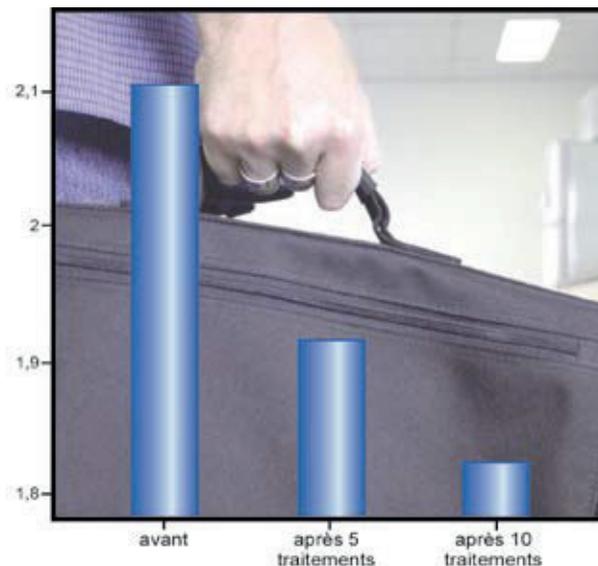


Illustration 3 : Des traitements à l'aide du système de massage de hhp génèrent une diminution sensible des maux lorsque l'on soulève et porte des sacs de courses.

L'illustration 4 indique de quelle manière un massage andullant exerce également une influence positive sur la conservation de la capacité de travail et/ou l'exécution d'activités journalières régulières. Ce sont des paramètres importants en matière d'économie de la santé. Nous constatons ici aussi une amélioration significative.

### Conservation de la capacité de travail

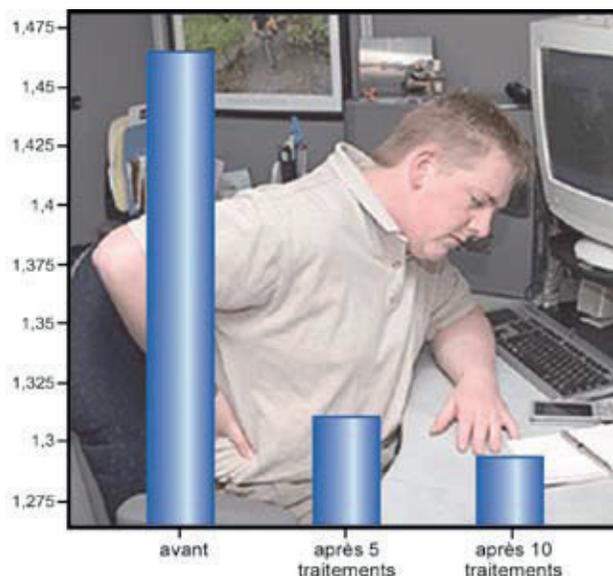
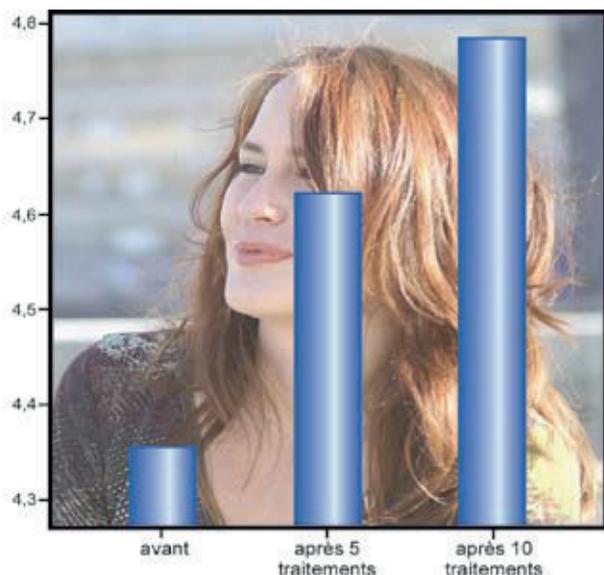


Illustration 4 : Au cours de l'étude, l'on a pu constater une amélioration de la capacité de travail chez les patients étudiés.

