

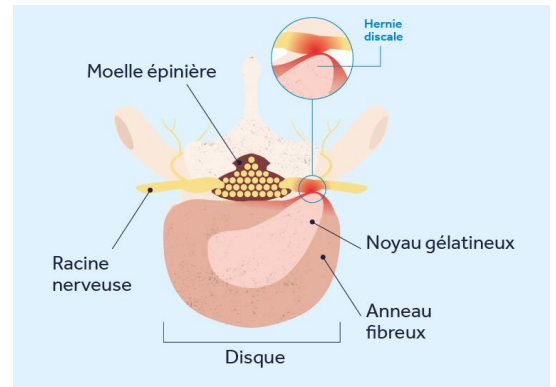
# HERNIE DISCALE LOMBAIRE

Vous allez prochainement être opéré pour une hernie discale lombaire. Sur cette fiche, vous trouverez des éléments d'informations sur votre **pathologie**.

## Rappel d'anatomie :

Une hernie discale fait référence à un **problème au niveau d'un disque** qui se trouve entre les différents os (vertèbres) qui s'empilent pour former la colonne vertébrale (rachis). Un disque vertébral a un centre mou et gélatineux (noyau) entouré d'un extérieur plus dur et caoutchouteux (anneau) jouant le rôle d'amortisseur entre les vertèbres.

Ces coussins caoutchouteux s'usent avec le temps et peuvent parfois se déformer ou sortir de leur enveloppe, ce qui les fragilise.



## Quelles sont les causes ?

La hernie discale est le plus souvent le résultat de **contraintes mécaniques répétées (port de charge, surpoids)** entraînant une usure / vieillissement prématuré des disques intervertébraux. En vieillissant, les disques deviennent moins souples et donc plus susceptibles de se déchirer ou de se rompre. Cependant, il est relativement difficile de déterminer la cause exacte de la hernie discale. Fréquemment, l'utilisation des muscles du dos au lieu des muscles des jambes et des cuisses pour soulever des objets lourds peut entraîner une hernie discale. Il est rare qu'un évènement ponctuel tel qu'une chute ou un coup dans le dos en soit la cause.

## Quels sont les symptômes ?

Pour la plupart des patients, une hernie discale lombaire se traduit par une **douleur du bas du dos avec une projection douloureuse dans une jambe** (exceptionnellement les deux) qui peut être persistante et s'accroître au cours du temps. Une diminution ou une disparition soudaine de la douleur due à une hernie discale peut être le signe d'une aggravation de la compression du nerf et d'une atteinte des fibres sensibles. Une faiblesse dans une jambe ou l'incapacité à marcher sur la pointe des pieds ou sur les talons peut être le signe d'une souffrance des fibres motrices qui innervent la jambe.