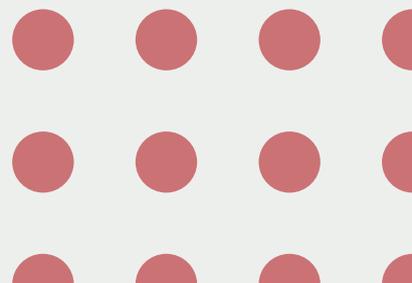


OBJECTIF SCOLIOSE

Pr Raphaël VIALLE & Dr Raphaël PIETTON
en collaboration avec le **GROUPE LAGARRIGUE**





SOMMAIRE

- 1 Introduction
- 2 Comment évolue une scoliose ?
- 3 Pourquoi doit-on mettre un corset ?
- 4 À quel moment faut-il porter un corset ?
- 5 Quand dois-je porter mon corset ?
- 6 Les secrets d'un corset réussi
- 7 Comment bien débiter son traitement ?
- 8 Tu peux tout faire avec ton corset
- 9 Les radios
- 10 Et si je craque ?
- 11 En résumé
- 12 Le Jour J est enfin arrivé !

La scoliose de l'enfant et de l'adolescent est une **déformation de la colonne vertébrale**, apparaissant lors de la croissance. Elle peut être liée à **un trouble de croissance isolé**, sans qu'aucune autre maladie ne soit responsable de la déformation. On parle dans ce cas de « **scoliose idiopathique** ». C'est le motif le plus fréquent de mise en place d'un corset orthopédique chez l'enfant et chez l'adolescent.

Dans d'autres cas, la scoliose peut être associée à une maladie particulière où à d'autres anomalies.

INTRODUCTION

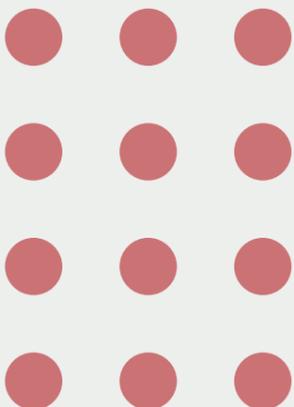
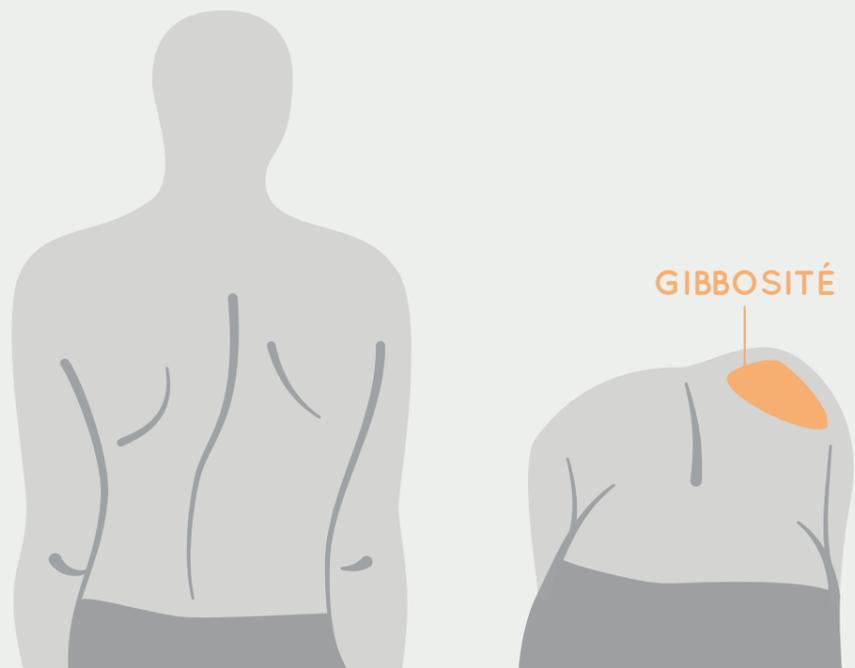
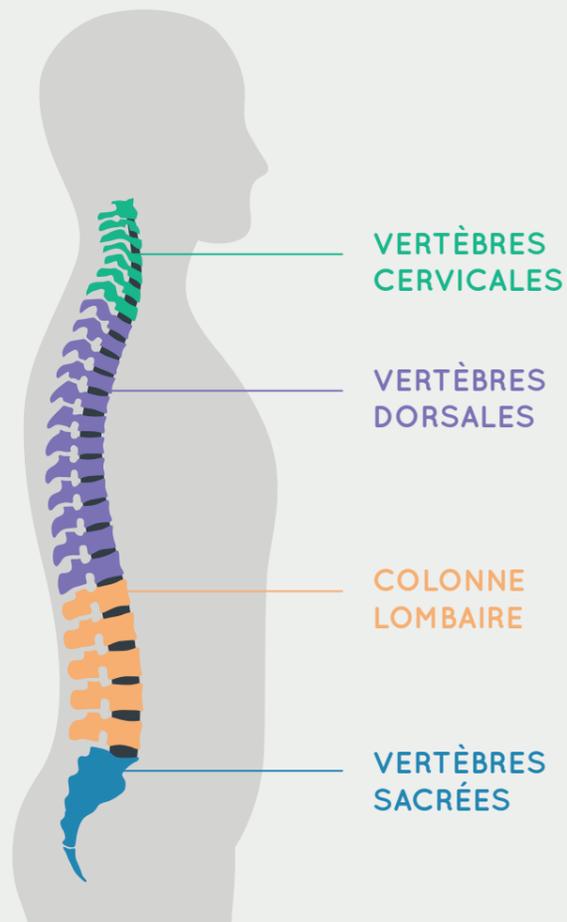


