

Qu'est-ce qu'un disque intervertébral ?

Notre colonne vertébrale est faite d'un empilement de vertèbres. Toutes nos vertèbres sont séparées entre elles par un disque intervertébral. Celui-ci est fait d'une partie centrale, le noyau pulpeux et d'une partie périphérique, l'anneau fibreux. Le disque intervertébral a comme fonction de guider le mouvement entre deux vertèbres et d'amortir les chocs dus à la gravité (marche, saut, etc.). Avec les années le disque se déshydrate (c'est à dire qu'il s'assèche) et devient moins élastique. Le mouvement entre les vertèbres est moins bien guidé. Ce mauvais fonctionnement peut entraîner des douleurs en rapport avec la sollicitation anormale des petites articulations intervertébrales. Le disque lui-même peut aussi devenir sensible à mesure qu'il vieillit. Ces phénomènes de vieillissement du disque débutent plus ou moins tôt et sont irréversibles.



fig.1 : hernie discale L5-S1

Qu'est-ce qu'une hernie discale ?

Lors d'une hernie discale du tissu du disque intervertébral se retrouve dans le canal rachidien. Ceci n'est possible que parce que le disque intervertébral est abîmé et déficient et que l'anneau fibreux n'est plus intact. La hernie peut appuyer sur les structures nerveuses, soit le sac dural ou les racines nerveuses.

Quand faut-il opérer une hernie discale lombaire ?

- **en cas de perte de contrôle des sphincters ou de perte de sensibilité des parties génitales ou anales (URGENCE ABSOLUE)**
- **en cas de perte de force importante au niveau du membre inférieur**
- **en cas de douleur incontrôlable par les autres moyens (kiné, ostéopathie, péridurales etc.)**

Comment se déroule une intervention pour hernie discale ?

Le but de l'intervention est d'enlever la hernie et de nettoyer le disque pour éviter une récurrence plus tard. Pour arriver à la hernie le chirurgien incisera la peau à la bonne hauteur. Il devra écarter la musculature de la colonne vertébrale. Il arrivera alors sur les vertèbres et enlevant un ligament entre les vertèbres

pourra arriver dans le canal rachidien. En écartant avec prudence le sac dural et la racine nerveuse le chirurgien aura accès à la hernie et pourra alors la retirer. La plaie est fermée, souvent le chirurgien y laissera un tuyau de drainage (redon) pendant 24 à 48 heures pour éviter la formation d'un hématome en profondeur.

Que cela signifie-t-il pour vous ?

Lors de votre admission l'infirmière du service vous indiquera comment vous préparer. Habituellement vous garderez le repos au lit le jour et le lendemain. Pendant ce temps-là vous aurez encore une perfusion par laquelle on vous donnera des anti-douleurs si nécessaire.

Le surlendemain on pourra le plus souvent enlever le drain et vous pourrez vous lever sous la surveillance d'un kiné. Votre retour à domicile se fera au 2^e ou 3^e jour postopératoire, en fonction de votre autonomie. Vous pourrez alors poursuivre la kinésithérapie à l'extérieur. Un rendez-vous de consultation vous sera donné auprès de votre chirurgien.

A quoi devez-vous penser avant et après votre hospitalisation ?

- **avant** : si vous vivez seul(e) pensez à informer vos proches et/ou voisins de votre absence (relève de boîte-aux-lettres ; chauffage ; etc.). Informez votre employeur à l'avance. La longueur de la période d'absence pour incapacité dépendra de vos progrès pendant la période de revalidation mais aussi beaucoup de la nature de votre travail. Pour un travail physique compter 1 à 2 mois de congé maladie. Vous pouvez en revanche être opérationnel(le) pour un travail de bureau à partir de votre domicile dès la fin de la deuxième semaine postopératoire.

- **après** : il est fortement conseillé de suivre un traitement par kinésithérapie pendant plusieurs semaines, si possible au cabinet. Vous pouvez progressivement reprendre vos activités en fonction de vos douleurs. Evitez la position assise prolongée durant le premier mois après l'intervention. N'hésitez pas à demander conseil à votre kiné et chirurgien.

Quand devez-vous vous rendre aux urgences ?

En cas de fièvre, frissons, forts maux de tête.

en cas de perte de force importante au niveau du membre inférieur

en cas de perte des contrôle sphinctériens ou de perte de sensibilité des parties

génitales ou anales (URGENCE ABSOLUE)

en cas de douleur incontrôlable

Contact :

Hopitaux Iris Sud, site Ixelles

63, rue Jean Paquot

1050 Bruxelles

02/641.41.11 (centrale)

02/641.47.50 (consultation)

02/641.47.71 (secrétariat orthopédie)

Schéma de l'hôpital

cachet du chirurgien

La hernie discale lombaire

Vademecum
à l'usage de nos patients