**Illustration 5** Des tensions psychiques et des crampes peuvent apparaître en cas d'exécution d'efforts physiques. À l'issue du dernier traitement, il a été plus souvent répondu par l'affirmative à la question: « Cela vous énervait-il de tel façon que plus rien ne pouvait vous réjouir ? »

#### Amélioration de l'humeur



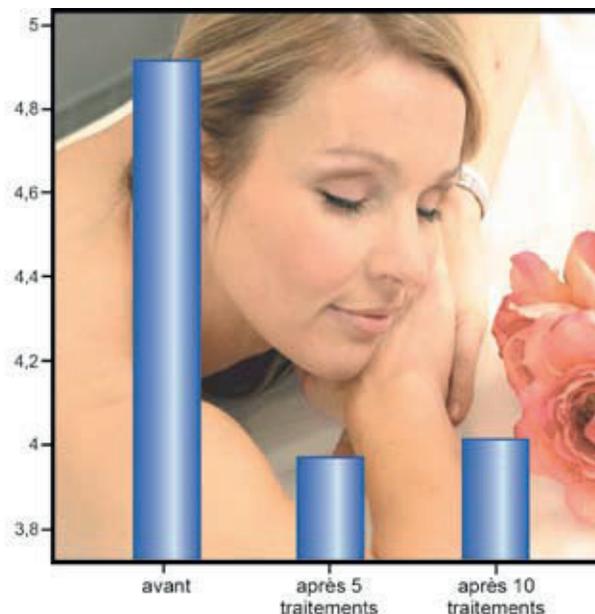
*Illustration 5 : Des traitements réguliers à l'aide du système de massage par andulation de HHP ont permis de constater des améliorations significatives de l'humeur chez les patients étudiés.*

D'autre part, 57,4% des patients ont signalé une amélioration de leur schéma de sommeil. Un sommeil réparateur est primordial pour permettre au corps et à l'esprit de récupérer.

La plupart des crampes musculaires étaient localisées dans le bas du dos. Au total, 46,6% des patients ont ressenti une diminution des crampes à l'issue des traitements.

L'échelle analogique visuelle (VAS) est un instrument de mesure important qui permet au patient de situer sa propre évaluation de la douleur sur une échelle de 0, correspondant à l'absence de douleur, à 10, correspondant à la douleur la plus aiguë. Sur l'illustration 6, une amélioration significative de la sensation de douleur subjective est déjà notée à l'issue des cinq premiers traitements. D'autre part, presque 30% des patients traités ont annoncé une diminution de la prise d'antidouleurs.

#### Diminution de la sensation de douleur



*Illustration 6 : Une diminution nette de la sensation de douleur a déjà pu être constatée à l'issue du 5ème traitement à l'aide du système de massage de HHP.*

#### Récapitulatif et conclusion

L'étude multicentrique est impressionnante. Des améliorations significatives des maux de dos, occasionnés par une affection dégénérative de la colonne vertébrale, sont déjà relevées après 10 traitements de 15 minutes chacun à l'aide du matelas de massage médical de HHP.

La thérapie par andulation permet une diminution sensible des maux de dos et des crampes musculaires dans le bas du dos. De même, une diminution de la prise d'anti-douleurs a été constatée. Une amélioration de l'humeur et une augmentation du bien-être subjectif ont pu être remarquées auprès de la grande majorité des patients traités. Étant donné que 57,4% des personnes testées déclarent également mieux dormir, l'on peut en déduire que les vibrations andullantes permettent au corps et à l'esprit de récupérer.

L'analyse de l'influence du système de massage de HHP sur les activités effectuées pendant une journée normale laisse apparaître de manière flagrante qu'il devient beaucoup moins pénible de fournir des efforts contraignants pour le dos.

L'on peut s'attendre à ce que l'application régulière de la thérapie par andulation conduise à une diminution nette et continue des maux de dos occasionnés par des affections dégénératives de la colonne vertébrale.