La « **scoliose idiopathique** », qui n'est liée à aucune autre maladie, concerne environ **75% des patients**. Dans certaines maladies, notamment neurologiques, ou en cas de malformations vertébrales par exemple, une scoliose peut également survenir.

La déformation de la colonne vertébrale comporte **une inclinaison et une rotation anormale des vertèbres**.

Cette déformation est visible sous la forme d'une « **gibbosité** » qui est une **bosse visible au niveau des côtes** lorsque le patient se penche en avant (voir schéma ci-dessous). Lorsque la déformation est importante, elle peut également être responsable d'une asymétrie au niveau de la taille et des épaules, ce qui peut entraîner une gêne esthétique.

Beaucoup de scolioses « idiopathiques » ont un caractère familial. Cela signifie qu'elles sont **transmises génétiquement** au sein de la famille (*au moins en partie*). Il est donc important de **faire un dépistage clinique** des enfants et adolescents de la famille lorsqu'une scoliose est découverte.



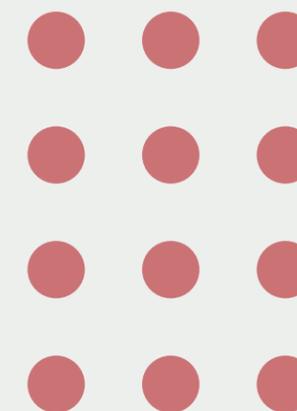
COMMENT ÉVOLUE UNE SCOLIOSE ?



Beaucoup de scolioses sont des **déformations minimales ou modérées** qui vont rester stables au cours de la croissance. Seul environ **un quart des scolioses vont être évolutives** durant la croissance et cela particulièrement **au moment de la puberté** où la croissance est plus rapide.

Plus la scoliose aura un angle important avant l'adolescence, plus le risque d'aggravation est important.

1/4 DES SCOLIOSES VONT ÊTRE ÉVOLUTIVES AU COURS DE LA CROISSANCE



Une scoliose qui voit son angle **s'accroître de plus de 5 degrés** en période de croissance est dite **évolutive**. Son potentiel d'aggravation reste alors le même jusqu'à la fin de la croissance.

Il est donc important de **la traiter efficacement** le plus souvent au moyen d'un **corset orthopédique**.

POURQUOI DOIT-ON METTRE UN CORSET ?



Une scoliose, même importante, est souvent très bien tolérée chez l'enfant et l'adolescent. La colonne vertébrale, même déformée, reste souple et sans arthrose (*usure accélérée des articulations*). Avec le temps et le vieillissement naturel du corps, **des complications peuvent apparaître à l'âge adulte**. Il y a parfois même un risque vital dans les déformations les plus sévères du thorax .

Cette évolution souvent mal vécue à l'âge adulte justifie que l'on fasse **le maximum pour limiter la progression de la déformation** au cours de l'enfance et l'adolescence. Ainsi, le port d'un corset est **une décision importante**, prise au cas par cas.

Chez l'adolescent, **les douleurs sont rares** et le plus souvent liées à une musculature insuffisante mais en aucun cas à une dégradation des disques intervertébraux ou des surfaces articulaires, comme on peut le retrouver chez l'adulte.

