

Les sciatiques et leur traitement.

Sur le plan anatomique, les douleurs sciatiques (ou sciatalgies) correspondent à une compression de la racine antérieure, motrice, du nerf sciatique. Les douleurs sont généralement typiques et le plus souvent isolées.

La plupart des sciatalgies du sportif sont bénignes et ne justifient que le repos, accompagné d'un simple traitement antalgique et anti-inflammatoire. Plus de la moitié des sciatiques guérissent spontanément, en une moyenne de 4 à 5 mois.

Dans certains cas cependant, les lésions importantes avec rupture du disque intervertébral ou les hernies discales provoquant des douleurs durables peuvent contraindre à un geste chirurgical. L'examen principal est le scanner, qui mesure très exactement l'étendue des dégâts.

Le traitement médical

Le symptôme douleur est en première ligne : les antalgiques sont efficaces, qu'il s'agisse des anti-inflammatoires et décontractants ou des antalgiques de classe III (morphine et dérivés de l'opium).

Les infiltrations de corticoïdes sont un appoint fréquemment concluant, tout comme les techniques mécaniques, utilisées conjointement. Contention lombaire, vertébrothérapie et tractions sont efficaces dans près de 70 % des cas.

L'ancien dogme du repos absolu est actuellement discuté par les spécialistes. Il semble acquis qu'une certaine liberté de mouvement, avec reprise très prudente des activités, ne change pas le pronostic de la sciatique.

La chirurgie

Ce n'est qu'en cas d'échec du traitement médical et d'aggravation des symptômes qu'un geste chirurgical sera envisagé. La traction est en effet inutile pour les hernies de la région lombaire.

L'objectif est de soulager rapidement la compression de la racine nerveuse. Pour cela, on peut soit :

- Détruire le noyau hernié par une substance chimique. C'est la nucléolyse à la chymopapaine. Ses indications doivent être soigneusement pesées. La technique est sûre avec 75 % de bons résultats et entraîne la guérison en quelques semaines.
- Extraire chirurgicalement le fragment de disque faisant hernie. C'est la méthode qui donne les meilleurs résultats : près de 100 %. Elle réclame une technicité parfaite ;
- Eliminer le fragment de disque gênant par voie percutanée. La méthode a connu son embellie au début des années 90. Ses résultats sont comparables à ceux de la nucléolyse.

Les indications des différentes techniques seront pesées et clairement exposées au patient.



© Burger / Phanle

Les cas extrêmes

Lorsque la sciatique s'accompagne ou est prolongée par des signes de paralysie des membres inférieurs, l'urgence est avant tout chirurgicale. Seule la chirurgie peut guérir ces formes-là de sciatique.

Les suites du traitement de la sciatique

La rééducation post-opératoire sera un temps essentiel de la guérison. Elle doit être progressive et suffisamment prolongée.

La reprise des activités physiques est possible, de manière sélective, grâce à des activités comme la natation. Elle doit être elle aussi très progressive et faite sous contrôle médical strict jusqu'à consolidation complète.

Dans tous les cas, la patience s'impose : c'est seulement au bout de quelques mois que la guérison d'une sciatique par hernie discale peut être affirmée.

Dr Alain Dubos