

Lexique des Douleurs de Dos

Guide récapitulatif à destination des patients et clients – Cabinet de Massage & Magnétisme

Ce tableau récapitulatif présente les principales affections et pathologies du dos, leur localisation ainsi que leurs caractéristiques majeures.

TERME / PATHOLOGIE	ZONE TOUCHÉE	DESCRIPTION & SYMPTÔMES CLÉS	NIVEAU D'ATTENTION
Arthrose lombaire	Bas du dos (Lombaires)	Usure du cartilage des articulations vertébrales entraînant raideurs matinales et douleurs à l'effort.	Suivi classique
Canal lombaire étroit	Bas du dos & Jambes	Rétrécissement du canal vertébral comprimant les nerfs. Provoque engourdissements et faiblesse à la marche.	Avis médical requis
Cervicalgie	Cou & Rachis cervical	Douleurs et raideurs au niveau du cou, souvent causées par de mauvaises postures, le stress ou l'arthrose.	Suivi classique
Dorsalgie	Milieu du dos (Thoracique)	Tensions localisées entre les omoplates ou la taille. Fréquemment liées aux postures assises et au stress.	Suivi classique
Hernie discale	Disques vertébraux (Lombaires/Cou)	Saillie d'un disque intervertébral comprimant une racine nerveuse. Source majeure de sciatiques et cruralgies.	Imagerie & Suivi requis
Lombalgie	Bas du dos (Lombaire)	Douleur très fréquente dans le bas du dos. Peut être aiguë (lumbago) ou évoluer en gêne chronique.	Suivi classique
Lumbago	Bas du dos	Contracture musculaire intense et soudaine (« tour de rein ») suite à un faux mouvement ou une charge lourde.	Repos & Soins
Néuralgie Cervico-Brachiale	Cou, Épaule, Bras, Main	« Sciatique du bras ». Irritation d'un nerf cervical irradiant la douleur le long du membre supérieur.	Avis médical recommandé
Néuralgie d'Arnold	Haut du cou & Crâne	Irritation du nerf occipital provoquant des douleurs lancinantes partant du cou et remontant vers la tête.	Avis médical recommandé
Sciatique			Avis médical recommandé

TERME / PATHOLOGIE	ZONE TOUCHÉE	DESCRIPTION & SYMPTÔMES CLÉS	NIVEAU D'ATTENTION
	Bas du dos, Fesse, Jambe, Pied	Compression ou inflammation du nerf sciatique. Douleur irradiante le long de la jambe, parfois jusqu'au pied.	
Syndrome du Piriforme	Fesse & Cuisse	Pincement du nerf sciatique par le muscle piriforme au niveau fessier. Imite la sciatique d'origine lombaire.	Massage très efficace
Spondylolisthesis	Lombaires	Glissement d'une vertèbre vers l'avant sur une autre, pouvant provoquer une instabilité ou pincer des nerfs.	Suivi médical requis
Syndrome Queue de Cheval	Bas du dos & Membres inférieurs	Compression grave des nerfs basaux. Entraîne perte de sensibilité, faiblesse des jambes et troubles sphinctériens.	URGENCE MÉDICALE

Note importante : Ce lexique est fourni à titre informatif. En cas de douleur persistante, aiguë ou accompagnée de perte de sensibilité, consultez impérativement un professionnel de santé (médecin, rhumatologue) pour poser un diagnostic officiel.