Les performances de la cage thoracique et la fonction respiratoire sont de bonne qualité chez l'enfant et l'adolescent. Dans les cas de **scolioses thoraciques** importantes, celles-ci vont progressivement se réduire et finir par poser problème à partir de la quarantaine, avec une sensation de gêne respiratoire et une diminution de l'endurance à l'effort.

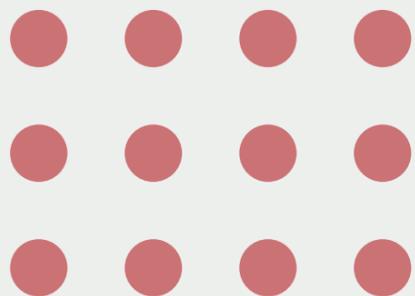


La décision de traiter par corset une scoliose qui progresse durant la période de croissance repose donc sur un ensemble d'éléments.

Certes, tu auras une gêne transitoire liée au port de ton corset, mais cela diminuera les risques pour ta santé à l'âge adulte.

D'une façon générale, **une scoliose évolutive en période de croissance doit être traitée par un corset orthopédique**. Ce traitement permet de **stabiliser l'angulation de la scoliose** durant la période où la croissance du tronc est forte, le plus souvent à l'adolescence. Dans certains cas, l'angulation de la scoliose peut même diminuer et ensuite rester stable. Une fois la période de croissance terminée, le risque d'aggravation est considéré comme minime et le corset peut être retiré.

Le but du traitement orthopédique est **de stabiliser la déformation avec l'angle le plus réduit possible**. Ceci pour éviter les complications à moyen et long terme d'une scoliose importante, et le recours à une intervention chirurgicale de correction.



À QUEL MOMENT FAUT-IL PORTER UN CORSET ?

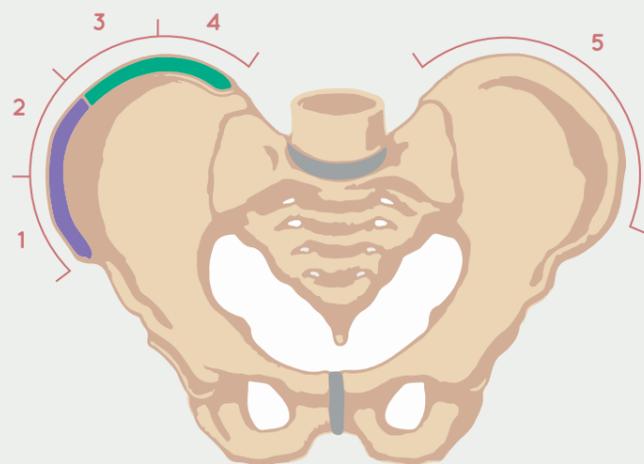


Le **risque d'aggravation** de la scoliose est maximum au moment de la croissance. C'est pour cela qu'il est très important de pouvoir évaluer quel est le **potentiel de croissance du tronc** pour décider ou non de mettre en place un corset.

C'est grâce aux radiographies que ton médecin va pouvoir évaluer la croissance de tes os (*test de Risser*).

Au début de la puberté, avant l'arrivée des premières règles chez la fille (Risser 0), la **vitesse de croissance est maximale**. Si la scoliose a tendance à s'aggraver, la **mise en place d'un corset est indispensable**.

En revanche, si l'ossification du bassin est presque terminée (Risser 3 ou 4), la croissance au niveau de la colonne vertébrale est très réduite. Le risque d'aggravation de la déformation est alors pratiquement nul.



QUAND DOIS-JE PORTER MON CORSET ?

De très nombreux types de corsets ont été inventés pour traiter les scolioses. **À chaque type de corset correspond un cas bien particulier** et ton médecin choisit le corset **le plus adapté à ta déformation** mais également au risque plus ou moins grand que ta scoliose a de s'aggraver.

Ainsi il est parfois nécessaire de porter le corset «à plein temps» c'est à dire **le jour ET la nuit**. Dans certains cas, il est possible que le corset soit porté seulement à «mi-temps» c'est à dire le soir et la nuit seulement.

