



# **SOCIÉTÉ FRANÇAISE DE MÉDECINE MANUELLE ORTHOPÉDIQUE ET OSTÉOPATHIQUE ( S O F M M O O )**

**RECOMMANDATIONS de la SOFMMOO.  
PRÉVENTION du PASSAGE à la CHRONICITÉ des LOMBALGIES COMMUNES.**

Consensus issu de la table ronde multidisciplinaire tenue lors du congrès international de la SOFMMOO d'octobre 2018 à Paris.

*Président d'Honneur*  
**Pr Robert MAIGNE †**

*Président*  
**Dr David CYPEL**

*Vice-Présidents*  
**Dr Giovanni ASERO**  
**Dr Nadine FOUQUES-WEISS**  
**Dr Alain GOURJON**

*Secrétaire Général*  
**Dr Norbert TEISSEIRE**

*Secrétaire Général Adjoint*  
**Dr Olivier DUMAY**

*Trésorier*  
**Dr Marc ROZENBLAT**

*Trésorier adjoint*  
**Dr Marc PEREZ**

*Membre Comité Education FIMM*  
**Dr Norbert TEISSEIRE**

*Délégués à l'International*  
**Dr David CYPEL**  
**Dr Nadine FOUQUES-WEISS**

*Anciens Présidents*  
**Pr Robert MAIGNE †**  
**Dr Bernard ALLIAT**  
**Pr Philippe VAUTRAVERS**  
**Dr Jean-Yves MAIGNE**  
**Dr Jehan LECOCQ**  
**Dr Marie-José TEYSSANDIER †**  
**Dr Norbert TEISSEIRE**  
**Dr Jean-Louis GARCIA**

- 1) Lorsqu'on est amené à consulter un patient souffrant d'une lombalgie de survenue récente, aiguë ou subaiguë, il convient d'en faire le diagnostic étiologique le plus rapidement possible afin d'entreprendre le traitement le plus adapté à sa pathologie.
- 2) En règle générale éviter le repos au lit, sauf en cas de douleur intense, et alors le moins longtemps possible.
- 3) Il faut encourager le patient à maintenir, ou à reprendre précocement, ses activités normales de la vie quotidienne.
- 4) Ne pas interrompre le travail, sauf si la charge physique est supérieure aux activités quotidiennes, et voir alors avec le médecin du travail la possibilité d'une adaptation du poste de travail.
- 5) Dès la douleur contrôlée, reprendre une activité physique et sportive adaptée, et de toutes façons, lutter contre la sédentarité en privilégiant la marche plutôt que la voiture, les escaliers plutôt que l'ascenseur, etc...
- 6) Pratiquer régulièrement une auto-rééducation .
- 7) Ne pas médicaliser le patient à outrance pour ne pas le conforter dans une position de malade incurable (possiblement induite par l'imagerie).
- 8) Prendre en compte les facteurs psychologiques et sociaux.
- 9) En cas d'inaptitude au poste de travail, envisager précocement un reclassement professionnel.
- 10) Travailler en réseau multidisciplinaire : médecin généraliste traitant et autres médecins spécialistes, psychologues et psychiatres si besoin, médecins du travail et d'assurances sociales, masseurs-kinésithérapeutes, services de rééducation, encadrant sportif.

**SOFMMOO, [www.sofmmoo.org](http://www.sofmmoo.org)**  
*Association loi 1901 créée le 28 février 1964*  
*Siège social : GOMED 79 rue de Tocqueville, 75017, PARIS*

**Président** : Dr David CYPEL, 85 route des Vignasses, 06500 MENTON, [cypel.david@gmail.com](mailto:cypel.david@gmail.com)  
**Secrétaire Général** : Dr Norbert TEISSEIRE, 20C rue Dupetit Thouars, 49000, ANGERS, [norbert.teisseire49@orange.fr](mailto:norbert.teisseire49@orange.fr)  
**Trésorier** : Dr Marc ROZENBLAT, 32 ter av du général Leclerc, 77330 OZOIR la FERRIERE [sofmmoo.tresorier@gmail.com](mailto:sofmmoo.tresorier@gmail.com)