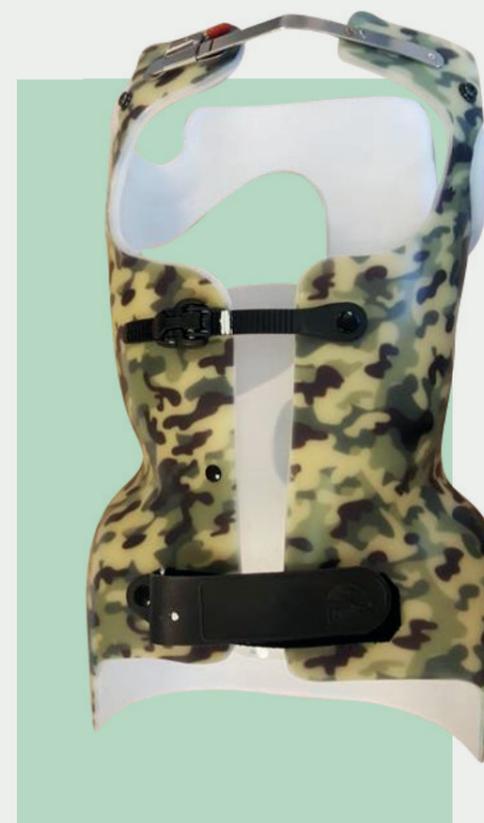
LE CORSET «PLEIN TEMPS»

Ce corset est très efficace si tu as **une scoliose «double»** c'est à dire 2 courbures importantes qui s'aggravent rapidement.

Le **principe du corset est d'appuyer directement sur les zones déformées de ton dos pour les redresser**. Ainsi, plus tu mettras le corset, plus celui-ci sera efficace.

Ce corset peut être difficile à mettre, surtout à **certains moments** de l'année lorsqu'il fait chaud. Il faudra également le porter à l'école ou au collège. En revanche, tu as le droit de **le retirer quatre heures chaque jour** pour que ton dos puisse bouger quand même un peu. **Profites-en pour faire des activités que tu aimes**.

Si tu pratiques un sport, il faudra également le retirer. Cela te permettra d'avoir **des heures de liberté en plus** ! Les heures d'activités sportives ne comptent pas dans tes 4 heures de liberté quotidienne. En revanche, dès l'activité sportive terminée, il faudra **le remettre très sérieusement**.



LE CORSET «MI TEMPS»

Si ta scoliose a **une seule courbure qui progresse**, ou si son angle est encore modéré, tu devras peut-être porter ce drôle de corset qui incline ton dos sur le côté et que l'on ne porte **que le soir et la nuit**.

La position du dos est vraiment bizarre et complètement inclinée, mais c'est pour cela que **ce corset est très efficace**. Il peut être porté seulement 10 heures chaque jour. **Ainsi tu n'auras pas à le porter à l'école ou au collège**.

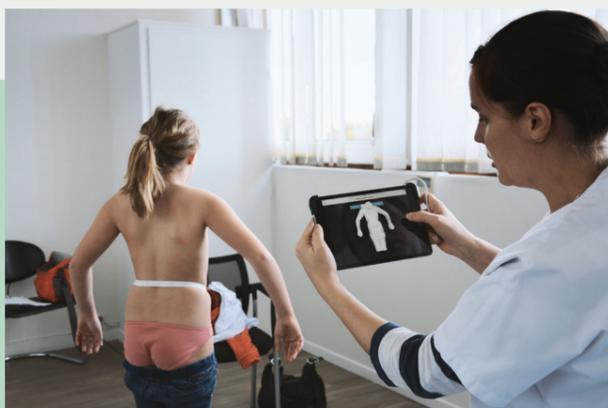
Par contre, il faudra vraiment être très sérieux et **ne jamais l'oublier**, même si tu dors loin de chez toi. En effet, si tu l'oublies ne serait-ce qu'une nuit, **tu pourrais avoir ensuite du mal à te réhabituer** à le porter. Ta scoliose pourrait en profiter pour progresser. Essaie de le mettre chaque soir à la même heure et de le porter chaque nuit le même nombre d'heures.

LES SECRETS D'UN CORSET RÉUSSI

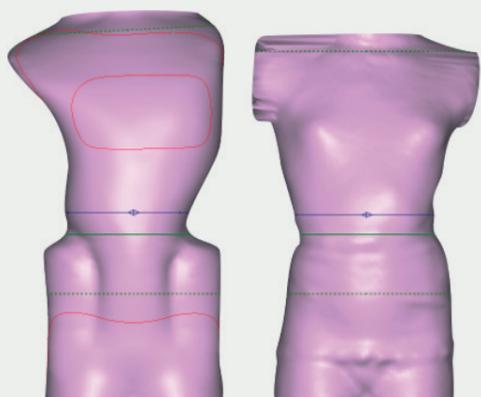


Un corset orthopédique est un appareillage médical très complexe et très précis. **Il est fait sur-mesure, rien que pour toi.** C'est donc une «œuvre unique» qui est **parfaitement adapté à ton corps** et à ta scoliose pour **la corriger le mieux possible.**

La première étape de fabrication de ton corset est la prise des mesures. L'appareilleur va **mesurer ton dos** avec un système spécial, le plus souvent une caméra hyper perfectionnée. Ensuite, il va **analyser ses mesures et celles de ta radio** pour voir quelle forme de corset sera **la mieux adaptée pour toi.**



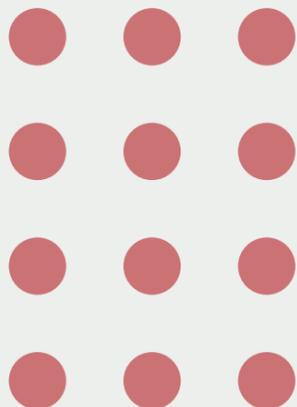
Ton corset est réalisé à l'aide d'une machine qui va fabriquer **une réplique de ton dos**, grandeur nature, sur laquelle l'appareilleur va venir le façonner. Il va ensuite faire beaucoup de modifications très **précises et délicates** pour que ton corset soit vraiment **le plus efficace possible.**



Au bout de quelques jours, ton corset est prêt pour que tu puisses l'essayer. Il y a encore une étape importante qui va consister à **t'expliquer comment le mettre** et le serrer. Il y aura sans doute quelques «retouches» car certains petits endroits ne sont pas tout à fait parfaits. Une fois l'étape de l'essayage effectuée, **tu as un corset super efficace** ! Il ne reste plus qu'à le porter, mais pour cela **c'est à toi de jouer** !

POUR BIEN VIVRE TON CORSET AU QUOTIDIEN, IL FAUT SUIVRE QUELQUES CONSEILS TRÈS UTILES :

- **Être régulier et porter le corset tout le temps de la même façon.** Si tu as un corset à plein temps, essaie de garder chaque jour les mêmes horaires et de le serrer toujours de la même façon. Ainsi **ton corps prendra rapidement l'habitude** et tu seras moins gêné.
- **Garder ton corset un peu plus longtemps,** en cas de grasse matinée, si tu t'es couché tard la veille.
- **Ne pas rater une ou plusieurs nuits d'affilée,** car dans ce cas tu aurais du mal à te remettre les nuits suivantes. En colo ou les week-ends où tu ne dors pas chez toi, emmènes ton corset avec toi !
- **Être soigneux avec ton corset.** S'il est abîmé ou sale, il sera moins confortable à porter.
- **Toujours mettre un tee-shirt propre et sec** en dessous et faire attention aux plis du tee-shirt sur les zones où le corset est le plus serré. Si tu vois que les mousses d'appui ou les systèmes de fixation commencent à se décoller ou à s'abîmer il faut rapidement les faire réparer par l'orthoprothésiste. **En effet, un corset en mauvais état pourrait être moins efficace et surtout pourrait te blesser.**



COMMENT BIEN DÉBUTER SON TRAITEMENT ?



Dans quelques jours tu vas commencer à porter ton corset... Voici quelques conseils utiles pour bien commencer ton traitement.

Ton corset est fait «**sur-mesure**» c'est-à-dire qu'il est **parfaitement adapté à ton corps**. Cependant, comme il doit corriger la déformation de ton dos, il va **appuyer à certains endroits** bien particuliers qui sont déformés et bien entendu cela n'est pas du tout agréable au début. Il faut donc **débuter doucement** et ne pas trop le serrer les premiers jours. L'orthoprothésiste et ton médecin te donneront les conseils nécessaires pour bien le mettre et surtout les repères pour **un serrage progressif**.



Si tu as mal par moments lorsque tu portes ton corset, desserre-le un peu pour que **ton corps s'habitue**. Si la douleur est vraiment gênante et qu'elle ne passe pas au bout de quelques jours, parles-en à tes parents car **ce n'est pas normal**.

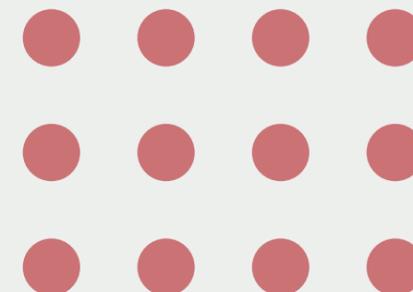
Parfois même il peut se former une petite bosse à l'endroit qui appuie le plus : c'est une «**bursite**». **Ce n'est pas grave**, mais cela nécessite de modifier un peu ton corset pour **le rendre plus confortable**. Dans ce cas rien de plus simple, **prend rendez-vous avec ton orthoprothésiste** pour qu'il pratique une modification du corset à l'endroit où cela te gêne.

Pour éviter que ta peau ne frotte sur ton corset, **tu dois porter un tee-shirt en-dessous**, cela sera plus confortable.

L'orthoprothésiste te donnera des tee-shirts spéciaux pour débuter. Si tu préfères, il est **possible de mettre tes propres tee-shirts**. Attention à ne pas prendre des tee-shirts trop épais, et veille à ce qu'ils soient bien moulants. Attention également aux plis du tee-shirt sous ton corset, cela peut être très désagréable ! Il faut bien tirer le tee-shirt vers le bas avant de fermer ton corset. **Au début c'est toujours un peu compliqué, mais rapidement tu auras l'habitude, et ce sera l'affaire de quelques secondes pour l'enlever ou le mettre.**

Après le repas, ton ventre gonfle donc pense bien à desserrer un peu ton corset pour **faciliter la digestion et éviter d'être gêné**. Les premières semaines, essaie de manger lentement et limite les féculents (pâtes, riz...) et les boissons gazeuses. Ainsi ton ventre sera moins gonflé et tu seras moins gêné.

Si tu te réveilles la nuit, tu peux bien sur desserrer ton corset si tu n'es pas à l'aise et que tu n'arrives plus à te rendormir. **Tu peux dormir dans la position que tu souhaites**, même sur le ventre. Au début, il peut être difficile de trouver la position la plus confortable pour dormir avec ton corset. Même si tu te réveilles beaucoup les premières nuits, **essaie de garder le corset sur toi**. Tu t'habitueras plus vite que tu ne le penses, et en quelques jours tu dormiras à nouveau sans trop de problème.



CONSEILLÉ

- porter un t-shirt fin sous ton corset
- bien tirer le t-shirt jusqu'en bas
- desserrer ton corset lors des repas
- manger lentement
- desserrer ton corset la nuit si besoin

POUR SIMPLIFIER



DECONSEILLÉ

- éviter les plis
- limiter les féculents
- éviter les boissons gazeuses
- éviter de retirer ton corset la nuit

TU PEUX TOUT FAIRE AVEC TON CORSET

Même si tu dois porter ton corset durant la journée, **tu peux continuer à pratiquer toutes les activités que tu faisais auparavant**. C'est même conseillé par les médecins ! Ainsi toutes les activités sportives peuvent être continuées et même augmentées si tu le souhaites.

Aucun sport n'est mauvais pour le dos. Contrairement à ce que tu pourrais penser, la natation n'est pas mieux que les autres sports. Tu peux donc pratiquer le sport que tu souhaites, y compris en compétition.

Si tu portes un corset la journée, il faudra l'enlever avant de commencer ton sport et bien entendu le remettre après. Demande à ton club si cela est nécessaire, un endroit pour ranger ton corset pendant les entraînements.

À l'école, aucune dispense : là aussi le sport est important ! Tu peux l'enlever pendant ton cours d'éducation physique mais surtout pense bien à le remettre dès que le cours est terminé.

Le corset est un traitement très efficace pour empêcher ta scoliose de s'aggraver. Cependant, il est tout aussi important de conserver de bons muscles pour que ton dos puisse continuer de bouger sans problème. **Le sport est donc indispensable à te maintenir en forme.**



LES RADIOS

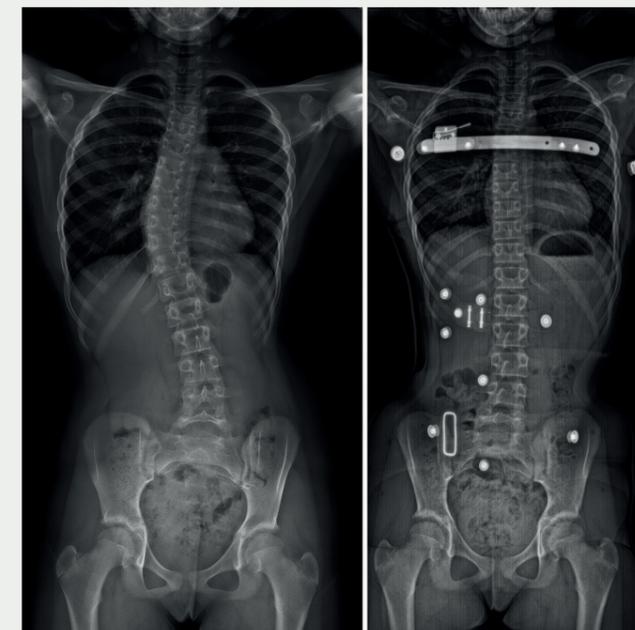
La surveillance de ta scoliose comporte à chaque consultation un examen de ton dos et très souvent un examen radiologique. **Ces radiographies permettent de voir si ta scoliose est stable ou si elle s'aggrave.** Elles permettent également d'évaluer si ta croissance continue et jusqu'à quand.

En fonction de courbe de ta croissance, ton médecin te dira s'il faut continuer à porter ton corset ou si tu peux arrêter. Il s'agit donc d'**un renseignement très important** !

La radiographie sert aussi à l'appareilleur pour réaliser ton corset. Il va tenir compte de chaque détail de ta radio pour te faire le corset **le plus efficace possible.**

Environ **un mois après la mise en place du corset**, quand tu auras bien l'habitude de le porter et que tu le serreras bien, ton médecin pourra te demander de faire une radiographie avec le corset. Cette radiographie est importante car elle permet de **vérifier que ton corset corrige bien ta scoliose au maximum** quand tu le portes. Si jamais ce n'est pas le cas, l'appareilleur pourra sûrement faire modifier ton corset pour qu'il soit **plus efficace.**

En regardant bien les deux radiographies côte à côte sans corset et avec corset, tu te rendras compte du résultat de tous tes efforts. **Donc maintenant à toi de jouer et de rester motivé !**



Au début ce n'était pas forcément ton meilleur ami, mais progressivement tu vas te dire que **c'est important de le mettre très sérieusement** pour ensuite avoir **un dos parfait pour toute la vie.**

C'est comme un appareil dentaire, il y a souvent des contraintes mais **le résultat en vaut le coup !**

ET SI JE CRAQUE ?



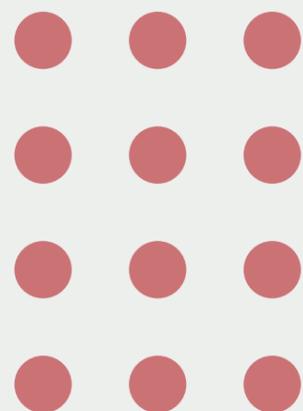
Le plus souvent, le traitement par corset orthopédique est **un traitement long** qui dure au moins 2 ans... mais parfois plus chez les enfants qui ont une scoliose qui s'aggrave avant l'adolescence.

Il est donc normal que la situation soit difficile par moment et qu'il puisse y avoir des **moments de doute et de démotivation** !

Parfois le corset est douloureux à porter mais il s'agit souvent d'un **problème de réglage** et de retouche de l'appareillage.

La discussion entre l'enfant, l'adolescent, les parents, l'appareilleur et le médecin doit être **transparente et bienveillante** à tous les stades du traitement.

En effet, la coopération du patient est fondamentale dans la réussite du traitement. Cela implique bien entendu de donner toutes **les explications et tous les encouragements** nécessaires.



Dans ce cas, prend **rendez-vous avec ton orthoprothésiste** sans délai, afin de **régler le problème** et éviter de ne pas porter ton corset.

Parfois il s'agit d'une démotivation plus globale. Dans ce cas, il est également important de consulter rapidement pour **comprendre ce qui ne va pas**. Afin d'éventuellement, adapter le traitement par corset (*contraintes et objectifs*).



Le corset que je mets actuellement est-il toujours adapté ?

Le rythme de port du corset peut être modifié ou adapté pour le rendre plus acceptable ?

Combien de temps dois-je encore porter ce corset pour atteindre un bon résultat ?

Si j'arrête mon corset des maintenant, vais-je devoir être opéré ?



EN RÉSUMÉ



Lorsque le corset est correctement réalisé et bien porté, **le suivi est effectué tous les 4 à 6 mois.**

Les activités sportives doivent être poursuivies et encouragées afin de **maintenir au maximum la qualité musculaire** durant la période du traitement.

La rééducation classique (*kinésithérapie*) ou les techniques d'ostéopathie ou de chiropraxie n'ont pas d'efficacité démontrée dans la prévention de l'aggravation des scolioses évolutives. **Seul le corset permet de stabiliser l'angle, voire de le faire régresser.** Ainsi, chez un enfant ou un adolescent en période de croissance, traité par corset orthopédique pour une scoliose progressive, **il n'est pas recommandé de pratiquer systématiquement de la rééducation.** Ceci est d'autant plus le cas si l'enfant ou l'adolescent pratique régulièrement une activité physique, qui est préférable à de la kinésithérapie.

Les consultations de suivi comportent l'examen physique du dos (*afin de vérifier la stabilité ou la régression des gibbosités*) et la réalisation de radiographies. Le corset est également vérifié et éventuellement ajusté.

Au bout d'un an, si le traitement doit être poursuivi, il est souvent nécessaire de refaire un nouveau corset adapté à la taille de l'enfant ou de l'adolescent qui a grandi. **La mise en place du nouveau corset est souvent moins difficile.**

Ce protocole de suivi doit être mené jusqu'en fin de croissance (*Risser 3 ou 4*) ce qui correspond bien souvent à 12 ou 18 mois après les premières règles chez la fille. **En effet, tant que la maturité osseuse n'est pas suffisante, le risque de reprise évolutive de la scoliose est réel si le corset devait être arrêté trop prématurément.**



LE SUIVI DE TON TRAITEMENT tous les 4 à 6 mois



CONSULTATIONS DE SUIVI vérification et ajustement du corset examen physique du dos radiographies

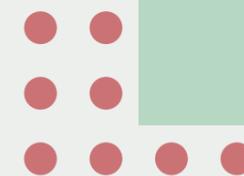


DURÉE DU TRAITEMENT jusqu'en fin de croissance



ACTIVITÉS SPORTIVES continuer de pratiquer aide à maintenir la qualité musculaire

LE JOUR J EST ENFIN ARRIVÉ !



Le jour tant attendu est enfin arrivé. La croissance de ton dos est presque terminée. Le stade de Risser est presque à 4 et ton médecin te l'avait sans doute promis, **le corset va pouvoir être arrêté.** Souvent le corset est seulement porté à mi-temps en fin de croissance, les nuits vont donc être beaucoup plus confortables ! Parfois dans les premières semaines, il peut y avoir quelques douleurs du dos, surtout en fin de journée, car celui-ci retrouve progressivement une souplesse normale. **Pas de panique, cela ne veut pas dire qu'il se déforme à nouveau !**

Il ne faut pas oublier de garder une activité sportive très régulière durant cette période de «sevrage» où **le corps reprend une fonction complète.** D'ailleurs, il est conseillé d'avoir une activité sportive quelque soit l'âge et même lorsque l'on a pas de scoliose !

Le corset, devenu inutile, peut être jeté à la poubelle. **Pensez au tri sélectif,** il est composé à 90% de plastique...donc il ira avec les bouteilles d'eau dans la poubelle adaptée. Certains patients préfèrent le garder en souvenir... mais en aucun cas il ne pourra être recyclé pour servir à un autre patient puisqu'il avait été fait sur-mesure.

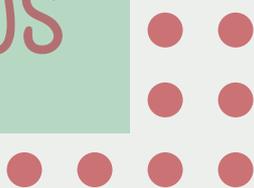
Les contrôles médicaux vont pouvoir s'espacer puisque le tronc a atteint progressivement sa maturité et qu'il ne devrait plus se déformer rapidement à présent. **Une consultation un an après l'arrêt du corset** permet de faire le point sur le résultat final du traitement, la forme du dos, l'aspect de la radiographie et l'angle de la scoliose. **Ces différents éléments seront ensuite suivis tous les cinq ans durant toute la vie adulte.**



TON CORSET SE RECYCLE penses-y !



CONTACTEZ-NOUS



POUR CONTACTER TON MÉDECIN



SERVICE DE CHIRURGIE ORTHOPÉDIQUE
ET RÉPARATRICE DE L'ENFANT

HÔPITAL ARMAND TROUSSEAU

26 Avenue du Dr Netter
F-75012 Paris, France



Chirurgie Orthopédique
et Réparatrice de l'Enfant

POUR PRENDRE RENDEZ-VOUS :

- EN LIGNE EN SCANNANT LE QR-CODE SUIVANT
- PAR TÉLÉPHONE AU 01 44 73 52 00



POUR CONTACTER TON APPAREILLEUR



LAGARRIGUE

AGENCE LAGARRIGUE

131 Bd. Victor Hugo
92110 CLICHY

Tél. : 01 49 68 82 46



AGENCE RAVIER TOUZARD

50 Avenue Raspail
94250 GENTILLY

Tél. : 01 47 40 91 92